

Ditmaal stop ik ECHT!

44 jaar hulpverlening aan verslaafden in binnen- en buitenland

Een reisverslag

Sjaak Monster

Ditmaal stop ik ECHT!

44 jaar hulpverlening aan verslaafden in binnen- en
buitenland

Een reisverslag

Sjaak Monster

© Sjaak Monster

ISBN 9789403769639

Foto omslag: Joël Monster

2025

Uitgeverij Heijink Hardenberg

Voorwoord

Het is mij door de jaren meermaals gezegd, 'je zou een boek moeten schrijven over wat je hebt meegemaakt in je werk met verslaafde mensen'. Het is er, nu ik inmiddels al enkele jaren gepensioneerd ben, dan eindelijk van gekomen. Bijna vierenvestig jaar trok ik als hulpverlener met hen op. Mijn eigen jeugd werd gekenmerkt door excessief alcohol - en, in mindere mate, druggebruik. Ik zocht euforie en verdoving en liep steeds verder vast. Het is de reikende hand van God geweest die mij uit deze put heeft gehaald. En dat was dan ook de reden dat ik op 1 mei 1977 koos voor een betrekking bij Stichting De Hoop in Dordrecht. Toentertijd was dit een beginnend opvangwerk voor verslavingszorg, inmiddels is dit uitgegroeid tot een Christelijke GGZ instelling met een zorgaanbod voor kinderen, jongeren en volwassenen met psychische -, of verslavingsproblemen. De aangeboden hulp wordt online en ambulant aangeboden, maar ook door opname in de kliniek, deeltijdbehandeling, of wonen.¹

In eerste instantie dacht ik dit werk wel voor enkele jaren te willen doen, het werden er vele jaren meer. Het werk pakte mij zodanig dat het uiteindelijk 'mijn leven' werd. Het was kostbaar met de gasten, want zo noemden wij hen, samen te zijn. Hun achtergronden, hun worstelingen, hun vasthoudendheid om uit de greep van verslaving te komen, hun capaciteiten, ze raakten mij diep. Stuk voor stuk kostbare mensen die om allerlei uiteenlopende redenen het gebruik van middelen niet in de hand hebben weten te houden. Niemand kiest voor een carrière als verslaafde, het sluipt je leven binnen.

Ik was getuige dat velen hun verslaving, doorgaans na meerdere pogingen, met succes achter zich wisten te leggen en een gezond en betekenisvol leven wisten te leven. Helaas stond ik ook meerdere malen bij een graf van iemand die mij deelgenoot had gemaakt van zijn of haar leven. Altijd weer was dat een enorme schok voor de gasten en de medewerkers van De Hoop. Laat staan de intense tragedie voor de familie en vrienden. Te jong, hoe bestaat het, het leek toch goed te gaan, wat is de aanleiding geweest?

Het deed mij steeds weer stilstaan bij het gevecht dat gevoerd moest worden in de hulpverlening, het ging immers niet om het oppoetsen van een leven, het ging om leven of dood. Terugval tijdens of na de behandeling kon radicaal verkeerd aflopen. En ook al heeft iedere verslaafde medemens zelf een eigen

¹ www.dehoop.org

verantwoordelijkheid, toch beseftte ik dat ook mijn bijdrage een wezenlijk verschil zou kunnen maken. Dit door het delen van mijn eigen leven, het tonen van liefde en hoop, het toekennen van respect en waardigheid en - als men daarvoor open stond - het wijzen op een liefdevolle God.

In dit boek deel ik verhalen van allerlei belevenissen die ik met deze doelgroep, met hun familieleden, met collega's en met organisaties heb meegemaakt. Dit niet alleen in Nederland, maar ook in mijn werken met hulpverleners, organisaties en verslaafden in andere landen. Gewone verhalen die ik mij herinner, geen diepe reflecties, geen wetenschappelijk onderzoek, of filosofische beschouwingen. Ik pretendeer niet alle inzicht te hebben hoe met verslaafden te moeten werken, ik heb juist veel van hen geleerd. Het doel van dit boek is niet om handreikingen te doen aan hulpverleners hoe het zou moeten, ik kijk terug op allerlei situaties waarin mooie, ernstige, humorvolle en dwaze gebeurtenissen de revue hebben gepasseerd. Ik spaar mijzelf daarin niet, want ik heb de plank vaak volkomen misgeslagen.

Als aan het einde van dit boek (meer) respect is gegroeid voor de verslaafde medemens, diens familie en al die bewogen hulpverleners, dan zou dit een heel mooi resultaat zijn. Daarnaast stel ik in de laatste hoofdstukken van dit boek enkele kritische vragen over mogelijke bijwerkingen van onze Nederlandse kwalitatief en professioneel zeer goed toegeruste verslavingszorg. Ik doe dit aan de hand van mijn jarenlange ervaringen in een aantal andere landen.

Ik heb geprobeerd de inhoud van dit boek 'luchtig' te houden. Dit boek draagt de titel 'Ditmaal stop ik ECHT!' Dit refereert aan de vele malen dat verslaafden voor de zoveelste maal de keuze maakten voor een behandeling om hun verslaving te doorbreken. Bij de intake klonk het dan vaak, 'ditmaal zit ik er echt anders in, ditmaal moet het echt gaan lukken, ditmaal kom ik hier echt voor mijzelf en niet voor mijn ouders'. 'Ditmaal' spreekt dan over de vele niet succesvolle pogingen die men al heeft ondernomen en de vasthoudendheid dat het toch eens moet gaan lukken. 'ECHT' benadrukt dat men het meent, zelfs bijna tegen beter weten in dat het al die keren daarvoor niet gelukt is.

Zo herinner ik mij Willem², die wij in ongeveer twintig jaar ongeveer twintig keer opnamen. Na elke behandeling daarvoor viel hij weer terug. Uiteindelijk is het hem 'ECHT' gelukt. En dan Miriam, die ik gedurende ruim dertig jaar vele

² Alle namen van gasten (cliënten van De Hoop) in dit boek zijn niet de echte namen van de betrokkenen.

malen binnen zag komen en weer zag gaan. Ik was er deelgenoot van dat ze een relatie kreeg met een andere gast van De Hoop, dat ze trouwden, dat ze kinderen kregen, dat ze terugviel, dat zij scheiden, dat ze weer bij ons kwam, etc. Nu is zij zeventig, al jaren 'ECHT' vrij van elk gebruik en een gelukkige oma. Wat een geweldige vrouw, chapeau!

Sjaak Monster
2025

Inhoudsopgave

Voorwoord	5
Vierenveertig jaar	11
Een reisverslag	15
Deel 1: Verslaafden en hun familie	18
Inleiding	19
De verslaafde	21
Een carrière als verslaafde bestaat niet	22
De familie	24
Het telefoontje om 03.30 uur	26
Vreet die pot dan maar helemaal leeg	27
Meerdere kinderen uit één gezin	29
Het hele gezin verslaafd aan de verslaafde	30
Kinderen van drugsverslaafde ouders	32
Niemand weet het hier	34
Deel 2: Opnieuw om hulp vragen	35
Inleiding	36
Bergbeklimmers	37
Ditmaal kom ik echt voor mijzelf!	39
Henk of Hennie?	41
Deel 3: Loskomen van de verslaving	42
Inleiding	43
Red hen die ten dode gegrepen zijn	45
Doodgaan durf ik niet, leven kan ik niet	47
Terugval	49
De dood in zijn ogen	51
Machteloos toekijken	52
Het verhaal van Maarten	54
Ja maar, ik wil een groene	55
Het kleine jongetje of meisje binnenin jou	57
Bondjes	58
Ondeugd en een ei	59
Kinderlijk geloof	60
De Italiaanse dame	61
Aandacht en een bikini	63
Niet de vloed, maar de eb	64
Hulpverlenen	65
Afkicken moet, geloven mag	66

Aangeleerde hulpeloosheid.....	67
Lees de bijsluiters.....	68
De sleutel zit aan de binnenkant	70
Liefdevolle duidelijkheid.....	72
Blunders.....	74
Practice what you preach	75
Mijn kantoor stond altijd open.....	77
De hulpvraag buiten kantooruren	79
Protocollen en vrije ruimte.....	80
Helende humor.....	82
Genieten van het normale.....	83
Feestdagen vieren met de gasten en ons gezin	85
Hulpverleners en vaders en moeders.....	86
Deel 4: Oriëntatie op een verslavingsvrij leven	88
Inleiding	89
Eigenwaarde	90
Koningen en koninginnen	92
Roepen in de kerk.....	94
Emigreren	96
Een nieuw sociaal netwerk.....	98
Verliefd op een mede-gast	100
Kijken over de schutting van je eigen bestaan	102
Deel 5: Re-integreren in de samenleving	104
Inleiding	105
Wonen, werken en waardigheid	106
Heroïne zodat hij maar niet zou huilen	108
Vriendschap na de behandeling	109
Het gevaar van het podium	110
Als eigen kracht tekortschiet?	112
Deel 6: Inzet van lotgenoten	116
Inleiding	117
Zienswijzen die elkaar (lijken te) bijten	118
Zelfhulpgroepen (12 stappen)	120
Victory Outreach	123
Pauluskerk	125
Exodus	127
Getrainde ervaringswerkers	135
Ervaringswerk.....	137
Hulpverlenend hulpvragen	141

Deel 7: Verslavingszorg buiten Nederland	148
Inleiding.....	149
De culturele context die mede bepaalt	151
Harm-reduction versus abstinentie gerichte verslavingshulpverlening	153
Wat hebben zij gemeen.....	161
Deel 8: Verslavingshulpverlening in relatie tot zijn culturele context.....	163
Inleiding.....	164
Hofstede en zijn onderzoek naar de culturele context van gezondheidszorg.....	165
Resumé	169
Wat is verslaving en wat heeft een verslaafde nodig aan hulp en ondersteuning?.....	172
Nederlandse verslavingshulpverlening in relatie tot haar culturele context	175
De culturele component van hulpverlening aan verslaafden.....	182
Deel 9: Afsluiting en terugblik	184
Tot slot.....	185
Fotogalerij buitenland	188
Roemenië 1990 – 2007.....	190
Rusland 2001	193
Roemenië 2002 – 2020.....	196
Tadzjikistan 2007	198
Kazakhstan 2009.....	199
Oekraïne 2012	200
Oekraïne 2013	201
Iran 2014	202
Iran 2015	204
Iran 2016	206
Kazakhstan 2018.....	207
Mongolië 2018	211
Rwanda 2018.....	214
Mongolië 2019	215
Italië 2019.....	217
Mongolië 2022	219
Mongolië 2023	219

Vierenveertig jaar

1 mei 1977, de dag dat ik mijn intrede deed als groepswerker bij Stichting De Hoop in Dordrecht. Zo groen als gras als het gaat om hulpverlening. Met een rugzakje van excessief alcohol – en in mindere mate – druggebruik. Desondanks toch mijn MULO en MTS Werktuigbouw afgerond. Tijdens mijn stage voor de MTS drong het tot mij door dat ‘de metaal’ niet mijn ding zou worden. Als toegevoegde ervaring gaven zeven ongelukkige jaren (14 - 20) en een ontmoeting met de liefde van God de doorslag om met verslaafden te gaan werken.

Die zeven ongelukkige jaren vraagt om enige toelichting. Wel, daar komt hij. Je zult maar de achternaam ‘Monster’ hebben. En dat heb ik geweten ook. In Gouda, de plaats waar ik opgroeide, waren mijn opa en oma en ons gezin de enigen met deze naam. Dit resulteerde in gruwelijk gepest worden. Nagewezen en nageroepen op school, op de voetbal, op straat en in het zwembad. Benamingen als ‘monster en draak’ en ga zo maar door. En dan ook nog voortdurend opgebeld worden met allerlei reacties aan de andere kant van de lijn. Ik schaamde me dood en wilde het liefst wegkruipen op elke plek waar die naam klonk. Het maakte me stik onzeker.

Gelukkig was daar de soos van de Gereformeerde Kerk, waar ik als veertienjarige een kijkje ging nemen en mijn eerste jointje rookte en alcohol dronk. Ja, ja, en die gereformeerde ouders van ons maar denken dat hun kinderen het daar netjes naar hun zin hadden. En dat hadden ze ook! Het waren de laatste jaren van de hippietijd en de muziek van Bob Dylan, Pink Floyd, Stones en Jimmy Hendrix werden al snel het einde voor mij. Ik kreeg vrienden in de soos en voelde me geaccepteerd. Natuurlijk werd de haardracht in lengte aangepast en een oorbel aangemeten. Stoned en laveloos zijn was, in het begin alleen in de weekenden het vaste patroon, later ook meer door de week. Met name mijn vader, ouderling in de kerk had het, zeg ik nu achteraf, terecht erg moeilijk met mijn gedrag. Onze relatie liep volkomen stuk. Wat heb ik het mijn ouders moeilijk gemaakt!

In die tijd natuurlijk ook de eerste keer verkering, waarna er velen volgden. Niets vulde evenwel de innerlijke leegte. Het experimenteren met alcohol, Cannabis, LSD en Opium was even geweldig, maar daarna weer op zoek naar de volgende extase. Achttien jaar en mijn lever deed zeer van de alcohol. Een zeer goede en inmiddels bekeerde vriend, ooit mede gebruiker, vond mij zwaar

onder invloed van de Opium en nodigde mij uit om te komen praten. Dat wilde ik natuurlijk niet want dan kreeg je dat gepreek over Jezus.

Mijn vader en moeder confronteerden mij niet meer, het hielp toch niet, maar baden voor me. Ik zag mijn vader zo vaak op zijn knieën. Terugkijkend denk ik dat het hun gebeden zijn geweest die mijn redding zijn geworden. Ik heb die oude vriend uiteindelijk bezocht toen ik twintig was en op dezelfde avond mijn leven in de handen van God overgegeven. Het begin van een nieuw leven. Ik herinner mij nog zo goed dat er vrede en rust in mijn harde hart kwam en, voor mij een groot wonder, liefde voor mijn vader waar ik zo enorm mee botste.

Was het toen allemaal direct in kannen en kruiken? Nee hoor! Er stond al een reis gepland naar Israël om daar drie en een halve maand in een kibboets te gaan werken. Dit als tussentijd tussen het beëindigen van de MTS en de op komst zijnde dienstdtijd. Ik vond het een geweldige tijd. De kibboets, een plek waar jongeren uit de hele wereld samenkwamen. Ik zag kans geen drugs meer te gebruiken en ook de drank bleef binnen de perken. En verder, leve de lol natuurlijk. Mijn keuze voor God ging in de ijskast. Pas in militaire dienst begon ik mij te realiseren dat ik gespeeld had met de aanwezigheid van Hem in mijn leven. De vrede in mijn hart was weer weg en ik ervaaarde Hem niet meer. Paniek, ga ik voor eeuwig verloren?

Het resultaat werd een meer dan ooit ernstig zoeken van God, met als gevolg een diepe ervaring dat Hij mij opnieuw vergaf. Ik heb letterlijk gevoeld opgetild te worden en in Zijn armen te mogen liggen. In de maanden daarna werd ik geattendeerd op De Hoop, die een centrum openden in Dordrecht. Het maakte dat ik geen gehoor gaf aan mijn eerdere plannen om na mijn dienst terug te keren naar Israël, maar solliciteerde bij De Hoop. En aangenomen werd.

De eerste vijf jaar werkte ik als groepsbegeleider binnen de detox van De Hoop, gevolgd door twintig jaar afdelingshoofd van respectievelijk een therapieboerderij en een woonproject (re-integratie fase). Een managementfunctie beviel mij op gegeven moment niet meer en ik koos ervoor om weer direct als hulpverlener in contact te zijn met de doelgroep. Het werd een afdeling voor post klinische behandeling. In combinatie met deze functie werd ik uitgeleend aan andere instellingen in Nederland.

Bij Nieuw Begin in Rijssen mocht ik jarenlang een dag per week een soort van polikliniek bemannen waar mensen met allerlei verslavingen en familieleden van verslaafden om hulp en advies kwamen. Voor meerderen waren een aantal

gesprekken voldoende, anderen verwees ik door naar De Hoop. Horeb in Beekbergen was een afdeling van De Hoop die vrijwel geheel aangestuurd werd door ex-verslaafden in herstel (ervaringswerkers). Heerlijk laagdrempelig met een groot accent op gedeelde verantwoordelijkheid. Ik heb daar geruime tijd mee kunnen denken en werken als ondersteuning van het team. De Hoop nam vrouwenhulpverlening Ruchama in Heeten over van Vereniging tot Heils des Volks en ook daar heb ik geruime tijd ondersteuning mogen bieden aan het team.

Tenslotte ben ik gevraagd om een periode mee te werken bij SoZorg in Vlissingen waar een aantal verslaafden in herstel ieder een eigen woonruimte mochten gebruiken in een luxe seniorenflat aan de Schelde. Voor de maaltijden en groeps gesprekken kwam men samen in de woonkamer, verder kon men op zichzelf zijn. Ik heb dit laatste als een lastig concept beleefd. Het sterke hierin was dat deelnemers al behoorlijk goed op weg waren en weinig ondersteuning meer nodig hadden, het zwakke dat de meesten uitermate op zichzelf wensten te leven en van saamhorigheid weinig sprake was.

Gaandeweg begon ook mijn avontuur in het buitenland. Dit door met gasten van De Hoop op therapeutische werkweken te gaan naar Roemenië (1990 - 2007) en door trainingen over verslavingshulpverlening te verzorgen. Binnen De Hoop kreeg ik een functie binnen een expertisecentrum. Tenslotte mocht ik de laatste vijf jaren van mijn werk samen met twee ervaringswerkers, ook ex-gasten van De Hoop, leidinggeven aan de Interne Opleidingsschool Ervaringsdeskundigheid.

Daar mijn opleidingen ontoereikend waren voor de hulpverlening kreeg ik de gelegenheid om de Sociale Academie te doorlopen, gevolgd door een post-hbo gezondheidszorg management, een post-hbo verslavingskunde en een Academische Master Interventiekunde. Daarnaast nog het nodige bijspijkerwerk in trainingen in Nederland en de USA (Minnesota Hazelden).

Het werk met verslaafden gaf veel vreugde, de gedachte dit voor slechts enkele jaren te doen werd door de praktijk omgezet naar mijn gehele werkzame leven. Het werken met deze doelgroep pakte, raakte en verwonderde mij. Maar het 'helende mes' sneed evenzo aan twee kanten. Om het recht te hebben om in te spreken in de levens van anderen moest ik ook zelf mijn leven op orde krijgen. Innerlijke verwondingen kwamen aan bod en ook ik moest ingrijpende keuzes maken. In deel 3, 'practice what you preach', sta ik hier uitgebreid bij stil.

Deze intensieve verbondenheid met het werk had ook zijn keerzijde. Hulpverlening heeft sowieso het gevaar je met huid en haar aan zich te verbinden, laat staan als je werkt in een pionierende organisatie in opbouw. Hulpverlening beperkt zich bovendien vaak niet tussen kantooruren, meer nog, de crises openbaart zich vaak daarbuiten in de avonduren, 's nachts en in het weekend. En als afdelingshoofd heb ik dat tot op het bot ervaren.

Je volledig verbinden aan de hulpverlening heeft dus, nu ik terugkijk, ook zijn risico's. Als je niet oppast heeft het je op gegeven moment als het ware te pakken. Je weet je intens verbonden met prachtige mensen, je wordt deel van hun verval en, niet in alle gevallen, ook van hun herstel. En als je dan met collega's samenwerkt die eenzelfde bezieling hebben dan kan er ook een dynamiek ontstaan die zich gaandeweg los begint te maken van een juiste balans tussen werk en privé. Ik heb het zelf laten gebeuren, het ontbrak mij aan reflectie. In die zin bevat dit boek ook een waarschuwing voor degenen die zich nu klaarmaken voor dit mooie beroep, of er wellicht al in werkzaam zijn.

Na ruim een jaar hulpverlening trouwde ik in 1978 met Yvonne. Grappend heb ik vaak gezegd dat ik eerst getrouwd was met het werk en daarna met haar. Helaas heb ik, tot mijn nadeel en dat van ons gezin, vaak zo geleefd en gehandeld. De balans ontbrak in mijn leven, ik spaar mijzelf niet. Een fenomeen dat ik door de jaren niet alleen bij mijzelf heb gezien, maar bij velen die zich met alles wat in hen is toewijden aan een grote missie. Los van of dit nu gebeurt vanuit bezieling, naastenliefde, roeping of zakelijke belangen. Tijdens mijn laatste opleiding vertelde een medestudent mij dat het zijn grootste taak was om zijn twee zoons gezond en wel af te leveren in de maatschappij. Ik dacht toen, 'jij hebt het beter begrepen dan mij'.

Ik durf te zeggen dat het dankzij de genade van God, de steun en opofferingen van mijn echtgenote en gezin en de samenwerking met collega's is geweest dat ik de gedenkwaardige (bijna) vierenzeventig jaren heb mogen bereiken. We hebben deze klus samen geklaard. Ik mocht verslaving en verslavingszorg door de jaren zowel vanuit binnen -, en buitenperspectief ervaren. Allereerst het niet kunnen beteugelen van eigen gebruik, daarna als hulpverlener, een managementfunctie, opnieuw als hulpverlener en tenslotte als trainer, opleider en adviseur. Dank aan alle verslaafden in herstel die mij hun vertrouwen gaven om gedurende een periode in hun leven met hen op te trekken. Dat zij het bewonderenswaardige centrum mogen zijn van dit boek.

Een reisverslag

Dit boek behandelt als het ware de reis van mijn werkzame leven. Een autobiografie dus over mijn jaren in de hulpverlening (1977-2021). Nu, enkele jaren sinds ik met pensioen ben, kijk ik hierop terug. Meer nog, het is ook een reflectie geworden op mijn persoonlijke leven dat een aantal jaren van misbruik van middelen heeft gekend en daarna gelukkig vele jaren van herstel. Tijdens mijn werk bij De Hoop heb ik daarbij het voorrecht gehad om gedurende dertig jaar te reizen buiten Nederland en daarmee ook allerlei culturen en uiteenlopende voorbeelden van verslavingszorg te ontmoeten. Deze indrukken hebben zich vertaald in gedachten en vragen over de effecten van verslavingszorg in Nederland en daarbuiten. In de laatste hoofdstukken van dit boek komen deze aan bod.

In deel 6 vergelijk ik de weg van verslaving naar duurzame abstinentie met de reis die het volk Israël, zoals beschreven in de Bijbel in de boeken Exodus, Leviticus, Numeri en Deuteronomium, aflegde van Egypte, waar zij vierhonderdveertig jaar in slavernij hadden verkeerd, tot hun aankomst in Kanaän, het land van de vrijheid. De in de Bijbel beschreven gebeurtenissen kunnen vrijwel een op een vergeleken worden met de reis die een verslaafde aflegt. Zo lezen we bijvoorbeeld dat het volk zelfs terugverlangde naar Egypte toen de tocht onvoorspelbaar was en er tegenslagen opdoemden. Identiek met wat verslaafden in herstel tegenkomen. De belofte van een verslavingsvrij leven klinkt veelbelovend, maar of men er ditmaal in slaagt dit doel te bereiken is, na zovele mislukte eerdere pogingen, maar de vraag. En dan kan het oude bekende voorspelbare leven, weer lonken en leiden tot terugval.

In de woestijnperiode gaf God het volk levenswetten om daarmee in vrijheid te kunnen gaan leven. Ik vergelijk dat met de periode van behandeling, die vele verslaafden ondergaan. Een periode waarin afscheid wordt genomen van het oude leven en het nieuwe leven vaak ergens ver weg aan de horizon gloort. Een periode waarin de trauma's van het verleden aan bod komen en men na gaat denken hoe een leven zonder middelen er uit zou kunnen zien. Je zou kunnen zeggen, tussen wal en schip beland zijn.

Dan de reuzen die men zag toen men het nieuwe land verkende en waar men voor vreesde. En ook dat is weer een parallel met hetgeen waar re-integrerende ex-verslaafden vaak melding van maken. Zo vraagt men zich af of men wel geaccepteerd zal worden met een achtergrond van verslaving en

(vaak) detentie, of men nog een partner zal krijgen na jaren in de prostitutie te hebben gewerkt, of het gezin en de familie hen opnieuw zal accepteren na alles wat is voorgevallen, of men een baan zal krijgen, of men kans zal zien te genieten van een 'gewoon' leven zonder excessen, of men uit de schulden zal komen, of men de verleidingen van terugval zal kunnen weerstaan, of men nog zwanger zal kunnen worden, of men de voogdij terug kan krijgen over de kinderen, en ga zo maar door.

Dit verhaal gebruik ik als kapstok en rode lijn in dit boek. Zoals al vermeld geen wetenschappelijk betoog, geen filosofische beschouwingen, geen diepe inzichten, maar een bundeling van hetgeen ik meemaakte in mijn werk met deze doelgroep. Ik deel anekdotes en verhalen, ik neem u als het ware mee in de dagelijkse praktijk van het werken met verslaafden. Ik probeer hun worstelingen, hun teleurstellingen en hun successen voor het voetlicht te brengen, maar ook die van de familie en van de hulpverleners. In die zin is het mijn streven u mee te laten reizen met de tocht die zij afleggen.

De delen een tot en met vijf geven een impressie van deze reis die ik met hen heb gemaakt in het werken bij De Hoop. In dit opzicht zou dit boek helpend kunnen zijn voor degenen die zichzelf als doelgroep, of de familie, of als hulpverleners in mijn ervaringen en worstelingen herkennen. Maar ook voor studenten die zich voorbereiden op een baan in de verslavingszorg en voor pastores in kerken.

In deel zes beschrijf ik enkele van mijn indrukken van de inzet van lotgenoten in Nederland. Hun bijdrage aan -, en inzicht in de reis die verslaafden maken, is mij gaandeweg mijn werkzame leven steeds meer gaan boeien. Deze belangstelling groeide toen ik, vanaf 1988 de kans kreeg om hulpverleningsinstanties buiten Nederland te bezoeken en op momenten trainingen te geven aan verslaafden in herstel, aan hulpverleners, pastores en studenten, en ik daarbij geconfronteerd werd met, vaak hoofdzakelijk, door lotgenoten gedragen vormen van hulpverlening.

Deel zes is in die zin als het ware een brug geworden naar de laatste twee hoofdstukken waar ik u meeneem op mijn reis naar voorbeelden van verslavingshulpverlening in een aantal andere landen en daarin met name stil sta bij de culturele context van deze hulpverlening en de inzet van lotgenoten. Hier maakt dit boek als het ware een sprong van verhalen en anekdotes naar een meer analyserende dynamiek. Daarnaast beschrijft deel zes ook de

zevenentwintig reizen (therapeutische werkweken) die ik maakte in de periode 1990 – 2017 met gasten uit de resocialisatiefase van De Hoop naar Romagemeenschappen in Roemenië. En opnieuw kwam tijdens deze reizen de kracht van lotgenotencontact sterk naar voren doordat onze zelf om hulp vragende deelnemers een overstap begonnen te maken naar hulpverlenende deelnemers.

Als je gaat reizen weet je niet altijd waar je uitkomt en zo is het ook gegaan in mijn werkzame leven. Startend in de hulpverlening in Nederland, en op gegeven moment in de gelegenheid zijn om buiten de landsgrenzen ervaringen op te doen, heeft mij uiteindelijk positief vragend en onderzoekend doen reflecteren op onze Nederlandse hulpverlening aan verslaafden. In die zin bieden de laatste hoofdstukken wellicht stof tot nadenken voor hulpverleners en diegenen die aan het roer staan van hulpverleningsprogramma's aan verslaafden.

Ik wens u allen een boeiende reis.

Deel 1: Verslaafden en hun familie

Inleiding

Verslaafden kunnen doorgaans rekenen op onbegrip en boosheid. Het is ook niet niks wat zij, meestal onder invloed, aan ellende veroorzaken voor zichzelf en voor hun omgeving. De een bij perioden zwaar aan de alcohol en een bron van angst en onzekerheid voor het gezin, de ander dakloos, aan de drugs, een veelpleger en een schrikbeeld voor de buurt. Het klopt, verslaafden passen niet in ons normale stabiele leven.

Daarentegen zijn er velen die 'dat leven' achter zich willen laten en zich aanmelden voor hulpverlening. Nederland biedt een breed scala aan opties; van gecontroleerd gebruik in combinatie met het in de hand houden van overlast tot het volledig stoppen met gebruik en een gezonde bijdrage leveren aan de samenleving. Als je zoekt op internet over verslaafden in herstel dan lees je bijvoorbeeld;

In herstel zijn houdt in dat je blijvend gestopt bent met het drinken van alcohol, het gebruik van een middel of een gewoonte (zoals gokken). Als je in herstel bent ontstaat er ruimte voor een nieuw doel en kun je weer betekenis geven aan jouw leven.³ Of,

Vanuit de herstelvisie wordt verslaving gezien als een proces van vallen en opstaan. Het doet een beroep op degene met een verslaving om zélf actief bij te dragen en na te denken over het eigen herstelproces. Zo leert iemand op een andere manier naar zijn leven te kijken, ontdekt daarbij nieuwe mogelijkheden en versterkt zo de persoonlijke draagkracht. Degene ziet beter wat hij nodig heeft en wie in het sociale netwerk kan ondersteunen. Hiermee is het mogelijk om - samen met anderen – het eigen leven weer hernieuwd vorm te geven en volwaardig mee te doen in de maatschappij.⁴

Als ik spreek over de verslaafde in herstel dan betekent dit voor mij dat hij⁵ zich, met of zonder (professionele) hulp, actief richt en inzet om zijn gebruik onder controle te krijgen en dat hij zich inzet om een betekenisvol leven te

³ <https://www.castlecraig.nl/behandelingen/herstel-van-verslaving>

⁴ <https://www.trimbos.nl/aanbod/webwinkel/ex017-factsheet-herstel-en-verslaving/>

⁵ In dit boek gebruik ik voornamelijk het persoonlijk voornaamwoord 'hij', waarmee zowel hij of zij bedoeld is.

⁶ In de jaren dat ik werkte bij De Hoop was volledig stoppen met gebruik en re-integratie in de samenleving voor de meesten die kozen voor behandeling wel het uiteindelijke doel.

gaan (leren) houden. Dat betekent niet alleen stoppen met gebruik van het middel⁶, maar ook het onder ogen zien van de schade die men heeft aangericht, veelal in eerste instantie naar het gezin en de familie waar men deel van is geweest, en hier verantwoordelijkheid voor nemen. Een leven dat vaak jaren in het teken stond van gebruik, met het daarbij horende destructieve gedrag, moet een diepgaande transformatie ondergaan.

Er moet bewust afgerekend worden met overlevingsgedrag dat zich vaak toont door elke vorm van kwetsbaarheid te maskeren met leugens en manipulatie. Er moeten zaken rechtgezet worden, schulden afbetaald, achterliggende - soms traumatische - oorzaken van het gebruik opgespoord en hiermee in het reine komen. Ik heb wel eens gezegd, 'als de verslaafde ontgift is en over zijn schouder terugkijkt op zijn leven, dan is de ravage die achter hem ligt op zich al een reden om maar weer snel de verdoving te zoeken van het (altijd weer begripvolle) middel'. Durft men deze confrontatie aan te gaan?

Hoe we het ook definiëren, de weg van herstel is een enorme worsteling die uit kan lopen op het ontkomen aan de wurgende greep van verslaving. Als ik dit in het licht plaats van het voornoemde verhaal van de Exodus (uittocht) uit Egypte, dan gaat dit eerste deel over het leven in Egypte.

De verslaafde

De verslaafde als containerbegrip bestaat niet. Verslaving is er aan een veelheid aan verschillende middelen en aan allerlei verschillende gedragingen. Verslaafden komen uit allerlei sociale milieus, met allerlei verschillende achtergronden, uit allerlei kerkelijke denominaties en met allerlei niveaus van intellect. Bij De Hoop heb ik verslaafden gekend met nauwelijks opleiding en verslaafden men een academische scholing. Daarnaast verslaafden uit probleemgezinnen en verslaafden uit de upper-class.

De verslaafde kan iemand zijn die, ten gevolge van de verslaving volkomen aan lagerwal is geraakt, maar ook iemand die nog steeds een schitterende carrière lijkt te hebben als advocaat, arts, directeur, of BN 'er.

In dit boek gaat het over grotendeels over verslaafden die geen kans meer zagen om de schijn naar de buitenwereld op te houden, die beland waren in de marginaliteit, die vaak een jarenlange verslaving achter de rug hadden en die al meerdere pogingen hadden ondernomen om verslavingsvrij te worden. Dat waren degenen die met de rug tegen de muur stonden en kozen voor een, vaak lange en intensieve, behandeling en opname in een kliniek of instelling voor verslavingszorg.

Voor hen was het niet meer toereikend om hun verslaving te boven te komen met behulp van de huisarts, medicijnen, psycholoog, psychiater, sociaal werker of zelfhulpgroep. Dit waren degenen die hun woon -, en/of leefomgeving verlieten en ergens voor een langere periode 24/7 behandeling kozen.

Een carrière als verslaafde bestaat niet

Ik heb met honderden verslaafden gewerkt en er nooit een gesproken die aangaf ooit bewust te hebben gekozen voor een carrière als verslaafde. Meer nog, velen gaven aan juist gedacht te hebben dat zij hun gebruik wel onder controle zouden kunnen houden. Ook wordt niemand als verslaafde geboren, de weg naar verslaving loopt via vele kruispunten van wegen en onder invloed van zeer vele omgevingsfactoren. Het kan ieder overkomen.

Nu zijn er vele oorzaken die de weg kunnen plaveien naar een verslaving. Dit van traumatische gebeurtenissen tot uit de hand lopend feesten met vrienden en vriendinnen. Een omslagpunt is vaak als het gebruik een betekenis krijgt als verdoving van innerlijke pijn, als ontkoppeling van remmingen als onzekerheid en angst, als euforie en als boost om tijdelijk meer energie te hebben. Het probleem is dat het echt werkt en een nieuwe wereld van mogelijkheden lijkt te openen. Totdat blijkt dat men niet meer zonder kan en jij niet langer het middel, maar het middel jou beheerst.

We weten ook dat de ene mens kwetsbaarder is voor verslaving dan de andere. Er is door de jaren heen bijvoorbeeld veel bekend over het lichaam van de alcoholist die een allergie heeft voor verslaving en nooit normaal en met mate alcohol zal kunnen nuttigen.

Toch beland de verslaafde in een soort van 'andere carrière'. Het leven van de verslaafde ontspint zich dan in een weg van zelfdestructie en schade toebrengend aan de directe omgeving, mislukte pogingen om het leven weer op de rit te krijgen, sociaal isolement en vele contacten met justitie en hulpverleners. Vreemd maar waar, een leven als dit geeft ook levenswijsheden als overleven onder zeer moeilijke omstandigheden, niet opgeven en hoop houden, maar ook behendigheden om anderen naar de hand te zetten met behulp van manipulatie of agressie, of het verschuilen achter een maskerade van hulpbehoevendheid. Hoe het ook zij, het overlevingsgedrag wordt functioneel om het vol te houden. Ingesleten patronen die over de jaren 'het nieuwe zelf' zijn geworden. Zoals een verslaafde vrouw mij vertelde dat zij door de jaren van haar verslaving zoveel gelogen had dat zij inmiddels niet meer wist of zij nu de waarheid sprak of loog.

Verslaafden zijn ook niet trots op hun verslaving, wel heb ik vele verhalen gehoord die spraken over een soort van trots bij geslaagde criminele