

Uitgave van Level

# thuismakers

#02

In 't diepe

**De kracht van verhalen**



**PLEEGOUDER  
WORDEN**  
OP JE 61<sup>E</sup>

**VAN SLAG NA BEZOEK**  
WAT TE DOEN?

**ZEG 'NS EERLIJK**  
ALTIJD BABY'S IN  
HUIS

# inhoud

## 4. &Pleegouder

'Hun trots is mijn beloning'

## 6. Klaar voor de start

Twee meiden in een jongensgezin

## 7. 't Schoolplein

Antwoorden op een opvoedvraag

## 10. Evelyns blik

'Als ik vastloop ga ik even pingelen'

## 16. Levensverhaal in de praktijk

'Dit hadden we nooit voor elkaar gekregen'

## 18. Mooie match

Een match maken kan lastig zijn

## 19. Column Cas

Gebruik je fantasie

## 22. Opvoeden is nooit klaar

Gratis trainingen en e-learnings

## 23. Zeg 'ns eerlijk

Onbesproken dingen

## 26. Dubbel

Pleegouderschap, soms mooi en soms moeilijk

## 27. Column Lievette

Harde muziek

## 28. Nieuws van de Pleegouderraad

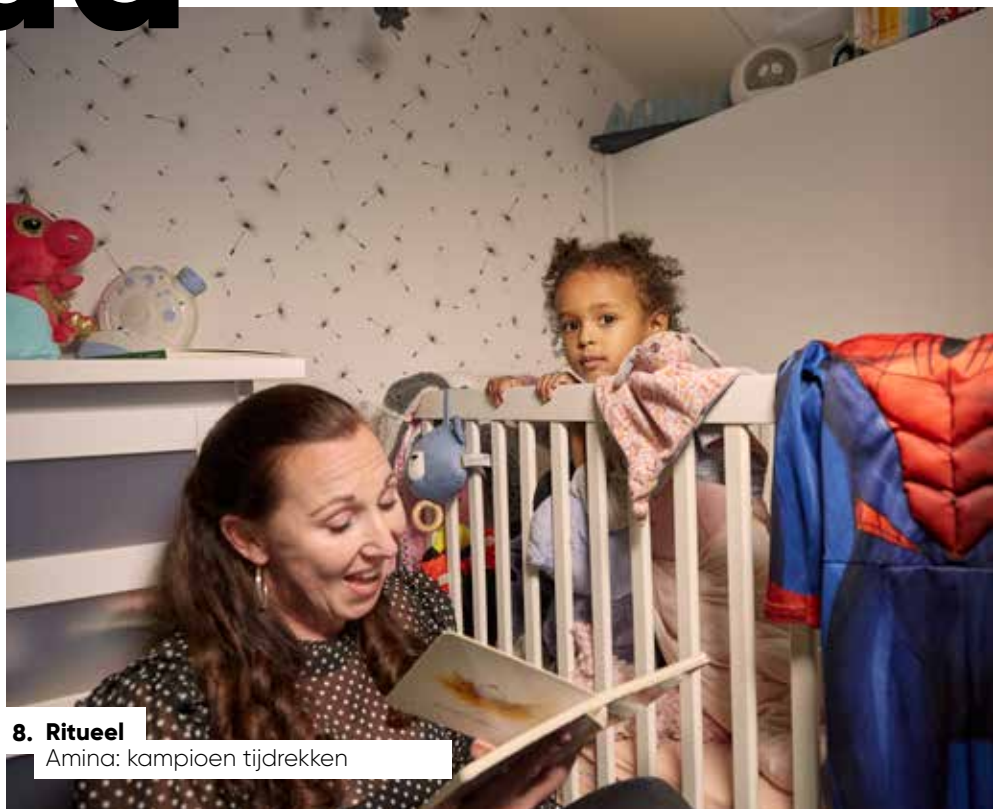
Speciale voorlichtingsavond

## 29. &Pleegjongeren

'Een ode aan mijn pleegmoeder'

## 30. Gezinspiratie

Inspiratie voor het hele gezin



## 8. Ritueel

Amina: kampioen tijdrekenen



## 24. Interview

Nooit te oud voor pleegzorg



## 11. In 't diepe

De kracht van verhalen

## Wat een verhaal!

Wat voor baby was u? Van welke muziek werd u blij? Met wie speelde u? En welke anekdotes over familieleden worden er bij u tijdens de feestdagen verteld?

Verhalen vertellen ons waar we vandaan komen, wie we zijn en hoe we naar de wereld om ons heen kijken. Ze geven ons een identiteit.

In het hart van deze Thuismakers leest u hoe verhalen ingezet worden in de hulpverlening aan pleegkinderen. Want het verhaal dat een pleegkind zichzelf vertelt klopt lang niet altijd. Soms ontbreken er delen omdat niemand hen erover kan vertellen. Samen op zoek gaan naar die ontbrekende scènes kan helpen. Of samen gebeurtenissen uitpluizen en zo een positieve betekenis geven. Pleegoma Rebecca vertelt openhartig hoe het Levensverhaal haar hielp. Zij kan hiermee haar kleinkind op een goede manier over de levensloop van zijn moeder vertellen.

Deze Thuismakers staat weer bol van de verhalen. Over Irene die op haar 61e besloot om pleegouder te worden, en dat al 10 jaar vol overgave doet. Over artistiek directeur Fanneke die zichzelf vertelt dat ze streetcredibility mist, maar wel het liefst met pittige kinderen werkt. Waar je toch enige streetcredibility voor nodig hebt...

Toen we Tashavella (20) benaderden voor het interview voor Bereikt, zei ze: 'Waarom ik?' Maar toen ze in gedachten haar leven langsloep, van haar geboorte in Goirle tot haar huidige leven als zelfstandige vrouw in Amsterdam, besloot ze: 'Ja, mijn verhaal is een mooi verhaal om te vertellen.'

Dat wisten wij natuurlijk al lang. Want als Thuismakers ons iets telkens weer leert, is het dat ieders verhaal de moeite waard is om te vertellen. Want je verhaal vertelt ons wie je bent.

We bedanken je voor het openstellen van je hart en huis, en wensen je fijne feestdagen en een gelukkig 2023!

Conny Zeilstra, coördinator pleegzorg en verblijf  
Marja Huiberts, hoofdredacteur Thuismakers

### 20. Bereikt

'Geloof in jezelf!'

## colofon

4<sup>e</sup> jaargang, nummer 2, december 2022  
ISSN: 2666-2876

### Redactie

Merel van Dorp, Anna Grebel, Hanni Hosseinzadeh, Marja Huiberts (hoofd- en eindredactie), Saskia Kuipers, Ilse van der Mierden (eindredactie), Milou Schmit, Jennifer Tjon en Fa, Conny Zeilstra (hoofdredactie).

### Met medewerking van

Jitka Peeters en alle betrokken pleegouders, pleegzorgwerkers en andere collega's voor advies, raad en daad.

### Redactieadres

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

### Fotografie

Maaïke Koning, Nancy Siesling.

*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



# 'Hun trots is mijn beloning'

**Tekst:** Merel van Dorp

**Fotografie:** Maaike Koning

**Naam:**

Fanneke Verhallen (43)

**Beroep:**

Artistiek leider

**Pleegkind:**

Anne (14)

**Ze startte theaterorganisatie Studio52nd in 2009 in haar eentje. Nu lopen er 9 collega's op kantoor en werken er jaarlijks 60 docenten en theatermakers aan voorstellingen voor kinderen en volwassenen door heel Nederland. Als artistiek leider maakt Fanneke voorstellingen over sociaal-maatschappelijk thema's, altijd voor én met kinderen. Daarnaast is ze sinds vorig jaar weekendpleegouder.**

'Onze theatervoorstellingen laten altijd de andere kant zien van thema's. Zoals de voordelen van gamen en sociale media. Kinderen uit achterstandsposities leren met een schrijfbuddy zelf toneelscripts schrijven, die vervolgens worden gespeeld door professionele acteurs. De kinderen, hun ouders en verzorgers en klasgenoten zitten in de zaal en aan het einde van de voorstelling praten we na over het thema. Sommige kinderen zijn nog nooit eerder naar toneel geweest.

## 'Ze zijn enorm direct en juist dat vuur kan ik waarderen'

Ik kom zelf uit een heel ander milieu, meer links-intellectueel en artistiek, dus ik heb niet echt *streetcredibility*. Maar juist de pittige kinderen uit mindere wijken vind ik leuk. Ze zijn enorm direct en juist dat vuur kan ik waarderen.

Al kost het me soms ook veel frustratie omdat het niet altijd makkelijk is met ze. Ik heb veel geleerd over hun gedrag tijdens een project in een jeugdgevangenis. Een hulpverlener zei: 'Deze jongeren voelen zich niet veilig, dus ze gaan jou testen. Is het bij jou veilig, dan kunnen ze zich ontspannen.' Daarom ben ik best streng en is respect voor elkaar iets waar ik op hamer. Mijn beloning is hun trots als ze hun eigen toneelstuk op het podium zien.

Een aantal jaren terug maakten we een productie over pleegkinderen. Dat was een trigger voor mij. Eigen kinderen heb ik nooit gewild, wel heb ik ooit over adopteren nagedacht. Voor adoptie bleek een lange wachtlijst van wensouders te zijn. Bij pleegzorg bleek het andersom: er is een wachtlijst van *kinderen*. Dat was voor mij doorslaggevend.

Vanwege mijn werk – in de beginjaren werkte ik zo'n zeventig uur per week, nu vijftig – is weekendpleegzorg de beste optie. Ik vond een basisschoolkind met ADHD goed bij mij passen. Die kan overal mee naartoe, dacht ik. Want ik vind het leuk om dingen te ondernemen. Sinds de zomer komt Anne van veertien eens per maand een weekend bij mij. Grappig genoeg is zij juist een bankhangende puber. Maar ik vind het enorm gezellig als ze er is. Eigenlijk voel ik me meer tante dan een pleegouder. Ik zou in de toekomst wel crisispleegopvang willen aanbieden, maar dan moet ik wel eerst zelf aan de slag om mijn werk anders in te delen.'

*De naam Anne is vanwege privacy gefingeerd.*

# Twee meiden in een jongensgezin



**Het was de bedoeling dat ze één pleegkind zouden krijgen. Na een uurtje kennismaken stonden Wendy en haar man Age de meisjes Sunya (8) en Cheyenne (5) uit te zwaaien. 'Toen Sunya plots terug rende om ons te knuffelen, besloten we het gewoon te doen.' Twee dagen later stonden de zusjes samen voor de deur. De lijm van het behang in hun kamer was net droog.**

**Tekst:** Merel van Dorp

**Fotografie:** Maaïke Koning

**Naam:** Wendy den Os (39) en Age Knossen (45)

**Beroep:** Zelfstandig kapper

**Pleegzorg / kind:** Twee pleegdochters (8 en 5 jaar) en drie zonen (16, 13 en 10 jaar)

**Hobby's:** sporten, tuinieren

'Vanwege de kerstvakantie waren mijn zonen van 16, 13 en 10 jaar oud en mijn man Age thuis toen Sunya en Cheyenne kwamen. Met z'n allen deden we een spelletje, keken tv en 's avonds stopte ik de meisjes in bad. Dat vonden ze geweldig. Het ging meteen relaxt. Hoewel, ik had expres pannenkoeken gebakken. Maar dat hadden ze nog nooit gegeten. De jongste deed een beetje tegendraads: 'Ik heb geen honger, ik hoef niet.' Maar met een verhaaltje erbij nam ze toch vijf hapjes. De volgende dag bleek Age corona te hebben. Ik dacht: oh jee, hoe gaat dat, meteen een week samen in huis? Maar de quarantaine pakte juist positief uit, want zo konden we rustig aan elkaar wennen.

We merken dat we minder vrijheid hebben met jongere kinderen in huis.

Als vriendinnetjes komen spelen, moet ik ze even op gang helpen. Dan zit ik opeens Barbies aan te kleden. We hadden een jongensgezin, dus grappig om te zien hoe die meiden urenlang zoet zijn met kraaltjes en woll! Haarspeldjes, oorbellen, kettingen, ze vinden het allemaal geweldig.

## 'De meisjes willen per se toch die lelijke ketting om'

Winkelen met meisjes is ook anders dan met jongens. Ze zijn zo enthousiast als ze iets krijgen. De jongens kleden zich gerust om als ik zeg dat een broek niet bij hun t-shirt past; de meisjes

willen per se toch die lelijke ketting om. Na twee maanden schoot mijn oudste zoon opeens uit zijn slof. De drukte, de reuring, hij was er helemaal klaar mee. Het was hem even te veel met een toetsweek en mijn zieke vader, die later overleed. Toen Age thuiskwam en me huilend aantrof, hebben we hier samen goed over gepraat. Als je met elkaar blijft praten, zie je het daarna vaak wel weer zitten. En de oudste zegt het nu sneller als hem iets dwars zit.

Gelukkig blijven Sunya en Cheyenne voor altijd bij ons. Ik gun de meisjes dat ze, net als mijn zonen, zorgeloos opgroeien.'

*De namen Sunya en Cheyenne zijn om privacyredenen gefingeerd.*

### Ruimte

'Het kind mag van slag zijn. Dat is oké. Sluit aan bij het gevoel van je pleegkind en kijk wat het van jou nodig heeft. Dat kan rust, troost of gewoon een warm schoot zijn. Het gevoel mag er vooral zijn, geef daar ruimte voor.'

*Anouk Maat, teamleider team Hecht\**

### Beschikbaarheid

'Je weet als pleegouder niet altijd de volledige voorgeschiedenis van je pleegkind. Maar je weet wel dat er een reden is, dat een kind niet bij zijn eigen ouders mag opgroeien.'

Juist daarom heeft het jouw emotionele beschikbaarheid nodig.'

*Michael, pleegvader (40)*

### Vergevingsgezind

'Het is als beginnend pleegouder altijd even wennen om dit op te vangen. Iets wat je voor het eerst doet, kan je niet automatisch in één keer goed doen. Wees daarom ook vergevingsgezind naar jezelf. Op zulke momenten kan je er alleen maar zijn voor je pleegkind, je moet niet verwachten dat je alle pijn of frustratie kan wegnemen.'

*Christien, pleegmoeder (50)*



Mijn pleegkind is van slag na een bezoek aan zijn ouders. Hoe kunnen we hier het beste mee omgaan?

### Rondje hollen

'Laten gebeuren. Het is ontzettend moeilijk voor een kind om te schakelen tussen twee totaal verschillende milieus. Geef hem of haar alle ruimte en biedt wat aan om de energie kwijt te kunnen. Een rondje hollen in de speeltuin, een grote stapel kranten kapotscheuren of lekker even rammen in een paar kussens op de bank. Het moet er even uit!'

*Linda, pleegmoeder (36)*

### Voorbereiden

'Bereid het verloop van een bezoek voor met je pleegzorgbegeleider en indien mogelijk ook met de ouder en met het kind. Wat kan helpend zijn tijdens het bezoek? Zorg dat je er na een bezoekregeling bent voor je pleegkind. Bouw een rustmoment in en spreek het bezoek samen op een goed moment even na. Tot slot: wees je ervan bewust dat het gedrag erbij hoort. Kinderen reageren normaal op een abnormale situatie.'

*Astrid, trainer en onderzoeker (52)*

*\*Team Hecht is gespecialiseerd in het herstellen en bevorderen van de gehechtheidsrelatie tussen (pleeg)ouders en (pleeg)kinderen.*

Heb je ook een opvoedvraag?

Mail naar: [thuismakers@level.nl](mailto:thuismakers@level.nl)





# Ik ben niet moe!

**Bij Jolanda en Eelco wonen drie eigen kinderen, een tienermoeder en haar baby en twee pleegkinderen. Een van de pleegkinderen is Amina (3), kampioen tijdrekken voor het slapen gaan.**

**Tekst:** Marja Huiberts **Foto:** Maaike Koning

Amina vindt het heerlijk: voorgelezen worden voordat ze gaat slapen. Het liefst bij Jolanda in het grote bed, want dan mag ze daar misschien wel blijven liggen. Maar vanavond zwicht Jolanda niet, en leest ze voor in Aminas eigen knusse kamertje. Aminas favoriete boek? Woezel en Pip.

Gelukkig gaan de nachten tegenwoordig goed. Dat was niet altijd zo. Vlak na haar geboorte kwam Amina voor crisisopvang bij Jolanda en Eelco. Toen bleek dat Amina echt niet meer naar huis kon, besloten ze voor haar te blijven zorgen. Als baby was ze erg onrustig, maar door dagelijks buidelen en veel huid-op-huid contact kon Amina steeds beter ontspannen en viel ze ook beter in slaap. Als peuter werd ze 's nachts wel weer vaak in paniek wakker, bang dat Jolanda en Eelco er niet meer zouden zijn. EMDR zorgde ervoor dat ze inmiddels slaapt als een roos. Zelfs tussen de middag. De meid heeft energie voor tien en haar batterij lijkt nooit leeg te raken. Maar als ze voor een middagslaapje in bed ligt, vallen haar ogen toch snel dicht.

Al nemen Jolanda en Eelco er uitgebreid de tijd voor, het bedritueel wordt, als het aan Amina ligt, steeds ietsje langer. Na het avondeten eerst in bad of onder de douche. In pyjama nog even op de bank kruipen om wat te drinken. Dan uitgebreid voorlezen. Eenmaal in de slaapzak een vitaminebeertje. Dan die lekkere pillowspray op het kussen. Als Jolanda Amina stevig instopt en een lampje aandoet, kan de nacht toch echt beginnen. Nee, nee... nog één kusje. En wel een goeie, anders moet 'ie opnieuw. Pas dan gaat de slaapkamerdeur dicht.

Slaap lekker, lieve Amina!



Evelyns blik

# 'Als ik vastloop, ga ik even pingelen'

**Pleegzorgwerker Evelyn Smith (31) begeleidt vooral pubers. Ze merkt dat pleegouders en pleegkinderen allebei gezien willen worden, maar elkaar niet altijd begrijpen. 'Soms loop ik vast tijdens mijn werk. Dan pak ik mijn gitaar en gaat mijn creatieve brein weer aan.'**

**Tekst:** Merel van Dorp

**Fotografie:** Nancy Siesling



'Als ik de deur uitloop en voel: iedereen heeft iets aan dit gesprek gehad. Dát zijn de momenten waar ik het voor doe. Het is hard werken, zeker omdat mijn caseload grotendeels uit pubers bestaat. Die willen zelf hun leven bepalen en dat levert nog wel eens onbegrip op in het pleeggezin.

Zo begeleid ik de veertienjarige Sasha, die haar opa en oma als pleegouders heeft. Zij zit midden in de puberteit en heeft een borderline persoonlijkheidsstoornis. Dat zorgt voor veel clashes. Het meisje voelt zich afgewezen als haar grootouders bezorgd vragen wat ze aan het doen is en reageert dan opstandig. Opa en oma denken op hun beurt: wij helpen jou, maar jij bent altijd boos op ons! Het voelt fijn dat ik ze in het gesprek kan begeleiden. Zo worden emoties getemperd en begrijpen ze

wat er achter elkaars gedrag en opmerkingen ligt. Ze begrijpen elkaars taal weer.

Werken als pleegzorgwerker betekent vaak dat je jarenlang betrokken bent. Dus investeer je tijd om elkaar te leren kennen en te vertrouwen. Die langdurige betrokkenheid spreekt me erg aan, daarom maakte ik de switch van de kortere crisissituaties binnen de jeugdbescherming en het Blijfhuis naar pleegzorg.

Pleegzorg is onvoorspelbaar. Soms bedenk ik vooraf om een plan te bespreken met pleegouders, maar blijkt er van alles aan de hand en is een ander gesprek nodig. Dan moet je daar op insteken. Het werk vraagt een flexibele instelling en je moet steeds afstemmen wat een kind of gezin nodig heeft. Daarom moet ik

ook goed voor mezelf zorgen. Dat doe ik door een gesprekje met een collega, even wandelen tussen de afspraken door of gitaar te spelen.

## 'Ik vind het fijn als ze elkaars taal weer snappen'

Ik heb zowel thuis als op kantoor een gitaar en ik schrijf eigen nummers. In het spelen kan ik mijn emoties kwijt en dan helpt om even afstand te nemen. Als ik vastloop met een gezin en even zit te pingelen, gaat mijn creatieve brein aan. Naderhand heb ik dan ineens een idee hoe ik die lastige situatie kan aanvliegen.'



# De kracht van verhalen

**Tekst:** Ilse van der Mierden

**Illustraties:** Saskia Troccoli

Verhalen vertellen ons waar we vandaan komen en wie we zijn. Ze geven betekenis aan de gebeurtenissen die we meemaken.

Het leven van pleegkinderen verloopt vaak rommelig. Ze weten soms niet precies wat er in hun leven is gebeurd en waarom bepaalde besluiten zijn genomen. Gezinstherapeut Nathalie Schlattmann en orthopedagoog Samantha Regoli-Bakker bij Levvel leggen uit hoe verhalenmethoden pleegkinderen helpen om de juiste betekenis aan gebeurtenissen te geven om psychische problemen te voorkomen. Ook geven ze tips voor pleegouders.

**W**illiam mag vanavond een tv-programma uitkiezen, maar zijn broertje Stevie pakt de afstandsbediening af en gaat erbovenop zitten. Ze krijgen ruzie en rollen over de bank. Dan komt hun vader binnen. Hij schreeuwt dat ze op moeten houden. Hij heeft hard gewerkt en is moe. Ook het avondeten van vandaag vindt hij maar niks. Kan hun moeder nou nooit eens iets fatsoenlijks koken? De irritatie tussen hun ouders neemt toe en als de broers 's avonds in bed liggen loopt de ruzie voor de zoveelste keer uit op een handgemeen. De burens bellen de politie, de politie schakelt Veilig Thuis in. Die besluit dat William en Steve voorlopig naar hun oom en tante gaan. Hun ouders krijgen hulp.

William weet zeker dat als hij niet boos was geworden op zijn broertje, zijn vader niet geïrriteerd was geraakt en

er geen ruzie was gekomen. Hij voelt zich heel slecht. Blijkbaar kunnen zijn ouders pas lief zijn voor elkaar, als hij niet thuis woont. William groeit op tot een jongeman die zich snel schuldig voelt. Hij betreft veel op zichzelf, voelt zich vaak aangevallen en heeft een laag zelfbeeld. Hij begrijpt eigenlijk niet waarom iemand een relatie met hem zou willen. Veel relaties lopen daarom spaak. Daar wordt hij verdrietig en depressief van. Ook voelt hij zich vaak eenzaam.

Wat als iemand William direct duidelijk had kunnen maken dat de ruzie tussen zijn ouders niets met hem te maken had? En dat hij voor zijn eigen veiligheid is weggehaald? Hoe zou hij zich ontwikkeld hebben als iemand hem op een effectieve manier had geholpen de juiste betekenis te geven aan deze ingrijpende gebeurtenissen? Dat is wat preventieve verhalenmethoden beogen.

**Michael White** is de grondlegger van de verhalende therapie. Zijn uitgangspunt is dat we onze identiteit ontwikkelen op basis van onze ervaringen en de betekenis die we eraan geven: de verhalen die we onszelf of die anderen ons vertellen. De betekenissen beïnvloeden het beeld dat we van onszelf, anderen om ons heen en de wereld hebben. En dat beeld is weer van invloed op ons gedrag.

‘Hoe zou hij zich ontwikkeld hebben?’





## 'Alleen vertellen is vaak niet genoeg. Woorden vervliegen'

### Woorden geven

Gezinstherapeut Nathalie Schlattmann van Levvel is gespecialiseerd in het werken met getraumatiseerde kinderen en in verhalenmethoden. 'In therapie zie ik vaak dat traumaklachten kinderen voortkomen uit de betekenis die kinderen aan gebeurtenissen in hun jeugd geven. Met verhalenmethoden geven we kinderen op verschillende manieren woorden aan wat hun is overkomen of gaat overkomen. Zo voorkom je dat een kind zichzelf onnodig de schuld geeft van gebeurtenissen.' Want dat is wat kinderen doen als volwassenen hen geen context geven bij ingrijpende gebeurtenissen. 'Dat is overigens gezond gedrag', vertelt orthopedagoog Samantha Regoli-Bakker, die ook veel met verhalenmethoden voor pleegkinderen werkt. 'Jonge kinderen zijn simpelweg nog niet in staat om zich in de ander te

verplaatsen. De wereld draait om hen en wat er gebeurt betrekken zij op zichzelf.' Het is aan volwassenen om kinderen te helpen met de juiste interpretatie van gebeurtenissen. Juist als het om ingrijpende situaties gaat.

### Mijn schuld

Therapeuten noemen de 'verkeerde' interpretaties die kinderen geven aan gebeurtenissen *disfunctionele betekenissen*. Het zijn aannames die hen op korte en lange termijn belemmeren in hun functioneren. Voorbeelden van disfunctionele betekenissen die Nathalie en Samantha veel tegenkomen zijn: 'Ik ben een slecht kind. Ik heb niet goed genoeg voor mama gezorgd toen ze een alcoholprobleem had.' Of zoals William: 'Het is mijn schuld dat papa en mama ruzie hadden en dat ik én mijn broertje nu niet thuis kunnen wonen.'

De gevolgen daarvan zien Nathalie en Samantha dagelijks in hun praktijk. 'Traumaklachten, een laag zelfbeeld, eenzaamheid, depressie en andere psychische klachten.' Beiden pleiten voor openheid en eerlijkheid, in de taal van het kind, ook al is dat soms moeilijk. Gelukkig kunnen hulpverleners daarbij helpen.

Nathalie: 'Met een preventieve verhalenmethoden probeer je de betekenis van een gebeurtenis zo snel mogelijk functioneel te maken. Zoals: 'Papa en mama hadden ruzie. Dat had niets met mij te maken. Zij moeten leren om hun problemen op te lossen.'

### Simpele tekeningen

Een van die preventieve methoden is Immediate Story, een kort verhaal dat bestaat uit vier simpele tekeningen met daarbij vier korte tekstjes. Het verhaal vertelt feitelijk wat er is gebeurd of gaat gebeuren, waar het

kind naartoe gaat, wanneer het zijn ouders weer gaat zien en welke afspraken de volwassenen gemaakt hebben. De tekeningen zijn niet meer dan poppetjes met armen en benen als stokjes, een huis dat uit drie lijnen bestaat. De hulpverlener maakt het en leest het voor aan het kind, het liefst met ouders erbij. Het verhaal helpt om kinderen en ouders woorden te geven. Samantha: 'Alleen vertellen is vaak niet genoeg. Woorden vervliegen. Ik onthoud zelf ook niks als ik gestrest ben. De combinatie van woorden en simpele plaatjes maakt dat het goed werkt. Het kind krijgt het verhaal mee, zodat het het later nog eens kan lezen en bekijken. Het verhaal is eigendom van het kind.'

## 'Wie ben ik en waar kom ik vandaan?'

Een andere methode is Words & Pictures, die hulpverleners inzetten wanneer er een veiligheidsplan gemaakt wordt. Met dezelfde simpele tekeningen en korte teksten wordt aan het kind verteld wat er precies is gebeurd en welke zorgen er zijn. Ook staat erin wie van de situatie op de hoogte zijn - een oom en tante, een juf misschien - en hoe zij betrokken zijn. Samantha: 'Het helpt als anderen op de hoogte zijn van mishandeling of huiselijk geweld. Het wordt minder spannend om erover te praten. En het kind weet: er zijn mensen die op me letten. Dat voelt veiliger dan wanneer de deur gesloten blijft en niemand er vanaf weet. Want dan is het kind aan zet. En een kind kan dit niet oplossen.'

Samantha: 'Ik zou willen dat ieder pleegkind bij de uithuisplaatsing een Immediate Story krijgt. Om zo die betekenis zo snel mogelijk te laten kloppen, niet pas op het moment dat het kind psychische klachten heeft.' Ook bij een overplaatsing naar een ander pleeggezin. Nathalie: 'Een kind denkt al snel: het is mijn schuld dat mijn pleegvader hartproblemen kreeg en daarom moet ik naar een ander gezin.' Nee: 'Je pleegvader had altijd al hartproblemen. Daar kun jij niets aan doen. Hij had ook veel zorgen op zijn werk, daardoor had hij zoveel aan zijn hoofd, dat hij jou niet meer goed kon helpen.'

### Levensverhaal

Een derde verhalenmethode is het schrijven van een levensverhaal. Hierin worden alle belangrijke gebeurtenissen in het leven beschreven. Samantha maakt regelmatig levensverhalen voor of met kinderen. 'We beginnen voor de geboorte, op het moment waarop papa en mama elkaar hebben leren kennen. Ik interview ouders, pleegouders, het kind en andere naasten. Uit die interviews schrijf ik een levensverhaal, waarin minstens zoveel aandacht is voor de positieve gebeurtenissen als de negatieve.' Van kinderen die verschillende ingrijpende gebeurtenissen hebben meegemaakt is de geschiedenis vaak gefragmenteerd. Ze herinneren zich flarden, en dat zorgt voor onrust. Het levensverhaal neemt die onrust weg, en helpt ze bij de ontwikkeling van hun identiteit. Wie ben ik en waar kom ik vandaan? Het levensverhaal biedt kinderen een chronologisch overzicht van hun leven, en geeft opnieuw betekenis aan gebeurtenissen. Bij kinderen die vaak van opvoeder wisselen is soms niemand die hun hele

geschiedenis kent. Ook dat geeft een kind een onveilig gevoel. Door samen met bijvoorbeeld de pleegouder het levensverhaal te maken of samen te lezen, leert de pleegouder de geschiedenis van het kind kennen en kan het bepaald gedrag beter plaatsen. Het pleegkind krijgt een veilig gevoel als iemand zijn hele geschiedenis kent. Het levensverhaal is nooit af en kan telkens weer aangevuld worden.



Nathalie en Samantha begrijpen dat volwassenen soms de neiging hebben om informatie weg te houden. Moeten we kinderen niet beschermen?

Nathalie is daar helder over. 'Nee, want het kind voelt het aan. Als we niets vertellen, leggen ze de schuld bij zichzelf.' Samantha: 'Er zijn helaas nog steeds kinderen die niet weten waarom hun moeder zes jaar geleden uit hun leven verdween, bijvoorbeeld omdat ze in de gevangenis zat. Ik denk dat het ons eigen ongemak is om moeilijke dingen mede te delen aan kinderen. Het gebeurt helaas nog vaak dat mensen de overtuiging

hebben: 'het verleden is het verleden en het heden is het heden.' Dat zegt vooral iets over hoe ze zelf omgaan met die gevoelens. Maar als wij niet over gevoelens en moeilijke situaties praten, hoe kunnen we dan verwachten dat een kind dat doet als het ergens mee zit? Wij moeten het voorbeeld geven. Pleegkinderen hebben vaak te maken gehad met volwassenen die door hun eigen problemen niet betrouwbaar waren. En wie ben je als de mensen om je heen je niet in vertrouwen nemen? Het kind is het waard om de echte informatie te horen en meegenomen

te worden in besluiten, ook als die moeilijk zijn.'

Ook voor ouders kan het moeilijk zijn om dingen op papier te zetten die ze liever vergeten. Toch heeft Samantha nog nooit meegemaakt dat ouders niet mee wilden werken. 'Zij hebben geen kind op de wereld gezet om het door anderen op te laten voeren. Veel ouders willen dat ook meegeven, het levensverhaal biedt de mogelijkheid om aan het kind te vertellen: ik heb het anders gewild. Het is van grote waarde als een ouder een keer goed zijn verhaal kan uitdragen.'

## 'Als we niets vertellen, legt het kind de schuld bij zichzelf'

Denkt u een Immediate Story, Words & Pictures of levensverhaal helpend kan zijn voor uw pleegkind? Neem dan contact op met uw pleegzorgwerker.

### Zelf uw pleegkind ondersteunen door verhalen?

- Maak samen met uw pleegkind een tijdslijn. Waar is het geboren, waar heeft het gewoond? Plak er foto's bij of ga met uw pleegkind terug naar de plekken om foto's te maken.
- Schrijf over de periode dat het pleegkind bij u woont. Hoe ziet u het kind? Wat vindt u lief en grappig? Wat kan hij of zij goed? Wat aten jullie altijd op vrijdagavond?
- Gaat uw pleegkind terug naar de ouders, naar een ander gezin of het huis uit, geef de tijdslijn of het boek mee. Misschien zet u een traditie in gang.



## Levensverhaal in de praktijk

# ‘Dit hadden wij nooit voor elkaar gekregen’



**Rebecca en haar man zijn pleegouders van hun kleinzoon Flinn. Ze werken aan een levensverhaal voor hem.**

‘Flinn woont sinds zijn tweede bij ons. Zijn moeder is een van onze vier kinderen. Ze was zwakbegaafd en raakte op haar 21ste zwanger. Ze woonde ver van ons vandaan, in het oosten van Nederland. Haar leven was een rommeltje. En ze was behoorlijk verslaafd. Eens per maand kwam ze een week met Flinn bij ons. Dan kleedden we hem, verzorgden ze, dan kwamen ze tot rust. En dan vertrok ze weer.

Na twee jaar is ze in een vakantiehuisje hier in de buurt gaan wonen. We dachten, dat kan ze wel, wij zijn in de buurt. Maar het ging niet. Ze nam een overdosis medicijnen, Veilig Thuis kwam in actie, en ze kwamen beiden bij ons wonen. Dat ging niet. We hadden nog twee jongens thuis, het was te onrustig. Ze viel tussen wal en schip, ze was te goed voor een instelling, maar voor zichzelf zorgen kon ze niet.

Ze ging begeleid wonen en Flinn bleef bij ons. Dat ging best goed: ze kreeg een baan in de zorg, had een eigen autootje en haar schulden waren weg. Maar toen kwam corona, en kwam ze thuis te zitten in die begeleide woongroep met vijf jongelui. Toen ging het mis. Op een dag heeft ze een overdosis medicijnen ingenomen, raakte in coma en overleed.

## ‘Ik wil het verhaal optekenen, helemaal’

Flinn was toen zes. Zijn wereldje ging door. Maar wij dachten, hoe gaan we hem dit vertellen? Hij is nog zo jong. We zeiden: ‘Mam haar hartje is stuk’.

Maar dat is niet de waarheid. Het is moeilijk om het hem allemaal uit te leggen, om er de juiste woorden voor te vinden. Helemaal omdat het om onze dochter gaat. Toen hoorden we over het levensverhaal. Ik dacht meteen: ik wil het verhaal optekenen, helemaal.

De eerste keer hebben ik en mijn man twee uur met Samantha gesproken. Daarna nog een gesprek van een uur. Tussendoor stuurde ze ons het concept, waar wij op konden reageren. Ook onze andere kinderen hebben meegelezen. En Flinns vader, die hij om de week in het weekend ziet, werkte ook mee.

Het is een moeilijk proces, maar heel belangrijk. Waarom alles zo is, dat vind ik er moeilijk aan, het staat zo zwart op wit. Maar straks hebben we dat verhaal. Dat hadden wij zelf nooit voor elkaar gekregen. Het gaat



tenslotte over onze eigen dochter, waar het niet goed mee ging. Maar haar doodsoorzaak wordt er echt mooi in beschreven. Zij schrijven het voor je op. Dat helpt. Ik zou dat zelf nooit kunnen.

Wat ik belangrijk vind, is dat Flinn eerlijk antwoord krijgt op de vraag: waar is jouw mama en waarom woon je bij opa en oma? En waarom woon je niet bij papa? Want hij wordt ouder, hij gaat vragen stellen én krijgen. Bijvoorbeeld van klasgenootjes die bij papa en mama wonen. Ik wil niet dat hij later denkt dat het aan hem ligt, of dat hij zijn eigen beelden gaat vormen. Hij heeft recht op de waarheid en om te weten: 'zo is het gelopen'.

Wat ik ook heel belangrijk vind, is dat iedereen hetzelfde verhaal vertelt. Dat alle naasten dit verhaal gaan lezen.

Mensen hebben de neiging om de boel te verdoezelen.

Binnenkort wordt het verhaal voorgelezen aan Flinn en ons. Ik vind het spannend, het zal best moeilijk zijn. Ik verwacht dat Flinn een paar vragen stelt, zijn bal pakt en naar buiten gaat. Maar dan hebben we het verhaal, ook voor later. Dat hadden wij nooit voor elkaar gekregen. Het verhaal is nog niet af en toch ben ik er al heel blij mee. Ik vind het geweldig dat dit voor ons wordt gemaakt. Ik raad het ook iedereen aan. Deze kinderen zitten al vaak in de knoop. Het helpt om eerlijk te zijn, al is de waarheid soms moeilijk. Het levensverhaal maakt het mogelijk om het toch te vertellen.'

'Een kind heeft recht op de waarheid'



mooie match!?

# Ontdek wat een fijn thuis kan doen

Tekst: Anna Grebel Illustratie: Saskia Troccoli

Welk pleeggezin past het beste bij welk pleegkind? Een match maken kan lastig zijn.

Maar als het lukt, mondt het vaak uit in iets heel moois. Ben jij de volgende mooie match?!

langdurige pleegzorg

## Goedlachs

Diana is een goedlachse meid van 11 jaar, met een zacht karakter. Ze vindt het heerlijk om te koken en te bakken. Ook turnt ze graag. Thuis zit ze het liefst op haar iPad. In nieuwe situaties kan Diana best verlegen zijn. In het contact met haar leeftijdgenootjes gedraagt ze zich soms bazig, maar kinderen spelen graag met haar. Diana komt soms jonger over. Ze loopt wat achter in haar ontwikkeling. Op school raakt ze snel afgeleid en ze heeft ze soms wat meer tijd nodig om dingen te begrijpen.

Daarom gaat ze naar het speciaal onderwijs. We willen graag dat Diana op deze fijne school kan blijven. Daarom zoeken we een pleeggezin dat in Amsterdam of omstreken woont.

weekendpleegzorg

## Aandacht voor Marjolein

Marjolein (15) heeft het thuis moeilijk, omdat haar ouders in een vechtscheiding liggen. Marjolein is een aanhankelijke meid, die het lastig vindt om over haar emoties te praten. Als de spanning zich in haar opbouwt, zoekt ze aandacht. Daarin kan ze best dwingend zijn.

Voor Marjolein zou het fijn zijn als ze zo nu en dan een weekend in een andere omgeving kan zijn, even weg van de ruzies. We zoeken voor haar een plek waar ze zichzelf kan zijn en aandacht en ruimte krijgt voor haar emoties.

langdurige pleegzorg

## Een onverwachte match

Tommy (15) woonde bij een netwerkpleeggezin. Helaas ging dat niet meer goed. Het gezin kon hem niet langer opvangen. Tommy werd daarom aangemeld bij een gezinshuis. In afwachting van een plek kon hij tijdelijk bij een ervaren alleenstaande gepensioneerde pleegvader wonen.

De pleegvader en Tommy bleken het goed met elkaar te kunnen vinden. Ze houden allebei van computers en voetbal. Het gaat zo goed, dat Tommy bij zijn nieuwe pleegvader kan blijven wonen.

Wil je meer weten over een van deze oproepjes? Mail dan naar [pleegzorg@levvel.nl](mailto:pleegzorg@levvel.nl) of bel 020 5400 440.

Ben je nog geen pleegouder, maar wel benieuwd wat je voor een kind kan betekenen? Vraag een informatiepakket aan of bezoek een informatiebijeenkomst. Download de Levvel Pleegzorg app om op de hoogte te blijven van alle kindoproepjes



De namen van de kinderen zijn vanwege privacy gefingeerd.



**Cas (15) is columnist voor Thuismakers. Hij woont ruim drie jaar bij zijn pleegouders Gert en Bodil en gaat na de zomer naar 4 mavo. Vanaf deze plek vertelt hij wat hem bezighoudt.**

**Fotografie:** Nancy Siesling

**'Haal je fantasie uit boeken of films, of ga naar buiten en kijk om je heen'**

# Gebruik je fantasie

Hallo allemaal, welkom terug op de pagina waar je mijn stukjes kan lezen. In dit stukje ga ik schrijven over verhalen en het lezen van boeken. Over lezen gesproken, zelf lees ik eigenlijk geen boeken, maar toch vind ik het leuk om nieuwe ideeën uit te werken en verhalen te schrijven. Het leuke aan verhalen schrijven is dat je al je ideeën kwijt kan en dat je al je fantasieën kan gebruiken. En nog leuker is dat mensen het echt (willen) lezen.

Nu lees jij ook iets dat ik geschreven heb, wat ik dus echt tof vind. Het moeilijke aan verhalen schrijven is bedenken wat je gaat schrijven. Laten we als voorbeeld een sinterklaasgedicht nemen, het duurt altijd even voor je inspiratie hebt en weet wat je wilt schrijven. Wat mogelijk kan helpen is dat je inspiratie uit boeken of films haalt, of je gaat naar buiten en je kijkt om je heen. Gebruik je fantasie om verhalen te verzinnen en bedenk iets waar lezers echt geïnteresseerd in zijn.

Ik heb vroeger op de basisschool een keer meegedaan aan een schrijfwedstrijd voor wie het mooiste verhaal kon bedenken en schrijven. Ik heb twee volle A4'tjes geschreven met een verhaal over een meisje dat werd gekidnapt door een man. Ze werd gered door een jongen. En weet je wat er gebeurde? Ik won die wedstrijd! De hoofdprijs was een boek van Flip Fiasco. En dat boek heb ik nog steeds.

Als kind heb je echt veel fantasie, en die kan je gebruiken in een verhaal. Dus als je veel fantasie hebt en je vindt schrijven leuk, raad ik aan om een verhaal te schrijven met eigen ideeën en personages. Daar loop ik trouwens altijd vast, bij het bedenken van namen voor mijn personages.

Als je schrijven echt helemaal niks vindt, kun je altijd nog verhalen lezen. Ik las ooit de Accelerati-Triologie. Die ging over allemaal uitvindingen van een bekend persoon (ik denk Tesla) en die hadden een speciale functie of zoiets. Het boek was heel leuk, omdat er veel spanning in zat. Ik vond het verhaal ook heel leuk bedacht.

Dit was dan mijn stukje voor deze editie van Thuismakers. Ik hoop dat ik jullie heb kunnen inspireren met dit stuk. En al haat je lezen, dan heb je nu toch dit stuk uitgelezen!

# 'Geloof in jezelf'

**Tashavella Lapar (20)** kwam op haar zestiende in haar eentje vanuit Suriname terug naar Nederland. Ze woonde bij haar tante, werkte hard en zorgde dat ze financieel onafhankelijk werd. Nu, vier jaar later, heeft ze een baan, een eigen woning en volgt ze de opleiding Social Work. Van het geld dat ze overhoudt, stuurt ze een deel naar haar moeder, samen met een doos boodschappen.

**Tekst:** Ilse van der Mierden  
**Fotografie:** Nancy Siesling

### Waar ben je opgegroeid?

'Ik ben geboren in Goirle. Toen mijn ouders uit elkaar gingen, verhuisde ik met mijn moeder naar Rotterdam. Daarna zijn we nog drie keer verhuisd. Op mijn elfde – ik had net mijn middelbare school gekozen – zei mijn moeder: 'Tash, we gaan naar Su.' Naar Suriname dus. Ze kon hier niet aarden. Dat was heel moeilijk en een *big switch*.

'De eerste tijd in Suriname heb ik elke dag gehuild. Ik moest groep acht opnieuw doen en bleef twee keer zitten in de eerste klas van de middelbare. Na vier jaar was ik daar nog steeds niet gelukkig. Maar ik wist ook dat mijn moeder niet terug wilde. Toen heeft familie geld bij elkaar gelegd en mij terug naar Nederland gehaald. Op mijn zestiende woonde ik in Purmerend, bij een aangetrouwde tante.'

### Je kwam alleen naar Nederland, hoe was dat voor je?

'Moeilijk. Ik kon het niet goed vinden met de andere kinderen in huis. Al snel besloot ik: ik trek mijn eigen plan. Ik wil niet afhankelijk zijn van mijn familie. Ik solliciteerde bij een supermarkt en deed een toelatingstest voor het MBO. Ik haalde binnen vijf maanden niveau één en binnen anderhalf jaar niveau twee. Toen heb ik me gewoon ingeschreven voor de opleiding Social Work.

Ik heb altijd volle dagen gehad. Ik zat op school, liep stage, of ik werkte. Alleen op zaterdagochtend speelde ik voetbal. Ondertussen wilde ik graag een plek voor mezelf. Daar ben ik met mijn pleegzorgbegeleider Hanni aan gaan werken. Eind december 2020, op de verjaardag van mijn moeder, werd ik gebeld dat ik een begeleide woning kreeg bij Casa 24. Dat was superfijn! Afgelopen lente solliciteerde ik bij de KLM en daar werd ik aangenomen. Dat verdiende een stuk beter.

Bij Casa 24 deed ik erg mijn best om alle huishoudelijke taken goed te doen. Ik kreeg een positieve evaluatie, en daardoor urgentie voor een eigen woonruimte. Twee maanden geleden werd ik gebeld: 'Er is een woning voor je!' Ik was flabbergasted. Een rijtjeshuis, met een woonkamer, slaapkamer, keuken en badkamer, helemaal voor mezelf!'

## 'Ik ben er trots op dat ik mijn moeder kan helpen'

### Hoe zien je dagen er nu uit?

'Vol. Ik ga iedere dag naar school. Op maandag, dinsdag en woensdag werk ik bij de KLM. Daarnaast loop ik na school stage bij DOCK (welzijnsorganisatie, red). In het weekend werk ik ook. Afgelopen zomer had ik eindelijk vakantie. Ik had geld gespaard en heb mijn moeder als verrassing opgezocht. Het was een heerlijke tijd. We hebben gezwommen, boodschappen gedaan. Hele gewone dingen. Sinds ik terug ben mis ik haar heel erg. We bellen elke dag.'

### Hoe gaat het met de liefde?

'Ik val op vrouwen. Ik weet al sinds mijn elfde dat ik op meisjes val. Op mijn vijftiende durfde ik het aan mijn moeder te vertellen. Maar ze had al lang gezien dat ik nooit een meisje-meisje was. Ik vroeg: 'Vindt u het niet erg?' Ze zei: 'Nee, zolang je maar gelukkig bent, dan ben ik ook gelukkig.' Dat er familieleden zijn die er problemen mee hebben, maakt me niet uit. Mijn moeder accepteert het, daar gaat het om.'

### Waar ben je zelf het meest trots op?

'Mijn doorzettingsvermogen. Ik heb een eigen huis, geen schulden, nada, noppes. Ik betaal eerst de dingen die ik moet betalen, huur, gas, water, licht, telefoon. Dan stuur ik een deel naar mijn moeder, en vaak ook nog een doos met boodschappen. Van wat er over is doe ik leuke dingen. Ik ben er trots op dat ik mijn moeder financieel kan helpen. Dat stond altijd op mijn checklist. Net zoals dat ik voor mijn 21<sup>e</sup> mijn rijbewijs wil halen en een auto wil kopen. En natuurlijk mijn diploma halen. Want mijn moeder zei altijd: 'je diploma is je eerste man of vrouw.'

### Wat wil je andere jongeren mee geven?

'Geloof in jezelf. Bewandel je eigen pad. En spaar, voor als je het huis uit gaat! Want als je wordt gebeld dat er een huis is, moet je klaar staan om de kans te kunnen grijpen. Er zijn best momenten waarop ik denk: het wordt me allemaal te veel. Bijvoorbeeld toen ik terugkwam van de vakantie in Suriname was ik erg emotioneel. Ik moest weer terug naar de echte wereld, naar school, werk.

### Wat helpt je op die momenten?

'Ik ken veel mensen van twintig die nog bij hun ouders wonen. Of nog afhankelijk zijn van hun ouders. Het was niet altijd makkelijk, maar ik ben blij dat ik vanaf jongs af aan geleerd heb om op mezelf te zijn en te wonen. Die trots helpt me.

Ik ben altijd rustig geweest, *humble* (bescheiden, red.). Ik had in het begin wel moeite om mijn verhaal te vertellen aan anderen. Zoals dit interview. Toen ik gevraagd werd dacht ik: hè, waarom ik? Maar later dacht ik, ja, het is een mooi verhaal om te vertellen, dat ik op zo'n jonge leeftijd toch best ver ben gekomen. Zonder hulp van anderen.'

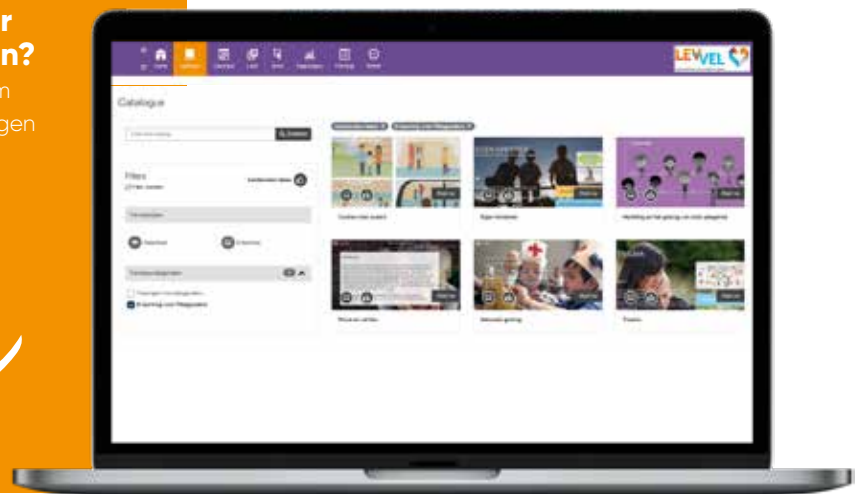
# Opvoeden is nooit klaar

**Kinderen, zichzelf en de wereld om ons heen zijn continu in beweging. Daarom stimuleren we bij Level pleegouders om te blijven leren. We bieden verschillende gratis trainingen en e-learnings aan op ons online platform. Zoals trainingen Seksualiteit & Opvoeden of Zorgen voor getraumatiseerde kinderen.**

Tekst: Milou Schmit

## Benieuwd welke trainingen er nog meer online te volgen zijn?

Log in op [pleegzorgacademie.plusport.com](https://pleegzorgacademie.plusport.com) en meld je aan voor deze of andere trainingen of e-learnings. Geen inloggegevens ontvangen of ben jij je inloggegevens vergeten? Stuur dan een mail naar [pleegzorg@level.nl](mailto:pleegzorg@level.nl) of bel 020 5400 440.



Heb jij al een van onze gratis e-learnings gevolgd? Je kan ze op je eigen tempo volgen en ieder moment terugkijken.

### **E-learning Contact met ouders**

Je leert in deze cursus alles over de blijvende band tussen pleegkinderen en hun ouders en hoe zij, door het erkennen van die band, het pleegkind kunnen helpen zich in het pleeggezin te hechten. De cursus geeft kennis en inzicht over hoe je ruimte kunt geven aan loyaliteit en de eigen identiteit van het pleegkind.

### **E-learning Hechting en het gedrag van mijn pleegkind**

Je start in deze training met vier theorieonderdelen: Introductie, de unieke band tussen opvoeder en kind, achtergronden van hechting en 'wat jij voor jouw pleegkind kan betekenen'. Daarna loop je een aantal casussen door over relatie, hechting en loyaliteit, uitingen van een overbelast stresssysteem en over het opbouwen van een veilige hechtingsrelatie. Als je alle theorieonderdelen en casussen hebt doorlopen zie je aan het einde de percentages van de antwoorden van andere pleegouders die de e-learning ook hebben doorlopen.

**In elk gezin blijven soms dingen onbesproken. Omdat ze misschien vanzelfsprekend lijken, of omdat niemand ernaar vraagt. In Zeg 'ns eerlijk spreken kinderen en ouders zich uit. Kelsey (24) is de oudste van de drie dochters van Irma van Dam (48). Sinds haar negende vangen haar ouders al pleegkinderen op, vooral baby's en soms peuters of kleuters.**

**Tekst:** Ilse van der Mierden **Fotografie:** Nancy Siesling

### Hierom ben ik trots op je...

**Irma:** 'Dat we het altijd samen hebben gedaan. Echt als gezin. En dat we de liefde voor kinderen doorgegeven hebben aan onze dochters. Ze werken allemaal in de kinderopvang, en Kelsey doet ook een opleiding sociaal werk. Je gaat zo makkelijk met baby'tjes om, zelfs pasgeborenen, je haalt ze zo uit bed, geeft ze een schone luier, een flesje.'

**Kelsey:** 'Je geeft veel liefde aan ieder kindje, elke keer weer. Maar net zoveel aan ons. In het weekend is mijn papa thuis en dan ga je altijd wat leuks met ons doen, winkelen, terrasje, naar een musical, soms een korte vakantie met een van ons. Je zorgt echt dat de aandacht verdeeld wordt en dat je niemand tekort doet.'

### Dit vond ik best lastig...

**Kelsey:** 'Dat kindjes weer weggingen. Vooral toen ik jonger was, vond ik dat moeilijk. Er was een meisje dat hier tot haar vierde woonde en toen naar Brabant verhuisde. Die zag ik van de een op de andere dag nooit meer!'

**Irma:** 'Er was ook een kindje dat vanaf de geboorte hier was en na een paar maanden terug naar de ouders ging. Het kwam uit een heftige situatie en ik had er veel moeite mee dat het terug naar de ouders ging. Ik zei: 'Sorry, ik ben te

boos, ik kan de bezoeken niet doen.' Toen heeft Kelsey ze overgenomen.'

### Dit heb ik je nog altijd willen vragen...

**Irma:** 'Wil je later zelf pleegouder worden?'

**Kelsey:** 'Dat weet ik nog niet. Eerst mijn eigen gezinnetje opbouwen. Ik vind het belangrijk dat mijn vriend het ook graag wil. Je moet het echt samen doen. Net als wij thuis.'

'Ik heb jou eigenlijk niets te vragen. Zelfs nu ik niet meer thuis woon hoor ik alles, via de familie-app of als ik thuiskom. Dan deel je alles met me wat er speelt.'

### Dit wil ik je nog zeggen...

**Irma:** 'Ik vind het leuk dat je met kinderen werkt. En dat je er zo goed in bent.'

**Kelsey:** 'Nu ik op mezelf woon, mis ik het hier best. Dan werk ik thuis aan mijn scriptie, is mijn vriend naar z'n werk, en dan zit ik in zo'n stil huis. Hier waren altijd kinderen, het was altijd gezellig. 's Avonds lekker knuffelen met zo'n kleintje op de bank. Dat mis ik. Het is ineens zo leeg. Dus als ik hier binnenkom pak ik gelijk een baby uit de box en daar ga ik dan lekker mee op de bank zitten.'

Kelsey



Irma

# Nooit te oud voor pleegzorg

Met het uitvliegen van kinderen verandert er veel in huis en wordt de gezellige drukte soms gemist. Niet bij deze oudere pleegouders. Dagelijks worden hier nog luiers verschoond, verhaaltjes voorgelezen en vooral heel veel liefde gegeven.



'Aan stoppen denken we nog niet'

**Ingrid (61) en Richard (65) van Beek hebben drie kinderen van 35, 33 en 31 en één pleegzoon van 20. De laatste woont nog thuis. Als crisispleegouders vingen ze de afgelopen 20 jaar 29 baby's en peuters op.**

Ingrid: 'Ons eerste pleegkind was acht dagen oud toen we hem ophaalden. Dat was heel spannend. Want de babytijd lag ver achter ons, onze jongste dochter was elf jaar. Je krijgt te horen hoe laat de laatste voeding was, en dan ga je naar huis met in de Maxi-Cosi een kind dat niet van jou is.'

Richard: 'Zijn moeder vertrok naar Ethiopië en hij bleef bij ons. Op zijn zestiende hebben we hem geadopteerd. Daarnaast vingen we al die tijd baby's en peuters op. Er was er één die slechts een dag bleef. De langste bleef anderhalf jaar, dat was een meisje dat veel zorg nodig had.'

Ingrid: 'Ze had FAS (Foetaal Alcoholischyndroom, red.). Na een hersenbloeding kreeg ze een drain en

tijdens die operatie werd ze getroffen door een hartstilstand. Dat was wel het heftigste dat we ooit met een pleegkind mee hebben gemaakt. We hebben vaak kindjes met beperkingen of medische problemen. Daar schijnen we goed in te zijn.'

## Mensjes-mensjes

Ingrid: 'We zijn in de tijd dat er een baby is heel druk. Nacht- en dagvoedingen, darmkrampjes, slapeloze nachten. De rest van je leven staat dan stil. Na ieder kindje nemen we een pauze om tot rust te komen. Dan krikken we ons energielevel op. Maar na een tijdje ben ik er echt weer klaar voor.'

Richard: 'We doen het niet om te laten zien 'kijk ons eens goed doen'. We doen

het omdat we het leuk vinden en je krijgt van een kind ook liefde terug.'

Ingrid: 'Je ziet een klein hoopje mens dat uit een rotsituatie komt. En dan bloeit het na een tijdje op, en kruipt het uit zijn schulpje. Dan worden het weer mensjes-mensjes, zeg ik altijd. Dat is heerlijk om te zien. Het is elke keer weer een wonder als zo'n kindje zich begint te ontwikkelen, vooral na zo'n nare start.'

## Meteen verliefd

Ingrid: 'In het begin vond ik het lastig als een kindje weer wegging, maar nu gaat dat beter. Het ligt er ook aan waar het naartoe gaat.'

Richard: 'Je stopt er energie en liefde in. Als je afscheid neemt, wil je natuurlijk dat het ze goed gaat. Want je houdt



van zo'n kind.' Ingrid: 'We zijn eigenlijk altijd meteen verliefd.'

Richard: 'We zijn inmiddels heel goed met baby's, dat kregen we ook van onze schoondochters te horen, toen onze kleinkinderen geboren waren. Op een gegeven moment herken je de huiltjes en zit je niet meer bij ieder

geluid rechtop.'

Ingrid: 'We zijn ook makkelijker geworden. Onze eigen kinderen lagen nooit bij ons in bed, dat was not done, maar pleegkindjes, die babietjes, als het niet gaat, dan leggen we het tussen ons in. En na een tijdje gaat het weer terug in het eigen bedje. Al vond de laatste

het ook wel heel fijn tussen ons in.'

Richard: 'Aan echt stoppen denken we nog niet. Maar ik ben nu 65 en werk nog fulltime. We bekijken na ieder kindje of we doorgaan. Ik denk daar nu wel meer over na dan eerst.'

Ingrid: 'Als het aan mij ligt gaan we nog even door!'

'Ik ben mijn hele leven al begaan met kinderen die in de knel zitten. Iedere zomervakantie vingten wij kinderen uit Frankrijk op. Onze dochter is geadopteerd. Toen onze kinderen groter werden wilde ik pleegouder worden, maar mijn man vond ons gezin druk genoeg. Toen hij elf jaar geleden overleed en mijn jongste zoon het huis uit ging, wist ik: dit is het moment. Ik word pleegouder.

Mijn eerste pleegkind was een meisje van vier. Ik werkte toen nog fulltime als jeugdverpleegkundige en moest mijn tijd goed managen. Maar het lukte, mede dankzij een flexibele werkgever. Toen wist ik: ik ben hier goed in.

Op mijn 62e ging ik met pensioen. Met pleegzorg ben ik doorgegaan. Alleen maar leuke dingen doen, dat zou me gaan vervelen. Ik zoek zingeving. De zorg voor kinderen tussen de vier en zeven jaar ligt me het beste. Het meisje dat ik nu in huis heb is een enorme babbelkous, dus het is fijn als ze naar school is en ik even rustig boodschappen kan doen, of naar mijn kinderen kan gaan.

Als een kindje weggaat, neem ik een periode rust, afhankelijk van het jaargetijde. Want ik heb een seizoensplaats op de camping, waar ik de kinderen graag mee naartoe neem. Lekker in de natuur. Sommigen zien voor het eerst de zee. Dan wandel je over de duinen, en dan hoor je ineens naast je: 'Oh! De zee!' Daar geniet ik van.

## 'Dit is het moment'

**Irene de la Bie (71) heeft drie kinderen, een geadopteerde dochter en besloot op haar 61ste pleegouder te worden.**



### Opbloeien

'Ik denk dat mijn kracht is dat ik een kind een veilig gevoel geef. Ik zorg er voor alsof het mijn eigen kind is. Ik koop nieuwe kleertjes en geef ze een eigen kamer met speelgoed. Ik bied structuur, dat zit in mijn karakter. We eten aan tafel, we slapen in ons eigen bed. En ik zeg ze: 'Wees maar rustig, het is hier veilig. Er kan je niets gebeuren, ik zorg voor je.'

Soms komen ze binnen met niet meer dan een plastic tasje en een versleten pyjama. Vanaf de basis ga ik opbouwen. Ik zing liedjes met ze en lees elke avond voor. Ik leer ze van alles, dan denk je misschien: wat is daar leuk aan, maar ik geniet ervan. Veel kinderen zijn beschadigd. Ze hebben veel aandacht, liefde en begeleiding nodig. Ik zie ze onder mijn

ogen opbloeien. Van ieder kind ga ik op den duur houden.

### Complete bijscholing

'Ik ben trouwens geen zweverige filantroop die dit alleen maar voor een ander doet. Ik wil meetellen in de maatschappij. Ik kom in aanraking met een beroep waar ik grote interesse in heb. Ik heb een jonge, openhartige pleegzorgwerker die me bij alles betreft. Dat is een complete bijscholing. Ik heb er veel vreugde en gezelligheid aan en dat weegt op tegen een stukje vrijheid inleveren. Ik meet ieder kind dat komt op en dan zet ik een streepje op de muur van de kinderkamer met hun naam erbij. Er staan nu veertien namen op de muur. Aan stoppen denk ik niet. Dit is waar mijn hart ligt. Ik hoop dat ik in het harnas mag sterven.'

## dubbel

**Pleegouderschap kan dubbel zijn: heel mooi en soms heel moeilijk. Als alleenstaande moeder neemt Wendy Bruschke (51) in 2015 de anderhalfjarige Rens in huis. Samen met haar zoon Joris, die toen 6 jaar was, keek ze uit naar zijn komst. Joris kocht zelfs een knuffel voor hem. Maar het liep iets anders dan verwacht.**

**Tekst:** Merel van Dorp

### MOEILIK

'Na de eerste wittebroodsweken begon Rens steeds moeilijker gedrag te vertonen. Hij claimde mij zo erg, dat zelfs Joris' verjaardag vieren nauwelijks lukte: Rens bleef jammeren. Hij eiste honderd procent aandacht van mij.

Buitenshuis was Rens meegaand, vrolijk en behulpzaam. Maar thuis gedroeg hij zich afschuwelijk. Het voelde alsof hij me manipuleerde, terwijl ik tegelijkertijd dacht: dat kan niet, hij is anderhalf! Driftbuien konden uren aanhouden en hij werd steeds agressiever. Hij sloeg en schopte. Elke dag dacht ik: ik stop ermee. Maar ik had hier 'ja' tegen gezegd, dus vond ik dat ik moest dealen met het gevoel: mijn leven wordt nooit meer leuk.

Uiteindelijk ben ik burn-out geraakt. Mijn leidinggevende baan binnen de volwassen-GGZ kon ik niet meer aan. En met mijn korte lontje voelde ik me geen goede pleegouder. Daar voelde ik me heel schuldig over. Ik wist ook dat hij zich zo gedroeg, omdat hij zich bij mij veilig voelde. En dat als ik zou opgeven, hij nog meer schade opliep.'

### MOOI

'Ik las alles over trauma en we startten met de hechtingstherapie Sherborne Samenspel. Op de bijbehorende video-opnames zag ik: ik ben best een sensitieve ouder, ik voel me alleen een slechte pleegouder! Met dat gevoel ging ik aan de slag. Rens kreeg daarnaast traumatherapie vanwege de ernstige verwaarlozing die hij meemaakte voordat hij bij ons kwam wonen.

Nu denk ik iedere dag als ik naar hem kijk: wat een ontzettend grappig, leuk kind! Juist de combinatie met mijn oudste, die veel meer een eenzelinganger is, pakt goed uit. Z'n broertje Rens stapt doodleuk op mensen af, zoals laatst bij de McDonalds.

Gaat hij een gesprek aan met twee twintigers en trekt hij Joris daarin mee. Tijdens vakanties zorgt Rens op het springkussen voor de contacten met andere kinderen.

Als ze samen gamen, is het verbazingwekkend hoe geduldig Joris uitlegt hoe Rens bij Roblox in het volgende level kan komen. Snapt Rens het niet, dan legt Joris het gewoon op een compleet andere manier uit.

Ik vind het zo mooi om te zien hoe Rens zich ontwikkelt. Het is echt een heel leuk mensje om in je leven te mogen hebben. Alles wat ik in hem investeer, brengt hem echt iets. Laatst zat ik zenuwachtig thuis te wachten omdat hij zélf van school naar huis wilde fietsen. Hoe trots hij dan is bij thuiskomst! Hij leek wel drie meter gegroeid.'

**'Het is echt een heel leuk mensje om in je leven te mogen hebben'**



Lieve

**Lieve (49) is getrouwd met Thore (50). Samen zijn ze pleegouder van Cleo (bijna 13), Jerry (9) en Lara (6). Ze hebben ook 2 katten, 2 konijnen, 2 vissen en 8 wandelende takken.**

**'Onderuitgezakt op de bank en koptelefoon op'**

# Harde muziek

Verhalen... ik realiseer me ineens hoeveel verhalen er, in allerlei vormen, een rol spelen in ons leven als pleeggezin. We hebben onze eigen verhalen, die ons maken tot wie we zijn. We hebben verhalen uit prentenboeken en voorleesboeken om de kinderen te helpen een plaatje te krijgen bij hun pleegzorgverhaal. We hebben boeken met ervaringsverhalen van andere pleegouders die ons, soms met een traan, maar vaak met een lach, een gevoel van herkenning geven.

Want laten we maar eerlijk zijn: wat een uitdaging is pleegouder zijn soms. We hebben boeken die ons leren omgaan met het trauma en vaak ingewikkelde gedrag van de kinderen. En dan hebben we de levensverhalen van de kinderen. Opgeschreven en soms getekend door professionals. Om de kinderen, die zo jong al bij ons kwamen wonen, een beeld te geven van de eerste jaren van hun leven. En soms ook als leidraad voor EMDR-behandelingen.

Met het schrijven van deze column dacht ik terug aan toen Cleo, destijds nog maar tweeënhal, bij ons kwam wonen. Ongeveer een jaar later trouwde een vriendin van mij en 's avonds was er een feest. Op het moment dat de band begon te spelen dook Cleo op mijn schoot en kroop in elkaar, totaal in paniek. We hebben het even aangekeken maar zijn vrij snel naar huis gegaan. De dagen erna viel ze volledig terug in haar oude gedrag. Toen we dit met de pleegzorgwerker bespraken, hoorden we dat Cleo zeer onveilige situaties had meegemaakt, waar heel harde muziek bij was gedraaid. Uiteindelijk is dat deel van haar levensverhaal opgeschreven en heeft ze hiervoor een EMDR-behandeling gehad.

We hebben de jaren daarna voor meer uitdagingen gestaan met haar en er zullen er beslist nog meer komen. Maar dankzij haar levensverhaal is het inmiddels een heerlijke, beginnende puber: onderuitgezakt op de bank, koptelefoon op en hard de muziek aan.

# Gratis juridisch advies

## Voorlichtingsavond 17 januari 2023

Graag nodigen wij u uit voor een speciale voorlichtingsavond voor pleegouders op 17 januari 2023, van 19.30 tot 22 uur. Natuurlijk zijn de pleegzorgbegeleiders ook van harte welkom! Met trots stellen wij deze avond onze gastspreker advocaat Mariska Kramer aan u voor!

Mariska Kramer is de advocaat in Nederland als het gaat om jeugdrecht en in het bijzonder over pleegzorg. Zij werkt al jaren als advocaat in de jeugdzorg. Regelmatig staat zij pleegouders bij en adviseert ze onder andere pleegzorgaanbieders.

Uit een recente enquête onder pleegouders is naar voren gekomen dat er grote behoefte is aan informatie op juridisch gebied. Deze avond staat bol van vele praktische en juridische tips over pleegzorg!

Mariska Kramer staat erom bekend om in 'gewone mensentaal' en met veel praktijkvoorbeelden de juridische kant van pleegzorg te duiden.

Er is deze avond veel informatie om met u te delen. Bovendien is er ruimte voor vragen en interactie. Zijn er vragen die u liever niet in de groep stelt? Daarvoor is er een inloop vanaf 19 uur en een uitloop vanaf 22 uur. Dus aarzel niet en pak die (gratis!) kans!

Wij hopen u op deze avond in grote getalen te mogen ontvangen! U kunt zich nu al aanmelden bij [porlevvel@gmail.com](mailto:porlevvel@gmail.com). Wees er op tijd bij!

### Heeft u een vraag voor Mariska?

**Mail deze dan alvast naar [porlevvel@gmail.com](mailto:porlevvel@gmail.com). Dan sturen we deze vragen gebundeld op naar Mariska, zodat zij zich daarop kan voorbereiden.**



## De pleegouderraad kan versterking gebruiken!

Het is een leerzame ervaring om mee te denken en op te komen voor de belangen van pleegouders en pleegkinderen binnen Levvel en daarbuiten! Dus aarzel niet en mail ons! [porlevvel@gmail.com](mailto:porlevvel@gmail.com)

**Contact met de Pleegouderraad?** Mail naar: [porlevvel@gmail.com](mailto:porlevvel@gmail.com)



# ‘Een ode aan mijn pleegmoeder’

Achter elke tatoeage schuilt een verhaal. Jongeren met ervaringen in de jeugdhulp en pleegzorg delen hun pijnlijke herinneringen, dierbare momenten en tekens van hoop en verwachting. Samen fotografeerden zij hun (henna)tatoeage en schreven zij een gedicht over het verhaal erachter. Robin is een van de deelnemers.

**Tekst:** Jitka Peeters

‘Tijdens de workshop heb ik een hennatatoeage laten zetten. Het is afbeelding van een beeldje van een gehurkt mannetje dat bij mijn pleegmoeder Suzanne in huis stond.’ Robin woonde één weekend per maand bij haar pleegmoeder met wie zij een sterke band had. ‘Vorig jaar kreeg ze een hersenbloeding en ze is een paar maanden daarna overleden. Na haar dood mocht ik wat uitzoeken als herinnering aan haar. Ik heb toen een aantal kleine beeldjes, waaronder dit bronzen beeldje, meegenomen.’ Het beeldje staat voor Robin voor dierbare herinneringen. ‘Eigenlijk is zowel mijn foto als het bijbehorende lied dat ik schreef een ode aan mijn pleegmoeder.

‘De workshopdag was erg leuk. Voor mijn foto zijn we helemaal naar de zolder van Foam gegaan. Yin, een van de andere deelnemers aan het project, is op het dak geklommen en heeft de foto gemaakt. Het was nog wel even zoeken naar ‘the perfect angle’. Ook heb ik een aantal nieuwe connecties gemaakt en leuke gesprekken gevoerd. Het is natuurlijk ook een toffe ervaring om nu in een museum te hangen!’

‘Getekend door het leven’ kwam tot stand op initiatief van jongeren in zorg bij Levvel en is een samenwerking van Levvel en Foam Fotografiemuseum Amsterdam. Dit project is mede mogelijk gemaakt door het AFK (Amsterdams Fonds voor de Kunst) en Gemeente Amsterdam.

**Benieuwd naar Robins werk en dat van de andere deelnemers? De tentoonstelling is tot eind december 2022 gratis te bezoeken in de expositieruimte in het café van Foam en online op [www.getekenddoorhetleven.nl](http://www.getekenddoorhetleven.nl).**



# Inspiratie

**Inspiratie voor het hele gezin.**

**Voor jou als pleegouder,  
geïnteresseerde in pleegzorg en  
(pleeg)kinderen of -jongeren.**



## **Ik wil je iets vertellen**

Met kinderen praten over nare ervaringen is moeilijk. 'Ik wil je iets vertellen' is een prentenboek dat kinderen vanaf 3 jaar stimuleert om hierover te vertellen en helpt voorlezers om hier goed op te reageren.

[uitgeverijdollywarhol.com/products/boek-ik-wil-je-iets-vertellen](http://uitgeverijdollywarhol.com/products/boek-ik-wil-je-iets-vertellen)



**OP  
=  
OP**

## **Streetjump Diemen en Amsterdam Jumpsquare**

Spring van trampoline naar trampoline, maak salto's of spring in een bad van schuim. We mogen 10 gratis kaartjes weggeven voor Streetjump in Diemen en Jumpsquare in Amsterdam! Wees er dus snel bij, want op is op.

**Mail naar [pleegzorf@level.nl](mailto:pleegzorf@level.nl).**



## **Kinderpodcasts**

Luisteren naar mooie verhalen, nieuwe dingen leren, of heel hard lachen, het kan allemaal tijdens het luisteren naar een podcast. Op [kinderpodcasts.nl](http://kinderpodcasts.nl) staan podcasts en radioshow's voor kinderen van 3 tot 14 jaar.



## **Schilderen als een echte van Gogh**

Musea saai? Echt niet! Tijdens de schoolvakanties zijn er voor de hele familie allerlei leuke activiteiten in het Van Gogh Museum. Ga tekenen in een zaal met schilderijen, doe mee aan een schilderworkshop of ga met het hele gezin op ontdekking in het museum met een van de speurtochten!

Liever thuis aan de slag? Op YouTube staan 16 korte schilderlessen speciaal voor kinderen van 9 tot 12 jaar. Zoek maar eens op Teken en schilderen als Vincent van Gogh.





### Circus Zanzara

Circus Zanzara heeft een nieuwe voorstelling voor jong en oud: Prisao Felice. Prisao Felice is een grappige eigenwijze voorstelling over een gevangenis met veel muziek en theater. Te zien van 16 december 2022 tot en met 8 januari 2023 in het Westerpark, Amsterdam

[zanzara.nl](http://zanzara.nl)

### Luilekkerdag

School, werk, sport, huishouden, de meeste dagen zitten bomvol verplichtingen. Wat is er lekkerder dan zo nu en dan een heerlijk luie dag? Een dag zonder afspraken, waarop bijna niks hoeft. Van tevoren zorg je dat alle boodschappen in huis zijn en dat je niet meer hoeft te koken. Als je puber de hele dag in bed wil blijven liggen, prima!

Allemaal de hele dag in pyjama, ook goed. Misschien maken jullie het gezellig met een filmmarathon, of iets anders.

Hoe ziet jullie favoriete luie dag eruit?



### Floor staat er (niet) alleen voor

Floor heeft het thuis moeilijk, gaat in een pleeggezin wonen en daarna weer bij haar ouders. 'Floor staat er (niet) alleen voor' is een prachtig boek dat pleegzorg vanuit het perspectief van een elfjarig meisje beschrijft. Het is tot stand gekomen met subsidie van Kinderpostzegels. Wij geven 25 exemplaren weg. Dus reageer snel!

Mail je naam en adres naar [pleegzorg@levvel.nl](mailto:pleegzorg@levvel.nl) o.v.v. boek Floor.



Wij geven 25 exemplaren weg!

### Verhalenbende

Spannende verhalen, mooie verhalen, romantische verhalen of zielige verhalen (maar niet te zielig). De Verhalenbende is een groep jonge verhalenvertellers uit Amsterdam die volksverhalen, sprookjes en persoonlijke verhalen verzamelen en vertellen. Wil jij horen wat Farah, Fouad, Samora en Thyson te vertellen hebben?

Kom kijken in Cultuurhuis De Vlucht in Amsterdam. Reis mee in verhalen vol geuren en kleuren naar landen hier ver vandaan! En helemaal leuk: je mag zelf ook meedoen. Want na ieder verhaal is er een activiteit waarbij je je eigen verhaaltje kunt maken. Van 27 t/m 30 december 2022

[storytellingtheaterlab.nl/verhalenbende](http://storytellingtheaterlab.nl/verhalenbende)



# voor het hele gezin

# 'Ik zoek zingeving'

Irene de la Bie (71)