

### **Ervaring van Karin (1969)**

Twee jaar geleden ben ik vijf dagen na de bevalling van mijn jongste zoon in een acute psychose beland. Onze kraamtijd was van de ene op de andere minuut omgeslagen in een nachtmerrie. Ik werd direct opgenomen in een psychiatrische kliniek en daarna, samen met mijn baby, in het Erasmus MC op een gesloten afdeling van de Psychiatrie. In totaal leefde ik bijna twee weken in mijn eigen psychosewereld. Na mijn ontslag kreeg ik last van angsten, hallucinaties, depressies, slecht slapen, extreme vermoeidheid en geheugenverlies. Ik zocht contact met lotgenoten en merkte dat veel mensen jaren later nog steeds moeite hebben om over de psychose te praten, omdat ze zich ervoor schamen. Gruwelijke verhalen in de media van mensen die strafbare feiten plegen tijdens een psychose dragen niet bij aan een beter begrip ervan. De meeste mensen krijgen nooit met een psychose te maken, maar hebben er toch ineens een mening over. Mijn ervaring heb ik opgetekend in het boek 'Na het bidden ga ik dood' (2010). Niet alleen van binnenuit, maar ook met een verklaring van mijn psychotische gedrag achteraf. Dit boek is dus niet alleen geschikt voor patiënten, maar zeer zeker ook voor degenen die er direct bij betrokken zijn. Familieleden blijven ineens vol onbegrip achter, maar kunnen nu binnen een paar uur lezen hoe een patiënt de psychose beleeft. Voor hulpverleners kan het een eyeopener zijn hoe een patiënt ineens zo'n andere belevingswereld krijgt.