

De Standaard



INTERVIEW LORE BELLAERT

‘Het is niet omdat je wilt, dat je ook kunt afkicken’

‘Op een bepaald moment merk je als kind dat je niet meer op de eerste plaats komt bij je vader’, zegt Lore Bellaert. Ze doet onderzoek naar herstel bij drugsverslaving, maar heeft ook van dichtbij meegemaakt wat afhankelijkheid inhoudt.

Veerle Beel

Donderdag 1 oktober 2020 om 3.25 uur



<p>Lore Bellaert: 'Het lastige is dat een verslaving iemands persoonlijkheid lijkt te veranderen.' Fred Debrock</p>

Lore Bellaert: 'Het lastige is dat een verslaving iemands persoonlijkheid lijkt te veranderen.' © Fred Debrock

'Het is meer dan tien jaar geleden begonnen', vertelt Lore Bellaert (27). 'Mijn vader dronk zoals velen weleens een biertje na het werk, maar ik herinner het mij niet uit mijn vroegste jeugd. Misschien dronk hij 's avonds een pintje of twee? En daarna wat straffer bier en vervolgens sterkedrank? Hoe de verslaving ontstaan en gegroeid is, weet ik niet, maar het verloopt vaak geleidelijk. Gewoontevorming speelde een grote rol bij mijn vader, maar ik kan niet voor hem invullen hoe hij die periode beleefd heeft. Ik kan alleen voor mezelf spreken, hoe ik het heb ervaren.'

'Plots begon alcohol mijn vaders leven, en zo ook dat van ons, te beheersen. We werden geconfronteerd met iemand die de controle verliest en ook geen controle over zijn afhankelijkheid wil hebben, omdat het zelfinzicht daartoe aanvankelijk ontbreekt. Alles wat kenmerkend is voor verslaving, hebben we meegemaakt. Hij zocht cash bij ons, omdat we zijn bankkaart hadden weggenomen. Je neemt ook zijn autosleutels weg, omdat je bezorgd bent dat hij dronken zou gaan rijden. Het lastige is dat een verslaving iemands persoonlijkheid lijkt te veranderen. Alcohol neemt zo hard je hoofd in beslag, en ook je lijf. Er ging veel pijn mee gepaard, aan beide kanten.'

Steun en toeverlaat

'Wij maakten ons veel zorgen: als hij niet meer kan werken, zal hij dan zijn job verliezen? Hulp zoeken, hoe doe je dat? Zal hij wel hulp willen? Zullen we hem misschien verliezen? Er kwam veel pijn, onzekerheid en een zoektocht naar ondersteuning bij kijken, ook bij hem.'

'Gelukkig is het thema vrij laat in mijn leven gekomen. Verslaving heeft mijn kindertijd niet bepaald. Mijn ouders zijn er altijd voor mij geweest en ik heb veel kansen gekregen. In het basisonderwijs was mijn vader mijn steun en toeverlaat. Ik ervaar zelf soms moeite met de wereld, papa kon daar goed mee om. Ik kon altijd op hem rekenen. Maar door zijn verslaving veranderde onze relatie. Op een bepaald moment had ik niet

meer het gevoel dat hij mijn vader was. Je merkt ineens dat je als kind niet meer op de eerste plaats komt. Dat was moeilijk. Ik ben door een rouwproces gemoeten.'

'Hulp van buitenaf heb ik daarbij niet gekregen – ik bedoel dat er vanuit de hulpverlening aan mijn vader nooit contact is gezocht met zijn kinderen. Mijn mama is wel naar een praatgroep geweest, maar wij niet. Misschien vond men ons te oud? Het aanbod voor partners en kinderen is helaas nog erg versnipperd, terwijl psycho-educatie en ondersteuning net heel belangrijk zijn.'

'Ik was op een leeftijd waarop het normaal is om wat meer afstand te nemen van je ouders. Ik heb dat iets verder doorgedreven. Zodra ik op kot was, ging ik niet meer elk weekend naar huis. Ik vond het te moeilijk om met zoveel kwetsbaarheid - geconfronteerd te worden. De afwijzing hakte er bij mij het meest in. Hij was niet meer zo in ons geïnteresseerd, of toch niet zichtbaar.'



<p>'Al die tijd zijn mijn moeder en mijn vader samengebleven. Dat is best wel mooi.' Fred Debrock</p>

'Al die tijd zijn mijn moeder en mijn vader samengebleven. Dat is best wel mooi.' © Fred Debrock

'Tegelijk wist ik, door mijn opleiding tot orthopedagoge, dat ik het niet persoonlijk moest nemen. Rationeel kon ik begrip - opbrengen voor zijn situatie. Je herkent de dynamiek van een verslaving, je weet dat een mens erdoor verandert, je weet wat er speelt. Maar het voelt wel persoonlijk. Kennis deed niets af aan het feit dat ik verdriet voelde. Net omdat ik het begreep, voelde ik me schuldiger over mijn kwaadheid en frustratie, en over het feit dat ik de confrontatie uit de weg ging. Ik vertrok op Erasmus naar Praag en in mijn laatste studiejaar kon ik negen maanden op stage naar Oeganda. Die kansen heb ik met beide handen

gegrepen. Je zou het een vlucht kunnen noemen, of een keuze voor mezelf. Ik maakte me los van thuis en heb daardoor veel aan zelfstandigheid gewonnen.'

Veerkracht en herstel

'Net zoals verslaving was de weg naar herstel een geleidelijk proces, met behulp van verschillende hulpverleningsvormen en -familie. Papa is nu vier jaar nuchter, en we kunnen weer diepgaand met elkaar spreken. Dat maakt deel uit van zijn en ook mijn herstel. Ik spreek met hem over mijn onderzoek, over herstel bij drugsverslaving, en wat voor een complex proces dat is. Hij heeft me gezegd dat hij zich daarin herkent. Het is niet omdat je wilt, dat je ook kunt afkicken. Motivatie alleen is niet genoeg. Er komt zoveel meer bij kijken: je moet je goed in je vel voelen, je plaats vinden in de samenleving, je aanvaard weten. Door mijn onderzoek leer ik veel over verslaving, veerkracht en herstel. Zo komen mijn vader en ik weer dichterbij elkaar.'

'Verslaving wordt te veel als een individueel probleem gezien, herstel ook. Veel mensen voelen zich daarin erg eenzaam. De samenleving verwacht zoveel van haar burgers. Iedereen wordt in de ratrace geduwd. Ook de mensen in herstel die ik interview, zeggen: ik heb nu weer een goede job en een normaal leven. Maar wat is dat, een normaal leven? Het is niet altijd makkelijk om in deze wereld een pad uit te stippelen dat recht doet aan wie je bent. Mijn respondenten worstelen daarmee, ikzelf ook. In se gaat het over mens-zijn, over verbinding vinden met jezelf, met de ander en met de maatschappij. Dat is een hele opdracht. We mogen het gewicht daarvan niet alleen op de schouders van het individu leggen. Je moet ook kansen krijgen en positieve ervaringen kunnen opdoen. Verslaving roept vragen op over de maatschappij waarin wij leven en hoe moeilijk het kan zijn om daarin je plek te vinden.'

'Dat is een les die ik voor mezelf meeneem. Het gaat over hoe we omgaan met verschil en hoe we ons verhouden tot elkaar. Hoe ik nu in het leven sta, wordt deels bepaald door het feit dat je nooit weet waarmee je later geconfronteerd wordt. Natuurlijk zorg ik ook goed voor mezelf, maar ik wil voluit leven, niet met de rem op. Levenskwaliteit is het belangrijkste. Ook voor mijn vader. Hij kan fysiek niet veel meer aan, maar hij geniet samen met mijn moeder van kleine dingen en van de natuur. Al die tijd zijn ze samengebleven. Dat is best wel mooi. Het waren geen evidente -jaren, maar ze hebben me wel gesterkt in wie ik ben en wil zijn.'

Naar aanleiding van de Te Gek!?-campagne Roes(t), waarvan vandaag de aftrap wordt gegeven in Museum Dr. Guislain te Gent, publiceerde *De Standaard* een artikelenreeks (waarvan dit de laatste aflevering is) over allerlei vormen van probleemgebruik. U kunt ze

herlezen via [standaard.be/tegek](https://www.standaard.be/tag/te-gek) (<https://www.standaard.be/tag/te-gek>). De artikels zijn ook gebundeld in een aparte bijlage, die vanaf morgen gratis te bestellen is via www.tegek.be

Voor alle vragen over drank, drugs, pillen, gamen en gokken kunt u terecht bij de Druglijn. Bel 078-15.10.20 of chat, mail en skype met druglijn.be.

(<https://www.tegek.be/>).

Verschenen op donderdag 1 oktober 2020



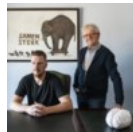
VEERLE BEEL

Veerle Beel is redactrice binnenland bij De Standaard.

Meer artikels van Veerle Beel >

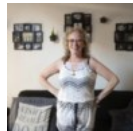
(<https://www.standaard.be/auteur/veerle-beel>)

LEES MEER



GISTEREN | 'Herstel is een bergtocht. Pas wanneer ik sterf, zal ik de top bereiken'

(https://www.standaard.be/cnt/dmf20200929_97730222)



29/09/2020 | 'Ik had al moeite om de dag door te komen met maar twee flessen jenever'

(https://www.standaard.be/cnt/dmf20200928_97583921)



28/09/2020 | Te Gek – Roes(t) – Arne Nilis : 'Vroeger was ik mijn gokverslaving, nu heb ik een gokverslaving'

(https://www.standaard.be/cnt/dmf20200927_97558045)



26/09/2020 | 'Je moet jezelf kunnen vergeven. Ik vrees dat dat de rest van mijn leven zal duren'

(https://www.standaard.be/cnt/dmf20200925_97578841)

standaard.be/extra/static/