

Ademhalen en Doorgaan

23 Jaar bij de ggz en nog steeds prettig gestoord

Lourenza Hamelink

Ademhalen en Doorgaan

23 Jaar bij de ggz en nog steeds prettig gestoord

Colofon

Titel: Ademhalen en Doorgaan

Ondertitel: 23 Jaar bij de ggz en nog steeds prettig gestoord

Copyright © Lourenza Hamelink

Auteur: Lourenza Hamelink

Omslagontwerp: Lourenza Hamelink

ISBN: 9789464806229

Afbeeldingen: Lourenza Hamelink

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, geluidsband, elektronisch of op welke wijze dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de auteur.

Uitgegeven via Brave New Books

“proberen, proberen, blijven proberen, niet af laten schrikken door
angst e.d. en als het niet lukt, gewoon weer opnieuw
beginnen”

- Chiel -

Inleiding

Wanneer je (eindelijk) tegen iemand durf te zeggen dat je bij de ggz loopt, krijg je negen van de tien keer een reactie met negatieve ervaringen: van de buurvrouw haar broer zijn aangetrouwde tante....

Wanneer je dan ook nog vertelt dat je al ruim 20 jaar bij de ggz loopt, dan ben je of heel erg gek of ze maken je daar gek, zodat je langer in behandeling moet blijven. Dat je een complex levensverhaal hebt, daar staat niemand bij stil.

Mijn ervaring met de ggz is positief. Natuurlijk gaat lang niet alles zoals je zelf graag zou willen en kun je ook niet met iedereen even goed opschieten maar hulpverleners zijn ook mensen. Net als jij en ik!

Ik was van plan om een boek te schrijven over enkel mijn ervaringen met de ggz. Echter is het onmogelijk om dit op papier te zetten zonder mijn levensverhaal te kennen. Daarom gaat dit boek over mij, mijn levensverhaal zoals ik het heb ervaren en nog steeds ervaar. Als je het boek omdraait kom je bij mijn ervaring met de ggz. Onlosmakelijk met elkaar verbonden.

Ook gaat een groot deel van mijn verhaal over corona, een ziekte die ik, in maart 2020, helaas ook heb opgepikt en waar ik nog steeds niet van genezen ben.

Januari 2000 stapte ik bij de ggz binnen, met een kleine rugzak. Dat deze rugzak verschillende verborgen bodems had, daar kwam ik pas in de volgende jaren achter...

23 jaar, net getrouwd, net wees geworden en nog niet klaar voor de grote wereld.

Volgens mij was ik toch wel een normaal kind. Speelde met mijn barbies, met mijn poppen. Vond belletje lellen leuk, ging naar verschillende clubjes, speelde blokfluit en had buiten school om ook vriendinnen.

In de zomer gingen we naar de camping, zes heerlijke weken. Op mijn zevende werd ik lid van de bieb en ik kon verdwalen in de boeken die ik las.

Het pesten, de eenzaamheid en het misbruik kon ik goed verbergen .

Ik heb dit boek geschreven omdat er veel negatieve verhalen rondgaan over de ggz en over cliënten die in behandeling zijn bij de ggz. Wanneer het in het nieuws over ggz-clënten gaat, spreekt men vaak van mensen die:

- gewelddadig en gevaarlijk zijn;
- arm en minder intelligent zijn;
- of psychische problemen hebben door persoonlijke zwakte.

Naar mijn weten ben ik niet gevaarlijk of gewelddadig, heb ik geen armoe, ben ik intelligent genoeg om dit boek te schrijven en voel ik mij niet zwak. Psychische problemen zijn ontstaan door wat ik heb meegemaakt, niet door wie ik ben.

Inhoud

1. Eén grote familie	3
2. Mijn schoolperiode.....	7
3. De bibliotheek	13
4. Werken in het stadhuis.....	19
4.1 De griffie	23
4.2 Juridische zaken.....	25
5. Het coronavirus	27
6. Hoe het nu gaat	37
7. Het misbruik	41
8. Wat is DIS.....	45
9. Mijn hulpverleners	51
9.1 Thomas	54
9.2 Chiel	55
9.3 Marian	56
9.4 Anna.....	57
9.5 Tessa	58
9.6 psychiaters.....	59
9.7 Joke	61
9.8 De beesten.....	62
10. Tante Neeltje	65
11. Tot slot.....	71
Dankwoord	75