



HOOFDSTUK 2

MAMA VERTELT OVER DE AFKICKKLINIEK

Floor ligt op haar buik op het kleed, met haar knuffel in haar armen. Mees zit op de bank met zijn benen over elkaar, zijn hoofd een beetje schuin. Mama zit tussen hen in, met een warme kop thee in haar handen.

"Zal ik jullie iets vertellen over waar ik ben geweest?" begint Mama zachtjes.

"Ja," zegt Mees meteen. "Je was toch in een soort ziekenhuis voor mensen die ziek zijn in hun hoofd?"

Floor kijkt op. "Was het eng daar?"

Mama schudt haar hoofd. "Nee, het was niet eng. Het heet een afkickkliniek. Dat is een plek waar mensen die hulp nodig hebben naartoe gaan, omdat ze niet kunnen stoppen met iets wat slecht voor ze is. Voor mij was dat drinken. En als ik drink, komt het monstertje in mijn hoofd weer tot leven."

Mees kijkt serieus. "En wat is dan 'afkicken'?"

Mama denkt even na en zegt dan: "Afkicken is je lichaam en je hoofd laten wennen aan het niet hebben van dat ding waar je verslaafd aan bent. In mijn geval was dat drank. Mijn

lichaam wilde het niet loslaten en mijn hoofd ook niet. In de afkickkliniek heb ik geleerd hoe ik weer zonder kan. Het is heel moeilijk, want dat monstertje in mijn hoofd was boos dat ik hem niets meer gaf.”

“Wat deed je daar dan?” vraagt Floor nieuwsgierig.

“Ik had gesprekken met lieve mensen – therapeuten noemen we die. Ik sliep daar ook, net als op een logeerpartijtje, maar dan lang. We hadden groepjes waarin we samen met anderen praatten over moeilijke dingen. Soms moest ik huilen. Soms werd ik boos. En soms lachte ik ook. Ik moest hard oefenen om sterker te worden dan het monstertje.”

“En nu ben je sterker?” vraagt Mees.

“Ja,” zegt Mama. “Ik ben nog steeds aan het leren, maar ik heb al heel veel geleerd. Het monstertje is nu veel kleiner. Ik weet hoe ik hem stil moet houden. En als hij toch weer te luid wordt, dan vraag ik om hulp.”

“Was je ons vergeten toen je daar was?” vraagt Floor zachtjes.

Mama kijkt haar recht aan. “Nooit. Ik heb elke dag aan jullie gedacht. En ik ben daarheen gegaan omdat ik jullie zó belangrijk vind. Ik wilde weer een Mama zijn die er écht is. Die