

Naam:
Karoline Esser

Leeftijd:
49

‘De ellende ombuigen naar iets positiefs’

‘Al vanaf mijn kinderjaren heb ik een dwangstoornis. Mensen met zo’n stoornis hebben dwanggedachten – om die te neutraliseren, moeten ze van zichzelf dingen doen. Iemand met bijvoorbeeld smetvrees moet van zichzelf overdreven vaak zijn huis schoonmaken. Ikzelf was bang om lelijke gedachten te krijgen, ik wilde mijn denken voor 100 procent controleren. Lukte dat niet, dan moest ik heel veel bidden – ik ben gelovig opgevoed. Tegenwoordig is zo’n stoornis relatief goed te herkennen en te behandelen, maar vroeger was er weinig over bekend. Dus ook na mijn jeugd bleef ik somber en angstig. Rond mijn 22ste woonde ik op mezelf, had ik een stressvolle baan en een vriend. Dat was te veel: ik stortte in en kon niet meer werken. Er volgde een moeilijke tijd. Ik was bang dat ik mijn nare gedachten zou uitvoeren en durfde twee jaar lang niet alleen mijn flat uit. Met veel geduld van mijn vriend, veel vechten en veel therapie heb ik mijn stoornis onder controle gekregen. Ik kan er nu goed mee leven, maar het blijft een gevoelige plek. Aanvankelijk was ik 80 tot 100 procent afgekeurd, later 50 procent. Ik ben als vrijwilliger begonnen bij de ADF Stichting (angst, dwang en fobie, red.). Daar heb ik onder meer het lotgenotencontact opgezet. Ik was er helemaal op mijn plaats, maar wilde toch graag een gewone betaalde baan. Door eigen initiatief werk ik nu voor 50 procent bij de Zorglijn Angststoornissen van het AMC in Amsterdam. Ik organiseer lotgenotencontact- en familiebijeenkomsten en spreek mensen individueel. Vanuit mijn eigen ervaring probeer ik ze moed te geven en de schaamte weg te nemen. Het doet mij goed dat ik de ellende die achter me ligt, heb kunnen ombuigen naar iets positiefs.’ ←