


# moedige moeders

A portrait of a woman with short, wavy blonde hair and glasses, wearing a dark, textured cardigan over a black top. She is looking directly at the camera with a serious expression. The background is a light-colored wall with two small, framed pictures hanging on it.

Voor drugsverslaafde kinderen is er al jaren hulpverlening, maar voor hun ouders niet. De stichting Moedige Moeders doet daar wat aan. Het begon in de jaren negentig in Volendam. Tiny Tol-Kes, voorzitter aldaar en vicevoorzitter van de landelijke organisatie, vertelt over schuldgevoel, opvoeding en informatie. “Ze worden steeds jonger; we geven nu al voorlichting in groep acht.”

Foto's: NIVO Volendam (Pius Schilder)

# M

ijn man was verslaafd aan alcohol en cocaïne. Na veel kommer en kwel is hij gestopt en terechtgekomen bij de AA in Volendam. Hij zag dat cocaïneverslaving een steeds groter probleem werd, maar dat werd toen niet serieus genomen. Mijn man zei: ik begin zelf een hulpgroep. Vanaf 1994 werkte hij met verslaafde jongeren, en ik met ouders. Zo kwamen we in contact met Gary Kok, in Volendam de oprichtster van Moedige Moeders. Zij vond dat we de barricades op moesten en zocht de pers op. Daar was de gemeente niet blij mee want het was niet goed voor de naam van Volendam. Later kwamen ze erachter dat we gewoon gelijk hadden en dat het een serieus probleem was. Ik had contact met zo'n veertig moeders. Gary had ook een netwerk, en zo konden we een vuist maken naar de gemeente. We hadden een ruimte nodig, wilden activiteiten en trainingen organiseren, en daar hadden we subsidie voor nodig. Sinds 2004 is de gemeente er bij betrokken; nu is er een goede samenwerking.

## Ik vermoed wat

In het begin wil je als ouder niet geloven dat jouw kind zoiets overkomt. Ik zeg: luister naar je moedergevoel, want je voelt het altijd als er iets mis is, je voelt het eerder dan dat je het ziet. Achteraf bevestigen ze dat ook. Sommige ouders komen hier en zeggen: ik vermoed wat. Dan horen ze verhalen van anderen, en beseffen: we hebben een probleem. We leren ouders welke signalen er zijn dat hun kind drugs gebruikt. Een belangrijk signaal bij scholieren is dat de cijfers ineens slechter worden. Vluchtgedrag is ook een signaal, jou niet meer in de ogen kijken, binnenkomen en zeggen: ma, ik ga meteen naar boven. Onverschilligheid, emotioneel gedrag. Uitgaan naar een feest en nuchter terugkomen - dat klopt natuurlijk niet, dan is er wat anders gebruikt dan alcohol en zijn er drugs in het spel. Wat ook gebeurt: een puber heeft al te veel gedronken, wordt ziek, en dan zegt iemand: neem even een lijntje, dan kun je meer drinken - met coke kun je veel meer drinken. En dan heb je dus zowel een alcohol- als een cokeprobleem.

Tegenwoordig zijn het veel pillen die worden gebruikt. Kinderen horen de overheid zeggen dat het geen

kwaad kan. Met name D66 zou graag een xtc-winkel openen, om het uit de illegaliteit te halen. Wij vinden dat een verkeerd signaal naar de jeugd. Hoe kunnen wij nou voorlichting geven als de staat het goed vindt? Misschien raak je aan xtc niet zo snel verslaafd, maar je hebt wel de hersenschade. Met softdrugs had je dezelfde discussie. Gelukkig komen er nu onderzoeken naar buiten hoe slecht het is, bijvoorbeeld dat wietgebruik psychoses veroorzaakt. Ze zouden eens moeten



**Ik zeg: luister naar je moedergevoel, want je voelt het altijd als er iets mis is**

uitzoeken wat dit de samenleving echt kost. De telefoontjes en mailtjes die we krijgen uit het hele land - het is schrikbarend. Men zegt: bij ons is het net zo erg als bij jullie. Hele dorpen kampen met versla-

vingproblemen, van Friesland tot Limburg.

## Opvang

Voor de verslaafden waren er overal luxe klinieken; voor de familie was er niets. Nu komt daar verandering in. We hebben geen toverstokje waarmee je een verslaving oplost. We werken vooral ondersteunend. We willen allereerst de moeder kalmeren. De koffie staat klaar



**Kunnen parochies op dit gebied iets betekenen?** Tiny Tol denkt van wel. Parochies kunnen alcoholvrije activiteiten organiseren voor jongeren, als alternatief voor het uitgaan. Parochies hebben misschien een ruimte waar ouders bijeen kunnen komen. Er kan aan voorlichting worden gedaan, of iemand van Moedige Moeders worden uitgenodigd bij een kinder- of tienergroep.



en ouders kunnen hun verhaal doen. We bekijken hoe ernstig het is, en werken daarbij met een psycholoog. Ouders komen vaak huilend binnen, en na een week of zes lachen ze toch weer een beetje. Er ontstaat een saamhorigheidsgevoel. Het is belangrijk om te weten dat verslaving blijvend is; ook al is je kind weer clean,

het vooral om verslaafde twintigers, maar ze worden steeds jonger: twaalf, dertien jaar. We geven nu al voorlichting in groep acht.

In Volendam wordt nu veel aan preventie gedaan, bijvoorbeeld door het actieplan LEF, ook bekend als het

IJslandse model. Dat gaat over drie dingen: beter handhaven, dus dat er onder de 18 echt geen alcohol wordt geschonken; het aanbieden van meer activiteiten in het weekend zodat de jongeren niet 'op de Dijk' aan het drinken slaan. En meer betrokkenheid van de ouders. Er zijn nu veel 'zitjes': thuis voordrinken in groepjes omdat ze onder de 18 niet de kroeg in mogen. Helaas is er een grote groep ouders die dat goedvindt; ze zijn bang dat hun kind anders geen vrienden overhoudt. Er is groepsdruk onder de ouders en onder de kinderen. Daar richten wij ook onze voorlichting op: wees geen kuddedier en zeg 'nee'. Zo'n kind vindt wel weer kinderen die ook niet mogen gebruiken.

De opvoeding mag wel wat strenger worden. Ik ben opgegroeid in de jaren zestig, groot gezin, niet veel aandacht, en de boodschap was: als je je kind maar liefde geeft. Daarna had je een welvaartsgeneratie: alles moet kunnen. Ik hoop dat dat nu kentert. Bij jongere ouders zien we

dat al gebeuren. Ze houden hun kinderen meer in de gaten, gaan alle voorlichting af en bieden hun kinderen meer structuur. Die generatie heeft alles gezien. Die weet wat er te koop is, en hoe groot het probleem. ■

*Jim Schilder*



## Wees als ouders geen kuddedieren en zeg 'nee'.

er kan een terugval zijn. Jongeren krijgen te horen dat ze nooit meer zullen kunnen drinken of gebruiken, en dat valt niet mee. Veel jongeren willen dat ook niet en gaan het toch weer proberen.

We sturen ze vaak naar een kliniek van Yes We Can, een goede instelling voor tieners en jongeren met verslaving. Het gaat om een opname van tien weken. Dan worden alle problemen aangepakt, niet alleen de verslaving. Het kan gaan om ADHD, problemen in het gezin, gedragsstoornissen - noem maar op.

### Steeds jonger

Altijd tref je bij de ouders schuldgevoelens aan. We beginnen ermee om die weg te nemen. Een kind weet best wat goed en kwaad is, er is genoeg informatie. Ouders weten er vaak te weinig van. Daarom geven we voorlichting, en zeggen: ga op internet en zoek het uit. Ook tegen jonge ouders zeggen we: zorg ervoor dat je van alles op de hoogte bent. Hoe eerder ouders met het probleem komen, hoe groter de kans op een succesvolle behandeling. Als een verslaving kort heeft geduurd, hoeft die niet blijvend te zijn. In het begin ging



Sinds 2012 is Moedige Moeders een landelijke organisatie. De groep in Volendam was tot voor kort de enige in Noord-Holland; dezer dagen begint in Alkmaar een tweede groep. Wie zelf een groep wil beginnen, kan meedraaien in Volendam en het dan zelf oppakken.

Stichting Moedige Moeders

Telefoon 06-38379733 | [www.moedigemoeders.nl](http://www.moedigemoeders.nl)

email: [info@moedigemoeders.nl](mailto:info@moedigemoeders.nl)