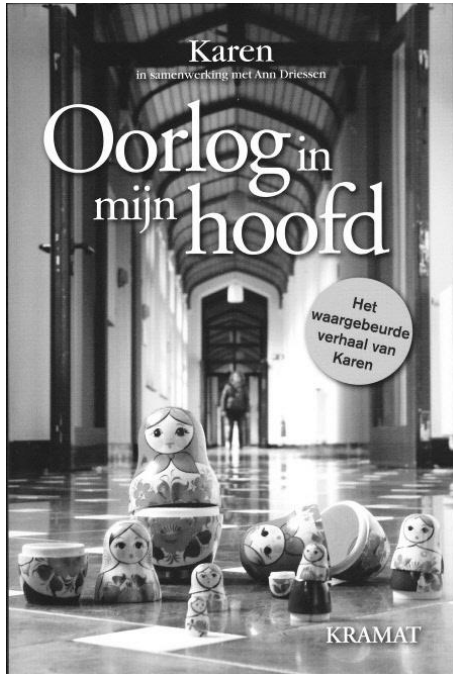


Oorlog in mijn hoofd

Het waargebeurde verhaal van Karen



Geschreven door Karen & Ann

'Ik wil met dit boek mensen met dezelfde problemen laten zien dat ze niet alleen zijn. Ik wil verpleegkundigen en psychiaters aantonen dat DIS wel degelijk bestaat. Ik wil mensen met DIS en hun familie vertellen hoe het bij mij verliep. Ik wil dat ze de ziekte beter begrijpen. En ik wil ook over de onmacht schrijven die ik als jongere heb ervaren door in verschillende psychiatrische instellingen te zitten en niet geloofd te worden, niet begrepen te worden...' Karen

ISBN 9789079552696

Uitgeverij Kramat

Kostprijs 15 euro

Op 2 februari nam ik deel aan een symposium 'Trauma en Dissociatie, Herkenning & Erkenning, Zorg & Zelfzorg, in het psychiatrisch ziekenhuis H. Hart te Ieper. Ik kwam enthousiast thuis na een mooie en waardevolle dag met Prof. Dr. Onno van der Hart en nog vijf andere specialisten in het werkveld wat betreft trauma en dissociatie.

Ik kocht er dit boek van DIS patiënte Karen (fictieve naam) die in dit ziekenhuis behandeld wordt, en die het werk schreef samen met journaliste Ann Driessen. Het handelt heel specifiek over Dissociatieve Identiteits Stoornis en hoe Karen daar mee leeft.

Voorzien van een inleiding door de psychiater, en hier en daar aangevuld met korte stukjes van de mama van Karen, haar broer, de verpleegkundige, de psychologe... is het een boek dat levensecht is en heel vlot leest. Wat me heel erg raakte was het relaas van de lijdensweg, het zoeken, het onbegrip van bijvoorbeeld spoedartsen die geen verdoving willen geven bij het hechten van iemand die zichzelf snijdt... Wanneer ik er bij stilsta dat bij een DIS patiënt een bepaalde alter verantwoordelijk is voor het snijden en andere delen daar soms niet van bewust zijn... dan vind ik dat pijnlijk om te lezen. Meer kennis van DIS zou zeker op zijn plaats zijn, ook in de spoedopname, en dat zou dan kunnen leiden tot meer menselijkheid bij de behandeling van automutilatie.

Deze ernstige stoornis ontstond bij Karen op vierjarige leeftijd, bij seksueel misbruik waarvan ze zich quasi niets herinnert. Schijnbaar heeft ze nog lange tijd 'normaal' gefunctioneerd, maar de stemmen dienden zich al aan in haar kindertijd. Het was bijna onmogelijk om er over te spreken, dus echte hulp liet jaren op zich wachten. Karen is een intelligente jonge vrouw, die een paar jaar goed

gestudeerd heeft, en een heel zware strijd voerde in zichzelf. Ontzettend knap wat ze al die jaren toch nog voor elkaar heeft gekregen. School afmaken, op kot gaan... tot het niet meer lukte...

Na een aantal eerste diagnoses gaande van Obsessief Compulsieve Stoornis en depressie tot borderline, heeft Karen nog niet zo heel lang geleden de diagnose DIS gekregen. Sinds deze laatste diagnose is de psychologe samen met Karen op zoek naar wie en wat er allemaal in haar leeft. Karen heeft ongeveer dertig alters in zich die zich gaandeweg lieten kennen, goede en slechte. Zo is er eindelijk meer begrip en inzicht gekomen. Karen keek samen met de psychologe ook naar een aantal films die handelen over mensen met DIS en ze las er boeken over. Je voelt als lezer dat ze heel actief betrokken is bij de zoektocht en dat ze zich goed voelt bij deze laatste en juiste diagnose. Ik lees ook dat ze veel respect kreeg en zich daardoor erg gesteund voelt.

'Oorlog in mijn hoofd' is een ontzettend aangrijpend werk dat leest als een trein. Het is geschreven op heel eerlijke en volledige wijze en in gewone mensentaal. Karen hoopt op meer begrip en interesse over DIS, en dat hoop ik met haar. De talrijke foto's van Karen en haar leefwereld maken dat het werk een soort reëel beeld schetst, het maakt dat ik haar als lezer ervaar als een jonge vrouw die ik zo maar zou kunnen ontmoeten. Het brengt alles dichterbij. Op de flap van het boek staat zelfs een email adres waarmee de lezer Karen of Ann feedback kan bezorgen. Het is geen theoretisch boek gebleven, maar het opent een wereld voor wie zich wil laten raken.

Aan het eind van het boek vind je verschillende bijlagen, een verklarende woordenlijst, een literatuurlijst, informatiebronnen over DIS, geneesmiddelen, websites en zelfhulpgroepen, patiëntenrechten... heel nuttige info mooi bij elkaar verzameld.

Wat me bij blijft is hoe het verhaal niet ten einde is, geen happy end kent. Er is wel een diagnose, maar er blijft nog een heel lange weg te gaan. Goede moed Karen, en dankjewel voor je verhaal!

Christel Brughmans