



Jongeren en druggebruik

een leidraad voor ouders

Voorwoord

Ouders - en ook andere opvoeders - zijn als de dood voor "drugs". Blijkbaar zorgt dit thema, door hun bezorgdheid en liefde voor opgroeiende kinderen, voor heel wat onrust en onwelzijn.

Als wij als ouders sterker in onze schoenen staan als het over drugs gaat, slaan we twee vliegen in één klap. We zullen ons beter voelen als dit onderwerp ter sprake komt. Misschien zullen we ook verstandiger reageren op de problematiek van druggebruik waarmee onze kinderen geconfronteerd worden. Zij hebben er alle belang bij dat we noch "overreageren", noch "bagatelliseren". Ze hebben recht op onze gezonde en begrijpende bezorgdheid met enige kennis van zaken. Makkelijk gezegd, maar wat houdt dat in?

We vonden degelijke informatie in een ouderbrochure die onze collega's in de provincie Oost-Vlaanderen hebben aangemaakt. Zonder het minste probleem mochten we deze informatie overnemen en drukken; een schoolvoorbeeld van collegialiteit waarvoor onze oprechte dank.

We hopen dat dit boekje nuttig kan zijn bij uw toch niet altijd zo eenvoudige opvoedingstaak.



Marc Wellens

bestendig afgevaardigde welzijn



Deze brochure is een creatie van de Provincie Oost-Vlaanderen, is aangepast en wordt u aangeboden door de Provincie Antwerpen.

v.u. Danny Toelen, provinciegriffier, Kon. Elisabethlei 22, 2018 Antwerpen

Inhoud

<i>Leeswijzer</i>	2
1. Opvoeden is geen kinderspel	3
2. Pubers op zoek naar zichzelf	5
Drugs uitproberen: echt iets voor adolescenten	
Niets meer in de pap te brokken...	
Alles voor de vrienden	
3. Voorkomen binnen de grenzen van het mogelijke	9
Drugs: praat erover	
De relatie met je kind als preventie	
Grenzen trekken	
4. Wat als mijn kind gebruikt	17
Signalen: rood, oranje of groen licht	
De zoektocht naar het "Waarom?"	
5. Hoe reageer je het best	24
Hoe reageren bij vermoeden	
Hoe reageren wanneer je er niet meer omheen kunt	
Wat als je kind verdergaat met het gebruik	
Zorg voor jezelf	
6. 't ABC van middelen	30
7. Op de bank bij de jurist	42
De meest gestelde juridische vragen	
Wegwijs in de gerechtelijke procedure	
8. Wegwijs	49

Wanneer je als ouder vragen hebt over of geconfronteerd wordt met druggebruik bij je kind, maakt dit een heleboel vragen en twijfels bij je los. Vragen die meestal niet onmiddellijk te beantwoorden zijn.

Antwoorden die een tijdje nodig hebben om te bezinken.

Vandaar de nood aan een brochure voor ouders. Een brochure met alle nodige informatie, duidelijk en helder geformuleerd, om eens rustig te lezen in je eigen omgeving.

Deze brochure werd geschreven door deskundigen, ervaren in het begeleiden van en werken met ouders die geconfronteerd worden met drugs binnen het gezin.

Naast informatie voor de ouders, heeft deze brochure dan ook tot doel een extra hulpmiddel te zijn voor iedereen die professioneel ouders begeleidt wanneer er sprake is van druggebruik bij (één van) de kinderen. Ze kan tot dienst zijn in het begeleidingsproces voor al wie werkzaam is binnen de hulpverlening, van scholen tot politiediensten.

De brochure is opgedeeld in een aantal hoofdstukken, die apart en dus niet in volgorde gelezen kunnen worden.

Twee grote delen kunnen in deze brochure onderscheiden worden.

In de hoofdstukken van 1 tot 5 wordt de opvoedkundige kant belicht. Praktische informatie over drugs, wetgeving en hulp-aanbod vind je in hoofdstukken 6 tot 8. Om privacy-redenen zijn alle namen in de illustratieve teksten veranderd.

Na een algemene inleiding, wordt in hoofdstuk 2 stilgestaan bij de jongere in de puberteit.

Hoofdstuk 3 geeft het belang aan van duidelijke grenzen om voortijdig problemen te voorkomen. Als je kind drugs gebruikt, vind je in hoofdstuk 4 een aantal mogelijke verklaringen daarvoor. Hoe je daarop best (of beter) reageert, wordt in

hoofdstuk 5 met praktische tips uitgediept.

Meer informatie over de verschillende soorten drugs komt in hoofdstuk 6 aan bod. De juridische gevolgen van druggebruik worden geschetst in hoofdstuk 7. Tenslotte vind je enkele verwijzadressen voor verdere begeleiding of voor meer uitleg bij je vragen.

Deze brochure wil slechts een leidraad zijn bij vragen en problemen die je ondervindt bij het toch niet gemakkelijke opvoedingsproces van je kind.

Kinderen opvoeden doe je niet vanuit een boekje. Een perfecte opvoeding bestaat immers niet. Gelukkig maar, want belangrijk is dat je kind opgroeit tot een unieke persoonlijkheid dankzij je eigen, persoonsgebonden inzet, inzicht en karakter. En dat is met geen woorden te beschrijven.

EEN EXTRA HULPMIDDEL

1. Opvoeden is geen kinderspel

Hoe zou jij de uitspraak aanvullen?

"Vroeger was opvoeden..."

- ☐... gemakkelijker
- ☐...eenvoudiger
- ☐...autoritair
- ☐...minder belangrijk
- ☐...vrouwenwerk
- ☐...kinderen snel volwassen maken
- ☐...

Als ouder merken we vaak dergelijke verschillen op tussen opvoeden vroeger en opvoeden nu. En daarbij lijkt het wel alsof ouders vandaag heel veel moeten kunnen. Naast zo veel andere taken, is de zorg voor kinderen niet vanzelfsprekend. Een manier van omgaan met je kind dat vroeger wel zonder veel moeite ging, lijkt nu soms niet meer te lukken.

Er zijn dan ook een boel nieuwe invloeden die je als ouder keer op keer voor nieuwe uitdagingen plaatsen. De meesten onder ons zijn al met deze uitdagingen geconfronteerd geweest. Druggebruik bij je kind kan er één van zijn.

Wanneer dat voorvalt, kun je dat als ouder niet "even wegdenken" of gewoon vermijden. Bovendien hoor je er alles en nog wat over, zoals: "Wie het als ouder overkomt, heeft het zelf gezocht" maar ook "Kinderen moeten erop voorbereid worden". Allemaal erg verwarrend.

Van daaruit is het logisch dat je als ouder op zoek gaat naar meer duidelijkheid over 'goed opvoeden'. Want uiteindelijk wil je toch altijd het beste voor je kind.

In hun poging om alles heel goed te willen doen, raken ouders soms gefrustreerd. 'Alles' goed doen, gaat niet en het lijkt wel of je alleen nog maar fouten maakt. De dingen die wél goed gaan, lijken je dan te gewoon om er wat over te zeggen.

Helaas kan het ook behoorlijk fout gaan, soms loopt het bij je kind zelfs helemaal uit de hand. Drugs worden drugproblemen.

Je hebt het gevoel de controle te verliezen en dat gevoel versterkt dan nog eens je bezorgdheid. Je vreest dat het helemaal fout zal gaan met je kind.

Op zo'n moment kan het gebeuren dat je als ouder verlamd raakt door schuldgevoelens en paniek. Je vraagt je voortdurend af: "Wat hebben we fout gedaan? Wat hebben we nagelaten?"

En nog meer spookt het door je hoofd: ***"Hoe moet het nu verder? Ik wil m'n kind niet verliezen aan drugs, maar ik lijk het op dit ogenblik hoe dan ook te verliezen aan ruzies over drugs!"***

Op deze en andere vragen wil deze brochure je alvast een antwoord bieden.



2. Pubers op zoek naar zichzelf

Waarom gebruiken jongeren drugs?

Van jongeren zelf leren we waarom ze het wel of niet doen:

WEL

Het is wel stoer!
Het geeft nogal een kick!
Ik deed het uit nieuwsgierigheid!
Iedereen deed het en ik wou er ook bijhoren!
Dan amuseren we ons.

Tino (15):

"Ik rookte mijn eerste joint-je op het plein bij ons in de buurt. Ik was toen 14 jaar. De anderen deden het ook. Het was gewoon gezellig."

NIET

Omdat ik het niet nodig heb!
Ik heb schrik om verslaafd te worden.
Ik vind het gevaarlijk en duur.
Wat zouden mijn ouders er wel van vinden?!

Drugs uitproberen: echt iets voor adolescenten!

Hoe complex adolescenten in elkaar zitten, heb je waarschijnlijk zelf al gemerkt. Ze maken je als ouder soms wanhopig, je weet gewoon niet meer wat je aan ze hebt! Het ene moment kunnen ze de hele wereld aan, het volgende ogenblik zijn ze hopeloos neerslachtig. Soms zijn ze poeslief, even later kun je niets goeds meer doen en heb je het gevoel niets in de pap te brokken te hebben. Al wat hun vrienden zeggen daarentegen, lijken ze zonder enige vorm van kritiek aan te nemen. Verder zijn ze tot in het extreme met hun uiterlijk bezig.

Godelieve (45) getuigt hierover:

"Femke is steeds een inschikkelijk, beleefd en verzorgd meisje geweest. Toen ze 14 werd, begon ze plots te veranderen. Ze droeg ineens opvallende kledij, liet haar haar kleuren en kon absoluut niet verdragen als ik daar wat van zei. Ze begon in haar eigen wereldje te leven, waarin ze alleen haar vrienden leek toe te laten. Ik heb me meermaals wanhopig afgevraagd waar mijn lieve meisje gebleven was..."

Hoe kunnen we dit gedrag begrijpen?

Tijdens de adolescentie ontwikkelt een mens zich in enkele jaren tijd van kind naar volwassene. Zowel geestelijke als lichamelijke veranderingen maken deze periode heel verwarrend voor de puber. Het is voor de jongere meestal wel even wennen om daar vlot mee om te springen. Op het geestelijke vlak leren jonge men-

sen steeds meer kritisch te denken. Het gevolg is dat ze niet meer alles wat hun ouders hen zeggen blindelings overnemen. Pubers ontdekken dat ouders ook fouten maken en dan uiten ze hun kritiek daarop soms bijzonder scherp.

Ook het streven naar onafhankelijkheid kenmerkt de adolescent. En toch is de invloed van leeftijdsgenoten tijdens de adolescentie zeer groot.

De vriendengroep vormt een veilige omgeving om met verschillende gedragingen te experimenteren. Voor de puber is het heel erg belangrijk aanvaard te worden in die vriendengroep. Voor die aanvaarding wil hij behoorlijk wat opofferen: hij past zich aan de heersende normen, rages en trends aan die -bewust of onbewust- bij die groep horen.

Naast het uitproberen van bepaalde soorten gedrag, gaat je kind ook experimenteren met zijn uiterlijk (kapsel, kledij, ...), met relaties, met seksualiteit en ook met genotsmiddelen (tabak, alcohol, illegale drugs). Hij heeft behoefte aan kicks die hem de bewondering van de groep zullen garanderen: risico's durven nemen, zichzelf overtreffen op allerlei vlakken, enzovoort... .

Het in groep gebruiken van (illegale) drugs, kan voor jongeren het voor hen noodzakelijke gevoel van verbondenheid creëren: wij doen samen iets wat niet mag. Het omgekeerde komt ook voor, namelijk dat drugs in de vriendengroep geweerd worden. In dat geval zal de puber ook deze norm hanteren en sterk geneigd zijn om niet te experimenteren met drugs.

Door wel te experimenteren, verkennen adolescenten hun eigen grenzen en die van hun omgeving. "Wat vind ik prettig?", "Wat mag?", "Hoever kan ik gaan?" Op basis van allerlei reacties van zijn omgeving, zal een jongere later zijn eigen standpunt hierin bepalen.

Niets meer in de pap te brokken...

Tijdens die fase in het leven van jongeren, zijn ouders vaak de eersten die het moeten ontgelden. Je krijgt als ouder van alles te horen, ook dingen die niet steeds aangenaam zijn. Het lijkt wel of jij altijd 'de slechte' bent en de vrienden van je kind 'de goeden'.

Bovendien heb je als ouder het gevoel dat je mening niet meer meetelt. Dit lijkt misschien wel zo, maar klopt niet helemaal. Uit onderzoek blijkt dat jongeren, ook in deze fase, belang hechten aan wat hun ouders van hen denken. Dit zullen ze uiteraard niet zo snel of zo duidelijk verwoorden. Wel merk je dat ze kwaad reageren wanneer ze commentaar of opmerkingen krijgen. Soms zie je ze opleven als je ze een compliment geeft. Pubers en adolescenten willen heus wel weten wat anderen van hen denken, zeker hun ouders!

Marc, vader van Christophe (17):

"Als wij iets voorstellen aan of zeggen tegen onze zoon, doet hij het niet of doet hij net het tegenovergestelde, net omdat het uit onze mond komt. Alles wat zijn vrienden zeggen daarentegen, is heilig voor hem."

Alles voor de vrienden

Dat ouders, broers of zussen vaker dan z'n vrienden negatieve reacties krijgen van de adolescent, heeft onder meer te maken met het feit dat ouders, broers en zussen er gegarandeerd zijn. Ouder ben je altijd. Die rol kan je niet zomaar verliezen, je stapt er ook niet uit. De jongere kan zich dus veel permitteren tegenover zijn ouders, want wat hij ook doet, het blijven zijn ouders.

Vrienden daarentegen moet hij verdienen. Het is dan ook veel minder vanzelfsprekend dat je ze hebt én ze kunt behouden. Jongeren moeten voor vriendschappen heel wat over hebben en dat doen ze dan ook. Voor buitenstaanders lijkt hun houding hierin slaafs en volgzaam.

Als ouder sta je soms perplex over de heftige reactie van je kind als je opmerkingen maakt over zijn of haar vrienden. Opmerkingen over de vrienden van je kind worden aan gevoeld als uitspraken over zichzelf.

Dat vrienden zo'n sterke invloed hebben op je kind, geeft je wel eens te denken. Het is ook logisch dat je als ouder 'slechte invloed' van die vrienden vreest.

Toch is er ook een andere kant. Voor jonge mensen vormt hun vriendengroep in de meeste gevallen een bijzonder aangename leefomgeving en een onmisbare leerschool: door ervaring in het omgaan met anderen, met conflicten, met groepsdruk, enz. biedt de vriendengroep duidelijkheid. En dit geeft voor de jongere op zijn beurt veiligheid. Veiligheid om met al die aspecten van het leven te leren omgaan op zijn eigen manier. En daarin door anderen, die precies zijn zoals zijzelf, begrepen te worden.

3. Hoe problemen proberen te voorkomen

Drugs: praat erover!

Vaak wordt gezegd: "Wil je druggebruik voorkomen, praat erover".

Maar dat is gemakkelijker gezegd dan gedaan. Hier en daar lopen die gesprekken tussen ouders en opgroeiende kinderen heel spontaan, maar "druggebruik" is dikwijls een zeer geladen onderwerp.

Waarover moet je praten? Je voelt dat je er zelf nauwelijks wat van kent en je je op glad ijs begeeft. Op welke manier praat je erover? Op welk moment? Wat als je kinderen niet luisteren en weglopen of je uitlachen? Allemaal vragen waar je mee zit vooraleer je nog maar een gesprek begint. En als je er dan toch over begint, bestaat bovendien de kans dat je in een moeilijke discussie belandt. Niet zo evident dus.

Op zich is het zinvol om over drugs te praten, dat staat vast. Maar het is minstens even belangrijk dat er ook over andere zaken gepraat wordt. Dat stimuleert een open houding van ouders tegenover kinderen en omgekeerd. Over welke thema's begint je zoon of dochter zelf te praten? Waarin zijn je kinderen geïnteresseerd? Wat denken zij over bepaalde onderwerpen? Waar ben je het samen met hen wel over eens? Enzovoort...



In het "preventief praten" over drugs is het voor jou als ouder niet zozeer belangrijk om gelijk te krijgen, maar wel om invloed te hebben. Het is van belang dat ook jouw mening gewicht in de schaal van hun beslissing legt.

Daarom is het in de eerste plaats raadzaam dat je je kind zo benadert, dat het op zijn minst luistert naar wat je te zeggen hebt en open staat voor je mening.

Volwassenen kunnen wel hun opvattingen duidelijk maken, maar voor jongeren is het niet altijd zo prettig om alleen maar te moeten luisteren.

Jongeren willen vrij zijn om hun zin te doen, niet om verstandig en voorzichtig te zijn. Doordat ze onbezorgd willen genieten, staan jongeren niet altijd open voor informatie over problemen en gevaren. Hun aandacht is gericht op vrijheid en nieuwe dingen ervaren, niet op opletten en verantwoordelijk zijn.

Wanneer je dan als ouder zeer scherp verwoordt wat bestaande of mogelijke moeilijkheden zijn waarmee je kind geconfronteerd kan worden (en waarvoor het soms zelf een beetje bang is), wordt luisteren wel extra moeilijk. Het schept nog meer verwarring en twijfel en daardoor gaan pubers zich afschermen door helemaal niet meer te willen praten of luisteren. Net wat je nu niet wilde, je had het nog zo goed bedoeld!

Wij raden sterk aan om bij dit soort van "preventief praten" niet altijd direct de kern van de risico's te beklemtonen, maar ook écht te luisteren naar de visie van je kind. Weten hoe je kind staat ten aanzien van middelen en middelengebruik is hierbij het belangrijkste.

Zo'n gesprekken hoeven bovendien niet altijd urenlang te duren. Korte gesprekjes op een voor de jongere aangename plaats en een geschikt moment hebben soms veel meer effect dan je wel zou vermoeden.

Marijke, moeder van Dries (15):

"Ik heb zo vaak geprobeerd er met hem over te praten. Zelden is het me gelukt. Maar toen ik hem op een dag ergens naartoe bracht met de wagen, begon hij zelf te praten. Alsof het feit dat hij niet naar mij hoefde te kijken en de wetenschap dat de rit niet te lang zou duren, voor hem een veilige gelegenheid creëerde om te praten."

Dries:

"Ik kan met mijn moeder niet over drugs praten want ze moet altijd gelijk hebben. Ja natuurlijk weet ik wel dat ze bezorgd is."

Een veilig moment uitkiezen en niet alles tegelijkertijd willen bespreken zijn belangrijk als je met je kind over drugs wilt praten. Spreek niet over drugs alleen, maar ook over andere zaken. Vaak help je de ander met praten door ook iets over jezelf te zeggen.

En ook dan geldt nog steeds: om te praten zijn er twee partijen nodig. Ook al deed je een eerlijke poging, het kan zijn dat je kind niet meewil. Het enige wat je dan kunt doen, is het op een ander moment en op een andere manier opnieuw proberen.

Overigens, praten hoeft niet altijd met woorden te gebeuren. Je kunt ook briefjes naar elkaar schrijven, of mailen of zelfs tekenen, of een krantenknipsel geven dat je de moeite waard vindt, enz...

Je relatie met je kind als preventie!

Ook al kun je preventief heel wat doen, het geeft je nooit de absolute garantie dat er in jouw gezin geen experimenten met druggebruik zullen zijn. Weet wel dat als dat gebeurt, die preventieve inspanningen dan niet " totaal nutteloos" geweest zijn.

Wat we kinderen preventief meegeven, kan de kans verlagen dat een experiment met drugs een heus probleem wordt. En zelfs bij problemen, zal een (vroegere) gezonde basis in de relatie tussen jou en je kind de beste kans bieden om een echte ontsporing te voorkomen.

Je kunt als ouder die preventieve relatie nastreven. Of het allemaal écht lukt, heb je niet volledig zelf in de hand. Want dat heeft te maken met de twee partijen én met vele andere invloeden.



Open en bloot

Een preventieve relatiebasis hebben met je opgroeiende kind, betekent eigenlijk openheid over alles en nog wat: over school, vrienden, het gezin en andere dingen die zowel je kind als jezelf bezighouden. Dit wil niet zeggen dat je met je kinderen je diepste geheimen moet delen, wel dat je over van alles open kan praten. Het is belangrijk de jongere ernstig te nemen en interesse te tonen voor de zaken die hij of zij belangrijk vinden (muziek, vrienden, relaties,...) Openheid betekent ook onze eigen ouderlijke ideeën of twijfels tonen. Daarmee toon je dat open zijn tegenover elkaar geen zwakte is maar dat je het juist erg apprecieert. De manier waarop je over jezelf praat, is dan even belangrijk als wat je daarbij zegt.



Geef eens een schouderklopje!

Net zoals volwassenen, worden jongeren meer gemotiveerd door aanmoedigen en complimenten wanneer ze iets goeds doen, dan door alleen maar "kritiek" te herhalen. Zeker wanneer er moeilijkheden zijn, is het niet altijd gemakkelijk om het positieve in je kind te vinden. Maar het loont de moeite om ernaar op zoek te gaan.

't Is goed in 't eigen hart te kijken...

Zeggen we het ook als het goed gaat?

Gebruiken we regelmatig aanmoedigen?

Waarderen we voldoende die dingen die ze thuis of voor familie doen?

Niet alleen over de resultaten op school, maar ook wanneer het gaat over hobby's, sport, een eigen mening of een houding?

Als je kind vaak bevestiging krijgt, zal het ook op een positieve manier naar zichzelf kijken. Jongeren met een groter gevoel van eigenwaarde staan sterker omdat ze zich minder afhankelijk voelen van de goedkeuring van anderen. Keuzes die ze maken, worden dan minder snel door anderen bepaald.

Hier laat ik je los Tim, van hier af moet je gaan...

Iets betekenen, iemand zijn... kan pas volwaardig wanneer je een (deel)verantwoordelijkheid krijgt in het groter geheel. Zo is dat ook voor kinderen thuis. Een stukje verantwoordelijkheid krijgen kan reeds op jonge leeftijd. Een kind kan bijvoorbeeld instaan voor het verzorgen van een huisdier of voor bepaalde taken in het huis. Het toekennen van verantwoorde-lijkheid is een proces, dat stapje voor stapje gaat. Hoe ouder en hoe rijper je kind, hoe meer het verantwoorde-lijkheid kan opnemen. Door je kind te stimule- ren tot zelfstandigheid, is de kans groter dat het op latere leeftijd op een kritische en verantwoorde manier met vele dingen zal omgaan, ook met genots- middelen.

Het gevoel thuis betekenis te hebben, blijkt boven- dien jongeren te helpen om hun experimenten geen al te belangrijke plaats in hun leven te geven.

Met vallen en opstaan...

Iedereen kent wel eens een tegenslag of maakt een moeilijke periode door. Het is onmogelijk en ook niet nodig je kind hiervoor helemaal te behoeden of zelfs volledig af te schermen. Het is belangrijk dat kinderen vaardigheden ontwikkelen en manieren ontdekken

om op een opbouwende manier met bijvoorbeeld angst of verdriet om te gaan. Voor jongeren die geen raad weten met tegenslagen, kan druggebruik een risico zijn. Genotsmiddelen worden dan wel eens gebruikt om te ontsnappen aan frustraties en teleurstellingen.

De appel valt nooit ver van de boom

Communiceren met elkaar doe je niet alleen door te praten.

Je beïnvloedt je kind nog meer met wat je doet en toont: hoe je zelf in het leven staat, hoe je zelf ontspanning neemt, hoe je denkt over gezondheid, hoe je omgaat met tegenslagen, met vrije tijd en genotsmiddelen. De wijze waarop ouders met alcohol, sigaretten en medicijnen omgaan, vormt een invloedrijk voor- beeld voor opgroeiende kinderen. Je eigen gedrag, meer nog dan wat je je kind vertelt, bepaalt mee hoe hij of zij zal omgaan met genotsmiddelen. Al deze invloe- den spelen natuurlijk al van jongs af aan en niet alleen in de adolescentiefase.

Regels opstellen lukt nogal eens door naar een compromis te zoeken. Dit betekent dat de jongere én de ouder(s) voorstellen kunnen formuleren en argumenten kunnen geven. Deze inspraak is een onderdeel van het opnemen van verantwoordelijkheid. Als je samen met je zoon of dochter redelijke regels maakt, is de kans groter dat de afspraken worden nageleefd. Het biedt echter geen garantie. Soms is een compromis over de regel niet mogelijk. Weet dan dat je als ouder zelf een grens mag trekken.



Overleg

GRENZEN TREKKEN

Wat houdt dat eigenlijk in?



Duidelijkheid

Wanneer een grens wordt bepaald, dient deze in eerste instantie duidelijk te zijn. Best worden zulke afspraken op voorhand gemaakt en niet op het moment dat er zich een probleemsituatie voordoet.

Eenmaal gemaakt, is het belangrijk die grens niet los te laten. Anderzijds betekent dit niet dat een grens een onveranderlijk gegeven is. Grenzen kunnen en moeten soms veranderen. Soms vragen externe factoren om grensaanpassingen, of het kan zijn dat je kind nieuwe vrijheden heeft verdiend. Of achteraf bekeken vind je dit geen redelijke grens. Probeer het dan opnieuw met je kind te bespreken, zodat hij ook weet waarom je van mening verandert.

Een onderdeel van de duidelijkheid is dat de jongere ook de consequenties van de overtreding van een afspraak of regel moet kunnen inschatten. De vooropgestelde consequenties dienen zeker realiseerbaar te zijn. Bedenk dat op voorhand en uit geen loze dreigementen. Sancties hoeven niet zwaar te zijn, maar moeten wel consequent toegepast worden.



Gevolgen



Eenduidigheid

Grenzen zijn persoonlijk. Waarden en normen spelen hierin mee, maar ook overtuigingen, principes, achtergrond,... Zowel de waarden en normen van de ouders als de eigenheid van de jongere bepalen mee wat kan en wat niet kan.

Als je naar andere gezinnen kijkt, merk je op dat ieder gezin kan verschillen in het trekken van grenzen en in opvattingen. Soms kun je als ouder binnen eenzelfde gezin toch ook een mening hebben die verschillend is van die van je partner.

Net zoals voor andere belangrijke aspecten van de opvoeding, is het aangewezen dat je als ouders met elkaar van gedachten wisselt rond je houding tegenover drugs, de aanpak en je opstelling naar je kind. Overleg vooraf komt de duidelijkheid ten goede en de jongere weet beter waar hij zich aan te houden heeft. Voor ouders is het belangrijk om op één lijn te staan. Een jongere merkt gauw dat er één van beide ouders afwijkt en zal dit gaan uitspelen in zijn eigen voordeel. Ook als je gescheiden bent of een nieuw samengesteld gezin vormt, is het belangrijk voor de jongere dat zijn opvoeders een eenduidig standpunt innemen.

Ondersteun uw kinderen om ook elders (vb. school, ...) de grenzen te respecteren. Je hoeft niet altijd voor hen in de bres te springen (vb. laat je niet gebruiken om strafwerk op school kwijtgescholden te krijgen).



Fouten maken

Opvoeden betekent niet perfect zijn.

Grenzen trekken is niet altijd even gemakkelijk. Dat er daarbij moeilijkheden opduiken, is normaal en is geen teken van opvoedkundige onbekwaamheid. Grenzen trekken is een voortdurend proces van vallen en opstaan. Je moet het ook niet perfect willen doen. Ouders moeten de moed hebben onvolmaakt te durven zijn. Jezelf fouten toestaan geeft rust, betekent afzien van de idee dat je perfect moet zijn, ook tegenover je kinderen. Volmaaktheid ontmoedigt kinderen en zet ze aan tot verzet daartegen.



Relativiteit

Respect opbrengen voor en luisteren naar de soms andere mening van de jongere (over bijvoorbeeld drugs), wil niet zeggen dat je het gebruik moet tolereren. Bespreken betekent niet hetzelfde als goedkeuren. Maak je visie naar de jongere duidelijk. Houd je bij je standpunt en herhaal dit regelmatig zonder dit standpunt van de jongere te negeren. Je kan respect tonen voor een andere visie en toch motiveren waarom je als ouder bepaalde grenzen trekt. Jongeren aanvaarden niet zomaar alle regels. Maar zelfs al worden de regels soms met de voeten getreden, toch blijven ze belangrijk. Ze zomaar overboord gooien, biedt te weinig houvast en structuur voor je kind.

Jongeren hebben immers grenzen nodig. Daarbij is het essentieel om een evenwicht te vinden tussen een te strenge en een lakse opvoeding. Wie door erg nauwe grenzen te trekken zijn kind bepaalde ervaringen wil besparen, maakt dat opgroeiende jongeren niet tegen de moeilijkheden van het leven zullen opgewassen zijn. Wie aan het andere uiterste gaat staan en geen grenzen trekt, maakt zichzelf handelingsonbekwaam en geeft alle beslissingen in handen van de jongere zelf terwijl die dit nog niet aankan.



4. Wat als mijn kind gebruikt

Patrick (42)

"Jan rookt regelmatig een joint.. Wij maken ons er echt zorgen om. We proberen er met hem over te praten, maar er blijven toch heel wat vragen en onzekerheden. Het ergste vind ik dat je er met niemand over kan praten. Ik moet er niet aan denken dat mijn moeder het te weten komt, of de burens... Wat zouden ze wel niet denken over ons gezin!"

An (39)

"Marijke kwam ook met drugs in aanraking. In het begin waren we er kapot van en durfden er amper over praten. Als het onderwerp 'drugs' bij vrienden ter sprake kwam, werd ik helemaal rood en wist niet meer wat te zeggen. Op een avond heb ik toch eens mijn stoute schoenen aangetrokken en het verteld aan een bevriend koppel. Toen bleek dat hun zoon ook aan het experimenteren was, zoals ze dat dan noemen. Het was een hele opluchting om dat te horen. Ik voelde me op slag iets minder abnormaal.

Sindsdien praat ik er meer over. Ik kijk natuurlijk nog uit tegen wie ik wat vertel. Maar ik ben geschrokken hoeveel ouders in hetzelfde schuitje zitten en hoe goed het me doet om hierover wat te kunnen uitwisselen met elkaar."

De kans dat je kind drugs gebruikt, is het grootst tijdens de puberteit. Iedere puber kan aan drugs komen. En iedere jongere zal, wanneer je er hem naar vraagt, toegeven dat hij wel eens iets aangeboden heeft gekregen op een feestje, aan het station, op school. Of je kind kent wel iemand die drugs gebruikt.

De kans dat je als ouder binnen je gezin met druggebruik bij één van je kinderen geconfronteerd wordt, is dan ook niet ondenkbaar.

Bij zo'n confrontatie kan je als ouder best rustig reageren. Terwijl je inwendig misschien het gevoel hebt dat je uit frustratie, woede of teleurstelling je kind wat zou kunnen aandoen. Zeker wanneer je al heel veel energie hebt gestopt in het trachten te voorkomen van risicogedrag en druggebruik bij je kind.

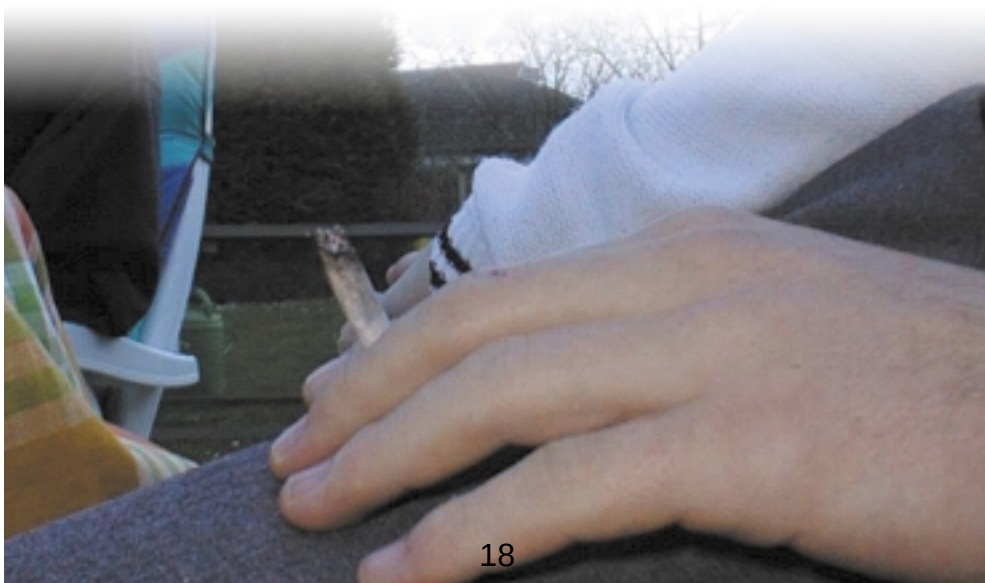
Mia, moeder van Bram (16)

"Toen ik ontdekte dat Bram drugs gebruikte - ja, ik zeg drugs, want wat wist ik of het nu zwaar spul was of niet - was ik helemaal van de kaart. 'Wat zou er met mijn kleine jongen gebeuren?' 'Waar zou dit toe leiden?' Die angst sloeg snel om in woede: ik had hem echt wat kunnen aandoen!

Als ik dan 's avonds in mijn bed lag, vroeg ik me af wat ik in godsnaam verkeerd had gedaan? Waar was ik tekortgeschoten? Nachtenlang deed ik amper een oog dicht."

Als je ontdekt dat je kind drugs gebruikt, denk dan vooral niet dat jouw gezin het enige is met dergelijke problemen. Heel wat jongeren proberen drugs uit en dit leidt in vele gezinnen tot ruzies en problemen. Als je hierover kunt spreken met andere ouders (van ook puberende, opstandige jongeren), zul je merken dat er heel wat gelijkenissen zijn. Die gesprekken kunnen voor jou een hele opluchting en steun zijn. Het is dus kwestie van je niet te isoleren.

We mogen niet uit het oog verliezen dat de wereld van je kinderen ruimer is dan het gezin waarin ze opgroeien. Kinderen komen in hun ontwikkeling heus met veel meer betekenisvolle personen en informatie in aanraking dan enkel met hun ouders. Ouders zijn dus niet de enige beïnvloeders maar delen de opvoeding die ze aan hun kinderen geven, en dus hun invloed, met vele andere mensen en ervaringen.



Signalen: rood, oranje of groen licht?

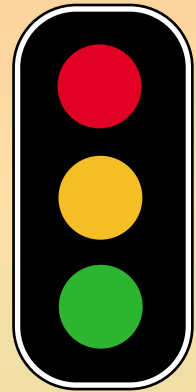
Jongeren die drugs gebruiken, doen dit meestal stiekem. Ze willen niet dat hun ouders het merken, wetende dat hen verboden zal worden verder te gebruiken. Aan de andere kant merken we wel eens een zekere opluchting bij de jongere, wanneer zijn druggebruik wordt opgemerkt. Hij kan dan immers zelf naar buiten komen met de twijfels waar hij mee zit en die in veel gevallen met dat gebruik gepaard gaan.

Toch is het niet vanzelfsprekend dat druggebruik wordt opgemerkt. Als iemand slechts af en toe gebruikt en dan nog in kleine hoeveelheden, is de kans groot dat de omgeving geen vroege signalen opvangt. Het druggebruik verloopt dan onzichtbaar.

Soms kun je wel signalen vaststellen. Hierbij denken we aan: bleekheid, vermoeidheid, verminderde eetlust, vermageren, pupillen die sterk vernauwd of juist wijd open staan, een andere vriendenkring, dalende schoolresultaten, spijbelen, geen interesse meer in gezinsactiviteiten, sterke emotionele wijzigingen (uitgelaten, depressief, agressief), verlies van interesse in hobby's, stelen, ...

Let wel: één signaal zegt niet veel. Veel van deze signalen komen ook voor bij niet-gebruikers en kunnen wijzen op de typische ontwikkelingsperikelen bij jongeren. Na een nachtje uitgaan bijvoorbeeld kan je kind ook vermoeid zijn en er bleek uit zien.

Het is dus belangrijk oog te hebben voor blijvende veranderingen in de houding of het gedrag van je zoon of dochter. Het is mogelijk dat die veranderingen een uiting zijn van druggebruik.



Rood of oranje licht?

Veel jongeren experimenteren. Slechts een deel van hen raakt in de problemen. Als je als ouder ontdekt dat je kind drugs gebruikt, is het van belang te achterhalen of het om experimenteren of om vluchtgedrag gaat. Hoe kun je het onderscheid tussen de twee ontdekken? Staar je niet blind op het druggebruik alleen. Schenk extra aandacht aan het ruimer gedrag van je kind.

Je kunt je het volgende afvragen:

Hoe doet mijn kind het recent op school?

Houdt mijn kind zich nog steeds aan afspraken?

Heeft mijn kind een vaste vriendenkring?

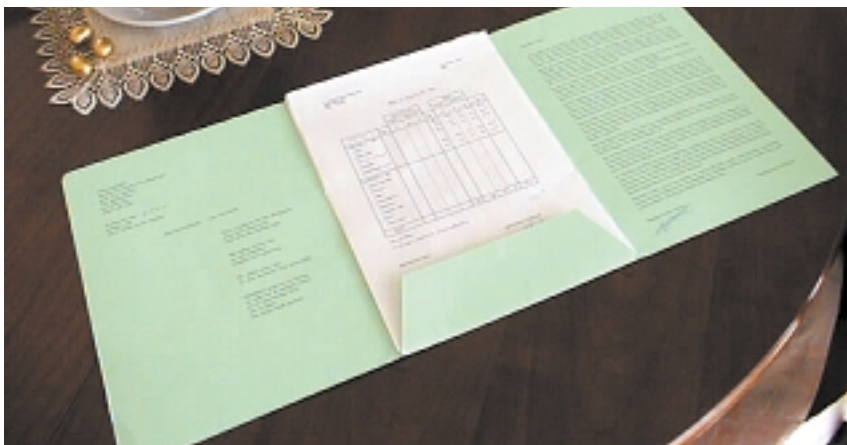
Hoe pakt het zijn/haar problemen aan?

Blijft het tijd investeren in z'n vroegere hobby's?

Zijn er plotse veranderingen merkbaar zonder duidelijke aanwijzingen?

Is het antwoord op de meeste van deze vragen "ja" of "goed", dan is je kind waarschijnlijk een puber die experimenteert met drugs. Dit druggebruik is dan meestal vrij beperkt, zodat het weinig negatieve gevolgen heeft op andere terreinen in zijn of haar leven.

Is het antwoord op de meeste van deze vragen echter negatief, dan is dit mogelijk een teken dat het druggebruik vrij veel belang krijgt in het leven van je kind. Het kan bijvoorbeeld een manier geworden zijn om te vluchten van moeilijkheden of problemen.



De zoektocht naar het 'Waarom?'

Wanneer je als ouder geconfronteerd wordt met druggebruik, rijzen allerlei vragen: Hoe komt het nu dat de ene jongere wel en de andere jongere niet ingaat op het aanbod van drugs? Hoe komt het dat de ene tiener na het uitproberen ermee ophoudt en de andere tiener ermee doorgaat? ...

Wij vragen het aan Gie, hulpverlener met meer dan 20 jaar ervaring in de drug-hulpverlening.

Wat herken je bij de druggebruikende jongeren die je tegenkomt?

Gie: "Het is natuurlijk altijd gevaarlijk om te veralgemenen, iedere jongere is anders. Maar een aantal zaken kom je wel bij heel wat jongeren tegen. Zo kun je stellen dat bij veel jongeren hun gevoel van zelfwaardering, van zelfappreciatie, een bepalende rol speelt. Dikwijls hebben jongeren die drugs gebruiken op een manier dat het problematisch wordt, het moeilijk met het uiten van hun emoties. Vaak zitten er ook nog andere problemen waar ze eigenlijk wel wat hulp bij zouden kunnen gebruiken. Velen van hen hebben dan ook een zeer negatief zelfbeeld. Dit leidt niet per se rechtstreeks tot druggebruik, maar druggebruik kan dan voor hen wel één van de snelle -maar valse- oplossingen zijn."

Waar kan dat laag zelfbeeld bij de jongere vandaan komen?

Gie: "Daar spelen een boel factoren mee, zoals: voldoende nestwarmte en "steun en liefde" gekregen hebben, maar ook de nodige positieve bevestiging,

aanvaarding en respect. Als jongeren dat voldoende meekrijgen, zullen ze sneller een positief zelfbeeld ontwikkelen.

Het is niet zo makkelijk uit te leggen aan ouders, meestal krijg je als ouder het gevoel dat er met een steen naar je geworpen wordt als je dit hoort. Het gaat echter helemaal niet om schuld. Het is ook zo moeilijk om de vinger op de wonde te leggen. Het gaat immers om een complex kluwen waarbij niet alleen onze inbreng als ouder belangrijk is, maar ook die van andere omstandigheden, meerdere familieleden, contacten met diverse mensen...

Ik geef je een voorbeeld. Een kind groeit op in een periode dat zijn zusje zwaar ziek is. Zijn ouders zijn hierover vaak bezorgd en bedroefd, wat heel menselijk is. Dan kan het zijn dat dat kind begint te denken dat het zelf niet veel waard is, vermits het zijn ouders niet gelukkig kan maken. Je hebt dat niet zo snel in de gaten, maar zo zitten kinderen soms in elkaar.

We kunnen als ouder alleen maar trachten zo goed mogelijk onze bijdrage te leveren in het helpen opbouwen van een positief zelfbeeld bij onze kinderen."

Wij moeten als ouder proberen open en begrijpend te zijn, maar toch ook begrenzend?

Gie: "Ja dat klopt, hoewel het zeker niet de bedoeling is dat je een detective wordt. Maar een gezonde vorm van ondersteunend toezicht kan helpend zijn. Het kan de zelfcontrole van de jongere stimuleren. Verder helpt het je kind om te leren functioneren in een systeem waar regels zijn.

Jongeren worden vanuit maatschappelijk oogpunt geassocieerd met verandering, nieuwsgierigheid, onbezonnenheid. Hun ouders staan in hun ogen eerder voor continuïteit, bescherming en voorzichtigheid. De wisselwerking tussen deze twee posities, geven kinderen de gelegenheid op een veilige manier te experimenteren met grenzen en de mogelijkheid om zich ergens tegen af te zetten. Jongeren hebben dat nodig om tot een eigen identiteit te komen.

De uitdaging voor ouders is dus het trekken van duidelijke grenzen, maar ook en evenzeer het voldoende tonen van liefde voor en betrokkenheid met je kind."

Caroline (41), alleenstaande moeder van Anja (18) en Toon (16) getuigt:

"Toen Toon met drugs begon, durfde ik daar met niemand over spreken uit schrik dat men zou zeggen : "Wat wil je, die jongen is zonder vader opgegroeid". Bovendien voel ik me daar zélf schuldig over: is het omdat ik rond zijn twaalfde van zijn vader ben weggegaan ? Ik heb het hem zelfs gevraagd ! Maar mijn dochter doet het niet en die heeft toch ook de scheiding meege maakt. Toon zelf verzekert mij dat het daar absoluut niéts mee te maken heeft."

Ligt het anders bij éénoudergezinnen en nieuw samengestelde gezinnen ?

Gie: "Vaak wordt er in de hulpverlening en in brochures nog altijd gesproken over dé ouders, hét gezin". Maar er zijn ook veel éénoudergezinnen, nieuw samengestelde gezinnen of gezinnen waar ouders onderling niét meer overeenkomen.

Zij voelen zich vaak buitengesloten, terwijl informatie over druggebruik bij jongeren ook voor hen geldt.

Natuurlijk is het duidelijk dat het iets moeilijker en lastiger is om in je eentje te moeten omgaan met het gedrag van

een rebellerende adolescent, zoals Caroline beschrijft. In een ander geval, als de beide ouders verschillende grenzen aangeven, kan zo'n adolescent daar natuurlijk gemakkelijker mee gaan 'spelen'. Of hij kan proberen beide ouders tegen elkaar uit te spelen ...

Het kan zelfs voorkomen dat er in een nieuw samengesteld gezin, verschillende regels gelden voor de verschillende kinderen.

Deze situaties betekenen niet dat ze automatisch leiden tot méér problemen, maar misschien wel dat je voor een aantal aspecten van de opvoeding extra alert moet zijn. Dat lijkt misschien vermoeiend, aan de andere kant kan dat extra alert zijn net ook voordelen, en een goede relatie opleveren met je kind.

Als ik Caroline aan het woord hoor, herken ik daarin een bedenking van veel alleenstaande of gescheiden ouders. Natuurlijk leidt een scheiding niet tot druggebruik. Wel kan het zijn dat er heel

wat aan dat 'alleenstaand' is voorafgegaan en dat je kind nog zit met onverwerkte emoties of gedachtenpatronen.

Dan is het inderdaad zaak na te gaan hoe je kind daarmee omgaat. Gebruikt hij drugs om die emoties wat te verdoven? Sluit hij zichzelf af van anderen?

Praat hij erover en leert hij zo al vroeg met pijnlijke emoties, onzekerheden, en teleurstellingen omgaan?

Je kind kan hieruit dus ook leren op een 'positieve' manier om te gaan met de crisissen die het leven met zich meebrengt, zodat het hem eerder weerbaarder maakt tegen drugverslaving."

Waar kunnen wij terecht als we meer vragen hebben?

Gie: "Ouders kunnen individueel of in groep begeleiding krijgen. Ook in je buurt bestaan er mogelijkheden tot begeleiding. Achteraan deze brochure vind je een aantal adressen die je verder kunnen helpen."

Als je druggebruik bij je kind ontdekt, is dat een hele schok. Alles en nog wat gaat door je heen. Daardoor reageer je soms nogal impulsief, ook al weet je dat dat niet altijd de beste reactie is. Een vuistregel is alvast: je kunt het druggebruik bij je kinderen aanpakken zoals je andere opvoedingsproblemen aanpakt. Hoe reageer je als ze voor het eerst spijbelen? Als je dochter of zoon niet op het afgesproken uur thuiskomt? Standaardoplossingen zijn er niet. Veel hangt af van je eigen persoonlijkheid en die van je kinderen.

Hoe reageren bij vermoeden

Een vermoeden maakt je wel eens achterdochtig. Op zo'n moment wil je zeker weten of er al dan niet gebruikt wordt. Hierbij ga je misschien wel op zoek naar bewijzen. Nog vaker dan dat tijdens je zoektocht drugs worden gevonden, bots je vooral op fikse ruzies met je kind. Daardoor gaat er helaas veel vertrouwen verloren. Daarom vraagt deze directe aanpak om een alternatief: zijn kostprijs is immers te hoog.

5. Hoe reageer je best

Liever dan onmiddellijk allerlei acties op te zetten, lijkt het uitspreken van je eigen bezorgdheid (samen met wat je opmerkt aan veranderd gedrag) een moeilijke, maar cruciale eerste stap. Is er bij jou slechts een vermoeden van druggebruik, dan kun je er best ook in die bewoordingen over praten.

Dit opgemerkt gedrag bij je kind bespreekbaar maken, geeft hem of haar de kans over een aantal dingen met jou te praten. Het is eerlijk en biedt hen ook het veilige gevoel dat we de signalen die wij zien, ook verwoorden. Door ons zorgzaam op te stellen, creëren we de nodige ruimte voor onze kinderen om ook over zichzelf te praten. Voor hen verlaagt het de drempel een gesprek aan te gaan en tegelijkertijd betekent het voor jou een belangrijke vorm van controle.

Je kunt je kind dus aanspreken door datgene wat je opmerkt zo concreet mogelijk te benoemen. Je kan daarbij ook je eigen gevoelens (bezorgdheid, angst,...) verwoorden en om verduidelijking vragen.

Mogelijk is je kind verrast door wat je zegt en vraagt. Laat hem of haar dan voldoende ruimte voor zo'n eerste reactie.

Hoe reageren wanneer je er niet meer omheen kunt

Wat je beter **NIET** doet!



Zware dreigementen.

Bijvoorbeeld: *"Nu zet je nooit nog een stap buiten!"* of *"Nu krijg je geen zakgeld meer!"*... Vaak besef je, als je van de eerste schok bekomen bent, dat dat geen realistische dreigementen zijn en je ze ook niet kunt uitvoeren.

Beschuldigingen en verwijten

Wat verder niet aan te raden is, is de klemtoon leggen op het gevoel dat je hebt dat je kind ondankbaar is. Bijvoorbeeld *"Hoe kun je ons dit aandoen, we hebben toch alles voor jou gedaan?"* of *"Jij hebt nooit gedeugd!"*...

Het is erg belangrijk de jongere niet als mens te veroordelen als hij iets doet wat je als ouder niet bevalt. Keur je kind niet af, maar wel zijn of haar gedrag.

Bezorgdheid om de reacties van anderen

De omgeving heeft heel wat invloed, niet alleen op je kinderen, maar ook op jullie als ouders. Er dient echter over gewaakt de bezorgdheid voor reacties van buitenaf niet onmiddellijk en ongenueanceerd te uiten (bijvoorbeeld: *"Wat zal die of die niet zeggen?"*) Dit kan door je kind worden geïnterpreteerd alsof zijn gedrag er eigenlijk niet zo toe doet, maar dat je vooral bezorgd bent om je eigen prestige.

Morgen lig je in de goot!

We hebben soms de neiging alle drugs over één te kam scheren en zonder onderscheid af te wijzen. Of we gaan het gevaar van drugs overdrijven, hetzij uit onwetendheid of met de bedoeling af te schrikken. Jongeren zijn soms beter geïnformeerd over drugs en druggebruik dan hun ouders. Zulke reacties stuiten dan ook op heel wat weerstand.

Daarom is het goed je als ouder te informeren over de verschillende middelen.

Kennis hebben over drugs en druggebruik, betekent dat je sterker in je schoenen staat. Probeer eerst zelf tot rust te komen en je te informeren over drugs: welke effecten hebben ze, welke risico's zijn eraan verbonden?

Je informeren over drugs wil echter niet zeggen dat je er alles over moet weten en dat je je kind als een patiënt moet behandelen. Overdrijf niet en maak een onderscheid tussen de verschillende middelen en werkingen.

Een preek over gezondheid

Pessimistische voorspellingen met betrekking tot mogelijke lichamelijke schade spreken jongeren meestal niet aan. Zij maken zich in het algemeen weinig zorgen om hun gezondheid.

Wat je *WEL* kunt doen!



Luisteren

Luisteren is veel moeilijker dan het lijkt. Je denkt namelijk veel sneller dan dat je praat. Heel vaak ben je bezig met je eigen emoties, angsten en bekommernissen en gaat er veel verloren van het verhaal van je opgroeiende tiener. Als je voelt dat dit je NU niet zal lukken, stel het gesprek dan even uit.

Duidelijk maken dat je luistert, kun je doen door sommige dingen te reflecteren. Dit betekent dat je in eigen woorden gaat herhalen wat je kind zegt. Daardoor check je meteen of je het goed begrepen hebt.

Je kunt ook de emoties die je bij je kind vermoedt, zelf benoemen. Bijvoorbeeld: *"Ik zie dat je het daar moeilijk mee hebt"* of *"Je voelt je kwaad"*. Dit kan soms een verzachtend effect hebben. Overigens, het reflecteren van emoties doet de jongere nadenken over de gevoelens die hij ervaart en is een eerste stap in het leren omgaan met deze gevoelens.

Hoe vragen stellen

'Waarom'-vragen worden vaak ervaren als een beschuldiging. Ze vragen bovendien naar oorzaken en redenen waarvan men zich niet altijd bewust is. (*"Waarom heb je dat toch gedaan?"*). Beter zijn 'hoe'-vragen (*"Hoe ben je ermee begonnen?"*; *"Hoe gaat het verder?"*).

Vragen zoals *"Hoeveel rook je nu eigenlijk?"* als je duidelijk ziet dat je kind onder invloed is, zijn dan ook beter als *"Héb je gebruikt?"*.

Een andere nuttige vraag zou kunnen zijn: *"Hoe lang denk je nog door te gaan met je gebruik?"* of *"Hoe moet dit nu verder?"* lijkt zinvoller dan *"Waarom doe je dat toch?"*

Door het stellen van enkele vragen toon je dat je niet zo makkelijk om de tuin te leiden bent, dat je ziet wat er gaande is en dat het je niet koud laat.

Ik-boodschappen

Wanneer regels worden overtreden dient hierop te worden gereageerd. Als je dit wilt doen op een niet-bedreigende of aanvallende manier én tegelijk de jongere informatie wil geven over het effect van zijn gedrag, kun je het beste 'ik-boodschappen' gebruiken.

In een ik-boodschap beschrijf je eerst de feiten. Bijvoorbeeld: *"We hadden een afspraak om niet met drugs te beginnen en nu vind ik in je zakken een zakje wiet."*

Dan benoem je de gevoelens die deze feiten bij jou teweeg gebracht hebben.

Bijvoorbeeld: *"Ik was teleurgesteld en heb me dan ook heel erg kwaad gemaakt."*

Tenslotte beschrijf je het effect dat de hele situatie op jou heeft gehad:

Bijvoorbeeld: *"Ik heb de hele namiddag zenuwachtig rondgelopen."*

Onderhandelen

Wanneer de eerste emoties geluwd zijn, is het belangrijk om het probleem toekomstgericht te bespreken en afspraken te maken rond verdere aanpak. Een jongere die onder invloed is, is moeilijk aanspreekbaar. Iemands gedrag kan door druggebruik totaal veranderen. Dat gaat soms zover dat je je eigen kind nauwelijks herkent. Hij of zij komt agressief uit de hoek of is juist zeer lusteloos en passief. Het heeft geen zin om in discussie te gaan met iemand die onder invloed is. Beloftes en afspraken worden dan toch niet nagekomen of zelfs vergeten. Wacht tot je kind weer nuchter is voor je een gesprek aangaat.

Toezicht

Het is belangrijk dat je verder toezicht houdt. Dat is iets anders dan controle uitoefenen. Toezicht houden is een uiting van interesse, van "zorgen voor".

Bijvoorbeeld: Weten met wie je kind omgaat, waar hij heen gaat, hoe laat hij thuiskomt, of hij zich aan de afspraken houdt,...



Wat als je kind verdergaat met het gebruik?

In het hele proces van omgaan met het probleem is waardering, erkenning en aandacht voor je kind heel belangrijk. Jongeren zijn veel kwetsbaarder dan ze lijken of dan ze zich willen voordoen. Wanneer alle schijnwerpers enkel nog op het druggebruik gericht zijn, is het niet altijd gemakkelijk het positieve van je kind nog te zien. Dit positieve gedrag opmerken en benoemen, maakt echter vaak het verschil - het kan een negatieve spiraal doorbreken.

Maar wat als de jongere blijft volharden in zijn gebruik? Wat als je kind bij de confrontatie met grenzen deze negeert en toch verder gaat met druggebruik? We vertelden je reeds dat je in het belang van de jongere zelf niet kunt toestaan dat de grenzen die je trekt, niet gerespecteerd worden. Soms moet je ook externe hulp zoeken. In sommige gevallen is er meer aan de hand dan louter druggebruik. Er zijn verschillende diensten in deze problematiek gespecialiseerd en op een aantal plaatsen is de hulp specifiek naar ouders gericht. (Adressen vind je achteraan deze brochure)

Belangrijk is tevens dat je kind de natuurlijke gevolgen van zijn gedrag ervaart. Uit bezorgdheid en met veel goede bedoelingen worden vaak de gevolgen van druggebruik door de ouders zelf opgelost, opgevangen of opgeruimd. Hiermee ontnem je je kind de kans om met de nadelen van zijn gebruik te worden geconfronteerd. Op die manier wordt soms niet het kind beschermd, maar wel het druggebruik.

Zorg voor jezelf

Minstens even belangrijk, naast de zorg voor je kind, is de zorg voor jezelf als ouder.

Doe dingen voor jezelf.

Veel ouders stoppen zoveel tijd in het omgaan met het druggebruik van hun kind en zijn zo bezig met 'redden' dat ze nauwelijks aan zichzelf toekomen. Het is belangrijk aandacht en tijd te maken voor dingen die je zelf leuk vindt. Beloon en verwen jezelf. Probeer er zelf een gezonde levensstijl op na te houden. (goede eet- en slaapgewoonten, regelmatig lichaamsbeweging, verantwoord geneesmiddelengebruik, ...)

Zoek steun en schaam je niet.

Dat je kind gebruikt ligt niet aan jou als ouder. Jij hebt de drugs niet aangeboden of je kinderen verplicht die te gebruiken.

Draag geen schuldgevoelens mee, jongeren zijn zelf verantwoordelijk voor hun gebruik. De vraag is ook niet 'Bij wie ligt de schuld?', maar wel 'Hoe komen we er samen uit?'

Indien je als ouder schuldgevoelens ervaart, is het van belang deze uit te spreken, want schaamte en schuld zorgen ervoor dat je je kind te lang een hand boven het hoofd

houdt. Op deze manier leren ze nooit zelf verantwoordelijkheid te nemen.

Praat erover met iemand uit je vriendenkring of met ouders die hetzelfde hebben meegemaakt, met vertrouwenspersonen, huisartsen, hulpverleners,...

Je isoleren maakt alleen maar dat je je nog slechter voelt. Bovendien is het belangrijk dat ouders beseffen dat ze niet alleen staan en dat dit in elk gezin kan voorkomen.



6. 't ABC van middelen

Sommige middelen of activiteiten zijn illegaal



Anderen zijn legaal (maar daarom niet minder gevaarlijk)



Drugs worden opgedeeld in:

verdovende middelen



hallucinogene middelen



stimulerende middelen



Betekenis van de symbolen

Sommige middelen zijn stimulerend met een hallucinogeen effect.



De kostprijs van middelen is heel variabel. Sommige middelen zijn relatief goedkoop en dus ook in het bereik van jongeren.



Anderen zijn duur en duurder.



Alcohol



Alcohol is in onze cultuur zonder twijfel de meest gebruikte drug. Er zijn ook veel meer mensen verslaafd aan alcohol dan aan illegale drugs.

Hoe je als ouder omgaat met alcohol heeft een grote invloed op de mening over en de manier waarop jongeren zelf omgaan met alcohol en andere drugs.



Butaangas

Sommige jongeren vinden het spannend om te experimenteren met aanstekergas (butaangas of 'Multigaz'). Het is een goedkope, makkelijk verkrijgbare, snelle en bovendien "onopvallende" drug. Maar wel een zeer gevaarlijke. Het gas wordt via de mond ingeademd en geeft snel een dronken en opgewonden gevoel.

Krantenberichten over jonge tieners die in coma raakten of stierven na het gebruik van aanstekergas verraden dat dit niet zonder risico's is. Bovendien kunnen op lange termijn hersenen, longen, lever, nieren, beenmerg, oogvliezen en zenuwen schade oplopen.

Cocaïne en crack

Cocaïne is een wit tot geelwit poeder. Het wordt meestal gesnoven, soms ook ingespoten of gerookt. De gebruiker voelt zich helder, opgepept en enorm zelfzeker. Na een half uur echter volgt reeds een kater die gepaard gaat met depressieve gevoelens en vermoeidheid.

Crack is rookbare cocaïne, in de vorm van beige, kristalachtige brokjes. Het is een stuk goedkoper en de werking ervan is nog sterker, sneller en korter. Het is erg verslavend. Crack wordt bij ons zeer weinig gebruikt.



Drugs

Drugs zijn alle legale en illegale, 'onschuldige' tot gevaarlijke middelen die na inname (door snuiven, slikken, eten, roken, spuiten, drinken, ...) het bewustzijn beïnvloeden. Drugs laten je je bijvoorbeeld gelukkiger, rustiger, machtiger of actiever voelen.

Ecodrugs en smartdrugs ⚠️ 💰 🐸

'Smartdrugs' is de verzamelnaam voor een hele reeks producten die een alternatief willen zijn voor illegale drugs. Ze bevatten hoge dosissen legale producten. Pepdrankjes als Red Bull of Black Booster zijn de bekendste voorbeelden. Ze hebben niet meer effect dan een paar koppen koffie. Ecodrugs zijn onbewerkte, gedroogde kruiden of mengsels daarvan. Sommige hebben geen effect, andere zijn opwekkend, kalmerend of veroorzaken hallucinaties. Smart products zijn cocktails van kruiden en chemische producten. Ze worden verkocht als pillen en drankjes met namen als Herbal Ecstasy, Spiet, Cloud 9, Nexus,... Er is nog weinig bekend over de kwaliteit, effecten en risico's ervan. Medicatie voor hersenziekten als dementie of Parkinson (bv. Hydergine, Piracetam) wordt soms ook als smart drug gebruikt.



Flashback

Wie LSD heeft gebruikt, kan soms dagen of weken nadien totaal onverwacht opnieuw hallucinaties beleven. Dit verschijnsel noemt men een 'flashback' en het wordt veroorzaakt doordat LSD na gebruik zeer lang aanwezig blijft in het lichaam.

Gokken ⚠️ 🐸

Je kan ook verslaafd raken aan het gokken, of aan televisiekijken, aan eten, aan seks, ...

Het mechanisme van de verslaving is steeds gelijklopend: het gokken, eten, drugs gebruiken,... gaat meer en meer je leven beheersen. Uiteindelijk krijg je problemen thuis, op het werk, op school, op financieel vlak, enz.

Heroïne



Heroïne is een sterk verdovend middel dat naast lichamelijke pijn ook negatieve gevoelens verdooft. Het verdooft niet alleen deze pijn, maar geeft daarnaast ook een goed gevoel 'alsof een liefdevolle moeder je warm omarmt'. Daardoor is het dus zeer verslavend. Het is poedervormig of korrelig, met een witte tot beige of roze kleur en ruikt naar azijn. Heroïne wordt meestal verdampt en via een buisje ingeademd ('chinezén') ofwel ingespoten. Gebruikers die heroïne spuiten, ervaren in aanvang een hevige 'flash' die ze vaak beschrijven als een enorm orgasme. De krachtige effecten, het fysiek sterk verslavende karakter, besmetting met ziektes door het spuiten en de hoge prijs maken heroïne tot een gevaarlijke drug.



Illegaal



Drugs kunnen zowel legaal als illegaal zijn. De legale middelen kent iedereen: alcohol, sigaretten, koffie, medicatie,... Alle illegale drugs zoals bijvoorbeeld cannabis, LSD, cocaïne, speed, XTC, heroïne... staan in de wet omschreven als **VERBODEN**. Sommige drugs zijn in de ene cultuur verboden, maar in een andere cultuur toegelaten (bijvoorbeeld alcohol).

Jargon

Soms is het moeilijk om bij te houden hoe al die drugs genoemd worden. Afhankelijk van het milieu of de streek, is er een ander taalgebruik. Je kan hier terecht spreken van een 'jargon'. Zo spreekt men bij cocaïne bijvoorbeeld over 'witte' of het snuiven van een lijntje en bij heroïne over 'bruine'. Bij cannabisproducten zijn de namen van de verschillende soorten (die dikwijls verwijzen naar de afkomst van het product) onuitputtelijk en bij XTC (soms "bollen" genoemd) komen er telkens nieuwe pilletjes op de markt, elk met hun eigen naam.



Typisch voor LSD is de waarnemingsverandering (= hallucinaties): kleuren worden helderder, geluid kan men voelen, muziek kan men zien. Dit lijkt allemaal wel heel spannend, maar je kunt ook een 'bad trip' hebben (zie Trippen). Dat betekent dat de trip als het ware dagen, weken, maanden of zelfs jaren blijft duren. De impact van LSD op de hersenen is zo intens, dat je zelfs bij één tripje risico voor je gezondheid loopt. Verder krijg je een verhoogde bloeddruk, verwijding van de pupillen, zweten en een verhoogd hartritme. Je kunt niet lichamelijk afhankelijk worden van LSD.

Marihuana

Marihuana of wiet bestaat uit de gedroogde, vrouwelijke bloemtoppen van een plant met de Latijnse naam Cannabis Sativa. Wanneer je de hars van de plant tot blokken of plakjes perst, bekom je hasj of shit. 'Cannabis' is de verzamelnaam voor hasj en marihuana.

Het is dé populairste illegale softdrug. Vooral jongeren komen ermee in aanraking, hoewel het gebruik ook in andere leeftijdsgroepen voorkomt. Het is tegenwoordig ook erg betaalbaar.

Heel wat mensen kunnen met cannabis omgaan en weten heel goed wanneer en hoeveel ze kunnen gebruiken. Soms loopt het echter uit de hand en wordt cannabis gebruikt om problemen uit de weg te gaan. In die zin is er misschien toch sprake van 'afhankelijkheid'. Langdurig en regelmatig gebruik leidt soms tot concentratiestoornissen, verminderde prestaties op school, enzovoort. Het gebruik van cannabisproducten leidt niet automatisch tot een behoefte aan 'zwaardere' drugs. In kringen waar cannabis wordt gebruikt, zijn soms wel andere drugs voorhanden. Toch is het zo dat de meerderheid van gebruikers van cannabis niet overstapt naar zwaardere drugs.

(Zie ook Wiet en hasj en Nederwiet)



Nederwiet

Nederwiet is een van de wiet-soorten, naast, Kiff, Banga, Dagga,... Bij hasj is er sprake van Pakistan, Nepal, Turkse, zware en bruine Marok, Libanon, ...

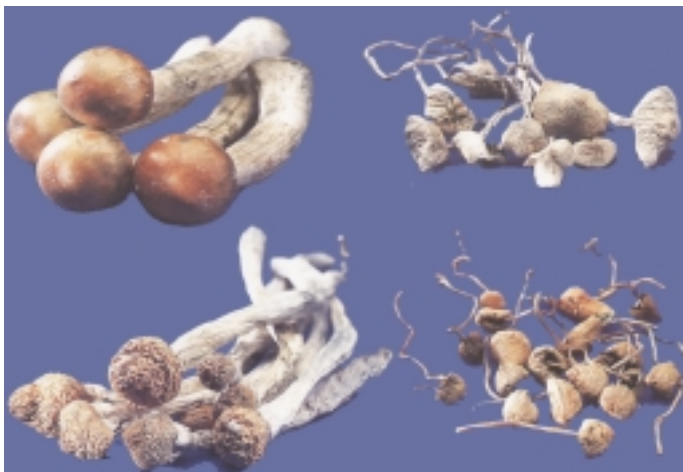
Over de lichamelijke en/of psychische schadelijkheid van cannabisproducten is er veel onduidelijkheid. Echt goed voor de gezondheid is cannabis roken natuurlijk niet. De rook die geïnhaleerd wordt, bevat kankerverwekkende stoffen, meer dan die van tabak. De combinatie met andere middelen zoals bijvoorbeeld alcohol, geeft soms onverwachte en gevaarlijke reacties.

(Zie ook Marihuana en Wiet en hasj)

Oplosmiddelen snuiven

Sommige mensen, ook kinderen, vinden het leuk om snuifmiddelen te gebruiken. Dit kan alles en nog wat zijn dat vluchtige bestanddelen bevat zoals soorten lijm, benzine (bijvoorbeeld uit een sigarettenaansteker), ontvlekkers en oplosmiddelen (vb. ether), nagellakremover, verdunner, tipp-ex,...

Deze 'drugs' zijn vrij verkrijgbaar in de handel en vaak staan ze zelfs in je eigen garage of keukenkast. Meestal geven deze middelen een dronken gevoel. Er kan door het gebruik irritatie van neus, keel en ogen ontstaan. De effecten zijn heel afhankelijk van het product zelf, maar op lange termijn zijn deze producten slecht voor hersenen, longen, lever, nieren, oogvliezen en zenuwen.



Paddo's



Paddo's is de populaire verzamelnaam voor soorten paddestoelen die de werking van het bewustzijn beïnvloeden.

De stoffen in de paddestoelen (psilocibine en psilocine) veroorzaken o.m. hallucinaties: de gebruiker ziet en ervaart dingen die er niet zijn. Paddo's worden dan ook tot de zogenaamde 'tripmiddelen' gerekend. De paddestoelen kunnen zowel vers als gedroogd opgegeten worden. Soms wordt er thee van gemaakt of worden ze in een gerecht verwerkt. Paddo's versterken, net als andere tripmiddelen, reeds bestaande gevoelens.

Nadeel is dat het moeilijk is om te bepalen hoeveel ervan moet worden gebruikt om het gewenste effect te krijgen. Dit verhoogt het risico van een overdosis. Paddo's kunnen ook een 'bad-trip' veroorzaken (zie Trippen) en kunnen geestelijke complicaties met zich meebrengen bij wie daarvoor gevoelig is (angsten, psychosen).

Quatsch

Over drugs is veel onzin te vinden. Naargelang een standpunt voor of tegen wordt ingenomen, worden andere argumenten aangehaald. Diverse media verspreiden soms tendentieuze berichten. Rond de juridische situatie werd bijvoorbeeld de boodschap de wereld ingestuurd dat cannabis 'gedoogd' (legaal) zou worden. Maar dat is nog steeds niet zo.



Roken

Tabak is een ingeburgerd product in onze maatschappij. Nicotine is, naast cafeïne en alcohol, de meest voorkomende 'legale drug'. De schadelijke effecten van roken zijn wellicht wel gekend (hart- en vaatziekten, long- en keelkanker,...). Heel wat jongeren beginnen met roken om 'erbij te horen'. Het is belangrijk ook dat met je kind te bespreken.

Speed

Speed is de populaire naam voor amfetamines. Het is een synthetisch middel dat in de eerste plaats als vermagerings- en pepmiddel werd gebruikt. Nog steeds zijn er een aantal legale vormen die door een arts kunnen voorgeschreven worden. Illegaal komt het op de markt als een wit poeder, in capsules of in tabletten. Meestal wordt het gesnoven, maar het kan ook geslikt of gespoten worden. Speed is een opwekkend middel dat de gebruiker actief, vrolijk, alert en zelfverzekerd maakt.



Ook hongergevoelens verdwijnen. Het kan echter ook prikkelbaar onrustig en angstig maken, vooral als het bijna is uitgewerkt. Het gebruik ervan houdt risico's in wat betreft de bloeddruk en het hartritme. Het ondermijnt de lichamelijke weerstand en ontregelt slaap- en eetritmes. Bij langdurig gebruik kunnen tics of dwangmatige bewegingen ontstaan. Verder kan speed psychosen uitlokken. Echt fysieke afhankelijkheid is er niet, maar bij stoppen met het gebruik kunnen er wel rusteloosheid en depressieve gevoelens optreden.

Trippen

Een trip maken is als een intense droom binnenstappen. De aard en het effect ervan is onvoorspelbaar en wordt bepaald door het soort middel, de dosis, de stemming en de omgeving van de gebruiker. Gewoonlijk begint een trip een half uur tot een uur nadat het middel is ingenomen en kan hij 8 tot 10 uur duren - uitzonderlijk 24 uur.

Gehoor, reuk en gevoel worden intenser en kunnen in elkaar overvloeien. Gevoel en beweging zijn niet meer met elkaar in harmonie en de gebruiker ervaart zijn gedachten heel helder. Meestal blijft hij het contact met de werkelijkheid behouden. Bij een 'bad trip' echter, verdwijnt dit contact helemaal en komen angst, depressie, paniek en achtervolgingswaan op de voorgrond.

Urinecontrole

Wanneer een jongere wordt aangehouden door de politie, kan een urinestaal gevraagd worden om zo via ontleding van de urine de aanwezigheid van bepaalde middelen vast te stellen. (zie hiervoor hoofdstuk 7 “Op de bank bij de jurist”) Ook ouders vragen vaak naar zulke 'harde bewijzen' van druggebruik. Je richt je als ouder het best naar de huisarts. Een dokter kan echter niet zomaar resultaten van testen aan ouders kenbaar maken, omwille van zijn beroepsgeheim. Je vraagt je dan ook af wat het doel is van zo'n urinestaal. Wat als iemand positief is bevonden voor wat betreft een bepaald middel? Wat zijn de consequenties? Sommige producten blijven langere tijd in het lichaam en dan zegt een urinetest dus niets over recent gebruik. Het testen kan ook erg duur zijn. We durven dus in vraag stellen of het uitvoeren van testen echt een hulp betekent binnen de gezinssituatie.

Verslaving

Verslaving is een term waar verschillende dingen onder worden verstaan. We praten liever over 'afhankelijkheid' dan over verslaving. Je kan het onderscheid maken tussen lichamelijke en geestelijke afhankelijkheid.

Van lichamelijke afhankelijkheid spreken we wanneer je lichaam protesteert als het een bepaald product niet meer krijgt. Je krijgt dan wat men noemt: ontweningsverschijnselen. Deze verschillen van product tot product.

Er zijn middelen waarvan het lichaam steeds meer nodig heeft om hetzelfde effect te voelen. Dit noemen we 'tolerantie'.

Geestelijke afhankelijkheid bestaat uit een drang of een sterk verlangen naar het middel. Men voelt zich niet meer prettig zonder. In die zin kan men niet afhankelijk worden van alleen maar een 'drug', maar kan men ook 'verslaafd raken' aan gokken, op het internet surfen, telefoneren, ...

De mate waarin men afhankelijk wordt, hangt samen met verschillende factoren: de soort drug, de persoon in kwestie en de omgeving.

Wiet / weed en hasj

Hasj en weed worden meestal vermengd met tabak en met een lang 'blaadje' tot een 'joint' gerold. Zo'n joint roken, wordt 'blowen' genoemd. Hasj kan ook met een pijpje of een waterpijp worden gerookt en soms worden de producten verwerkt in eten (bijvoorbeeld: 'spacecake').

Bij het roken van een joint ontstaat er na een paar minuten een 'roes' die ongeveer twee tot vier uur duurt. Wat het juist met je doet, is afhankelijk van de stemming waarin je bent. Die stemming wordt versterkt. Effecten van hasj kunnen zijn:

een lacherige, euforische gemoedstoestand, intensere waarnemingen (kleuren, muziek), een trager beleven van de werkelijkheid, ... Soms kan het ook aanleiding geven tot heftige angstgevoelens of neerslachtigheid of kan het onbehagelijke lichamelijke gevoelens veroorzaken.

Iemand die geblowd heeft, heeft vaak rooddoorlopen ogen, verwijde pupillen en een versnelde hartslag. Vaak maakt de gebruiker een trage, suffe indruk.

(zie ook Marihuana en Nederwiet)





XTC (uitgesproken 'ekstesie') is een synthetische drug die als werkzame stof MDMA (methyleendioxymethamfetamine) bevat. Het combineert de effecten van LSD en amfetamine, dus het is een stimulerend middel met een bewustzijnsveranderend effect. Bij inname zal

de gebruiker zich minder moe voelen, krijgt hij een intensere waarneming en kan hij sneller intiem en vertrouwelijk worden met anderen. Achteraf blijft er echter vaak een depressief gevoel hangen, samen met fysieke stijfheid, hartkloppingen, misselijkheid en benauwdheid. Over de gevolgen van het gebruik op langere termijn is nog geen 100% eenduidigheid. Er zijn wel aanwijzingen dat er lichamelijke schade kan worden opgelopen.

XTC heeft vooral een reputatie als 'uitgaansdrug'. Het is makkelijk omdat je gewoon een pilletje moet slikken en je hebt al resultaat. Het gevaar is echter dat de gebruiker eigenlijk niet weet wat er precies in dat pilletje zit.



Yoghurt

Bekend middel bij gezondheidsfreaks. Vooral de Bulgaarse yoghurt wordt door kenners gegeerd. Langdurig gebruik kan tot gewichtsverlies leiden. (Grapje!)

Zonder

In deze brochure wordt veel aandacht besteed aan drugs en gebruikers. Maar weet dat heel veel jongeren nog steeds zonder drugs door het leven gaan en zich best amuseren!

Voor meer informatie over de verschillende producten:
bel de DRUGLIJN 078/15 10 20

7. Op de bank bij de jurist

De meest gestelde juridische vragen

Jean-Pierre is magistraat en probeert een antwoord op veel gestelde vragen te geven.



Mijn kind vertelt mij dat alle drugs gelegaliseerd zijn. Klopt dat?

Jean-Pierre: "Dat klopt niet. In België is er geen sprake van enige legalisering van drugs."



Is het waar dat er in België nu een gedoogbeleid geldt voor cannabis?

Jean-Pierre: "Er is zeker geen gedoogbeleid voor cannabis. De strafvervolgning ten aanzien van personen die worden betrapt met een kleine hoeveelheid (enkele grammen) cannabisproducten is voor het parket geen prioriteit. Maar die strafvervolgning blijft wel mogelijk, net zoals alle andere maatregelen (minnelijke schikking, alternatieve sancties, ...)"

De regering stelt wel een andere aanpak voor. De ministerraad heeft op 19 januari 2001 een 'federale beleidsnota drugs' goedgekeurd waarbij het algemeen principe is dat het bezit van cannabis strafbaar blijft. Men stelt echter voor dat "Meerderjarigen, die een gebruikshoeveelheid cannabis bezitten, niet geverbaliseerd zullen worden door de politie voor zover zij geen problematisch gebruiker zijn en geen maatschappelijk overlast veroorzaken". Deze maatregel zal niet gelden voor minderjarigen. Maar dit voorstel is nog niet van kracht omdat de wetgeving terzake nog niet aangepast is.



Mijn kind is opgepakt met enkele grammen marihuana. Wat zijn de gevolgen?

Jean-Pierre: "Zoals hierboven vermeld, is strafvervolgning voor zo'n feit niet prioritair. Maar het blijft een mogelijkheid. De gerechtelijke overheid kan ook andere maatregelen nemen. Die zijn vermeld in het rubriekje 'gerechtelijke procedure'."



Ik heb een zakje speed gevonden op de kamer van mijn zoon. Ben ik wettelijk verplicht hem aan te geven bij de politie?

Jean-Pierre: "Neen, ouders hebben geen aangifteverplichting wat betreft hun kinderen met drugproblemen."



Wanneer een politiemann aan de deur staat voor een huiszoeking, kan ik dat dan weigeren? Wanneer het gaat om druggebruik van mijn kind, geldt zo'n huiszoeking dan voor het hele huis of alleen voor zijn kamer?

Jean-Pierre: "Een huiszoeking kan slechts in een aantal gevallen rechtsgeldig plaatsvinden: ofwel mits een bevel dat afgeleverd wordt door de onderzoeksrechter, ofwel met instemming van de bewoners van de woning, ofwel in sommige gevallen bij betrappping op heterdaad.

Wat betreft een huiszoeking met toestemming van de ouders, mag men ervan uitgaan dat die geldt voor alle kamers van de woning. Ook in de slaapkamers van de kinderen die nog minderjarig zijn.

Wanneer door de politiediensten toestemming wordt gevraagd, kan die worden geweigerd. In de meeste gevallen zal dan echter via de onderzoeksrechter voor een huiszoekingsbevel gezorgd worden."



Mijn kind wordt door de politiediensten verzocht om een urinetest af te leggen. Wat zijn de gevolgen van een positieve urinetest?

Jean-Pierre: "Indien deze urinetest werd afgenomen ten gevolge van een verkeerscontrole of na een verkeersongeval of -overtreding, zal in principe alleen strafvervolgning worden ingesteld wegens inbreuken op de verkeerswetgeving. Deze wet verbiedt sinds kort dat gereden wordt onder invloed van drugs. Het weigeren van een urinetest onder deze omstandigheden is strafbaar, net zoals het weigeren van een bloedstaal of het weigeren van een ademhalingsproef.

Indien -los van elke verkeerssituatie- aan iemand gevraagd wordt een urinestaal af te leveren, is een weigering op zich niet strafbaar. Indien dergelijke test positief uitvalt kan -afhankelijk van de uitleg van diegene die positief heeft geplast- dit zeker aanleiding geven tot een gerechtelijke vervolging."



Als mijn meerderjarige zoon ambulante therapie gaat volgen voor zijn proces, zal dit dan de rechter gunstig stemmen?

Jean-Pierre: "Een behandeling volgen in afwachting van een proces zal meestal positief geïnterpreteerd worden door de rechter en kan aanleiding geven tot het opleggen van een straf met uitstel, gekoppeld aan voorwaarden - probatievoorwaarden genoemd - onder meer de verdere behandeling."



Mijn meerderjarig kind is verslaafd maar wenst geen hulp. Kan ik hem of haar gedwongen laten opnemen?

Jean-Pierre: "Een gedwongen opname in een ontwenningencentrum is niet mogelijk. Als ouder kun je eigenlijk niets anders doen dan tot een opname te motiveren."



Wat is collocatie of gedwongen opname eigenlijk?

Jean-Pierre: "Gedwongen opname of collocatie kadert binnen de wet op de geestesziekte en is een beveiligingsmaatregel met betrekking tot personen die een gevaar zijn voor zichzelf of voor anderen. Het betreft een opname voor een bepaalde periode (al dan niet verlengbaar) binnen een gesloten afdeling. Strikt genomen valt druggebruik niet onder de voorwaarden voor gedwongen opname, tenzij er sprake is van een psychiatrisch ziektebeeld voorafgaand aan of ten gevolge van druggebruik (cfr. Amfetaminepsychose)."



Hoe verloopt zo'n procedure tot gedwongen opname?

"Elke belanghebbende, bijvoorbeeld de ouders, kan een collocatie laten opstarten mits een grondig medisch attest. Je hebt dan twee mogelijkheden:

1) Er is hoogdringendheid.

Het verzoek tot gedwongen opname wordt, samen met het medisch attest, neergelegd bij de dienst collocatie bij de rechtbank van Eerste Aanleg. Zij kunnen dan de beslissing nemen tot een bijkomend psychiatrisch onderzoek, waarvoor de betrokkene wordt overgebracht naar een ziekenhuis. Op basis van dit verslag is het aan de Procureur des Konings om te oordelen of er al dan

niet een ter observatiestelling komt. Een dergelijke beslissing dient binnen de 24 uur overgemaakt te worden aan de vrederechter. Binnen de tien dagen moet de betrokkene dan voor deze overheid verschijnen. Op basis daarvan wordt er ofwel een ter observatiestelling van 40 dagen gevonnist, ofwel een vrijlating. De beslissing met betrekking tot een eventuele verlenging tot veertig dagen wordt door de vrederechter genomen.

2) Er is geen hoogdringendheid.

Het verzoek tot gedwongen opname wordt rechtstreeks ingediend bij de vrederechter, waarna de procedure analoog verloopt.”

Wegwijs in de gerechtelijke procedure



Als je minderjarig kind in aanraking komt met ‘het gerecht’, wat dan? Wat kan er allemaal gebeuren? Hoe verloopt zo’n procedure? Wij zetten de regels op een rij.

1. De politiedienst

Wanneer iemand in overtreding met de drugwetgeving bevonden wordt - ofwel is hij in het bezit van drugs of is hij betrokken bij drughandel - zullen de politiediensten een proces-verbaal opstellen.

Als de overtreder minderjarig is wordt dit proces-verbaal gericht aan de Procureur des Konings bij de rechtbank van Eerste Aanleg - afdeling jeugdparket. Deze magistraat zal beslissen over het gevolg dat eraan gegeven dient te worden.

2. De Procureur des Konings

De Procureur des Konings beschikt over vier mogelijkheden:

① De onmiddellijke seponering

In dat geval wordt de zaak zonder gevolg geklasseerd (bijvoorbeeld bij een éénmalig feit). Er volgt dus geen bestraffing.

② Een doorverwijzing naar het Comité voor Bijzondere Jeugdzorg

Wanneer het druggebruik een signaal is van een diepere problematiek (bijvoorbeeld: een problematische thuissituatie) en wanneer de ouders en de minderjarige bereid zijn een beroep te doen op de vrijwillige hulpverlening, kan de magistraat beslissen dat die vrijwillige hulpverlening voldoende is. Als het Comité voor Bijzondere Jeugdzorg echter geen vrijwillige hulpverlening tot stand kan brengen, kan het de zaak doorverwijzen naar de bemiddelingscommissie. Dit is een verzoeningsinstantie die dan weer volgende beslissingen kan nemen:

UIT HANDEN GEVING

De zaak wordt uit handen gegeven. Dit wil zeggen dat de zaak zonder gevolg gerangschikt wordt.

DOORVERWIJZING

De zaak wordt doorverwezen naar het Openbaar Ministerie. De jeugdrechter zal dan gevorderd worden.

VRIJWILLIG HULPVERLENING

De vrijwillige hulpverlening moet verder gezet worden (bij een minnelijke schikking).

③ Doorverwijzing naar de hulpverlening

Dit kan een doorverwijzing zijn naar de hulpverlening of naar een gespecialiseerde dienst ten gevolge van enkel drugsverslaving. De zaak wordt opgevolgd door de magistraat die via politie of rijkswacht laat nagaan of er werkelijk iets gedaan wordt aan de drugproblematiek van de minderjarige. Bij een positieve evolutie volgt de seponering; in het andere geval volgt de vordering van de jeugdrechter.

④ De jeugdrechtbank (JRB) vorderen.

In dat geval heeft men weer twee mogelijkheden:

VOORLEIDING VOOR DE JEUGDRECHTER

Bij ernstige feiten is een onmiddellijke voorleiding voor de jeugdrechter mogelijk. Deze kan dan onmiddellijk voorlopige maatregelen nemen.

VORDERING ZONDER VOORLEIDING

Men vordert zonder voorleiding. Dan wordt er door de jeugdrechter eerst een beroep gedaan op de sociale dienst bij de jeugdrechtbank.

Wanneer de jeugdrechtbank ingeschakeld wordt, zal de jeugdrechter de sociale dienst bij de jeugdrechtbank een opdracht tot sociaal onderzoek geven. De consulente(n) tracht tijdens dit onderzoek een beeld te krijgen van de situatie, het gezin, de jongere, de problemen, de feiten, ... De consulente(n) geeft de jeugdrechter advies in verband met de maatregelen die volgens hem of haar genomen dienen te worden.

Wanneer dit sociaal onderzoek beëindigd is, zal de Procureur des Konings een zitting op de jeugdrechtbank vastleggen. De ouders en de minderjarige (vanaf 12 jaar) worden door middel van een dagvaarding (afgegeven door een deurwaarder) voor deze zitting uitgenodigd. De jongere krijgt vanuit de jeugdrechtbank een advocaat toegewezen die hem of haar gratis zal bijstaan gedurende de zitting.

Op deze zitting zal dan een uitspraak in verband met de te nemen maatregel gedaan worden (deze kan verschillend zijn dan deze voorgesteld door de consulente(n)).

Mogelijke maatregelen:

Volgende maatregelen kunnen door de jeugdrechter worden uitgesproken (of bevestigd indien er bij voorlopige maatregelen reeds één van de volgende maatregelen werd genomen):

Een berisping.

De jeugdrechter kan de minderjarige een berisping geven of zij die hem onder hun hoede hebben aanmanen strenger op het kind toe te zien. Het dossier wordt dan op de jeugdrechtbank afgesloten.

Een prestatie van opvoedkundige of filantropische aard opleggen.

In dit geval dient de minderjarige gedurende een aantal uren een taak te verrichten (dienstverlening aan de gemeenschap) en/of aan een project mee te werken. Wanneer deze prestatie positief geëvalueerd wordt, wordt in het algemeen (maar niet noodzakelijk) het dossier bij de jeugdrechtbank afgesloten.

De minderjarige onder toezicht stellen van een sociale dienst.

De sociale dienst bij de jeugdrechtbank houdt toezicht op de naleving van de door de jeugdrechtbank gestelde voorwaarden.

De minderjarige toevertrouwen aan een betrouwbaar persoon of plaatsen in een geschikte instelling.

De minderjarige toevertrouwen aan een gemeenschapsinstelling voor observatie en/of opvoeding (vb Mol, Ruiselede, Beernem).

Bij een dergelijke plaatsing zal de consulent(e) toezien op de uitvoering van deze maatregel.

Uithandengeving.

Als de minderjarige ouder is dan 16 jaar op het ogenblik van de feiten en als de jeugdrechtbank een maatregel van bewaring, behoeding en opvoeding niet geschikt acht, dan kan zij met een gemotiveerde beslissing de zaak uit handen geven en naar het Openbaar Ministerie verwijzen met het oog op vervolging door het bevoegde gerecht.

Plaatsing in een arresthuis.

De jeugdrechtbank kan ook in uitzonderlijke gevallen de jongere eenmalig en gedurende maximum 15 dagen in een huis van arrest plaatsen.

Voor alle verdere juridische informatie kun je terecht bij je plaatselijke Justitiehuis.

8. Wegwijs

"Je maakt je als ouder zorgen over het druggebruik van je zoon of dochter". Je wil meer informatie over bepaalde producten. Je wil verdere begeleiding of advies over wat je best doet in jouw situatie...

In de eerste plaats is het belangrijk na te gaan of je in je onmiddellijke omgeving ondersteuning kunt vinden.

Misschien kan je huisarts je alvast verder helpen.

Ook het Centrum voor Leerlingenbegeleiding (het CLB, het vroegere PMS) van de school van je kind kan je veel informatie geven.

Algemene informatie kun je krijgen als je belt naar de Druglijn tel. 078.15.10.20 (tijdens weekdays van 12 tot 21 uur en zaterdag van 15 tot 21 uur).

In een Centrum Algemeen Welzijnswerk (CAW) kan je ook terecht voor een serieus gesprek en in elk geval kunnen deze mensen je verder op weg helpen.

In onze provincie kan je tevens aankloppen bij diverse centra voor hulpverlening, gespecialiseerd in alcohol- en drugproblemen. Ouders kunnen individueel of in groep ondersteuning krijgen bij één van de onderstaande contacten. Ook in jouw buurt bestaan er mogelijkheden voor een gesprek, advies of begeleiding.

Een (onvolledig) overzicht:

De Druglijn

078/ 15 10 20 (zonaal tarief)

Iedereen kan de Druglijn bellen voor een antwoord op alle vragen over alcohol, medicatie en andere drugs.

Dit kunnen vragen zijn over producten en hun gevolgen, hulpverlening, doorverwijzingsmogelijkheden, preventie en documentatie.

De Druglijn werkt anoniem.

Weekdagen 12u - 21u.

Zaterdag 15u - 21u.



• Regio Antwerpen

stad Antwerpen

Markant-Riskant 03/ 227 12 24

AMOK 03/ 232 16 19

Alttox (CGG) 03/ 235 21 74

Dagcentrum De Sleutel 03/ 233 99 14

Brasschaat

Preventiedienst 03/ 653 17 87

Zoersel

Sociale dienst (Erik Fuhlbrügge)

03/ 380 13 95

• Regio Mechelen

Boom

AWW-west (CAW) 03/ 880 58 15

Heist-o/d-Berg

AWW-oost (CAW) 015/ 24 46 80

Lier

AWW-oost (CAW) 03/ 488 05 32

Mechelen

AWW-centrum (CAW) 015/ 28 53 00

Dagcentrum De Sleutel 015/ 20 09 64

CGG Mechelen 015/ 42 08 32

Willebroek

AWW-west (CAW) 03/ 886 51 70



• Regio Turnhout

Turnhout

Drughulp Kempen 014/ 41 62 58

CGG-Turnhout, de Meander 014/ 47 12 20

Geel

Drughulp Kempen 014/ 57 03 80

Herentals

Drughulp Kempen 014/ 23 34 01

Mol

Drughulp Kempen 014/ 32 38 50

Als er een stempeltje op de achterkant van de brochure staat, kan u ook daar terecht.



Juridische informatie kun je verkrijgen bij het Justitiehuis van je gerechtelijke arrondissement. Het Justitiehuis beantwoordt al je vragen over recht en gerecht.

Voor de provincie Antwerpen zijn dit:

Justitiehuis Antwerpen

Kipdorp 44-46

2000 Antwerpen

tel. 03/ 206 96 20

e-mail:

justitiehuis.antwerpen@just.fgov.be

Justitiehuis Turnhout

Merodecentrum

Merodelei 1

2300 Turnhout

tel. 014/ 47 13 40

Justitiehuis Mechelen

Schoolstraat 9

2800 Mechelen

tel. 015/ 43 36 11

e-mail:

justitiehuis.mechelen@just.fgov.be



Politie

Diverse politiediensten zijn actief betrokken bij preventieve aspecten van het drugsbeleid. Bij hen kun je steeds terecht voor informatieve vragen.

Let wel: als je melding maakt van strafbare feiten ("Mijn zoon gebruikt drugs") dan is de politiedienst verplicht een proces verbaal op te maken. De zaak wordt dan doorgegeven aan het parket.

Internet

Meer informatie vind je ook op de webstek van de provincie <http://www.provant.be> door verder te klikken op "welzijn" en dan op "alcohol- en andere drugsproblemen" en op de webstek van de Vereniging voor Alcohol- en andere Drugproblemen <http://www.vad.be>.



COLOFON

Deze brochure is een creatie van de Provincie Oost-Vlaanderen, is aangepast en wordt u aangeboden door de Provincie Antwerpen

Redactie:

Sophie De Groote, CGG Zuid-Oost-Vlaanderen, Oudenaarde

Anja Gheyle, Dienst Drugpreventie Stad Gent

Suzanne Kempeneers, CGG De Drie Stroom, Lokeren

Veerle Mertens, De Sleutel Dagcentrum, Gent

Bert Mostien, Provincie Oost-Vlaanderen

Dominique Roos, PISAD vzw

Yanic Vandevenne, Federale Politie, Algemene Directie van de Gerechtelijke Politie, Programma Drugs

met medewerking van het Parket Gent

Tomas Van Reybrouck, **Marc Tack**, CGG Eclips-CAT Preventiehuis, Gent

Illustraties en foto's: Raf Verstraete - Drukkerij van de Politie

Lay-out: Raf Verstraete

Voor het aanvragen van deze brochure en voor suggesties ter verbetering ervan, kan u steeds terecht bij:

Provincie Antwerpen

Dienst welzijn

Bernard Bruggeman, drugcoördinator

Boomgaardstraat 22 bus 101

2600 Antwerpen

Tel. 03 240 56 45

Fax 03 240 61 62

bernard.bruggeman@welzijn.provant.be

