

‘Als ik dood ben, heeft niemand last van me’



“Ik ben geboren als meisje, maar dat voelde eigenlijk nooit goed. Iets klopte niet. Toen ik merkte dat ik me een jongen voelde, wilde ik niet meer leven”, vertelt Marco (22). Hij is vierdejaars bij Zuyd en omdat op 7 september de week van de suïcidepreventie begon, vertelt hij vandaag zijn verhaal.

Hoe gaat het met je?

“Wat beter. Af en toe denk ik nog wel eens dat het beter is als ik dood ben. Dat is op momenten dat ik niet lekker in mijn vel zit. Maar een paar jaar geleden was het veel erger. Ik ben nu tevreden. Bij Zuyd zit ik op mijn plek en privé gaat het ook beter.”

Wanneer wilde je voor het eerst uit het leven stappen?

“Aan het begin van mijn puberteit. Ik was tussen de 10 en 12 jaar. Eerst dacht ik dat ik lesbisch was. Maar ik had ook echt een afkeer voor mijn eigen lichaam. Ik wilde dat niemand mijn borsten zag, daarom droeg ik strakke sportbeha's. En als ik nu terugdenk aan mijn jeugd, dan wilde ik sinds mijn vierde eigenlijk al alleen maar jongenskleren dragen.”

En dat mocht van je ouders?

“Ja ik mocht gelukkig aandoen wat ik wilde. Dus ik droeg geen jurkjes meer en deed geen nagellak op. Ik heb wel nog 1 keer een jurkje aangedaan en toen moest iedereen op school lachen. Dat past gewoon niet bij mij als stoere meid. Toch is het niet zo dat ik ontdekte dat ik trans ben doordat ik jongenskleren droeg. Dat besef kwam pas in de puberteit, toen mijn lichaam ging veranderen.”

Voelde het besef dat je een jongen bent als een opluchting?

“Nee, eerst twijfelde ik heel erg aan mezelf. Ik dacht: ‘Wat is er mis met me?’ En toen ik uiteindelijk wist dat ik een jongen ben, zag ik er enorm tegenop om het tegen mijn ouders te vertellen.”

Waarom?

“Nou ik was vooral bang voor de reactie van mijn vader. Als hij op tv kussende homo's zag, zei hij altijd: ‘Moet dat nou?’ En hij zei vaker dat hij zo blij was dat hij behalve mijn 2 broers ook een meid had. Ik dus. Daarom was ik heel bang voor zijn reactie. Ik had op internet gelezen over jongeren die door hun ouders op straat waren gezet toen ze het vertelden. Als ik uit school kwam, stopte ik onderweg vaker om een einde aan mijn leven te maken. Ik dacht: ‘Dan heeft niemand last van me en ik niet van andere mensen. Dan kan me niks meer gebeuren.’”



‘Ik wilde dat niemand mijn borsten zag, daarom droeg ik strakke sportbeha's.’



*‘Als hij kussende homo’s zag,
zei hij: Moet dat nou?’*

Gelukkig zit je hier nog!

“Ja, school was een goede afleiding. En ik ben er nog dankzij de psychische en medische hulp die ik kreeg vóór mijn transitie.”

Was je ook bang voor de reactie van je moeder als je het zou vertellen?

“Minder. Want zij heeft sinds haar schooltijd al een lesbische vriendin. Maar toch bleef die angst er. Ik wilde gewoon geen afstand van mijn ouders nemen, want ik hou van ze.”

Uiteindelijk heb je dus de moed verzameld. Hoe ging dat gesprek?

“Ik was toen 14 of 15 en ik weet nog dat mijn ouders in de tuin zaten. Huilend ging ik naar buiten om het te vertellen. Ze vroegen wat er was en het duurde even voordat ik iets kon zeggen. Ik vond het zo eng. Wat als ik geen dak meer boven mijn hoofd zou hebben? En ik wist dat mensen die trans zijn ook soms worden aangevallen of zelfs vermoord.”

Hoe reageerden je ouders?

“Heel neutraal. Ze zeiden wel: ‘Phoe, dat is heftig.’ Maar verder hebben ze het erbij gelaten. Ze vroegen niks en waren niet boos. Misschien was mijn moeder wel verdrietig. Later vertelde ze dat het op dat moment voelde of ze haar eigen kind kwijtraakte. Maar eigenlijk was ik al die tijd daarvoor juist niet haar kind. Want ik was mezelf niet. Tegelijk snap ik dat het voor hen ook een hele verandering was.”

Vraag hulp!

Als je aan zelfdoding denkt, kun je naar een docent gaan. En je studentbegeleider, decaan of een studentenpsycholoog staan ook altijd voor je klaar. Daarnaast kun je ook altijd anoniem contact opnemen met 113.nl. Dit is een landelijke organisatie gespecialiseerd in het helpen van mensen die aan zelfdoding denken. Zet die ene stap. Net als Marco verdient jij ook hulp!

En je hoefde niet het huis uit?

“Nee, daar was ik het meest opgelucht over. En er was nóg een reden waarom ik het niet wilde vertellen. Mijn broers hebben alle twee een vorm van autisme. En mijn verhaal voelde als extra last voor mijn ouders. Daar zit ik nog steeds mee. Dus misschien heb ik het nog niet helemaal geaccepteerd dat ik ook ruimte mag innemen. Daar krijg ik nu therapie voor bij 2 psychologen.”

Hoe heb je die hulp gekregen?

“Via een docent van Zuyd. Ik zat vorig jaar weer heel erg in de put. En toen heb ik het aan een docent verteld. Die zei dat het misschien goed was als ik eens met een studentenpsycholoog zou praten. Eerst twijfelde ik daarover. Uiteindelijk heb ik het toch gedaan en nu ben ik daar blij om. Via die studentenpsycholoog kreeg ik sessies bij de ggz en emdr-therapie. Ook omdat er vroeger van alles met mijn jongste broer is gebeurd.”

Wat dan?

“Ik weet nog dat mijn moeder en ik een keer ’s nachts in onze pyjama’s over straat renden om hem te zoeken. Hij was weggelopen en we waren bang dat hij zichzelf iets aan wilde doen. Andere keren had hij heftige woedeaanvallen. Hij schreeuwde en sloeg een keer een gat in een bureau en maakte een keur kapot. Ik merk nu pas hoeveel indruk dat toen op me heeft gemaakt.”





Heb je wat aan die therapie?

"Jazeker. Ook als ik weer aan zelfmoord denk. Eerst geloofde ik niet in die emdr-therapie. Naar een lichtje kijken en vragen beantwoorden ... Dat kan niet helpen, dacht ik. En in het begin merkte ik er ook niks van. Maar na een paar sessies, stopten we een paar weken en toen ging het veel beter met me. Ik was rustiger."

Je bent nu Marco. Hoe voelt dat?

"Goed! Zo klopt het. Nadat ik het die avond thuis had verteld, zei mijn moeder laat maar weten als je er verder mee wil. Toen zijn we in Venlo naar de Mutsaersstichting gegaan. Daar heb ik ongeveer 2,5 jaar allemaal gesprekken gehad voordat ik pas de diagnose genderdysforie kreeg. Dus dat gaat helemaal niet zo gemakkelijk als mensen soms denken. Vlak voordat ik mijn diploma op het vmbo ging ophalen, kon ik nog mijn naam veranderen bij de gemeente. Dus op mijn diploma staat gelukkig Marco!"

Wat zou je tegen jongeren willen zeggen die nu ook het gevoel hebben dat er geen plek voor hen is?

"Kijk of er iemand is die je vertrouwt. Thuis of op school. Ik kon het ook niet geloven, maar praten helpt echt. En er is wel een plek voor je. Vergeet dat nooit!"



Om privacyredenen is Marco een fictieve naam.

Tekst: Judith Houben | Foto's: Getty Images

113
• • •

Denk je aan zelfdoding? Bel dan 24/7 gratis en anoniem **113** of chat op **113.nl**