

thuismakers

Uitgave van Levvel pleegzorg

#01

Hulp van dieren

Als woorden niet helpen



**'PLEEGOUDER WORDEN
IS EEN SLEUTELMOMENT'**
SIGRID KAAG OVER
HAAR TIENERJAREN

TERUG NAAR MAMA
HET GELUK, HET VERDRIET
EN DE TROOST

'IK MAG ER ZIJN'
FRANCESCA OP
DE BOERDERIJ

inhoud

5. Scenarioschrijver Marc Linssen

Alles wat de moeite waard is,
is een beetje moeilijk'

6. Enthousiaste wervelwind

Ontdek wat een fijn thuis kan
doen in mooie match!?

8. Gewoon én ongewoon

Dennis' blik op pleegzorg

9. Leren van de belevingswereld van je pleegkind

Robert en Gerhart zijn
weekendpleegouders

10. Creativiteit als hulpmiddel

Kastkijkers: tentoonstelling
met kunst van jongeren

21 Oude bekende?

Bij Frank thuis

24 Terug naar mama

Moeder en pleegmoeder over
geluk, verdriet en troost

27 Drie witte heren op leeftijd

De pleegouderraad zoekt mensen

28 Een extra steuntje in de rug

Het therapeutisch
pleegzorgteam van Levvel

30 Groots in diversiteit

Ellen Brudet opende de eerste
Black Doll shop in Europa

31 Meisjeskwartet, natuurapp en podcast over pleegzorg

Inspiratie voor het hele gezin



22. Ik mag er zijn

Francesca over haar zoektocht



18. 'Pleegouder worden is een sleutelmoment'

Sigrid Kaag

15. Als woorden niet werken

Inzet van dieren



Lichtpuntjes

Vond jij het de afgelopen maanden soms lastig zoeken naar lichtpuntjes? Corona heeft een diepe impact op ons leven, ongetwijfeld ook op die van jou en je pleeggezin.

Toch ervaren wij enorm veel flexibiliteit, geduld en vertrouwen van pleegouders. We merken hoe pleegouders zich in bochten wringen om bezoeksregelingen op een creatieve manier te laten doorgaan. Hoe zij worstelen met de combinatie thuiswerken en zorg voor de kinderen. En dat zij ondanks deze ingewikkelde tijd ruimte in hart en huis willen maken voor een (extra) kind in crisis of voor een langere periode.

We zijn onder de indruk van verhalen van verschillende pleegouders en (voormalig) pleegkinderen. Wat een kracht, wijsheid en liefde zien én horen we om ons heen. In deze Thuismakers maken we je graag deelgenoot van een aantal van deze ervaringen. Zo zijn we diep geraakt door het persoonlijke verhaal van pleegmoeder Saskia en moeder Mahim over hun samenwerking in de zorg voor Kian. Dit echte 'kerstverhaal' over medemenselijkheid en onbaatzuchtigheid lees je vanaf pag. 24. Dat voor je eigen geluk kiezen soms moed vereist, bewijst de jonge Francesca met haar verhaal (pag. 22). Pleegvader Marc Linssen (pag. 5.) wilde iets betekenen voor de werving van pleegouders en maakte zijn belofte meer dan waar. Hij verraste ons met de indringende podcast-serie 'Waar begin je aan'. Een luistertip voor de donkere maanden. En Sigrid Kaag, minister voor Buitenlandse Handel en Ontwikkelings-samenwerking, deelde haar persoonlijke verhaal met ons. We hebben respect voor haar nuchtere en positieve kijk op het leven.

Er zijn in deze Thuismakers gelukkig veel lichtpuntjes te vinden. Wij zijn alle pleegouders en pleegkinderen dankbaar dat zij hun lichtpuntjes met ons wilden delen. Wij krijgen er energie van, hopelijk jij met ons!

Wij wensen je een heel mooi en gezond 2021!

Maaïke Maas, communicatieadviseur
Conny Zeilstra, coördinator pleegzorg & gezinsvormen



12. Column Eddie

Mijn leven met COVID-19

colofon

2^e jaargang, nummer 1, december 2020
ISSN: 2666-2876

Redactie

Joram Frank, Hanni Hosseinzadeh, Saskia Kuipers, Maaïke Maas (hoofd- en eindredactie), Ilse van der Mierden, Milou Schmit, Jennifer Tjon En Fa en Conny Zeilstra (hoofredactie).

Met medewerking van

Annemieke Diekman, Sarah Zagt en alle betrokken pleegouders, pleegzorgwerkers en andere collega's voor advies, raad & daad.

Redactieadres

Levvel, Servicepunt Pleegzorg & Verblijf
Fred Roeskestraat 73
1076 EC Amsterdam
020 - 5400 440
thuismakers@levvel.nl

Fotografie

Annemarijne Bax, Finn Dierdorp,
Milou Schmit, Nicolas Postiglioni/Pexels.

Thuismakers is een uitgave van Levvel voor haar pleegouders en andere geïnteresseerden en verschijnt 2x per jaar. De artikelen, columns en rubrieken vertegenwoordigen niet per se het standpunt van Levvel. Evenmin kunnen aan deze uitgave rechten worden ontleend.

Overname artikelen

Overname van –delen uit - artikelen is alleen mogelijk na voorafgaande schriftelijke toestemming van de redactie.

Illustraties

Saskia Troccoli

Druk

de Toekomst, Hilversum

Oplage

1.800

f @levvelpleegzorg
@ @levvel_pleegzorg



'Alles wat de moeite waard is, is ook een beetje moeilijk'

Tekst: Ilse van der Mierden Foto: Annemarijne Bax

Naam:

Marc Linssen (52)

Beroep:

scenarioschrijver

Pleegkinderen:

Jehan (14) en

Aziza (8), Contact met

voormalig pleegkinderen

Berry (16), Bert (22)

en Chantal (24)

Als scenario-schrijver schreef Marc Linssen scenario's voor bekende series en films, zoals De ontmaskering van de Vastgoedfraude,

Freddy, Smeris, Silk Road en GTST. Sinds een jaar produceert hij ook bedrijfsfilms en podcasts.

Waar werk je op dit moment aan?

'Mijn vrouw en ik hebben begin dit jaar bewust vrij genomen om enkele maanden alle tijd te kunnen besteden aan onze pleegkinderen. Vorig jaar heb ik een podcastserie gemaakt waarin ik het Disney-verhaal van Dumbo gebruik als metafoor voor veranderen: het Dumbo-effect. Door die podcast werd ik aangespoord om ook kritisch naar mijn eigen leven te kijken. Lange tijd kwamen de opdrachten vanzelf aanwaaien en anderhalf jaar geleden werd dat ineens minder. Je schrikt, maar je gaat ook denken: wat wil ik zelf eigenlijk nog maken?'

Beïnvloedt het pleegouderschap je in die keuze?

'Voordat ik pleegouder was, vond ik mijn eigen leven oninteressant. Dat zie je ook in mijn werk. Ik schreef óf nogal vergezochte verhalen, óf over beroemde mensen. Nu denk ik vaker: hé, dat is interessant wat ik meemaak. Dat wat ik nu maak is veel vaker dichterbij.'

Is dat een andere manier van werken?

'In al die andere gevallen is er veel materiaal, en dan is de vraag: hoe kun je dat slim en werkend ordenen? Nu ga ik een script schrijven over Berry, een jongen die lange tijd bij ons woonde en nu in een jeugdgevangenis zit. De eerste jaren bij ons ging het goed, maar later kwam hij steeds vaker niet thuis, of hij kwam thuis met vage verhalen. We konden hem geen veiligheid meer bieden en hij is toen uit huis geplaatst. Het contact verwaterde, maar laatst hebben we hem weer opgezocht. Ik wil het gedramatiseerde verhaal over die jongen schrijven. Gek genoeg ben ik nu meer aan het verzinnen dan bij eerdere scripts. Wat zou er gebeurd zijn als ik bij hem was gebleven? Als ik hem gevolgd had in zijn leven, dat zich gedeeltelijk in de schimmige delen van de stad afspeelde? De synopsis is af en voorgelegd aan regisseur Johan Timmers en Pieter Kuijpers (regisseur/producent, red.) In de zomer ben ik aan het script begonnen. Die film moet er komen.'

Zijn er eigenschappen van de scenarioschrijver, die je in het pleegouderschap van pas komen?

'Doordat je als schrijver veel bezig bent met je te verplaatsen in anderen, word je je ervan bewust dat je eigen standpunt een relatief standpunt is. Ik heb allerlei opvattingen over wat het leven de moeite waard maakt, en de kinderen hebben andere dingen meegekregen en dat kan behoorlijk

ver uit elkaar liggen. In scenario's denken kan helpen om daar vrede mee te hebben en om verschillen te overbruggen: als schrijver heb je de woorden om de ander mee te nemen in je wereld. En de kinderen doen dat andersom ook.'

Heb je nog filmtips voor pleegouders?

'Mijn vrouw en ik hebben Rocks gezien, een prachtige film over een tienermeisje dat uiteindelijk in een pleeggezin terecht komt. En een aanrader is Atypical op Netflix over een jongen met autisme die zich los moet maken van zijn ouders. Een serie over het wankele evenwicht dat elk gezin is.

In de verhalen waar ik van hou moet de held iets in zichzelf overwinnen. Dus niet de ouderwetse James Bond, die knap is en bij wie alles lukt. We leven in een wereld waarin alles zo makkelijk mogelijk moet zijn, terwijl alles wat de moeite waard is ook een beetje moeilijk is. Dat is toch wel de moraal van wat ik schrijf. Dat uitgangspunt wil ik ook gaan gebruiken in een podcast om pleegouders te werven¹. Ik heb zelf lang getwijfeld, en ik ben ongelofelijk blij dat ik het ben gaan doen. Het pleegouderschap verrijkt je leven, juist omdat het zo moeilijk is.'

De namen van de kinderen zijn vanwege privacy gefingeerd.

¹Marc heeft van Level de opdracht gekregen deze podcast te realiseren. Lees meer daarover op pagina 31.

mooie match!?

Ontdek wat een fijn thuis kan doen of bied een fijne plek

Tekst: Milou Schmit

Ben jij de volgende mooie match?

Heb jij ruimte in jouw hart en huis voor kinderen

zoals Carlo, Jimmy, Max, Djairo, Dimph en Amalia?

Mail dan naar pleegzorg@level.nl of bel het

secretariaat pleegzorg via 020 5400 440.

Via de Levvel pleegzorg-app delen we ook
regelmatig kindoproepjes.

Langdurige pleegzorg

Gezien, geliefd en trots

Niet lang nadat Simone en Henk een traumatraining hebben afgerond vanwege de zorg voor hun pleegzoon Arthur (14) lezen ze een oproepje voor Carlo (12). Hij heeft een pleeggezin nodig waar hij kan opgroeien. Carlo is getraumatiseerd. Zijn nieuwe pleegouders moeten veel geduld en aandacht voor hem opbrengen en niet opzien tegen een zeer intensieve begeleiding. Simone en Henk hoeven niet lang na te denken. Ze bieden direct aan Carlo in hun gezin op te nemen.

'Carlo heeft een enorme boost gekregen, omdat ze echt voor hém hebben gekozen. Hij voelt zich gezien, geliefd en trots.'

Jeane, pleegzorgwerker.

Langdurige pleegzorg

Zie jij het opvoeden van een puber als een uitdaging?

Max (14) is een intelligente jongen. Hij volgt gymnasium en heeft veel vrienden. Hij zit op voetbal en traint twee keer per week. In het weekend speelt hij een wedstrijd. Daarnaast kijkt hij graag films en houdt hij van gamen. Max is een goede prater en discussieert graag. Als een echte puber praat hij niet makkelijk over zijn gevoelens. Max woont nu in een crisisgroep. Hij wordt daar zowel positief als negatief beïnvloed door de jongeren om hem heen. Voor Max is het heel belangrijk dat hij goed wordt begeleid. Hij kan dan zelf betere beslissingen maken. Max heeft vanaf zijn tiende bij zijn grootouders gewoond. De laatste paar maanden lukte dit niet meer.

Voor Max zoeken we met spoed een pleeggezin in Amsterdam waar hij kan opgroeien.

Om privacyredenen zijn alle namen gefingeerd.

weekendpleegzorg

Dichtbij thuis

Sofie en Johan hebben de STAP training afgerond en zich aangemeld voor weekendpleegzorg. Ze staan open voor een of meer kinderen, tussen de 0-18 jaar. Als het een kind is met een wat ingewikkelde problematiek deinzen ze hier niet voor terug. Voor Clay (9) en Demy (5) zoeken we plekje in de weekenden en vakanties. Voor dit broertje en zusjes is fijn als dat dichtbij huis kan.

Ze sporten allebei in het weekenden en moeder wil graag dat ze dat kunnen blijven doen. Samen met moeder hebben Sofie en Johan nu een mooie planning voor de weekenden wanneer de kinderen bij hen zijn. Vrijdagmiddag ophalen van huis en zondagochtend sporten. Daarna gaan ze weer naar moeder.

'Deze match was snel gemaakt. Hoe ruimer het aanbod van pleegouders, hoe makkelijker te matchen. Wij zoeken pleegouders voor kinderen en niet andersom...' Saskia (Consulent pleegzorg)

weekendpleegzorg

De Heide

Djairo (5) woont met zijn moeder en twee zusjes in Amsterdam. Zijn moeder is met haar drie kinderen vier jaar geleden vanuit Angola naar Nederland verhuisd. Ze zijn klein behuisd. Vanwege het autisme van Djairo is het voor hem en zijn familie prettig als hij af en toe naar een weekendpleeggezin kan. *'Djairo speelt niet met auto's, hij telt ze'*, vertelt zijn moeder.

Ineke en Harry hebben samen drie kinderen. In eerste instantie gaven Ineke en Harry aan dat het voor hun lastig is een pleegkind te helpen dat veel extra aandacht nodig heeft. Dit omdat ze dachten dat hun gezin dat niet aankon. Toch zijn ze blij verrast als Djairo aan ze wordt voorgesteld. Er is direct een klik en hun eerste uitje naar de heide is snel gepland. Daar is Djairo nog nooit geweest.

weekendpleegzorg

Enthousiaste wervelwind

Jimmy (6) zit bomvol energie, knuffelt graag en is enthousiast. Zich concentreren is lastig voor hem. Hij is heel leergierig en pakt dingen snel op. Hij houdt van rituelen en routine en houdt graag de controle. Jimmy moet goed in gaten worden gehouden, omdat hij nog weleens de benen kan nemen. Jimmy is in zijn doen en laten jonger dan zijn leeftijdgenoten. Hij kan driftig worden als hij zijn zin niet krijgt. Jimmy groeit nu op met honden en katten, maar kan onvoorspelbaar op dieren reageren. Voor Jimmy zoeken wij een weekendpleeggezin dat hem goed in de gaten kan houden en energie heeft voor deze enthousiaste wervelwind.. We zoeken een gezin dat hem bij voorkeur twee keer per maand opvangt.

langdurige pleegzorg

Zusjes

Wij zoeken een pleeggezin waar de zusjes Dimph (13) en Amalia (11) langdurig kunnen wonen. De zusjes kunnen het goed met elkaar vinden, maar ruzie maken kunnen ze – zoals veel zusjes – ook heel goed. Amalia is daarbij heel beschermend naar Dimph. Op dit moment wonen ze in een groep. De zusje houden allebei van knutselen en spelletjes. Dimph (13) is een vrolijk, enthousiast en gevoelig meisje. Ze begint nu lekker te puberen en is weleens onzeker en angstig. Bij stress laat zij tics zien en is ze lastig verstaanbaar. De laatste tijd is dit sterk verbeterd en komt het alleen nog voor als ze extreem veel stress ervaart. Dimph.

Amalia (11) is grappig en lief en houdt van mode. Ze maakt makkelijk vrienden en is geïnteresseerd in en begripvol naar anderen. Ze is een oplettend en bemoeit zich graag met van alles. Op school kan ze goed meekomen.

Gewoon én ongewoon

Hoe kijken pleegzorgwerkers naar de pleegzorg? Dennis Renting (49) was elf jaar lang pleegzorgwerker, en werkt nu nieuwe pleegzorg-medewerkers in.

Tekst: Ilse van der Mierden

Foto: Annemarijne Bax



'Ik was het zesde kind van twaalf kinderen. We woonden vroeger met z'n dertienen op tweehoog in Amsterdam-West, met drie slaapkamers. Toch kwamen er regelmatig kinderen over de vloer.

'Het vieren van leuke momenten geeft kinderen het gevoel er echt bij te horen'

Mijn moeder regelde een extra matras of we sliepen tijdelijk met nog meer kinderen op een kamer. 'Ach, die heeft het thuis ook niet makkelijk,' zei ze dan. Ik vond dat allemaal doodnormaal. Terwijl we het niet breed hadden: mijn

vader was vrachtwagenchauffeur en mijn moeder hield thuis alles draaiende. Zo herinner ik me nog een buurmeisje, haar moeder was jong overleden, zij kwam vaak bij ons over de vloer. Ik had een nicht, die kwam maandenlang iedere dag langs en bleef ook vaak slapen. Dat ging gewoon zo. Een andere nicht die vaak bij ons was vertelde me later: 'Als ik bij jullie kwam, dan ging er zo'n andere wereld voor me open. Er werd gepraat, gespeeld, gedanst en geplaybackt.' En met kerst pasten we natuurlijk niet allemaal aan tafel met al die mensen, dus dan aten we ook op de bank en in de hoeken van de kamer. Achteraf gezien was het bij ons thuis ook vaak een feestje, vooral tijdens verjaardagen. We draaiden muziek - Elvis Presley, André Hazes, ABBA, de Dolly Dots en Madonna - en er werd volop gedanst. Die rituelen blijken later heel belangrijk te zijn. Het vieren van leuke momenten, hoe klein ook, geeft kinderen naast

prettige herinneringen het gevoel er echt bij te horen. En dat is precies wat ik aan gezinnen probeer mee te geven. Pleegzorg is gewoon én ongewoon. De dingen die voor jou gewoon zijn, zijn voor pleegkinderen ongewoon. En dat is waardevol.

Ik vind het in mijn werk heel mooi als ik zie dat kinderen echt opgenomen worden in de familie, en dat ze bijvoorbeeld altijd meegaan naar familiefeestjes. Ik denk dan bijvoorbeeld aan die jongen die jaren op groepen had gewoond, weinig familie had en kwam op zijn dertiende in een gezin terecht, bestaande uit een alleenstaande pleegmoeder met andere pleegkinderen. Bij haar kwam veel familie over de vloer. De jongen werd onderdeel van het gezin. Ik kwam hem laatst in de supermarkt tegen. Hij heeft een eigen huisje, een vriendin. Dan denk ik, wauw, dat is toch mooi goed gekomen.'



In de week van de pleegzorg ontvingen Robert en Gerhart uit handen van wethouder Paul van Meekeren een symbolische bos bloemen voor 'alle' pleegouders in Purmerend.

Tekst: José Joustra/gemeente Purmerend

Foto: ALW fotografie

'We leren van zijn belevingswereld'

Robert en Gerhart uit Purmerend vangen 1 á 2 weekenden in de maand Mees (10) op. Dat doen ze sinds 2 jaar.

Wij hebben gekozen voor weekend-pleegouderschap omdat het even lucht geeft aan beide kanten: voor de ouders, maar ook het kind is even in een andere omgeving waardoor het positief ander gedrag kan vertonen. In het begin kwam hier een verlegen mannetje. Nu zien wij Mees opbloeien en zichzelf ontdekken. Het leuke is: wij doen iets voor hem, maar voor ons is het ook een verrijking. We leren van zijn belevingswereld, die voor ons nieuw is. Het verruimt je blik.'

Match

Als beginnende weekendpleegouder kom je in een pleegouderbestand tot er een match is maar wij hebben zelf initiatief genomen. Het profiel van Mees zagen we online en het sprak ons aan. Een gesprek met zijn ouders volgde en later de kennismaking met Mees. Dat klikte. Wij hadden meteen een goed

gevoel van 'dit kunnen wij aan'. Inmiddels is Mees helemaal thuis bij ons. Hij heeft eigenlijk twee 'thuissen'. Hij hoort er bij, ook voor onze vrienden en familie. Hij helpt graag mee in huis, koken, schilderen, dat vindt hij allemaal leuk. En wij vinden het leuk om hem zo veel mogelijk verschillende ervaringen mee te geven.'

Mannen-en vrouwenkoppels

Robert: 'Ik hoop dat er ook meer mannen- en vrouwenkoppels pleegouder worden. Tijdens de training waren wij het enige mannenkoppel in de groep. Terwijl het puur gaat om de liefde die je kunt geven aan een kind. Veel liefde geven, dan ben je al halverwege.' Gerhart vult aan: 'En structuur. En regelmaat. Liefde, structuur en regelmaat.' Daarbij in het achterhoofd dat je de zorg voor een pleegkind ook niet te licht moet nemen. 'Je moet je wel realiseren dat het in veel gevallen een kind met een rugzakje is. Stel je open en ga er zonder verwachtingen in.'

Hij heeft eigenlijk twee 'thuissen'

Level pleegzorg op Youtube

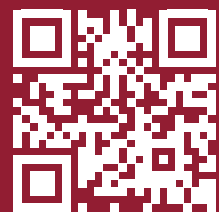
Op het youtubekanaal van Level Pleegzorg staat een campagnefilmje waarin Mees en zijn eigen moeder vertellen over weekendpleegzorg.



**'Creativiteit
kan een fijn
hulpmiddel
zijn om je
emoties en
gedachten
te uiten en te
verhelderen'**



**Kastkijkers is tot en met december 2021 dagelijks van 10.00 tot 17.00 gratis te bezoeken op de binnenplaats van het Amsterdam museum en online te bekijken via www.kastkijkers.nl
Of scan de QR code**



KASTK!JKERS

Met de tentoonstelling KASTK!JKERS staan we stil bij 500 jaar jeugdhulp in Amsterdam. In de tentoonstelling zie je kunst van jongeren die in een pleeggezin wonen of woonden en jongeren die jeugdhulp krijgen of kregen. Hun werk wordt tentoongesteld in de zogenaamde 'wezenkastjes'. Deze kastjes behoorden tot het Burgerweeshuis, tegenwoordig het Amsterdam museum. De weesjongens borgen hier hun gereedschap op dat ze nodig hadden voor hun beroepsopleiding ergens anders in de stad. 500 jaar later krijgen de kastjes een nieuwe invulling met jongeren van nu.

Tekst en fotografie: Milou Schmit

Valesca de Beaufort (18) is één van de jongeren die meedoet aan de expositie met haar schilderij 'Lucht vermist'. Ze studeert vanaf september Pedagogiek en woont sinds haar 14^e in een pleeggezin.

Waar gaat het schilderij 'Lucht vermist' over?

Mijn schilderij gaat over hoe ik me de afgelopen tijd heb gevoeld. De bovenkant van het schilderij gaat over de somberheid en eenzaamheid die ik door de lockdown tijdens Corona heb ervaren. Meestal kan ik makkelijker uit mijn somberheid komen als ik bij andere mensen ben. Dat is te zien in de onderkant van het schilderij; mijn sociale leven, waar ik me veiliger en vrolijker voel. In het midden ben ik als lege versie van mezelf, die invulling krijgt door de twee werelden.

Wanneer heb je het schilderij gemaakt?

Ik heb het schilderij afgelopen zomer gemaakt. Het idee had ik al voordat ik gevraagd werd voor Kastkijkers. Toen ik hoorde dat het project ging over

hoe ik jeugdhulp heb ervaren vond ik mijn schilderij goed passen, omdat de Corona-isolatie de hulpverlening belemmerde en ik me sneller eenzamer voelde.

Wie wil je bereiken?

Ik wil de hulpverleners én jongeren binnen de jeugdhulp bereiken. Voor hulpverleners vind ik het belangrijk dat ze weten dat het een momentopname is wanneer ze met een jongere een gesprek voeren. Ik voel me bijvoorbeeld vaak gehoord en goed na een gesprek met een hulpverlener, maar zodra het gesprek voorbij is kan ik terugvallen in mijn oude gevoel.

Ik hoop dat jongeren in de jeugdhulp door middel van Kastkijkers meekrijgen dat creativiteit een heel fijn hulpmiddel kan zijn om je emoties en gedachten te uiten en te verhelderen, zowel naar jezelf als naar anderen. Aan de hand van mijn schilderij kan ik bijvoorbeeld vertellen hoe ik me voel, dat kan comfortabeler zijn dan het hardop te vertellen.

Mijn leven met COVID-19

Tekst: Eddie Foto: Milou Schmit

IJshockey-wedstrijden zonder publiek, naar school met een mondkapje en werken bij Blokker met een gezichtsmasker. Zo ziet mijn leven er op dit moment uit. Dat komt natuurlijk allemaal door de COVID-19 uitbraak, de hele wereld staat op z'n kop. De pandemie heeft gevolgen voor iedereen.

Wc papier

In januari werd Wuhan als eerste getroffen door het virus. Toen was alles nog heel ver weg voor mij. Ik nam het net zoals vele anderen niet serieus. Een paar maanden gingen voorbij en de hele wereld had corona, wc papier was constant uitverkocht en ik heb drie weken alleen maar wit brood moeten eten. Ik kan mij de eerste persconferentie nog goed herinneren. We keken die live tijdens de aardrijkskundeles. We hoopten allemaal dat de scholen dicht zouden gaan, maar er werd gezegd dat dat nog niet nodig was. Later dat weekend werd bekend dat de scholen alsnog zouden sluiten. De eerste week was heel leuk. Ik ben vrijwel elke dag gaan voetballen met vrienden. Ondertussen was wel al bekend geworden dat ik niet meer de landsfinale U16 (talentontwikkelingsteam, red.) met mijn ijshockeyclub uit Den Bosch zou kunnen spelen, dat was wel heel jammer.

IJshockey

Online-school begon zo ongeveer drie weken nadat de scholen dichtgingen. Het was natuurlijk erg wennen. Netwerkfouten, microfoons die niet werken, leerlingen die je voor de grap uit de les gooien enzovoort. Het liep allemaal niet zo soepel. Het was wel lekker dat je de hele dag in je bed kon blijven liggen. De kwaliteit van de lessen ging ook omlaag, dat was begrijpelijk aangezien niemand zich had voorbereid op de plotse verandering in de manier van lesgeven.

Doordat het leven dat ik gewend was niet meer kon, moest ik alternatieven vinden. Aangezien ik niet meer kon ijshockeyen en ik mijn conditie op pijl moest zien



Eddie (16) uit Hoofddorp zit in zijn examenjaar van de havo en woont sinds 2008 bij zijn pleegmoeder Irene.

te houden, ging ik heel veel skeeleren en in mijn tuin oefenen met stickhandling. Omdat de sportscholen dicht waren heb ik ook veel met vrienden gesport en vaak buiten afgesproken om mijn sociale contacten te onderhouden.

Publiek

In de zomer ben ik op vakantie geweest naar een jongerencamping in Renesse. Ook daar ging alles goed. Niemand heeft corona gekregen, ondanks dat het een week was met heel veel sociaal contacten en zonder '1,5 m samenleving'. Corona was even ver te zoeken. Nu staat corona 21:59 weer om de hoek en als je met 30 mensen binnen bent. Ik ben pas jarig geweest en mijn feest kon niet doorgaan door de maatregelen. Maar ja, dat is de manier hoe het leven nu moet gaan...jammer genoeg... Ik hoop dat ik snel weer mag ijshockeyen met publiek erbij.



Als woorden niet werken

Tekst: Ilse van der Mierden

Illustraties: Saskia Troccoli

Methodieken met gebruik van dieren, zoals honden of paarden, werken voor sommige kinderen beter dan gesprekken met een psycholoog of andere hulpverlener. Hoe kan dat? Wat bieden de dieren deze kinderen wat mensen hen niet kunnen bieden?



Samantha (18) is zestien als ze in de Koppeling (besloten behandelcentrum, red.) zit.

Ze heeft in haar leven dan al tientallen gesprekken met hulpverleners gevoerd, en voor haar gevoel met weinig resultaat. 'Dan zit je in zo'n kamertje tussen vier muren en daar moet je weer je verhaal vertellen tegen een pedagogisch medewerker die je aan zit te gapen.' Samantha is van nature geen prater, en al helemaal niet over haar gevoelens. 'Ik wilde geen hulp, en zat nog volop in mijn verslaving. Ik wist niet hoe ik woorden moest geven aan wat ik voelde, ik was onzeker. Ik praatte niet graag met mensen. Ik stond op de automatische piloot. Wie ik zelf was, wist ik niet. Dus ik wist ook niet wat ik over mezelf moest vertellen.'

Dan gaat ze aan de slag met Moos, een van de psychosociale honden van Margot Swart van CoHond. Het blijkt een gouden zet. De therapie helpt haar om andere keuzes te maken. Hoe dat komt? Volgens Samantha komt dat allereerst door de setting. 'Je zit niet binnen in een kamertje, maar bent lekker buiten. Je hoeft niet continu iemand aan te

kijken, je bent niet de hele tijd aan het praten, je bent met de hond aan het werk of je wandelt en speelt gewoon even.'

Maar het buitenzijn is niet het enige dat het succes van interventies met dieren verklaart. Het zit hem ook in de neurofysiologische effecten die het lichaam in gang zet tijdens het contact. Zo verlaagt het aaien van een dier niet alleen de hartslag en bloeddruk, maar zorgt het ook voor de aanmaak van oxytocine en endorfine, stofjes die zorgen voor ontspanning en een gevoel van veiligheid, vertrouwen en controle. En in die staat, staan mensen meer open voor sociale contacten en leren ze beter.

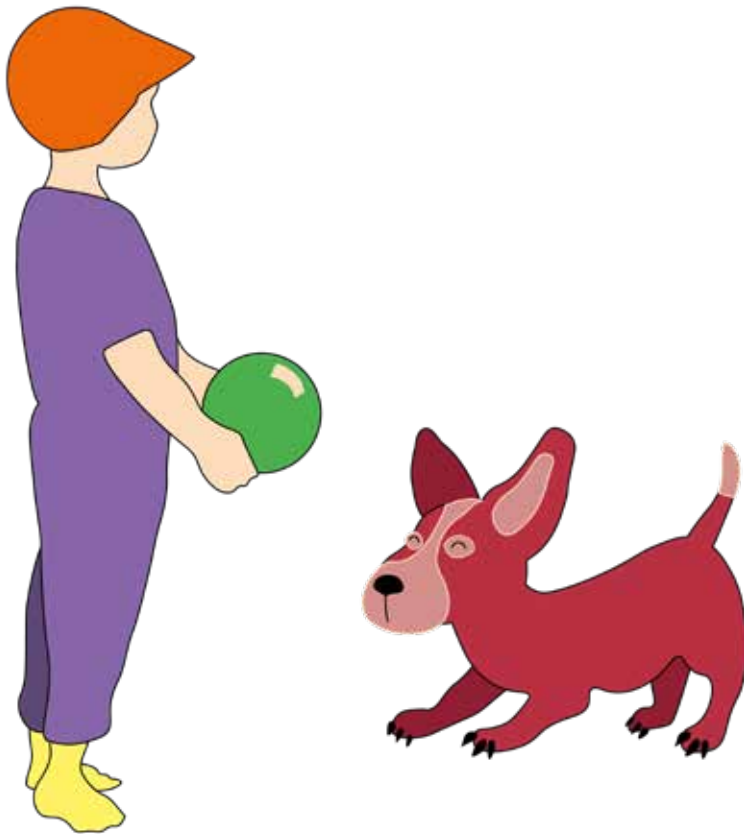
Van dit effect maakt therapeut Margot Swart bewust gebruik. 'Tijdens de eerste kennismaking tussen een jongere en de hond, leg ik hondenlichaamstaal uit en laat ik zien dat als ik rustig ademhaal en de hond niet angstig en niet agressief benader, contact maak. Als de jongere dit zelf oefent, merkt hij al snel dat het werkt. Dit is de eerste succeservaring. En bij het aanraken en knuffelen ontspant hij en kan hij beter nadenken. Zodra de hond de volgende keer binnenkomt, gaat de

'De hond
luistert toch
niet, hij
heeft schijt
aan me'

jongere al rustiger ademen.
Zo anker je de hond aan basisrust.'

Succeservaringen

Maar de grootste winst van het werken met dieren lijkt de directe respons te zijn, die de dieren geven op nieuwe vaardigheden. Margot: 'We werken veel met kinderen die door hun verleden weinig vertrouwen in volwassenen hebben, waaronder pleegkinderen met hechtingsproblematiek. Sommigen zijn als kind niet 'gezien'. Met die overtuiging benaderen ze ook de hond. Ze denken in eerste instantie: de hond luistert toch niet, hij heeft schijt aan me. En de eerste keer gebeurt dat dan ook. Het kind roept, en de hond luistert niet. Dan gaan we opnieuw oefenen, maar nu vraag ik het kind stevig te gaan staan. Eerst de naam van de hond te roepen, en dan de vraag te stellen. Met een duidelijke stem. En te blijven staan, totdat de hond komt. Dan ervaart het kind direct dat het beter gaat. Zo werken we aan zelfvertrouwen en weerbaarheid. Ik vertel overigens alleen maar wat ik zie. Ik geef dus geen



‘Mensen waarderen de ondubbelzinningheid van dieren’

uitgekauwde complimenten. Doordat het kind de positieve reactie van het dier ervaart komt hij in zijn kracht te staan.’ Zo doen kinderen relatief snel nieuwe succesvolle ervaringen op. Margot koppelt vervolgens de ervaringen met de hond aan situaties in het leven van het kind. Door de succeservaring is de kans groot dat het kind ook in het dagelijks leven de vaardigheden gaat toepassen.

Wat het werken met dieren in die succeservaringen nou precies zo werkzaam maakt, is dat dieren authentiek reageren. Mensen waarderen de ondubbelzinningheid van de dieren. En in onderzoeken geven deelnemers aan dat zij het gevoel hebben dat ‘het dier hem of haar accepteert zoals hij is’. Ook Samantha ervaarde dat: ‘Bij Moos kon ik echt mezelf zijn. Want een hond praat niet, die luistert alleen.’

n

‘Als je handelt vanuit wie je echt bent, dan handel je uit kracht, word je betrouwbaar en dan wil het paard bij je zijn’

Authentieke feedback

Sandra Geisler, die vanuit haar bedrijf Lighthorse met behulp van paarden niet alleen kinderen en jongeren, maar ook ouders, gezinnen en directies helpt om natuurlijk leiderschap te ontwikkelen, legt uit hoe dit werkt. ‘Een paard geeft direct authentieke feedback. Paarden zijn kudde- en vluchtdieren. Om te overleven moeten ze goed aanvoelen wat er in de kudde én daarbuiten speelt. Werk je met een paard, dan zegt een paard in principe: ik ben

liever met je dan zonder je. Echter, hij stelt wel de vraag: ben je betrouwbaar? Laat je zien wie je echt bent, of gedraag je je vanuit je afweer-mechanismen?’ Sandra Geisler spreekt in dit verband over het ‘ontwikkelen van een nieuw script’. ‘We hebben allemaal een rugzak en op basis van de ervaringen in die rugzak handelen we vaak naar ons oude script. We gebruiken afweermechanismen

die in het verleden gewerkt hebben, maar nu niet meer functioneel zijn, zoals agressie of juist terughoudendheid.’ Met het paard aan de hand gaat Sandra terug naar

de oorsprong van het gedragspatroon en probeert dat te veranderen. ‘Vanuit die oorsprong transformeren we door het niet-effectieve patroon los te laten en leren we vanuit kracht effectief gedrag te ontwikkelen. En met dat effectieve gedrag bereik je vervolgens gewenste situaties en resultaten. Een paard voelt of er spanning is tussen hoe je je echt voelt en wat je laat zien. Als je handelt vanuit wie je echt bent, dan handel je uit kracht, word je betrouwbaar en dan wil het paard bij je zijn.’

Al is het onderzoeksgebied over het gebruik van dieren in de hulpverlening nog redelijk onontgonnen, wat wel uit onderzoeken blijkt is dat in interacties tussen kinderen en dieren, kinderen soms een nieuwe, veilige hechtingsstijl kunnen ontwikkelen. Sandra ziet dit ook: ‘Door te oefenen met het nieuwe gedrag en daar direct van het paard een positieve reactie op te krijgen, ga je nieuwe aannames maken. Bijvoorbeeld: hé, als ik duidelijk ben, en durf te zeggen wat ik wil, dan krijg ik geen conflict. Dan loopt het paard met me mee. Het is authentieke feedback.’

Weg van probleemgedrag

Margot en Sandra benadrukken beiden dat het succes zit in zelf ervaren – Sandra noemt het ‘doorleven’ – van de verandering. Sandra: ‘Ik ben geen paarden-spiegelaar, ik kan niet zeggen wat een paard voelt als hij wegloopt. Ik maak



Meer weten?
www.cohond.nl
www.lighthorse.nl

**Je kunt de mogelijkheden
ook bespreken met je
pleegzorgwerker.**

geen veronderstellingen op basis van het gedrag van het paard. Daar wil ik zuiver in zijn.' Margot: 'Ik objectieveer en vertel wat ik zie. Ik blijf weg van het probleemgedrag. Als er bijvoorbeeld een jongere met agressieproblemen aangemeld wordt, en ik zie dat de hond een beetje afstand neemt, dan ga ik niet in op het feit dat ik spanning zie. Ik zeg wat hij wel kan doen. Ik creëer situaties waarin jongeren vaardigheden met succes kunnen oefenen, zodat ze die vaardigheden ook in een andere context gaan oefenen.' En van die ervaringen leer je.

Samantha: 'Ik merkte hoe goed het werkte als ik duidelijk tegen de hond sprak, met een lagere stem. Dan luistert hij. Het is misschien een klein voorbeeld, maar zo leert de therapie je om jezelf beter te uiten. Om op een goede, duidelijke manier aan te geven wat jij wil. Ik wist in die tijd niet wie ik was, en daardoor was ik niet duidelijk en maakte ik verkeerde keuzes. Ik leerde door Moos beter wie ik was, wat ik wilde en hoe ik daarom moest vragen.'

‘Pleegouder worden is een sleutelmoment’



Sigrid Kaag (59) is minister voor Buitenlandse Handel en Ontwikkelingssamenwerking en lijsttrekker voor D66 bij de Tweede Kamerverkiezingen in 2021. Op haar dertiende woonde ze een half jaar in een pleeggezin, omdat haar ouders ziek waren. Haar vader werd opgenomen vanwege ernstige depressies, haar moeder kreeg een hersentumor en bleef lange tijd ziek. Aan Thuismakers vertelt zij hoe zij die periode beleefde, welke invloed deze tijd op haar had en wat pleegzorg in haar leven heeft betekend.

‘Het was vrijdagavond. Mijn moeder lag op sterven. Ze lag in het ziekenhuis met een hersentumor. Ik herinner me dat mijn zus en ik het hele weekend wachtten op het telefoontje met de boodschap dat zij zou overlijden. Mijn vader was al opgenomen in het Sanatorium ‘voor neurosen en psychosen’ in Zeist. In de tussentijd was de familie van mijn vader uit Wervershoof gekomen om te kijken hoe dat nou moest met ons. We hadden

verder geen familie in de buurt. Toen hebben ouders van twee vriendinnen, van mijn zus en van mij, gezegd: ‘kom, je kunt wel een paar dagen bij ons komen logeren.’ Mijn zus ging naar het gezin van een vriendin van school die in Utrecht woonde, en ik ging naar een vriendin van de hockeyclub, ik zat niet eens bij haar in de klas.’ (Kaags moeder overleed dat weekend niet, en zou later nog zes keer opgegeven worden. Ze werd uiteindelijk 84 jaar, red.)

‘Het was dus eigenlijk wat ze nu netwerkpleegzorg zouden noemen. Het begon met een paar dagen, het werd een half jaar. Mijn ouders kenden hen niet en zij mijn ouders niet. Ik weet nog dat mijn oom helemaal overkwam uit Wervershoof – wat toen nog heel ver leek – om te kijken of het goed ging. Het ging verder niet zo georganiseerd. Er is een keer een sociaal werker langs geweest om te kijken hoe het met ons ging, en voor een gesprek met mijn vader. Mijn vader was nog steeds opgenomen,

hij kwam dan even uit het ziekenhuis voor het gesprek bij die sociale dienst. Dat is wat me nog bijstaat. En verder werd ik gewoon opgenomen in dat andere gezin. Ik heb een half jaar bij deze mensen gewoond. Ze hebben er een hele fijne tijd voor mij van gemaakt.’

‘De school was om de hoek, ik bleef hockeyen en tennissen, en naar muziekles gaan. Het leven ging gelukkig door. Dat was ook een keuze. We konden ook naar de familie van mijn vader, die was ook best bereid ons op te nemen, maar we zagen ons helemaal niet in Noord-Holland zitten. We hadden ons hele leventje in Zeist. En we waren nu dicht genoeg bij onze ouders om op bezoek te gaan. Wat dat betreft is het fijn als de steun in de omgeving van het kind zelf georganiseerd kan worden. De enige stabiliteit die kinderen vaak hebben is de school. Dat was zeker ook zo in ons geval. Wij hielden van leren. We hadden het geluk dat we binnen ons eigen klimaat konden blijven.’



'Ik zat bijna elke dag in de bus naar het ziekenhuis. Naar de afdeling neurochirurgie, de intensive care, daar heeft mijn moeder heel lang gelegen, want ze lag een hele tijd in coma. En dan tussendoor naar het psychiatrisch ziekenhuis waar mijn vader lag. Het duurde een uur om er te komen, en dan weer een uur terug. Dus ik deed mijn huiswerk in de bus: natuurkunde leren in bus 54 vanuit Zeist naar Utrecht. Ik slaagde voor geen enkele van mijn exacte vakken.

'Ik neem niets voor lief. Nooit.'

'Na dat half jaar in het pleeggezin wilde mijn vader ontslagen worden. Toen hadden we een mevrouw die huishoudelijke hulp kwam regelen. Korte tijd woonden we met onze vader, maar die raakte nog zwaarder in een depressie,

dus wij waren eigenlijk heel opgelucht dat hij na een tijdje weer opgenomen werd. Toen zijn we zelfstandig blijven wonen. Dat was ik zelf helemaal vergeten, bedenk ik me nu. Ik was veertien, mijn zus zestien. Op een gegeven moment kwam mijn moeder het ziekenhuis weer uit, maar die ging een hele tijd naar de revalidatie. Dat hele traject heeft wel twee jaar geduurd. Ik denk dat wij het allemaal een beetje zelf deden. Ik heb geen flauw idee. Wij waren gewoon heel braaf. We zaten op school, ik deed theater op school, we sportten, ik was voorzitter van de studentenvereniging. Ik was heel actief en we waren gewoon druk.'

Was er iets wat u van uw ouders mee hebt gekregen, waardoor u het in die tijd wel redde?

'Wie wil nou alleen staan op die leeftijd? Niemand. Maar zo zie je maar weer, de mens kan veel meer dan ze zelf denkt. Alleen, dat moet ik wel zeggen: mijn zus en ik hebben veel mazzel gehad. Zo zie ik het. Wij waren gezond, zijn opgegroeid in een veilige omgeving. Niet rijk, maar ook niet arm. Niemand aan de drank, geen gokschulden. Mijn vader had een goede opleiding genoten, mijn moeder ook, ze gaven ons veel mee, waaronder een groot belang van onderwijs. Het waren gewoon lieve, brave, katholieke mensen, maar heel liberaal. En ziekte, dat overkomt mensen. Als je in een ander milieu opgroeit, en ouders worden dan heel erg ziek, dan moet je nog veel meer zelf als kind doen en regelen, dan krijg je bijna geen kans. En er zijn veel pleegkinderen in Nederland die noodgedwongen uit huis geplaatst worden. Dat was bij ons niet het geval. Dan heb je natuurlijk ook een andere ervaring.'

U vertelt vaak in interviews dat u zich altijd realiseert dat het leven ineens een onverwachte wending kan nemen. Welke invloed heeft die realisatie op uw leven? 'Ik neem niets voor lief. Niets,

nooit. En veel mensen doen dat wel. Ik denk dat ik daardoor altijd het beste ervan maak. Die gedachte kan ook een angstige kant hebben, maar daar zet ik me dan vrolijk overheen. Maar goed, ik mag dankbaar zijn, ik ben zelf nog altijd gezond, mijn kinderen zijn gezond.'

Heeft deze periode invloed gehad op uw werk?

'Het moet bij mij ergens om gaan. Om de opbouw van de maatschappij, zorg voor kwetsbaren, kansengelijkheid. Als het slechter gaat met mensen in het leven, moet juist de samenleving, en in dit geval ook de overheid, er voor je zijn. In Nederland zijn we heel bevoorrecht, maar we moeten altijd blijven kijken naar degenen die het moeilijk hebben, die het zwaarder hebben. Wat kunnen we voor hen doen?'

'Ik vind de menselijke waardigheid heel belangrijk. En die is niet uitruilbaar, daar kan je geen prijskaartje aan verbinden, dat is de essentie van wie wij zijn. En daarna heb je maatregelen nodig, dan moet je het regelen, en ga je spreken over de verdeling. Maar je moet wel weten: het gaat om mensen. En dat is iets dat ik van huis uit heb meegekregen. En door mijn levensloop.'

En uw pleegouders, hoe vervulden zij hun rol?

'Ik denk dat ik mij maar een beetje te voegen had, en dat deed ik ook. Ze hadden zelf vier kinderen. Ik was erg bang van honden in die tijd en ze hadden een hondje dat naar mijn idee altijd naar je enkels greep. Alleen met die hond in huis, dat vond ik een ramp. Maar het was een heel humorvol gezin. Iets traditioneler dan ik was opgevoed.'

'Ik heb prettige herinneringen aan de kinderen, die mijn leeftijd waren. We zijn nog lange tijd bevriend geweest. Mijn toenmalige pleegouders en mijn ouders hebben ook altijd contact gehouden. Mijn ouders waren hen eeuwig dankbaar dat er voor hun kinderen werd gezorgd.

Dat waren wij ook. Maar we waren ook jong, en we wilden door. We wilden niet eeuwig herinnerd worden aan het feit dat we in een pleeggezin hebben gezeten. En het was ook maar voor een korte tijd.'

'Natuurlijk ontzettend belangrijk dat er mensen zijn die bereid zijn om voor een kind van een ander te zorgen. Mijn man en ik hebben een kind geadopteerd. En ik heb zelf altijd gedacht, als ik geen kinderen zou kunnen krijgen zou ik zeker pleegouder willen zijn voor kinderen of kinderen willen adopteren. Ik ben nooit pleegouder geweest. Maar wie weet hebben ze in de toekomst, als ik meer tijd heb, pleegoma's nodig. Dat zou ik graag doen. Zeker.'

'Denk niet dat dit je bepaalt. Het is onderdeel van je bagage'

'Je kunt een enorm verschil maken in het leven van een ander. Dat beseffen mensen volgens mij niet. Het is één keuze, één stap. En ja, er zijn altijd tien obstakels: heb je wel tijd, heb je wel plek, is het inschikken voor andere gezinsleden. Want in feite hebben de vier kinderen uit mijn pleeggezin ook ruimte moeten maken voor iemand die zij niet kenden. Ik was bevriend met één van hen, maar dat wil niet zeggen dat die andere drie daar ook zin in hebben. Maar we hebben uiteindelijk een leuke, gezellige tijd gehad. En dat is natuurlijk dankzij het gezin.'

'Ik hoop dat mensen beseffen dat het in het leven van een kind een make or break-situatie kan zijn, of je goed wordt opgevangen, of niet. Veel pubers sowieso zijn niet stabiel, jongere kinderen zijn kwetsbaar, want die kunnen niet eens van zich laten horen of zich verweren.

Dus mensen kunnen een enorm verschil maken in het leven van een ander. En wat is er mooier dan een ander te helpen? Je krijgt er veel meer voor terug dan je ervoor uit moet geven. Ik wil het niet platslaan, maar het is gewoon zo. Waarom worden mensen blij van vrijwilligerswerk? Het geeft een enorme voldoening. Pleegouder worden is een heel belangrijk sleutelmoment in het leven van iemand. We zijn allemaal mens. En je zou willen dat een ander ook voor jouw kind zou zorgen als het nodig is.'

Heeft die periode de opvoeding van uw eigen kinderen beïnvloed?

'Wij zijn zelf veilig en beschermd opgegroeid en dat heb ik waarschijnlijk ook een beetje te veel bij mijn kinderen gedaan. En als de kinderen in mijn ogen hun kansen niet genoeg benut hebben, dan wil ik wel eens zeggen: 'jullie moeten eens weten! Ik, op jullie leeftijd...'. Maar daar hebben ze natuurlijk totaal geen boodschap aan. Net als in het geval van de ouders van mijn man, die kunnen niet lezen en schrijven, en hij is tandarts geworden. Dus als onze kinderen dan slechte cijfers haalden, dan zei hij: 'Ik moest mijn huiswerk bij een kaarslicht doen, mijn ouders hadden geen geld. En ik heb vanaf mijn tiende moeten werken, ik studeerde er maar bij.' Maar ja, wie zit er te wachten op verhalen uit de oude doos van vader en moeder? Die kinderen zitten in een fase dat ze denken: ja mam, oké.'

En dacht ú als puber nooit: 'Verdorie, waarom moet mij dit nou overkomen?'

'Ik nam als puber zeker mijn vader zijn depressie kwalijk. Waarom nou? Maar het heeft mij wel een diep gevoel van begrijpen van het geestelijke geleerd. Die schaamteplek in de jaren '70 rondom depressie, en bij mannen al helemaal. Je zat in de categorie gek, in plaats van je hebt een depressie en tegenslag, of je komt met jezelf niet meer overeen, je bent jezelf een beetje kwijt. Een geestelijke ziekte is voor de ander niet te zien en daardoor moeilijk te begrijpen. Maar het hele gezin lijdt daaronder. Als

iemand een been breekt is iedereen sympathiek, maar als je zegt 'ik heb een burn-out' of 'ik ben gedeprimeerd', dan verlies je mensen. Als puber, nee, ik vond dat niet geweldig en heb me daar ook wel tegen verzet.'

'Mensen die verlies lijden, die zijn niet echt welkom. Je wordt in feite in een sociaal isolement geplaatst door anderen. Niemand wil horen over het verlies van een ander, dat is confronterend voor mensen. Je houdt heel weinig mensen over in je omgeving. En je bent er niet binnen twee weken overheen. Je hele leven is voor eeuwig veranderd, voor altijd. Je klimt door de dag. Het is niet meer hetzelfde. Maar het leven voor andere mensen gaat door. En die vergeten het snel. En dat is gezond, dat is de menselijke natuur.'

Is er iets wat u tegen kinderen zou willen zeggen waarvan de ouders tijdelijk niet voor ze kunnen zorgen?

'Denk niet dat dit je bepaalt. Het is onderdeel van je bagage. Die kun je als loodzwaar ervaren – afhankelijk natuurlijk van wat je overkomt – maar je kunt ook zeggen: dit is onderdeel van wie ik ben. Dit heb ik meegemaakt. Ik heb veel dingen gedaan in mijn leven. Dat is een deel van mijn verklaring: ik ben niet in Zeist blijven hangen. Ik ben niet in hetzelfde land blijven hangen. Ik heb veel verschillende indrukken opgedaan. Als ik nu nog met dat moment in mijn leven bezig was geweest, dan was ik denk ik gek geworden.'

'Je hebt hopelijk nog je hele leven voor je. Dus doe je best op school, heel belangrijk. Vind een hobby die je leuk vindt, sport of muziek, of iets wat gezond is, waarin je jezelf kunt uiten en nieuwe vrienden kunt maken. En vul je dag. Houd jezelf lekker bezig. Het komt altijd wel goed, als je bij jezelf blijft. En de laatste: vraag hulp. Wacht niet te lang. Praat met de onderwijzer, met je vrienden, bel een hulplijn. Ga niet zitten binnenvetten.'

bij Frank thuis

Frank woont samen met zijn vrouw Myrna en hun pleegkinderen Sammie (14) en Daniël (11). In *Thuismakers* maakt hij ons deelgenoot van hoe er het in zijn gezin aan toe gaat. Frank heeft eerder columns geschreven in *Binding* (de voorloper van *Thuismakers*). Hij pakt vanaf nu de draad weer op.

Foto: Roos Trommelen.

Oude bekende?

Onze oudste, Sammie, zit inmiddels in tweede klas van het voortgezet onderwijs. Daniël zit in groep 8 en staat binnenkort voor de schoolkeuze-perikelen. Myrna en ik zijn still going strong, zij werkt wat meer en ik wat minder.

Nu zijn we onvermijdelijk in het 'Covid-19 tijdperk' aangeland. De scholen van Sammie en Daniël hebben de problemen door de overheidsmaatregelen voortvarend en zeer professioneel opgepakt. Sammie stelde voor om voortaan alle lessen online te doen zodat hij lekker in zijn coconnetje op zijn kamer kon blijven. Ik moet zeggen dat zijn resultaten tijdens de eerste golf goed waren. Daniël slaagde erin om nog meer met zijn vrienden te zijn en dacht dat hij in de klas kon doorgaan met keten. Totdat de juf daar een einde aan maakte.

En nu is het alweer bijna december, de chocoladeletters liggen al weer in de winkel en we zijn driekwart jaar verder sinds we weten wat Covid-19 inhoudt.

Sammie heeft een flinke griep achter de rug en is wat achter geraakt met zijn toetsen op school. Hockeyen gaat nog niet echt. We merken dat hij zijn ankers kwijt is, hij is verdwaald. De druk op Sammie is groot geworden. De huisarts vroeg of hij lekker in zijn vel zat. Ik vond dat nogal

een vraag voor een jongen van 13. Maar Sammie gaf direct antwoord. Daar kon ik wat mee en heb me gewend tot onze contacten bij en via Level.

"We zien het op dit moment ontzettend veel bij onze pleegkinderen". De vastigheid en de regelmaat waarop ze het zo goed doen zijn ze kwijt, of zijn op zijn minst zijn deze minder vanzelfsprekend. Sammie ziet zijn maatjes minder, de docenten staan meer op een afstand, en sporten gaat ook al minder. Wij moeten aan de slag, er wordt een extra beroep gedaan op waar we (wij pleegouders) zo goed in zijn: de jongens een stevig fundament geven. Want als dat goed zit kunnen onze kinderen de wereld aan!

Een Covid-19-epidemie dwingt ons weer aandacht te hebben voor waar de jongens vandaan komen, en wat ze achter zich hebben. En dat betekent dat we de "storingen van buitenaf" moeten wegnemen. Een beetje harder werken om de toetsen in te halen beantwoordt niet aan die behoefte. Een veilig thuis is wat ze altijd nodig hebben. Voor de rest kunnen wij van de jongens leren, zij weten immers hoe je moet overleven!

Om privacyredenen zijn de namen van de kinderen veranderd.

noot van de redactie

Voorheen werd de deze column gevuld door pleegvader Joram. Wij zijn Joram dankbaar voor alle inspirerende en mooie verhalen die hij met ons heeft gedeeld!

'Ik mag er zijn'

Francesca Panzieri (22) belandde twintig jaar geleden met haar moeder vanuit Rome in Amsterdam. Ze zwerven op straat tot de Kinderbescherming ingrijpt. In haar reis langs groepshuizen, internaten en pleeggezinnen vormen pleegouders Ina en Theo een vast en veilig baken in Francesca's zoektocht naar wie ze is. Kort geleden is ze voor de derde keer bij hen neergestreken op de boerderij.

Tekst: Annemieke Diekman **Foto:** Annemarijne Bax

Wat krachtig dat je zelf je pleegouders Ina en Theo hebt gevraagd of je weer bij hen mocht komen wonen. Moest je daarvoor een drempel over?

'Afgelopen vijf maanden ben ik op Sicilië geweest, waar ik mijn oma heb teruggevonden. Door de aangescherpte coronamaatregelen in Italië kwam mijn vertrek naar Nederland helaas eerder dan gepland. Bij Karin en Gerard, de pleegouders waar ik woonde voordat ik naar Sicilië vertrok, was nu helaas geen plek. Karin adviseerde mij Ina en Theo te bellen. Dat voelde eigenlijk direct goed. Ondanks de moeilijke puberjaren die ik bij hen heb doorgebracht, had ik niet het idee dat er een muur tussen ons stond. Vanuit mijn hostel in Catania belde ik daarom naar Ina om te vragen of ik terug mocht komen.

En ze reageerde positief.'

"Maar natuurlijk, natuurlijk mag je hier komen", was haar reactie. Dat was zo fijn om te horen. Haar stem

en de sfeer aan de telefoon waren warm en betrokken, waardoor ik dacht: ze meent het, voor 100 procent. Zo is het hier ook altijd geweest, Ina en Theo hebben allebei een groot hart. En dus ben ik sinds ruim een week terug op de boerderij. De eerste dagen hebben we veel gepraat, we moeten weer een beetje aan elkaar wennen. Dat dingen van vroeger weer naar bovenkomen vind ik niet erg. Het basisgevoel dat het hier allemaal goed zat, overheerst.'

Op je zesde liep je voor het eerst het erf van de boerderij op.

'Ik denk graag aan die eerste periode terug, toen ik hier in de weekenden en vakanties op de boerderij kwam. Het was geweldig voor een klein meisje. Dat voelt nog altijd als een cadeau voor de rest van mijn leven. Ik kreeg echte aandacht en voelde me er veilig. Twee dingen die ik bij het pleegezin waar ik toen vast woonde eigenlijk miste. Op de boerderij waren veel dieren, speelden we spelletjes en werd in het weekend appeltaart gebakken. Ina en Theo zijn katholiek en ik ging op zondag mee naar de kerk. Ook werden er van daaruit allerlei uitjes georganiseerd. Zo hebben we een keer met alle kinderen zelf hutten gebouwd, waar we een nachtje in mochten slapen. Heel leuk vond ik dat.'

Ina en Theo gaven je aandacht en boden je houvast. Toch liep het mis toen je tijdens je pubertijd twee jaar vast bij hen woonde.

'Toen ik zes was, ben ik vanuit het kindertehuis in Amsterdam in Warder bij mijn pleegmoeder en haar dochter gaan wonen. Ondanks de mooie kamer met rode vloerbedekking in het grote huis, had ik het daar niet zo leuk. Er was veel ruzie, ik kreeg weinig aandacht. Mijn pleegmoeder werkte zelf bij Jeugdzorg en had een drukke baan. Nadat we nog twee keer waren verhuisd, escaleerde het uiteindelijk toen ik dertien was. Er waren problemen met een vriendje en de

maat was vol. Het was voor mij heel heftig dat ik zomaar van school werd opgepikt en naar een beschermd crisiscentrum in Amsterdam werd gebracht. Ik voelde me afgedankt, boos en verdrietig. Vier weken heb ik daar gezeten, totdat ik door Ina en Theo werd opgehaald om bij hen te komen wonen.'

Een stilte die ik niet kende, maar die wel heel mooi was en veilig en vertrouwd voelde'

'Het was fijn om weer deel uit te maken van een echt gezin. Irene was als een zus voor mij, we deden heel veel samen. Met Ina en Theo kwamen er echter al snel meningsverschillen. Waar ik vroeger de kerk en alles wat daarbij hoorde leuk vond, bleek ik daar in mijn puberteit moeite mee te hebben. Ik wilde er mooi uit zien, was geïnteresseerd in jongens, wilde zakgeld, laat thuiskomen en niet meehelpen met de afwas. Eigenlijk best een gewone puber.' 'Toch liep het daar allemaal niet op stuk. Dat lag in mijzelf, ik was zo boos, zo boos op alles. Maakte mij bovendien zorgen om mijn eigen moeder en ik voelde mij erg onbegrepen. Waarop ik samen met pleegzorg besloot naar een internaat te gaan. Ina en Theo lieten mij gaan, als dat was wat ik graag wilde. Ze hebben echt heel erg hun best voor mij gedaan, mij altijd houvast proberen te geven.'

Na het internaat kwam er een nieuw pleegezin en ben je op zoek gegaan naar je Italiaanse roots.

Bij mijn nieuwe pleegezin in Haarlem kreeg ik de ruimte en vond ik opnieuw warmte. Ik heb mijn school opgepakt en mijn diploma gehaald. Ook kreeg ik een baantje bij Albert Heijn. Na mijn diploma heb ik de kappersopleiding gevolgd en ben ik op kamers gaan wonen. Dat klinkt als een normaal leven, maar dat was het niet voor mij. Ik voelde mij anders, belast met wat er allemaal in mijn leven was gebeurd en daarom ben ik gaan blowen. Al snel blowde ik veel te veel en ben ik teruggegaan naar Karin en Gerard. Mentaal ging het steeds minder goed.'

'Samen met mijn pleegouders Karin en Gerard ben ik daarom op zoek gegaan naar therapie en uitgekomen bij de kliniek 'Yes we can' in Brabant. In tien weken leerde ik beter te kijken naar mijzelf en te voelen wie ik ben. Op een stralende zomerdag liep ik daar met een vriend naar de sportvelden toen ik mij ineens weer normaal voelde, ik was weer terug in het nu en bij mijzelf.'

'Dat positieve gevoel kon ik eenmaal thuis toch niet goed vasthouden. Via Facebook had ik contact gekregen met mijn oma op Sicilië en besloot ik in overleg met Karin en Gerard naar haar toe te gaan, 'een nieuw begin'. Ik was heel zenuwachtig toen ik aankwam op het vliegveld van Palermo. Toen ik haar zag omhelsden we elkaar en was er stilte. Een stilte die ik niet kende, maar die wel heel mooi was en veilig en vertrouwd voelde.'

'Vanwege de lockdown in Italië hebben mijn Italiaans sprekende oma en ik toen twee maanden in haar kleine huisje geleefd. Dat was een mooie tijd. Daarna ben ik alleen over Sicilië gaan reizen en werken. Nu ik weer thuis ben in Warder bij Ina en Theo kan ik mijn leven verder oppakken, ik heb ook al een baan gevonden. En ik weet nu dat ik er mag zijn.'

Foto: stock - Nicolas Postiglioni via Pexels.



Hoe is het als een kind na lange tijd in een pleeggezin (weer) bij de ouders gaat wonen? Kian woonde vier jaar bij Saskia en haar man Rommert toen hij terugging naar zijn moeder Mahin.

Tekst: Ilse van der Mierden **Foto's:** Annemarijne Bax (Saskia en Rosa)

Terug naar mama

Het geluk, het verdriet en de troost

Mahin, moeder van Kian (7):

'Op mijn 14e kwam ik erachter dat ik 20 weken zwanger was. Ik zat nog op school en woonde bij mijn moeder. Mijn ouders zijn gescheiden en mijn vader en broer wonen in Iran. Het zou voor mij onveilig zijn als zij erachter zouden komen dat ik zwanger was. Tijdens de zwangerschap wist ik al: mijn kind gaat ergens anders opgroeien. Ik ging naar een opvanghuis in Friesland, en daar werd Kian geboren.

Vooraf besepte ik niet wat het betekende om moeder te worden. En op die leeftijd denk je niet: ik ga dikke spijt krijgen. Maar toen Kian de dag na de bevalling weggehaald werd, voelde ik meteen: hij had bij mij moeten blijven. Ik heb direct jeugdbescherming gebeld en gezegd dat ik spijt had. Maar

helaas. De rechter oordeelde dat het niet veilig was zolang mijn vader en broer niet van Kians bestaan wisten. Mijn moeder was in die tijd heel bang, en misschien had ze ook wel gelijk. In Iran is ongehuwd zwanger worden echt een groot probleem.

Ik mocht Kian vanaf zijn geboorte één uurtje per maand zien in een kamertje van jeugdbescherming, met de pleegouders en jeugdbescherming erbij. Het was een vreselijke tijd. Ik zat op school, het was uit met de vader van Kian, ik had mijn kind niet bij me en de hormonen gierden door mijn lijf. Toen Kian anderhalf was gingen ook nog eens de pleegouders uit elkaar en moest hij naar een ander gezin. Ik werd nog verdrietiger. Dit is niet wat ik wilde voor mijn kind.



Saskia en Rosa

Dat andere gezin was Saskia, Rommert en hun dochter Rosa die toen drie jaar was. De eerste afspraak was spannend en emotioneel. Op dat moment denk je alleen maar: 'ik wil mijn kind zelf hebben.' Ik was boos en verdrietig tegelijk. Ik huilde, Saskia huilde en Rommert huilde. Ze waren zelf ouder, dus ze begrepen mijn emoties.

Ik mocht Kian vanaf nu iedere twee weken een uur zien. De afspraken gingen goed. Ik wilde toen zo graag een keer alleen met hem zijn. Niet altijd maar op dat kamertje, maar met hem wandelen, naar de speeltuin. Hem echt leren kennen. Het contact tussen mij en Saskia en Rommert werd gelukkig steeds beter. Ik deed daar ook echt mijn best voor. Kian mocht op den duur zelfs af en toe bij mij spelen en later een nachtje logeren, soms samen met Rosa. Langzaam werden we een soort familie. We vierden samen verjaardagen, Sinterklaas en Kerst. Ik ontmoette de oma van Rosa, de broer van Rommert, de broer van Saskia. En ik

zag dat Kian bij hen alles had wat hij op die leeftijd moest hebben: vriendjes, zwemles, school, een veilige plek. Toch bleef het verlangen om voor hem te zorgen.

Toen ik achttien was, was ik sterk genoeg. Ik dacht: 'ik ga mijn kind terughalen, en ik ga er alles voor doen.' Eerst heb ik het geheim aan mijn vader en broer verteld. Ik besloot mijn rijbewijs te halen, zodat ik Kian naar school kon brengen. Ik moest laten zien dat ik voor hem kon zorgen, dus Levvel keek met alles mee. Dat was achteraf gezien goed, maar er waren ook momenten dat ik thuis op mijn bed zat te huilen, dat het me allemaal te veel werd. Telkens maar weer die vraag: wat kun je beter doen? Dan ging het even iets minder met school, en dan was ik weer bang dat het niet ging lukken.

Saskia en Rommert hebben me altijd goed geholpen, ook al konden ze vast aan mijn gezicht zien dat ik de gesprekken niet altijd leuk vond. Toen

Kian aan het eind van groep twee zat, kreeg ik de voogdij. Dat gevoel dat je eindelijk voor je eigen kind kan en mag zorgen, dat was zo fijn! Maar het was een dubbel gevoel: ik was heel blij, maar ik merkte ook dat Saskia het heel zwaar had.

Toen was de vraag: hoe verder met het pleeggezin? Ze hebben vier jaar voor Kian gezorgd. Hij heeft daar vriendjes en hun ouders zijn als opa en oma. Ik hoor ook bij die familie. En eerlijk gezegd: ik ben een alleenstaande moeder, ik heb vriendinnen, school, werk. Soms is het ook fijn als hij daar is.

Dus heb ik besloten dat ik de band wil behouden, en ik hoop ook dat hij nooit stukgaat. Kian slaapt nu ieder weekend bij Saskia en Rommert. Wat goed helpt is dat wij allebei flexibel zijn en dat we alles samen bespreken. Zo was hij laatst twee weken op vakantie met Saskia en Rommert. Natuurlijk mis ik hem dan, maar ik weet dat hij het daar leuk heeft. Op die momenten zet je je eigen gevoel aan de kant. Je doet het dan echt voor je kind.'

'Dat gevoel dat je eindelijk voor je eigen kind kan en mag zorgen, dat was zo fijn!'

Saskia zorgde met haar man Rommert vier jaar voor Kian:

'Ik werk al 20 jaar bij Levvel als pleegzorgconsulent. Voor mij was het vanzelfsprekend dat ik ooit pleegouder zou worden. Toen onze dochter Rosa 3 was, kwam Kian bij ons wonen, een prachtig Iraans jongetje met grote



ogen en lange wimpers. Omdat zijn pleegouders gingen scheiden, kwam hij bij ons wonen, in principe voor langere tijd. Maar bij het matchingsgesprek dacht ik al: 'als deze moeder ouder en krachtiger is, dan gaat ze voor haar kind kiezen.'

Het matchingsgesprek was heel emotioneel. Ik zag het verdriet van een moeder die van haar kind houdt, maar er niet voor kan zorgen. We zagen elkaar iedere twee weken en na een tijdje namen we onze dochter Rosa mee naar de bezoeken. Zo leerden Mahin en haar moeder Rosa ook kennen. Ze waren dol op elkaar. Beide kinderen werden tijdens de bezoeken door hen overladen met cadeautjes en kleding.

ineens in een totaal andere omgeving. Als hij 's avonds in bed lag, dan huilde hij, en liep ik al pratend de trap op zodat hij erop voorbereid was dat ik zijn kamer binnenkwam en niet zijn pleegmoeder. Onze dochter was in het begin jaloers, en mijn man vond het pittig. Je raakt uit balans, je moet schakelen, en accepteren dat de dingen een tijdje wat moeilijker gaan. Dan ervaar je pas wat voor impact pleegzorg heeft.

Maar Kian vond zijn plek hier. Rosa begon het gezellig te vinden en ze werden als broer en zus. Kian kreeg veel vriendjes, hij is heel geliefd en sociaal. Wij waren – en zijn – helemaal dol op hem.

Na 1,5 jaar, toen Kian bijna 3 was, kwam Mahins wens naar boven. Ze wilde hem vaker zien, misschien uiteindelijk weer voor hem zorgen. We zagen elkaar steeds vaker, we aten samen en vierden verjaardagen samen. Rosa speelde of logeerde ook wel eens bij Mahin. Bij elke evaluatie zagen we dat Mahin heel verdrietig was, dat ze eigenlijk vanaf de geboorte had gevoeld: dit is niet wat ik wil. Vanuit de hulpverlening werd gezegd: dan moet je het geheim openbreken. Toen ze dat ging doen, wisten we dat er een verandering aan zat te komen.

Wij houden van Kian en we houden van zijn moeder. Het aangekondigde vertrek voelde daarom dubbel: voor ons was het verdrietig dat hij weg ging, maar we gunden het Mahin heel erg. Ik zag dat het voor Kian goed was om bij zijn moeder te zijn. En ik had me altijd gerealiseerd: er is een moeder die haar kind nog nooit in bad heeft gedaan. En het is nota bene iemand waaraan ik mijn eigen kind zou toevertrouwen. Maar welke kant het ook op zou gaan,

het zou een emotioneel proces worden. Na negen maanden onderzoek kreeg Mahin de voogdij. Gelukkig kwamen we erop uit dat Kian ieder weekend bij ons slaapt. Dat was een opluchting.

'Er is een moeder die haar kind nog nooit in bad heeft gedaan'

Kian woont nu een jaar bij Mahin. De eerste maanden telde ik de dagen af totdat hij er weer was. Ik liep te vechten tegen het verdriet, omdat ik dacht: ik moet er blij om zijn, dit kind hoort bij zijn moeder. Maar op een gegeven moment realiseerde ik me: natuurlijk mag ik er verdriet van hebben. Het geeft aan hoeveel ik van hem hou. Ik voelde het ook als mijn taak om hem zo goed mogelijk te begeleiden naar zijn moeder. Dus op moeilijke momenten zet je je eigen gevoel opzij, en doe je wat het beste is voor Kian.

Ik realiseerde me dat ik nu ook de andere kant heb ervaren: hoe moeilijk het is om los te laten, om het kind waar je zo ontzettend veel van houdt te moeten missen. Maar Mahin helpt ons daar ook bij, doordat ze een goede lieve moeder is en omdat ze altijd kijkt naar het belang van Kian. Als je moeder het zo goed doet, dan heb je gewoon het recht om daar te wonen. Hij logeert hier vaak, en Rosa ook bij haar, hij ziet zijn vriendjes nog. Samen proberen we de verschillende werelden voor hem één geheel te laten zijn.'

'Het is bizar dat ik jarenlang pleegouders verteld heb over de impact van een uithuisplaatsing, maar dat ik het nooit zelf heb gevoeld'

Het is bizar dat ik jarenlang pleegouders verteld heb over de impact van een uithuisplaatsing, maar dat ik het nooit zelf heb gevoeld. De eerste nachten was hij verdrietig. Je weet dan: dit kind heeft het goed gehad, en hij komt

Vanwege de privacy staan Mahin en Kian niet op de foto en zijn deze namen gefingeerd.

Drie witten heren op leeftijd

Tot begin 2019 had ik nog nooit van de POR gehoord. Mijn vrouw en ik zijn namelijk pas in oktober 2018 netwerkpleegouders geworden. Nog volkomen onverwacht ook. We hebben in korte tijd veel bijgeleerd.

‘Dat geloof je gewoon niet! Nou wij wel’

Mijn vrouw las op een gegeven moment een oproep van de POR voor. Ik heb me direct aangemeld. Omdat ik het belangrijk vind om gehoord te worden en mijn ervaring graag inzet voor andere pleegouders en –kinderen. Eén

kennismakingsgesprek later was ik POR-lid. Toen begon het: wat doet de POR eigenlijk? Wat wordt er van mij verwacht?

Ik denk dat iedere pleegouder dit gevoel herkent: “Mijn situatie is zo bijzonder, dat geloof je gewoon niet.” Nou, dat geloven wij wel. Uw situatie is volkomen uniek, maar heeft gegarandeerd raakvlakken met vrijwel ieder ander pleeggezin: ambtenaren, eigen ouders, instanties, rechtszaken, scholen etc. Pieken en dalen: veel dalen, maar ook onverwacht heel hoge pieken. Die momenten waarop je je pleegkind ziet groeien, sterker ziet worden, die momenten die alles goed maken.

Levvel is een professionele organisatie. Dat houdt in dat zij (soms met enige afstand naar onze “gevallen” kijkt. Mijn idee van de POR is dat u, ik, wij de diverse onderdelen van Levvel betrokken houden bij de werkvloer, hoewel “het front” soms beter uitgedrukt is. Mijn ervaring is dat uw/mijn “unieke” situatie altijd tekenend is voor de algehele situatie. Mijn ervaring is ook dat Levvel oprecht luistert.

‘U begrijpt wij zoeken mensen’

De POR bestaat op dit moment uit Hans (ondernemer), Jan (oud-politie-man) en ondergetekende (ambtenaar). Wij zijn alle drie netwerkpleegvaders.

U begrijpt het: wij zoeken mensen! En het liefst van een andere achtergrond/signatuur dan de drie bovengenoemde witte heren op leeftijd. Mocht u willen meepraten, uw ideeën willen inbrengen, zeker willen weten dat “de pleegouder” gehoord wordt; meld u dan aan. Alstublieft...

Peter Kroesen, gewoon een pleegvader

Aanmelden of meer weten? Porlevvel@gmail.com

Pleegzorgbemiddelaars zijn er voor jou!

Ben je als pleegouder niet tevreden over de werkwijze van en/of heb je klachten over het handelen van een specifieke persoon of over Levvel in het algemeen? Dan kun je contact opnemen met een bemiddelaar. Dit is een onafhankelijke gesprekspartner voor jou als pleegouder.

Je kunt ook bij de bemiddelaar terecht als eerdere gesprekken niet het gewenste resultaat hebben opgeleverd of wanneer je niet weet met wie je je onvrede of probleem het beste kunt bespreken.

Bij Levvel is Christa Sigling als onafhankelijke bemiddelaar aangesteld. Mail naar: bemiddelaar@levvel.nl. Christa neemt binnen 2 werkdagen contact met je op om te bespreken hoe zij je kan helpen.

‘Het was prettig om een niet oordelend luisterend oor te hebben’

AKJ – vertrouwenspersonen in de jeugdhulp

Voor bemiddeling en ondersteuning heb je als pleegouder en pleegkind recht op de ondersteuning van een vertrouwenspersoon van het AKJ.

Het AKJ geeft ook advies over bijvoorbeeld rechten en plichten, en biedt een luisterend oor voor ondersteuning bij eventuele onvrede. Op www.akj.nl vind je alle informatie.

Heb je als pleegouder extra advies nodig over het gedrag of de gevoelens van je pleegkind, dan kun je aankloppen bij het therapeutisch pleegzorgteam. Door op tijd hulpen advies te vragen kun je veel ellende en verdriet voorkomen.

Tekst: Annemieke Diekman

Een extra steuntje in de rug

Het therapeutische pleegzorgteam

‘De therapeutische pleegzorg heeft ons tot nu toe vooral geholpen met het begrijpen van het gedrag van onze pleegdochter in bepaalde situaties’, vertellen pleegouders Marike en Dennis. Zij hebben hulp gezocht bij het therapeutisch pleegzorgteam. ‘Wij hebben onder meer geleerd dat haar gedrag te maken heeft met bijvoorbeeld afwijzing, boosheid of een ander gevoel door het trauma dat zij heeft opgelopen.’

Marike en Dennis vinden het fijn dat ze duidelijke handvaten hebben gekregen om hier beter mee om te gaan. ‘Zo moeten we proberen niet boos te worden, maar juist op een geduldige manier aan onze pleegdochter uitleggen welk gedrag we wel graag zouden zien, zodat zij niet nog een afwijzing voelt. Nu we meer inzicht hebben in haar gevoel en gedrag gaat dit ook gemakkelijker.’ De experts uit het team gaven Marike en Dennis ook nog de gouden tip om goed voor zichzelf te zorgen, zonder zich daar schuldig over te voelen. ‘Na zes jaar intensief zorgen was het echt even nodig om dit te horen.’

Meekijken

Het therapeutisch pleegzorgteam kan meekijken met een pleegkind dat zich problematisch lijkt te

ontwikkelen binnen het gezin. ‘Ons belangrijkste doel daarbij is om de pleegkinderen op tijd goede zorg te bieden, zodat hun problemen er niet toe leiden dat zij bij het pleeggezin wegmoeten’, zegt systeemtherapeut Monique Kampschuur van Leivel. ‘Daarnaast helpen we de pleegzorgwerkers die vast aan de gezinnen verbonden zijn, om eerder signalen van trauma te herkennen als het dreigt mis te lopen bij hun pleegkind’, voegt gedragswetenschapper Kirsten van der Haagen toe.’

Als pleegouders hun hulp of die van de andere leden van het therapeutisch pleegzorgteam in willen roepen kan dat via hun eigen pleegzorgwerker.

Wat is er mogelijk?

Als pleegouder kun je verschillende soorten hulp inschakelen via het team, dat onderling intensief samenwerkt en in 2018 is gestart.. ‘Het hart van het team vormen de therapeutisch pleegzorgwerkers en die worden ondersteund door bijvoorbeeld een kinderpsycholoog, kinderpsychiater of een pedagoog. Alle teamleden hebben ruime ervaring in de hulpverlening aan pleegkinderen en hun ouders’, zegt Kampschuur. Pleegouders moeten niet denken dat het altijd meteen om jarenlange therapie gaat. ‘Soms is het ook genoeg om via een paar gesprekken mee te denken met de situatie in het gezin en kun je op die manier de stress en spanning verminderen.’ Verder worden er ook trainingen aangeboden, waarin pleegouders beter leren omgaan met de trauma’s van hun pleegkind.

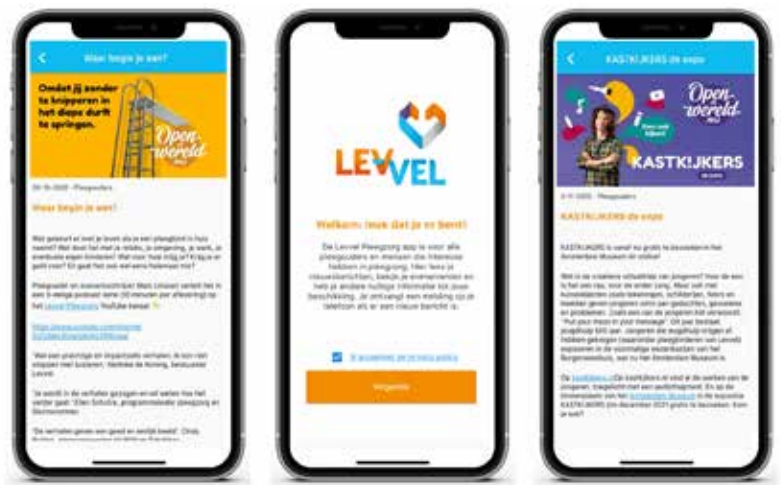
Tevreden pleegoma’s

Hoewel het therapeutisch pleegzorgteam nog niet zo lang bezig is, merken Kampschuur en Van der Haagen al wel interesse bij pleegouders. ‘Sommige pleegouders hebben het team al ingeschakeld voor hun pleegkind om met onze hulp proberen te voorkomen dat het thuis escaleert’, aldus Van der Haagen. Een mooi voorbeeld van netwerkpleegouders die al profijt hebben van het team zijn de pleegoma’s in Amsterdam Zuidoost. ‘In deze buurt zien we dat veel oma’s de zorg voor hun klein-

‘Soms is het ook genoeg om via een paar gesprekken mee te denken met de situatie in het gezin’

kinderen op zich hebben genomen, omdat hun ouders niet meer voor ze kunnen zorgen.’ Aan een aantal van die pleegoma’s geeft Kampschuur een training in traumasensitief opvoeden, terwijl tegelijkertijd hun jonge kleinkinderen via het programma Drakentemmers hun innerlijke draken proberen te temmen met behulp van ontspanningsoefeningen en mindfulness. De training is er overigens ook voor andere pleegouders. ‘Het is heel fijn als de oma’s na afloop van de training aangeven dat ze nu meer tools in handen hebben, beter het gedrag van hun kleinkinderen begrijpen en beginnen in te zien hoe belangrijk het is dat hun eigen brein kalm blijft als dat van het kind ontgeld raakt.’

de Levvel Pleegzorg App



Met de app ben je op de hoogte van het laatste nieuws. Je krijgt ook terugkijk-, -lees en -luister tips en je vind er kindoproepjes zoals in de rubriek Mooie match!? (pag. 6-7).

Download de app dus nu via iOS en Adroid en mis niets!



**In 2021 start er weer een training traumasensitief opvoeden. Lees meer of meld je aan via: <https://pleegzorgacademie.plusport.com>.
Geen inloggegevens ontvangen of vergeten?
Mail naar pleegzorg@levvel.nl of bel met het secretariaat van het Servicepunt pleegzorg en verblijf: 020 – 5400 440.**

Coloured Goodies: groots in diversiteit.

In de van der Pekstraat in Amsterdam Noord vind je Coloured Goodies: de allereerste Black Doll Gift Shop in Europa.

Op 14 februari 2016 'de dag van de liefde' opende Ellen Brudet de deuren van haar bijzondere winkel. Inmiddels komen mensen van over de hele wereld naar Amsterdam Noord. Toen de Amerikaanse rapper The Game in 2019 een foto van zijn dochter met een door Ellen op maat gemaakte pop op zijn Instagram plaatste maakte ze 'wereldfaam'. De foto heeft inmiddels meer dan 458.000 'likes'. Ook Ellens' eigen account ontplofte, ze kreeg er direct 12.000 volgers bij. Inmiddels volgen meer dan 25.000 uit de wereld mensen haar en bezoeken veel BN'ers en wereldsterren (Beyoncé!) persoonlijk haar winkel.

De diversiteit van de poppen houdt overigens niet op bij huidskleur. Je vindt er ook poppen met aandoeningen als vitiligo (waar The Game er een van in zijn bezit heeft), albinisme of het Down-syndroom. Naast de poppen zijn er veel andere multiculturele producten te vinden waar iedereen zich mee kan identificeren.

Ellen: 'Toen ik nog met poppen speelde, begin jaren zeventig was er amper een speelpop met een bruine huidskleur te vinden. Toen mijn moeder eindelijk een pop met kleur gevonden had, had ik er geen interesse meer in. Waarschijnlijk omdat ik al de witte poppen al gewend was...Mijn moeder vond dit heel naar en werd er verdrietig van. Het enige wat zijn wilde was dat ik me met een pop kon identificeren.'

Ga vooral eens langs met je (pleeg)kinderen om de sfeer te voelen. Misschien ervaar je ook het 'wow-effect'.

Van der Pekstraat 75, Amsterdam Noord
www.colouredgoodies.nl

Eind 2021 is de première gepland van een documentaire van de KRO/NCRV over Ellen en alle mooie dingen die haar winkel teweeg brengt.



Ellen Brudet in haar giftshop.

Foto: Finn Dierdorp

Naar buiten gaan wordt nu nog leuker!

Wandelen in het bos, het park of op de hei doen we veel in deze Coronatijd. Alleen of met het hele pleeggezin. Om voldoende te bewegen, rust te vinden of gewoon samen eropuit. Je kunt deze wandelingen nu nog leuker én leerzamer maken met de PlantNet app. Maak een foto van een plant, boom of bloem waarvan je (pleeg)kind of jijzelf de naam wil weten en zoek het op in de app!

Gratis te downloaden via iOS en Android.

Het Qpido Meisjes Kwartet

Een educatief kwartetspel dat seksualiteit op een laagdrempelige en speelse manier bespreekbaar maakt. Het spel bestaat uit 15 thema's, variërend van het zelfbeeld, de seksuele voorkeur, grenzen, anticonceptie, zwangerschap, loverboys, sexting & grooming en de verschillende soorten gender.

Het kwartetspel is ontwikkeld door Qpido, het seksespecifieke expertisecentrum van Levvel. Liefde, seksualiteit, relaties, het stellen van grenzen en diversiteit zijn onderwerpen waar jongeren dagelijks mee bezig zijn. Alle jongeren moeten seksueel veilig op kunnen groeien. Daar maken ze bij Qpido werk van!

'Zo leuk dat ik jou nu ook eens vragen kan stellen, dan weet ik ook hoe jij erover denkt!' (M. 15 jaar)

'Ik heb echt veel geleerd! Ik wil dit nog een keer doen, maar dan met mijn vriendinnen erbij. Zij moeten dit ook echt weten. (F, 14 jaar)'

'Wat een prettige manier om dit onderwerp bespreekbaar te maken, heel toegankelijk. Zo wordt er niet zo'n 'ding' van gemaakt. Het spel zorgt voor veel informatie, maar zorgt tegelijkertijd ook voor lol! Wat hebben we gelachen met onze dochter.'

De prijs van het meisjeskwartet is €31,95. Te bestellen via de website van Qpido: www.qpido.nl/producten1/



Marc Linssen in zijn studio

Waar begin je aan? – Podcast

Wat gebeurt er met je leven als je een pleegkind in huis neemt? Wat doet het met je relatie, je omgeving, je werk, je eventuele eigen kinderen? Wat voor hulp krijg je? Krijg je er geld voor? En gaat het ook wel eens helemaal mis?

Pleegvader en scenarioschrijver Marc Linssen maakte samen met zijn vrouw Mariëlle en pleegouders Jan, Isabella en Marlene een 3-delige podcast serie (10 minuten per aflevering). Luister alle afleveringen via het Youtube kanaal van Levvel Pleegzorg.

'Wat een prachtige en impactvolle verhalen. Ik kon niet stoppen met luisteren.' Nellieke de Koning, bestuurder Levvel.

'De verhalen geven een goed en eerlijk beeld.' Cindy Ruijten, pleegzorgwerker bij William Schrikker Gezinsvormen

'Mooie eerlijke en open verhalen: good job!' Wendy Drenthe, beleidsadviseur gemeente Heemskerk

**Lichtpuntjes...
soms zijn ze groot,
soms zijn ze klein.
Je hoeft ze niet te zoeken,
je kunt ze ook zijn.**

©Toon Hermans