

Adam heeft een ouder met een verslaving. Adam vindt dat moeilijk. Wat kan hij doen?



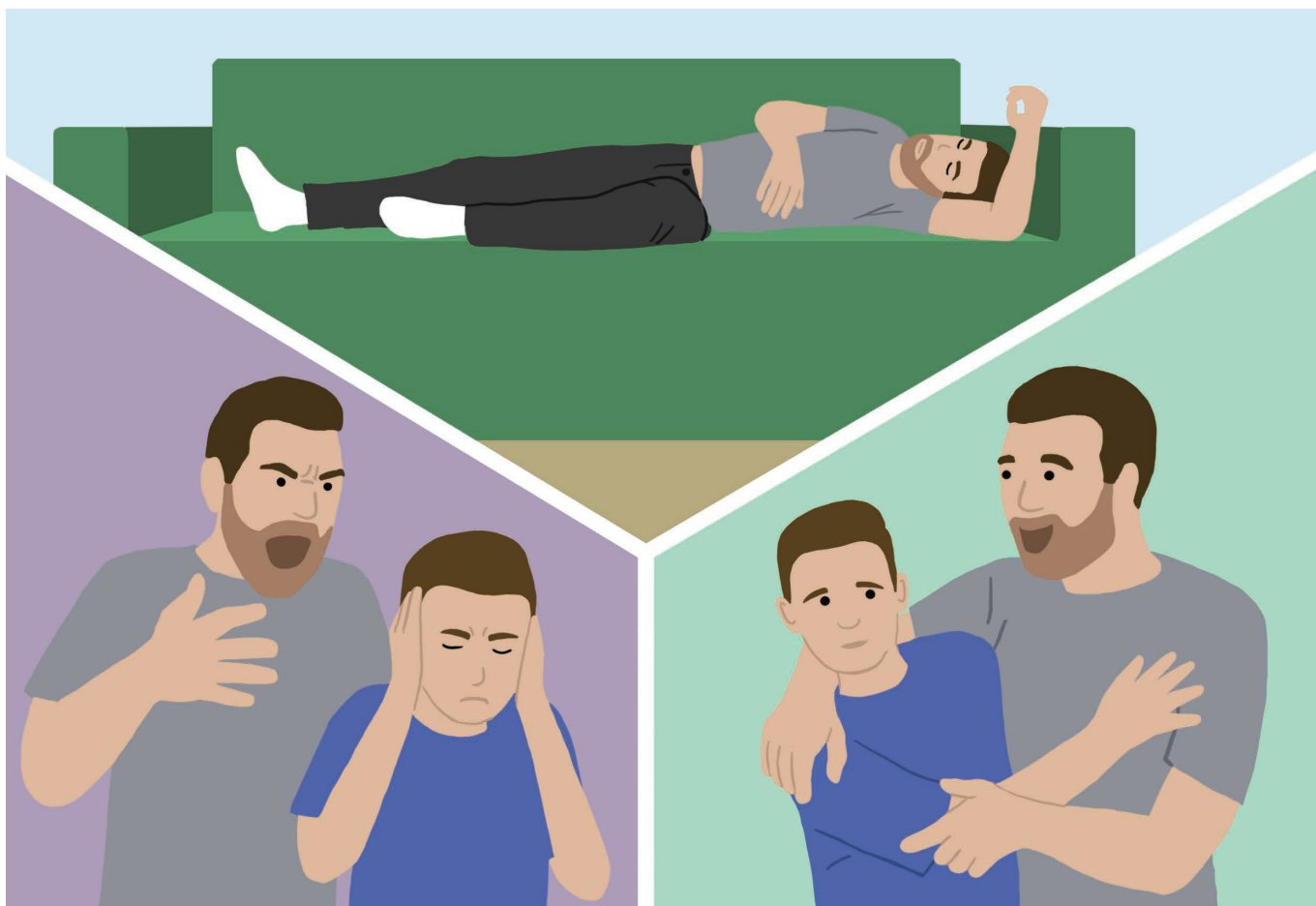


Dit is Adam

Hij woont bij zijn vader. Samen met zijn zusje.

Zijn ouders zijn gescheiden. Adams moeder woont in het buitenland.

Adam voetbalt graag met zijn vrienden.



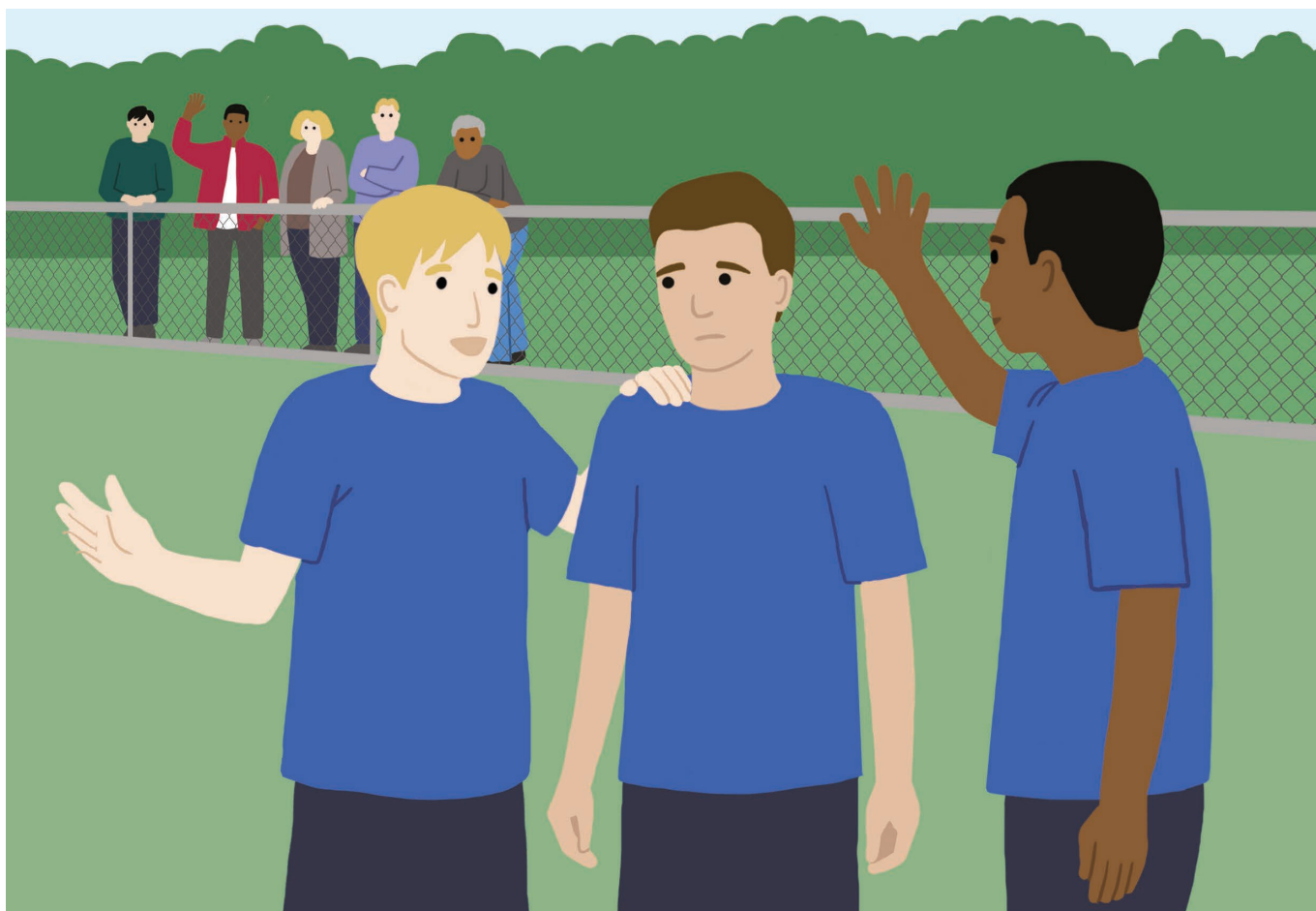
De vader van Adam doet anders dan eerst

Hij ligt soms uren op de bank en wil niks doen. Hij is soms opeens heel boos en dan weer blij. Hij zegt soms gekke dingen die Adam niet begrijpt en hij kijkt af en toe raar.

Adam let goed op zijn vader. Want hij weet nooit hoe zijn vader zich die dag voelt. Adam weet dat zijn vader vaak alcohol drinkt en drugs gebruikt.

Zijn vader praat weinig met Adam en zijn zusje. Ook doet zijn vader weinig in huis, zoals koken en schoonmaken. Daarom doet Adam veel in huis. En Adam zorgt vaak voor zijn zusje.

Adam begrijpt niet goed waarom zijn vader zo doet.



Adam vertelt niet aan anderen hoe hij zich voelt

Adam is verdrietig en boos. Ook op zijn vader. Hij denkt dat zijn vader misschien niet van hem houdt. Adam zoekt op internet wat er met zijn vader kan zijn.

Hij denkt dat anderen het niet begrijpen. Adam schaamt zich voor zijn vader, dan is hij bang dat anderen slecht gaan denken over zijn vader. En hij is bang dat zijn vader boos wordt als hij iets vertelt.

Adam merkt dat het bij hem thuis anders gaat dan bij vrienden. Adam heeft weinig tijd voor leuke dingen. Hij kan vaak niet naar de voetbaltraining. Er is weinig geld voor leuke dingen.

Adams vader gaat niet mee naar voetbal. Vrienden van Adam vragen waarom zijn vader nooit komt kijken.



Adam denkt ook op school veel na over thuis

De docent op school ziet dat Adam niet goed kan opletten in de klas. Zijn cijfers zijn minder goed dan eerst. De docent van Adam merkt ook dat Adam soms verdrietig is.

De docent vraagt hoe het thuis gaat. Eerst vindt Adam het moeilijk om te praten over zijn vader. De docent zegt dat het belangrijk is om te praten. Praten helpt. Je hoeft niet bang te zijn of je te schamen.

Adam kan de docent vertrouwen. Adam vertelt hoe het thuis gaat. De docent luistert goed en denkt dat Adam met iemand moet praten die hem kan helpen. Het is belangrijk dat Adam goed voor zichzelf zorgt.

De docent van Adam praat ook met Adams vader. Eerst schrikt de vader van Adam. Hij begrijpt wel dat Adam extra hulp kan gebruiken. Adams vader vertelt dat hij verdrietig is door de scheiding.



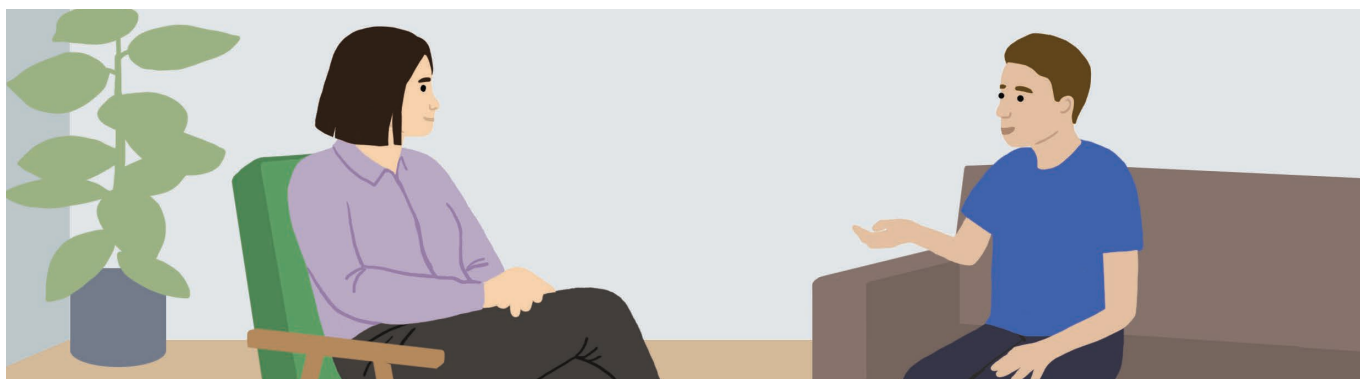


Adam gaat naar het wijkteam

Adam praat eerst met zijn tante. Zij begrijpt de situatie thuis. Adam gaat met zijn tante naar het wijkteam. Zij kunnen helpen. Anderen die kunnen helpen zijn bijvoorbeeld de zorgcoördinator op school, een maatschappelijk werker, iemand van het buurtteam, huisarts, jeugdarts of schoolarts.

Adam kan die persoon vertrouwen. Zijn verhaal is veilig en blijft geheim als hij dat wilt. Zij doen dit voor veel jongeren. Anderen hoeven niet te weten dat hij steun krijgt.

Je mag altijd iemand meenemen naar een afspraak. Iemand die je vertrouwt.



Adam krijgt steun van een begeleider

Het wijkteam zoekt samen met Adam een begeleider. Een begeleider geeft uitleg en helpt met de zorgen die iemand heeft. Adam mag zelf kiezen of hij steun wil van een begeleider.

Adam praat over thuis. Hij krijgt uitleg over wat er is met zijn vader. En wat dit voor Adam zelf betekent.

Ook praat hij in een groep met andere jongeren die hetzelfde meemaken. Adam vindt het moeilijk om te praten, maar het helpt wel. Praten kan helpen om je beter te voelen. Adam merkt dat hij niet de enige is. De andere jongeren begrijpen goed hoe Adam zich voelt. Ook doen de jongeren samen leuke dingen.

Adam leert dat het niet zijn schuld is. En dat hij hulp kan krijgen. En zijn zusje en zijn vader ook. Adam leert dat hij niet dezelfde problemen als zijn vader hoeft te krijgen later.



Adam heeft een vader met een verslaving

Een verslaving is een ziekte. Iemand heeft dan alcohol of drugs nodig om zich goed te voelen. Zonder alcohol of drugs voelt iemand veel verdriet of stress. Daarom is het heel moeilijk om te stoppen. De alcohol of drugs spelen de baas over het hoofd en lichaam. Met de juiste hulp kan iemand zich beter voelen.

Mensen kunnen ook verslaafd zijn aan medicijnen, gokken, gamen, shoppen of internetten.

Door de verslaving is het voor de ouder soms moeilijk om aandacht aan het kind te geven. Een kind kan hier veel last van hebben. Het is goed om steun te vragen als je je niet goed voelt.

Er zijn heel veel redenen voor een verslaving. Niemand kiest ervoor om verslaafd te raken. Het is nooit de schuld van het kind. Die persoon kan zelf hulp gebruiken. Sommige ouders willen hulp, andere niet.



Er zijn veel andere jongeren die dit thuis ook meemaken

Overall bestaan ouders met een verslaving. In Nederland hebben ongeveer één of twee jongeren per klas een ouder met een verslaving.

Iedereen gaat hier anders mee om. Sommige jongeren zijn boos op de ouder. Of schamen zich. Of ze denken dat het hun schuld is. Het is normaal als je daar soms last van hebt.

Je bent niet de enige. Je hoeft je niet te schamen.



Adam praat met zijn vader

Adams vader gaat ook mee naar de begeleider. Zijn vader wil dat Adam zich goed voelt. En dat Adam het thuis fijn heeft en plezier maakt. Adam leert dat hij niet voor zijn zusje of vader hoeft te zorgen.

Adam begrijpt nu beter wat er met zijn vader is. Adams vader begrijpt dat het soms moeilijk is voor Adam. En hij is trots op Adam dat hij steun heeft gezocht. De vader van Adam wist dat er steun nodig was. Maar hij wist niet goed hoe hij kon helpen.

Soms lukt het de ouder met een verslaving niet om mee te gaan naar een begeleider. Of de ouder wil niet mee. Het kind mag dan ook altijd iemand anders meenemen die het vertrouwt. Bijvoorbeeld de andere ouder, of iemand uit de familie.



Adam voelt zich beter

Hij maakt zich minder zorgen en schaamt zich minder voor zijn vader. Adam zorgt goed voor zichzelf. Hij heeft meer plezier. Adam gaat weer elke week naar voetbal.

Hij hoeft niet meer voor zijn zusje of vader te zorgen. De tante van Adam kookt voor hem en zijn zusje, als zijn vader zich niet goed voelt. Adam kan altijd naar zijn tante als het thuis even niet fijn is.

De vader van Adam krijgt hulp. De vader van Adam voelt zich soms nog niet goed. Adam weet nu met wie hij kan praten als hij zelf verdrietig of boos is. Adam doet weer leuke dingen. Ook af en toe met de jongeren die hij kent via de begeleider.

Tekst: Isabel Gosselt, Nienke Bekkema, Lily Menco en Tessa van Doesum.

Illustraties: Monica Hajek

Klankbordgroep: Marzouka Boulaghbage, Iyad Abdullah, Anna de Haan, Iris Doldersum, Erika Espinola y Vázquez, Lonneke Heere, adviesraad KOPP/KOV Trimbos-instituut en Anouk de Gee.

Onmisbare hulp: De jongeren die ons hielpen deze beeldverhalen te testen.

© Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie en Trimbos-instituut, 2022.

Beeldverhalen en de animaties in meerdere talen van deze uitgave, waaronder in het Nederlands, Pools, Tigrinya en Arabisch, vind je op de websites van het [Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie](#) en [Trimbos-instituut](#).

De beeldverhalen en animaties zijn mogelijk gemaakt door Stichting Hulp aan kinderen in gezinsverpleging.

