

Onder mijn huid

~Voor altijd verbonden~

door
Stefanie Kruizinga

Mijn gezin, ik bedank jullie uit de grond van mijn hart.
Voor jullie geduld en begrip tijdens de uren, dagen en maanden dat ik achter de laptop zat en volledig in beslag werd genomen door dit verhaal.

Verder bedank ik mijn proeflezers. Ik ben jullie ontzettend dankbaar voor de tijd die jullie hebben vrijgemaakt om het manuscript aandachtig te lezen en mij te voorzien van feedback, dit is waardevol geweest. And last but not least; mijn man, mijn vriend, mijn liefde; wat ben ik jou dankbaar voor de ruimte die je mij geeft zodat ik kan helen en mij verder kan ontwikkelen. Ik ben je dankbaar voor je geduld en je luisterend oor, voor je onvoorwaardelijke liefde en je stabiliteit.

Zonder jou was dit alles nooit gelukt, ik hou van je.

Stefanie

Het verhaal van 'Lotte' is een waargebeurd verhaal.

Eerste druk: juni 2021

Herziene druk; 2024

Copyright © Stefanie Kruizinga

Illustratie binnenwerk Michelle Ridderhof – Mismo artt

Foto auteur: Privécollectie

Niets uit deze uitgave mag verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Stefanie Kruizinga. Voor vragen en of opmerkingen mail naar; stefaniekruizinga@gmail.com



Titel: 'Judge me when you are perfect'
Michelle Ridderhof ~ Mismo art

Het verhaal van Lotte is niet uniek en staat niet op zichzelf, maar het is zeker een verhaal dat gehoord en gelezen moet worden.

Er zullen, helaas, veel slachtoffers zijn die zich in dit verhaal herkennen, of in delen ervan.

Narcistisch en psychisch misbruik wordt nog veel te weinig erkend onder andere door professionals.

Hierdoor worden in de (juridische) trajecten belangrijke signalen gemist en wordt er indirect bijgedragen aan de verwoestende schade die door de misbruiker wordt aangericht.

Misbruik in welke vorm dan ook is complex, het is als een sluipmoordenaar.

De wet in Nederland beschermt de slachtoffers van huiselijke geweld, narcistisch en psychisch misbruik niet of nauwelijks. Vaak lijkt het erop dat de dader i.v.m. privacy wordt beschermt i.p.v. het slachtoffer.

Terwijl die (juridische) bescherming zo ongelooflijk belangrijk en vaak noodzakelijk is.

Te vaak wordt het slachtoffer als rancuneuze, jaloerse ex weggezet en weet de narcist het zo te draaien dat hij als slachtoffer wordt gezien met alle gevolgen van dien. In rechtszaken wordt er van het slachtoffer verwacht het op te lossen en te communiceren. Als er kinderen in het spel zijn krijg je vaak te maken met een rechtssysteem dat er op gericht is om beide ouders te betrekken bij de opvoeding.

Dit systeem houdt alleen geen rekening met de narcistische ouder en de verwoestende schade die deze kan aanrichten, onder andere omdat er ook niet aan waarheidsvinding wordt gedaan.

Ik hoop met mijn boek onder andere jou te kunnen informeren en te laten zien dat het misbruik vaak niet zichtbaar voor de buitenwereld is. Daarnaast wil ik dat je weet dat het iedereen kan overkomen. Het is niet per se die ene 'laagopgeleide vrouw' uit een volksbuurt. Het komt overal, in elke laag van de bevolking voor en het kijkt niet naar je opleidingsniveau of achtergrond. 'Ga toch weg bij die man' of 'Zet er gewoon een streep onder' zijn zinnnetjes die vaak erg makkelijk gezegd worden, maar simpel is het niet.

Binnen no time zitten deze mensen onder je huid.. Het trauma draag je de rest van je leven mee. Het verandert je 'blue print,' de persoon die je was. Maar uiteindelijk zal er een korst op de wonden komen, desalniettemin zijn de littekens blijvend.

Zit jij in een situatie waar je hulp nodig hebt? Zorg dat je iemand in vertrouwen neemt en deel je verhaal.

Stefanie Kruizinga (1980) is ervaringsdeskundige als het gaat om huiselijk geweld en psychisch geweld (narcistische mishandeling NPS)

Ze is moeder van 3 kinderen en getrouwd. Voor de liefde is ze verhuisd naar een klein dorpje in de Achterhoek waar ze geniet van de rust en het groen.



'Moeizame wegen leiden vaak naar prachtige bestemmingen.'

Hoofdstuk 1

Ik voel mij zwaar, lamgeslagen, verdrietig. De afgelopen jaren lijken meer op een veldslag dan op een gelukkig leven. We, mijn dochter en ik, krijgen klap na klap te verwerken.

Ik ben zo ongelooflijk moe. Ik kan de hele dag wel slapen. Ik moet eerlijk bekennen dat als mijn dochter op school zit ik regelmatig uitgeput op de bank een dutje doe. Elke ochtend neem ik mij allerlei dingen voor om te doen om aan het eind van de dag te moeten concluderen dat daar geen ene fuck van terecht is gekomen. Het lukt me domweg niet.

De dagen slepen zich tergend langzaam voort.

Het is een stralende zomer, maar toch voelt alles als een grijze brei.

Ik vecht om overeind te blijven en wat te maken van ons leven.

Normaal gesproken ben ik een vrolijk en optimistisch persoon die houdt van het leven. Ik ben iemand die altijd probeert te denken in mogelijkheden. In oplossingen. Zo ook met mensen; ruzies of misverstanden zijn er om besproken en opgelost te worden. Dan is het ook klaar en kunnen we weer door. Alleen leer ik met de jaren dat dit voor sommige mensen toch erg lastig is.

Ik ga nu ongeveer zes jaar als alleenstaande moeder door het leven.

Ook al is het mijn keuze geweest om de relatie te beëindigen toch is het kut. Dit is niet het leven dat ik voor

mijn dochter wilde. Ik had haar zo graag dat ideale plaatje gegeven.

Ouders die gezellig vadertje en moedertje spelen, samen, in harmonie.

Je kent dat wel, dat plaatje van een prachtige na zomerdag waarin mijn kleine meisje danst in een wit zomerjurkje met madeliefjes in haar haren. Ze lacht voluit terwijl ze naar haar vader rent die met zijn armen gespreid klaar staat haar op te vangen. Ik sta zacht en tevreden neuriënd in de keuken een lichte zomerse salade te bereiden. Iedereen is gelukkig, tevreden en alles is liefde...

Dat plaatje, dat had ik voor ons gewild.

Maar het liep allemaal anders.

Nadat ik alleen kwam te staan bleef ik achter met schulden. Naïef als ik was had ik nooit kunnen bedenken dat het 'grote mensen' leven zo hard en onrechtvaardig kon zijn. Naast het financiële gedeelte kreeg ik op emotioneel vlak ook een paar tikken om de oren. Twee dierbaren ben ik kort na elkaar verloren, nadat ik hen beide heb weggegeten zien worden door de kanker in hun lijf. Ik was, en ben nog steeds, boos op het leven. Door alle tegenslagen die blijkbaar bij het leven horen voel ik mij verloren, mat en leeg. Ik weet op het moment niet hoe ik die negatieve cirkel kan doorbreken.

Ik doe mijn best maar ik voel mij als een hamster in een op hol geslagen molentje.

Ik ren, probeer en struikel. Ik sta nog steeds op, maar vraag mij soms af voor hoe lang nog.

Dagen worden weken, weken worden maanden en voordat ik het weet ben ik alweer dertig, alleenstaand en met een kind.

In relaties ben ik mweh... en in het uitkiezen van de juiste levenspartner ben ik tot nu toe verdomde slecht gebleken. Keer op keer kies ik de beschadigde zielen, omdat ik de naïeve arrogantie heb om te denken dat mijn liefde ze zal helen. Mijn liefde zal alles fixen. Want ik heb hard lief, voor de volle honderd procent, het is bij mij alles of niets. Als ik van je hou doe ik dat met heel mijn hart. Ik geloof in jou, ik steun je en ik ben je grootste cheerleader. Ik zal helpen waar ik kan en geven wat ik heb. Dat ben ik.

Ik merk dat ik sceptisch ben geworden en dat die muur die ik heb opgebouwd verdomde hoog en dik aan het worden is. Ik word zuur, bitter... niet echt een aantrekkelijk trekje van mijzelf.

Tegelijkertijd kan je mij een onverbeterlijke optimist noemen; ik wil blijven geloven in de liefde en de goedheid van mensen.

Zoals je ziet ben ik een vat vol tegenstrijdigheden.

In mijn kind vrije weekenden scharrel ik wat rond in de kroegen die ik bijna als mijn tweede huis zie. Het stelt allemaal weinig voor.

Teleurstelling na teleurstelling.

Ergens denk ik dat ik te hard op zoek ben naar liefde, misschien ben ik naast een optimist ook een onverbeterlijke romanticus.

*Om de teleurstellingen en het verdriet niet te voelen,
drink ik in de weekenden te veel. Ik verdoof mijzelf,
zodat ik niet hoef te voelen en niet te veel met de realiteit
geconfronteerd word. Tragisch eigenlijk.*

*Het is zondagmorgen en ik word wakker met mijn
zoveelste kindloze-weekend-kater. Ik heb er genoeg
van, ik ga het anders doen! Ik ga beginnen met het
sporten weer op te pakken, maandag mijn sportschool-
pas maar eens afstoffen...*

Hoofdstuk 2

Zijn gezicht komt mij bekend voor. Ik weet dat ik hem eerder heb gezien, ik weet alleen niet meer waar. Nu zie ik hem opeens hier, op de sportschool. Hij ziet er goed uit, maar waar ken ik hem toch van? Ik probeer mijn brakke hersenen te kraken, Jezus wat voel ik mij beroerd...

Ik zit aan de bar heftig tijd te rekken en ik hoop stiekem dat de eiwit shake het werk voor mij gaat doen. Opeens staat hij met zijn trainingsmaatje naast mij. We groeten elkaar en ik start een babbeltje met zijn sidekick. Ik zie vanuit mijn ooghoeken dat hij nieuwsgierig meeluistert en al snel neemt hij het gesprek over en trekt het verhaal naar zich toe. Hij vertelt dat hij onlangs een zaak heeft geopend. Enthousiast praat hij over de dingen die hij nog van plan is te doen. Zijn trainingsmaatje druipt af en wij kletsen over het najagen van dromen en het volgen van je hart. Voordat ik het weet voeren we een diep gesprek aan de bar op de sportschool. Als we al een uur zitten te kletsen kijkt hij verschrikt op zijn horloge; "Shit, ik moet gaan! Over een half uur heb ik een afspraak!"

Als hij uit de kleedkamer komt loopt hij naar mij toe en geeft mij zijn kaartje. Ik moet maar eens bellen, of langskomen zegt hij met een knipoog. Ik kijk naar zijn kaartje en denk dat ik dat maar eens ga doen.

Een paar dagen na zijn uitnodiging stuur ik hem een berichtje. We sms'en over en weer en hij nodigt mij uit om kopje thee te komen drinken.

Ik moet alleen wel na sluitingstijd komen en via de achterdeur. Hij zegt dat hij liever niet heeft dat iemand mij ziet. 'Dat leg ik nog wel uit.', sms't hij.

Een beetje vreemd, maar hij zal zijn reden wel hebben. Ik leg het naast mij neer en wil er niet te veel achter zoeken. 'Niet gelijk zo achterdochtig Lotte, geef iemand een kans,' spreek ik mijzelf streng toe.

Ik heb zin in het afspraakje, het is lang geleden dat ik een koffiedate met een interessante man heb gehad. Vaak zijn het benevelde 'eind-van-een feestavond-ik-vind-jou-wel-lekker' hook-ups geweest.

Ik moet toegeven dat ik niet snel onder de indruk ben van iemand, maar het gesprek dat we in de sportschool hebben gevoerd, blijft in mijn hoofd hangen.

Hij heeft verteld over zijn grote koopwoning, hij rijdt in een vette bak, heeft een eigen zaak. Ziet er super fit uit, drinkt niet en in mijn ogen het allerbelangrijkste: hij is intelligent.

In mijn ogen is deze man geslaagd.

Helaas kan ik dit niet over mijn leven zeggen, ik heb allesbehalve mijn shit voor elkaar.

Ik zit in een huursloopwoning zonder centrale verwarming, mijn dochter en ik moeten rond zien te komen van een superklein budget. Ik heb een oude gammele fiets, geen spaargeld, sterker nog; schulden en aan het eind van mijn geld hou ik altijd een stuk maand over.

Enthousiast geeft hij mij een rondleiding in zijn pas geopende zaak.

Terwijl hij druk babbelt over zijn plannen raakt hij af en toe mijn arm aan en komt net iets te dicht bij mij staan. Hij ruikt heerlijk en ziet er verzorgd uit. Hij zorgt nu al voor kriebels in mijn onderbuik.

'Heb je nog zin heb in een drankje op het terras?' vraagt hij aan het einde van de rondleiding.

Ik hoor mijzelf net iets te gretig 'Ja!' antwoorden.

Dit is intens. Dit is heftig!

Dit soort gevoelens heb ik lang niet gehad!

Hij haalt in een paar weken tijd mijn hele leven overhoop! Misschien is dat ook wel nodig.

Volgens mijn vriendinnen gaat het allemaal veel te snel. Maar ik geniet! Hij verdrinkt mij in zijn liefde voor mij. Hij overstelpt mij met mooie woorden, cadeaus en aandacht.

We voeren diepe gesprekken tot diep in de nacht waarin hij laat mij nadenken over mijn leven, mijn doelen, mijn wensen en over de mensen waar ik mee om ga. Over wat ik wil en waar ik voor sta. Als we niet bij elkaar kunnen zijn, hebben we elke dag wel via de sms contact. Hij toont zo veel interesse, het lijkt alsof hij mij binnenstebuiten wil keren omdat hij elk hoekje van mij wil leren kennen.

Hij investeert in mij, neemt mij mee uit eten en gedraagt zich als een echte heer. We gaan samen dansen en hij laat mij op alle mogelijke manier voelen dat ik ertoe doe.