

Een interview met Imke Gilsing

Imke Gilsing over *Een dag uit het leven van Tinkerbel*

Een dag uit het leven van Tinkerbel vertelt het waargebeurde, verschrikkelijke maar ook vaak geestige verhaal van Imke Gilsing. Tijdens een retraite kreeg zij een psychose. In een maandenlange gedwongen opname dacht ze dat ze Tinkerbel was en een relatie had met Jelle Brandt Corstius. In dit interview vertelt ze hoe ze met haar verhaal de GGZ wil veranderen en meer begrip wil wekken voor mensen met psychische problemen.

Door: *Sanne Peters*



“Ik wil dat niemand meer hoeft mee te maken wat ik heb meegemaakt in de psychiatrie. Het is nu zo dat de behandeling bij een psychose draait om dwang, als je niet vrijwillig medicijnen wil innemen. Je krijgt dan een dwangopname, belandt in de isoleercel en krijgt dwangmedicatie. Op korte termijn verlicht dit je klachten, maar op de lange termijn niet. Daarvoor heb je therapie nodig. Doordat ik met dwang behandeld werd en in mijn geval 10 dagen opgesloten zat in de isoleercel, heb ik een levenslange angst voor de psychiatrie. In plaats van dat je hulp krijgt en je gezien voelt, ontwikkel je angst voor de zorg en dan is het onmogelijk om nog beter te worden.

De menswaardige zorg die ik steun en die ik zelf graag had gehad, heet *Open Dialogue*. Deze zorg komt uit West-Lapland en is daar al sinds de jaren '80 dé zorg voor mensen met psychotische klachten. Ze gebruiken helemaal geen dwang, opnames en bijna geen medicatie. Wat ze wel doen is erg simpel: ze blijven bij de mensen die klachten hebben, meteen vanaf het begin dat ze in een crisis komen. Ze luisteren naar jou en de mensen die dichtbij je staan. Ze kijken naar wat voor betekenis er in je psychose zit en hoe ze je kunnen ondersteunen in je herstel. De resultaten zijn ongelooflijk goed daar: 85% van de mensen herstelt, is binnen 5 jaar weer aan het werk en gebruikt geen medicatie. Met mijn boek en met mijn online community en stichting, de [Tinkerbelle Family](#) wil ik mensen verbinden voor menswaardige zorg, zoals *Open Dialogue*. Om deze zorg toegankelijk te maken voor psychiatrische patiënten is het nodig dat we ons uitspreken en samen actievoeren. Daarom ben ik een burgerinitiatief gestart.”

Waarom wil je psychiatrische patiënten een stem geven?

“10 procent van de wereldbevolking, dat zijn dus 800 miljoen mensen, kent de psychotische ervaring. De meeste mensen hebben niet het vermogen om hun verhaal te delen en op te schrijven. Ik heb dat wel en ik zie het daarom als een verantwoordelijkheid om dat ook te doen. Zo kan ik een spreekbuis zijn voor alle andere mensen wereldwijd die er geen boek over hebben geschreven of dat niet durven, want er ligt heel veel oordeel op deze ziekte in de maatschappij.

‘Mensen schrikken als ik vertel over mijn psychose’

Ik merk dat iedere dag in mijn dagelijks leven: mensen reageren nooit normaal als ik er iets over vertel. Mijn buurman heeft bijvoorbeeld kanker en krijgt alleen maar aardige gebaren en mensen

wensen hem beterschap. Wanneer ik vertel over mijn psychose of mijn psychotische kwetsbaarheid dan is het beeld wat mensen vanuit de media hebben gecreëerd dat je eng bent of gevaarlijk. Ze schrikken en springen soms achteruit.”

In het boek staan foto’s uit je jeugd en tijdens je werkende leven. Waarom wilde je deze delen in het boek?

“Dat heeft twee redenen. Ten eerste omdat ik er van overtuigd ben dat mijn familiegeschiedenis aan de basis ligt van waarom ik psychotisch ben geworden. Daarom vind ik het belangrijk om te beginnen met foto’s uit mijn kindertijd en zo mijn levensloop te laten zien. Die foto’s vertellen ook een verhaal en dat is in contrast met het verhaal van de psychose. Daarnaast ben ik gewoon een mens als ieder ander en dat zie je terug in de foto’s. Ik heb een heel gewoon leven gehad, of eigenlijk zelfs een uitzonderlijk mooi leven. Ik heb gestudeerd, gereisd en in het buitenland gewerkt. Dat associëren mensen niet met iemand die een psychose heeft gehad.

Ik wil laten zien dat een psychose iedereen kan overkomen. Mensen die een psychose hebben zijn gewone mensen, die beter kunnen worden en gewoon een tijdje ziek zijn. Een psychose verandert niet wie we in essentie zijn. Ik hoop dat mensen minder snel oordelen over mensen die dit hebben meegemaakt.”

Help Imke helpen in haar missie voor menswaardige zorg: ga naar www.tinkerbelfamily.org en teken het burgerinitiatief. Bestel [het boek hier](#).