

INTERVIEW

‘Iedere dag is een groot gevecht’

Door seksueel misbruik en pesten op school kampt Gabriëlle Jansen uit Zuidhorn met een complexe vorm van posttraumatische stress. De #MeToo-discussie maakte veel los en nu geeft ze gastlessen over CPTSS, onder meer op het Noorderpoort.

INA REITZEMA

Kleurrijke tatoeages maken Gabriëlle Jansen (55) een opvallende verschijning. Afbeeldingen van bloemen en dieren sieren haar hele lijf. En maskeren haar innerlijk pijn. Letterlijk. Wie goed kijkt ziet tussen de kleurige inkt op haar armen littekens van brand- en snijwonden. Die bracht ze zichzelf toe. „Ik verwondde mezelf om de pijn niet te voelen. Zo verplaatste ik de pijn van binnen naar mijn lichaam.”

Het leven van Gabriëlle wordt gekenmerkt door diepe dalen. Ze kende als kind geen geborgenheid thuis, werd meerdere keren seksueel misbruikt en onderging veel pesten op school. Het gevolg: een complexe posttraumatische stressstoornis (CPTSS).

Weinig mensen kennen deze zware psychische stoornis. Dat moet veranderen, vindt ze. Ze wil anderen, vooral jongeren, behoeden voor een leven als het hare. „Je kunt voorkomen dat je de complexe variant krijgt. Mijn boodschap is: hoe uitzichtloos het leven lijkt, er is altijd hoop. Kijk naar mij.”

Haar woning in Zuidhorn is een bonte verzameling van bloemen en opgezette dieren. Tussen de vele vogels en andere kleine dieren in de huiskamer heeft ze zelfs een paar geprepareerde veulens, een koekalfje en een hert met jong. „Dieren geven veel warmte en liefde. In dieren heb ik meer vertrouwen dan in mensen”, verklaart ze. De grote verzameling dieren heeft ze aangevuld met veel fleurige (kunst)bloemen. „Ik heb lang genoeg in het donker geleefd. Nu wil ik kleur om me heen.”

Als klein meisje werd ze seksueel misbruikt. Ze zocht op latere leeftijd hulp bij een therapeut. „Die heeft opnieuw misbruik van me gemaakt. Hij heeft me verkracht.” Ze schaamde zich zo voor wat er was gebeurd dat ze het aanvankelijk stilhield. Uiteindelijk deed ze toch aangifte. Maar de therapeut zette haar neer als onbetrouwbare vrouw met een problematisch verleden. Wegens gebrek aan bewijs werd hij tot haar grote frustratie niet vervolgd.



Gabriëlle Jansen: „Ik heb lang genoeg in het donker geleefd. Nu wil ik kleur om me heen.” FOTO JAN-WILLEM VAN VLIET

Twee jaar geleden ging het weer mis. „Ik werd versierd met allerlei beloftes. En was daar extra ontvankelijk voor omdat mijn man net had verteld dat hij wilde scheiden. Ik werd verliefd. Maar hij was een soort loverboy. Hij misbruikte mij.”

Vanwege haar CPTSS-stoornis is Gabriëlle een makkelijke prooi. „Door mijn problematiek kan ik geen ‘nee’ zeggen tegen mannen, ook niet als ze akelige dingen op sek-

Gastlessen over complexe posttraumatische stressstoornis

sueel vlak met me willen doen.” De nachtmerrie resulteerde in een suicidepoging en opname in een psy-

chiatrische inrichting.

Gabriëlle: „Aangifte doen had volgens de politie geen zin omdat hem juridisch niets te verwijten valt.” Dat valt haar zwaar. „Jonge kinderen worden wel beschermd tegen dit soort praktijken. Een man die misbruik maakt van een kwetsbare vrouw is ziek. Ik ben een beschadigd mens en eigenlijk een klein meisje.”

De #MeToo-discussie maakte dat ook zij naar buiten wil treden. Sinds

kort geeft ze gastlessen op het Noorderpoort, voor oudere studenten van de opleiding Zorg en Welzijn. Ze werkt met een psycholoog aan een programma voor jongeren.

„Elke dag is een gevecht. Maar voor het eerst in mijn leven voel ik me nuttig. Mijn missie – andere mensen helpen – geeft mij kracht. Uit zoveel naars kun je dus ook iets positiefs halen. Delen is helen, zegt mijn coach altijd.”