

Door coke voelde ik me heel even minder rot en eenzaam

Megan* (20) was verslaafd aan coke. Hierdoor raakte ze in de schulden en begon ze met stelen.

'Ik zat in groep vijf toen het pesten begon. Iemand die een klas hoger zat, pikte mij eruit. Waarom dat gebeurde, weet ik niet. Ik weet nog hoe naar ik me voelde en hoe angstig ik was om naar school te gaan. Het liefst bleef ik thuis, maar ik durfde mijn ouders niet te vertellen wat er gaande was. Ik was bang dat als zij naar mijn leraar zouden stappen, het pesten alleen maar erger zou worden. Dus hield ik het geheim en voelde ik me eenzaam en rot. Alleen groep acht vormde een beter jaar. De pestkop was van school en ik kon eindelijk met een fijn gevoel naar de les. Dat was heerlijk! Maar toen ik naar de middelbare school ging, kwam ik onverwachts weer op dezelfde school als die pestkop. Toen zonk de moed me echt in mijn schoenen. Zou het dan allemaal weer opnieuw beginnen, dacht ik toen. Gelukkig was het op de middelbare school wel anders. Klasgenoten namen het voor me op, waardoor het pesten minder erg was dan vroeger. Toch voelde ik me altijd anders en wilde ik niets liever dan erbij horen. Ik herinner me de eerste keer nog goed dat een klasgenootje vroeg of ik wiet wilde roken. Ik was niet alleen benieuwd naar het roken, maar vond het ook fijn om gevraagd te worden om mee te doen. Dat gaf me het fijne gevoel erbij te horen. Ook vond ik het effect van wiet lekker aanvoelen, dus ging ik steeds vaker

blowen. De mensen met wie ik dat op school deed, werden mijn vrienden. Via die vrienden leerde ik dan weer andere mensen kennen buiten school met wie ik ook ging blowen. Eindelijk hoorde ik echt ergens bij! Toch bleef dat oude, eenzame gevoel nog in me zitten. Dat ging zelfs met de nieuwe vrienden en het blowen niet weg.'

Eerste keer coke

'Ik hoorde van sommige vrienden dat zij ook weleens coke gebruikten. Zij beschreven wat voor effect dit op ze had en ik werd steeds nieuwsgieriger hiernaar. Ik denk dat ik 17 was toen ik voor het eerst meedeed met het snuiven van coke. De eerste paar keer deed ik dat samen met vrienden. Het gevoel dat ik ervan kreeg, was heerlijk. Ik had me nog nooit zo fijn gevoeld. Dat wilde ik elke dag voelen, dus ging ik steeds vaker gebruiken. Ik begon het ook alleen te doen. Ik deed het vooral 's avonds als ik alleen thuis was, in mijn kamer. Dan voelde

ik me het meest rot en eenzaam. De coke hielp dan om me heel eventjes fijner te voelen.

In het begin gebruikte ik een paar keer per week, maar ik had steeds meer nodig om hetzelfde effect te krijgen. Dus gebruikte ik meer en meer en werd het iets wat ik dagelijks deed. Ik had een bijbaantje waar ik goed mee verdiende. Dat gaf ik allemaal uit aan drugs. Ik denk dat ik per dag wel één tot twee gram gebruikte. De vrienden die zelf ook gebruikten, waren de enigen die wisten dat ik coke gebruikte, en zelfs zij wisten niet hoeveel ik alleen deed. Mijn ouders hadden geen idee. Die zagen wel dat het niet goed met me ging, maar als ze erover probeerden te praten wimpelde ik ze af. Ik wilde niet dat iemand erachter zou komen. Dit was mijn geheim en ik deed alles om dat verborgen te houden. Ondanks alle drugs bleven mijn schoolresultaten wel goed. Dat kwam omdat ik een niveau deed dat ver onder mijn kunnen lag. Ik hoefde

'Ik was niet alleen benieuwd naar drugs, maar vond het ook fijn eindelijk ergens bij te horen'

niet echt mijn best te doen en haalde het dan nog steeds. Hierdoor kon ik ondanks mijn cokegebruik toch mijn diploma halen.'

Schulden en jatten

'Toen ik mijn baantje kwijtraakte, loog ik hierover tegen mijn ouders. Ik werd kort daarna 18 en vroeg direct bij de bank een creditcard aan. Hiermee kon ik rood staan en rekeningen betaalde ik niet meer. De schulden liepen op en ik wist niet meer hoe ik eruit zou moeten komen, want mijn ouders waren in de veronderstelling dat ik nog steeds werkte en geld verdiende. Ik begon te stelen om geld te besparen. Toen ik bij *Albert Heijn* een keer een deel van de boodschappen niet afrekende, liep ik tegen de lamp. Ik werd gepakt en moest naar het politiebureau. Toen ik in een cel zat te wachten tot ik werd opgehaald, had ik een helder moment. Zo wil ik mijn leven toch niet leven, dacht ik. Mijn moeder kwam me ophalen bij het bureau. Ik zag meteen aan haar gezicht dat ze enorm teleurgesteld was. Dat vond ik erg om te zien. Maar toen ze vroeg naar de reden van het stelen, loog ik weer. Ik zei dat ik het alleen voor de kick deed. Dat was natuurlijk niet helemaal waar; ik deed het zodat ik mijn drugsverslaving kon onderhouden. Het leven met dit geheim en alle leugens eromheen voelde zo zwaar, dat ik kort hierna een zelfmoordpoging heb gedaan. Ik zag het gewoon allemaal niet meer zitten. Dit zorgde ervoor dat er hulp werd ingeschakeld. Ik heb uiteindelijk aan hulpverleners verteld dat ik coke gebruikte. Zij hebben me toen geholpen om mijn gebruik steeds meer te minderen. Dat lukte allemaal stapje voor stapje. Maar hulp voor hoe ik me voelde zonder drugs, kreeg ik niet. Terwijl ik juist was gaan gebruiken om dat gevoel niet meer te hebben. Toen ik online las over *Yes We Can Clinics*, voelde ik een klik. Ik belde voor meer informatie en kreeg zo'n goed gevoel van het gesprek, dat ik mijn ouders vertelde dat ik hier graag naartoe wilde. Zij steunden mij

hierin. Ze wisten niet wat er allemaal speelde, maar wilden graag dat ik geholpen zou worden. Ik hoopte dat deze opname voor mij een keerpunt zou kunnen vormen.'

Een schone lei

'Toen ik bij *Yes We Can Clinics* kwam, voelde het meteen goed. De mensen waren warm en ik wilde me graag openstellen. Maar toen ik verhalen hoorde van anderen die er zaten, vond ik mijn eigen verhaal niet goed genoeg. Toen ik over mezelf moest vertellen, verzoon ik er daarom een hoop ellende bij. Als er werd doorgevraagd, klapte ik dicht of werd ik boos omdat ik niet wilde dat ze door zouden krijgen dat ik loog.

'Op mijn achttiende vroeg ik direct een creditcard aan zodat ik rood kon staan'

Toen ik er zeven weken zat, knapte er iets in me. Ik besloot de waarheid te vertellen. Ik vertelde alles. Hoe ik zoveel coke had gebruikt, had gejat, hoe ik me voelde vanbinnen en dat ik dingen had verzonnen. De reactie die ik kreeg was zo positief! Mensen vonden het knap dat ik de waarheid durfde te vertellen. Ik heb daarna ook voor het eerst alles aan mijn ouders verteld. Voor hen was het een enorme schok. Ik had het zo goed verborgen gehouden dat ze nooit hadden gedacht dat ik drugs gebruikte. Ze reageerden ook heel positief. Toen ik na tien weken naar huis mocht, bleek dat mijn ouders al mijn schulden voor me hadden afbetaald. 'We willen dat je met een schone lei kan beginnen', zeiden ze. Ik vond het wel eng; ineens uit de veilige omgeving van de kliniek. Maar ik was vastbesloten deze kans te pakken. Ik wilde ervoor zorgen dat mijn ouders geen spijt zouden krijgen voor hun vertrouwen in mij en het bieden van

een nieuwe start.

Het is nu anderhalf jaar geleden dat ik weer thuiskwam en het gaat erg goed met mij. Ik heb banden met mensen van vroeger die ook gebruikten helemaal verbroken. Ik was zo klaar met het leven dat ik vroeger leefde, dat het niet moeilijk was om daar afscheid van te nemen. Dat waren ook geen echte vrienden, maar mensen die in mijn leven waren door de drugs. Ik heb een leuke vervolgopleiding gekozen waar ik in september mee zal beginnen. Ik heb ook weer bijbaantjes waarmee ik geld verdien. In plaats van het kopen van drugs doe ik nu veel leukere dingen met mijn geld. Ik leg wat opzij, betaal mijn rekeningen, koop leuke cadeautjes voor mensen die

jarig zijn of verwen mijn honden met iets leuks. Mijn leven is dus compleet anders. Het is me gelukt om in die anderhalf jaar tijd niet één keer terug te vallen. Daar ben ik heel trots op. Ik herken wanneer ik me niet goed voel en dan ga ik naar meetings om daarover te praten met andere mensen. Dat helpt mij heel erg door de moeilijke momenten heen. Het geeft mij ook een goed gevoel als ik anderen kan helpen door er voor hen te zijn. Als ik terugkijk op de tijd dat ik drugs gebruikte, snap ik niet hoe ik me toen voelde. Ik kan nu pas echt mezelf zijn. Ik ben daarom vastbesloten om nooit meer terug te vallen in mijn oude gewoontes. Daarvoor is mijn leven nu te mooi.'

Kijk voor meer informatie over *Yes We Can Clinics* op www.yeswecanclinics.nl