

Kate

Ik heb gewoon echt een heel lange achtergrond van mentale kwetsbaarheid. Er is een paniekstoornis vastgesteld, ik heb chronische suïcidaliteit, ik heb borderline en een depressie. Ik vertel het lachend, want er blijven maar diagnoses bijkomen. Ik ben het echt aan het verzamelen.

Ik heb eigenlijk heel lang alles verborgen gehouden. Zeker in mijn jeugd was dat echt iets tussen mij en mijn ouders. Het uitspreken naar mensen vond ik echt supermoeilijk. En het echt delen met de wereld was wel een keuze van mijn ouders.

Mijn eerste overdosis was in de tweede klas van de middelbare school. En mijn school wist daar niet van. Ik denk dat alleen mijn oma dat wist. Al die dingen waar ik me voor schaamde, verstopte ik heel erg. Ik kon niet praten over wat ik voelde.

Mijn mama en papa zijn uit elkaar gegaan toen ik een paar maanden oud was. Toen heeft mijn mama me opgevoed, dus ik heb een heel hechte band met mijn mama gecreëerd. Maar op mijn zeventiende heeft mijn mama aan mijn ziekenhuisbed letterlijk gezegd: 'Het moederschap stopt hier.'

Dus heel mijn gezinssituatie viel van de ene op de andere dag weg. Ik zat al in de psychiatrie. Ik ben in de weekenden bij een vriendin van mijn mama gaan wonen. En ik weet ook nog dat ik me heel lang niet besepte dat mijn moeder mijn moeder niet meer was. Totdat ik bij die vriendin kwam en zij zei: 'Je moeder heeft je spullen afgezet.' En dit ga ik nooit vergeten: alles stond in mijn kamer. Fotoalbums van vroeger, tekeningen die ik als kleuter had gemaakt - alles, alles, alles wat met mij te maken had, stond in die kamer. En toen pas, echt maanden nadat zij had gezegd: 'Het moederschap stopt hier', besepte ik me: wow, ik ben mijn mama echt kwijt. Voor altijd. Ik dacht zo van: ik ben geen crimineel, ik drink geen alcohol, ik zit niet aan de drugs. Ik ben gewoon heel verdrietig en kwetsbaar, en dat blijft wel echt moeilijk. Ik weet ook niet of dat ooit...

Ik denk vooral tijdens de laatste crisis van vorig jaar, toen stonden mijn vrienden heel dichtbij mij. Dat was ook de eerste keer dat mijn vrienden een paniekaanval hebben meegemaakt, want normaal was dat altijd privé. Niemand had dat ooit meegemaakt. Het was ook de eerste keer dat ik dit in het openbaar had. Ik zat op de metro en voelde een paniekaanval aankomen en dacht: ik moet hier weg. Toen ben ik afgestapt in Brussel-Zuid en ben ik daar op de grond gaan liggen. Ik ben toen met een ambulance afgevoerd.

Ik kan me nooit voorstellen hoe heftig dat is. Ik voel me soms ook schuldig. En ik voel me soms ook raar of gek. Ik voel me echt vaak gek. Dan denk ik: hoe hebben zij mij gezien? In welke staat hebben zij mij gezien? Dat ik echt op de grond lig... Nu zit ik hier zo normaal en oké. Ik kan me nooit inbeelden hoe heftig dat op dat moment is geweest. Mijn vrienden hebben me daar wel heel goed in begeleid.

Mijn vrienden zijn mijn familie. Die zijn mijn alles, die weten alles. Ik had nooit verwacht dat ik me zo kon openstellen voor mensen, ondanks mijn verlatingsangst. Dat ik zulke diepe connecties met mensen kan hebben, van echt jaren, jarenlang. Mensen waarvan ik weet dat zij mij nooit zullen verlaten. Die verlatingsangst is er nog steeds, hè, en mensen verlaten mij nog steeds. Maar ik heb echt wel zeker vier echte vrienden waarvan ik weet: ik ga jullie nog zien als we tachtig zijn. Als ik tachtig word, maar ik hoop dus van wel.