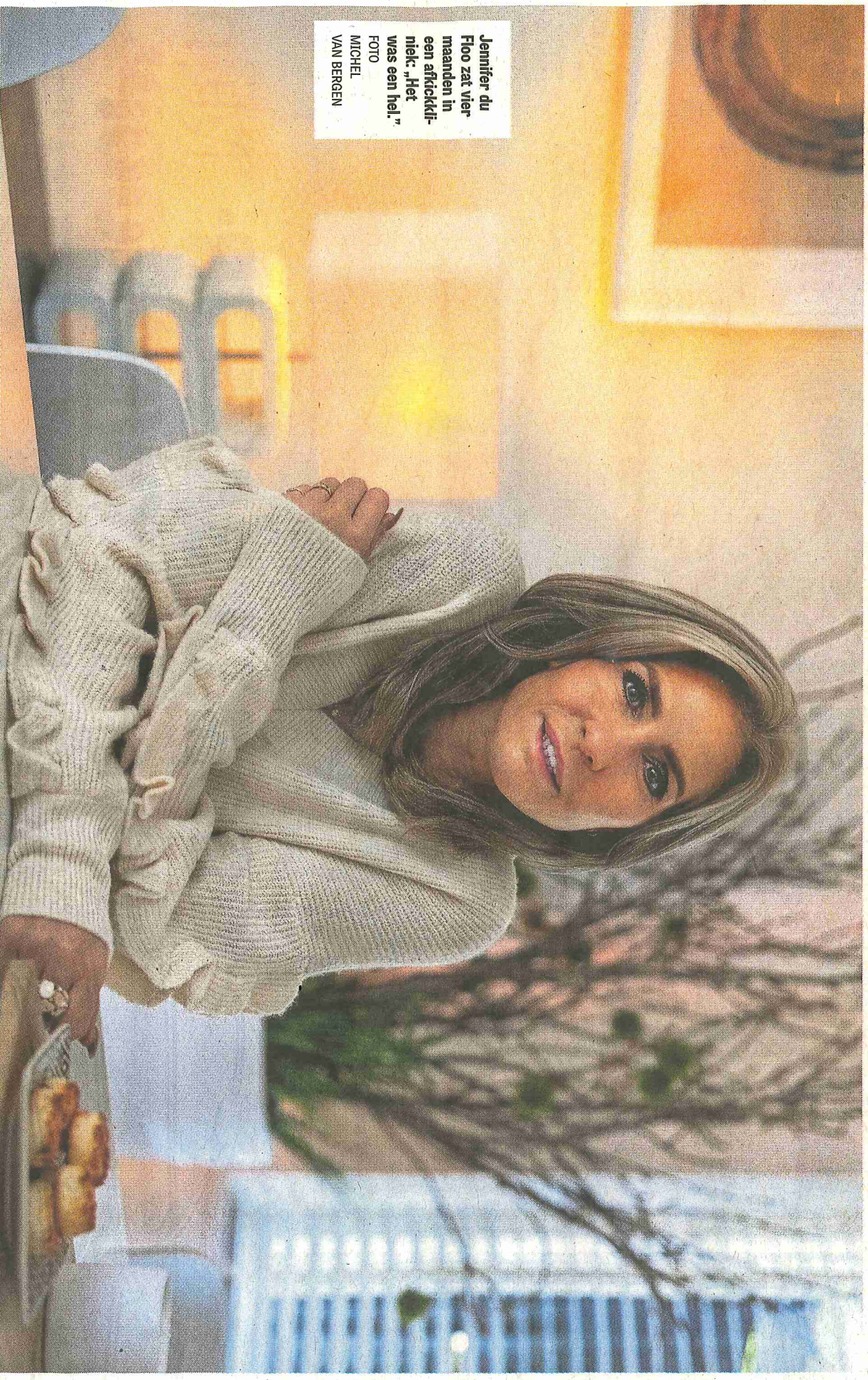


PROUW

JENNIFER WAS VERSLAAFD EN HELPT NU ANDEREN

Jennifer du Floo zat vier maanden in een afkickklinik: „Het was een hel.”

FOTO
MICHEL
VAN BERGEN



De schouwmate voorbij

Jennifer du Floo (45, mede-eigenaar re-integratiebureau Recovered2work) zet haar eigen ervaring als verslaafde in om anderen te helpen weer terug de arbeidsmarkt op te komen. „Verslaafden zijn niet ruggengraatloos. Ze hebben talenten.”

door Hester Zitrust

Over haar verleden wil Jennifer niet te veel praten, niet omdat het een geheim is, maar omdat ze vooruit wil kijken. „Mijn vader was de grote afwezige in mijn leven en mijn moeder was verslaafd; zij was fysiek en mentaal voor mij als kind onbereikbaar. Dat kan ik allemaal opvoeren als oorzaak van mijn eigen verslaving, maar het gaat er niet om waar je vandaan komt, maar waar je naartoe gaat. Ik heb niets aan een paar *me-inselling*. Mijn verleden is niet mijn identiteit, hoewel ik dat wel lang heb gedacht. En daar gaat een verslaving ontzettend goed op.”

Doordat Jennifer op-groeide met een verslaafde

Het was voor mij een sluipmoordenaar. Het gijzelde me zonder dat ik het doorhad; een verslaving laat je denken dat je alles prima in de hand hebt.”

Verdoving

Jennifer kon haar alcoholgebruik ook altijd goed praten. „Ik had trauma's door mijn jeugd, dan mag je toch drinken? Soms kon ik het leven gewoon even niet aan en had ik verdoving nodig. Pas toen ik 's ochtends wakker werd en toen al behoeft aan een borrel voelde schrok ik. Waar *the fuck* ben ik in beland?’, vroeg ik mezelf af. Toch was ik het niet zelf die aan de bel trok. Mijn vrienden hadden in de gaten dat het niet goed met me ging. Achter mijn rug om maakten ze een groepsapp aan, waarin ze mijn leugens blootlegden, want dat deed ik: doen alsof er niets aan de hand was. Ik hield ook ogenschijnlijk alle ballen hoog. Ik was een functionerend alcoholist, zoals ze dat dan noemen.”

Jennifers vrienden zorgden er uiteindelijk ook voor dat ze op een vliegtuig naar Schotland stapte, naar een afkickklinik. Daar duurde

het nog heel lang voordat ze inzag hoe slecht ze eraan toe was. „Ik heb vier maanden in die kliniek gezeten, vooral het aftikken was vreselijk. Ik gebruikte behalve alcohol ook medicatie sinds mijn 18. Rustgevende middelen, voorgeschreven door de huisarts. Het detoxen was zo heftig: de hele wereld wiegde met iedere stap die ik zette. Ik kwam er na al die jaren achter wie ik was. Mijn hele leven had ik op de automatische piloot geleefd. Eindelijk maakte ik kennis met de kern van mijn zijn, dus ook met de dingen die ik minder leuk aan mezelf vond.”

Na jarenlang met de kop in het zand te hebben geleefd, klom Jennifer uit het diepe dal. „Hé, daar ben je, zeiden mijn vrienden toen ik terugkwam. 'Nu zien we pas echt wat we al die tijd in je zagen.' Dat is nu drieënhalf jaar geleden. Ik kies er sindsdien iedere dag opnieuw voor om nuchter te blijven. Verslaving is een ziekte die je de rest van je

leven met je meedraagt. Voor mij heeft drank of drugs geen enkele toegevoegde waarde meer. Ik zie mezelf ook niet terugvallen: een keer in mijn leven in een kliniek zitten en met een bord in de rij staan voor je eten, is meer dan genoeg. Mijn verslaving is nog

steeds actief, dat merk ik aan mijn obsessies, bijvoorbeeld voor sporten. Ik ben me er bewust van, een heel belangrijke stap.”

Stigma

Al sinds ze jong is, heeft Jennifer een diepgeworteld de wens anderen te helpen. „Er is mij zo vaak door hulpzorg om de schouders geleefd, dat wil ik terugdoen. Een re-integratiebureau waar ik na de kliniek terecht kwam, bood me een baan aan. Mijn commerciële instelling kwam boven drijven: ik kon met mijn er-

varing mensen met een verslaving weer terug de maatschappij in helpen. Dat zijn namelijk allemaal mensen met een talent, want als je verslaafd bent, ben je ziek, niet ruggengraatloos zoals vaak wordt gedacht. 2,4 miljoen Nederlanders worstelen met deze ziekte, slechts 4% zoekt hulp. Ik wil het stigma helpen doorbreken.”

Jennifer helpt haar cliënten hun identiteit te vinden. Ze helpt ze hun kracht te vinden en uiteindelijk, na ergens tussen zes en 18 maanden, weer aan het werk te krijgen. „De route naar dat doel is heel persoonlijk; we bemiddelen, maar kunnen iemand ook met een opleiding of sollicitatietraining weer in het zadel helpen.”

Met Jennifer gaat het ondertussen heel goed. „Het leven met alle emoties en zonder filter tot je nemen, is het zwaarste van nuchter zijn. Waar ik vroeger een sponsor of ga ik naar een meeting als ik het moeilijk heb. Schamen doe ik me niet meer, dat wil ik iedere verslaafde meegeven. Kom in het licht staan!”

‘Ik was een functionerend alcoholist’