

JUVENT

Samen Sterk

Trainingen en Bijeenkomsten voor
pleegouders van Juvent



Samen Sterk

voor jou als pleegouder

Pleegouder zijn is geen eenvoudige taak. Wij vinden het dat ook belangrijk dat je je voldoende ondersteund voelt om tijdelijk of voor een langere tijd voor een kind te zorgen. Daarom biedt Samen Sterk jou als pleegouder trainingen, bijeenkomsten en activiteiten aan als vast onderdeel van de begeleiding vanuit Juvent.

Hoe je ons kunt vinden

Het actuele aanbod van Samen Sterk vindt je gemakkelijk terug via juvent.nl/agenda. Daar schijf je je ook in voor een bijeenkomst, door in het agenda item gebruik te maken van het formulier.

Deelname is voor jou als pleegouder van Juvent altijd kosteloos.

Mis je iets in ons aanbod?
Mail ons op samensterk@juvent.nl

Even voorstellen...

Samen Sterk wordt geleid door een aantal medewerkers van Juvent, dat er met hart voor pleegzorg voor zorgt dat er altijd een afwisselend aanbod aan bijeenkomsten, trainingen en activiteiten op de agenda staat.



**Tineke de
Carpentier**

Werving,
Voorbereiding
en Matching

Tel. 06 22 65 78 00



Marian Borg

Pleegzorg
Walcheren

Tel. 06 22 66 98 30



Sasja Sala

Pleegzorg
Zeeuws-Vlaanderen

Tel. 06 82 68 07 58

Overzicht trainingen en bijeenkomsten

Algemene bijeenkomsten

- Intervisie voor pleegouders en gezinshuisouders
- Bijeenkomst pleeggrootouders
- Chillen met een pleegzorgsnack
 - voor eigen kinderen,
 - voor (pleeg)ouders.

Themabijeenkomsten

- Omgaan met loyaliteit
- Omgaan met verlies
- Hechting, de basis
- Hechting, de verdieping
- Mijn Backpack
- Vlaggensysteem Seksualiteit
- Slimme (pre)pubers, maar emotioneel nog zo klein
- Zorgen voor getraumatiseerde kinderen
- Samenwerken met ouders
- Toolkit Ouderbezoeken

In ontwikkeling...

- 18+ en dan?
- Borderline / autisme
- Licht verstandelijke beperking (LVB)
- Kwetsbaar online

Intervisie

voor pleegouders en gezinshuisouders

Pleegouders geven regelmatig aan het prettig te vinden met andere pleegouders in gesprek te gaan. Daarom bieden we in de drie Zeeuwse regio's regelmatig intervisie aan pleegouders en gezinshuisouders.

In de intervisie bespreken we samen met een gespreksleider, op een gestructureerde manier, een situatie die jij zelf mag inbrengen. Wat in intervisie wordt besproken, blijft tussen vier muren. Een mening blijft daarbij altijd een advies. Je blijft zelf baas van je eigen gedachten. We praten, delen verhalen én natuurlijk is er ruimte om te lachen.

Bij intervisie gaat het over...

- het effect van de pleegzorgsituatie op jouw eigen kinderen
- het effect op de relatie met jouw partner
- jouw kwaliteiten en valkuilen en wat je nodig heb om daar niet in te vallen
- ervaringen delen
- samen afwegingen maken
- hoe je je verhoudt tot organisaties zoals JB West en Juvent
- tijd en ruimte nemen voor jezelf, zorgen voor ontspanning, én aandacht voor wat goed gaat.

Voor wie?

Alle pleegouders en gezinshuisouders van Juvent die het fijn vinden om met elkaar in gesprek te gaan.

Bijeenkomst pleeg grootouders

“Grootouder worden is een gunst, pleeg grootouder zijn is een kunst.”

Je bent opa of oma van het kleinkind dat je opvoedt. Dat is vaak een lastige dubbelrol met uitdagingen waar alleen pleeg grootouders mee te maken krijgen.

Dit is een serie van 8 bijeenkomsten speciaal voor pleeg grootouders. Elke bijeenkomst behandelt een specifiek thema waar deze groep mee kan worstelen bij het opvoeden van hun kleinkind, zoals loyaliteit, opvoeding en pedagogische vaardigheden, gedeeld ouderschap, aanvaarding van de pleegzorgsituatie en het pleeg grootouderschap, gezondheid en bezorgdheid over de toekomst, maar ook de balans zoeken tussen beschermen en óverbeschermen.

Wat bieden deze bijeenkomsten jou?

- Je ontmoet andere pleeg grootouders met wie je ervaringen als pleeg grootouders kunt delen;
- Je krijgt meer inzicht in de gevoelens en gedachten van het kleinkind;
- Je leert meer over effectief opvoedingsgedrag;
- Je doet kennis op over thema's als: loyaliteit en loyaliteitsconflicten, balans tussen beschermen en overbeschermen, omgaan met verwachtingen, gezondheid en bezorgdheid voor de toekomst.

Voor wie?

Voor alle pleeg grootouders van Juvent.

Chillen met een pleegzorgsnack voor eigen kinderen

Ben jij het eigen kind in een pleeggezin? Kom chillen met andere jongeren die in dezelfde situatie zitten. Ontmoet elkaar, deel ervaringen en ontdek dat je niet de enige bent. We zorgen voor echte snacks én een creatieve 'infohap' over pleegzorg.

Voor wie?

Voor eigen kinderen van pleegouders, tussen 12 en 18 jaar.

Pleegzorgsnack voor (pleeg)ouders

Wat doet pleegzorg met je eigen kind(eren)? Hoe houd je oog voor hen? Op deze avond delen we ervaringen, praten we met elkaar en kijken we samen naar korte filmpjes en stellingen.

Voor wie?

Voor Pleegouders van Juvent met een tiener (12-18 jaar) thuis.

Extra handig

De jongerenactiviteit "Chillen met een pleegzorgsnack" vindt op dezelfde tijd en locatie plaats. Breng je tiener, en haal zelf ook een pleegzorgsnack!

Themabijeenkomst

Omgaan met loyaliteit

Loyaliteit is een belangrijk en dagelijks thema binnen pleegzorg. Tegelijkertijd is het een abstract begrip en daardoor vaak moeilijk te begrijpen. Loyaliteit is van grote invloed op een pleegzorgplaatsing.

Tijdens deze bijeenkomst ontdekken we samen wat loyaliteit is, welke vormen er zijn en wat er toch zo ingewikkeld aan is binnen pleegzorg. Samen beantwoorden we de vraag: Hoe kunnen we omgaan met loyaliteit(sconflict).

Deze bijeenkomst wordt begeleid door Tineke de Carpentier, pleegzorgbegeleider bij Juvent.

Voor wie?

Voor alle pleegouders van Juvent.

Themabijeenkomst

Omgaan met verlies

Stel je voor: je bent kind en moet plotseling je huis, je vertrouwde leven en iedereen die je kent achterlaten. Hoe ga je om met dat verlies? Met je boosheid, verdriet, schaamte of juist opluchting?

Bij pleegzorg vragen we pleegouders of ze bereid zijn hun hart te laten breken als een kind terug naar huis kan en mag. Maar ook pleegkinderen dragen gebroken stukjes met zich mee.

Hoe kun jij als pleegouder jouw pleegkind helpen omgaan met dat verlies en de rouw die daarbij hoort?

Wat leer je?

Tijdens deze bijeenkomst leer je van onze rouw- en verliesbegeleider:

- Wat normaal is bij verlies en rouw
- Wat rouw betekent voor jouw pleegkind
- Hoe leeftijd en ontwikkeling daarin een rol spelen
- Wat jij kunt doen om steun te bieden

Voor wie?

Voor alle pleegouders van Juvent in elke fase van de plaatsing, want verlies en rouw komen op elke leeftijd en in elke fase anders terug.

Themabijeenkomst

Hechting, de basis

“De kinderen met de grootste behoefte aan liefde en hechting, kunnen er op de minst liefdevolle manieren om vragen.”

Hechting draait om de natuurlijke neiging van kinderen om bescherming en steun te zoeken bij een volwassene. Voor pleegkinderen is dit proces vaak verstoord. Ze hebben wisselende opvoeders gekend – dat maakt veilig hechten extra ingewikkeld.

Als pleegouder is het belangrijk om te begrijpen wat hechting is, wat jouw pleegkind nodig heeft, én wat jouw rol daarin is. Hechting is soms lastig uit te leggen aan anderen – maar met de juiste kennis en tools kun jij dat wel.

Wat leer je?

- Inzicht in wat hechting is en hoe het werkt bij pleegkinderen
- Bewustwording van jouw invloed op het hechtingsproces
- Wat jouw pleegkind van jou nodig heeft
- Hoe je anderen op een begrijpelijke manier kunt uitleggen wat hechting betekent

Voor wie?

Voor pleegouders van Juvent die nog zoekend zijn, bijvoorbeeld aan het begin van een (nieuwe) pleegzorgplaatsing. En voor alle andere pleegouders, want hechting speelt bij elke plaatsing, in elke leeftijdsfase een rol.

Themabijeenkomst

Hechting, de verdieping

“Wat ik ook zeg of doe, mijn pleegkind pakt alles negatief op. Hoe help ik hem dat anders te leren?”

‘Mijn pleegdochter kan zich totaal niet verplaatsen in wat een ander voelt. Alles draait om haar. Hoe kan ik haar hierbij ondersteunen?’

Tijdens deze verdiepende bijeenkomst kijken we – door de hechtingsbril – naar de hersenontwikkeling van kinderen met weinig basisvertrouwen. Wat gebeurt er in het brein van een kind dat niet veilig gehecht is? En wat betekent dat voor gedrag, emoties en zelfregulatie? Pleegkinderen hebben hun opvoeders hard nodig om spannende of overweldigende situaties te leren hanteren. Maar hoe doe je dat als pleegouder?

Daarbij gaan we ook in op **mentaliseren**: het vermogen om jezelf en anderen te begrijpen op basis van gevoelens, gedachten en gedrag. Hoe kun jij als pleegouder daarin een voorbeeld zijn? En hoe help je je pleegkind hiermee sociale relaties beter aan te gaan?

Wat leer je?

- Wat hechting doet met de **hersenontwikkeling**
- Hoe jij kunt bijdragen aan co-regulatie en emotionele veiligheid
- Wat **mentaliseren** is en hoe je het inzet als opvoedtool
- Hoe je je pleegkind helpt zichzelf en anderen beter te begrijpen

Voor wie?

Voor alle pleegouders én gezinshuisouders van Juvent die zich willen verdiepen in hechting en de werking van het brein.

Themabijeenkomst

Mijn Backpack

Mijn Backpack is een methode voor pleegkinderen om veilig en gecontroleerd hun eigen verhaal te mogen vertellen over wat er is gebeurd vanaf het moment dat ze thuis weggaan tot de aankomst in het pleeggezin. Dit doen ze aan de hand van het verhaal van "EEND".

Eend, die thuis zijn belangrijkste spullen in zijn rode rugzak stopt en op weg gaat van zijn eigen eenden-familie naar een vreemde honden-familie. Hoewel eend het hoofdpersoon blijft gaat het verhaal vaak als vanzelf over op de gebeurtenissen en herinneringen van het kind zelf.

Wat leer je?

Tijdens de workshop van Mijn Backpack gaan de pleegkinderen samen met elkaar op kindniveau in gesprek onder begeleiding van getrainde pleegzorgwerkers. Mooi hoe de kinderen daar herkenning vinden bij elkaar!

Tegelijkertijd gaan de pleegouders samen met hun eigen pleezorgbegeleider in gesprek over wat 'Mijn Backpack' precies inhoudt, wat het vervolg is en hoe hun pleegkind goed voor 'Eend' kan zorgen.

Voor wie?

Voor pleegkinderen in de leeftijd van 6 t/m 12 jaar, mét hun pleegouders én hun pleegzorgbegeleider. Als je geïnteresseerd bent in de workshop, bespreek dit dan eerst met jouw pleegzorgbegeleider.

Themabijeenkomst

Vlaggensysteem seksualiteit

“Praten over seksualiteit met onze pleegkinderen is toch spannender.”

“Mijn pleegzoon van 1,5 krijgt een erectie als ik hem uit bed haal – is dat normaal?”

“Mijn 16-jarige pleegdochter heeft een vriend van 20. Help...”

“Mijn pleegkind van 4 wil zich niet laten afdrogen na het douchen.”

Veel pleegkinderen hebben op seksueel gebied al dingen meegemaakt die te veel, te vroeg of grensoverschrijdend waren. Dat maakt seksuele opvoeding in pleegzorg soms extra complex.

Tijdens deze bijeenkomst leer je werken met het Vlaggensysteem – een methode die helpt om seksueel gedrag bij kinderen en jongeren op een objectieve manier te beoordelen. Je krijgt praktische handvatten om situaties beter in te schatten én het gesprek over seksualiteit op een ontspannen manier aan te gaan.

Wat levert het je op?

- Inzicht in wat ‘normaal’ seksueel gedrag is, en wat grensoverschrijdend is
- Leren signaleren: wanneer is er reden tot zorg of actie?
- Praktische handvatten om met seksualiteit in je pleeggezin om te gaan
- Ervaringen delen met andere pleegouders

Een medewerker **Consulent Kind en Veiligheid** (Juvent) begeleidt de bijeenkomst.

Voor wie?

Voor alle pleegouders van Juvent – of je nu een peuter, tiener of jongvolwassene in huis hebt.

Themabijeenkomst

Slimme (pre)pubers, maar emotioneel nog zo klein

Je pleegkind is scherp, slim en lijkt veel te snappen. Maar sociaal-emotioneel loopt het achter. De buitenwereld ziet een zelfstandige puber, maar jij weet: z'n gedrag past niet bij zijn leeftijd. En dan begint de worsteling: hoe geef je vrijheid én veiligheid?

Herkenbaar?

- Laat ik haar echt alleen fietsen naar school, terwijl ze de weg snel kwijt is?
- Geef ik hem een mobiel – en snapt hij dan wat er in de groepsapps gebeurt?
- Hoe begeleid ik haar op social media?
- Laat ik haar naar de stad gaan met vriendinnen, ook al verlies ik daarmee het zicht?
- Ik houd mijn pleegkind dichtbij uit bescherming, maar zij wil gewoon meedoen met haar leeftijdsgenoten...

Tijdens deze bijeenkomst gaan een gedragsdeskundige en pleegzorgbegeleider van Juvent samen met pleegouders in gesprek over deze spanningsvelden.

Wat levert het je op?

- Inzicht in brein & lijf in de (pre)pubertijd
- Herkenning en uitwisseling met andere pleegouders
- Ruimte voor je eigen vragen en zorgen
- Praktische tips over omgaan met frustratie, seksuele ontwikkeling en kwetsbaarheid

Voor wie?

Voor pleegouders van pleegkinderen tussen de 11-14 jaar.

Themabijeenkomst

Zorgen voor getraumatiseerde kinderen

Soms is het gedrag van je pleegkind moeilijk te begrijpen. Waarom die woede-uitbarsting? Dat terugtrekken? Die overtuiging dat niemand te vertrouwen is?

In deze training leer je kijken door een traumabril. Als je begrijpt wat trauma met een kind doet, kun je gedrag beter plaatsen én er sensitiever op reageren. Dat helpt je pleegkind én jou als opvoeder.

Wat maakt deze training uniek?

Je volgt de training samen met je eigen pleegzorgbegeleider en andere pleegouders. Zo pas je alles wat je leert direct toe op jouw situatie.

Wat leer je in deze reeks van 6 bijeenkomsten?

- Wat trauma is en hoe het het brein en gedrag beïnvloedt
- Hoe je traumasensitief opvoedt, zonder jezelf te verliezen
- Hoe je je pleegkind helpt zich te verbinden en veerkracht te ontwikkelen
- Strategieën om je pleegkind te ondersteunen richting een gezonde toekomst
- Hoe je goed voor jezelf blijft zorgen en steun vindt bij anderen
- Uitwisseling van ervaringen met andere pleegouders die hetzelfde meemaken

Voor wie?

Voor alle pleegouders en gezinshuisouders van Juvent.

Themabijeenkomst

Samenwerken met ouders

Hoe kun je als ouders en pleegouders een goede samenwerkingsrelatie opbouwen? In vijf korte video's over de 'Gouden regels in de samenwerking tussen ouders en pleegouders' delen vier ouder- en pleegouderkoppels hun verhalen en ervaringen over samenwerken.

Een aantal ouders en pleegouders vertellen in de video's wat hen heeft geholpen om de soms ingewikkelde samenwerking te verbeteren. Dit heeft geleid tot een groter vertrouwen in elkaar en een positief effect op de ontwikkeling van de kinderen.

In iedere korte video vormt een '**gouden regel**' de kern:

1. De tijd nemen
2. Open zijn en verantwoordelijkheid en zorg delen
3. Empathisch en respectvol zijn
4. Gastvrijheid en interesse tonen
5. Omgaan met spanning en meningsverschillen

Wat leer je?

Het doel van de video's is om in gesprek te gaan, waardoor je elkaar als ouders en pleegouders beter begrijpt en samen oplossingen en ideeën kunt bedenken die de samenwerking versterken. Naast deze video's maken we gebruik van allerlei vormen om met elkaar verder hierover na te denken.

Voor wie?

Voor alle pleegouders van Juvent.

Themabijeenkomst

Toolkit ouderbezoeken

“In de week van een ouderbezoek is mijn pleegkind veel opstandiger.”

“Na contact met haar ouders wil ze niks zeggen en trekt ze zich terug.”

“Hoe vertel ik dat het bezoek misschien niet doorgaat? Wanneer is het juiste moment?”

Herkenbaar?

Ruim 70% van de pleegkinderen laat voor, tijdens of na contact met hun biologische ouders gedragsverandering zien. Niet gek dus dat ouderbezoeken vaak onderwerp van gesprek zijn in de begeleiding.

Juvent ontwikkelde een **toolkit** die jou als pleegouder helpt om gesprekken over ouderbezoeken goed te begeleiden. Zo help je je pleegkind om te gaan met de emoties, verwachtingen en teleurstellingen die bij contactmomenten horen.

Wat leer je?

- Welke gedragingen kunnen horen bij ouderbezoeken
- Hoe je de toolkit gebruikt en op welk moment
- Hoe je in gesprek gaat over emoties rondom contact
- Hoe je ouderbezoeken samen met je pleegkind voorbereidt en structuur biedt

Voor wie?

Voor alle pleegouders van Juvent.