

2021-2022

SAMEN

VOL 2

Het magazine van kinderen, jongeren,
ouders en pleegouders bij Levvel
levvel.nl/mep



LEVVEL

Specialisten voor jeugd en gezin

Voorwoord



Voor je ligt de tweede editie van het Levvel magazine SAMEN, over medezeggenschap, ervaringskennis en participatie. Hierin lees je alles over wat we binnen Levvel doen in samenwerking met kinderen, jongeren en (pleeg)ouders. Een magazine gemaakt met hen samen!

Binnen Levvel zijn kinderen, jongeren, ouders en pleegouders altijd welkom om hun ervaring te delen en samen te werken. We doen ons best om voor iedereen een vorm en manier te vinden die bij hen past.

In het magazine laten we jongeren, ouders en pleegouders hierover aan het woord. We laten een greep zien uit de dingen die we samen hebben gedaan in schooljaar 2021 - 2022.

We wensen je veel leesplezier!

Groetjes van het MEP team:

Anne-Claire, Annette, Esther, Jitka, Karin, Laura, Mannus, Marie, Renee, Sietske en Suzanne

Inhoud

KUNSTPLEEGERS
de lockdown verbeeld

4

JEUGDZORG EN TATTOOS
getekend door het leven

6

LEVVEL
& van Gogh

10

EEN PLEEGKIND IN JE GEZIN
ervaring van eigen kinderen

12

TABOEGBEELD
de podcast zonder stigma

14

OUDERS EN JONGEREN
van 't Hart

16



TOP 3 SIGNALEN

van jongeren en (pleeg)ouders

20

EEN DOSSIER...

je draagt het je hele leven mee

24

LEVVEL MEE

met eigen ervaring

26

LEVVELEN

met je ervaringskennis

27

ERVARINGSWERKERS

op de afdelingen, gewoon doen!

32

EXPEX

Experienced Experts

36

SAMEN OPTREKKEN

cliëntenraden van Levvel

38

KUNST PLEEGERS

Pleegjongeren hebben behoefte aan samenkomen met andere pleegjongeren, blijkt onder andere uit onderzoek van JongWijs. Vaak zijn ze in hun klas de enige die in een pleeggezin of andere gezinsvorm woont, daarom is het fijn anderen te ontmoeten die deze ervaring delen.

Om vanuit Levvel invulling te geven aan dit samenkomen hebben we een kunstproject opgezet, specifiek voor jongeren in pleeggezinnen of andere gezinsvormen. Elf jongeren uit de pleegzorg exposeerden tot en met 3 april 2022 hun werk in de kofferkluizen van het Stadsarchief Amsterdam. Aan de hand van hun kunstwerken zien we hoe zij de periode van de covid-lockdown hebben ervaren.

Zij maakten hun werk tijdens verschillende workshops, gegeven door creatieve Amsterdammers: beeldend kunstenaar Tyas Leeuwerink, multi-artiest Joyce Deijnen, schrijver en dichter Gershwin Bonevacia en coach Yahaira Gezius.

"Ik wist natuurlijk wel dat er meer pleegkinderen zijn, maar als je elkaar ziet en spreekt voel je je toch wat minder alleen."

In de tentoonstelling werden verhalen uit de geschiedenis van de pleegzorg afgewisseld met de kunstwerken van de jongeren nu. De jongeren hebben ook meegewerkt aan de opzet en inrichting van de expositie.



De lockdown verbeeld

Naar aanleiding van de tentoonstelling hebben de exposanten zelf ook workshops gegeven. Zij ontvingen twee groepen vijf van IKC de Kleine Reus in het Stadsarchief. Na het bezoek aan de tentoonstelling gingen de kinderen onder begeleiding van de kunstenaars van KUNSTPLÆGERS zelf kunst maken in de klas.

Helaas viel de feestelijke opening van de tentoonstelling door een nieuwe lockdown in het water. Daarom is de afsluiting van de tentoonstelling wel gevierd. Na een welkomstwoord van directeur van het stadsarchief Bert de Vries, vertelde projectleider Jitka Peeters samen met deelnemers Valesca en Anna hoe zij het project hebben ervaren. We sloten af met een fantastisch mooi optreden van Robin Holzhauer. Zij zong het nummer 'Slaapliedje' van Ramses Shaffy, die te horen is bij een van de kunstwerken (de videoclip van Valesca). Ook zong Robin twee nummers als ode aan haar overleden pleegmoeder. Mensen in de zaal waren diep geroerd bij het horen van de muziek.



De kunstwerken zijn nog
steeds te zien op de website!



KUNSTPLÆGERS is een samenwerking van Levvel, Stadsarchief Amsterdam en Stichting De Jeugd Van Nu. Met dank aan Fonds21, Gemeente Amsterdam en het Van Gogh Museum.



Getekend door het leven

De zomer van 2022 staat in het teken van fotografie: we werken aan een fotoproject waarin (henna)tatoeages van jongeren uit de jeugdzorg centraal staan. De foto's worden tentoongesteld in Foam*.

Het initiatief voor dit project komt vanuit jongeren zelf. Jongeren in de jeugdhulp dragen vaak een rugzak aan ervaringen met zich mee. We zien dat zij hier vaak naar verwijzen door middel van tatoeages.

Twee van de bedenkers, Kelsey (24) en Fleur (24), over het project:

"Iedereen heeft een eigen verhaal, mag hier open over zijn en hulp vragen. In dit fotoproject willen we delen, elkaar inspireren en zo laten zien dat getekend door het leven ook mooi kan zijn. Je mag iets vanuit jouw ervaring vertellen aan de hand van jouw (henna)tattoo.

Samen laten we het verhaal achter de tattoo zien, maar ook hoe we hierover in gesprek kunnen gaan zonder verhaal vooraf. Een tattoo spreekt altijd. Soms zegt deze wel meer dan woorden op papier."

*= fotografie museum Amsterdam

Jeugdzorg en tattoos

Het project is gestart in augustus 2022. Jongeren die graag een idee wilden uitwerken begonnen in de ochtend met een workshop henna. Daarna sloten ook de jongeren met tattoo aan. Veel jongeren uiten op een creatieve manier hun emoties. Zo is schrijven voor veel van hen een manier en worden er al mooie woorden op papier gezet. Om het verhaal achter de (henna) tatoeages vast te leggen, deden een aantal jongeren mee aan een dicht/spoken word workshop van artiest 'Dichtwater'.



De workshop dichten begon met een presentatie met uitleg en voorgedragen voorbeelden. Wat is het, en wat houdt een gedicht of spoken word in? Is rijm en ritme bijvoorbeeld belangrijk voor een gedicht of spoken word?

De jongeren hebben geleerd dat het belangrijk is om je eigen taal te leren gebruiken. Aan de hand van de bijgeleerde kennis kregen de jongeren eerst nog een oefening en daarna konden ze zelf aan de slag. Er werd enthousiast en met aandacht gewerkt aan een gedicht of spoken word in hun eigen persoonlijke taal.





Save the Date

Op vrijdag 30 september, om 17.00 is de opening van de tentoonstelling 'getekend door het leven' in het Foam. De foto's van de jongeren worden tentoongesteld, met hierbij hun unieke verhaal. Ook is alles vanaf dan te zien op www.getekenddoorhetleven.nl

Na de dichtworkshop kregen de jongeren een rondleiding door Foam. Tijdens het bekijken van de foto's werden er ook korte actieve opdrachten uitgevoerd. Zo werd de kennis over fotografie verbreed en konden de jongeren alvast nadenken over hoe zij hun eigen foto voor zich zagen.

Na even de benen te hebben gestrekt was het tijd voor het laatste onderdeel van de dag: de fotografieworkshop. Na wat uitleg over het fototoestel en de lampen, konden de jongeren aan de slag met hun eigen creativiteit. In duo's gingen ze aan de slag om hun eigen (henna) tattooage voor zichzelf mooi op beeld te krijgen.

Het was een ontzettend gezellige, leerzame en vooral inspirerende dag. De jongeren hebben hun creativiteit kunnen laten spreken, open kunnen zijn naar en met elkaar en hebben hun (henna) tattoo op de foto gezet met daaraan gekoppeld hun eigen unieke verhaal.



Sneak preview



Het voelt alsof mijn
huid en tattoo één
ding is. Ik wil mensen
laten zien dat een
tatoeage helend kan
werken.



Alles komt op z'n
pootjes terecht.



Mijn tatoeage is
mijn eerste
litteken waar ik
zelf voor heb
gekozen.



Mijn
tattoo
wordt een
ode aan
mijn
pleegmoeder.



Levvel &



Sinds de zomer van 2021 zijn de afdeling educatie van het Van Gogh museum en Levvel een samenwerking gestart: jongeren van Levvel denken mee over hoe er in het museum meer aandacht kan zijn voor mentale gezondheid. Ook biedt het van Gogh museum workshops aan voor jongeren van Levvel, zowel op afdelingen van Levvel als in de workshop ruimtes van het museum zelf. Daarnaast wordt op de wat langere termijn gewerkt aan een groter gezamenlijk project op het gebied van kunst, mentale gezondheid en jeugdzorg: het project Mentale Verhalen.

van Gogh

Vincent putte troost en hoop uit zijn kunst: voor hem was schilderen de enige remedie tegen de psychische klachten waarmee hij worstelde. Hij was daar openhartig over, onder andere in zijn brieven aan zijn broer Theo.

In 2021 heeft het museum 9 workshops gegeven aan jongeren van Levvel, in 2022 gaan ze daar mee door. Wanneer de workshop in het museum plaatsvindt wordt er ook een korte rondleiding door het museum gegeven vooraf. Dan volgt de schilderworkshop, bijvoorbeeld het maken van portretten of landschappen, geïnspireerd door het werk van Van Gogh.

Ik vond de workshop
hartstikke
leuk, lekker buiten mijn
comfort zone!



Tijdens de
workshop heb ik
geleerd om mezelf te uiten op
papier. Een manier die ik nog niet
kende van mezelf.



Een pleegkind in je gezin

Een pleeggezin kan een kind rust en stabiliteit geven. Maar wat verandert er voor de eigen kinderen als er een pleegkind in het gezin komt wonen? Wat is er nieuw, leuk, vreemd, of juist lastig?

Kelsey, ambassadeur bij Levvel MEE, wil graag meer betekenen voor andere eigen kinderen in pleeggezinnen. Bijvoorbeeld door haar ervaring te delen en aandacht voor deze kinderen te vragen.

Daarom heeft zij samen met Sebas en Marieke filmpjes opgenomen. Daarin delen zij hun ervaringen als eigen kind in een pleeggezin en delen ze tips met ouders die erover denken pleegouder te worden en pleegzorgwerkers die deze gezinnen begeleiden.



“Neem je eigen kinderen mee in het besluit om pleeggezin te worden

Ervaring van eigen kinderen

Kelsey: "Wanneer er een pleegkind in een gezin komt wonen, verandert er ook veel voor de eigen kinderen van pleegouders. De eigen kinderen krijgen er ineens een "broer" of "zus" bij, moeten hun ouders gaan delen en kunnen zich ook verantwoordelijk gaan voelen voor een pleegkind. Eigen kinderen van pleegouders spelen een grote rol



binnen het gezin en hebben veel invloed op hoe de plaatsing van een pleegkind in het gezin verloopt. Ik vind het belangrijk dat er ook aandacht is voor deze eigen kinderen en dat er gekeken wordt naar hun rol binnen het gezin en naar wat zij nodig hebben. Samen met Marieke en Sebas heb ik een filmpje gemaakt waarin wij vanuit onze ervaring als eigen kind van pleegouders vertellen wat wij belangrijk vinden en wat volgens ons heeft gewerkt tijdens een pleegzorgplaatsing."

De filmpjes die zijn gemaakt door Kelsey, Sebas en Marieke zijn in september 2022 klaar. Ze zullen onder andere worden gebruikt op informatie bijeenkomsten voor (toekomstige) pleegouders, en bij het geven van voorlichting en training aan pleegzorgwerkers.

Taboegbeeld

In de podcastserie Taboegbeeld dragen jongeren zelf onderwerpen aan die voor hen belangrijk zijn en werpen zij een ander licht op taboes. Dit levert afwisselende gesprekken op waarin de deelnemers persoonlijke ervaringen delen en vragen van andere jongeren beantwoorden. We spreken Valesca van Levvel MEE, initiator van de podcast.

Hoe kwam je op het idee voor Taboegbeeld?

"Door een tv-programma waarin non-binaire mensen publiekelijk belachelijk werden gemaakt. Ik voelde me aangesproken en wilde er graag een podcast van maken. Met de organisatie 'de Jeugd van Nu' gingen we er echt een project van maken. We hebben in verschillende 'studio's' gezeten, van de Italiaanse Zaal in het Stadsarchief Amsterdam, tot in een soort achterhoek van een gebouw gepropt."

Hoeveel podcasts zijn er al geweest? En welke onderwerpen hebben jullie aangekaart?

"Er zijn inmiddels zes afleveringen uit! Rondom onder andere gender, discriminatie in het onderwijs, eenzaamheid onder jongeren. Vrij divers dus, maar onderwerpen die vooral jongeren aangaan."

Hoe bouwen jullie de afleveringen op? Wat zijn basis onderdelen, en hoe vinden jullie sprekers en deelnemers?

"Vanaf het begin was Taboegbeeld een heel dynamisch project. Dat zie je denk ik ook terug in hoe we de voorbereidingen treffen. Onderwerpen voor afleveringen komen





De podcast zonder stigma

vooral vanuit jongeren zelf, die ons via Instagram (@taboegbeeld) een bericht sturen. Zij komen dan met vragen of onderwerpen waar zij graag serieus over willen praten. Ik kies dan met de anderen een onderwerp uit. De presentatoren gaan vooral via eigen netwerk. Tot nu toe vind ik dat ook erg goed gaan. Het zijn stuk voor stuk getalenteerde mensen."

Wat is de meest beluisterde aflevering tot nu toe?

"De meest beluisterde aflevering is de eerste, non-binair met 1K views. Daar ben ik nog het meest trots op.

Die aflevering had zo'n groot bereik, onbekende mensen die me een berichtje stuurden dat ze zich echt gehoord voelden, interviews die ik mocht doen voor artikelen, etcetera. Heel bizar vond ik dat. Ook hadden we een fijn team met mensen, waaronder onze presentator van aflevering 1 en 2: Luuk Dresen. Doordat hij zichzelf zo comfortabel wist te maken voor de microfoon, voelde ik me ook rustiger.

Echter is onze eerste presentator, Luuk Dresen, onlangs komen te overlijden. Op 27-jarige leeftijd is hij bij een ongeluk omgekomen. Luuk leerde ik kennen via Taboegbeeld, hij was iemand die met veel talent kon presenteren."

Wat vond jij de leukste of spannendste aflevering om te doen?

"Bij de derde aflevering over discriminatie mocht ik twee mensen interviewen die mij vooral veel hebben geleerd. Ik heb gelukkig nooit zelf te maken gehad met discriminatie, maar daardoor des te leerzamer en verrijkend om erover te horen van mensen met ervaring. De gesprekken die ontstonden en hoeveel zij deelden maakten me erg onder de indruk."

Is al bekend waar de volgende aflevering over gaat?

"Yes, de volgende afleveringen gaan over armoede en geloof. Ik weet nog niet of ik er zelf bij zal zijn, maar wat ik heb gehoord over de sprekers heb ik er heel veel vertrouwen in dat het een mooie aflevering wordt."

*Benieuwd
naar de
podcasts?
Je luistert
ze hier.*



Ouders en jongeren

van 't Hart

Ik vind het belangrijk dat er beter naar de ouders geluisterd wordt want die kennen hun kind als beste. En dat de hulpverlening meer per individu moet kijken want niet alle kinderen met een bepaalde stempel hebben dezelfde aanpak nodig.

Tamara (moeder)



Een warme knuffel van Miss Joy Catherina Ayaan. Als ouders versterken we elkaar in 't Hart. we zijn *gezegend* met een team gevuld met erg getalenteerde, diverse en ruimdenkende leden, die bereid zijn om te leren, te delen en ideeën uit te wisselen, over hoe we het *beste* zouden kunnen zijn om bij te dragen aan postieve veranderingen in de jeugdzorg.

Ayaan (moeder)

Wat ik goed vind aan pleegzorg is dat kinderen echt de kans krijgen om veilig op te groeien, daarbij is genoeg steun qua pleegzorg begeleiding. Ik ervaar zelf veel steun als pleegmoeder: er wordt door mijn begeleidster goed geluisterd, advies gegeven en de cursussen zijn goed georganiseerd. Wat ik minder goed vind is dat pleegkinderen vaak veel te lang moeten wachten op hulp. Vaak wordt dit ook tegengewerkt door ouders. Het is belangrijk dat ouders een goede band houden met het kind, het kind moet altijd voorop staan.

Communicatie tussen ouders en pleegouders vind ik ook belangrijk, indien mogelijk. Als pleegouder is het belangrijk dat je rekening houdt met je gezin, zodat ieder de ruimte en rust heeft voor ontspanning. Verder raad ik ieder aan om naar de pleegzorg app *levvelpleegzorg* te kijken, daar is veel informatie te halen.

Carolien (pleegmoeder)



Een hulpverlener moet veel positiviteit in zich hebben, al één negatief woord of daad kan heel sterk bij iemand overkomen zonder dat een hulpverlener dat door heeft. Er moet meer gekeken worden naar behoeftes van een kind, en niet van de ouders of pleegouders. Er moet meer geluisterd worden naar een kind. Hulpverlener moet achter kind aan en niet kind achter hulpverlener. Ze moeten met kinderen omgaan net alsof het hun eigen kinderen zijn.

Amina (jongere)



Ik ben moeder van 5 kinderen; 1 bonus dochter, dochter, zoon en mijn 2 “kleintjes”. Ik woon samen met mijn man en kinderen. Momenteel werk ik bij Garage2020 als projectmedewerker en ervaringsdeskundige. Ik heb veel ervaringen kunnen opdoen bij verschillende (voornamelijk jeugdhulp) organisaties, omdat ik zelf een heleboel heb meegemaakt. In Amsterdam Zuidoost zag ik dat de uitstroom norm voor kinderen op de basisschool vaak vmbo basis/kader is. Ook mijn twee oudste (biologische) kinderen kregen dit advies. Na heel veel vechten bleken zij HAVO leerlingen te zijn. Wat mij deed denken: hoe komt het dat het uitstroom advies van ál die kinderen zo laag is? Samen met Garage 2020 concludeerden wij dat dit komt doordat ouders en kinderen niet de juiste ondersteuning ontvangen wanneer dat nodig is, om verschillende redenen. Daarom heb ik het project *APPARENT* opgestart.

Ik mocht mij toevoegen aan 't Hart Ouders om ook hier ouders te kunnen ondersteunen. Na jaren mag ik met geluk zeggen: “ik heb mijn plekje gevonden.”

Unique (moeder)



Ik hoop dat de communicatie beter wordt en dat we daardoor beter begrepen kunnen worden. Ik merk dat er heel erg naar pleegouders geluisterd werd en niet naar mij, waardoor heel veel dingen niet klopten en er verkeerde beslissingen werden gemaakt.

Dat wil ik bespreekbaar maken.

Elisa (jongere)

Mij lijkt het een goed idee als er ook cursussen komen voor kinderen die met pleegkinderen samenwonen. Om bijvoorbeeld meer te weten over trauma en andere weetjes. Dat wil ik graag meegeven aan hulpverleners.

En voor ouders waarvan hun kind op een groep komt, dat ze beter leren omgaan met dat hun kind niet meer bij hun woont.

Mikansia (biologisch kind pleegouder)



 Hart
samen

Hoe is 't Hart gestart?

Voor ouders bestonden een aantal mogelijkheden qua participatie bij Levvel, maar vrij gering: de cliëntenraad en het oudercafé. Dit laatste kwam door Covid volledig stil te liggen. En niet iedereen voelt zich thuis in een formele setting als een raad. Om ouders, buiten de cliëntenraad, een rol binnen de organisatie te bieden, hebben we tijd geïnvesteerd om de behoeften van die ouders te inventariseren. In 2021 is Annette, ervaringsprofessional in het Ervaringskennisteam, daarom gestart met een ouderparticipatie groep: 't Hart.

Na een aantal maanden bleken er meerdere behoeften binnen de groep te spelen, en meer mensen wilden aansluiten. Daarom is de groep gesplitst en aangevuld met nieuwe leden.



't Hart bestaat uit 2 participatie groepen:

't Hart (Ouders) is een lotgenotengroep voor ouders. Zo is er naast een hulpverleningstraject ook ruimte voor herstel en empowerment, met aandacht voor het vergroten van eigen kracht. Hierbij wordt gekeken naar talenten en mogelijkheden vanuit individuele en collectieve competenties.

Bij 't Hart (Samen) trekken ouders en jongeren gezamenlijk op. Zij bespreken en verdiepen zich in onderwerpen die spelen, waarbij ook gastsprekers langs komen. De deelnemers zijn zowel individueel (op expliciete kennis) als in groepsverband (collectieve kennis) te raadplegen.

Beide groepen willen dingen bespreekbaar maken in de organisatie en breder in de jeugdhulp.

Ouders en jongeren van 't Hart

Top 3 signalen

van jongeren & (pleeg)ouders

Ophalen signalen

Elk kwartaal filteren we als ondersteuners zoveel mogelijk de signalen die we oppikken uit de bijeenkomsten en vergaderingen die we hebben met kinderen, jongeren en (pleeg)ouders.

Noteren

De signalen die we verzamelen zetten we in een gedeeld bestand (incl. informatie over vanuit welke groep dit komt, of het al opgepakt wordt, met oog voor discreet eventuele herleidbaarheid, e.d.).

Navragen Top 3

Alle signalen worden voorgelegd aan de verschillende groepen van jongeren en (pleeg)ouders, zodat zij een Top 3 op dat moment kunnen bepalen. Denk aan de raden (kinderenraad, jongerenraad, ouderaad, pleegouderraad) en de participatiegroepen (‘t Hart, ‘t Hart Samen en Levvel MEE).

Bespreken

Op basis van de stemming van kinderen, jongeren en (pleeg)ouders distilleren we in het ondersteuners overleg de 3 belangrijkste signalen van dat moment: **De Top 3 signalen van jongeren en (pleeg)ouders**. We bespreken in het MEP team met wie we dit nadrukkelijk gaan delen.

Verwerken

De Top 3 wordt na het MEP overleg in het juiste format gegoten. Dit gaat ter controle nog langs communicatie voor de laatste slag.

Delen op LEV

De **Top 3 signalen** wordt gedeeld op LEV. Zo krijgen alle collega's een inkijkje in wat jongeren en (pleeg)ouders bezig houdt. Daarnaast wordt het actief onder de aandacht gebracht bij die personen in de organisatie die hier het meeste invloed op (kunnen) hebben.

Een van onze doelen binnen Levvel is de stem van kinderen, jongeren, ouders en pleegouders goed te laten terugkomen, zodat we sámen zorgen voor verbetering van de zorg. Met deze verschillende groepen jongeren en (pleeg)ouders bespreken we heel veel. Wat goed gaat, minder goed gaat, wat er bij hen speelt en waar ze zich zorgen over maken.

Als jongere of (pleeg)ouder kan je binnen Levvel op verschillende manieren meedoen en meepraten. In de verschillende cliëntenraden die er zijn, in participatiegroepen of tijdens bijeenkomsten en activiteiten. In 2022 zijn we gestart de signalen die naar boven komen in gesprekken en bijeenkomsten beter te bundelen. Op basis daarvan stellen we elk kwartaal een top 3 belangrijkste signalen van dat moment samen. Hoe we dat doen lees je in de afbeelding links.

Elk kwartaal delen we vanuit het **MEP team*** deze top 3 met alle collega's van Levvel. Ook gaan we erover in gesprek met bijvoorbeeld de directieleden en de bestuurders. De Top 3's van jongeren, ouders en pleegouders voor de eerste drie kwartalen van 2022 vind je op de pagina's hierna.

*= collega's binnen Levvel die zich bezig houden met samen optrekken: Medezeggenschap, Ervaringskennis en Participatie (MEP)

1

Een dossier dragen wij een leven met ons mee

Dit kan grote consequenties voor ons hebben. Het gaat vooral om:

Soms lijkt mijn dossier meer een strafblad.

- Jongere



a) Hoe er over mij wordt gesproken in het dossier

Dit gaat niet altijd goed, qua bejegening en formulering. *Hoe komt de inhoud tot stand? Wat als ik het niet eens ben? Mag ik correcties, aanvullingen en/ of toevoegingen doen, en hoe? Hoe kunnen wij zoveel mogelijk samenwerken bij vastlegging in dossiers?*

b) De bewaartermijn

Die is minimaal 20 jaar. Dat is aan de ene kant wel fijn: ik kan het dossier nog lang opvragen. Dit gaat nu soms moeizaam, maar er is ook veel onduidelijk. *Wat als ik dit niet wil? Of wat als ik het juist later nog wil inzien? Wat zijn mijn rechten voor vernietiging? En verschilt dit voor jeugdhulp en jeugd-ggz?*

Soms willen we wat meer bij de hand genomen worden.

- Ouder jeugd-ggz



2

We missen een vast aanspreekpunt - of een 'casemanager'

Wij merken nog niet echt iets van de werkwijze in het professioneel statuut (evaluatie voorjaar 2022).

Hier lopen vooral ouders in de jeugd-ggz tegenaan, maar het wordt ook door andere jongeren en ouders herkend. De ervaring is ook dat we te weinig informatie krijgen, bijvoorbeeld over mogelijkheden, alternatieven en vervolgttrajecten.

3

Wij maken ons zorgen om werkdruk en verzuim

Onze zorgen om werkdruk en ziekteverzuim zijn groot. De indruk is dat er nauwelijks verzuimbegeleiding is. Ook laat de 'aftercare' te wensen over (bijvoorbeeld bij uitvallen of vertrek van een hulpverlener).

Er wordt van je verwacht dat je je bij elke nieuwe persoon weer helemaal open stelt.

Dat moet je echt eerst opbouwen, die openheid en het vertrouwen.

Een overgangsperiode is dan wel zo fijn.

- Jongere



Hoe wordt daar bij stilgestaan? Hoe kun je op tijd toe bouwen naar een vervanger?

Wij willen graag meedoen en meedenken, op momenten dat dit voor ons mogelijk is.

Helaas worden wij regelmatig pas later in het proces of achteraf gevraagd om mee te doen en mee te denken. Als onze input wel wordt gevraagd, is dat soms op momenten dat het onmogelijk is voor ons om aan te sluiten. Hierdoor voelen wij ons onvoldoende betrokken.

1

Wanneer kan je ons betrekken?

Er lijkt onvoldoende alertheid en/of bewustzijn in de organisatie te zijn over wanneer wij kunnen worden betrokken. Doordat er zoveel gebeurt en niemand specifiek deze taak heeft, schiet het er snel bij in, waardoor het vaak niet of (te) laat gebeurt.

Wijs een 'waakhond' aan:
een medezeggenschap coördinator, die lid is van het directie-overleg. Deze coördinator kan bij een nieuw idee of besluit alert zijn op het betrekken van de verschillende raden!

(kinderraad, jongerenraad,
(pleeg)ouderraad)



Laat ons zelf filteren.

Bijvoorbeeld op basis van de beslis-agenda. Dan kunnen wij zelf aangeven waarover wij willen meebeslissen.

- Levvel Centrale Cliëntenraad (LCC)



2

Waar betrek je ons wel of niet bij?

Er wordt vaak gefilterd welke onderwerpen er aan ons worden voorgelegd.

Reden: *"Er wordt dagelijks zo veel besproken en besloten, het is onmogelijk jullie overal bij te betrekken".*

Hierdoor zijn wij van sommige belangrijke beslissingen niet op de hoogte. En missen jullie onze input, die helpt goed aan te sluiten bij de doelgroep.

3

Koppel je ook aan ons terug?

Als wij ergens over mee hebben gedacht blijft een terugkoppeling vaak uit. Wij moeten dan zelf navragen wat er is gedaan met onze input.

Hierdoor kan het voor ons voelen alsof wij het voor niets doen.

Plan gelijk een terugkoppeling in zodra wij worden betrokken. Laat bijvoorbeeld de 'waakhond' controleren of dit ook gebeurd is.

En laat het punt in de actielijst (notulen) staan tot er is teruggekoppeld.

- LCC



1

Verbinden

Lewvel biedt zoveel, alleen bereikt het aanbod ons onvoldoende.

Bijvoorbeeld hulp bij de overgang naar zelfstandigheid (18+), uitleg over beperking of ziekte van ouders en hoe hiermee om te gaan, hulp bij een vechtscheiding of ondersteuning bij school. Ook het wachtlijstcoachteam is lang niet overal bekend. Het zou fijn zijn als jullie meer zicht hebben op wat er beschikbaar is en dat aan ons kunnen koppelen.

Als jullie van elkaar niet weten wat jullie doen, komt dit ook niet bij ons terecht.

Hulpverlener, je hoeft niet alles zelf te weten en doen. Zoek ook eens door in de organisatie naar wat je nodig hebt en verbind die andere mensen of dingen met ons.



Het voelt alsof jullie vaak te veel, te snel van ons verwachten. Maar andersom werkt dat niet zo.



2

Aansluiten

Voordat wij persoonlijke en lastige dingen met jullie delen, willen wij ons veilig genoeg voelen. Dit heeft tijd nodig, en bereik je door goed bij ons aan te sluiten. Bijvoorbeeld:

door ons te vragen waar wij een kennismakingsgesprek willen laten plaatsvinden. Maar ook door iets persoonlijks te delen, of ook eens sorry te zeggen als er iets niet goed loopt. En wanneer de hulp stopt misschien nog eens iets van je te laten horen.

Want als we echt goed aansluiten in ons contact, stopt dat dan (volledig) bij het einde van de hulp?

3

Werken met ervaringskennis

Hulpverleners kunnen meer over zichzelf en hun eigen ervaringen delen. Het verschilt heel erg per hulpverlener of dit wel of niet gebeurt, terwijl wij denken dat het werkt. Vaak voelt het ook alsof er niet wordt geluisterd naar alle verschillende perspectieven. Een ervaringsdeskundige kan echt helpen onze stem daarin te versterken. Vooral degenen onder ons met pleegzorg ervaring missen het inzetten van ervaringskennis.

Jij bent ook gewoon een mens en maakt ook dingen mee.



Een dossier...

Dossiers kunnen veel impact hebben op het leven van een jongere, ook wanneer de hulp al is afgerond. Dit kwam onder andere naar voren in de eerste TOP 3 signalen van 2022 (zie p.21). Daarom zijn we hierover samen in gesprek gegaan: met jongeren van Levvel, ExpEx, en medewerkers en juriste van Levvel. Welke ervaringen hebben de jongeren met hun dossier, het opvragen daarvan, en wat kan Levvel hierin verbeteren?

In de hulpverlening wordt gewerkt met dossiers, waarin staat welke hulp je krijgt en met welk resultaat. Die dossiers worden nog 20 jaar bewaard na afronden van de hulp, of geteld vanaf je 18e verjaardag. Juist als je wat jaartjes ouder bent (of zelf kinderen krijgt) wil je soms weten hoe dingen in het verleden zijn gegaan, of wat er precies is gebeurd.

Tijdens een bijeenkomst hebben we het gehad over dossiers, wat jongeren hiervan weten, vinden, en wat zij hebben meegemaakt op dit vlak. De ervaringen van de jongeren liepen erg uiteen: sommigen hadden nog nooit iets uit hun dossier gezien, anderen hadden er samen met de therapeut in gekeken, of het volledige dossier opgevraagd. Waarover in ieder geval iedereen het wel eens was: een dossier is niet zonder consequenties.

Er wordt met je
dossier een stempel
op je geplakt, je wordt
gezien als het
probleemkindje, er
blijft een stigma op
heersen.



...je draagt het je hele leven mee



Een aantal ervaringen:

- > veel van wat er in stond was niet begrijpelijk geschreven.
- > het kan fijn zijn met je hulpverlener samen dingen uit het dossier erbij te pakken en te bespreken.
- > er stonden ook dingen die niet klopten, en daar zaten wel grote en vervelende consequenties aan.
- > het is niet makkelijk als jongere om iets te laten aanpassen of schrappen, als jij het niet eens bent met hoe iets is opgeschreven.
- > er stonden vooral veel negatieve dingen in, er is (bijna) geen aandacht voor het positieve.
- > mensen hadden meestal al een mening klaar o.b.v. het dossier zonder de jongere zelf te (leren) kennen.

Luister hier het nummer van Moraya over haar ervaring met haar dossier



Er kwamen meerdere punten naar voren waar Levvel mee aan de slag gaat. Vaker en beter communiceren over dossiers bijvoorbeeld, dat er een dossier wordt bijgehouden en wat je rechten als jongere zijn. Dat moet op meerdere momenten in het hulpverleningstraject, en in de vorm van een flyer, maar ook in 1-op-1 gesprekken.

Ook is het ontzettend belangrijk hoe er over jou wordt geschreven in het dossier, daar is nog een wereld te winnen. Levvel wil daarom haar medewerkers daar beter in begeleiden en trainen.

“Ik ben niet mijn dossier

Levvel MEE

met eigen ervaring



Kelsey: "Samen met Valesca en Fleur zijn we nu de groep 'Levvel MEE'. We hebben een diversiteit aan eigen ervaring in de jeugdzorg, als kind in een pleeggezin en met therapie in de GGZ bijvoorbeeld. We zetten eigen projecten op, waaronder bijvoorbeeld de Taboegbeeld podcast, video's van de pleegzorg en het tattoo project.

Hierover kun je meer lezen in dit magazine.

Een nieuw project waar we nu mee bezig zijn, is een flyer 'Aan het werk met je ervaringskennis'." **Valesca:** "Dit idee kwam in me op omdat er volgens mij heel veel jongeren met ervaring binnen de jeugdzorg zijn die hier iets mee willen doen."

Fleur: "Ik zat zelf laatst in dat proces, en het is veel uitpluizen wat hiervoor de kansen en de mogelijkheden zijn."

Mannus: "Met de flyer willen we jongeren helpen hun 'bestemming' te bepalen en verschillende routes te schetsen hoe je daar kunt komen. We delen onze eigen ervaringen, tips en links naar meer info."

Deze flyer komt na de vakantie online op Levvel.nl/MEP

Wil je ook samen met ons ideeën bedenken, plannen maken en projecten uitvoeren? Stuur een mail naar Esther (e.d.ruigh@levvel.nl)



We zorgen ook voor 'gezonde snacks'...

Levvelen met je

In de training 'Werken met je ervaring' van het Ervaringskennisteam leren collega's van Levvel alle ins en outs over ervaringsdeskundigheid. Je reflecteert op (levens)ervaringen en wordt gestimuleerd deze bron van kennis bewust bekwaam in te zetten in contact met cliënten en in het team.

Tijdens de trainingsdagen bouwen we collectieve ervaringskennis op door onderling ervaringen uit te wisselen. Je reflecteert op je eigen (ingrijpende) levenservaringen en oefent het delen en inzetten hiervan. Je gaat ervaringskennis (naast praktijkkennis en wetenschappelijke kennis) in je werk en de organisatie beter leren te positioneren. Een aantal collega's delen hun ervaring:

“Eigenlijk werd er in de praktijk gebracht wat ervaringskennis delen kan betekenen: mensen voelden zich gehoord, herkenning, werden geraakt en geïnspireerd. Je stelt je open om van elkaar te leren en te verbinden.

Het is een training die inzichten geeft over de waarde van een rugzak. Een rugzak wordt vaak negatief belicht in de maatschappij terwijl er heel veel kracht in zit. Je leert anders te kijken naar ervaringen en het deskundig zijn in je eigen ervaringen..
Je beseft hoeveel meer je op elkaar lijkt dan je op het eerste oog dacht.



Jamila

Patrick



Foto: Maaïke Koning

De training heeft mij bijzonder

veel gebracht op het gebied van zelfreflectie, zicht op mijn eigen herstelproces.

Maar vooral het leren uitdragen dat ervaringskennis iets is wat veel van ons hebben die in de (jeugd)zorg werken, dat het met goede training is om te zetten naar ervaringsdeskundigheid en dat het ontzettend waardevol is dat in te zetten in mijn dagelijks werk. De training bood daarnaast een veilige en collegiale omgeving om echt met elkaar de diepte in te gaan en kwetsbaar te durven en mogen zijn. Een absolute aanrader voor iedereen binnen Levvel die zelf of via familie, vrienden, partners of kinderen ervaring heeft met de (jeugd)zorg.

ervaringskennis

Ik heb gemerkt tijdens de training hoe mooi en waardevol het is dat we als collega's onder elkaar spreken over onze ervaringen, over onze kwetsbaarheden en krachten. Ik ben een stuk bewuster geworden van de hele tank aan kennis/levenservaring die eenieder binnen Levvel met zich meedraagt en hoe zonde het eigenlijk is daar nog weinig mee te doen.

Überhaupt het opener zijn over mentaal welzijn op het werk is iets wat naar mijn mening nog veel beter kan en moet. Zeker ook in ons werk, waarin best wat collega's jaarlijks uitvallen met o.a. psychische problemen. Maar je ziek melden omdat je een slechte mentalhealth dag hebt, voelt voor mij in ieder geval nog als een ver van mijn bed show. Terwijl een hoop mensen deze rustdag misschien wel net zo hard nodig hebben als een met-griep-in-bed-dag. Boven alles, zet het me aan het denken.



Kelsey

Jannike



Het is een training die veel met mij persoonlijk heeft gedaan en eigenlijk nog steeds doorwerkt. Naast de theorie en de handvatten heb ik ook veel aan de connectie die we met elkaar hebben gemaakt. Je collega's leren kennen is zo belangrijk.

Ik merk dat ik vol met oordelen zit, tot het moment dat iemand zich openstelt en ik iemand beter leer kennen. En wanneer ik zonder oordeel ben en mezelf openstel dan wordt die connectie nog veel sneller gemaakt..

Ik heb tijdens een bijeenkomst van de training een stuk erkenning gevonden in de lijn van herstel. Ik zag en hoorde ineens een uitleg die voor mij geschreven lijkt te zijn. Je zet een paar stappen vooruit, je gaat een stapje terug en weer vooruit. Je komt in een lijn terecht met pieken en dalen, maar de dalen worden steeds ietsje minder diep en je pieken worden steeds wat hoger. Je weet even helemaal niks, je gaat accepteren, je wilt vechten, je zit in meerdere fases tegelijk, dat ben ik!

Ik voel me iets minder suf en zwak dat ik mij zo voel en dit allemaal meemaak, want ik ben dus niet de enige. Heel erg veel mensen maken iets mee en ze gaan allemaal door hetzelfde proces. Ongeacht je rugzak. Iedereen weer op zn eigen manier, maar ik voel me iets minder alleen.

Tijdens de training heb ik ook verhalen gehoord van anderen die mij professioneel aan het denken gezet hebben. Ik heb een nieuw stukje van mijn naaste collega leren kennen waardoor ik haar meer als mens en haar ervaringen zie dan alleen die collega die naar mijn idee heel er goed is in haar werk. Ook zij heeft een rugzakje, ik ben niet de enige.

Danielle



Hoe we bij Levvel
werken met
ervarings-
deskundigen?
Scan de QR code



‘We willen normaliseren dat hulpverleners hun eigen ervaringen delen. Hiervoor moeten ze daar eerst een bron van kennis van hebben gemaakt en leren het bewust bekwaam in te zetten. Voor (h)erkenning en gelijkwaardig contact, waarin zowel hulpvrager als hulpverlener open over zichzelf kunnen zijn.’



De reacties op de training zijn enthousiast. Hoe kijken jullie hier op terug, en hoe doen collega's het?

Mannus: "Ik word elke keer dat we de training geven zo blij. Van de diversiteit in onze organisatie en de hoeveelheid kennis die we bezitten uit levenservaring. Niet alleen bij hulpverleners, maar ook bijvoorbeeld bij directie en ondersteunende diensten. Tijdens de training benadrukken we dat een cliënt wel voelt of iets oprecht en authentiek is. Het is mooi te zien dat iedereen dan een eigen weg, aanpak en manier vindt voor de inzet van eigen ervaring in het werk."

Diantha: "Ik merk dat we naast het trainen van medewerkers over bewust bekwaam ervaringskennis inzetten zo veel meer teweeg brengen. Het is mooi om te zien hoe veel deelnemers een persoonlijk (ontwikkel)proces induiken. Dat is een prachtige bijvangst."

Wat doet het ErvaringsKennisTeam nog meer, naast het trainen van collega's?

Mannus: "Voor Vakmanschap interview ik collega's in podcasts en bij events. Ook denken we mee bij sessies omdenken voor de wachtlijst, digitaal aanbod, en creëren van groepsaanbod zodat mensen vast ondersteuning kunnen ontvangen voordat hun behandeling begint. Ook geef ik samen met een collega les op de HvA over presentie en ervaringsdeskundigheid."

Annette: "En ik denk mee op de HvA voor de nieuwe opleiding Associate Degree van social work. Daarnaast zijn we actief in meerdere kennisnetwerken, zoals diversiteit, forensisch en gedrag, en gezin & systeem. Op 12 oktober organiseren we een talkshow op een mooie locatie in Amsterdam om verschillende vormen van kennis samen te brengen: uit ervaring, praktijk en wetenschap. Ook heb ik samen met Diantha meegedacht voor de Generieke Module voor Ervaringsdeskundigheid van Movisie."





Diantha: "We hebben ook cliëntcontact. Annette ondersteunt vooral ouders en naasten, ik ondersteun vooral jongeren. En we kaarten ook dingen aan, zoals neurodiversiteit.



Dat we niet het individu willen veranderen om in de samenleving te passen, maar een inclusieve samenleving creëren waarin iedereen zich welkom voelt en kan zijn wie die is."

Waar in Levvel zijn nu ervaringswerkers in dienst?

Annette: "In het ervaringskennisteam zijn we met z'n drieën, er zijn nu vier ervaringswerkers op de afdelingen en één in het HOT Team. Ik begeleid twee stagiaires in opleiding tot ervaringswerker. Er is meer interesse, en er zijn plannen bij andere teams, zoals bij Gebiedsgericht werken."

Hoe houden jullie onderling contact?

Mannus: "We hebben een Whatsappgroep, spreken soms met elkaar af om te lunchen of om bij te praten, en we hebben maandelijks intervisie waarbij we praktijksituaties bespreken en van elkaar leren. Ook gaan we na de zomer als groep eigen WRAP's maken, dat klinkt lekker als gezellig eten haha, maar het zijn Wellness Recovery Action Plans."

Wat willen jullie graag nog bereiken?

Annette: "Naast de WRAP willen we meer methodisch werken en onze aanpak overdraagbaar maken. We zijn in gesprek met een organisatie die de herstel ondersteunende intake (HOI) gebruikt. Ook werken we toe naar een herstelwerkplaats. Hiervoor leggen we verbinding met bestaande herstelwerkplaatsen van andere organisaties en eigen collega's met creatieve ideeën. Er is al een 'technische' werkplaats waar geklust wordt en we willen ook een plek waar we met o.a. theater aan de slag kunnen."

Ervaringswerkers

Binnen Levvel werken al langer ervaringsdeskundigen, zij hebben veel bereikt via beleid en casuïstiek. De wens is al langer om deze inzet uit te breiden en een meer vaste plek te geven in de zorgteams. Bianca werkte daar al, en in juni dit jaar zijn Guido, Diantha en Sanne gestart op de afdelingen o2o, San Remo, Panama, Atlantis, Santiago, San Francisco en poli Ziekenhuisteam.

Guido, hoe gaat het tot nu toe?

"We zijn nog maar net gestart. Tot nu toe heb ik me vooral gefocust op het contact met jongeren om zo een band met hun op te bouwen. Als ik kijk naar hoe dat contact gaat denk ik dat dat wel goed gaat."

Hoe wordt er op je gereageerd?

"Jongeren reageren vaak positief waarbij een aantal jongeren hebben aangegeven dat ze ook geïnteresseerd zijn om ervaringsdeskundige te worden en benieuwd zijn naar hoe je dat kan worden."

Veel collega's geven ook aan dat ze het fijn vinden dat er gewerkt gaat worden met ervaringsdeskundigen en zijn benieuwd hoe ik de rol ga invullen. Het is ook fijn dat er meerdere ervaringsdeskundigen in dienst zijn waar ik op kan terugvallen als dat nodig is."

Wat vind jij het belangrijkste in je werk?

"De menselijke maat, oprechte interesse en écht contact, dat heeft bij mijzelf goed gewerkt toen ik in de hulpverlening terecht kwam. Daarom is dat ook mijn startpunt in contact met jongeren. Er eerst gewoon zijn, niet direct in oplossingen gaan denken. Ik mag eigenlijk gewoon op de afdeling zitten en zo het contact laten ontstaan. En doordat dat zo laagdrempelig is, komt dat contact er ook snel."



op de afdelingen *gewoon doen!*

Wat ik ook heel fijn aan deze rol vind: ik hoef niet te behandelen. En als een jongere geen behoefte heeft aan contact met een ervaringsdeskundige, dan hóeft dat ook niet. Dat geeft heel veel rust in het contact, en zorgt ook voor een ánder contact."

Hoe zet jij jouw ervaring in?

"Mijn ervaring delen is niet het doel. Wanneer ik het idee heb dat het kan helpen dan deel ik mijn ervaring en hoe ik daar nu naar kijk of mee om ga. Niet om hun te overtuigen van mijn manier, maar om te laten zien dat er een andere manier is om er naar te kijken.

Ik kon mij op een bepaald moment goed spiegelen aan iemand via internet, ik herkende veel uit zijn situatie en hij liet mij zien dat ik ondanks een slechte start alsnog wat van mijn leven kon maken. Het is mooi dat ik deze rol in de toekomst misschien ook kan vervullen voor anderen. Maar mijn ervaring delen is niet de basis van wat ik doe. Het belangrijkste is het verbinding aangaan, empathie tonen en ondersteunen."



Vanuit mijn opleiding heb ik geleerd *don't tell them, show them. En dat ben ik op mijn manier aan het doen.*

Bianca, jij doet dit al langer, hoe gaat het bij jou?

"Zo'n 12 jaar geleden ben ik begonnen als ervaringswerker op San Remo en Santorini. Met ontzettend veel plezier en enthousiasme doe ik mijn werk. In het begin was het even zoeken. Hoe kan ik ervoor zorgen dat ik de teams kan ondersteunen en aanvullen met mijn ervaringen, maar tegelijkertijd ook naast de jongeren blijven staan? Ik ben begonnen met het aanwezig zijn op de groepen. Alle onderdelen van therapie volgen, laten zien wie ik ben, een luisterend oor bieden waar nodig en op momenten mijn ervaringen delen."



Wat vind jij het belangrijkste in je werk?

"Ik heb in mijn eigen behandeling ervaren hoe belangrijk het is als iemand je aan kan horen zonder oordeel. Gewoon een luisterend oor, herkenning en het gevoel krijgen dat je er niet alleen voor staat hebben mij destijds geholpen in het stukje acceptatie. En voor mij het begin van het 'echt' aangaan van mijn angst, mijn behandeltraject. Dit inzien heeft mij ertoe gezet hier mijn werk van te maken, waarbij Levvel mij die kans heeft gegeven. Inmiddels werk ik dus al héél wat jaren als onderdeel van twee geweldige en kundige teams!

Vertrouwen is ook iets wat ik erg belangrijk vind. Ik weet uit eigen ervaring hoe moeilijk het is om je verhaal te delen. De schaamte die hier vaak bij komt kijken en hoe fijn het dan is om met iemand te praten die weet wat je doormaakt. Al snel merkte ik dat de jongeren zich snel op hun gemak voelden bij mij. 'Jij weet 'echt' hoe het is', is iets wat ik veel terug krijg. Dit schept vertrouwen en maakt dat jongeren zich makkelijker open durven stellen."

Hoe zet jij jouw eigen **ervaring** in?

"In mijn werk begeleid ik jongeren o.a. tijdens exposure momenten. Ik heb enorm veel respect en bewondering voor ze. Ik weet hoe het is om elke dag opnieuw weer die strijd aan te moeten gaan. Opstaan en meteen al in een sneltrein van piekergedachten te zitten. Dingen die normaal vanzelfsprekend zijn kosten al veel moeite en energie. En dan moet je ook een behandeling aangaan wat nog meer energie kost. Waarbij het 'opluchtingsgevoel' wat je op korte termijn ervaart, als je meegaat in de angst of dwang, plaats moet maken voor een héél vervelend, angstig en naar gevoel. Dit gevoel kan heel lang aanhouden en is niet na één keer vechten al meteen minder.

Het teruggeven dat ik uit eigen ervaring weet dat dit wel echt de manier is, dat dit rot gevoel erbij hoort (vals alarm) en dat het ook echt gaat zakken zonder er iets voor in de plaats te hoeven zetten, wordt als erg waardevol ervaren. Het delen van deze ervaringen vormen een basis van een bijzondere verbintenis. Het gevoel er niet alleen voor te hoeven staan geeft kracht en biedt steun. Ik weet hoe het is, maar ook hoe het kan zijn.

Door te laten zien wat ik allemaal meegemaakt heb, wat ik daarvoor heb gedaan en nog doe om tot het punt te komen waar ik nu sta. Ik hoop ze hierdoor een stukje hoop te bieden voor de toekomst."



Hoe betrek je de teams hierbij?

"Ik weet uit ervaring hoe lang de effecten van exposure oefeningen aan kunnen houden. Dit is iets wat ik vaak benoem naar de teams. Ik weet hoe snel je in de verleiding komt om dat rotgevoel toch op een andere manier kwijt te raken. Ik ben mij hier dan ook constant van bewust, signaleer het snel en speel erop in. Door mijn grote inlevingsvermogen weet ik vaak heel goed wanneer wat in te zetten."



Waarvan heb jij al vaker gemerkt dat het goed helpt of werkt?

"Humor speelt een belangrijke rol, net als het beeldend maken, zodat ik op de momenten dat het even zwaar is ik vaak aan één woord al genoeg heb. Een voorbeeld van wat ik veel gebruik is de lopende band. De gedachten er laten zijn; maar druk niet op de 'stopknop'. Alles wat je aandacht geeft groeit en dus ook onze angstgedachten en dat enorme rotgevoel

wat daarbij komt kijken. En die berg van dat rotgevoel is al zwaar genoeg om overheen te gaan. Vals alarm vind ik ook geweldig gevonden en gebruik ik zelf ook veel. Want hoe kan je nu níét reageren als jij ervaart dat er gevaar is?

Dit besef neem ik altijd mee.

Tijdens gesprekjes probeer ik samen met de jongeren te kijken of er een andere manier van beleven mogelijk is. Eentje die minder angstig is en waardoor je makkelijker ander gedrag in kunt zetten. Bij mij ligt de focus minder op het 'ziek' zijn. Ik kijk naar de persoon in zijn geheel en probeer ze te laten zien dat zij meer zijn dan hun angst of dwang. Ik kijk niet naar goed of fout. Ik ben heel open, deel veel maar durf ook veel vragen te stellen. Ik hoop hiermee de jongeren een bepaald inzicht mee te geven zodat ze zelf in kunnen gaan zien hoe zij aan hun eigen herstel kunnen werken."

Ik vind het geweldig om in deze twee teams te mogen werken. Samen kijken naar de beste weg voor elke jongere individueel. Dit samen werken maakt ons sterk!



ExpEx

Experienced Experts

Levvel werkt ook vaak samen met ervaringsdeskundigen van ExpEx (Experienced Experts). Dit zijn getrainde jongeren die zelf ervaring hebben in de jeugdhulp. Hulpverleners kunnen ExpEx inzetten als hoopverlener (of maatje) voor een jongere die zij begeleiden, vragen hun ervaring te delen, mee te denken, advies te geven, en ga zo maar door.

Als ervaringsdeskundigen kunnen de ExpEx vaak goed begrijpen waar jongeren doorheen gaan.

Als hoopverlener staan zij naast de jongere. Door Levvel worden de ervaringsdeskundigen op verschillende manieren betrokken. Op deze pagina's staan twee voorbeelden van opdrachten die ExpEx hebben uitgevoerd voor Levvel dit jaar.

Levvel Rebound klas

jongeren (12 t/m 17)

- gedrags- en/of motivatieproblemen
- volgen tijdelijk niet lesaanbod op hun reguliere school
- na afloop rebound periode terug naar eigen school

Rol ExpEx:

langs geweest in de klas voor voorlichting en een gesprek over onderwerp LHBTIQ+

Er was veel interesse, in de kring kwamen meteen al vragen. Het was bijzonder om in gesprek te gaan met de jongeren en mooi om te zien dat dit onderwerp ook best geaccepteerd werd. Sommigen wisten al veel van LHBTIQ+ af of hadden zelf ervaring, anderen waren heel nieuwsgierig hoe het allemaal in elkaar zit.

Ik vond het zelf heel bijzonder om hier mijn eigen ervaringsverhaal te mogen vertellen, omdat ik dit zelf nooit heb mee mogen maken. Ik ben in een gelovig pleeggezin opgegroeid, waar dit nog steeds niet makkelijk wordt geaccepteerd. Ik ben ook van andere komaf, in onze cultuur is het nog erg taboe. Om hierover te kunnen praten met deze jongeren was een speciale ervaring!

Cynthirella
10 mei 2022

Levvel Verschilt Maarten Luther Kerk

Rol ExpEx:

spreken over ervaringen
binnen het thema
LHBTI en religie

Zelf ben ik in een christelijk gezin opgegroeid wat soms voor botsingen zorgde door mijn seksuele geaardheid. Ik identificeer mij als panseksueel wat voor mij betekent dat ik verliefd kan worden of me aangetrokken kan voelen tot een persoon ongeacht diens genderidentiteit.

Het was mooi om mijn ervaringen rond dit onderwerp te delen, zeker met de kruising met het geloof en wat dit voor mij persoonlijk voor gevolgen had. En vooral bij hulpverleners die werken met jongeren die zich identificeren binnen het LHBTI+ spectrum en opgroeien in een gezin waar religie een grote rol speelt. Ik kreeg de ruimte en vrijheid om te delen wat ik wilde en wat voor mij belangrijk was om over te brengen. Ik wilde benadrukken dat zij goed luisteren naar de jongeren en hen serieus nemen, maar ook nooit *pushen* met het delen van hun seksuele geaardheid binnen het gezin, omdat dit niet altijd veilig kan zijn. Het allerbelangrijkste is dat er ruimte is voor de jongeren om zichzelf te ontdekken. En hiervoor zijn open en veilige gesprekken noodzakelijk, bijvoorbeeld met een betrokken hulpverlener.

Hoewel ik mijzelf uiteindelijk nooit echt thuis heb gevoeld in de kerk en er hierdoor bij mij ook nog wel eens boosheid richting de kerk kan zitten geloof ik echt dat er uiteindelijk overal ruimte kan zijn voor LHBTI+ mensen, ongeacht religie en achtergrond, zolang er vanuit liefde, openheid en respect wordt gehandeld.

Meer weten
over ExpEx?



Tirsa

7 oktober 2021



Graphic by
TSER

Samen optrekken

cliëntenraden van Levvel

Ideeën en meningen van kinderen, jongeren en (pleeg)ouders kunnen helpen om de hulp die Levvel biedt verder te verbeteren. Er zijn verschillende manieren om mee te praten en denken binnen Levvel. Bijvoorbeeld in een van de raden. Er zijn raden voor kinderen, jongeren, ouders en pleegouders. En zij zijn hard op zoek naar nieuwe leden.

De Pleegouderraad

"De Pleegouderraad is er voor de pleegouders en pleegkinderen die door Levvel begeleid en ondersteund worden. We luisteren naar wat er leeft en bespreken dat met de directie of andere betrokkenen. We praten bijvoorbeeld over financiën, beleid en externe ontwikkelingen die Levvel, pleegouders of pleegkinderen raken. Daarnaast werken we mee aan bijeenkomsten van landelijke organisaties voor pleegouders."



En ook de **Jongerenraad** wil graag dat nieuwe jongeren meedoen! Wil je aansluiten? Neem een kijkje op www.levvel.nl/MEP voor informatie en contactgegevens, of scan de QR code hieronder:

*Is een raad niet
echt iets voor jou?
Er zijn meer
manieren om mee
te praten en te
denken!*



De Ouderraad

"In de Ouderraad zitten ouders van wie een kind door Levvel behandeld of begeleid wordt. Samen zetten wij ons in voor andere ouders en hun kinderen. We luisteren naar waar andere ouders tegenaan lopen en kaarten dat aan. Met een kritische blik volgen we de ontwikkelingen binnen Levvel, we geven advies en praten mee over allerlei onderwerpen, bijvoorbeeld de klachtenregeling of een betere wifi-verbinding."

Pleegouder Bedil aan het woord

Een pleegouderraad, wat is dat eigenlijk?

"Kort gezegd is het doel van de raad het functioneren van pleegzorg bevorderen en de positie van de pleegouders versterken. Uitgebreider kan je denken aan kritisch meekijken, overleggen met, en het ondersteunen, informeren of adviseren van Levvel."

Hoe vaak komen jullie samen? En wat bespreken jullie zoal?

"De POR komt ongeveer negen keer per jaar bij elkaar in interne vergaderingen, en elk kwartaal met het bestuur erbij. Op de agenda stonden de afgelopen periode onderwerpen als wachtlijsten in de pleegzorg, klachten, hoeveelheid beschikbare pleeggezinnen. Maar bijvoorbeeld ook de werkdruk en vacatures binnen Levvel, veranderingen in systemen en contact met andere organisaties zoals gemeenten. Ook organiseren we bijvoorbeeld pleegouderbijeenkomsten."

Wat voor mensen zitten er in de raad?

"Het streven is dat de POR uit pleegouders bestaat die verschillende vormen van pleegzorg bieden, zoals crisisplaatsen, weekendopvang, langdurige plekken en alles daartussenin. Het is een wettelijk verplicht advies- en overlegorgaan, zeg maar de spreekbuis, van en voor pleegouders."

Hoe ervaart u uw deelname in de raad?

"Mijn persoonlijke ervaring na anderhalf jaar in de POR: we dragen samen onderwerpen voor de agenda aan, met een hoofdthema. Er wordt vlot en zeer to the point vergaderd, dus géén avondvullende praatavonden waarvan je naderhand denkt "wat hebben we nou eigenlijk besproken"?

En wat ik supertof vind: de notulen hoeven de POR leden niet zelf te maken!"

Nou, ik neem aan dat je nu staat te popelen om je aan te melden bij de POR? Dat kan!
Scan de code op de vorige pagina.



Woordzoeker

In het magazine zijn veel verschillende onderwerpen aangehaald. Kan jij ze in de woordzoeker hieronder terugvinden? De woorden staan horizontaal zowel naar links en rechts, en verticaal zowel naar beneden als boven geschreven. Succes!

L	G	I	N	C	V	M	M	C	W	Q	U	U	H	C	K	J	N
F	T	G	N	I	R	A	V	R	E	V	F	S	R	I	V	H	M
C	S	H	A	F	L	E	V	V	E	L	O	T	K	Y	Q	X	L
F	I	G	A	O	S	R	W	Y	W	X	A	E	U	L	E	F	E
T	N	S	F	R	B	I	I	M	E	L	M	M	N	O	Z	J	I
A	N	Y	T	N	T	C	D	P	D	G	T	D	S	C	I	X	G
B	E	M	R	E	G	W	X	G	H	X	K	A	T	K	P	N	E
O	K	I	E	L	P	E	D	H	T	P	P	A	P	D	L	X	N
E	S	N	I	A	L	K	N	R	T	S	W	R	L	O	E	O	K
G	G	E	S	N	E	I	E	G	H	R	O	N	E	W	E	O	I
B	N	R	S	G	E	N	K	L	G	E	R	E	E	N	G	O	N
E	I	E	O	I	G	U	E	L	O	D	K	T	G	N	O	T	D
E	R	G	D	S	K	H	T	M	G	U	S	N	E	I	U	T	M
L	A	N	Q	H	I	K	E	K	N	O	H	E	R	Z	D	A	P
D	V	O	K	E	N	O	G	J	A	N	O	I	S	E	E	T	S
C	R	J	M	N	D	T	S	O	V	J	P	L	Q	G	R	Y	X
Q	E	Y	T	N	N	M	F	I	X	D	S	C	K	Q	S	V	U
W	W	Z	G	A	T	N	E	M	A	S	Z	N	P	S	G	H	G

- EXPEX
- WORKSHOPS
- ERVARINGSKENNIS
- SIGNALLEN
- FOAM
- TATTOO
- DOSSIER
- LOCKDOWN
- TABOEGBEELD
- PLEEGoudERS
- KUNSTPLEEGERS
- GETEKEND
- SAMEN
- CLIENTENRAAD
- STEM
- HENNA
- OUDERS
- JONGEREN
- EIGENKIND
- VANGOGH
- LEVVEL
- PLEEGKIND
- HART
- ERVARING
- GEZIN

Zoek je mee?

Maak een foto van jouw puzzel en stuur deze op naar mep@levvel.nl of deel je foto op sociale media en tag Levvel



[levvel_jeugd](https://www.instagram.com/levvel_jeugd)

Kom je er niet uit, of wil je graag de oplossing van de puzzel? Dat kan! Stuur een mailtje naar mep@levvel.nl en dan zorgen wij dat de oplossing jouw kant op komt.

Laat je horen!

Heb jij ideeën?

Wil je ook graag meepraten?

Ben je benieuwd naar de mogelijkheden
binnen Levvel?



levvel.nl/mep
mep@levvel.nl

LEVVEL 
Voor jouw toekomst