

Kind van een psychiatrisch patiënt: 'Ze vroegen nooit hoe het met mij ging'

Door Anna Jacobs | 29 okt 2022 | nu.nl

Nederland telt op jaarbasis 405.000 mensen met psychische en/of verslavingsproblemen die kinderen onder de 18 jaar hebben. Door een samenspel van erfelijke factoren en omgevingsfactoren lopen de kinderen van deze ouders een groter risico om zelf psychische problemen te ontwikkelen. Toch zijn deze kinderen voor de zorg en maatschappij vaak een onzichtbare doelgroep.

"Ik was twee jaar toen mijn moeder werd opgenomen vanwege haar bipolaire stoornis. Ze was toen bijna een jaar weg van huis. In de daaropvolgende jaren kreeg mijn moeder nog een paar keer een terugval", vertelt Florine (achternaam bekend bij de redactie). Ze is inmiddels 21 jaar en studeert in Groningen.

Pas als ze een jaar of acht is, beseft Florine dat er iets aan de hand is met haar moeder. "Ze kon extreem vrolijk, gek of druk doen. Wij mochten bijvoorbeeld nooit met schoenen op de trampoline en dan sprong zij er ineens met haar hakken op."

Als Florine tien jaar is gaan haar ouders uit elkaar. Zij blijft met haar broertje bij haar moeder wonen. "Ik voelde me verantwoordelijk voor haar medicatie. Soms durfde ik zelf niet weg van huis, omdat ik bang was dat ze zou weglopen en gekke dingen zou doen."

"Eén op de twee patiënten in de volwassen ggz heeft kinderen. Is het niet vreemd dat er zo weinig aandacht is voor deze kinderen?"

Ester Mesman, GZ-psycholoog

Een psychotische en onvoorspelbare moeder

Tussen de terugvallen door is haar moeder normaal, vertelt Florine. In goede periodes voelt thuis als een veilige plek, maar tijdens een terugval niet. "Ze is op zo'n moment gewoon psychotisch en onvoorspelbaar. Ik vond het vooral spannend dat ze niet meer op mama leek op zo'n moment. Er waren gelukkig vaak mensen die het ook constateerden als het slechter ging met haar en ons dan hielpen."

Florine leert door de jaren heen te herkennen waar terugvallen bij haar moeder door worden veroorzaakt. "Zodra ze complottheorieën of onlogische verhalen met veel onwaarheden begon te vertellen, moest ik alert zijn. Ik kreeg door wat haar terugvallen triggerde en kon daardoor op mijn hoede zijn. Ik was bang om mijn eigen problemen met haar te delen, omdat ze zich zorgen kon maken en het daardoor minder goed met haar zou gaan. Dus begon ik steeds meer voor mezelf te houden."

Nooit vroeg een hulpverlener: 'Hoe gaat het eigenlijk met jou?'

Ondanks de ingrijpende ervaringen in haar jeugd, heeft Florine nooit hulp aangeboden gekregen van de zorgprofessionals die bij haar moeder betrokken waren. "Mijn moeder was jaren in behandeling, maar nooit vroeg een hulpverlener: hoe gaat het eigenlijk met jou?"

Het verhaal van Florine is volgens Esther Mesman, gz-psycholoog en wetenschappelijk onderzoeker in het Erasmus MC, helaas niet uniek. Ze is mede-initiatiefneemster van een nieuw centrum voor kinderen van ouders met psychiatrische problemen (ofwel KOPP).

Binnen dit centrum werken kinder- en jeugdpsychiatrie, psychiatrie en verloskunde samen om problemen op tijd te herkennen. Met speciale projecten wordt er binnen het centrum gewerkt aan het vroeger signaleren van problemen in de ouder-kindrelatie of bij kinderen zelf.

"Ik trok als kind niet zelf de conclusie: mijn jeugd was ingrijpend, daarom heb ik nu zelf een angststoornis."

Florine

"Met dit nieuwe centrum hopen we meer aandacht te genereren voor dit onderwerp. Eén op de twee patiënten in de volwassen ggz heeft kinderen. Is het niet vreemd dat er zo weinig aandacht is voor deze kinderen? Kinderen horen, op hun eigen niveau, meer uitleg te krijgen en daarnaast zelf de juiste hulp en begeleiding te krijgen als dat nodig is."

Onzichtbare doelgroep

Florine praat sinds haar tiende regelmatig met een psycholoog om hulp te krijgen bij het verwerken van haar jeugd. Ze heeft naar eigen zeggen geluk dat haar ouders ondersteuning boden toen ze aangaf hulp nodig te hebben.

"Ik herken me in de onzichtbare doelgroep. Aan mij is nooit hulp geboden vanuit de hulpverlening van mijn moeder, terwijl de ouder-kindrol bij ons thuis vaak was omgedraaid. Destijds voelde dit normaal. Ik had nu eenmaal een moeder met een bipolaire stoornis en daardoor gedroeg ik mij op een bepaalde manier. Ik trok niet zelf de conclusie: de gebeurtenissen uit mijn jeugd zijn ingrijpend, daarom heb ik nu zelf een angststoornis. Dat had iemand anders moeten doen, denk ik."

Hoewel Florine haar gevoelens en ervaringen doorgaans alleen deelt met haar beste vriendinnen, wil ze met haar verhaal ook graag andere kinderen en jongeren helpen. "Er zijn maar weinig mensen die beseffen bij hoeveel gezinnen in Nederland dit soort situaties spelen. Ik hoop die onzichtbare doelgroep wat zichtbaarder te maken."