

René raakte zijn baan kwijt en kon al snel zijn hypotheek en verzekeringen niet meer betalen. Hij leende geld bij familie, vrienden en zijn vriendin. "Op een gegeven moment trok zij het niet meer en ging ze bij me weg. Mijn wereld stond op zijn kop, in een paar maanden tijd was alles anders."

'Ik kon niet omgaan met het gevoel dat ik een loser was'

René: "Op een dag kwam mijn broer langs. Ik lag in bed, ik zat er helemaal door. Ik zag het echt niet meer zitten, voelde me waardeloos en ellendig. Hij ging koffie zetten. Hij kwam voor me staan en vroeg ineens: 'René, denk jij weleens: van mij hoeft het niet meer?'"

Zwaar

Dat hij dat vroeg... Voor ik het wist had ik ja gezegd. Hij schrok niet eens echt. Hij liet me alles vertellen, wat er aan de hand was en wat een loser ik me voelde. Hij luisterde alleen maar. Daarna was ik eigenlijk vooral opgelucht. Weet je hoe zwaar het is om er in je eentje mee rond te lopen? Toen ik het hem had verteld, voelde ik me minder alleen.

Schuldsanering

Die vraag van hem, dat was de vraag van mijn leven. Ik ben naar mijn huisarts gegaan en ben doorverwezen naar een therapeut en de schuldsanering. Nu krijg ik hulp bij het aflossen van m'n schulden. En ik ben een nieuwe baan aan het zoeken. Ja, er is veel veranderd. Maar de grootste verandering zit in mij. Ik heb het nog steeds weleens zwaar natuurlijk. Maar zo diep als toen zit ik niet meer."

'Gelukkig stelde mijn broer me de vraag van mijn leven...'

Ook hulp nodig? Kijk op [113.nl](https://www.113.nl).

2 van de 3
suicides worden
gepleegd door
mannen