

Mala Chatterpal: 'Mijn trauma en ik' uitgeverij Boekscout, Soest 2015. ISBN: 9789402216318 Zie ook: www.boekscout.nl (Ongeluk, trauma/ Medische missers/ Geestelijke gezondheidszorg/ED)

Soort boek/ziekte stijl:

Boek van 126 pagina's waarin Mala Chatterpal beschrijft hoe haar leven veranderde doordat ze een zwaar auto-ongeluk kreeg. Ze was getraumatiseerd, depressief werd suïcidaal, en had lichamelijke klachten. Ze licht toe hoe hulpverleners fysiotherapeuten en psychiaters haar aanvankelijk niet serieus namen waardoor het lang duurde voordat Mala haar leven weer echt kon oppakken. Steeds worden hoofdstukjes over het ongeluk en de periode daarna afgewisseld met het verhaal over haar leven voor het ongeluk, vanaf haar jeugd. Geïllustreerd met een aantal kleurenfoto's.

Boekscout.nl: 'Ik schets aan de hand van gedetailleerde beschrijvingen van mijn trauma en jeugdherinneringen een beeld van de vrouw die ik was vóór het ongeluk en de vrouw die ik werd ná het ongeluk. Met mijn boek wil ik ook begrip kweken voor wie door zijn trauma ernstig belemmerd is geraakt in zijn functioneren.'

Over de schrijfster:

Mala Chatterpal werd geboren in Suriname en emigreerde met haar familie naar Nederland. Zij volgde hier de lagere school en de mavo en begon te werken als inpakster. Later ging zij werken in de thuiszorg als verzorgster waar zij een opleiding voor heeft gevolgd. Mala Chatterpal trouwde twee keer en kreeg drie dochters: Sasha, Angelina en Alia. Op 44-jarige leeftijd werd zij midden in Amsterdam met een vaart van 200 km aangereden door jonge Turkse jongens. Zij hield er lichamelijke en geestelijke klachten aan over. Een zoektocht naar hulp volgde en het duurde jaren met lichamelijke en therapeutische behandelingen voordat zij haar leven weer op de rails had.

boekscout.nl: 'Een zwaar auto-ongeluk zette mijn leven totaal op zijn kop. Een vrolijke, opgewekte vrouw veranderde van de een op de andere dag in een bozige vrouw met een kort lontje.'

Korte beschrijving:

Mala Chatterpal beschrijft hoe ze grotendeels opgroeide als een van de jongere meisjes in een Hindoestaans gezin met vijf meisjes en een jongen. Ze trouwde vroeg, kreeg met deze man een dochter. Maar het huwelijk liep niet, haar man dronk en sloeg haar en ze scheidden. Met een kind trok ze op 21-jarige leeftijd naar Amsterdam zodat ze dichtbij haar familie kon wonen en ging administratief werk doen. Daar trouwde ze opnieuw met een man met wie ze twee dochters kreeg. Ook dit huwelijk liep niet. Ze scheidde wederom en ging werken in de thuiszorg als verzorgster. Haar leven was fijn, gedurende die jaren. Toen Mala 44 jaar was kreeg ze het auto ongeluk. Ze was 's avonds op weg met de auto om haar dochters op te halen en werd door de jonge jongens aangereden. Ambulancebroeders controleerden haar, maar ze mocht naar huis. Ze had diverse kneuzingen, last van opgezwollen ledematen en duim. Het was een zeer traumatiserende ervaring. Was Mala voor het ongeluk vrolijk, opgewekt en positief, haar in een angstige boze vrouw met een kort lontje. De eerste periode na het ongeluk was ze apathisch, leeg, had geen gedachten, kon niets meer. Ze huilde veel, was wanhopig, voelde zich niet begrepen, zat volledig vast, verloor het contact met haar kinderen, die bij haar weggingen. Ze was boos, op zichzelf en op de wereld, belandde in een diepe depressie en overwoog vaker om er

een einde aan te maken. Ze zocht hulp en iemand die haar klachten serieus nam. Die hulp kwam, maar pas na lange tijd. Het boek eindigt positief, maar Mala weet, dat ze er nog niet is, nog een weg te gaan heeft.

Wat viel op:

Dat Mala, na zo'n zwaar ongeluk niet ter observatie een nacht naar het ziekenhuis is gebracht.

Hoe lang het heeft geduurd voordat Mala goede hulpverlening kreeg en wat daarvan de consequenties waren.

Hoeveel gevolgen dat ook heeft gehad op haar leven.

Hoe zwaar het ook was om met ongeloof van de omgeving om te gaan.

Citaten:

Pag.22-25 : 'de verpleegkundige van de ambulance stelt vast dat er geen bloed is gevloeid, wel dat mijn lichaam aan alle kanten is geblutst en onder de blauwe plekken zit. Overal is mijn lichaam. Ik pas niet in mijn broek, niet meer in mijn schoenen. (...) opgezet. (...) Om drie uur 's nachts werd ik thuisgebracht.'

Pag.56:'Eindelijk kon ik terecht bij Slachtofferhulp, ergens in Diemen, waar ik mijn verhaal deed.'

Pag. 87: 'De werksfeer was prima. Op het kantoor liepen mensen in en uit, medewerkers kwamen er dossiers halen. Onder hen was ook een Hindoestaanse jongeman. Ritch.'

Pag. 111: 'De zelfmoordgedachten lieten mij maar niet los.(...) 'je móét hier iets tegen doen. Praat maar weer met de huisarts. Je moet. (...) Dat was een waar woord, maar ik had al zoveel hulpverleners hetzelfde verhaal verteld. Ik had het gevoel dat ik van het kastje naar de muur werd gestuurd. (...)'

Pag.86: "Het is een ongeluk,' beaamde ik. 'Een zwaar ongeluk. Maar vertel nooit aan iemand dat mama in haar auto vanachter is aangereden en hard geraakt. Metsen gaan ons uitlachen, ze lachen ons uit.'

Pag.122: Ja, het gaat de goede kant op met mij, in tweeërlei opzichten. Ik voel dat ik eindelijk het trauma aan het verwerken ben. Bovendien heb ik weer contact met één van mijn kinderen. Het is een prachtig nieuw begin.'