



"ER IS ALTIJD EEN PERSOON DIE VAN JE HOUDT" | JANNE (13)

11-24 jaar

In 2018 kwam mijn nonkel om door een brand. Hij en mijn papa kwamen uit een **moeilijk gezin**. Hun ouders rookten veel en hun papa dronk. Hun moeder, mijn oma dus, is wel gestopt met roken toen ze kleinkinderen kreeg. Toch is hun gedrag overgegaan op mijn vader, nonkel, tante en peter.

Mijn tante is gestopt met roken toen ze kinderen kreeg en mijn peter drinkt en rookt niet als er bezoek is. **Mijn vader** daarentegen **rookt en drinkt** wel overal en hij ziet er helemaal niet deftig uit. Hij woont niet bij ons, omdat hij af en toe **drugs** gebruikt en mijn moeder niet wil dat zoiets in huis ligt. Als hij dat deed, merkte ik dat niet vaak op. Mijn ouders wonen dus apart, maar ze zijn wel nog samen.

Na de dood van mijn nonkel is mijn vader zeer **depressief** geworden. Hij rook en dronk enorm veel en eten deed hij al helemaal niet meer.

In het begin **kon ik de dood niet echt verwerken**. Ik wist totaal niet hoe ik daarmee om moest gaan, maar daarna ging dat wel wat beter. Toen viel het me op dat het niet goed ging met mijn vader. Iedereen zegt dat ik best goed ben in praten en mensen helpen en na een tijd kreeg ik hem terug gelukkig. Alleen vroeg dat veel energie van me.

Ik ben goed in praten en mensen helpen. Alleen vroeg dat veel energie van me.

Janne, 13 jaar

Ondertussen is mijn oom langs de andere kant en de vader van een klasgenoot ook **gestorven**. Dat gebeurde allemaal in het 5e leerjaar. En ik ging alleen maar achteruit. Een jaar later zat ik in het zesde en werd ik **gepest** omdat ik geen Frans kan, ze me lelijk en vies vonden,...

De druppel die de emmer deed overlopen en een einde maakte aan alle hoop die nog in mij zat, was de dood van mijn neef vier dagen voor mijn verjaardag. Hij is overreden door een tractor, zijn lievelingswagen.

Ik was op! Een paar dagen later moest ik naar het 1ste middelbaar. Alles ging goed tot dat het uitkwam dat ik op meisjes en jongens viel. Een van m'n beste vriendinnen zat met **zelfmoordgedachten**, net zoals ik toen. Daarbovenop moest mijn vader ook nog eens naar de rechtbank. En dit gebeurde allemaal op 2 maanden tijd.

Alles ging goed tot dat het uitkwam dat ik op meisjes en jongens viel.

Janne, 13 jaar

PRAAT EROVER



Chat met Awel

Maandag-zaterdag 18:00-22:00 uur. Je kan even in de wachtrij terechtkomen.



Bel met Awel

102. Maandag, dinsdag, donderdag, vrijdag 16:00-22:00 uur. Woensdag en zaterdag 14:00-22:00 uur. Je kan even in de wachtrij komen.



Ga langs bij JAC

Zoek een JAC in je buurt. Een JAC-hulpverlener luistert graag naar je verhaal.



Bezoek het forum van Zelfmoord1813

Voor mensen die aan zelfmoord denken of gedacht hebben. Deel je verhaal, vind lotgenoten en steun anderen.

Gelukkig leerde ik **iemand** kennen **waar ik alles kon tegen zeggen**. Die persoon heeft me kei hard geholpen. Zelf had ze het ook niet gemakkelijk, want ze sneed zichzelf. Toen iemand dat ontdekte, ging die roddel snel rond. Dat heeft ervoor gezorgd dat er een soort van pandemie door de vrienden groep ging en bijna iedereen zichzelf sneed.

Gelukkig is dat allemaal gestopt en voelen vele zich terug veel beter. Door de **quarantaine** voel ik me ook al een stuk beter, ook al is niet alles helemaal opgelost. Ik heb nog altijd het gevoel dat ik niets goed kan doen voor de mensen en mijn punten zijn niet altijd super, maar ik wil niet meer dood.

Een goede raad voor de mensen die net als mij veel meemaken: ik kon altijd terecht bij iemand of ik ging gewoon even naar Awel wat mij zoveel hielp. **Praat met mensen, niemand moet dood**. We zijn hier allemaal omdat mensen van ons houden, ook al denk je van niet. **Er is altijd een persoon die van je houdt**. Hou je sterk!

 ***We zijn hier allemaal omdat mensen van ons houden, ook al denk je van niet.***

Janne, 13 jaar

*Janne is een fictieve naam

FOTO: Julian Hochgesang