

PM

Pleegzorg Magazine

DECEMBER - 2024

#42

Iedereen heeft een verhaal

Lezen en schrijven met elkaar

Boekenspecial

Schrijf het van je af!

JUVENT zeeuwse
jeugdzorg
specialist



Lezen en schrijven

Kunnen lezen en schrijven met elkaar. Het betekent zoveel als probleemloos met iemand kunnen opschieten. Een expressie die je misschien niet meer dagelijks hoort, maar zo'n onvoorwaardelijke band voelen met iemand, hoe mooi is dat?

Niet voor niets is Lezen en schrijven met elkaar het thema van deze editie van PM. Het biedt ons de kans om stil te staan bij de band tussen pleegouder en kind, maar ook bij die van pleegbroers en -zussen onderling. Natuurlijk hopen we dat die banden altijd omschreven kunnen worden als: "We kunnen lezen en schrijven met elkaar", maar het is vaak een proces waar veel liefde en geduld bij komt kijken.

Vertederd was ik dan ook toen ik hoorde dat Jaira "eigenlijk nooit moeite heeft" met pleegbroer Jelte. "Ook niet in het begin." En dat het zelfs saai is als hij er niet is, want samen spelen is fijner. Speciaal voor deze editie vertellen zij sámen over 'hun wereld'.

Dan is er ook nog het letterlijke lezen en schrijven. Het mooie is dat beide een belangrijke rol kunnen spelen in het pleegzorgproces. "Schrijf het van je af!", adviseert onze vaste interviewster en columniste Gerdien, die zelf gezinshuisouder is. Ik hoor je denken: maar hoe dan? Laat Gerdien je daar nu graag in meenemen. En vrees niet, het blijkt dat je daar helemaal geen geboren romanschrijver voor hoeft te zijn.

Zelf verlies ik me graag in een goed boek. Even een andere wereld in. Of juist de herkenning voelen bij een verhaal van iemand anders. Het relateert en ontspant. Het geeft je zelfs, als je geluk hebt, nieuwe inzichten. Misschien brengt de boekenspecial verderop in het magazine je de nodige inspiratie. We hebben zelfs een aantal mooie boeken weg te geven!

Wist je trouwens dat lezen en schrijven ook wordt toegepast in hulpverlening en methodieken? Narratief hulpverlener Tessie van den Broek laat pleegkinderen hun verhaal vertellen en zet dit samen met ze op papier. Niet alleen in woorden, maar ook in beeld. Hoe dat er dan uit ziet? Speciaal voor PM legt ze het uit in -hoe kan het ook anders- een eigen Words & Pictures verhaal.

Dan rest mij nog te zeggen: blijf lezen en schrijven met elkaar. Te beginnen met het lezen van deze nieuwe editie van Pleegzorg Magazine!

Warme groet,

Dominique Besson,
Eindredacteur PM en Communicatieadviseur
bij Juvent.



PM verschijnt
1 keer per jaar en wordt
gratis toegezonden aan (aspirant)
pleeggezinnen en andere betrokkenen
bij pleegzorg van Juvent, de Zeeuwse
jeugdzorgspecialist.

Redactie: Dominique Besson, Gerdien Rietveld,
Nicky Loman, Daisy Cornelissens, Benthe
Sommen en Jannie van Sparrentak
Fotografie: www.puurverbeeld.nl
Layout: www.studioRAVEN.nl

Vragen of opmerkingen?
Mail ze naar pm@juvent.nl

Juvent

www.juvent.nl
info@juvent.nl
Crisisnummer (buiten kantoor tijden): 06-203 54 78 73

Regiokantoor Zeeuws-Vlaanderen
Jacob Catsstraat 7, Terneuzen, 0115-64 30 30

Regiokantoor Walcheren
Prins Bernhardstraat 4, Middelburg, 0118-63 29 00

Regiokantoor Oosterschelderegio
Beukenstraat 62, Goes, 0113-23 70 60

Werving, Voorbereiding en Matching Pleegzorg
wvmpleegzorg@juvent.nl
Tel: 0118-63 28 55 (op werkdagen tussen
12.00 uur en 17.00 uur)

4 Vanuit Juvent

- Join Us geeft een boost aan het sociale leven van jongeren
- Week van de pleegzorg
- Samen Sterk pakt door in 2025
- Impactvolle documentaire over pleegzorg
- Het Schrijfcafé

7 Boekenspecial

10 Sfeerinterview

Mieke: "Uiteindelijk heeft pleegzorg mij meer gebracht dan dat het mij gekost heeft."

12 Achtergrond

Words & Pictures

14 Het dilemma van

Luuc Smit: "Wie liefde ervaart in zijn leven zal ook moeten kunnen rouwen"

16 Interview

Gerdien: "Overal waar geleefd wordt, ontstaan verhalen en zijn er kansen om ze door te vertellen."

18 De wereld van

Jelte en jaira

20 Column Gerdien

"Mijn complete levensverhaal doet ertoe."

Join Us geeft een boost aan het sociale leven van jongeren

Het online platform Join Us is er voor alle jongeren (12-30 jaar) die hun sociale leven een boost willen geven. Het kan zijn dat iemand zich eenzaam of alleen voelt, maar dat hoeft niet zo te zijn. Sommige jongeren hebben gewoon zin om nieuwe mensen te ontmoeten, een ander mist iemand om zijn verhaal tegen te vertellen en weer

een ander kan door verhuizing geen aansluiting vinden. Allemaal redenen om gezellig mee te doen aan één van de (online) groepen van Join Us. Jongeren doen leuke dingen samen en werken

ondertussen aan hun social skills. Begeleiders helpen daarbij.

Meer weten? Bekijk de korte video op join-us.nu.



Week van de pleegzorg



Van 6 tot 13 november was het weer zover: de Week van de Pleegzorg. Op initiatief van Pleegzorg Nederland en de Nederlandse pleegzorgorganisaties, waaronder Juvent, stonden we ook dit jaar weer stil bij het belang van voldoende pleegouders. Juvent heeft dit jaar samen met de twee andere pleegzorgorganisatie in Zeeland, Timon en WSG weer haar best gedaan om ook in Zeeland de Week van de Pleegzorg flink onder de aandacht te brengen.

De Zeeuwse gemeenten doen hun best ons daar zoveel mogelijk in te ondersteunen, door middel van publicaties op social media en andere kanalen. Ook jullie, onze pleegouders waar wij zo trots op zijn, hebben ongetwijfeld (via de brievenbus) een blijk van waardering mogen ontvangen. Op naar de volgende!

Samen Sterk pakt door in 2025

Als vast onderdeel van de pleegzorgbegeleiding van Juvent zal Samen Sterk ook in 2025 weer volop trainingen aanbieden. En meer goed nieuws: Samen Sterk zet ook de eerste voorzichtige stappen in samenwerking met Timon en WSG. Dat betekent niet alleen dat we meer pleegouders kunnen bereiken, maar ook dat we een diverser aanbod in trainingen zullen bieden.

Deze trainingen komen in 2025 in ieder geval weer op de planning:

- Hechting de basis
- Omgaan met loyaliteit
- Omgaan met verlies in pleegzorg
- Intervisie / casuïstiek voor pleegouders en gezinshuisouders
- Interactieve filmavond
- Het Schrijfcafé
- Omgaan met seksualiteit
- Samenwerken met ouders
- Thema's rondom LVB (licht verstandelijke beperking) door WSG
- Zorgen voor getraumatiseerde kinderen i.c.m. Tem je Draak (training voor pleegkinderen)

'Doordat ik dit nu weet, kan ik er ook beter rekening mee houden'

'Met elkaar kunnen delen als pleegouders is heel fijn, die herkenning bij elkaar vinden!'

'Nu ik dit beter snap, kan ik er veel beter mee uit de voeten en pak ik het minder persoonlijk op als mijn pleegkind iets naars tegen zegt me.'



Zou jij een bepaald onderwerp graag in deze lijst terugzien? Suggesties en vragen mogen pleegouders sturen naar samensterk@juvent.nl. Houd de agenda van juvent.nl en Facebook in de gaten voor de laatste updates.



Impactvolle documentaire over pleegzorg

Op 7 november vond de landelijke première van de documentaire "Mama mag ik naar huis toe?" plaats in Tilburg. Het was het startschot van meerdere vertoningen die door het hele land plaatsvinden. En Juvent is trots, want samen met Timon en WSG hebben we de documentaire ook naar Zeeland

kunnen halen! Op 6, 7 en 8 februari wordt de film exclusief voor pleegouders vertoond in één van de Zeeuwse bioscoopzalen. Onze pleegouders mogen hun mailbox in de gaten houden, meer informatie volgt binnenkort!

'Mama, mag ik naar huis toe?' vertelt het aangrijpende verhaal van moeders van wie hun kind uit huis is geplaatst. De film belicht hun ervaring en de samenwerking met pleegouders. Het uiteindelijke doel is om te werken aan gedeeld ouderschap, maar hoe doe je dat?

Het Schrijfcafé

Houd je van schrijven? Deel je graag pleeg- of gezinshuizorgervaringen? Of zou je meer en vaker je gedachten willen ordenen op papier en kom je er thuis niet aan toe? Wat je motivatie ook is, het Schrijfcafé is een gezellige en inspirerende plek om jezelf aan het schrijven te zetten!

Het Schrijfcafé van Juvent is bedoeld voor elke betrokkene bij pleeg- en gezinshuizorg die van schrijven houdt, inspiratie wil opdoen, nieuwe technieken wil leren en ervaringen wil delen. Iedereen kan aansluiten, of je nu veel of weinig ervaring hebt. Zolang je maar zin hebt om te schrijven!

Onder begeleiding van Gerdien Rietveld (www.txtveld.nl) ga je aan de hand van uiteenlopende opdrachten aan de slag en geef je op je eigen manier invulling aan het schrijven. Je zult merken dat je creativiteit wordt aangewakkerd en er altijd wel iets moois ontstaat. Neem zelf je fijnste pen en voldoende papier mee. Voor koffie of thee met iets lekkers erbij wordt gezorgd.

Meld jezelf aan door een mail te sturen naar samensterk@juvent.nl met daarin je naam en op welke manier je betrokken bent bij de pleeg- en/of gezinshuizorg van Juvent. Deelname is gratis. Meer weten over de zin van 'het van je afschrijven'? In dit magazine vertelt Gerdien er alles over in haar eigen special!



Data

- woensdagochtend 29 januari van 10.00 tot 11.30 uur, inloop vanaf 9.45 uur.
- woensdagavond 26 februari van 20.00 tot 21.30 uur, inloop vanaf 19.45 uur.
- woensdagochtend 26 maart van 10.00 tot 11.30 uur, inloop vanaf 9.45 uur.
- woensdagavond 7 mei van 20.00 tot 21.30 uur, inloop vanaf 19.45 uur.
- woensdagavond 18 juni van 20.00 tot 21.30 uur, inloop vanaf 19.45 uur.

De ochtenden en avonden zijn afzonderlijk van elkaar te volgen.

Locatie

Park Veldzicht 43, 4336 DW Middelburg

Tekst: Gerdien Rietveld

Jouckje: “Schrijven geeft een soort orde en relativeringsvermogen, dat heb ik nodig.”

Van jongs af aan houdt Jouckje van leperen al van schrijven: “Als kind schreef ik in schriftjes, dat ik later heel graag een groot gezin wilde met pleegkinderen.” Dat is min of meer ook ontstaan; samen met haar man en zoons verwelkomde ze een pleegdochter. Waarom was het juist dit meisje dat Jouckje inspireerde om een boek te gaan schrijven?

Jouckje van Ieperen
 🧑 35 jaar ❤️ natuur-zwemmen, wandelen en (voor)lezen 🧑 getrouwd met Martin, moeder van twee zoons en pleegmoeder van één dochter

“Het idee voor mijn boek ‘Het verhaal van Kyra’ ontstond omdat ik kinderboeken mis die gaan over diversiteit in cultuur en huidskleur binnen een pleeggezin. De boeken die er zijn gaan vaak over adoptie. Ook hoor ik regelmatig dat kinderen mijn pleegdochter vragen stellen: ‘Waarom ben je bruin?’ of ‘Was jij vroeger ook bruin?’ Om mijn pleegdochter weerbaarder te maken, schreef ik speciaal voor haar een verhaal. Dat liet ik vervolgens in de vorm van een boekje drukken, gewoon bij de Kruidvat. Ook wilde ik in het boekje vertellen dat haar biologische moeder héél belangrijk is en blijft, dat vind ik een belangrijke boodschap om door te geven. Ik wilde op een voor kinderen toegankelijke manier beschrijven hoe de situatie in elkaar zit. Een vrouw die ik ken uit de kerk, Rebecca, heeft de tekeningen gemaakt. Zij is geadopteerd en weet precies hoe het voelt om een andere huidskleur te hebben. Zo werd het een mooi en

persoonlijk boekje! De juf van onze pleegdochter had het voorgelezen en reageerde enthousiast. Ook de pleegzorgwerkster en andere mensen uit onze omgeving vonden het een gaaf boekje en stimuleerden om het voor een breder publiek beschikbaar te maken. Dat heb ik gedaan.”

‘Lezen en schrijven met elkaar’, hoe breng jij dat in praktijk?

“Als ik iets lees, dan borrelen er altijd ideeën bij me op. Vooral échte verhalen vind ik leuk om te lezen en om te delen. Ik heb het ook vaak met alledaagse gebeurtenissen. Als vanzelf ontstaan er tekstwolkjes in mijn hoofd of ik denk: ‘Je zou er een verhaal over schrijven!’ Ik schrijf ook verhaaltjes om met een afstand te kijken naar een situatie. Of ik gebruik humor. Schrijven geeft een soort orde en relativeringsvermogen, dat heb ik nodig.”

Speciaal voor de lezers van PM geeft Jouckje een gesigneerd exemplaar weg van haar boek. Wil jij kans maken? Stuur dan voor 3 maart een mail met korte motivatie en adresgegevens naar pm@juvent.nl.

< Jouckje (rechts) met illustrator Rebecca Eckhart.



BOEKEN
SPECIAL

Lezen is leuk! En om dat kracht bij te zetten noemen we graag een aantal van onze favoriete boeken. Om het nóg leuker te maken, geven we van elk van deze boeken een exemplaar weg. Kans maken? Stuur dan een mail naar pm@juvent.nl, o.v.v. Boekenspecial. Vertel in je mail kort welk boek jij graag zou willen lezen en waarom. Vergeet niet je naam en adresgegevens te vermelden. Meedoen kan tot 3 maart 2025.

DOLFJE WEERWOLFJE Paul van Loon

Dit kinderboek viert alweer zijn 25e verjaardag. Dolfje Weerwolfje ontdekt dat hij bij volle maan in een weerwolf verandert. Hij woont net als pleegkinderen niet bij zijn eigen ouders en hij is bang dat zijn pleegouders hem niet meer willen als ze ontdekken wie hij werkelijk is. Het is een grappig én een beetje spannend avontuur voor lezers vanaf 8 jaar.

Dolfje Weerwolfje is bekroond met een Gouden Boek van Stichting CPNB. De boeken van Paul van Loon zijn in totaal al ruim 10 keer bekroond, onder andere door de Nederlandse Kinderjury.



OLLIE EN HET KRONKELDIER Wilma Geldof

Een ontroerend verhaal over een jongetje van 10 jaar met een heftig verleden. Hij is bang voor de zee, want die heeft zijn ouders van hem afgenomen. Maar ook bang voor de liefde van zijn pleegouders. Iedereen van wie hij houdt, verdwijnt immers op een dag. Op een dag vindt Ollie een bijzonder dier, Kronkel. Ollie wil hem houden en verstopt hem in de schuur. Maar Kronkel hoort thuis in de zee en krijgt heimwee. Zijn pleegzus Giga de goochelaar wil hem helpen. Maar kan Ollie Kronkel laten gaan?

KINDER BOEKEN

HIER WOON IK Nieske Selles-ten Brinke

Een samenleesboek over pleegzorg, waarin de persoonlijke belevingen van pleegkinderen centraal staan. Het boek helpt kinderen te praten over pleegzorg; over gevoelens die daarbij horen als onzekerheid, verdriet, opluchting, blijdschap, twijfel, spanning en het verlangen naar een thuis.



IK BEN EEN PLEEGKIND, EN NU...? Lyona Rose

Een kind dat in een pleeggezin geplaatst is, kan met heel veel vragen blijven zitten. Dat zijn vragen die heel moeilijk te beantwoorden zijn vanuit het perspectief van de pleegouders en de hulpverlening. Dit boek wil deze vragen beantwoor-

EEN KIND IS GEEN POSTPAKKET 100 JAAR VEREENING KINDERZORG Fifi Visser

Dit boek beschrijft niet dé geschiedenis van de Vereniging Kinderzorg. Dit boek vertelt de persoonlijke verhalen van bijna honderd mensen, die de afgelopen honderd jaar met Kinderzorg verbonden waren. Leiders, juffen, directeuren vertellen wat zij zich herinneren, maar het zijn vooral de kinderen die hun verhaal vertellen. De verhalen zijn erg verschillend, maar bijna allemaal vertelden ze over het gemis aan liefde. Opvallend vaak zeiden mensen heel stellig: na mij werd het beter. Want: na mij kwam er televisie. Of: na mij kregen ze een eigen kamertje. Maar het gevoel tekort te komen blééf en zat dus niet in de materiële dingen. Een prachtig geïllustreerd boek met paginagrote foto's die de persoonlijke verhalen ondersteunen en een mooi tijdsbeeld geven van Stichting Kinderzorg.

TIENER BOEKEN

den en biedt goede informatie, herkenbare ervaringsverhalen van pleegkinderen zelf en advies, tips en handvatten. Het zal vele jongeren in de pleegzorg de extra ondersteuning kunnen bieden die zij nodig hebben om zich positief te kunnen ontwikkelen en ontplooiën in de maatschappij. Ik ben een pleegkind, en nu...? is voor alle tiener-pleegkinderen. De auteur is achttien jaar lang een pleegkind geweest, en weet uit eigen ervaring waar pleegkinderen tegenaan kunnen lopen.

WEGWERPKIND Rowena Verstraeten

Wegwerpkind vertelt het krachtige verhaal van een jonge vrouw die als kind werd verwaarloosd en mishandeld, maar zich toch staande wist te houden. Nu ondersteunt ze met haar ervaringen anderen. Het is een aangrijpend en ontroerend boek, gebaseerd op authentieke dagboekfragmenten van de schrijfster zelf.

Boek met een Zeeuws tintje. Co-schrijver Jacodine van de Velde woont in Westkapelle.



BOEKEN VOOR VOLWASSENEN



ROUWEN IS LIEFDE HANDVATTEN VOOR MEER VERBINDING IN TIJDEN VAN VERLIES EN VERDRIET Luuc Smit en Manu Keirse

Rouwexperts Luuc Smit en Manu Keirse hebben in dit boek door-dacht en helder weergegeven dat er meer dan één manier van rouwen is en welke handvatten helpend zijn. Luuc zei zelf over de

samenwerking met Manu: "Hij is mijn leermeester. Ik ben door hem beïnvloed. De uitgever merkte op: 'Jullie hebben eenzelfde taal van dingen omschrijven.' Het allergrootste compliment kwam van Manu zelf: 'Ah wel Luuc: ik weet niet meer wat van u en wat van mij is hè?!'" Hun taalgebruik is gevat: 'Sterven is iets doodgewoons en toch leeft het nauwelijks in het dagelijks besef van mensen.' De kans is groot dat je na het lezen van dit boek de nodige kennis hebt opgedaan en niet met lege handen staat wanneer je te maken krijgt met rouw en verlies. Zie ook het interview op pagina 14 en 15.

Mieke: “Uiteindelijk heeft pleegzorg mij meer gebracht dan dat het mij gekost heeft.”

Mieke van Ettinger, een pleegouder met de respectabele ervaring van ruim 38 jaar. Dit warme familiemens is moeder van één zoon, pleegmoeder van meer dan tien kinderen en oma van elf kleinkinderen. Wat kunnen we van haar ervaring leren? Enkele lijstjes in haar huis verklappen iets van haar wijsheden: ‘Van het concert des leven krijgt niemand een program’ en ‘Lukt ut vandaehie nie, dan lukt ut merrihun wè!’ (red. Zeeuwse vertaling van ‘Lukt het vandaag niet, dan lukt het morgen wel!’). Ook een portie humor ontbreekt niet: ‘Kwam gister mezelf tegen, was eigenlijk best gezellig...’ Tijd om nader kennis te maken.

Mieke, wat is typerend voor jou als pleegouder?

“Ik vind het belangrijk om een kind te accepteren, inclusief ouders. Een pleegkind wil ik niet zien als mijn kind, maar als kind van zijn/haar ouders. Het besef dat biologische ouders erbij horen, is met de tijd gegroeid. Bij de eerste plaatsing probeerde ik de biologische ouder nog te vervangen, maar gaandeweg besepte ik steeds meer dat vervangen niet gaat. Ik kwam erachter dat ik een groot deel van het kind ontken als ik de biologische ouders geen plaats geef. Ook al zijn de ouders fysiek vaak afwezig, de kinderen mogen erover praten en ze bestaansrecht geven. Op welke manier dan ook. Ik heb heel veel respect voor ouders die hun kind aan mij toevertrouwen.

Daarom heb ik de pleegkinderen nooit gevraagd om mij ‘mama’ te noemen. Ik had ooit eens gelezen hoe pijnlijk het is voor een biologische ouder dat het pleegkind ‘mama’ zegt tegen de pleegouder. Ik heb bijvoorbeeld altijd geprobeerd om de verjaardag van de kinderen samen met de biologische moeder te vieren. We zaten weleens op verschillende golflengtes, maar toch was het goed voor het kind.

Ik ben ook iemand van de lange adem. Dat is wel eens een punt geweest in de begeleidingsgesprekken: ‘Je mag ook zeggen dat het genoeg is.’ Maar ik vond het onacceptabel dat ik ze nog een breuk mee zou laten maken want de kinderen hebben al een relatiebreuk met hun ouders meegemaakt. In lastige situaties dacht ik: ‘Houd ik dit wel vol?’ Eén van de vervelendste gebeurtenissen die ik meegemaakt heb, is dat er een klacht tegen mij in werd gediend door een biologische moeder van een weekendplaatsing. Dat vond ik zo naar en zo onterecht! Toch lukte het me om haar op een gegeven moment te vergeven. Gelukkig heb ik, op één na, met alle pleegkinderen goed contact. Ik mocht zelfs bij vier bevallingen zijn van kleinkinderen. Dat is zo bijzonder, ik ervaar dat als waardering! Uiteindelijk heeft pleegzorg mij meer gebracht dan dat het mij gekost heeft.”

Kun je pleegzorgmomenten noemen waarin je kon lezen en schrijven met elkaar?

“Als ik met iemand kon lezen en schrijven, was dat met mijn pleegzorgbegeleidster Marja de Vlieger. Ik gun iedere pleegouder een vaste begeleidster. Ik hoefde maar een half woord te zeggen en ze begreep mij, dat was zo fijn!

Bij lezen en schrijven met elkaar moet ik ook denken aan de vakanties die ik samen met de pleegkinderen heb beleefd. Onderweg in Tsjechië waren we met twee auto’s. Vanuit de achterste zag ik gebeuren dat er een auto op de voorste inreed. Een paar kinderen moesten in een Tsjechisch ziekenhuis opgenomen worden. Eén van hen was helemaal van slag. Hij was meegenomen door een verpleegster die natuurlijk geen Nederlands sprak. Ik hoorde zijn paniek toen ik in een ander ziekenhuiskamertje bij een ander kind was, vreselijk. Hij was zo opgelucht toen ik naar hem toe ging. Juist omdat je in het buitenland bent, valt alles weg.

Enkel de verbinding met elkaar blijft over en dan besef je met elkaar hoe waardevol dat is.

Natuurlijk ben ik ook weleens heel kwaad geweest. Dan liep het op en barstte de bom. Maar nu ik ouder ben en terugkijk, verzachten die herinneringen.”

Je hebt meerdere breakdowns gehad met pubers, hoe kwam later toch het contact weer tot stand?

Volhouden en altijd blijven denken: ‘Wat je geïnvesteerd hebt, is nooit weg!’ Op het moment dat je tegen een breakdown aanhikt, zie je zwarte sneeuw. Zeker tijdens de puberteit. Pleegkinderen hebben een kanjer van een rugzak en veel daarvan wordt op het bordje van de pleegouder gegooid. Hier zijn ze best vroeg het huis uit gegaan, op hun zeventiende of achttiende. De meesten hadden het nodig om even ergens anders te wonen. Het is goed om te beseffen waar de breakdown vandaan komt. Het ligt niet aan mij als pleegouder, maar

het is de pijn uit het verleden. De basis in het contact met het pleegkind is vaak goed, ook al zie ik boosheid. Ik wil het goeie blijven zien en kunnen zeggen: ‘Jij bent belangrijk voor mij in mijn leven en ik wil dat je een rol in mijn leven hebt.’ Daarom vind ik het ook leuk om met de kinderen bijvoorbeeld een midweek weg te gaan. Ze zijn belangrijk voor mij, maar dat besef is er niet altijd. Het feit dat mijn biologische zoon bij mij op kon groeien, is voor sommige pleegkinderen al moeilijk te accepteren geweest. Hij groeide wel bij zijn moeder op en zij niet.

Wat mij ook altijd geholpen heeft, is steun van mijn zus. Zij kwam wekelijks langs om een dag te helpen sinds mijn biologische zoon geboren was. Zij staat met iets meer afstand in pleegzorg en kon goed aangeven wanneer ik door moest pakken. ‘Is het niet eens tijd om aan jezelf te denken?’ vroeg ze dan. ‘Je hebt genoeg gedaan. Nu is het tijd om afscheid te nemen.’ Een gezinstherapeute van Amares (red. Kinder- en jeugdpsychiatrie) zei eens: ‘Wie denk je dat je bent?’ Wij hebben een team nodig om kinderen met dergelijke problematiek op te voeden.’ Dat was een positief kritische wake-up-call. Ik zat zo in de molen van maar doorgaan en de kinderen niet tekort willen doen, dat ik het zelf niet meer scherp zag. Later besepte ik dat te lang doorgaan juist schadelijk kan zijn.”

Wat heeft gemaakt dat je pleegzorg zo lang vol hebt gehouden? Meer dan 38 jaar ervaring?

“Ik heb altijd kracht uit mijn geloof gehaald en daardoor gevoeld dat ik het niet alleen heb gedaan. Vanuit het besef dat God altijd van mij houdt, heb ik geleerd om de ander te vergeven. Daarnaast heeft de



Mieke van Ettinger

♥ lezen, wandelen, dagjes weg of op vakantie met de (klein)kinderen, mozaïeken, gezelschapsspellen, Bijbelcursus, activiteiten binnen de kerk organiseren.

steun van familie en de rest van mijn netwerk geholpen om het vol te houden. Je moet af en toe kunnen spuien zonder dat daar direct een label aan wordt gehangen. Een stuk waardering heb ik ook gekregen in de vorm van een lintje. Bijna al mijn kinderen waren bij deze koninklijke onderscheiding, dat is toch bijzonder? Ook tijdens de begrafenis van Bert, de vader van mijn zoon, ontroerde de aanwezigheid van alle kinderen en kleinkinderen me. Ze waren er, allemaal!"

Wat is je droom als het gaat over pleegzorg?

"Mijn droom is dat pleegouders gewaardeerd worden om wat ze doen en om wie ze zijn. Dat ze in het zonnetje gezet worden. Ik heb

gemerkt dat het systeem rond de hulpverlening steeds zakelijker is geworden, maar ik gun pleegouders juist persoonlijke betrokkenheid en warmte. Ook zou het fijn zijn dat ze eens een beroep kunnen doen op een busje of iets dergelijks, gewoon praktisch. En over financiën zouden pleegouders zich geen zorgen hoeven te maken. Ik ben altijd blijven werken, parttime, maar ik heb daardoor ook parttime pensioen.

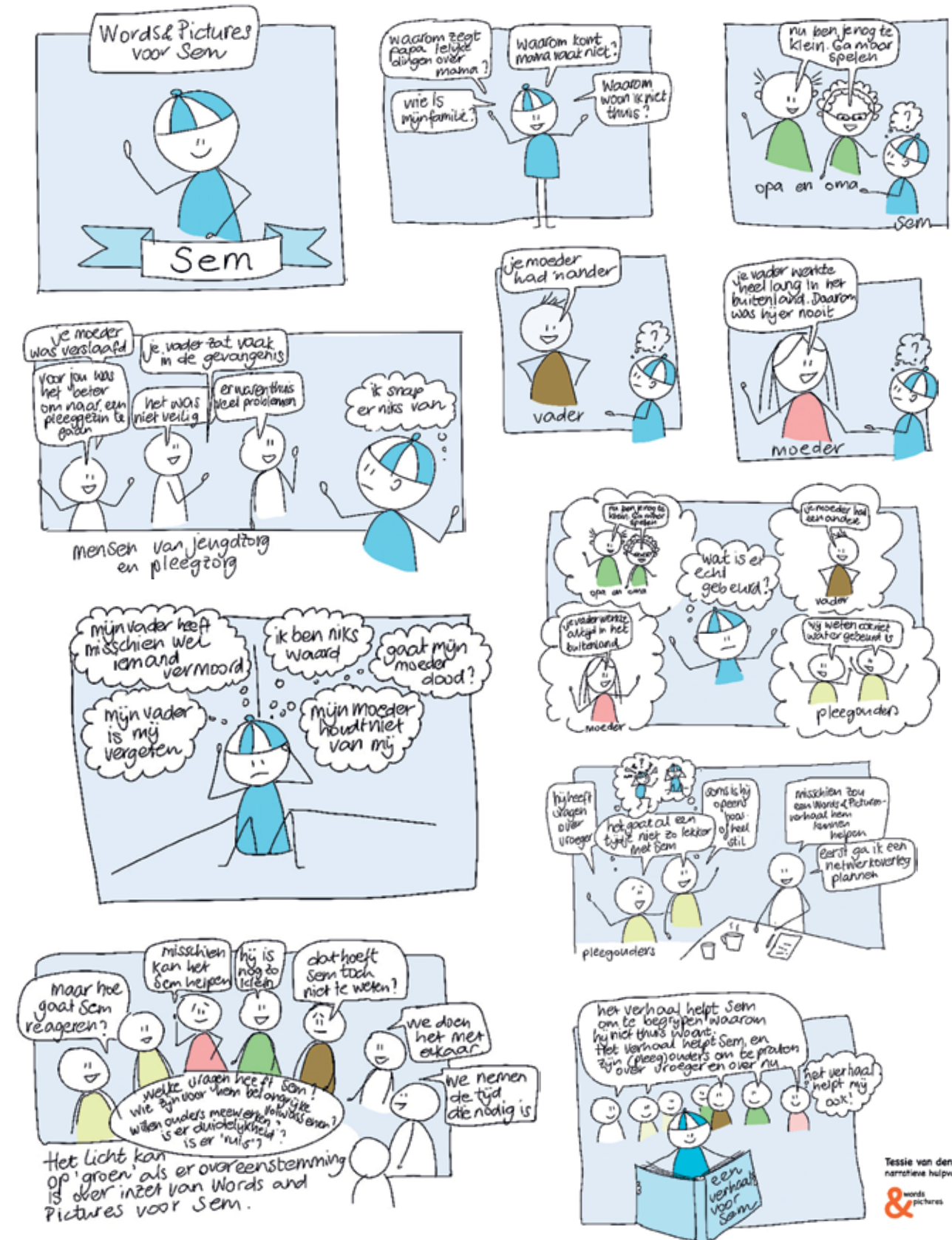
Maar goed, het helpt om op een roze wolk aan pleegzorg te beginnen. Later ontdek je vanzelf waar je tegenaan loopt. En het is niet het einde van de wereld als er iets fout gaat. Met voldoende zelfreflectie, nuchterheid en hulp van netwerk kom je er wel."



WORDS & PICTURES

Narratief hulpverlener
Tessie van den Broek
laat pleegkinderen
hun verhaal vertellen,
maar wel op een heel
bijzondere manier.

Tessie: "Door het maken van Words & Pictures-verhalen zet ik mijn deskundigheid, levenservaring, enthousiasme en liefde voor mensen in op een manier die past bij mij, en die recht doet aan de ander. Zo ga ik met ouders, kinderen en jongeren op zoek naar woorden om ingewikkelde gebeurtenissen te kunnen vertellen." Hoe dat er dan uitziet? Dat laat Tessie je graag zelf zien.



Tessie van den Broek
narciſtische hulpverlening



Wie liefde ervaart in zijn leven zal ook moeten kunnen rouwen

In tegenstelling tot wat het meeste berichtenverkeer via reclames en social media ons willen doen laten geloven, zijn rouw en verlies onlosmakelijk verbonden met het leven. Blijkbaar vinden we het lastig om met verlieservaringen om te gaan en zijn we collectief vergeten wat rouwen is. Maar Luuc Smit en Manu Keirse stellen dat verdriet de keerzijde van liefde is. Wie liefde ervaart in zijn leven zal ook moeten kunnen rouwen. Luuc en Manu sloegen de handen ineen en schreven het boek Rouwen is liefde | Handvatten voor meer verbinding in tijden van verlies en verdriet. Als redactie mochten we Luuc op zijn Vlissingse werkplek bij de HZ bevragen over het boek.

Rouwen is liefde. Een redactielid merkte op: 'Pittige titel! Ik zou het boek niet direct op mijn nachtkastje leggen.' Wat zou je reactie zijn?

"Je benoemt exact waarom we dit boek geschreven hebben! Manu Keirse zegt: 'De dood is uit onze huiskamers verdwenen.' Als voorbeeld kan ik mijn 92-jarige schoonmoeder noemen. Zij

ging uit als een kaarsje. Toen er ook nog iets met haar hart gebeurde, was de eerste reactie van de huisarts: 'Zo spoedig mogelijk naar het ziekenhuis!' Maar dat wilde ze helemaal niet. Gelukkig had ze alles goed vastgelegd in een levenstestament, maar we hebben moeten praten als Brugman. Met resultaat, ze is na vier dagen in het bijzijn van haar kinderen vredig in haar eigen huiskamer overleden. Het voorbeeld illustreert dat we bijna niet meer mogen lijden en sterven. Het leven moet leuk zijn. Maar je wordt niet treurig van dit boek. Ik denk dat het lezen van dit boek juist herkenning gaat geven. Ons doel is om mensen te helpen in rouw en verlies."



Kan de titel van het boek ook andersom gesteld worden? Liefde is rouwen?

"Ja, dat kan. Maar 'Liefde is rouwen' voelt een beetje gek en maakt een rare kwinkslag. Iemand verliezen gebeurt niet vanuit liefde. Maar rouwen gebeurt wel altijd vanuit liefde. Helemaal omdraaien zou ik dus niet doen. Je rouwt alleen als je ergens heel veel van hebt gehouden of als je iets gemist hebt. Weet je, mijn moeder is al 18 jaar geleden overleden. Maar elke keer als ik terugkom van vakantie zou ik ze het allerliefste even bellen om te vertellen hoe het is geweest. De kramp van de maatschappij is dat we denken dat alles oplosbaar is. We mogen niet meer stil blijven staan bij ons eigen verdriet, de moeite en noem maar op. We proberen alles op te lossen en weg te halen. Zeker met rouw en verliessituaties. Maar je hebt geen keus, je moet over dood kunnen praten want ook jij gaat dood. En vergis je niet: rouw en verlies is bij iedereen aanwezig!"

In het boek staat: 'Verlies overleven betekent niet loslaten. Het is anders vasthouden.' Hoe maken we deze zinnen praktisch voor een pleeggezin?

"De basis van rouw en verlies is verbinding. 'Iedereen heeft weleens in de shit gezeten', zeg ik altijd. Dan wil je bij iemand terecht kunnen waarbij je in de ogen ziet dat hij of zij geraakt is. Iemand die enkel maar de verbinding zoekt, iemand die luistert. Manu schrijft het op een gegeven moment: 'Je moet luisteren, luisteren en nog eens luisteren.' Dit boek is geen

Tekst: Gerdien Rietveld
Fotografie: eigen bezit

HET DILEMMA VAN LUUC SMIT

ervaringsverhaal, maar een kennisverhaal. Eigen ervaringen delen als reactie op iemands verlies is niet helpend, zeg enkel: 'Wat vervelend voor je!' In verbinding de ander zijn verhaal laten vertellen, dat is iets wat helpt. Je kunt anders leren vasthouden door het erover te hebben. Durf erover te praten. Pleegkinderen hebben enorm veel verlieservaring. Het begint al bij het verlies van het beeld van hun ouders in de thuissituatie. Ga de verbinding aan met pleegkinderen. Laat ze merken dat ze erover mogen praten. Verlies kun je niet verwerken, je integreert het in je leven. Verwerken doe je met afval. Je ervaringen maken wie je bent en daar horen soms heftige verliezen bij. Durf die onder ogen te zien. Dat hoeft niet een gesprek te zijn van twee uur. En ja, soms moet iemand huilen. De tranen mogen er zijn! Juist als je geraakt wordt door een verhaal, dan heb je de essentie te pakken. Doordat je de inleving toelaat, ontstaat de verbinding en hoef je niets meer te zeggen."

Wat kunnen hulpverleners, ouders en pleegouders doen rondom het steeds terugkerende afscheid tussen ouders en hun uithuisgeplaatste kinderen bij (begeleide) bezoeken?

"Het kind is van nature loyaal aan zijn ouders, maar heeft met de tijd ook een loyaliteit ontwikkeld naar het pleeggezin. Als het kind voelt 'mijn pleegouders vinden dat niet leuk aan mijn ouders', dan heb je al een probleem. Biologische ouders zijn écht heel essentieel. We begrijpen dat niet altijd, maar die verbinding die ze voelen is zó belangrijk. Die kinderen voelen soms ook wel dat de pleegzorgsituatie beter is, maar dat is heftig want



dan heb je je eigen gezin verloren! Wat een ambivalentie en een moeilijkheid! Benoem het: 'Moeilijk hè?' We willen het beste voor het kind dus de eerste neiging is die pijn weghalen, maar dat kan niet. Het beste voor het kind is: naast hen staan in de ambivalentie. Ambivalentie kun je niet oplossen, maar je kunt wel erkenning en steun geven. Laat het kind ervaren dat het elke keer de pijn mag voelen. Als daar erkenning voor is, dan geef je het wijze levenservaring mee die later vast en zeker nog eens van pas komt."

Een gezicht van onzichtbaar verlies: ouders die geen kinderen hebben, zijn ook ouders. Als beste aanpak wordt 'Luisteren naar hoe het voelt' genoemd. Wil je dat eens uitleggen in relatie tot ouders waarvan hun kinderen opgroeien in een pleeggezin?

"Ik denk dat elke goede pleegouder rekening moet blijven houden met waar het kind vandaan komt, want die herkomst heeft gemaakt wie het pleegkind is. Het is niet aan jou om te oordelen. Het gedrag van een

biologische ouder kan niet goed zijn, maar kun je als pleegouder de machteloosheid zien achter dat gedrag? Dat lijkt me het moeilijkste aan pleegouder zijn. Ondanks dat je weet dat het gedrag sterk af te keuren is, proberen om toch de mens achter de ouder te kunnen zien. Ik denk dat de biologische ouders vaak iets duidelijk proberen te maken. Mildheid over jezelf en de ander, dat is de sleutel. Fouten maken we allemaal, dat is niet erg. Je mag de plank volledig misslaan. De durf daarna om ernaar te kijken, jezelf te onderzoeken en excuses te maken, daar leren we het meeste van. Iemand zei eens: 'Als je een heel groot ego hebt, dan kunnen daar heel veel mensen op gaan staan. Als je jezelf iets kleiner maakt, dan is er minder om te kunnen kwetsen.'"

Wat zou je nog willen zeggen tegen de lezers van de PM?

"Ik heb heel veel respect voor mensen die pleegouder willen en durven te worden. Ik snap soms ook hun onzekerheid. Leg de lat voor jezelf niet te hoog. Blijf gewoon mens. Vanuit de liefde voor het kind – zonder die liefde was je geen pleegouder geworden – heb vertrouwen in het stuk wat je doet! Vanuit jouw verbinding met het pleegkind kan rouw en verlies deel worden van hun leven, dat is belangrijk."

Weet je een pleeggezin dat geholpen zou zijn met het boek Rouwen is Liefde? Een pleeggezin dat zoekt naar handvatten voor meer verbinding in tijden van verlies en verdriet? Lees bij de boekenspecial in deze uitgave hoe je kans maakt op een gratis exemplaar.



Gerdien: “Overal waar geleefd wordt, ontstaan verhalen en zijn er kansen om ze door te vertellen.”

Het Pleegzorg Magazine van Juvent zou niet bestaan zonder onze taalfanaat Gerdien Rietveld. Met enthousiasme brainstormt ze mee tijdens redactievergaderingen, neemt ze interviews af, formuleert ze goed lopende teksten, prikkelt ze met haar columns en baat ze een Schrijfcafé uit in het kader van Samen Sterk (zie kader). Wanneer is Gerdien gestart met schrijven, welke betekenis heeft het voor haar en hoe zet ze anderen aan het schrijven?

“Je zou kunnen zeggen dat Juvent de geboortegrond is van mijn schrijfcarrière. Na het lezen van PM 7 in september 2012 ontstond het idee om te solliciteren als columniste. Ik had nog nooit columns geschreven, maar ik las ze graag van anderen en had bedacht dat er voldoende schrijfspiratie lag in het dagelijks (pleegzorg)leven. Iemand die me wat overmoedig vond zei: ‘Een eerste column schrijven zal misschien lukken, maar een achtste of tiende op papier krijgen, dat is een kunst!’ Het was voor mij een zetje om de

competitie aan te gaan en de teller staat nu op ruim vijftig columns. Een deel daarvan werkt op je lachspieren en achter een ander deel zit een wereld van verdriet. Ik deel het allebei want in kwetsbaarheid kunnen krachtige lessen zitten die de lezers kunnen bemoedigen en helpen om door te zetten in pleegzorg.”

Schrijven geeft betekenis

“Met de jaren kreeg ik de smaak van het schrijven steeds meer te pakken. Ik ontdekte hoe ik iemands verhaal na een goed gesprek op papier kon vangen. Het werd een missie om meer waarde te geven aan woorden. In 2017 vervolgde ik mijn schrijfwerk onder de naam TXTveld en formuleerde ik voor mijn website: ‘Schrijven is voor mij als meebewegen in een oneindig circuit van over elkaar heen duikelende woorden in mijn hoofd. Het is verslavend om mezelf net zo lang in het circuit te begeven tot ik de mooiste woorden bij elkaar heb verzameld om de juiste zinnen te creëren. De juiste zinnen die een kick veroorzaken bij de lezer en vragen om meer van de schrijver.’ Deze omschrijving slaat tot op de dag van vandaag de spijker op zijn kop.”

Schrijfworkshop ‘Zin in zinnen’

Op vrijdag 14 februari 2025 geeft Gerdien Rietveld samen met haar schrijfmaatje Barbara Mentink de workshop ‘Zin in zinnen’ voor beginnende en meer gevorderde schrijfliefhebbers. Na het volgen van deze schrijfworkshop heb je een goede basisstructuur voor een kort verhaal en zelf een verhaal in de steigers gezet.

Tijd: 9.00 tot 13.00 uur
Plaats: Café NU, Dorpsplein 38, Koudekerke
Kosten: €60,- inclusief lekkers & lunch
Aanmelden bij de gastvrouwen van Café NU:
Danieck 06-81 14 02 11 of Suzet 06-24 86 58 10.

Schrijven geeft zuurstof

“Regelmatig schrijven is voor mij net zo essentieel als ademen. Soms ervaar ik een soort verstikkend gevoel en weet ik dat het tijd is voor pen en papier. Heel ambachtelijk, alles met de hand. De notitieboeken die ik heb onderscheiden zich van elkaar. De één blinkt uit in de kwaliteit van papier. Anderen gaan specifiek over een bepaald onderwerp. En ik heb er ook altijd op voorraad liggen voor het geval er een nieuw schrijfidee ontstaat wat een eigen boek verdient. Zodra ik een notitieboek te pakken heb, neem ik een goeie vulpen. Een fijne pen is als goed gereedschap wat ervoor zorgt dat het aantal schrijfmeters een marathon kan worden. Eén van de redenen waarom ik sterke voorkeur heb voor schrijven met de hand is de vertraging. De tijd die nodig is om leesbaar te schrijven, zijn kansen om weloverwogen een zin te formuleren. En een andere reden is het feit dat er geen backspace-knop beschikbaar is zoals op een toetsenbord. Schrijven is schrappen, maar op papier blijft de sneuvelversie behouden. En juist in de ruwe versie zit het goud verstopt waar ik naar op zoek ben. Natuurlijk zitten er ook teksten bij waar ik later niets mee kan, maar dan is mijn schrijfbrein actief geweest en heb ik in ieder geval weer wat zuurstof gehapt. Als ik wel een goed gelukte tekst heb, dan voel ik me voldaan: ‘Zo, het ei is weer gelegd.’ Ik kan daar echt van genieten.”

Schrijven en lezen verbindt

“Voor mezelf heb ik schrijven nodig om in de hectiek van het leven dicht bij mezelf te komen. Lezen kan trouwens hetzelfde effect hebben. Schrijven is lezen en lezen is schrijven. Het zorgt beide voor verbinding met jezelf en met anderen. Dat

Schrijfwedstrijd

Speciaal voor de lezers van deze PM organiseert de redactie een schrijfwedstrijd. De opdracht is: schrijf een verhaal/gedicht/lied/essay van maximaal 400 woorden met een thema dat past binnen pleegzorg. De winnaar mag gratis deelnemen aan de Schrijfworkshop ‘Zin in zinnen’ op vrijdag 14 februari 2025 in Café NU.

Aandachtspunten:

- De deadline is zaterdag 25 januari 2025 om 23:59 uur.
- Maximaal 1 inzending per persoon.
- Je inzending is geschreven in het Nederlands.
- Het mag waargebeurd zijn, maar let dan op de privacy en gebruik gefingeerde namen.
- Verhalen inzenden onder pseudoniem is mogelijk. Geef dit duidelijk aan in de mail.
- Het ingezonden verhaal moet voor de schrijfwedstrijd geschreven zijn en mag dus niet eerder gepubliceerd zijn.
- Door deelname ga je akkoord met publicatie van je tekst op juvent.nl, in het Pleegzorg Magazine en/of op sociale media van Juvent.

Stuur je inzending met titel én de vermelding van je naam en telefoonnummer naar pm@juvent.nl. Het telefoonnummer wordt enkel gebruikt om je persoonlijk te kunnen informeren en zal niet worden gepubliceerd of met derden worden gedeeld.

merk ik in het Schrijfcafé ook altijd. Het is niet voor niets een activiteit van Samen Sterk. Een stamgast zei: ‘Schrijvend je hoofd leeg maken, terwijl je hart zich weer vult met nieuwe moed door het feest van herkenning.’ Het nadeel van schrijven is dat het best eenzaam kan zijn. Gelukkig trek ik al langere tijd op met mijn schrijfmaatje Barbara Mentink. We voorzien elkaars stukken van feedback. Dat helpt om de schrijfmotor draaiende te houden. Zeker met een groter project zoals een autobiografische roman. Zoiets moet groeien zoals

een kind in een baarmoeder. En je kunt het pas presenteren als de baby sterk en aangekleed mee het bordes op kan. Hoor je het verhaal tussen de regels in deze metafoor?” Lachend: “Zo blijf ik bezig. Barbara en ik hebben geconcludeerd dat we allebei bevangen zijn door schrijfkorts. Omdat we anderen ook graag met het verhalenvirus aan willen steken, hebben we de schrijfworkshop ‘Zin in zinnen’ ontwikkeld (zie kader links). Overal waar geleefd wordt, zijn verhalen en kansen om ze door te vertellen.”

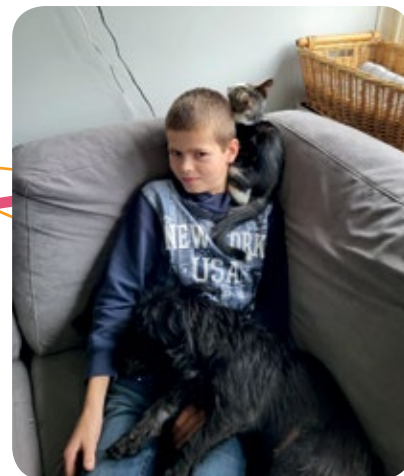
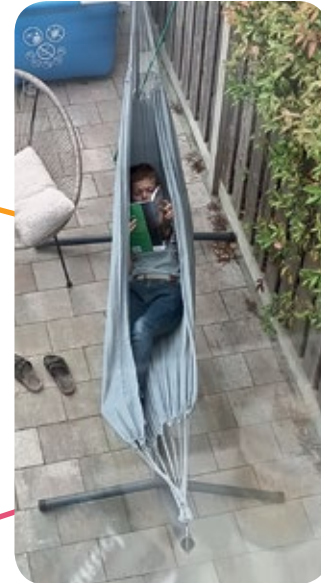
DE WERELD VAN JELTE EN JAIRA

Hoi! ik ben Jelte. Ik ben 13 jaar oud en ik woon in Terneuzen. Ik heb adhd en autisme, daarom ben ik soms druk. Al bijna 10 jaar woon ik bij mijn pleegouders Kees en Joan.

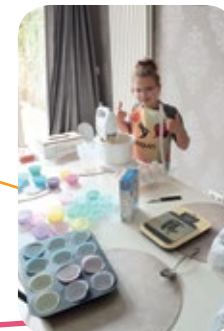
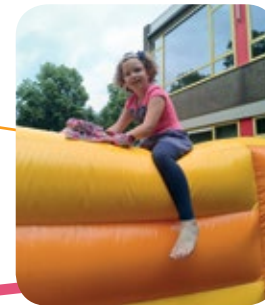
Mijn zusje is 10 jaar, ze is aardig en lief. Het leukste aan haar vind ik dat ze altijd met me wil spelen. Dat doen we vaak, binnen én buiten. Gelukkig maken we bijna geen ruzie. Ik heb nog een andere zus, een grote broer en een broertje. Mijn zus en broer wonen net als ik gescheiden van elkaar in andere pleeggezinnen.

Ik ga naar school op het Calvijncollege in Krabbendijke. Ik heb veel hobby's: hooverboarden (dat doe ik heel vaak), vissen, skiën en bord- en kaartspelletjes spelen, bijvoorbeeld Scotland Yard en 15 GO. Skiën vind ik heel leuk en ik kan het best goed! Ik kan veel oefenen want de skihal in Terneuzen is lekker dichtbij. Ook op scouting heb ik het leuk. In de vakanties ga ik naar een zorgboerderij, dat is fijn. Mijn lievelingsdieren zijn katten. Heb je wel eens een robot poes gezien? Ik heb er één en hij heet Snoes. Hij kan spinnen en op zijn rug liggen.

Een keer per maand zie ik mijn ouders. Ik ga graag naar mijn vader toe, hij is aardig. Ik mag met zijn bestuurbare grasmaaier rijden. Later zou ik graag voor mijn vader werken, hij is de baas van een kraanverhuurbedrijf. Mijn moeder is ook aardig, ik ga ook graag naar haar. Ik vind het leuk dat ze 2 honden en een kat heeft.



JELTE EN JAIRA
WONEN IN HETZELFDE
PLEEGGEZIN. AL VANAF
HUN EERSTE ONTMOETING
KONDEN ZE 'LEZEN
EN SCHRIJVEN' MET
ELKAAR!



Hallo! Ik heet Jaira en ik ben doof. 10 jaar geleden ben ik in Nederland geboren en vanaf mijn 4e jaar woon ik bij papa Kees, mama Joan en mijn broer Jelte. Ik kan niet bij mijn ouders wonen, maar gelukkig ga ik wel vaak op bezoek en logeer ik vaak bij papa.

Ik heb een grote broer en zus, en ik ben al tante, binnenkort zelfs 2 keer. Ik heb nooit moeite met mijn broer, ook niet toen ik hem net leerde kennen. We hebben bijna nooit ruzie en daar ben ik heel blij om. Hij is heel aardig, dat vind ik het leukst aan hem. We spelen bijna altijd samen, dat is fijner dan alleen spelen. En als hij weg is, dan mis ik hem.

Ik zit in Axel op school, op de Sterrenpracht. Het is een fijne school omdat er ook tolken welkom zijn en omdat ze aardig zijn. Ik heb ongeveer 3 dagen in de week een tolk Nederlandse Gebarentaal. Dat vind ik erg fijn, zo kan ik de les beter volgen en kost het me minder energie. Ik ben 3,5 jaar naar de dovenschool in Rotterdam geweest. Daar heb ik veel geleerd, maar ik ben blij dat ik niet meer elke dag zo lang hoeft te reizen.

Toen ik 4 jaar was, kreeg ik mijn eerste Cochleair Implantaat (gehoorprothese, red.) en op mijn vijfde de tweede. Ik heb eigenlijk twee magneten in mijn hoofd die kunnen verbinden met de processors aan de buitenkant. Zo kan ik toch horen, al klinkt het wel anders dan bij horende mensen. Mijn hobby's zijn: knutselen, tekenen, buiten zijn, cadeautjes uitpakken, knuffelen met mama en spelletjes spelen met Jelte. Ook lees ik graag de Donald Duck. Mijn favoriete dieren zijn dolfijnen en pinguïns. Ik eet het liefst pannenkoeken of frietjes met fritessaus. Kastelen bezoek ik graag, want ik hou van geschiedenis. Op vakantie gaan is ook heel fijn!

“Mijn complete levensverhaal doet ertoe.”

Met gebalde vuisten beent ze weg uit de therapieruimte en doet ze een poging om de straatstenen uit de stoep te schoppen. “Ik snap niet hoe dat mens met haar vragen mij zou kunnen helpen om minder snel boos te worden. Ik word zo opgefokt van haar! Hoezo vraagt ze elke keer weer naar alle shit van vroeger?” Ik zie de worsteling en weet dat ik geen meegaande boodschap heb: “De shit van vroeger is te pijnlijk om naar te mogen vragen?” Ik hoor gegrom en zie dat niet alleen de straatstenen, maar ook de lantaarnpaal ervan langs krijgt. Toch vervolg ik: “Waar pijn is, daar is een wond. Om het genezingsproces te bevorderen, zul je de wond zo goed mogelijk moeten behandelen. Die irritante vragen zijn nodig om te kunnen ontdekken

welke behandeling het beste is. Hydrogel om de huid te koelen? Drukverband om verdere zwelling te voorkomen? Gipsverband om gebroken botdelen weer aan elkaar te laten groeien? Of zelfs een operatie om botten opnieuw te breken omdat ze verkeerd aan elkaar zijn gegroeid?” Met een ruk draait ze naar me om. “Breken? Jij spoort nog minder dan dat mens daar!” Ze prikt met haar vinger richting het gebouw waarin de therapeut waarschijnlijk nietsvermoedend haar koffiemok opruimt. Ik haal mijn schouders op. Vertrouwend op de levenslessen die ik zelf heb geleerd, praat ik door: “Niet sporen? Nou, ik vind mezelf eigenlijk best aardig gelukt! Mijn leven is ook niet altijd makkelijk geweest, maar juist de verdrietige gebeurtenissen in het verleden hebben mij gevormd

tot wie ik nu ben. Mijn complete levensverhaal doet ertoe. Er zijn alinea's die ik het allerliefst had herschreven. Zinnen doorspekken met meer humor, een extra passage over een zachtere landing, meer reddende engelen en geluk.” Even onderbreek ik mijn relaas en schop

een kiezel over de weg voor ons. “Ik heb gevochten, vooral met mezelf, om te concluderen dat de tijd verder tikte. Hoe langer mijn gevecht duurde, hoe langer het verleden me kon plagen in zijn achtervolging. Ik ontdekte dat er maar één helpende strategie is. Het verleden recht in de ogen aankijken met de vraag: ‘Nu je hier toch bent, welke les kan ik van jou leren?’ Jij hebt dezelfde kracht in je. Het lef om stil te staan en achterom te kijken.” Ik stop even, kijk naast me en zie nog steeds gebalde vuisten. Mijn hart staat in de fik om haar machteloze strijd. “Wat jou allemaal is aangedaan, is absoluut niet jouw fout. Je kon niet anders dan jezelf overgeven aan degenen die jouw vertrouwen nooit hadden mogen beschamen. Jij hebt geen schuld aan de misstappen van je ouders. Maar het is wel jouw verantwoordelijkheid om herstel te vinden en vandaag te kiezen hoe je aan je toekomst wilt bouwen.” Ik hoor een zucht en stel me voor dat haar ogen draaien. “Ik las eens: ‘De shit uit je verleden is de mest voor je toekomst.’ Zo’n tegeltjeswijsheid...” Flauwtjes verschijnt het begin van een scheve grijns.

**De namen van de gezinshuiskinderen zijn gefingeerd.*

