



"Alleen wonen is taboe in mijn cultuur "

Mariam, 21 jaar

Ik ben alleen gaan wonen toen ik negentien was, maar eigenlijk begon dat verlangen al veel vroeger. **Ik groeide op in een onveilige thuissituatie, met voortdurend ruzies en veel fysieke en emotionele mishandeling.** Ik kreeg vaak de schuld van dingen waar ik niets mee te maken had. Ik werd de zondebok van het gezin.

Mijn eerste herinnering daaraan is van toen ik vijf was. Mijn grote broer sloeg mijn broer en zus, en zei dat het mijn schuld was. Ik begreep er niets van, maar blijkbaar moest ik dat gewoon slikken. **Vanaf dat moment voelde ik al dat ik nergens veilig was.**

Mijn doel was om op mijn achttiende uit huis te gaan.

Toen ik tien à elf was, begon ik bewust te denken: **als ik achttien ben, ga ik hier weg. Dat werd mijn doel.** Toen mijn vader overleed op mijn vijftiende, veranderde de sfeer thuis wel een beetje. De ruzies waren iets minder heftig. Op mijn zeventiende verhuisde ik met mijn moeder naar een andere plek, en ik probeerde de situatie nog één kans te geven. Misschien kon het beter worden.

Maar dat werd het niet. Mijn moeder was manipulatief en niets wat ik deed was ooit goed genoeg. **Ik voelde me constant afgewezen en bekritiseerd.** In die periode heb ik meerdere keren geprobeerd om uit het leven te stappen. Na mijn laatste poging besepte ik dat ik echt een keuze moest maken: of ik blijf, en ik ga eraan onderdoor, of ik kies voor mezelf. Toen heb ik beslist om weg te gaan.

Alleen gaan wonen als meisje is bij ons absoluut niet de norm.

De stap naar alleen wonen was niet impulsief, maar wel dringend. Kort na mijn achttiende verjaardag heb ik opnieuw contact opgenomen met een begeleider uit de jeugdhulp. **Ik legde mijn situatie uit en vroeg of er plaats was in begeleid zelfstandig wonen. Ik wist niet hoe ik het anders moest aanpakken.** Ondertussen begon ik stilletjes spullen te verzamelen: potten, pannen, basisdingen. Maandenlang.

Ik heb eindelijk vrijheid en rust.

Toen ik eindelijk een studio vond en het aan mijn moeder vertelde, reageerde ze heftig. **Ze werd boos en zei dat ik haar dochter niet meer was.** Diezelfde dag zette ze me buiten, terwijl ik nog twee weken moest wachten voor ik in mijn studio mocht. In die periode sliep ik in drie verschillende hotels, betaald door mijn begeleiders. Het was traumatisch en heel onzeker. **Ik had geen vaste plek. Geen thuis.**

Ik heb een Marokkaanse achtergrond, en alleen gaan wonen als meisje is bij ons absoluut niet de norm. Een dochter blijft thuis tot ze trouwt. Alleen wonen wordt gezien als schandalig, alsof je je familie afwijst. **Voor mij betekende die stap dus niet alleen zelfstandigheid, maar ook het risico om mijn familiebanden te verliezen.** En dat is ook gebeurd. Mijn moeder kon mijn beslissing niet accepteren, en daardoor werd ik niet alleen fysiek, maar ook cultureel en emotioneel buitengesloten.

Toch heeft alleen wonen mij ook veel gegeven. Vooral vrijheid en rust. **Ik kan mijn leven zelf bepalen.** Thuiskomen wanneer ik wil. Slapen wanneer ik wil. Geen kritiek op alles wat ik doe. Die vrijheid voelt als ademen, iets wat ik vroeger nooit echt kon.

De eenzaamheid is soms zwaar.

Maar er zijn ook moeilijke kanten. **De eenzaamheid is soms zwaar.** Ik kom uit een groot gezin, er was altijd lawaai of iemand in de buurt. Plots stond ik er helemaal alleen voor. Op sombere dagen kan dat echt binnenkomen.

Mijn familie reageerde negatief op mijn beslissing. Mijn moeder verbrak het contact en schaamt zich zo hard dat ze tegen veel mensen niet eens zegt dat ik alleen woon. Mijn broer bedreigde me de dag dat ik vertrok. Maar gelukkig waren mijn vrienden er wel voor mij, net als mijn school en de mensen die me begeleidden. Die steun heeft me erdoor gehaald.

Als ik één boodschap heb voor jongeren die in een gelijkaardige situatie zitten: wees niet beschaamd. Wat je meemaakt, is niet jouw schuld. Vraag hulp. Er zijn organisaties, leerkrachten, vrienden en begeleiders die willen helpen. Maar je moet durven praten.

En aan mijn jongere zelf zou ik zeggen: je bent niet zwak omdat je hulp nodig hebt. Aanvaard die hulp. Zoek psychologische ondersteuning. Je hoeft je trauma niet alleen te dragen. En vooral: je kiest niet tegen je familie. Je kiest voor je eigen overleving. En dat is oké.

De laatste controle van deze pagina was op 4 maart 2026.