

Recensie: Marja Schouten

Charlie Bee: 'En Prozac is mijn paracetamol' Uitgeverij Scriptum, Schiedam 2010. ISBN 97890 55947539 (Depressie/1) Zie ook: www.scriptum.nl

Soort boek/Stijl/Ziekte: Een egodocument over depressie. Charlie, veertien jaar oud, woont bij haar ouders, zit op het gymnasium en heeft een hele sliert vriendinnen. Ze lijkt een doodnormale puber. Als haar ouders besluiten te scheiden, stort haar wereld in. Charlie krijgt paniekaanvallen. De huisarts constateert een depressie. Zie ook: <http://www.enprozacismijnparacetamol.nl/>

Over de schrijfster: Charlie Bee is een pseudoniem. Onder deze naam houdt ze ook een weblog bij. Ze is nu 17 jaar en woont in Breda. Inmiddels gaat ze weer naar school, doet 4/5 havo in één jaar. Charlie wil hierna toegepaste psychologie te gaan doen en daarna psychologie op universitair niveau.

Korte beschrijving: Het boek bestaat uit korte hoofdstukken waarin de schrijfster vertelt over wat haar de laatste twee jaar is overkomen. Haar belevenissen worden afgewisseld met stukjes zelfreflectie. Er volgt een periode van pillen, psychologen en psychiaters. Charlie gaat zichzelf snijden, doet een zelfmoordpoging en komt in een kliniek terecht. Ze schaamt zich, verbergt haar gevoelens achter een masker. Voelt zich waardeloos en kan eenvoudig niet geloven dat anderen van haar houden. Ze slaat wild om zich heen, vooral haar moeder moet het ontgelden. Als haar vriendje op zijn mobieltje een smiley stuurt naar een vriendin, zijn de rapen gaar. Charlie gilt dat ze het uit maakt. Het vriendje blijft - bijzonder volwassen - zeggen dat hij van haar houdt. Dat helpt even, maar Charlie voelt zich steeds schuldiger, raakt uitgeput en wil dood. Ze schrijft een afscheidsbrief. Pas dan dringt het besef door wat voor geweldige mensen ze om zich heen heeft. Dat ze helemaal geen afscheid van hen wil nemen. Dit is het keerpunt. Langzaam klimt ze omhoog uit het diepe dal.

Wat viel op: Charlie weet haar gevoel goed te verwoorden. De stukjes zelfreflectie zijn intelligent en getuigen van zelfinzicht. Hierin vertelt de schrijfster over schaamte en schuldgevoelens.

Citaten: Pag. 132: 'Zestig milligram antidepressiva en veertig milligram antipsychotica, zestien jaar ben ik. Heb je het dan even voor elkaar? Nee. Het gleeed langzaam in me. Waarom glijdt het er niet weer langzaam uit?'

Pag. 51:

 'Mijn depressieve lach
En ik laat niemand zien dat ik kapot ben
 omdat het niet mag
Dus ik lach, maar ik sta stil
 terwijl de rest beweegt'

Recensies: Rosemarie Strubbe (www.cultuurbewust.nl): ‘Het boek maakt de lezers bewust van de vooroordelen die er heersen over pubergedrag. Het is normaal om als puber woedeaanvallen en onredelijk gedrag te vertonen: dat hoort bij het ontwikkelingsproces. Maar er zijn ook pubers die niet uit deze spiraal komen. Niet omdat ze het niet willen, maar omdat het ze niet lukt. Dat is ook wat Charlie over wil brengen met haar boek: depressie is een ziekte en geen aanstellerij.’

Scriptum: ‘Een taboedoorbrekend en openhartig boek voor tieners, ouders en voor iedereen die beroepsmatig betrokken is bij de behandeling van depressieve jongeren.’