

Verslaving aan drugs

Een beetje anders thuis

Als je vader of moeder verslaafd is aan drugs, kan dit voor iedereen thuis moeilijk zijn. Geen enkele ouder kiest voor een drugs probleem. Het is een ziekte. Je ouder kan soms anders doen als hij of zij drugs heeft gebruikt. Misschien is er thuis wel vaker ruzie of moet je (tijdelijk) ergens anders wonen. En wil je iets vertellen, dan luisteren je vader of moeder misschien niet zo goed als anders. Ze zijn er met hun hoofd niet bij. Het kan ook zijn dat je denkt dat het door jou komt dat je vader of moeder zich niet goed voelt. Maar dat is niet zo. Jij kan er niks aan doen. Hier leggen we uit wat er met je vader of moeder aan de hand is en kun je een verhaal lezen van iemand anders die hetzelfde heeft.

Wat is er aan de hand?

Mensen die aan drugs verslaafd zijn, vinden het erg moeilijk geen drugs te gebruiken. Ze willen vaak heel graag stoppen, maar dit lukt dan niet zomaar omdat ze zich dan bijvoorbeeld extreem verdrietig gaan voelen. De drugs geven hen namelijk een beter gevoel. Dit fijne gevoel is dan zo sterk en belangrijk, dat ze niet meer zonder kunnen. Ook als ze door de drugs problemen krijgen met werk, relaties of hun gezondheid. Ze hebben dus echt hulp nodig om te stoppen. Ze krijgen na het stoppen ook hulp om beter om te gaan met hun gevoelens, bijvoorbeeld door te praten of te sporten. De ene verslaving werkt anders dan de andere. Iemand die aan heroïne of wiet verslaafd is, wordt bijvoorbeeld heel erg rustig als die gebruikt heeft en iemand die aan cocaïne of xtc verslaafd is, wordt juist heel erg actief.

Hoe komt het?

Sommige mensen gaan drugs gebruiken als ze het erg moeilijk hebben. Ze zijn bijvoorbeeld heel erg verdrietig omdat iemand dood is gegaan of heel erg boos omdat ze ontslagen zijn. Of ze hebben andere problemen die moeilijk op te lossen zijn. Wanneer ze drugs nemen, voelen ze die problemen eventjes niet zo. Ze voelen zich door de drugs zelfs een stuk prettiger. Maar na een tijdje raakt die persoon gewend aan de drugs en aan het gevoel dat de drugs geven en kan dan niet meer zonder. De hersenen zijn dan verslaafd en daarom is het lastig te stoppen. Als je een lange tijd veel drugs gebruikt, raakt het lichaam eraan gewend en word je ziek als je een tijdje niet gebruikt. Op het laatst kan iemand niet meer zonder omdat hij zich ziek gaat voelen.

Hallo, ik ben Youri!



“Het gaat over mijn moeder. Ze kan heel goed knuffelen en maakt grapjes. Wat lastig is, is dat mijn moeder het heel moeilijk vindt om geen drugs te gebruiken. Zij belooft vaak dat ze het niet meer zal doen, maar toch neemt ze steeds opnieuw weer drugs. Als we thuis zijn kan tenminste niemand het zien. Maar als we bij familie of vrienden zijn, schaam ik me wel eens voormijn moeder. Ze wordt meestal heel sloom als zij drugs genomen heeft. Ze zit stil in een stoel en je kan niet goed met haar praten. Het lijkt alsof ze er niet bij is.

Mijn ouders hebben vaak ruzie als ze drugs heeft gebruikt. Mijn zus en ik gaan dan meestal naar onze kamer omdat we liever met zijn tweeën zijn. De volgende dag heeft mijn moeder bijna altijd spijt. Zij voelt zich ziek en verdrietig en dan heb ik eigenlijk wel weer medelijden met haar.

Mijn moeder had vroeger veel vriendinnen, maar nu gaan ze niet graag meer met mijn moeder om, terwijl zij toch ook heel lief kan zijn. We zien dus niet veel mensen meer bij ons thuis en ik neem ook liever geen vriendjes mee naar huis. Wel speel ik vaak bij mijn beste vriend Ischa, dan gaan we samen gamen. En ik ben pas naar de KOPP/KOV groep geweest. Daar kun je praten met andere kinderen die ook een vader of moeder hebben met zulke problemen. Dan merk je dat je gelukkig niet de enige bent! We kregen ook tips hoe je ermee om kan gaan en we leerden dat de problemen van onze ouders niet onze schuld zijn.”



Kopstoring

Op www.kopstoring.nl vind je informatie voor, over en door jongeren met een ouder met psychische of verslavingsproblemen. Hier staan tips en verhalen van andere jongeren en een lijst met filmpjes en boeken.

Andere informatieboekjes uit de reeks

Er bestaan informatieboekjes speciaal voor kinderen (van 2 tot 18 jaar) van ouders met psychische en/of verslavingsproblemen en hun ouders. Hierin lees je over handige tips voor jezelf, hoe je hulp en informatie kan vinden, en worden vragen van andere jongeren en kinderen beantwoord. Je vindt alle informatieboekjes KOPP/KOV in de webwinkel van het Trimbos-instituut: www.trimbos.nl/webwinkel.