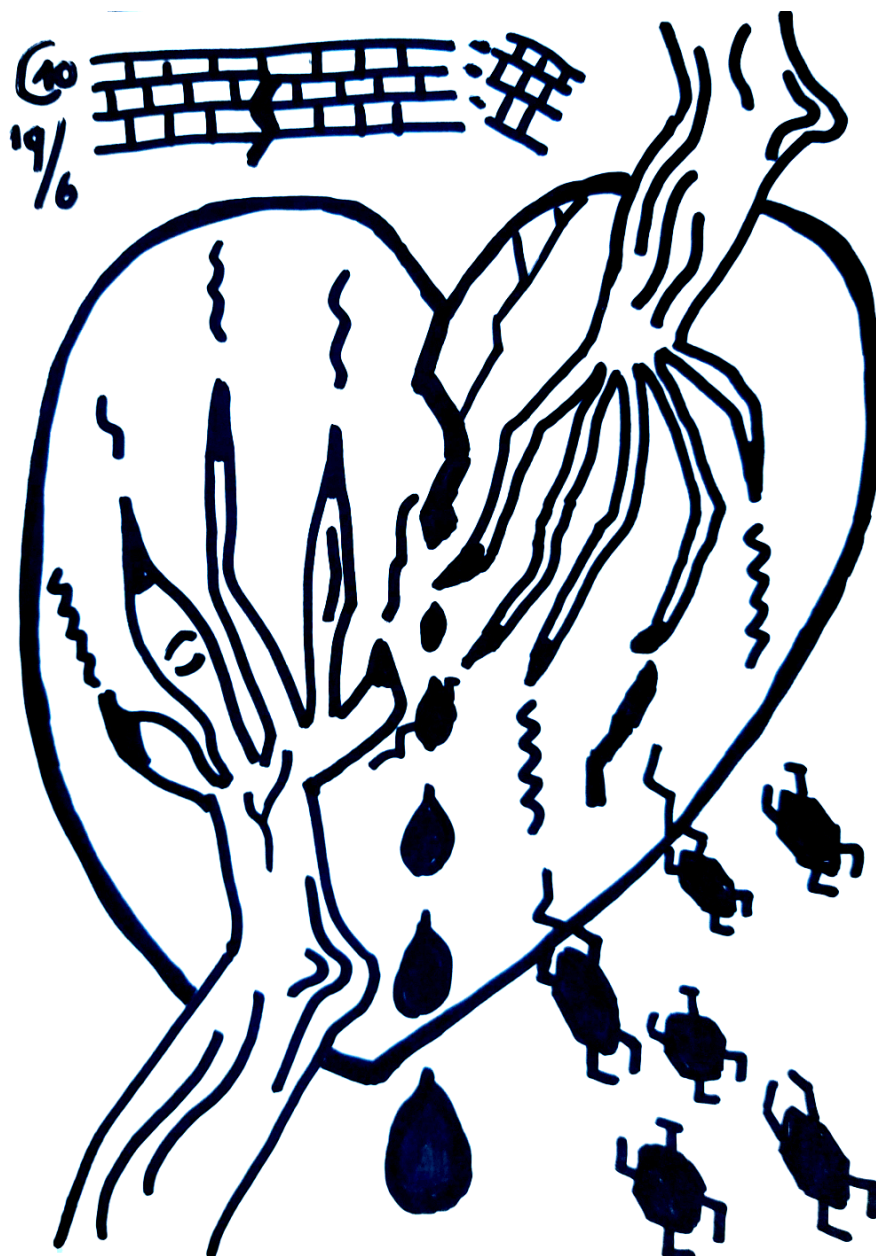


De lijdensweg



De lijdensweg

Een verbrijzeld leven en de weg omhoog

Het leven van Christina de Zeeuw

13-03-1957 - 24-12-2019

Jacob de Zeeuw



Auteur: Jacob de Zeeuw
Illustraties: Christina de Zeeuw
Copyright: Jacob de Zeeuw
Eerste druk: juni 2023
Uitgegeven via Mijnbestseller.nl

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch of mechanisch, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

I.v.m. privacy zijn vele namen en plaatsnamen pseudoniemen.

Wil je contact? Mail dan naar jacobdezeeuw113@gmail.com

Gedicht van Christina

Augustus 1973

Nu ben je nog jong, ja nu ben je nog jong,
hebt veel te vertellen, weinig te zeggen.
Straks ben je oud en hoe zal het dan zijn?
Je zult je bij veel neer moeten leggen.
Droom niet van later, droom niet van later.
De dagen van nu en van straks gaan voorbij.
Ze waaien als wind en stromen als water.
Wees liever vandaag maar geduldig en blij.
Nu ben je nog jong, nu ben je nog jong.
Straks zul je oud zijn, maar wat je nu zong
ben je al lang, o zo lang weer vergeten.
Droom niet van latere, betere jaren.
De dagen van nu en van straks gaan zo vlug.
Ze dorren als gras en vallen als blaren.
De vreugd van vandaag die komt nooit weer terug.

Inhoudsopgave:

Inleiding	9
1 Levensweg	19
2 Nieuwe liefde	27
3 Een andere weg	37
4 Voor de rechter	43
5 Lotgenoten	49
6 Het zwarte gat	53
7 De rol van haar moeder	65
8 Leven met iemand met DIS/MPS	69
9 Weer verdriet, geluk en pijn	75
10 Fulltime mantelzorger	81
11 Kanker	83
12 Mij ontbreekt niets	85
13 Terugblik	87
Bijlagen	89

Inleiding

Dit boekje gaat over mijn geliefde vrouw, die na een vreselijk leven, met bijna oneindig veel misbruik, op 24 december 2019 is overleden.

Om haar leven goed te kunnen begrijpen is het belangrijk om deze inleiding goed door te nemen!

Mijn vrouw leed aan MPS, of ook wel DIS genoemd. Dat is geen ziekte, maar een prachtig overlevingsmechanisme van een klein kind, dat langdurige traumatische gebeurtenissen zoals mishandeling en seksueel misbruik met affectieve verwaarlozing probeert te overleven. Hoewel een prachtig overlevingsmechanisme voor die tijd, blijft het niet zonder grote gevolgen in het latere leven.

Naast MPS/DIS veroorzaakten de vele traumatische gebeurtenissen bij Christina een totaal verwrongen zelfbeeld en een moeizame omgang met anderen.

Dit boekje maakt dat meer dan duidelijk! Vreselijke gevolgen, niet alleen voor Christina, maar ook voor haar directe omgeving, zoals ons gezin.

Eerst wat extra informatie over DIS (Dissociatieve identiteitsstoornis); ook wel aangegeven als MPS (Meervoudige persoonlijkheidsstoornis).

Dissociatie

De dissociatieve identiteitsstoornis (die we vroeger meervoudige persoonlijkheidsstoornis noemden) valt, zoals de naam al aangeeft, onder de dissociatieve stoornissen. Dissociatie is een verdedigingsmechanisme van de menselijke geest om zich te beschermen tegen overweldigende traumatische ervaringen.

Als je zulke ervaringen meemaakt, kun je je niet verweren tegen de enorme angst, pijn en heftige emoties die hiermee gepaard gaan en je staat machteloos. Je kunt de overweldigende negatieve ervaring niet plaatsen en integreren in je leven en persoonlijkheid.

Officieel (volgens het diagnostisch handboek DSM IV) is een dissociatieve stoornis dan ook een stoornis in de integratieve functies van identiteit, geheugen of bewustzijn. De traumatische ervaring wordt dus niet geïntegreerd, maar in stukjes opgeslagen. Zo kunnen bijvoorbeeld beelden, geluiden, geuren en gevoelens allemaal apart worden opgeslagen in het geheugen. De traumatische ervaring wordt als het ware 'begraven' in het onbewuste. Je hebt er dan geen bewuste herinnering meer aan. De ervaring wordt gescheiden opgeslagen, soms zelfs heel versplinterd. Zo kun je je bijvoorbeeld alleen een beeld herinneren, zonder

verhaal of gevoel of geluid of geur. En een andere keer herinner je je alleen maar een geur of een geluid.

En al lijkt het trauma totaal vergeten omdat je het je niet meer bewust kunt herinneren, toch kun je er veel last van hebben door nachtmerries, angsten, herbelevingen en extreem emotionele reacties op dingen die voor anderen heel gewoon zijn.

Dissociatie is dus een ontsnappingsmogelijkheid van de menselijke geest, om zich geestelijk en emotioneel te onttrekken aan overweldigende pijn. Bijvoorbeeld: een kind dat steeds weer seksueel misbruikt wordt, kan zich daar lichamelijk niet aan onttrekken, dus zal ze gaandeweg proberen zich psychisch en gevoelsmatig 'weg te maken' zodat ze het niet meer bewust meemaakt. Als je dissocieert, onttrek je je dus aan pijnlijke herinneringen.

Hoe ontstaat DIS?

Factoren die meespelen bij het ontstaan van DIS zijn:

- Een vermogen om goed te kunnen dissociëren
- Zeer ernstige traumatische ervaringen vanaf de vroege kindertijd, d.w.z. overweldigende gebeurtenissen die door het kind als levensbedreigend ervaren worden, waaraan het kind niet kan ontkomen en waartegen het zich niet kan verzetten. Een duidelijk voorbeeld hiervan is seksueel geweld.
- Verwaarlozing. Het kind staat er alleen voor en krijgt van niemand steun. Het groeit op in een situatie vol geweld, misbruik en mishandeling en er is niemand die het kind geborgenheid geeft. Niemand die het kind helpt.

Als je dit tot je door laat dringen, wordt het wel duidelijk dat een kind in zo'n situatie een afweermechanisme als dissociatie nodig heeft. Het zou zulke traumatische ervaringen nooit bewust kunnen verwerken. Bovendien is wat er gebeurt voor een kind totaal onbegrijpelijk en heel verwarrend. Het kind heeft geen basis op grond waarvan het zich kan ontwikkelen. Het trauma wordt afgesplitst van het bewustzijn, zeker als het trauma zich regelmatig herhaalt of wanneer er andere traumatische ervaringen bijkomen. Een deel van het bewustzijn wordt dan afgesplitst en ontwikkelt zich onder druk van de traumatische ervaringen tot een deelpersoonlijkheid waar het kind zich niet bewust van is. Het kind kan zo verder leven zonder de overweldigende herinneringen aan de traumatische ervaringen.

Kenmerkend voor DIS is dat de eerste splitsing van het bewustzijn al tot stand is gekomen voordat het kind de kans heeft gehad zijn of haar eigen identiteit te ontdekken en te