

Manisch depressief of bipolaire stoornis

Een beetje anders thuis

Als je vader of moeder in de war is of vreemde dingen doet, is dat heel erg wennen. Zeker als je daardoor zelf dingen niet meer mag of kan. Je weet vaak niet wat er nu weer gaat gebeuren. Misschien is er thuis wel vaker ruzie of moet je meer samen doen met je broertje of zusje. En wil je iets vertellen, dan luisteren je vader of moeder misschien niet zo goed als anders. Ze zijn er met hun hoofd niet bij. Het kan ook zijn dat je denkt dat het door jou komt dat je vader of moeder zich niet goed voelt. Maar dat is niet zo. Geen enkele ouder kiest voor een manische depressie en jij kan er ook niks aan doen. Hier leggen we uit wat er met je vader of moeder aan de hand is en kun je een verhaal lezen van iemand anders die hetzelfde heeft.

Wat is er met mijn vader of moeder aan de hand?

Jouw vader of moeder heeft last van een manische depressie. Dat wordt ook wel een bipolaire stoornis genoemd. De stemming van de meeste mensen lijkt net op de golven van een rustige zee die op en neer gaan. Maar bij iemand die manisch depressief is, zijn de verschillen in het gevoel veel groter. Denk maar aan de zee als het stormt. Soms is iemand een periode héél erg vrolijk en denkt hij dat hij alles kan. Hij slaapt dan weinig, is heel druk en geeft vaak ook veel geld uit. Hij wil ook graag dat iedereen eraan meedoet. Eigenlijk is hij de rem kwijt. Maar daarna komt er weer een periode waarin iemand héél erg somber, moe en verdrietig is. En er zijn periodes dat iemand zich wel rustig en goed voelt.



Voel jij je wel eens verdrietig of bang? Vast wel. Alle mensen hebben dat wel eens. Als zulke gevoelens erg sterk zijn en lang duren, zeggen we dat iemand psychische problemen heeft. En één van die psychische problemen is een manische depressie. Het is niet helemaal duidelijk waarom iemand een psychisch probleem krijgt. Het kan komen doordat er iets niet goed gaat in de hersenen. Het kan ook komen door nare dingen die iemand heeft meegemaakt. Daar kunnen ze niets aan doen. Soms schamen mensen zich ervoor en dan vinden ze het moeilijk om over hun problemen te praten. En dat terwijl heel veel mensen in hun leven slechtere periodes of klachten meemaken.

Hallo, ik ben Fije!



“Het gaat over mijn moeder. Ze kan heel goed knuffelen en ze wil altijd graag mijn nieuwe dansjes zien. Wat lastig is, is dat mijn moeder soms heel erg moe is en in de put zit. Ze komt dan haar bed niet uit, ze kookt niet, ze doet niets. En op andere momenten is ze heel erg in de war en ontzettend druk. Ze koopt dan veel te veel dingen die we helemaal niet nodig hebben. Ze slaapt dan ook bijna niet en maakt heel veel ruzie, vooral met mijn vader. En op mij is ze soms ook opeens kwaad. Ze zegt dan dat alles mijn schuld

is. Maar later komt ze hierop terug en zegt ze dat ze domme dingen heeft gezegd. Ze heeft verteld dat ze een soort storing heeft in haar hoofd. Ze noemt het een manische depressie. Dat is niemands schuld.

Ik word er ook wel eens bang van als mijn moeder zo doet. Meestal ga ik dan snel naar mijn kamer en doe mijn oren dicht. Ik neem ook geen vriendinnetjes mee naar huis, omdat je nooit zeker weet hoe mijn moeder is.

Nu is ze opgenomen in een soort ziekenhuis voor mensen met psychische problemen. Ze krijgt ook medicijnen waar ze wat rustiger van wordt. Mijn broertje en ik mogen samen met mijn vader bij haar op bezoek. Ze doet nu weer veel meer zoals ik haar ken. Als ze zo is, vind ik het echt leuk om haar te zien. Dan spelen we een spelletje samen. Thuis is het nu ook rustiger. Er komt een thuishulp die veel doet in huis. Met mijn vriendin Lisa praat ik soms over mijn moeder. Zij begrijpt het wel een beetje. Mijn vader heeft ook aan mijn juf verteld wat er aan de hand is. Ik vind het fijn dat mijn juf het nu weet, soms kletst ze even met mij na schooltijd. En ik ben pas naar de KOPP/KOV groep geweest. Daar kun je praten met andere kinderen die ook een vader of moeder hebben met zulke problemen. Dan merk je dat je gelukkig niet de enige bent! We kregen ook tips hoe je ermee om kan gaan en we leerden dat de problemen van onze ouders niet onze schuld zijn.”



Kopstoring

Op www.kopstoring.nl vind je informatie voor, over en door jongeren met een ouder met psychische of verslavingsproblemen. Hier staan tips en verhalen van andere jongeren en een lijst met filmpjes en boeken.

Andere informatieboekjes uit de reeks

Er bestaan informatieboekjes speciaal voor kinderen (van 2 tot 18 jaar) van ouders met psychische en/of verslavingsproblemen en hun ouders. Hierin lees je over handige tips voor jezelf, hoe je hulp en informatie kan vinden, en worden vragen van andere jongeren en kinderen beantwoord. Je vindt alle informatieboekjes KOPP/KOV in de webwinkel van het Trimbos-instituut:

www.trimbos.nl/webwinkel.