

Onderzoek naar verslavingsoorzaken

Wie op zoek gaat naar de oplossing voor een probleem, zal zich eerst moeten afvragen waardoor het werd veroorzaakt. Kennis is macht, weten is zien.

Steeds opnieuw komen er dingen op ons af, waarover we ons een mening moeten vormen, waarop we zicht moeten krijgen. Naar mijn idee is het zelfs een opdracht aan elk mens: onderzoekt alle dingen en behoudt het goede. Bovendien is het een boeiende bezigheid - mét een belofte: zoekt en gij zult vinden...

Het belangrijkste uitgangspunt is dat we de waarheid moeten zoeken.

Eef en ik verlenen inmiddels meer dan tien jaar hulp aan verslaafden. Ook hierbij stuiten we op de vraag: welke oorzaken liggen ten grondslag aan de problemen waarmee we dagelijks te maken hebben? Doordat we zelf verslaafd zijn geweest, kunnen we ons goed inleven in de situatie waarin verslaafden verkeren. Wat dat betreft hebben we een voorsprong op andere hulpverleners. Maar natuurlijk kan ook iemand die niet uit eigen ervaring kan spreken, een heel goede hulpverlener zijn! Ex-verslaafden die andere verslaafden willen gaan opvangen, moeten voor zichzelf weten dat ze hun verslaving echt hebben overwonnen en dat terugval is uitgesloten. Voor veel ex-verslaafden is het dan ook beter verre te blijven van drugshulpverlening en een vak te kiezen op een ander terrein.

Zelf heb ik na de zendingsschool heel wat gedaan om mijzelf te ontwikkelen: ik volgde enkele cursussen, deed veel zelfstudie en liep stages in verschillende opvangcentra om te zien hoe er gewerkt wordt. Steeds vaker ging ik me afvragen waardoor de mensen die ik bij mijn werk ontmoette aan de drugs waren geraakt. Ik startte mijn eigen onderzoek. De verhalen van de vele verslaafden die ik persoonlijk ken en gesprekken met gasten die we in ons centrum opnamen, gaven mij de gelegenheid om me een reëel beeld te vormen. Wat ik ontdekte is schokkend en confronterend. Tegelijkertijd geeft de uitkomst weer wat we eigenlijk zouden kunnen weten, als wij tenminste met oprechte belangstelling voor onze medemensen in het leven staan.

De problemen die ten grondslag liggen aan het ontstaan van een verslaving, zijn vergelijkbaar met de veroorzakers van elke andere ontsporing. Het verschil tussen verslavingen aan alcohol, drugs en gokken en andere ontsporingen is alleen, dat laatstgenoemde maatschappelijk aanvaardbaarder zijn en ogenschijnlijk minder schadelijk. Bij andere ontsporingen denk ik aan verslavingen aan werk (de workaholic), macht, seks, eten, computers, de televisie, enz. Zij mogen dan in economisch opzicht minder schadelijk zijn, op sociaal gebied kunnen de gevolgen ingrijpend zijn. Gezonde werklust is goed, maar de workaholic wordt voortgedreven door een zucht naar hogere posities en geld. Verslaving is een zucht die geen verzadiging kent en alles opeist. Zij wordt gekenmerkt door het feit dat de verslaafde zijn gedrag steeds moet herhalen, steeds weer in hetzelfde cirkeltje moet draaien, zelfs tot de dood erop volgt. Bij de workaholic kan dat een hartaanval zijn.

De oorzaken van drugsverslaving, die hieronder genoemd worden, kunnen net zo goed gelden voor ontsporing in het algemeen. Als we nadenken over ontsporing, kunnen we onze conclusies zelfs doortrekken naar hele samenlevingen en maatschappijen die ontspoord zijn. Zelfs naar een wereld die ontspoord is, waardoor een onoverzichtelijke puinhoop is ontstaan. Het motto van de hulpverlener zal moeten zijn: terug naar de basis. Hij zal echter eerst de hand in eigen

boezem moeten steken en zelf moeten terugkeren naar de basis. De discussie laait dan op: wat is de basis? Mijn antwoord daarop is: God!

Ik ben geheelonthouder geworden toen een alcoholist mij vroeg hem te helpen. Een alcoholist zal de radicale maar noodzakelijke keus moeten maken, om nooit meer een alcoholhoudende consumptie te drinken, geen enkel pilsje meer, in welke omstandigheid dan ook.

Om iemand met huwelijksproblemen te kunnen helpen, zal ik zelf een stabiel huwelijk moeten hebben. Ik zal in nauw contact met mijn kinderen moeten leven, om te kunnen weten of ze gelukkig zijn en erop te kunnen toezien dat ze zich evenwichtig ontwikkelen. Dat betekent dat mijn vrouw en ik ons daarvoor moeten inzetten en in zowel ons huwelijk als de opvoeding veel tijd moeten steken. Maar hoe heerlijk is de vrucht!

Pas wanneer ik zelf een goede opvoeder ben, kan ik ouders een goede raad geven op dat gebied. Steeds weer schrik ik, als een hulpverlener of bestuurder een uitgesproken mening heeft over relaties, terwijl hij of zij om de paar jaar met een ander samenwoont. Ik heb er moeite mee als mensen veel te zeggen hebben over opvoeding terwijl de relatie met hun eigen kinderen slecht is. Mensen die belerend spreken, terwijl het in hun eigen leven een puinhoop is.

Woorden hebben pas kracht als ze vergezeld gaan van daden. Een woord zonder daad is hol en leeg - en leeg zijn de vermaningen van een ouder die geen echte betrokkenheid toont met zijn kind.

Verkrijgbaarheid

Oorzaken van verslaving moeten meestal gezocht worden in de relationele sfeer. Maar andere dingen spelen mee, bijvoorbeeld de verkrijgbaarheid.

Als een middel niet te verkrijgen is, kan het niet gebruikt worden. Vraag en geld zorgen echter voor aanbod; commercieel belang is vaak een motief voor het aanbieden van drugs. Toen de drugs kwamen, is dat door pushers aan de jeugd opgedrongen. In de jaren zestig en zeventig waren de pushers bij schoolpleinen, discotheken en jeugdcentra erg actief om nieuwe gebruikers te rekruteren. Popgroepen propageerden de drugs als zou het geestverruimend en vernieuwend zijn. Aanvankelijk werden de drugs gebruikt door kleine groepjes mensen die met elkaar een soort subcultuurtje ontwikkelden.

De samenleving stond afwijzend tegenover het druggebruik. Progressieve jongerenmedia, de popcultuur en commercieel belanghebbenden introduceerden de termen 'soft-' en 'harddrugs' en overtuigden de onwetende politici en het publiek van de onschadelijkheid van de 'softdrugs' en van de 'verrijking' die deze zouden geven. ('softdrugs', door ons C.P. genoemd: Cannabis Producten: hasjiesj en marihuana, wiet, skunk)

Deze pro-drugs lobby opereerde met succes, want de C.P. zijn door het gedoogbeleid van 1976 'legaal' verkrijgbaar. Het is zelfs zo, dat bepaalde gesubsidieerde jeugdcentra een huisdealer aanstelden. Zo werkte de overheid mee aan de verbreiding van drugs. Gevolg van het druggedoogbeleid is naar mijn idee, dat veel meer mensen het gingen gebruiken. Vanuit dit beleid kwam er ruimte voor de commerciële 'koffieshops', waarvan er nu 1500 zijn in Nederland.

Nu, na enkele decennia druggedoogbeleid, is het aantal C.P.-gebruikers in Nederland enorm gestegen. Er zijn nu in Nederland naar schatting meer dan 800.000 cannabisgebruikers en ongeveer evenveel probleemdrinkers. Dit aantal

probleemdrinkers is in een heel lange tijd ontstaan, terwijl in minder dan dertig jaar eenzelfde aantal mensen 'softdrugs' is gaan gebruiken. Men schat dat hun aantal zich in de komende twee decennia zal verdrievoudigen!

Nu het probleem op grote schaal naar buiten komt, zien we ouders en burgers in opstand komen vanwege de overlast die het veroorzaakt. Vooral in de gezinnen van verslaafden aan alcohol en drugs, is het leed enorm.

De schadelijkheid van C.P. wordt zwaar onderschat. (Zie ook onze folder: 'softdrugs soft') Onze stichting is dan ook tegen elke vorm van gedoogbeleid. Dit is puur gebaseerd op het feit, dat verkrijgbaarheid op zichzelf één van de verslavingsoorzaken is van verslaving en ontsporing. Wij pleiten voor vervolging van elke vorm van handel. Let wel: wij zijn niet voor vervolging van de gebruiker, zoals dat in de USA gebeurt.

Natuurlijk zal iemand die perse drugs wil hebben, het zeker te pakken krijgen, maar door de handel te gedogen, werkt de overheid mee aan de verbreiding van druggebruik. Tevens geeft de overheid met haar beleid een vals signaal af: alsof de gedoogde drugs niet gevaarlijk zouden zijn.

Jongeren kunnen op eenvoudige wijze aan de drugs komen en zullen sneller gaan experimenteren. Een deel van hen zal aan de drugs blijven en de gevolgen ervan ondervinden. Daarnaast zal een percentage van de C.P.-gebruikers overgaan op de zogenaamde harddrugs. Bekend is dat verreweg de meeste harddruggebruikers begonnen zijn met C.P.

Bovendien is het nogal paradoxaal: een overheid die aan de ene kant miljoenen uitgeeft aan afkickcentra en aan de andere kant honderden dealadressen gedoogt. Het aanbieden van drugs gebeurt ook tussen jongeren onderling. In een kring gaat plots een joint rond - en probeer dan als tiener de groepsdruk maar eens te weerstaan en 'nee' te zeggen! In drugspreventie werk worden jongeren voor dit soort verleidingen weerbaar gemaakt. Wie 'nee' kan zeggen, heeft karakter.

In discotheken en op houseparty's worden veel drugs gebruikt en aangeboden. Mensen worden op allerlei wijzen verleid om 'het eens te proberen' of te experimenteren.

De Bijbel leert in Efeze 6, dat we weerstand moeten bieden aan de verleidingen des duivels. Want het is duivels een ander tot zonde te verleiden; erger dan zelf die zonde te doen. Ook christenjeugd zal sterk moeten zijn in de kracht van de Here om weerstand te bieden. Dat kan ook: wie het wederstaat, van hem zal het vlieden...

De verleiding duurt maar even en wie verleiding weerstaat, voelt blijdschap. Er blijft dan ruimte voor gezonde bezigheden, zoals het genot van goede relaties, sport en hobby, werk en studie.

Als iemand zich laat verleiden, is er vergeving wanneer hij zich verootmoedigt. Voor hen die wegglijden, volgt desastreuze ellende.

Afwezigheid van de vader

Bij mijn onderzoek kwam ook het gemis van een positieve aanwezigheid van de vader (ouder, verzorger) als voornaamste verslavingsoorzaak uit de bus.

Gemis van de positieve aanwezigheid van de vader laat in het bijzonder bij zonen zijn sporen na.

In eerste instantie verraste dit mij. Ik had verwacht dat de consumptiemaat-

schappij de belangrijkste oorzaak van drugsverslaving zou zijn.

De afwezigheid van de vader kan het gevolg zijn van een echtscheiding. Echtscheidingen komen steeds meer voor, kinderen ontvangen steeds minder vaak de aandacht die ze nodig hebben. De gebrokenheid van het huwelijk werkt verder op vele wijzen negatief in op de psychische ontwikkeling van het kind.

In veel andere gevallen is de carrière waar vader al zijn tijd in steekt de boosdoener. In onze maatschappij wordt je waarde bepaald door wat je doet, presteert, verdient en produceert. Hoe iemand is in relaties, is van secundair belang. Er wordt bovendien niet gekeken naar *hoe* iemand iets bereikt - alleen *dat* hij iets bereikt wordt belangrijk gevonden. Het excuus dat er brood op de plank moet komen, is een gemakkelijke verontschuldiging. Vaak wordt met dat 'brood' dan bedoeld: een luxe huis, een auto, status, een goede concurrentiepositie, prestige, hobbyisme, enz.

De leden van het gezin genieten mee van de materiële welvaart die dat met zich meebrengt, maar daar ligt toch niet de eerste behoefte van de gezinsleden.

Het kan ook zijn dat de vader eenvoudigweg geen 'nee' kan zeggen en door zijn werkgever helemaal in beslag wordt genomen.

Ouders moeten geholpen worden in te zien dat goede relaties belangrijker zijn dan andere dingen, ze moeten weer leren communiceren met vrienden en familieleden en opnieuw de heerlijkheid ontdekken van het gezelschap.

Ook een aanwezige vader kan 'afwezig' zijn. Hij is dan wel in huis, maar wordt in beslag genomen door de krant, de televisie of zijn hobby. Vader is in huis maar niet echt thuis. Hij geeft zijn kinderen geen gerichte aandacht, stoeit niet met hen, helpt niet bij het huiswerk en gaat niet mee naar de sportclub. Het kind wil gezien worden, vraagt aandacht, wil geknuffeld worden, verhaaltjes horen, merken dat hij of zij belangrijk is voor de ouders.

Naast mijn werk wilde ik ooit ook kinderwerk doen en startte een skelterclubje voor kinderen van zes tot twaalf jaar. Ik zette een parcours uit waarop de kinderen met skelters konden racen. De kinderen van de straat vonden het prachtig. Het viel me toen op, dat de kinderen het prettig vonden dat er leiding van een volwassene was. De gebruikelijke 'pikorde' onder de kinderen werd daardoor opgeheven en zo voelden ook de kleinere kinderen zich veilig. Ook bleek dat er bijna nooit ouders waren om met de kinderen te spelen of iets te organiseren. De kinderen waren op zichzelf aangewezen. De ouders namen kennelijk geen tijd om gericht met hun kinderen bezig te zijn. Bij een kind kan daardoor een enorme emotionele hunkering ontstaan.

Heel wat verslaafden komen uit tehuizen. Er is wel zorg in de tehuizen, maar die kan nooit de ouderlijke zorg vervangen. Die speciale ouderlijke zorg en liefde moeten kinderen ontberen en dat is op zichzelf al misvormend. Hierbij komt dat in veel tehuizen een groepsmentaliteit heerst, waarbij de wet van de sterkste geldt.

In de hulpverlening werd ik geconfronteerd met jongens die in de tienerjaren in de handen vielen van homofielen en pedofielen, niet omdat deze jongens homofiele gevoelens hadden, maar omdat ze hunkerden naar vaderlijke warmte. Homofielen en pedofielen maakten misbruik van deze hunkering. Het gedrag van meisjes die met een veel oudere man omgaan, kan vaak op dezelfde manier verklaard worden.

Ooit las ik ergens, dat er in het natuurlijke leven niets zo bevredigend is, dan je

kinderen te zien opgroeien tot emotioneel volwassen personen. Ik geloof dat dat zo is. Eén van de eerste dingen waarnaar bij een ontmoeting met oudere mensen geïnformeerd wordt, is het welzijn van de kinderen. De wetenschap dat ze tot zorgzame ouders zijn geworden, strekt tot een blijvende vreugde. Grootouders zullen vertellen dat het gelukkig zien opgroeien van kleinkinderen tot de mooiste dingen in het leven behoort. Het leven draait tenslotte toch om relaties en niet om dingen. Iemand kan nog zoveel materiele welvaart kennen, als hij slechts gebroken relaties achter zich laat, zal hij niet gelukkig zijn. Betekent dit, dat de oorzaak van een verslaving altijd bij de ouders ligt? Absoluut niet. Er zijn nog vele oorzaken te noemen, waarvan nog enkele hieronder volgen.

Negatief toekomstbeeld

Voor mijzelf heb ik heel duidelijk kunnen vaststellen dat een negatief toekomstbeeld mij aanzette tot een vlucht in de wereld van drugsgebruik. Nieuwsberichten over milieuvervuiling waren voor mij genoeg om te beslissen niet al te veel tijd te besteden aan een opleiding of mijn ontwikkeling. Ik maakte me geen zorgen over een baan of mijn pensioen of wat voor mogelijke toekomstige behoefte dan ook. Ik was ervan overtuigd dat het milieu al zover verziekt was, dat het leven voor een volgende generatie hoofdzakelijk ellende zou opleveren. Ik zou er dus zeker niet aan meewerken dat die generatie er zou komen; ik wilde geen kinderen.

Het enige alternatief dat overbleef, was proberen de dag te plukken, zo lang er nog een volgende dag zou aanbreken. Werken was alleen een middel om aan geld te komen, geld dat me de mogelijkheid verschafte me te goed te doen aan allerlei genotmiddelen. Uitgaan, drinken, vriendinnetjes, reisjes en drugs - kortom: alles wat de dag van vandaag aangenaam en boeiend kon maken. Het moest wel instant zijn: hier, nu en direct verkrijgbaar. Of een genotmiddel schadelijk is of niet deed er dus niet zoveel toe, want wie garandeerde me dat de wereld er morgen nog zou zijn? Uiteraard komt deze filosofie in conflict met behoeften die ook wel zeker aanwezig zijn. Een thuis, rust, zekerheid en geborgenheid. Maar ook het geweten en de overlevingsdrang. De filosofie van het genotmiddel laat bijna geen duurzame relaties toe en daarom komt de pijn van gebroken relaties iemand die zo leeft vaak als een ongenode, maar niet te verjagen gast gezelschap houden. Wie zich alleen bezig houdt met het najagen van genot en kicks, ervaart natuurlijk de pijnlijke nadelen ervan. Toch weerhoudt zijn pessimistische - en naar zijn idee realistische - toekomstbeeld hem ervan een andere weg op te slaan. Daarbij komt, dat de genotmiddelen zelf een greep krijgen op de persoon. Drank, drugs, vrije sex, gokken, eten, pillen en dergelijke groeien uit van kleine puppies tot enorme bouviërs, die nauwelijks meer te hanteren zijn. Wanneer iemand onderuit getrokken wordt door zo'n grote bouviër, kan hij zich plotseling bewust worden van zijn verslaafde positie en alsnog pogingen gaan ondernemen om zich eraan te ontworstelen. Dit valt echter zwaar tegen. Velen raken teleurgesteld door de mislukte pogingen en zullen op het punt komen, dat ze de strijd staken. Een verslagen geest doet de beenderen verdorren. Een dood en leeg bestaan is wat er overblijft.

Ledigheid, werkloosheid, eenzaamheid. Een gemis aan spiritualiteit, idealisme, doelen en zelfdiscipline. Een onderzoek naar oorzaken van ontsporing of verslaving levert grotendeels conclusies op die door elk gezond denkend mens te trekken zijn. Het is ook duidelijk dat de ene oorzaak de andere overlapt en dat

verschillende oorzaken tegelijk aanwezig kunnen zijn. In de hulpverlening aan ex-drugsverslaafden - maar ook aan ex-gedetineerden door bijvoorbeeld de reclasering - is herintrede in de maatschappij van enorm belang. Met recht hanteert men hier de uitspraak: ledigheid is des duivels oorkussen. Een zinvolle tijdsbesteding wordt gemotiveerd door noodzakelijke prikkels, in de vorm van loon en ontwikkelingsmogelijkheden. Dat 80 procent van de ex-gedetineerde criminelen snel weer terugvalt in het oude patroon, is bekend. Dit geldt ook voor ex-drugsverslaafden als zij na een drugvrije periode proberen terug te keren in de maatschappij. In het begin is de ex-verslaafde erg gemotiveerd en hij probeert clean te blijven en een heel nieuwe start te maken. Werk ligt echter niet voor het oprapen en een beetje boeiend werk zeker niet. Boeiend werk vereist vaak vakkennis.

Om aan de vereiste vakkennis te komen, zijn zelfdiscipline en studieritme nodig, wat vaak ontbreekt.

In elk geval zal het voor een ex-verslaafde, die zijn tijd moet gaan doden door wat in de stad rond te hangen, niet lang duren voordat hij opnieuw verslaafd is. In de praktijk heb ik gezien dat zelfs veel jongens die wel een redelijke baan bemachtigden en maatschappelijk gezien de dingen redelijk op de rails kregen, toch in de weekeinden drugs gingen gebruiken.

De aansluiting voor ex-druggebruikers bij cleane mensen verloopt vaak moeizaam. In de scène, het druggebruikers wereldje, kennen zij mensen, hebben zij vrienden en spreken zij dezelfde taal. Verslaafden gaan bij elkaar op bezoek om samen te scoren en de drug te gebruiken. De drug is iets gemeenschappelijks, iets wat samenbindt. Het is aantrekkelijker om samen verslaafd te zijn, dan clean maar alleen op een kamertje te zitten.

Dan zijn er nog de geestelijke behoeften van een mens. Een geestelijk vacuüm wordt niet opgevuld door een goed maatschappelijk en sociaal functioneren. De mens leeft niet bij brood alleen.

Traumatische ervaringen

Ook traumatische ervaringen kunnen iemand ertoe brengen drugs te gaan gebruiken. Een trauma kan ontstaan door een incident, bijvoorbeeld door gewelddadige beroving of een verkrachting, oorlogsgeweld of andere schokkende zaken. Het trauma ontstaat dan schoksgewijs. Een trauma kan ook ontstaan door een aaneenschakeling van negatieve ervaringen. De ontwikkeling van een kind tot een emotioneel stabiele volwassene wordt dan verstoord door verkeerde verhoudingen. Een dominante, ontoegankelijke vader die een soort machorelatie ontwikkelt met zijn zoon, een vader die zijn zoon met klappen onder de duim houdt, een man die een meisje seksueel misbruikt, ouders die een kind achterstellen, als werksloof misbruiken, over het paard tillen of te hoge eisen aan hun zoon of dochter stellen, vriendjes die een kind pesten; op allerlei manieren kunnen mensen elkaar beschadigen en er zijn vele oorzaken te noemen die psychische misvormingen veroorzaken. Wie hulp wil verlenen bij traumaverwerking heft een goed inzicht, begrip en geduld nodig. Trauma's veroorzaken allerlei angsten, frustraties, gevoelens van boosheid en schaamte en valse schuldgevoelens, met alle gevolgen van dien voor gedrag en levensstijl.

Een bepaalde groep zal de innerlijke pijn, veroorzaakt door het trauma, gaan

verdoven met drugs of alcohol. Je vindt ze in alle geledingen van de maatschappij: stille drinkers, gewelddadige junkies, misdadigers. Ik ken een verslaafde pooier, een hardvochtig figuur. Als jongen werd hij in het kindertehuis waar hij woonde door mannen seksueel misbruikt. Ook kende ik een drugsverslaafde jongen die verdoving zocht omdat hij op zijn zestiende ongeneeslijke kreupel werd. En een jongen die opgroeide met de pijnigende riem van zijn vader en later als dealer binnen het dealercircuit twee moorden pleegde. Zo ken ik nog talloze voorbeelden van verslaafden waarbij een trauma als oorzaak is aan te wijzen. Een hulpverlener zal inzicht en begrip moeten hebben voor bepaalde gedragingen, wil hij niet de fout maken de onderliggende oorzaken over het hoofd te zien of te bagatelliseren.

Met bovenstaand verhaal wil ik niet zeggen dat een trauma crimineel gedrag rechtvaardigt. Iedereen is verantwoordelijk voor zijn of haar daden. Dat is een eeuwige wet. God echter wil en kan genade en genezing van een trauma geven. Over de manier waarop Hij geneest, is veel te zeggen. In de Bijbel staat, dat God bij machte is te helpen, naar Zijn Evangelie. Met andere woorden: op Zijn manier. Zijn manier is de beste weg.

De Bijbel kan ons helpen bij het zoeken naar antwoorden. In het Onze Vader leert Jezus ons bidden. Tegelijkertijd geeft Hij in het gebed geestelijke waarheden weer. Wanneer mensen die toepassen, geven ze de gewenste en verlangde genezing. Ik ken vrouwen, die de mannen die incest met hen pleegden hebben vergeven. Er zijn mensen die geweld hebben ondergaan waardoor haat in hun hart opkwam, mensen die hebben geworsteld en overwonnen met Christus. Voor zulke mensen heb ik enorm veel respect. Christus zelf zei, toen Hij onder veel pijnigingen onschuldig aan het kruis gespijkerd werd: "Vader vergeef het hun, want ze weten niet wat zij doen..."