

Een klasgenoot spoot chemische troep in mijn oog!

Iris droomt van een carrière als topsportster. Tot een klasgenoot als 'grap' tijdens de scheikundeles een chemisch goedje in haar oog spuit. 'Het deed enorm veel pijn en trampolinespringen lukte niet meer...'

'Mijn liefde voor sport zat er al heel jong in. Vanaf mijn vijfde turnde ik fanatiek en toen ik negen jaar was, vroeg iemand mij of ik een keer wilde komen kijken bij het trampolinespringen. Toen ik dat zag, wilde ik dat ook. Het bleek dat ik talent had en in no time zat ik bij de Jong Talent-selectie. Ik trainde 12 tot 16 uur per week en ik vond het heerlijk. Mijn hele leven begon in het teken te staan van het springen. Ik trainde veel, deed mee aan internationale wedstrijden, reisde naar allerlei landen en ik had er alles voor over om het uiterste uit mezelf te halen. Mijn leven was daar volledig op ingericht. Bij het kiezen van een middelbare school kon ik naar de havo, maar dan zou sporten op een lager pitje moeten komen. Dus koos ik met steun van mijn ouders voor vmbo-tl. Zo kon ik me ook tijdens de middelbare school blijven richten op het sporten. Springen was nu eenmaal mijn passie, vormde mijn toekomst en was mijn uitlaatklep. Het hoorde gewoon bij mij...'

CHEMISCHE TROEP

'Alles veranderde op mijn veertiende tijdens een doodgewone scheikundeles. Het was rumoerig in de klas en wat jongens waren achterin het lokaal aan het dollen. Een kast met stoffen voor scheikundeprófjes, die normaal dicht was, bleek open te zijn. De jongens pakten daar dingen uit zonder dat de leraar het zag. Toen ik naar achteren liep, spoot een van de jongens een chemisch

middel in mijn gezicht. Dit kwam in mijn rechteroog en onmiddellijk had ik enorm veel pijn. Ik ging met mijn hoofd in mijn armen zitten en de leraar werd ingelicht. Die wist niet hoe ernstig het was en gaf aan dat ik met water moest spoelen; dan zou het vast wegtrekken. Maar mijn oog werd roder en dikker en de pijn bleef. Na school ging ik met dat oog trainen. Springen lukte niet, omdat het zoveel pijn deed. Thuis gekomen zagen mijn ouders mijn oog en vertelde ik wat er was gebeurd. Ik liet het altijd zo min mogelijk merken als ik ergens last van had: we zouden het dus even aankijken.'

BLIJVEND LETSEL

'De volgende ochtend was het alleen maar erger en ging ik naar de dokter. Die stuurde me door naar het ziekenhuis, maar daar wisten ze er ook geen raad mee. Dus werd ik van ziekenhuis naar ziekenhuis gestuurd, terwijl ze probeerden te achterhalen wat er met mijn oog aan de hand was. Uiteindelijk bleek dat de kliertjes die traanvocht maken en je oog schoon houden, waren beschadigd. Dit zorgde voor ontstekingen en dat mijn oog niet functioneerde zoals het hoorde. Het zou blijvend letsel zijn. Ik kreeg medicatie maar de gevolgen waren heel erg. Ik had continu pijn en ontstekingen en dit was erger na het springen. Ik was vastbesloten dat te blijven doen. Mensen om mij heen gaven aan, dat ik voor mijn eigen bestwil moest stoppen. Maar voor mij was dat onbespreekbaar. Ik ging zelfs nog mee naar het WK Junioren. Het had het begin moeten zijn van méér, maar het was voor mij het laatste dat ik deed op hoog niveau. Daarna besefte ik dat, hoe hard ik het ook wilde, het gewoonweg niet meer ging. Dus nam ik met veel pijn en moeite de beslissing om te stoppen en belandde ik direct in een zwart gat.'

ZOEK JIJ HULP?

Yes We Can Clinics GGZ is een unieke en gespecialiseerde jeugdinstelling voor behandeling van jongeren tussen 13 en 21 jaar met gedragsproblemen, gedragsstoornissen en verslavingen.
yeswecanclinics.nl

VERLOREN

'Omdat ik zo lang zo intensief bezig was geweest met trampolinespringen, vormde het een onderdeel van mijn identiteit. Wat ben ik zonder het springen, dacht ik dan. Ik had ook geen idee wat ik met mijn tijd moest doen. Na school ging ik altijd trainen, nu had ik ineens niets te doen. Ik vroeg vriendinnen wat zij normaal deden. Tv kijken, zeiden ze dan, of iets leuks doen samen. Maar voor mij was dat geen manier om je uren te vullen, omdat ik gewend was om iets heel intensiefs te doen na school. Hangen op de bank maakte me alleen maar ongelukkig. Naar de buitenwereld toe probeerde ik te doen alsof alles goed met me ging. Vanbinnen voelde ik me verloren. Leven zonder topsport voelde nutteloos. Daarbij vond ik het moeilijk dat de jongen die het ongeluk had veroorzaakt het voor mijn gevoel heel makkelijk achter zich liet. Ik wilde graag het gesprek met hem aangaan en laten weten hoe het mijn leven had veranderd. Hij ging dat uit de weg. Dat voelde heel oneerlijk en kon ik moeilijk een plekje geven.'

ZELFBESCHADIGING

'Op een dag prikte ik me per ongeluk met mijn passer. Er ging een pijscheut door me heen, die ervoor zorgde dat ik even geen emoties voelde. Dat voelde op dat moment zo goed, dat ik mezelf steeds vaker pijn deed door mezelf open te krassen. Dat nam steeds ergere vormen aan waardoor ik vaak bij de dokter zat om de wonden te laten hechten. Mijn ouders probeerden me te helpen, maar ik wilde niet praten over mijn verlies. Als ze er iets over vroegen, reageerde ik bot. Zelfbeschadiging was mijn overlevingsstrategie. Ik had liever fysieke pijn, dan dat ik mijn verdriet moest voelen. Op een gegeven moment zat ik zo een neerwaartse spiraal dat er hulp werd ingeschakeld, maar door praten met een psycholoog leek het niet beter te worden...'

VERSLAGEN

'Ik vond het vooral moeilijk als ik berichtjes zag op social media van meiden met wie ik had getraind: zij waren dan in het buitenland voor wedstrijden. Toen ik dat weer een keer voorbij zag komen, heb ik die nacht weer wonden in mijn arm gemaakt. Die moesten gehecht worden dus ik riep mijn moeder dat we naar het ziekenhuis moesten. Dit hadden we al vaker meegemaakt en het deed me pijn om haar verdriet te zien. Ze wilde me helpen maar ik liet het niet toe. Terwijl we zaten te wachten, keken we elkaar verslagen aan. Er moest iets veranderen al wisten we niet hoe. De volgende dag ben ik op internet gaan

zoeken en kwam ik Yes We Can Clinics tegen. Daar worden jongeren geholpen voor allerlei problematieken. Ik heb me aangemeld voor een intakegesprek en daar werd me verteld dat ik inderdaad terecht zou kunnen. Dat betekende tien weken naar de Ardennen voor intensieve therapie. Ik vond het allemaal heel eng maar ik stond er wel achter. Ik moest dit proberen en een kans geven, zo kon het immers niet langer.'

CONFRONTATIE

'De eerste dagen in de kliniek waren even wennen. Het woord trampolinespringen kon ik nauwelijks uitspreken. Het was niet makkelijk om in het diepe te springen en de controle los te laten. Ik werd heftig geconfronteerd, bijvoorbeeld door weer op een wedstrijdtrampoline te moeten staan. Ik heb diep op mijn gevoel in moeten gaan, hoe ik het miste, wie ik was zonder topsport, de gevoelens die daarmee gepaard gingen en nog veel meer. Dat was moeilijk maar wel erg bevrijdend en helend. Onderweg naar huis na mijn opname praatte ik er in de auto zelfs weer over met mijn ouders. Zij waren stomverbaasd. "Je hebt ons meer verteld in deze anderhalf uur dan in de laatste twee jaar", zei mijn moeder.'

ACCEPTATIE

'Ik ben nu een halfjaar uit de kliniek en ik heb in al die tijd niet meer aan zelfbeschadiging gedaan. Daar ben ik heel trots op, want dat is niet altijd makkelijk. Ik ben nog steeds bezig om het missen van het trampolinespringen een plekje te geven. Ik ga nu eigenlijk pas het rouwproces door, omdat ik het eerder juist wegstoppte. Maar ik kan nu ook dankbaar terugkijken op die mooie ervaringen. Ik had die tijd voor geen goud willen missen! Inmiddels ben ik aangenomen op een sportopleiding. Heerlijk lijkt het me om weer bezig te zijn met sport. Anders dan vroeger maar ik hoop daar mijn weg in te vinden. Wat ik allemaal heb meegemaakt, zowel mijn hoogtepunten als mijn dieptepunten neem ik allemaal mee als levenservaring. Ik heb nu eenmaal kwetsbare en sterke kanten en accepteer deze. Ik ben ervan overtuigd dat beide mij een rijker mens maken. Dit is een lange weg geweest, maar ik ben ongelofelijk dankbaar dat ik er weer bovenop ben gekomen. Ik hoop dat ik met mijn verhaal mensen kan laten zien dat hoe diep je ook zit, er mogelijkheden zijn om weer gelukkig te worden. Dat is mij ook gelukt en ik gun dat iedereen.'