

# Lizanne – Dysthyme stoornis, ADD en borderline

“Buitenstaanders merkten altijd al wel dat ik moeite had met concentratie op school, en soms een beetje heftig reageerde op bepaalde situaties. Er is toen niets aan gedaan, omdat het gewoon bij mij hoorde.

Ik was vrijwel altijd vrolijk en had heel veel vriendjes en vriendinnetjes. Ik was altijd aan het spelen, maar het gekke was dat ik bijna nooit thuis wilde spelen. Ik speelde liever bij een ander. Logeren was voor mij ook nooit een probleem. Ik was liever weg dan thuis. Ik voelde me thuis een beetje anders dan mijn broertjes, zusje en zus. Een beetje het buitenbeentje. Ik ben in een gereformeerd gezin opgegroeid. Moest vanaf mijn vierde mee naar de kerk. Ik vond dat allemaal maar niets. Rokje aan, hoedje op. Ik moest er niet veel van hebben.



Dieren  
waren voor  
mij het  
belangrijk  
st. Ik was  
een jaar  
of zes  
toen ik  
mijn eigen  
cavia heb  
verdiend.  
Ik had een  
bord met  
taken die  
ik moest  
doen,  
verdeeld  
over de  
dag. Als  
dat een  
bepaalde

tijd goed ging dan kreeg ik mijn eigen cavia. Na ongeveer twee maanden was hij daar dan, mijn cavia Joepie. Wat was ik blij met hem. Ik leerde hem trucjes en ik sliep met hem. Joepie mocht mee in een kinderwagen door het dorp heen. Ik behandelde hem als een kindje.

Op een gegeven moment wilde mijn oudste zus ook een cavia. Toen hadden we er twee. Tommie was zijn naam. Hij was niet zo lief en durfde ook wel eens te bijten. Mijn cavia kreeg veel stress door Tommie waardoor die van mij dood is gegaan. Ik was er kapot van. Ik was toen een jaar of acht, gok ik. De dood van mijn cavia heb ik nooit kunnen verwerken.

Ik werd ouder en kreeg een verzorgpaard (Germanicus). Hij was een prachtige zwarte Fries. Ik ging één keer in de week naar hem toe. Niemand heeft ooit doorgehad hoe bijzonder mijn

dieren voor mij waren. Ook hij is dood gegaan zonder dat ik afscheid van hem had kunnen nemen. Hij was het tweede dier dat ik ben verloren.

## **Depressie**

Rond die tijd begon mijn depressie en kwam ik er ook achter dat ik gevoelens kreeg voor meiden. Ik was toen dertien jaar oud. Ik vond het vreselijk. Ik was van de duivel dacht ik. Ik ga naar de hel, dat was één ding dat ik zeker wist. Ik moest van die gevoelens af en ik moest mezelf ervoor straffen. Ik begon mezelf te beschadigen. Haren uit mijn hoofd trekken, mezelf expres branden aan een stijltang, krassen in mijn armen en benen met mesjes.

Ik kreeg nieuwe verzorgpaarden, vier Friezen en twee shetlanders. Opnieuw veroverde een van die paarden mijn hart. Het was een van van de twee shetlanders (Blacky) en mijn beste vriendin deed heel veel met de andere shetlander (Blondy). Na een half jaar werden ze weggedaan. Weer was ik een maatje kwijt. En heb ook van deze shetten geen afscheid kunnen nemen. Ondertussen bleef ik worstelen met mijn gevoelens voor meiden en verborg ik het voor iedereen. De zelfbeschadiging werd erger en erger. Ook mijn depressie werd erger.

Ik werd misbruikt op het internet omdat ik daar mijn vrienden ging zoeken. Later werd ik ook nog aangerand door mijn beste vriend, waardoor mijn afkeer naar mannen alleen maar groter werd.

Weer nieuwe verzorgpaarden. Dit keer op een handelstal. Ik raakte eraan gewend dat er paarden kwamen en ook weer weggingen. Meestal stonden ze er een tot twee weken. Ook liep daar een hond (Annabel) rond op het erf. De band die ik met haar had was bijzonder. Ze was ziek en kreeg steeds meer pijn, toch kwam ze altijd als een gek op mij afrennen. Ze was altijd zo blij om mij te zien. En toen kwam de dag van het afscheid. Ze lieten haar inslapen. Ik mocht er niet bij zijn, maar wel afscheid van haar nemen.

## **Eenzaamheid**

Vrienden en vriendinnen lieten mij vallen, omdat ze me raar begonnen te vinden, me niet begrepen of niet met mij om konden gaan. De eenzaamheid werd steeds erger. Ik dacht dat het allemaal aan mij lag. Dat ik echt raar was of dat mensen mij gewoon niet wilden omdat ik zo stom was.

Het een hekel hebben aan mezelf begon zich om te zetten in pure haat. Als iemand mij een compliment gaf ging ik daar hard tegen in of ik negeerde het. Ik kon niks goeds meer bedenken over mezelf. Het was alleen maar haat en negativiteit. Thuis ging het helemaal niet goed en ik wilde absoluut niet meer mee naar de kerk. Ik begon me af te zetten tegen werkelijk alles. Op school ging het niet goed en ik deed ook helemaal niets voor school. Thuis was het alleen maar ruzie. Niemand snapte mij. Ik praatte nergens over. Ik kropte alles op.

Op stal stond er een paard in de handel. Zij stond er langer dan de andere paarden. Ik was gek op haar. En ja, je raadt het al. Ze werd verkocht. Ze is twee maanden weggeweest. Bij haar nieuwe eigenaar heeft ze een miskraam gehad. Ze stond weer te koop. De vrouw van stal heeft haar voor mij teruggekocht. En ik zou dan als betaling de stallen en paddocks elke dag uitmesten. Dat hield ik twee maanden vol, maar door mijn depressie, school, stage en de stallen uitmesten raakte ik oververmoeid. In zulke erge mate dat ik vaak flauwviel en geen puf meer had om mijn paardje te rijden. Toen hebben we haar weer weg moeten doen. Gelukkig had ik nog een verzorgshetlander. Die kon ik niet berijden en ze had minder aandacht nodig omdat ze met een vriendje lekker in de wei stond.

## **Diagnoses**

Op mijn vijftiende kreeg ik de diagnose: dysthyme stoornis en ADD. Ook heb ik lang met een eetstoornis moeten worstelen. Niemand wist ervan af, alleen mijn psycholoog toen die tijd, maar die deed er niets aan. Aan het eind van mijn vijftiende jaar heb ik aan vrienden verteld dat ik op meisjes viel.

Iedereen vond het leuk en reageerde heel lief. Toen kwam die grote stap om het mijn ouders te vertellen. Ik deed dit met een smsje. Ik kreeg als antwoord: "Dit dachten we al, maar je moet niet verwachten dan wij dit accepteren."

Vanaf die dag ben ik alleen maar achteruit gegaan. Ik wilde niet meer leven. En mijn vele vragen werden beantwoord. Ik ben echt een heel slecht mens, mijn ouders accepteren mij niet eens dus wat doe ik hier eigenlijk nog?

Ik had het met mijn nieuwe psycholoog over mijn suïcidale gedachten. Ik weet nog heel goed wat ze toen aan me vroeg: "Heb jij je afscheidsbrieven al geschreven?"

Ik als zeventienjarig meisje zei: "Ja die heb ik al geschreven". Het was de eerste keer dat ik huilde bij een psycholoog. En ik had al psychologen vanaf mijn twaalfde. Deze psycholoog was speciaal voor mij. Die middag dat ze aan me vroeg of ik mijn afscheidsbrieven al geschreven had was voor mij een opluchting. Ik kon eindelijk laten zien hoe ik me echt voelde. Diezelfde avond werd ik opgenomen op een gesloten afdeling.

De dingen die je daar meekrijgt en meemaakt zijn vreselijk. Ik heb daar twee tot drie weken gezeten en mocht daarna naar een open afdeling. Ik zat daar tien maanden. Meerdere keren ben ik naar het spoor gelopen om mezelf voor de trein te werpen, maar steeds kwamen ze me zoeken of kwam de trein niet opdagen. Nu ben ik erg dankbaar dat het me nooit is gelukt. Maar toen baalde ik vreselijk.

Toen kwam de week dat ik afscheid moest nemen en weer naar huis zou gaan. Ik was wel elk weekend thuis, maar het idee dat ik weer altijd thuis zou zijn maakte me bang. Ik wilde niet meer thuis wonen, want daar kon ik niet zijn wie ik was en in de kliniek wel. Na een week mezelf elke avond in slaap huilen kwam dan toch echt het afscheid. Het voelde als of ik aan mijn lot werd overgelaten. Ik was nog niet klaar om weg te gaan.

Een maand thuis gewoond, en weer een diepe terugval. Ik moest weer drie maanden opgenomen worden. In die drie maanden hebben ze mij getest op borderline . En ja hoor, die diagnose kreeg ik er ook bij. Toen had ik een dysthyme stoornis, ADD en borderline.

### **Geaccepteerd**

Na die opname heb ik eigenlijk niet meer thuis gewoond. Ik ging een beetje overal wonen. Bij tantes of bij vrienden. Inmiddels woon ik zelfstandig begeleid. Ik heb therapie gevolgd voor borderline en mijn dysthyme stoornis is van het lijstje afgehaald. Mijn ouders hebben me uiteindelijk geaccepteerd en ik zie ze elke week wel een keer.”