

BILMETAFOREN

Om hvordan det kan oppleves å leve med en dissosiativ lidelse

Å ha dissosiative identitetsdeler eller selvtilstander, kan oppleves som om man sitter i en bil med flere passasjerer, hvor **bilen er en metafor på kroppen**.

Når du sitter i førersetet og kjører, er det du som har full kontroll over styringen.



1

Men de andre passasjerene i bilen vil også kjøre, og **kan ta over plassen din i førersetet**, og dermed også ta over kontrollen av bilen.



Noen passasjerer gjør dette ofte (flere ganger om dagen) eller over lengre perioder, mens andre gjør det aldri eller veldig sjeldent.

2

Når dette skjer, kan du enten havne i passasjeret foran, hvor du fremdeles kan se veien, **har oversikt over det som foregår**, og kanskje også kan påvirke sjåføren eller overta styringen igjen ved behov.

Men du kan også havne i baksetet, hvor du bare delvis får med deg det som foregår, og **har liten eller ingen mulighet til å påvirke sjåføren eller bilen**.

3

Eller du kan havne i det lukkede bagasjerommet, hvor du ikke får med deg noe av det som foregår.



Du vil da oppleve **hukommelsestap** eller blackout (amnesi).

4

Det kan være **enighet** om hvem som skal kjøre,



eller det kan bli en **kamp om å sitte i førersetet**.

(Men eieren av bilen har gjerne ikke så mye den skulle sagt, hvis noen andre først har bestemt seg for å kjøre)

Noen ganger vil flere kjøre, mens andre ganger vil ingen.

5



Det kan også være mye **forstyrrende bråk** fra de andre passasjerene, og mange meninger om hvilken retning man skal.

Å ha med disse ekstra passasjerene kan være ganske krevende og slitsomt, **men alle har sin viktige rolle og funksjon, og alle er med på reisen av en grunn!**

6

