



IK WILDE ER NIET MEER ZIJN

Een waargebeurd verhaal over pijn, stilte en blijven

WESLEY SCHOKKER

IK WILDE ER NIET MEER ZIJN

© 2026 Wesley Schokker

Eerste editie, 2026

Tekst: Wesley Schokker

De naam van vriendin 'F' is op haar verzoek geanonimiseerd.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

VOOR JE VERDER LEEST

Dit boek bevat passages over pesten, geweld, trauma en suïcidale gedachten. Herken je jezelf in deze gevoelens, blijf er dan niet alleen mee rondlopen.

Hulp in Nederland

Je kunt 24 uur per dag anoniem bellen met 113 of gratis met 0800-0113. Chatten kan via www.113.nl.

Bel bij direct levensgevaar altijd 112.

Contactgegevens gecontroleerd bij 113 Zelfmoordpreventie in september 2026.

INHOUD

DEEL 1 • DE VAL

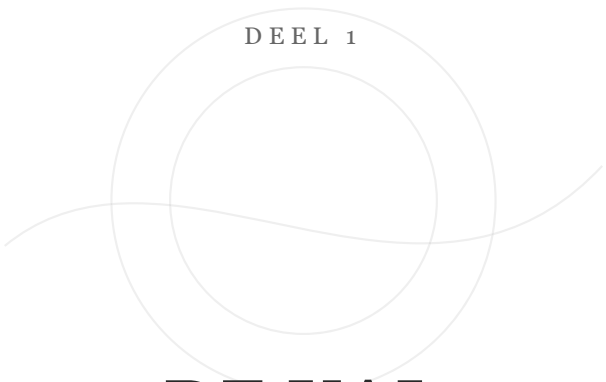
Hoofdstuk 1	1
Hoofdstuk 2	9
Hoofdstuk 3	19
Hoofdstuk 4	29
Hoofdstuk 5	37

DEEL 2 • HET ZWARTE GAT

Hoofdstuk 6	47
Hoofdstuk 7	55
Hoofdstuk 8	63
Hoofdstuk 9	71
Hoofdstuk 10	81

DEEL 3 • DE OVERWINNING

Hoofdstuk 11	91
Hoofdstuk 12	99
Hoofdstuk 13	107
Hoofdstuk 14	117
Hoofdstuk 15	125



DEEL 1

DE VAL

DEEL 1 · DE VAL



HOOFDSTUK 1

De spanning groeit terwijl onveiligheid een dagelijkse gewoonte wordt.

De onveiligheid begon niet op 24 maart. Die dag was alleen het moment waarop alles wat zich had opgestapeld, naar buiten kwam.

Daarvoor waren het kleine dingen. Dingen die voor een ander misschien onschuldig leken, maar die bij mij steeds iets achterlieten.

Een blik.

Een opmerking.

Een trap tegen mijn fiets.

Het gebeurde niet ineens. Niet met een klap. Maar vaak genoeg om mijn lichaam te leren dat ik altijd moest opletten.

Ik fietste naar school zoals ik dat iedere dag deed. Dezelfde route, langs dezelfde huizen en dezelfde straten. Toch voelde die route steeds minder vertrouwd.

Waar ik vroeger gewoon voor mij uit keek, keek ik nu over mijn schouder.

Eerst één keer.

Daarna nog een keer.

Niet omdat er altijd iemand achter mij reed. Juist niet. Soms was er niemand en kwam ik zonder problemen thuis.

Maar angst heeft niet iedere dag bewijs nodig om te blijven bestaan.

Eén stem achter mij kon genoeg zijn. Eén groep in de verte. Eén keer mijn naam horen op een toon waarvan ik meteen wist dat het geen vriendelijk gesprek zou worden.

Mijn handen trokken dan strakker om het stuur. Mijn benen gingen sneller, terwijl ik probeerde te doen alsof er niets aan de hand was.

Dat probeerde ik altijd.

Doen alsof.

Alsof ik de blikken niet zag. Alsof de woorden niet binnenkwamen. Alsof het gelach achter mij gewoon bij de geluiden van de straat hoorde.

Vooral mijn stotteren was makkelijk voor ze.

Als ik op een woord bleef hangen, deden ze mij na. Ze trokken de klank langer, maakten hem harder en gooiden hem terug alsof mijn stem iets was waar iedereen om mocht lachen.

Ik wist precies wat ik wilde zeggen. De hele zin stond al klaar in mijn hoofd.

Alleen mijn mond had soms meer tijd nodig.

Maar die tijd kreeg ik niet.

Nog voordat ik mijn woord had afgemaakt, hoorde ik mijn eigen geluid uit een andere mond komen. Overdreven. Hard genoeg voor de rest om het te horen.

Daarna kwam het gelach.

Ik probeerde mijn zin af te maken, maar op zo'n moment luisterde niemand meer naar wat ik wilde zeggen. Mijn woorden deden er niet meer toe.

Mijn hapering was genoeg.

Soms lachte ik mee. Een kleine glimlach, net overtuigend genoeg om te laten lijken alsof het mij niets deed.

Maar eerlijk is eerlijk: ik vond het niet grappig.

Ik wilde alleen niet dat zij zagen dat het pijn deed.

Want zodra mensen weten waar ze je kunnen raken, doen ze het opnieuw. En opnieuw. Tot je op een dag al geraakt bent voordat iemand iets heeft gezegd.

Het bleef niet bij mijn stem.

Er werd tegen mijn fiets getrapt. Soms vond ik hem terug in de bosjes, alsof hij daar vanzelf terecht was gekomen.

Dan trok ik hem eruit. Ik zette hem recht en controleerde of alles nog heel was.

Mijn stuur.

Mijn remmen.

Mijn banden.

Daarna stapte ik op en fietste ik verder.

Geen grote reactie. Geen woede. Geen geschreeuw.

Ik hield mij rustig, omdat ik dacht dat rust mij zou beschermen.

Misschien zouden ze stoppen als ik niets terugdeed. Misschien werd het saai als ik niet liet merken dat het mij raakte.

Dat vertelde ik mezelf tenminste.

Maar terwijl ik aan de buitenkant kalm bleef, trok er vanbinnen iets steeds strakker. Als een touw dat iedere keer een stukje werd aangetrokken.

Een opmerking was een ruk aan dat touw.

Een lach was een nieuwe knoop.

En iedere keer dat ik mijn fiets uit de bosjes haalde, voelde ik hoeveel spanning er al op stond.

Het rare aan pesten is dat het moment zelf soms maar een paar seconden duurt. Een woord is snel uitgesproken. Een schop tegen een fiets is zo gegeven.

Maar daarna begint het pas.

Het gaat met je mee.

Naar school. Naar huis. Naar bed.

Thuis was de straat weg, maar in mijn hoofd fietste ik dezelfde route opnieuw. Ik hoorde de stemmen nog. Ik zag de groep in de verte. Ik dacht na over wat er de volgende dag kon gebeuren.

Mijn lichaam was binnen.

Mijn hoofd stond nog buiten.

Toch bleef ik tegen mezelf zeggen dat het wel meeviel.

Er was vandaag niets gebeurd.

Niemand had mij geslagen.

Ik was gewoon thuisgekomen.

Maar de volgende ochtend keek ik opnieuw over mijn schouder.

Langzaam werd opletten een gewoonte. Net als mijn jas aantrekken of mijn fiets van het slot halen.

Ik dacht niet meer bewust: ik ben bang.

Ik keek gewoon.

Wie staat daar?

Wie fietst er achter mij?

Kan ik hier rechtdoor, of kan ik beter afslaan?

De straten van Dedemsvaart waren niet veranderd. De huizen stonden nog op dezelfde plek. De mensen deden boodschappen en fietsten naar huis alsof het een gewone dag was.

Alleen ik bewoog anders door die straten.

Voorzichtiger.

Sneller.

Altijd klaar om weg te gaan.

Ik was achttien jaar, maar soms voelde het alsof ik toestemming nodig had om gewoon buiten te mogen zijn.

Ik wilde geen ruzie. Ik wilde niemand iets aandoen. Ik wilde alleen van school naar huis kunnen fietsen zonder na te denken over wie er achter mij reed.

Dat leek geen grote wens.

Toch voelde het steeds verder weg.

Hoe langer het duurde, hoe kleiner mijn wereld werd. Niet omdat iemand hekken om mij heen zette, maar omdat ik zelf plekken begon te vermijden.

Een groep in de verte betekende omfietsen.

Een bekende stem betekende doorlopen.

Een trillende telefoon betekende eerst diep ademhalen voordat ik keek.

Ik werd goed in het verbergen daarvan.

Vanbuiten bleef ik dezelfde Wesley. Ik ging naar school. Ik fietste door het dorp. Ik probeerde te lachen en mijn dagen te leven.

Vanbinnen hield ik alles in de gaten.

Altijd.

Dat is wat onveiligheid met je doet als het lang genoeg duurt. Het hoeft niet meer hard binnen te komen.

Op een gegeven moment fluistert het alleen nog.

Kijk achter je.

Pas op.

Ga hier weg.

Ik luisterde naar die stem, omdat ik dacht dat hij mij veilig hield.

Ik wist toen nog niet dat dit pas de aanloop was.

Op zondag 23 maart lag ik thuis op de bank toen mijn telefoon begon te trillen.

Eerst één melding.

Toen drie.

Daarna kwamen ze zo snel dat het scherm bijna niet meer donker werd.

Ik pakte mijn telefoon en zag een groepschat op Snapchat. Namen die ik kende verschenen onder elkaar.

Mijn buik trok samen.

Nog voordat ik één bericht had gelezen, voelde ik dat dit anders was.

Ik opende de chat.

Op dat moment stond de dreiging niet meer ergens buiten op straat.

Ik hield haar in mijn hand.

