

**Elske H.: 'Wat borderline met me doet.'** Uitgeverij Free Musketeers B.V., Zoetermeer 2009. ISBN 9789048405114 (Borderline/1) Zie ook: <http://www.elsh.nl/>

**Over de schrijfster:** Elske H. (1982) werd geboren in Friesland en woont in Bennekom. Zij deed de studie mode en techniek en verbleef op haar 20<sup>ste</sup> een periode in Australië. Zij ontwikkelde een eetstoornis en een alcoholprobleem. Zij volgde verschillende therapieën en werd in een kliniek behandeld. Elske bleek toen een borderline stoornis te hebben. Omdat zij een gelovig mens is, zocht zij gedurende 4 maanden pastorale en psychische hulp vanuit een christelijke mensvisie in Frankrijk. Dit boek is het verslag van die periode. Meer informatie over Elske is te vinden op haar website.

**Soort boek/stijl:** Dagboek van Elske H over de periode dat zij pastorale en psychische hulp zocht bij de stichting de Bron op de boerderij La Source de Auvergne in Frankrijk. Vanaf 18 november 2006 tot en met 6 april 2007. Het boek bevat een aantal tekeningen van Elske met vrouwenfiguren die allemaal rood gekaderd zijn. Dicht op de ervaring geschreven, goed leesbaar, een zoektocht naar fundamenten in zichzelf en God.

**Korte beschrijving:** Elske schreef dit dagboek om van zich af te schrijven. Dit boek is dan ook een dagboek waarin zij verslag van haar gedachten en gevoelens van elke dag, terwijl ze op de boerderij La Source verbleef. Daar wonen en werken de psychopastorale werkers Jan en Jenneke van Ee met hun kinderen op een boerderij. Zij ontvangen er personen die om diverse redenen een 'time out' nodig hebben. Elske beschrijft hoe dat verblijf voor haar is, waar ze mee worstelt, hoe de samenwerking met anderen loopt, wat fijne avonden zijn en wat ellendige momenten. Ook haar hoofdpijnen angsten, emoties, argwanen en destructief gedrag komen aan de orde. Ze beschrijft stemmingswisselingen en dat ze vaak bang is dat anderen haar niet mogen. Hoe ze zich dan wil afzonderen, of extreem kan reageren. Via haar dagboek leren we zo haar gedachten en vervolggedragingen kennen, wat borderline met haar doet en hoe anderen daar weer op reageren. Ze vertelt hoe ze werkt aan het fundament in zichzelf en in God. Vaak vindt ze namelijk antwoorden via haar geloof en gesprekken met God. Het boek eindigt als Elske teruggaat naar Nederland.

**Wat viel op:** Wat erg opvallend is in het boek is hoe veel Elske kwijt kan bij zoals ze het zelf noemt 'haar God'. Het christelijke geloof is een leidraad voor haar leven. Elske vindt troost bij God, vraagt Hem oplossingen en krijgt die vaak, stelt Hem vragen en doet Hem verzoeken. De bijbel is voor haar een belangrijk boek, waar je levenslessen uit kunt halen en waar je ook antwoorden vindt op vragen. Indrukwekkend vond ik ook hoe ze beschreef welke kenmerken van de borderline persoonlijkheidsstoornis zij herkende. Ook vond ik het boek een echt dagboek. Ik ken geen ander ziekendagboek dat is uitgegeven waarop over zoveel dagen iets wordt gezegd. Tenslotte gaan 375 pagina's over de periode van 19 november 2006 tot en met 6 april 2007. Daardoor ga je mee in het dagelijkse leven van iemand met een borderline persoonlijkheidsstoornis en leer je veel van haar dagelijks terugkerende problemen kennen. En dan maken bijvoorbeeld opmerkingen indruk over allerlei emoties, angsten, spinsels, argwaan en ook de vele hoofdpijnaanvallen en confrontaties met lijstjes van wat bij borderline gedrag past.

**Citaten:** Pag. 32: 'Zo tekortschietend in mijn leven voor God, om ook voor Hem met

hart en ziel te leven, waarschijnlijk teveel bezig met mezelf. God doordrenkt wel mijn leven, Hij is de reden dat ik leef, dat ik nóg besta! In mijn leesboek kom ik het volgende tegen: Ik zei tot de man die stond bij de ingang van het jaar: 'Geef me licht, opdat ik veilig het onbekende tegemoet kan treden.' Maar hij zei tot mij: 'Ga de duisternis in en leg je hand in de hand van God. Dat is beter dan licht en veiliger dan de bekende weg.'(bron onbekend)

Pag. 38-39: Opdracht: stilstaan bij wat ik heb: borderline. (...) Herkendend was:  
●veel onwetendheid en onbegrip ● jezelf snijden ●zwart/wit denken ●agressief gedrag ●gek worden van radeloosheid ●vanaf de eerste ontmoeting aannemen dat die ander jou toch niets waard vindt ●het was een opluchting te weten wat er aan de hand was, dat het borderline was ●er is gezegd tegen mij: er zitten nog zonden in je die genezen moeten worden ●vindt zichzelf dik en lelijk en probeert af te vallen● therapie Young... dat heb ik gevolgd in Bosch en Duin, Eleos. ●Wisselende stemmingen, die zó om kunnen slaan.

Lastig om te lezen was:●(...).●(...).●er zitten nog zonden in je die genezen moeten worden...alsof de persoon die dat tegen me zei, zondevrij was en ik een superzondaar ben omdat ik borderline heb!●(...).● De herinnering aan eetbuien, braken, laxeren.●(...).● de oorzaak moet gezocht worden in een jeugd vol onzekerheid en onveiligheid.

Pag. 148: 'Ook kreeg ik feedback over mijn dagboek, dat de negatieve dingen meer aandacht kregen. Daarbij dan de opdracht: wat maakt dat je meer/eerder aan pijn denkt dan aan geluk? En ook als opdracht: om over mijn angsten na te denken en deze op te schrijven, angsten die mijn gedrag beïnvloeden of bepalen. Angst stuurt me teveel.'

Pag. 258: Tim zegt: 'Ik moet nog zoveel doen,' tegen Sophia, als zij hem vraagt of hij wil meehelpen met de paarden. Tim moet alleen nog wel even kijken wat ie dan allemaal moet doen. Waarom zegt je dat je zoveel moet doen, terwijl je niet eens weet wát je moet doen? Hij kijkt beteuterd. Hij verliest mijn vertrouwen.'

**Stukjes van Elskes site:** (<http://www.elsk.nl/>) Elske over haar schrijven:

'Schrijven doet me goed, van me afschrijven, delen, op papier zetten. Vandaar deze site. Ook hoop ik dat deze site tot betekenis mag zijn voor anderen, in welk opzicht dan ook. Ik kom nog veel onbegrip tegen, ook heb ik het idee dat mensen echt geen flauw benul hebben van waar ik zoal doorheen ga. Ja, ik kan ook nog lachen, maar dat zegt niet dat ik gelukkig ben, dat het goed met me gaat.... Als ik eens werkelijk ging vertellen, over mij, mijn strijd, mijn gedachten, mijn hobbelige leven, een leven zoals ik het me niet had voorgesteld, misschien mag er meer inzicht komen in de wereld van de psychiatrie en de mensen die in aanraking komen met de psychiatrie. Hierbij mijn inbreng om borderline ter sprake te brengen en het is gelijk voor mij een uitlaatklep, om een beetje orde in de chaos van mijn leven en hoofd te brengen.

Elske over zichzelf : (zie <http://www.elsk.nl/page2.php> )

All rolled into one: ontspannen, gespannen, kalm, hyper, tevreden, ongelukkig, op mijn gemak, onzeker, enthousiast, lusteloos, dankbaar, ondankbaar, optimistisch, pessimistisch, war, vurig, enthousiast, meevoelend, meelevend, in de put, beschaamd, somber, egoïstisch, stuurs, eigenwijs, koppig, strijdlustig, chaotisch, gefrustreerd, geërgerd, geïrriteerd, bezorgd, vrolijk, geïnspireerd, verrast, levendig, energiek, sprankelend, lollig, creatief, betrokken, wantrouwig, afhankelijk, hysterisch, nerveus, onafhankelijk, zelfstandig, sterk, leeg, afstotend, uitbundig, alleen, meelijwekkend, verscheurd, wanhopig, oprecht, nieuwsgierig overstuurd, stimulerend, humor, bruisend, open, eerlijk,vlak, etc

<http://www.elsh.nl/page9.php> En op deze pagina een gedicht van Elske over  
borderline:

Borderline is  
Van iemand houden  
maar zeggen van niet.  
(...)  
1 minuut willen leven  
de volgende wil je dood.  
Dan weer in je armen krassen  
uit pijn en in nood  
(...)