

Ben je wakker? De DSM-5 is in gebruik.

Rob Derksen

5 maart 2014

De DSM gids is het handboek dat gebruikt wordt in de reguliere gezondheidszorg voor de classificatie van psychische stoornissen. Hij wordt gebruikt door psychiaters, psychologen, (ortho)pedagogen, professionals in de ggz, (huis)artsen, verpleegkundigen, psychosociaal werkenden en studenten in opleiding tot deze beroepen. Voor hen is de DSM-5 een onmisbaar handboek.

80% van de bevolking aan de medicatie

Volgens deze classificatie is vanaf nu zo'n 80% van de bevolking te diagnosticeren met een psychische stoornis, dus een ziekte. Dat klopt ook wel als je de gids volgt, want velen van ons hebben wel eens last van eenzaamheid, of woede buien, of verlegenheid bijvoorbeeld. Velen van ons hebben een vorm van een verslaving en vanaf nu ben je dan ziek volgens die DSM-5 gids en de visie van de reguliere gezondheidszorg. Velen hebben het wel eens zwaar en voelen zich wel eens down of 'depressief'. Ons gedrag en onze emoties zijn zo verfijnd in hokjes geplaatst, dat zo meer dan 80% van de bevolking een ziekte heeft. Waanzin natuurlijk en ook gevaarlijk als wij er met zijn allen in gaan geloven. Zeker omdat het overduidelijk is dat de commercie achter deze medicalisering zit. De farmaceutenwereld zet miljarden per jaar om en maakt vele miljarden winst. Hoe meer ziektes, lees zieken, hoe meer omzet en winst.

De bevolking raakt steeds meer gedrogeerd, zelfs jongeren en kinderen krijgen op steeds jongere leeftijd psychische medicatie voorgeschreven.

Dit moet stoppen en omgedraaid worden, en KAN ook gestopt worden. Als er maar op een totaal andere wijze wordt gekeken naar gedrag of een psyche dat uit balans is, of mogelijk uit balans zal gaan. Als wij 'uitsluitend' de reguliere zienswijze blijven volgen, dan vrees ik ook dat binnen 10 jaar meer dan 80% van de bevolking een medicatie voor iets gebruikt. Hetzij voor iets fysieks, hetzij voor iets psychisch of voor een uit balans zijnd gedrag, verslaving of angst. Niet nodig en absoluut te voorkomen, als je leert anders naar jezelf te kijken, los van je (mogelijke) klacht of gedrag.

Ik neem mijzelf als voorbeeld

Gezien het uit balans zijnd gedrag dat ik het grootste deel van mijn leven heb gehad en daarbij opgeteld de bakken met emoties, angsten, boosheid die ik lang met mij heb meegezeuld, zou ik volgens een psychiatrische diagnose minstens 5 psychische ziektes hebben; Borderline, depressie, ADHD, vormen van autisme en narcisme en ik zou bipolaire zijn. Mijn verslavingen zouden aangeven dat ik er ook nog een paar ziektes bij heb. Volgens de reguliere benadering van

een mens, ben ik dus ziek, ook niet in staat deze 'ziektes' te helen of te voorkomen. Ik zou dus volgens hen altijd medicatie nodig hebben. Niet waar dus en daarom hoop ik velen 'wakker te schudden'.

Door mijn eigen ervaringen durf ik zo stellig te geloven dat je wel degelijk van een psychisch label, gedragsprobleem of verslaving af kunt komen en je weer met jezelf in balans kunt komen. In mijn ogen is niemand psychisch ziek en minstens 80% van de mensen in staat hun psychische klacht of gedragsprobleem te helen, of te voorkomen (bij bijvoorbeeld hun kinderen).

In de vele workshops, individuele sessies en de lezingen die ik de afgelopen 10 jaar heb kunnen verzorgen, heb ik vele malen het 'bewijs' gezien dat het mogelijk is in je autonomie te komen, mits de persoon open staat voor een holistische benadering van de klacht. Kijk naar de totale mens onder het 'probleem'. Waar is het eerder uit balans gegaan? Op zowel emotioneel, mentaal, seksueel en spiritueel vlak?

Stel de vraag: "Wat is er met mij/ de ander gebeurd, waardoor dit gedrag of disbalans is ontstaan?". Ga er verder vanuit dat iedereen op Zielsniveau het vermogen heeft om disbalansen te helen. De Ziel (de 'Engelachtige' vonk waar ieders kracht, passie, vermogen en wijsheid in zit), was niet ziek en IS niet ziek en heeft ook nog eens het vermogen om je weer terug in balans te krijgen.

Ik vind het zelf dus een gevaarlijke gids die DSM-5. Aan elke diagnose hangt een label en aan dat label is een medicijn gekoppeld. De docufilm "Over lijken gaan" is een aanrader eens te kijken. Mijn mond viel er letterlijk bij open van verbazing. Ik wist niet dat het zo 'erg' was.

De trailer van de film is hier te kijken: [Over lijken gaan](#)

Ik hoop dat veel ouders/opvoeders, mensen die te maken hebben met psychische labels en verslavingen en onderwijzers wakker gaan worden, als ze dat nog niet zijn. Dit gaat niet de juiste kant op als het gaat om het tempo waarin wij gemedicaliseerd raken en ziek gemaakt of gehouden worden door een veel te eenzijdige visie.

Ik adviseer iedereen een goede coach, therapeut, boeken, lezingen of workshops te vinden die je anders laten kijken naar jezelf en je 'klacht', zodat je weer in contact gaat komen met je kracht en jouw vermogen tot transformatie.

Geloof mij, wij zijn veel gezonder dan dat 'zij' zeggen.