

10-DAAGSE VAN DE GEESTELIJKE GEZONDHEID

DOSSIER



“

**Ik zie nog elke dag af,
maar ik wil mijn leven
terug opbouwen.**

Vincent*



Vincent lijkt me op het eerste gezicht een sterke jongeman, begin de 20 nog aan het begin van zijn volwassen leven. Niets doet vermoeden dat hij een heel zware 'rugzak' met zich mee draagt.

Hij werd aan het begin van dit jaar gedwongen opgenomen in ons ziekenhuis, zijn redding, zo zegt hij zelf, anders zou hij er niet meer zijn.

Hij wil zijn verhaal brengen, als deel van zijn verwerkingsproces, en in de hoop dat mensen de psychiatrie wat beter zouden begrijpen.

PCM: Vincent, jij verblijft momenteel op de Kade, de afdeling voor mensen met een persoonlijkheidsstoornis en/of een verslavingsproblematiek. Wil je vertellen waarom je hier bent opgenomen?

Vincent: Ik heb al een hele weg afgelegd, maar ik ben naar het PCM gekomen toen ik 'gecolloqueerd' werd (*n.v.d.r. de oude term voor 'een gedwongen opname'*) omdat ik het niet meer zag zitten. Ik wou zelfmoord plegen. Ik had ook al een paar pogingen achter de rug.

De eerste keer was ik 16 jaar. Ik ben dan opgenomen in de psychiatrie, op de PAAZ-afdeling (*n.v.d.r. Psychiatrische Afdeling van een Algemeen Ziekenhuis*). Ik ben daar maar 3 weken moeten blijven en dan mocht ik terug naar huis. Ik ben toen niet verder begeleid. Ik dacht dat ik de draad terug zou kunnen oppikken, maar dat lukte niet. Ik was toen ook verslaafd aan alcohol, ik kon niet stoppen met drinken. Het was een manier om met de pijn om te gaan, die ik diep van binnen verborgen hield.

PCM: Mag ik vragen vanwaar die pijn kwam?

Vincent: Ik heb het lang verzwegen, ik kon er met niemand over praten ... Ik ben vroeger seksueel, fysiek en emotioneel misbruikt geweest door mijn stiefvader. Ik denk dat ik ongeveer 7 jaar moet zijn geweest toen het begon. Ik begreep niet wat er gaande was. Ik kon en durfde er met niemand over praten. Ook niet met mijn moeder. Zowel mijn stiefvader als mijn moeder hadden bovendien een drankprobleem.

Vincent blijft stil voor zich uitkijken. Hij zoekt zichtbaar naar woorden en probeert zijn emoties onder controle te krijgen.

Vincent: Als ik er aan terug denk, dan wil ik er gewoon niet meer zijn. Die pijn, daar sta ik mee op en daar ga ik mee slapen. Ik wil dat iedereen begrijpt hoe dit een mens volledig kapot maakt, dat het niet zomaar overgaat, dat je dit nooit kan vergeten ... Ik zie nog altijd af, elke dag. Gelukkig heb ik nu weer enkele positieve vooruitzichten. Ik wil mijn leven terug opbouwen.

* Vincent is een fictieve naam. Omwille van privacyredenen getuigt de patiënt anoniem.

PCM: Je vertelde dat je al een lange weg hebt afgelegd.

Vincent: Toen ik 14 jaar was, ben ik bij mijn vader gaan wonen. Maar ik kon hem niet over het misbruik door mijn stiefvader vertellen. Mijn vader dronk ook, en hij was zelden thuis.

Ik ben toen ook zelf beginnen drinken. Ik had nooit anders gezien. Ik voelde me zeer slecht. Zoals gezegd heb ik, toen ik 16 was, de eerste keer geprobeerd zelfmoord te plegen. Dat was met een overdosis medicatie. Na 3 weken op de PAAZ veranderde er niets. Ik bleef drinken, ik bleef vechten met mijn pijn. Ik was ook niet in staat mijn middelbaar af te maken door al mijn problemen. Ik kreeg toen geen hulp. Ik wist ook niet waar ik die kon krijgen.

Op mijn 18de zag ik het echt helemaal niet meer zitten en probeerde ik nog eens zelfmoord te plegen. Ik belandde terug op de PAAZ, en vandaar ging ik naar de Sint-Jozef-Kliniek in Pittem om aan mijn drankprobleem te werken.

Ik had toen nog altijd aan niemand over het misbruik in mijn jeugd verteld. Eigenlijk was dit de bron van alle problemen, maar ik was in het begin van mijn opname niet klaar om er mee naar buiten te komen.

Tijdens de behandeling op de ontwenningafdeling, bleef ik rondlopen met zelfmoordgedachten. Ik kon ook totaal niet met stress omgaan. Ze zagen in Pittem wel dat er meer aan de hand was, dan enkel een drankprobleem, en ik kon op de afdeling jongvolwassenen terecht. Daar heb ik voor het eerst verteld over het seksueel misbruik. En alhoewel het een belangrijke eerste stap was, kon ik niet meteen een manier vinden om er beter mee om te gaan. Ik bleef drinken bv. in het weekend toen ik naar huis mocht, ik ben ook een paar keer op de spoed beland. Ik heb op mijn kamer in Pittem geprobeerd zelfmoord te plegen. Ze hebben daar geen gesloten afdeling en vonden dat het een te groot risico was voor mij om daar te blijven.

“

De gedwongen opname is mijn redding geweest

Ik mocht op intake gaan naar Beernem, waar ze wel een gesloten unit hebben, maar daar kon ik uiteindelijk ook niet terecht.

Ik ben toen maar terug naar huis gegaan, maar na een nieuwe zelfmoordpoging kwam ik via de spoed en intensieve opnieuw op de PAAZ terecht. Het is kantje boord geweest. Ik wilde daarna niet meer naar huis. Dat was de plaats waar ik al zoveel pogingen had ondernomen. Het was gewoon te traumatisch.

Ik kon dan naar de Heilige Familie in Kortrijk, waar ik ongeveer 7 maanden ben opgenomen. Ik ben toen wel nuchter geworden. Ik ben nu al 1,5 jaar clean. Maar ik kon nog altijd niet omgaan met de pijn. Ik ben toen ook beginnen 'kerven'. Ik sneed in mijn eigen armen.

Vincent toont zijn arm met littekens.

Vincent: Ik deed dit in de hoop dat dit mijn emotionele pijn zou verlichten. Maar het hielp niet echt en ook de zelfmoordgedachten gingen niet weg ...

Omdat het zo erg werd, ben ik uiteindelijk door de rechter 'gecolloqueerd', voor mijn eigen veiligheid. En zo ben ik hier in het PCM terecht gekomen, eerst op de Cura, daarna op de Kade.

PCM: Hoe voelde je je toen de rechter besliste om tot een de 'gedwongen opname' over te gaan?

Vincent: Eerlijk gezegd, het is mijn redding geweest. Anders was ik er niet meer geweest. Ik was bang voor wat ik mijzelf ging aandoen. Ik voelde zelf wel dat het echt zeer slecht met mij ging.

Van de artsen kreeg ik te horen dat ik aan PTSS lijd (*n.v.d.r. posttraumatische stress-stoornis*), een gevolg van het misbruik in mijn jeugd.

Mijn andere problemen zoals mijn drankverslaving, het kerven en de zelfmoordpogingen waren een reactie hierop.

In het begin van mijn opname hier heb ik zelfs een euthanasie-aanvraag ingediend. Ik was zo kapot, zo uitgeput.



Ik heb hier beter leren omgaan met stress. Ik kan goed praten met de mensen van het team en met enkele patiënten. Naast de individuele gesprekken en groepstherapieën heb ik tijdens mijn opname ook een reeks van 12 ECT-behandelingen gekregen (*n.v.d.r. electroconvulsietherapie, vroeger ook wel electroshocktherapie genoemd*). Ik heb echt het gevoel dat dat mij enorm heeft geholpen. Mijn zelfmoordgedachten zijn toch heel fel verminderd. Ik ben hier echt wel geholpen.

Ik heb ook leren werken met een 'crisisplan', maar dat lukt nog altijd niet zo goed.

Ik beseef nu dat je problemen bij de wortels moet aanpakken. Ik heb recent ook officieel klacht ingediend tegen mijn stiefvader. Naast het feit dat ik vind dat hij zich moet verantwoorden voor wat hij mij heeft aangedaan, zie ik het ook als een deel van mijn verwerkingsproces. Maar goed, het is afwachten nu ... Het zal niet gemakkelijk zijn om hem terug te zien.

Nog niet zo lang geleden heb ik de euthanasie-aanvraag stop gezet. Dat was geen gemakkelijk beslissing, want ik heb het nog elke dag heel moeilijk. Maar ik kan binnenkort het ziekenhuis verlaten. Ik ga dan naar beschut wonen. Ik zal nog voor nabehandeling naar het PCM komen. Daarna zal ik via een arbeidszorg-initiatief wat werkervaring kunnen opdoen.

Ik kijk er ook naar uit om nieuwe mensen te leren kennen. Ik wil het verleden echt achter mij laten. Ik zie het als een nieuw begin. Ik weet dat het met vallen en opstaan zal zijn, maar ik weet ook dat ik hier altijd weer terecht kan, als ik het moeilijk heb.

T.G.



Als je vragen hebt over zelfmoord of zelf worstelt met donkere gedachten, neem dan contact op met de Zelfmoordlijn op het gratis nummer 1813 of op zelfmoord1813.be

