

xonar

jaargang 16 | nr. 1 | september 2025

XPEDITIE

PLEEGZORG



.....
JE LICHAAM ALS
VEILIGE PLEK
.....

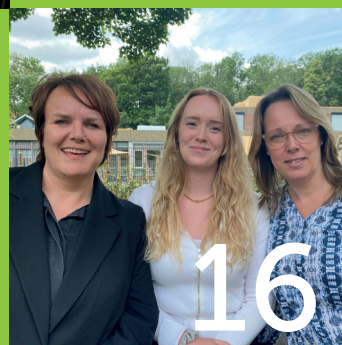
.....
EEN HUIS
VOL LIEFDE
.....

.....
JE KUNT NIET
NIET-HECHTEN...
.....



INHOUDSOPGAVE

- 1 Voorwoord Wilbert Nolle
- 2 Je lichaam als veilige plek
- 4 De POR: onafhankelijk, betrokken en in verbinding met pleegouders
- 6 Een interview met Giel Vaessen, een bevlogen professional
- 8 Het Kinderatelier
- 9 Column van een pleegmoeder
- 10 Praten met je (pleeg) kind
- 12 Een huis vol liefde
- 14 Ik heb bewust gekozen voor deeltijdpleegzorg
- 16 Gezinshuizen: Een thuis geven aan kinderen die het hard nodig hebben
- 18 Pleeggrootouders Pjer en Marlene
- 20 De bijzondere reis van pleegouders Rico en Tamara
- 22 Pleegzorg in Nederland en Limburg
- 24 Je kunt niet niet-hechten...
- 26 Martin over Geweldloos Verzet
- 28 We genieten er enorm van als we de kinderen zien groeien
- 30 Herziene training 'traumasensitief opvoeden & begeleiden'
- 31 Training: Traumasensitief opvoeden en begeleiden van kinderen
- 32 Zoekertje voor opvang van baby's



COLOFON

Xpeditie is een jaarlijks, gratis magazine over XONAR pleegzorg.

Redactie

Rachel Lemlijn, Arthur Jansen, Eefje van Hombergh, Edith Deckers en Nicole van Melsen.

Opmaak en druk:

Drukpartners Zuid B.V.

Oplage

800 exemplaren

Kopij aanleveren

Wilt u een redactionele bijdrage leveren voor Xpeditie? Dat kan! U kunt kopij aanleveren via pleegzorg@xonar.nl

Heeft u vragen hierover? Bel dan naar de afdeling Communicatie: **043 - 604 55 55**

VOORWOORD



Mijn naam is Wilbert Nolle en sinds begin dit jaar ben ik met trots werkzaam als manager Pleegzorg en Gezinshuizen bij XONAR. Na 35 jaar ervaring binnen deze organisatie en haar voorgangers, is dit voor mij een nieuwe stap – en een betekenisvolle.

Wat mij in de eerste maanden meteen opviel, is de enorme betrokkenheid van iedereen die zich inzet voor pleegkinderen: pleegouders, gezinshuisouders, onze professionals en partners. Pleegzorg is geen gemakkelijke taak, maar het is bovenal een waardevolle. Juist in de dagelijkse praktijk zie ik hoe zorgvuldig, liefdevol en professioneel er gewerkt wordt om kinderen een veilige, stabiele plek te bieden.

Binnen de landelijke pleegzorg beweegt er veel. De overheid en richtlijnen vragen om meer transparantie, meer vastlegging, meer toetsing. Tegelijkertijd blijft één ding onveranderd: het onderlinge vertrouwen dat we nodig hebben om goede zorg te kunnen bieden. Vertrouwen tussen pleegouders, begeleiders, professionals en ouders, tussen beleid en praktijk.

Goede pleegzorg vraagt om ruimte – om maatwerk, nabijheid en partnerschap. Het vraagt ook om heldere afspraken, om durven benoemen wat goed gaat én wat beter kan. Niet uit angst, maar vanuit het besef dat we samen sterker zijn als we elkaar blijven ondersteunen, versterken en eerlijk blijven.

Wat ik zie, stemt me hoopvol. Want de kracht van pleegzorg zit in de mensen: in zij die elke dag opnieuw klaarstaan voor kinderen die dat zo hard nodig hebben. Als organisatie willen wij daarin faciliteren, ondersteunen en meebewegen – met oog voor kwaliteit én met hart voor de mens.

Ik kijk ernaar uit om samen verder te bouwen aan een toekomst waarin ieder kind opgroeit in een omgeving van veiligheid, zorg en vertrouwen.

Met warme groet,

Wilbert Nolle

Manager Pleegzorg en Gezinshuizen



JE LICHAAM ALS VEILIGE PLEK

"Traumatische ervaringen worden opgeslagen in het zenuwstelsel. Ik zie steeds meer dat heftige ervaringen zich niet alleen in de hersenen maar ook elders in het lichaam vastzetten. Als je hier niets mee doet, kan dit leiden tot uiteenlopende klachten en symptomen - mentaal én lichamelijk. Veel pleegkinderen zijn belast met vroegkindelijk trauma en hechtingsproblematiek. Anouk leert hen om dat trauma vanuit het lichaam te kunnen ontladen."

Anouk Prop (44) uit Riemst heeft al meer dan 15 jaar een praktijk voor lichaamsgericht traumawerk in Maastricht. Daarnaast is ze deeltijd pleegouder van de 14-jarige Danique. Na haar studie psychologie werkte ze vijf jaar lang op verschillende plekken in de wereld. Ze werkte in een weeshuis in India met getraumatiseerde kinderen, was manager van een yogastudio in Cambodja, en werkte als psycholoog in verslavingsklinieken en top wellness centers in Thailand. Door de jaren heen specialiseerde Anouk zich steeds verder in lichaamsgerichte traumatherapie. Samen met haar cliënten onderzoekt ze waar spanning zich vastzet in het lichaam en hoe die spanning kan worden losgelaten, zodat het systeem kan herstellen

HOLISTISCHE BENADERING

"Als psycholoog, traumatherapeut en yogadocent werk ik vanuit een holistische visie; ik benader het probleem vanuit verschillende invalshoeken. Ik kijk naar het cognitieve stuk, maar ook naar lichaam en zenuwstelsel. Als professional en als persoon ben ik gericht op groei en ontwikkeling van mezelf en anderen. Ik heb uitgebreide ervaring in

uiteenlopende settingen. Variërend van werken met kinderen en volwassenen met een geschiedenis van mishandeling, verslaving en afhankelijkheidsproblematiek, angst, depressie, burn-out, fysiek trauma en andere traumatische ervaringen zoals oorlog, vluchtelingenproblematiek en natuurrampen."



***“Ik vind het een
geschenk dat ik
er voor Danique
mag zijn.”***



REGULEREN VAN HET ZENUWSTELSEL

Als iemand iets heftigs meemaakt, schiet hij of zij vaak in de overlevingsstand. Soms is het trauma duidelijk aanwijsbaar, zoals de gevolgen van een auto-ongeluk. Maar het kan ook gaan over complexere trauma's uit de jeugd of ervaringen die iemand diep heeft weggestopt. Volgens de zogeheten polyvagaaltheorie kiest het zenuwstelsel dan wat het beste is om onze veiligheid te waarborgen. Het kan zijn dat je in de vecht- of vluchtmodus terecht komt of, nog erger, in de bevriesmodus. Dit heeft effect op je lichaam. “Ik pas allerlei lichaamsgerichte technieken toe om het zenuwstelsel van cliënten te reguleren. Ik leer de cliënt ervoor te zorgen dat het eigen lichaam weer een veilige plek is. Zodat het systeem bepaalde prikkels herkent en ermee leert om te gaan. Je kunt het verleden niet ongedaan maken, of je gevoeligheden wegnemen, maar je kunt wel leren er anders mee om te gaan zodat je er minder last van hebt.”

ZELFREGULATIE IS AAN TE LEREN

Hoe eerder in het leven een trauma plaatsvindt, hoe dieper het zich verankert in het lichaam - niet zozeer als feitelijke herinnering, maar als een gevoelsbeleving. Als je hier niks mee doet, kun je daar de rest van je leven last van blijven houden. Daarom vindt Anouk het belangrijk dat kinderen leren hoe ze zichzelf kunnen reguleren; hoe ze met emoties omgaan en waar ze in zichzelf veiligheid kunnen vinden. Zeker als de wereld om hen heen onveilig is. Ze leert hen bewust te worden van zichzelf en woorden te geven aan wat er gebeurt in het lijf. Voorafgaand aan de therapie bepaalt ze samen met de cliënt wat de hulpvraag is en welke technieken of tools ze kan inzetten. Denk daarbij aan lichaamsgericht werken, yoga, ademhaling of psychedelica.

DEELTIJDPLEEGOUDER

Naast al dit mooie werk heeft Anouk ook een deeltijdpleegkind. “Danique kwam bij me in de praktijk en vanaf het eerste begin hadden we een goede klik. Op een dag zegt Danique dat ze graag bij me wil komen wonen. Zowel opa en oma als pleegzorg staan positief tegenover de extra ondersteuning die Anouk wil bieden. Daarom komt Danique vanaf haar negende regelmatig bij Anouk thuis. Ze doen dan leuke dingen samen. Gaan naar de stad, knutselen en dansen. De relatie als therapeut van Danique moet wel beëindigd worden en dat brengt natuurlijk allerlei veranderingen met zich mee, die soms best spannend zijn. Maar aangezien ik zelf ook uit een onveilige gezinssituatie kom, kan ik heel goed invoelen wat zulke veranderingen doen voor Danique. Het is heel belangrijk dat ze weet dat ik er voor haar ben en blijf. Mijn liefde voor haar is onvoorwaardelijk.”

EIGEN GEZINSHUIS

“Ik vind het een geschenk dat ik er voor Danique mag zijn. Zeker, het is soms uitdagend, maar we hebben ook veel lol samen. Het geeft me een goed gevoel dat ze uitgegroeid is tot de jonge meid die ze nu is. Ik vind het heel dankbaar om te doen. Ik zou me graag op grotere schaal over pleegkinderen willen ontfermen, maar op dit moment valt dat niet te combineren met mijn werk. Ik denk wel eens na over een eigen gezinshuis. Dat lijkt me echt geweldig!”





DE POR: ONAFHANKELIJK, BETROKKEN EN IN VERBINDING MET PLEEGGOUDERS

De Pleegouderraad (POR) is er voor alle pleegouders. Het doel van de POR is om pleegzorg beter te maken door de stem van pleegouders te laten horen. Niet als klachtencommissie, niet als verlengstuk van XONAR, maar als een onafhankelijke raad die opkomt voor de belangen van pleegouders. De leden van de POR zijn zelf ook pleegouders en weten als geen ander wat het betekent om dit werk te doen – met hart en ziel, met vallen en opstaan.

Niet de klachtenlijn – wel de stem van de pleegouder

De POR is geen klachtencommissie en gaat dus niet over individuele casussen. Wat ze wél doen, is luisteren naar verhalen. Als een pleegouder ergens mee zit – bijvoorbeeld omdat hij/zij zich niet gehoord voelt door de pleegzorgbegeleider – dan kan de pleegouder zijn verhaal bij de POR kwijt. Je mag daarbij anoniem blijven.

De POR probeert uit individuele signalen de rode draad te halen. Als er meerdere pleegouders met vergelijkbare vragen of zorgen komen, gaan ze daarover in gesprek met XONAR, gemeenten of andere samenwerkingspartners.

Denk aan thema's zoals:

- Financiën en bijzondere kosten;
- Bejegening en communicatie;
- Veranderende regelgeving;
- Onduidelijkheden rond het pleegoudercontract.

Niet klagen, maar verbeteren

De POR gebruikt signalen van pleegouders om grotere thema's aan te kaarten. Bijvoorbeeld: de wens van pleegouders om meer onderling contact te hebben, leidde tot initiatieven zoals koffieochtenden, wandelingen, een speeltuinmiddag of pubermiddag. Dit levert ruimte voor **ontmoeting, herkenning en steun**.

Ook adviseert de POR – gevraagd én ongevraagd – de Raad van Bestuur van XONAR. Bijvoorbeeld over het Pleegouderportaal dat de POR actief aan het testen is. De POR denkt mee over gebruiksvriendelijkheid, inzage in declaraties en centrale toegang tot het pleegouderdossier. Alles met het doel om het systeem beter en toegankelijker te maken voor pleegouders.

***“Niet de klachtenlijn –
wel de stem
van de pleegouder.”***



De POR is onafhankelijk – en dat is belangrijk

De POR werkt onafhankelijk van XONAR en valt onder de Wet Medezeggenschap cliënten zorginstellingen 2018 (Wmcz 2018). Wat er besproken en verzameld wordt, blijft binnen de POR. Er worden geen persoonsgegevens gedeeld en er is geheimhoudingsplicht die serieus wordt genomen. Het POR-mailadres wordt niet door XONAR gelezen, alleen door de onafhankelijke ondersteuner van de POR.

Verbinden, versterken, vertegenwoordigen

Naast de rol richting XONAR, zoekt de POR ook actief samenwerking met andere partijen: gemeenten, de provincie, de NVP, andere pleegouderraden en de LOPOR (Landelijk Overleg van PleegouderRaden). Vanuit die samenwerking ontstaan belangrijke initiatieven. Een goed voorbeeld hiervan is de overgang van 18- naar 18+ zorg, die hier lokaal is opgezet en uiteindelijk landelijk werd uitgerold.

Ook denken de POR-leden mee in landelijke thema's: hoe informeren we pleegouders het beste, hoe gaat de

communicatie over veranderingen, en hoe zorgen we dat jullie écht gehoord worden?

Schaduw-POR: jouw stem, anoniem en veilig

Via de schaduw-POR kunnen pleegouders op een laagdrempelige en anonieme manier hun mening geven. Momenteel zijn er zo'n 30 tot 40 leden in de schaduw-POR. Vier keer per jaar stuurt de POR een vraag uit. De reacties geven waardevolle input om beter aan te voelen wat er speelt. Alle reacties worden anoniem verwerkt –alleen één POR-lid beheert de e-mailbox.

Jouw stem is onmisbaar

Als jij als pleegouder wilt dat er iets verandert in de pleegzorg, laat het ons weten. Stuur een e-mail, kom naar een pleegouderbijeenkomst of meld je aan voor de schaduw-POR. Wil je liever in gesprek? Kom ons tegen op de bijeenkomsten waar we actief aanwezig zijn. Zo bouwen we samen aan een betere pleegzorg.

CONTACT MET DE POR



POR@xonar.nl



Vergadert 10x per jaar



Lid worden van de (schaduw-)POR?
Neem contact op via het e-mailadres.

INTERVIEW

EEN INTERVIEW MET GIEL VAESSEN, EEN BEVLOGEN PROFESSIONAL

OVER 'HECHTING' GESPROKEN....

Je combineert je theoretische kennis met persoonlijke ervaringen: hoe waardevol is dat?

Alleen zélf dingen meegemaakt hebben, is in mijn vak niet voldoende: de kruising met vakkennis is onmisbaar. Ik deel mijn persoonlijke ervaring als pleegouder in mijn werk graag. Bij wetenschappers komt dat minder aan, blijkt uit evaluaties: zij focussen meer op onderzoek, statistiek en evidence based methoden. Bij pleegouders en andere professionals werkt het des te beter. Je brengt kennis, maar je laat ook zien dat je een mens bent die in de praktijk ook met dingen heeft geworsteld en nog steeds worstelt.

Je behandelt vaak het onderwerp 'hechting', waarom is dit onderwerp zo belangrijk?

De eerste vier jaren van je leven vormen het relationeel, emotioneel, cognitief en lichamelijk fundament, waar de ontwikkeling van het kind op kan bouwen richting zijn of haar persoonlijkheid. Hechting is hierbij net als het fundament van je woning: Als het fundament goed is, kunnen de muren stevige schokken en traumatische gebeurtenissen aan. Als de eerste vier jaren van een kind goed verlopen, dan kan het wel een stootje hebben. Dat betekent uiteraard niet dat je met een



gezonde hechting alles aan kan. Het heeft te maken met je eigen veerkracht maar ook met de zwaarte van de schokkende gebeurtenis.

Tijdens een avond die je verzorgde, bleek jouw verhaal voor de aanwezige pleegouders een eyeopener: is dat niet vreemd? Ik heb me daar ook over verbaasd. En dat komt op meer plekken voor. Eigenlijk is basiskennis over hechting een randvoorwaarde voor pleegouderschap. Veel pleegouders krijgen in de praktijk met een hechtingsprobleem te maken: juist bij pleegkinderen is de hechting in veel gevallen niet goed verlopen. Daar moet je op voorbereid zijn.

Maar ook pleegzorgbegeleiders die in gezinnen komen, moeten beschikken over kennis rondom hechting en zaken kunnen signaleren en weten te begeleiden. Zowel naar het kind toe als ondersteunend naar de pleegouders.

Hoe herken je hechtingsproblemen bij kinderen?

Waar moet je op letten?

Dat is uiteraard niet in één zin uit te leggen, maar kort door de bocht kun je daarbij drie typen onderscheiden:

- Een kind dat zich helemaal terugtrekt, nauwelijks relatie zoekt, nauwelijks emotie toont... De relatie lijkt niet te verdiepen.
- Een kind dat juist heel druk is, in het eerste contact met vreemden te nabij komt en later voortdurend aantrekt en afstoot, voortdurend één-op-één contact wil. Liefs goedschiks maar anders ook kwaadschiks op je achillespees.
- En er bestaat een mengvorm waar geen peil op te trekken valt. De ene keer volledig in zichzelf teruggetrokken en dan weer exploderend.

Maar nogmaals, dit is in een paar zinnen niet zorgvuldig uit te leggen. Als je denkt dat er wellicht iets aan de hand is: ga niet zelf de diagnose stellen, maar haal er een deskundige bij.





Is er een verband tussen hechtingsproblematiek en traumatische ervaringen van kinderen?

Hechting en trauma zijn twee verschillende onderwerpen. Een stevige traumatische gebeurtenis gedurende de eerste vier jaren van een kind betekent niet per definitie dat dit leidt tot een hechtingsprobleem of -stoornis. Een traumatische ervaring kan wel een belemmerende factor zijn voor de hechting, het is een factor die meespeelt. Maar als de ouder het kind weet op te vangen, te troosten, kan begeleiden... herstelt het kind goed genoeg. De meeste kinderen zijn veerkrachtig.

Hoe ga je het beste met hechtingsproblematiek om? Is er één benadering voor elk type gedrag of moet je onderscheid maken?

Je moet wel degelijk onderscheid maken, er is een groot verschil qua aanpak. Maar ook dat is niet in een paar zinnen uit te leggen. Bij een kind dat veelvuldig aantrekt en afstoot coach ik leerkrachten, ouders, pleegouders en hulpverleners in 'choose your battles'. Bepaal waar de grenzen liggen en waar je dus steviger op reageert en waar je het kind relationeler aanstuurt. Bij kinderen die zich terugtrekken, is het belangrijk

dat je laat zien dat je het kind ziet. Ga het contact aan. In het vakjargon heet dat mentaliseren, eenvoudig gezegd: emoties herkennen en teruggeven. Beide aanpakken zijn absoluut niet eenvoudig maar voor velen zeker te leren.

Is hechtingsproblematiek in alle gevallen oplosbaar?

Nee, dat is helaas niet het geval. Je kunt wel zeggen: hoe vroeger je erbij bent des te meer kans op resultaat. Dat is al vele malen bewezen. Belangrijke factoren daarbij zijn de ernst van het probleem, de veerkracht van het kind en de vaardigheden van de pleegouders. Maar soms heb je dingen te accepteren en moet je er mee leren te leven. Dat geldt niet alleen voor pleegkinderen, maar voor ons allemaal. Kun je de rugzak niet leger krijgen, dan zul je sterke benen moeten ontwikkelen. Het leven gaat altijd over draaglast en draagkracht, daar zal nooit iets in wijzigen.

Is het belangrijk om in het STIP voorbereidingsprogramma al aandacht te besteden aan "hechting"?

Dat is zeker heel belangrijk. Bij pleegkinderen komt een hechtingsprobleem immers veel vaker voor dan bij andere kinderen. Punt is dat je in de cursus informatie krijgt over veel onderwerpen. Iets gaat pas echt leven als je het in de praktijk ervaart. En staat de opgedane kennis dan nog wel op je netvlies?

Zijn er handvatten voor pleegouders die met hechtingsproblemen te maken krijgen?

Ik gun alle pleegouders regelmatige bijeenkomsten met lotgenoten waarbij hechting centraal staat. Een casusgericht benadering gericht op maatwerk is het doel. Daarvoor is wel deskundige begeleiding nodig, het moet geen klaagzang worden. Goede begeleiding is essentieel, van een verkeerde benadering kan de hechting gemakkelijk een deuk krijgen. Mijn aanbeveling aan XONAR; zorg dat dergelijke bijeenkomsten er komen, ze zijn o zo waardevol.

Wat zou je de pleegouders van XONAR nog willen meegeven?

Ik ken veel pleegouders als fijne, betrokken mensen, die opkomen voor de kinderen die aan hen zijn toevertrouwd. Maar pleegouders geven vaak aan dat hun eigen accu leeg raakt. De mens is het enige zoogdier dat eerst voor de kinderen zorgt en dan pas voor zichzelf. Ik denk dat de andere zoogdieren gelijk hebben. Mijn boodschap aan pleegouders is: je moet ook aan jezelf denken, ruimte voor jezelf maken, anders trek je het op den duur niet. Dat is niet egocentrisch. Als jullie het niet trekken, is de kans groot dat het kind weer 'weg' moet en loopt het de zoveelste deuk op in het basisvertrouwen naar volwassenen.



Voor meer informatie over Giel Vaessen en zijn werk: www.kinkindekabel.nl



HET KINDERATELIER

WEER EEN BEETJE TROTS OP JEZELF

Sinds 1991 wordt het Kinderatelier bij XONAR gerund door Milous. Wij spraken met Milous over hoe trots ze is op het Kinderatelier en op de kinderen die daar succeservaringen hebben opgedaan.

Het Kinderatelier biedt alle kinderen die in zorg zijn bij XONAR de mogelijkheid om een uur per week creatief bezig te zijn in een fijne omgeving. Milous benadrukt dat het vooral geen knutselclub is maar een plek waar kinderen die allerlei nare ervaringen hebben opgedaan, de tijd en ruimte krijgen om hun gevoelens uit te beelden door het maken van een mooi kunstwerk. Hierbij reikt Milous ze allerlei tools aan waardoor ze kunnen ontwikkelen. Milous heeft in de loop der jaren heel wat kinderen zien groeien in haar atelier, kinderen die eerst niet konden praten en waarbij ze dan toch soms woorden ziet ontstaan. Een meisje dat gepest werd en onzeker was, heeft ze zien uitgroeien tot een krachtige en wijze puber. Milous werkt er graag aan mee om de kinderen sterker te maken.

De kinderen worden vaak aangemeld omdat ze nergens meer zin in hebben. Hier is het laagdrempelig, ze mogen hier zijn zoals ze zijn. Hier ontmoeten ze leeftijdgenoten. Het doel is vooral dat ze hier leren ontdekken wat ze allemaal met materiaal kunnen. Wat kun je verbeelden? Hoe kun je de wereld op jouw manier vertalen? Kinderen kunnen een soort basisgevoel van geluk ervaren over hun eigen prestaties, hun eigenwaarde groeit. Milous bedenkt voor iedere woensdag creatieve opdrachten waarbij de kinderen iets anders gaan maken dat wat ze altijd al maken, anders blijven ze steeds hetzelfde doen. Ze wil de interne motor wakker maken. In het Kinderatelier worden verschillende materialen aangereikt. Zoals mergel, speksteen, boetseerwas, textiel, klei, hout en acrylverf. Op deze manier leren de kinderen materialen te ontdekken die ze anders waarschijnlijk niet gebruiken. De materialen sluiten aan op de opdrachten die de kinderen

kunnen en mogen uitvoeren. Bijvoorbeeld een uil maken van klei of een geluksbrenger-amulet van speksteen gemaakt. Milous heeft ook diverse vitrinekasten met voorwerpen die zij en de kinderen in de loop der jaren verzameld hebben. Dit is een soort schatkist en de kinderen mogen hierin kijken en er inspiratie bij opdoen, of Milous vertelt er bijzondere verhaaltjes over.

Kinderen mogen hier zichzelf zijn, mogen weer kind zijn. Door het bieden van een veilige plek ziet ze de kinderen ontspannen. Sommige kinderen lukt het om de opdrachten die Milous geeft op te pakken en er iets mee te doen. Andere kinderen lukt dit niet en die gaan dan aan iets anders werken. Milous benadrukt dat ze geen 'pleisters plakt' maar dat ze wil dat kinderen groeien, dat ze hun problemen even kunnen parkeren als ze in het atelier zijn. En dat ze langzaam het idee krijgen dat ze wel iets kunnen en dat ze ergens bij horen.

In de loop der jaren heeft Milous heel veel verschillende kinderen in haar atelier ontmoet, ze noemt het 'een kleine planeet'. Sommige kinderen komen maar een paar keer, anderen blijven jarenlang terug komen.

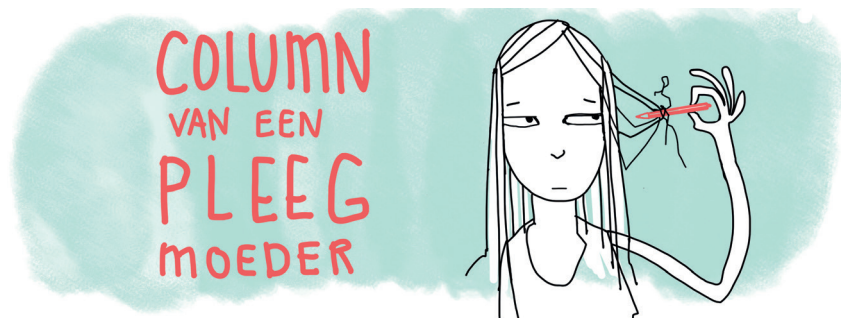
Als ze signalen van kinderen opvangt in het Kinderatelier, dan bespreekt ze die ook met de ouders/ pleegouders of begeleiders. Soms vertellen de kinderen iets persoonlijks aan Milous en dan vraagt ze of zij het al met een andere volwassene hebben besproken. Als dat niet zo is, dan helpt Milous het kind om het samen te vertellen. Ooit werd Milous gebeld door een medewerker van Mondriaan Kind en Jeugd. Zij had een jongen in behandeling die had verteld dat de plek bij Milous de beste plek op aarde was.

Dat is waar Milous het voor doet!!!

Milous is docent beeldende kunst, tekenen en beeldhouwen. Naast haar werk in het Kinderatelier bij XONAR geeft Milous ook les op verschillende scholen in Zuid-Limburg.

Het Kinderatelier is iedere woensdagmiddag en -avond geopend op de Severenstraat 16 te Maastricht. Alle kinderen die ondersteuning en zorg ontvangen van XONAR mogen zich aanmelden en zijn van harte welkom. Deelname is geheel gratis. Aanmelden via kinderatelier@xonar.nl





Geertje is illustrator, vormgever, schrijfster én pleegmoeder. Ze schreef tussen 2019 en 2022 maandelijks een column voor XONAR over haar belevenissen als pleegmoeder. In deze Xpeditie neemt ze ons weer mee in haar ervaringen met 'Harrie'.

DE STEEN

Er zit een steentje in de zak van mijn jas. Al jaren.

We wonen nog in de stad, het zal een jaar of drie geleden zijn. Ons pleegzoontje Harry is nog maar een peuter. Het is een frisse avond in de lente en ik haal hem op van het kinderdagverblijf. "Alsjeblieft mama. Een steen. Goed bewaren!" zegt hij. Ik stop het ding in mijn jaszak en we fietsen naar huis. Alles lijkt zoveel gemakkelijker, als ik er nu aan terugdenk. Dat huis, die tijd, dat kind. Lijkt het alleen zo, vraag ik me af, of heb ik alleen de fijne dingen onthouden?

Dat jasje van zwart nepleer, dat draag ik al jaren. Ik ben niet goed in het kopen van kleren. Als ik iets draag, dan draag ik het totdat het van ellende uit elkaar valt. Zo ook die jas. Als ik in de winter sta te klappertanden bij de bushalte denk ik: ik moet écht een winterjas kopen. Maar dat probleem lost zich elk jaar vanzelf op als het lente wordt.

Maar die steen dus. Harry geeft hem aan mij en ik stop hem in mijn zak. En daar blijft hij. Een hele zomer, herfst en winter. Een klein, beetje driehoekig grijs steentje. Wat grappig, denk ik. Ik doe niet eens mijn best om hem niet te verliezen, maar hij blijft, terwijl die zakken heus zo diep niet zijn. Het wordt een ding. Hoe lang zal die trouwe steen met mij meereizen?

In die tijd kruipt Harry 's nachts bij ons in bed als hij niet kan slapen. Ik lig zelf altijd op mijn zij, knieën opgetrokken. Als hij dan naast mij ligt, kan hij precies zijn koude voetjes op mijn bovenbenen zetten. Zo slapen we de hele nacht. Altijd contact.

Harry wordt ouder, we verhuizen naar een dorp. Andere kinderopvang, andere omgeving, ander leven. We worden een ander gezin zelfs, want Harry krijgt een pleegbroertje. Zijn hele leven zijn we met ons drieën geweest, en nu is daar ineens dat nieuwe kind. Die indringer. Het verandert alles, het verandert Harry. Als hij óók nog naar de basisschool moet, is de chaos in zijn hoofd compleet.

Een crisisteam, een ambulant begeleider, een gedragsdeskundige - allemaal schieten ze te hulp.

We voelen ons gesteund maar het zijn Roerige Tijden. Harry is onhandelbaar. Ontroostbaar. Onberekenbaar. Soms, als ik op mijn werk ben en ik in de lunchpauze een rondje ga wandelen, steek ik mijn hand in mijn zak. En altijd is daar weer die steen. Alsof ik een klein stukje van Harry bij me draag. Ik houd hem vast terwijl ik loop. En hoop maar dat alles ondertussen goed gaat, thuis, op school.

Nog altijd kruipt Harry, inmiddels vier, 's nachts bij ons in bed. Op een keer probeert hij zijn voeten weer op mijn knieën zetten, zoals hij gewend is. Maar hoe hij ook probeert, het lukt maar niet om de juiste houding te vinden. Hij is te lang geworden. Als hij begrijpt waarom hij zijn draai niet kan vinden, moet hij huilen. "Ik wil helemaal niet groter worden, mama."

We werken hard. Om ons gezin weer te laten functioneren. Om Harry weer zo onbezorgd en vrolijk te zien als die lieve peuter die me die steen gaf. Om een fijn gezin te zijn voor zijn prachtige pleegbroertje. En langzaam, heel langzaam, gaat het beter. Harry begint zijn pleegbroer te accepteren en van hem te houden. Leert zijn plek in deze nieuwe opstelling. En deze week, twee jaar na de verhuizing, heb ik een oudergesprek met zijn juf.

"Het gaat harstikke goed!" verklapt ze meteen. "Ik heb Harry echt zien groeien het afgelopen jaar", vertelt ze. "Nu is het een gezellige klets-kous, hij zit vol stoere verhalen. Nou ja, het is gewoon een 'lekker jonk!' lacht ze. "En ik wil jullie trouwens ook nog wel een compliment maken. Hij praat heel open over pleegzorg, dat kan hij supergoed uitleggen. Dat vind ik echt knap." Ik slik mijn tranen weg en glim van trots. Onze Harry doet het goed.

Op weg naar huis steek ik mijn hand in mijn zak. De steen is weg. Geen idee waar of wanneer ik hem verloren ben. Even ben ik verdrietig. Maar dan besef ik; het was maar een steen. Een klein begin van het grote loslaten.

Geertje

Reageren? Mail naar geertjeclaessen@gmail.com.

PRATEN MET JE (PLEEG) KIND

Praten met kinderen lijkt vaak vanzelf te gaan - en meestal is dat ook zo. Maar als het over moeilijke onderwerpen gaat, kan het ineens een stuk lastiger worden. Zeker als het iets is dat je zelf misschien moeilijk vindt of als het kind of de jongere contact met jou lijkt te vermijden. Hoe kom je dan weer met elkaar in verbinding?

DE RELATIE IS DE BASIS

Pleegouders zijn over het algemeen meesters in het zorgen voor anderen. Die zorg geven ze ook aan hun pleegkind. Ze zorgen dat het kind goed slaapt, eet, zich verzorgt, schone kleren heeft, naar school gaat, contact met familie en vriendjes heeft en nog heel veel meer. Superbelangrijk natuurlijk!

Minstens zo belangrijk is het dat het kind zich veilig voelt in het pleeggezin en een vertrouwensband kan opbouwen met de pleegouders, broertjes en zusjes. Dat heeft vaak tijd nodig, zeker als pleegkinderen bij hun ouders of eerdere opvoeders nare ervaringen hebben meegemaakt die het vertrouwen in volwassenen hebben beschadigd.

De kracht van jullie relatie zit in 'het gewone': samen eten, een spelletje doen, kletsen over wat het kind die dag heeft meegemaakt, een boekje lezen voor het naar bed gaan. En als je elkaar wat beter kent, praat je misschien ook meer over vroegere ervaringen en vul je samen bijvoorbeeld het levensboek verder in. Zo bouw je samen verder aan jullie relatie.

Praten over ingrijpende gebeurtenissen

Sommige onderwerpen zijn minder makkelijk om over te praten. Denk aan het overlijden van een dierbare, seksueel misbruik, gepest worden, een ouder waarmee al lange tijd geen contact is, of ervaringen met geweld.

Het belangrijkste is om oprechte interesse te tonen, goede vragen te stellen en écht te luisteren naar het kind. De volgende tips kunnen helpen bij dit gesprek.

1 Kijk, luister en stel vragen

Kinderen voelen het aan als er iets spannends, nieuws of naars aan de hand is. Misschien begint het kind er zelf over. Maar ook als het dat niet doet, is het goed om erover te praten. Begin met vragen stellen. Bijvoorbeeld: Wat houdt jou bezig? Hoe voel jij je over...? Wat heb jij gehoord over...? Weet jij wat er aan de hand is?

Stel open vragen waar het kind meer op kan antwoorden dan alleen ja of nee. Zo kom je erachter waar het kind over nadenkt en of het zich zorgen over iets maakt.

Kijk goed naar het kind. Denk je aan het gedrag of de lichaamshouding te zien dat hij of zij zich zorgen maakt? Gedrag en lichaamshouding zeggen soms meer dan duizend woorden. Is het bijvoorbeeld stiller, meer terughoudend of juist drukker dan normaal? Stel dan een vraag zoals: 'Ik merk dat je wat stiller bent. Vertel eens, waar denk je aan?'

2 Heb aandacht voor gevoelens en emoties

Pleegkinderen kunnen het moeilijk vinden om met gevoelens en emoties om te gaan. Soms hebben ze thuis veel ruzie of huiselijk geweld meegemaakt. Of een ouder was onvoorspelbaar voor het kind. Het kind kan het daardoor zelf ook heel lastig vinden om zijn emoties te reguleren. Dit laat het bijvoorbeeld zien door:

- geen gevoel of emotie tonen;
- verstijven bij fysiek contact zoals een knuffel;
- snel ruzie maken of verdrietig worden;
- zich terugtrekken.

Je kunt kinderen helpen om hun gevoelens beter te reguleren door:

- 'ondertitelen' wat je ziet bij het kind, bijvoorbeeld: "Je bent boos omdat je van mij nu geen snoep meer mag";
- zelf je gevoelens laten zien en uitleggen waarom je boos/blij/verdrietig/ongerust bent;
- samen boekjes of films bekijken over emoties:

Voor jongere kinderen bijvoorbeeld het prentenboek 'Het Kleurenmonster'. Voor oudere kinderen bijvoorbeeld de animatiefilm 'Inside Out 2'.

Zo leren kinderen dat hun gevoelens 'normaal' zijn, dat anderen deze gevoelens ook hebben en hoe ze ermee kunnen omgaan.

3 Wees eerlijk

Geef eerlijk antwoord op vragen, zonder het kind bang te maken. Doe dit bijvoorbeeld door niet te veel informatie toe te voegen. Heeft je kind zorgen? Zeg dat je die zorgen begrijpt en stel het kind gerust. Vertel bijvoorbeeld dat er al aan oplossingen gewerkt wordt. Zeg niet dat er niets aan de hand is.

Maak jij je zelf zorgen over de situatie? Wees daar dan ook eerlijk over. Ben je daarbij ook bewust van je eigen gevoelens. Als je zelf bang of gestrest bent, is de kans groot dat je kind dat merkt. Leg dan uit dat je iets ook naar vindt of dat je schrikt van wat je hebt gehoord.

4 Sluit aan bij de vragen van het kind

Blijf met je antwoord zo dicht mogelijk bij de vraag van het kind. Pas je antwoord aan aan de leeftijd en het karakter van het kind. Door te vragen wat het kind al weet, kun je je antwoord aanpassen. Maak daarbij gebruik van de woorden die het kind gebruikt. Heb je een jong kind? Voeg dan niet te veel informatie toe. Check of jouw antwoord voldoende is. Vraag bijvoorbeeld: "Heb je daar nog meer vragen over?"

Geef antwoord op de vragen van je kind voor zover dat lukt. Je hoeft niet alle antwoorden te hebben. Zeg bijvoorbeeld: "Ik weet het ook niet, maar gelukkig zijn er slimme mensen die dit nu gaan aanpakken." Of: "Zullen we aan oma vragen of zij het misschien weet?" Zo'n antwoord kan al rust geven.

5 Leg uit, geef informatie of zoek samen op

Gebruik hulpmiddelen, zoals een prentenboek dat bij de vraag van je kind past. Of misschien is er een item over geweest in het Jeugdjournaal. Dat kan helpen de situatie uit te leggen op een manier die past bij jouw kind. Het kan ook fijn zijn om eens te praten met anderen in dezelfde situatie. Ervaringen delen kan helpen.

6 Vertel wat jouw kind zelf kan doen en wat jij gaat doen

Bij een ingrijpende gebeurtenis kunnen kinderen zich machteloos voelen. Door iets te doen of te ondernemen kun je samen grip krijgen op de situatie. Je kunt vragen welke ideeën jouw kind heeft om de situatie beter te maken.

Als het kind jou iets vertelt waardoor jij vindt dat je in actie moet komen, doe dit dan zorgvuldig en betrek het kind bij wat

je gaat doen. Leg bijvoorbeeld een kind dat vertelt dat mama heel vaak boos is, uit dat je hem wil helpen en dat je dat niet alleen kunt. Dat je daarom met mama wil gaan praten. Of dat je iemand anders gaat vragen om met mama te praten zodat mama ook hulp krijgt.

Schat ook in of je meteen in actie moet komen of dat het even kan wachten zodat er tijd is om dit voor te bereiden met het kind. Misschien wil het kind zelf iets aan mama vragen of vertellen, of wil het dat bepaalde details (nog) niet met mama besproken worden.

7 Blijf erover praten

Heb je al vaker gepraat over de situatie? Blijf dat doen. Zo blijf je in gesprek en weet je wat er in je kind omgaat. Kies een spontaan moment, bijvoorbeeld als jullie samen de tafel dekken. Of knoop een gesprekje aan als je kind jou een vraag stelt.

8 Sluit het gesprek positief af

Een gesprek positief afsluiten is altijd fijn. Zoek samen naar de positieve kanten van het verhaal. Of vertel dat er bijvoorbeeld veel mensen zijn die jullie of elkaar steunen.

Het kan ook fijn zijn om een activiteit te doen waar je bij beweegt. Daardoor komen jullie even uit het hoofd en lukt het om weer te ontspannen. Een kind heeft het ook nodig om vrolijk te zijn. Het hoeft zich niet schuldig te voelen als het in een verdrietige periode ook vrolijk kan doen.

Benoem wat er goed gaat in het gezin, op school of met vriendjes. Vraag wat je kind de afgelopen tijd heeft geleerd. Vertel ook wat jij fijn vindt in deze tijd en wat jij hebt geleerd. Misschien kunnen jullie samen een collage maken van alle leuke dingen die jullie hebben gedaan en nog een keer kunnen doen.

Sluit het gesprek af met een opmerking als: "We kunnen er altijd nog een keer verder over praten", zodat het kind weet dat het altijd bij jou mag terugkomen met vragen.

Wat als praten niet (meer) lukt?

Soms wil een kind gewoon niet praten. Hoe goed je ook je best doet, het lijkt alsof het kind je vermijdt of wegduwt. Het kind is opstandig, luistert niet en pogingen tot een gesprek leiden alleen maar tot ruzie of weglopen. Hoe lukt het dan om weer in verbinding te komen en het contact niet te verliezen? Wanneer het al geruime tijd niet goed gaat tussen jou en je pleegkind is het moeilijk om aan je pleegkind te laten merken dat je hem of haar nog altijd graag mag. Misschien heb je het gevoel dat je daarmee het ongewenste gedrag juist beloont. Soms verergert het gedrag van het pleegkind zich als reactie op jouw toenadering.

Gevolg? Het wordt alsmaar moeilijker om een positieve relatie op te bouwen. Je hebt het gevoel steeds uitbranders te moeten geven of ruzie te maken. Hoe kun je dit veranderen als jouw pleegkind zich nooit goed genoeg gedraagt voor een positieve beloning en jij nooit de kans krijgt om iets leuks voor hem te doen?

RELATIEGEBAREN

In het gedachtengoed van Haim Omer over *Geweldloos Verzet en Waakzame zorg* wordt het belang benadrukt van het maken van relatiegebaren.

Wat is een relatiegebaar en hoe doe je dat dan?

Een eerste stap in de goede richting maak je door een strikte scheiding te maken tussen het gedrag van het pleegkind en de beloning. 'Beloning' is in feite ook niet het beste woord om aan te duiden wat je moet doen. 'Verzoeningsgebaar' of

'relatiegebaar' is een betere omschrijving. Het betekent **vrede stichten als je in strijd bent**.

Met een relatiegebaar toon je dat je jouw pleegkind nog altijd graag ziet, ondanks dat je zijn of haar gedrag soms afkeurt. Het is een klein, positief gebaar dat je uit vrije wil maakt. Het bewijst dat je aan de opbouw van de relatie wilt werken. Het is een manier om te laten zien: "Ik geef om jou, ook als je je soms misdraagt."

Voorbeelden

- Je geeft iets kleins, iets waarvan je weet dat jouw pleegkind het leuk vindt;
- Je maakt zijn lievelingseten klaar;
- Je herstelt iets van jouw pleegkind dat hij of zij in een woedeaanval heeft stukgemaakt;
- Je toont waardering voor een talent of kwaliteit van jouw pleegkind, misschien zelfs voor zijn vechtlust;
- Je stelt een gezamenlijke activiteit voor, iets wat jouw pleegkind graag doet of wat je vroeger samen deed.

Wees niet boos als jouw pleegkind jouw relatiegebaar negeert of zelfs afwijst. Hij of zij moet zelf beslissen wat hij ermee doet. Blijf in elk geval doorzetten. Bied vastberaden en systematisch relatiegebaren aan, zonder ze op te dringen. Juist in moeilijke perioden of na moeilijke momenten is dit essentieel. Je biedt verzoening niet aan *hoewel* maar juist *omdat* er problemen zijn.

TENSLOTTE

Ook als kinderen niet kunnen praten of niet willen praten, dan is daar een reden voor.

Naast dat het belangrijk is deze te respecteren, is het van enorme waarde om altijd nieuwsgierig te blijven en achter het gedrag van het kind te blijven kijken, ook als het kind nog geen woorden of antwoorden heeft.

Uiteindelijk zijn jouw oprechte interesse en uitnodigingen tot contact belangrijke bouwstenen naar een moment dat het kind zich weer echt gezien en gehoord kan voelen en zijn emoties, gevoelens en gedachten wel kan delen.

Children must never work for our love;
they must rest in it.

~ Gordon Neufeld ~

BRONNEN:

Van Gemert, M. (2019) *Praktijkboek praten met kinderen over kindermishandeling*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum

Llenas, A. (2017) *Het Kleurenmonster*. De Vier Windstreken

Mann, K. (Regisseur) (2024). *Inside Out 2* [film]. Pixar Animation Studios.

Omer, H. & Wiebenga, E. (2015). *Geweldloos verzet in gezinnen. Een nieuwe benadering van zelfdestructief gedrag van kinderen en adolescenten*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum

www.nji.nl

www.pleegzorg.nl



EEN HUIS VOL LIEFDE

Ik heb mijn vinger nog niet op de bel gedrukt of de deur zwaait al open. Een vrolijke jonge dame zegt me enthousiast gedag. Dat is Kirsten. Nog voordat ik goed en wel binnen ben, komt haar evenbeeld net zo enthousiast naar me toe. Dat is Jessie. Ik moet even knipperen, want wat lijken ze ongeloofelijk veel op elkaar. Ze zijn duidelijk een eeneiige tweeling. Jessie en Kirsten (16 jaar) wonen al bijna tien jaar bij de familie Pauly in Sittard.

We zitten aan de eettafel samen met pleegmoeder Marleen, het rustige baken tussen deze twee energieke dames. Ze hebben net examen gedaan op de middelbare school. Het is nog even spannend of ze geslaagd zijn, maar eerst komt het gala – en daar kijken ze al lang naar uit. Alles is klaar: jurken, schoenen en Marleen heeft een grote strik gemaakt voor de auto waarmee ze naar het gala gaan. Alleen Kirsten moet vanavond nog haar nagels laten doen. Bij Jessie zitten ze al strak in de lak.

Jessie en Kirsten zaten op dezelfde middelbare school en willen graag naar dezelfde vervolgopleiding; Leisure and Hospitality bij het Vista College. Ze lijken in veel opzichten op elkaar, maar Kirsten weet van zichzelf dat zij meer regels nodig heeft. En die zijn er ook in huize Pauly. Natuurlijk vinden ze die niet altijd leuk, maar ze begrijpen ook dat die nodig zijn.

En zeker in een gezin waar kinderen wonen van verschillende achtergronden en leeftijden.

Want naast Kirsten en Jessie is ook Lara (10) in dit gezin geplaatst. Marleen vertelt dat zij en haar man Rob vier zonen hebben. Die zijn allemaal het huis uit zijn, op één na die in het weekend nog thuis komt. Twee van hen hebben inmiddels zelf al kinderen. Ik vraag Marleen hoe het komt dat ze, naast vier zonen, ook nog eens drie pleegkinderen hebben. "Vroeger paste ik veel op de adoptie dochter van een vriendin van mij. Ik vond het mooi dat mijn vriendin voor een kind zorgde dat niet van haar was. Ik wil altijd graag anderen helpen en dacht 'er kan er altijd nog eentje bij'. Mijn man was daar eerst wat terughoudend in. Onze eigen kinderen niet, die reageerden er meteen positief op maar wilden dan wel graag een meisje erbij. Dus zo is het gekomen."



"We begonnen met een meisje dat sinds kort niet meer hier woont. Dat liep op het laatst niet lekker meer en ondanks dat ik erachter sta dat ze hier niet meer is, vond ik dat wel zwaar. Jessie en Kirsten kwamen 9 jaar geleden. Ze woonden toen bij een vriendin van mij en als het nodig was, vingen wij ze op. Toen het bij mijn vriendin niet meer lukte, zijn ze bij ons gekomen. In die 9 jaar waren er nog meer kinderen hier in huis want we deden ook crisisopvang. Maar daar zijn we mee gestopt om wat meer rust in het gezin te krijgen."

Kirsten vindt het heel leuk om in dit gezin te wonen. Ze vindt het heel tof om broers te hebben. "Die kan ik lekker treiteren," zegt ze met een grote glimlach. Jessie vertelt dat ze het ook heel leuk vindt om hier te wonen, al was het in het begin best wennen. Ze was vaak snel boos, maar dat gebeurt nu bijna niet meer - mede dankzij de therapie die ze volgde. Jessie en Kirsten hebben ook contact met hun moeder. Die heeft nu haar leven wat meer op de rit, waardoor ze nu ook bij haar kunnen logeren. Dat is vaak een groot feest want van mama mag alles. Het contact met hun vader is ook goed, al zien ze die minder vaak. En dan hebben Kirsten en Jessie ook nog een zus en broer, waar ze regelmatig contact mee hebben. "Onze pleegbroers voelen wel meer als echte broers dan onze eigen broer en zus," vindt Kirsten.

Ik vind het bijzonder om te horen hoe dit samengestelde gezin functioneert. Het klinkt mij complex in de oren, maar Marleen blijft er heel rustig onder. En Jessie en Kirsten geven aan dat dit voor hen normaal is. Als ik hen vraag waar ze zichzelf over tien jaar zien, geeft Jessie aan dat ze hoopt een fatsoenlijke baan te hebben, een partner, een huis en een hond. Ze zou het geweldig vinden om als animator van kinderen haar geld te kunnen verdienen.

Voor Kirsten geldt dit ook. Ook zij wil een baan als animator, een partner, huis en hond. Maar ze zou ook graag kinderen willen. En misschien ook wel een pleegkind. Hoe mooi is dat!

En zoals Marleen eerder al aangaf: "je krijgt veel liefde terug van alle pleegkinderen." Maar dat werkt natuurlijk alleen als je zelf ook veel liefde te geven hebt. En dat hebben Marleen en Rob. Een huis vol. Een huis vol liefde.

"Ik wil altijd graag anderen helpen en dacht: er kan er altijd nog eentje bij."



IK HEB BEWUST GEKOZEN VOOR DEELTIJDPLEEGZORG

Linda (38 jaar), is een alleenstaande vrouw met een onvervulde kinderwens, die ruim twee jaar geleden koos voor deeltijdpleegzorg en inmiddels trotse pleegmoeder is van Kira! In nauwe samenwerking met de moeder van Kira en met steun van haar eigen ouders biedt zij dit meisje van viereneenhalf jaar een veilige basis om zich verder te ontwikkelen!

KINDERWENS

Pleegouder word je niet zomaar. Daar gaat vaak een lang beslissingsproces aan vooraf. Zo ook bij pleegmoeder Linda. Zij vertelt: "Ik heb altijd een sterke kinderwens gehad. Eerst heb ik gewacht op een man en toen die niet kwam, heb ik overwogen om met een donortraject in verwachting te raken. Ik wilde gewoon heel graag de ervaringen hebben die horen bij het moederschap. Ik had echt het gevoel dat ik iets miste; de ervaring om je kind naar school te brengen, elke avond in bed te stoppen, dat soort dingen. Maar ook in mijn eigen groei; je leert immers heel veel van een kind!"

PLEEGZORG

"Ik weet dat mijn ouders vroeger ook over pleegzorg hebben nagedacht, omdat ik enig kind ben. Daardoor wist ik van het bestaan van pleegzorg. Maar wat me tegenstond aan pleegzorg, was de wetenschap dat er een kans bestaat dat het kind uiteindelijk weer bij je weg gaat. Dat zou ik heel lastig vinden. Daarom ben ik eerst nog voor adoptie gaan kijken. Door allerlei misstanden die destijds aan het licht kwamen rondom adoptie, werd dit stil gelegd. En toen zag ik ergens een grote poster voor pleegzorg..."

BELANGRIJKE KEUZE

"Ik realiseerde me dat ik wat verbitterd of jaloers geworden was naar mensen in mijn omgeving die wél kinderen hadden, omdat ik dat ook wilde. En dat de angst die ik voelde om het kind uiteindelijk weer kwijt te raken, me tegenhield om er überhaupt aan te beginnen. Ik zag de keuze die ik op dat moment had tussen nooit het moederschap zullen ervaren, met de garantie dan ook nooit 'dag' te hoeven zeggen. Of wél al die mooie ervaringen mogen opdoen, met het risico dat je op een gegeven moment afscheid moet nemen. Dan toch liever dat laatste scenario!"

SAMENWERKING MET OUDERS

"Ik heb toen bewust gekozen voor deeltijdpleegzorg, omdat dat meer in samenwerking met de ouders is. Hierdoor is er doorgaans ook minder weerstand bij ouders. Ik schatte in dat daardoor de kans ook groter is dat je betrokken mag blijven bij het kind, ook wanneer de pleegzorg afgesloten wordt. Dat er dan toch nog verbinding kan zijn en de mogelijkheid om in een andere vorm contact te houden."

VOORBEREIDING

"Als je die keuze voor jezelf hebt gemaakt, begint een heel voorbereidingsproces. Zelf heb ik eerst een informatiebijeenkomst van XONAR pleegzorg bezocht. Die worden een aantal keer per jaar georganiseerd. Vervolgens heb ik het weer een tijdje laten liggen alvorens ik me heb

aangemeld als pleegouder. Dan krijg je een aantal gesprekken met een medewerker van pleegzorg over wat het inhoudt en waar je je op moet voorbereiden. Omdat ik destijds in de zorg werkte met onregelmatige diensten, werd duidelijk dat ik mijn leven eerst wat bestendiger moest maken, voor ik aan pleegzorg wilde beginnen. Toen ik op mijn werk op een andere afdeling gestart was, ben ik de verplichte cursus voor pleegouders gaan doen. Ik kon mijn voorkeuren doorgeven voor de leeftijd en de frequentie van de deeltijdplaatsing. En een aantal weken na het positief afronden van de cursus werd ik gebeld met de vraag voor Kira..."

UITGROEIEN NAAR MEER

"Mijn voorkeur ging uit naar een kind in de basisschoolleeftijd dat ik één weekend per maand zou opvangen, waarbij het voor mij geen probleem zou zijn als dat uiteindelijk zou uitgroeien naar meer. Omdat Kira nog zo jong was, gaven de betrokken professionals aan dat het voor haar beter zou zijn als ze direct al twee keer per maand zou kunnen komen. Dat zou het voor haar makkelijker maken om een band op te bouwen. Uiteindelijk werd dit al na een aantal maanden veel meer..."

De moeder van Kira werd overvraagd door alles wat er op dat moment in haar leven speelde, waardoor de voltijdse zorg voor Kira haar te veel was. Team Jeugd van de gemeente Maastricht maakte de inschatting dat Kira meer structuur en stimulering nodig had dan moeder haar kon bieden. Zodoende kreeg ik de vraag of ik hier iets in zou willen en kunnen betekenen. Voor mij was het belangrijk dat Kira niet naar nog een ander gezin zou moeten. Dus ik besloot te gaan onderzoeken wat ik zou kunnen regelen met mijn werk. En zo hebben we de deeltijd plaatsing geleidelijk aan uitgebouwd naar de huidige situatie, waarbij Kira elke week van zondag tot en met woensdag bij mij is en van donderdag tot zondag bij haar moeder."

SAMENWERKING

Sandra, de betrokken pleegzorgmedewerker van XONAR vult aan: "Deeltijdpleegzorg begint altijd met een kennismaking tussen de ouder(s) en de pleegouder(s). Daarbij is het belangrijk niet te snel te willen gaan. Je kind is toch je meest kostbare goed, dat maakt dat het vaak lastig om de zorg zomaar over te dragen aan een ander die je nauwelijks kent. Linda is altijd heel erg open en eerlijk geweest naar de moeder van Kira en heeft haar steeds bij alles betrokken. Dat is mooi om te zien!" Linda: "Kira is bijvoorbeeld begonnen met zwemles. Dat doet ze in België. Als moeder wil, kan ze mee. Soms lukt haar dat wel en soms lukt haar dat niet. Maar soms zijn er ook dingen die mij niet lukken en dan accepteert moeder dat ook..."

WEDERZIJDIG BEGRIP

Sandra: "Moeder weet dat Linda in sommige dingen wat sterker is. Bijvoorbeeld als het gaat om regelingen met school." Linda knikt: "En er zijn ook dingen waar moeder beter in is. Zij heeft bijvoorbeeld een beter geheugen dan ik. En zo vullen we elkaar aan. We hebben begrip voor elkaar en weten wat elkaars goede en minder goede kanten zijn. Daardoor durven we elkaar ook op te bellen en in alle eerlijkheid te zeggen 'help, dat of dat is om welke reden dan ook niet gelukt'."



Dat wederzijds begrip, dat dingen soms niet lukken, is wel investeren geweest. Want natuurlijk gebeuren er soms ook dingen waar je je geïrriteerd over zou kunnen voelen. En ook dat geldt voor beide kanten. Voor mij helpt het dan me te realiseren dat moeder op zo'n moment aan haar max heeft gezeten. Dan moet je niet zeggen 'foei foei'. Ik probeer in zo'n situaties te denken 'hoe kan ik haar ondersteunen?' of 'hoe kan ik Kira en moeder beschermen door voortaan vooraf samen te kijken hoe we met zo'n situatie om kunnen gaan?'. Dat vraagt iets van mij, maar ook van moeder. Het is knap van haar dat ze mij zo kan accepteren en dat we de zorg voor Kira echt kunnen delen."

GRENZEN AANGEVEN

Linda: "Een van de belangrijkste dingen die ik heb geleerd van het pleegouderschap, is hoe belangrijk het is om mijn eigen grenzen te bewaken. Je moet gewoon ook goed voor jezelf zorgen om het vol te kunnen houden. Daarin is het heel fijn dat je begeleiding krijgt van pleegzorg. Omdat je je voor 100% wil geven, heb je die spiegel echt nodig. Zeker in mijn geval, als alleenstaande die geen rekening hoeft te houden met andere mensen. Dan ben je nog meer geneigd om (te)veel te geven. Daarin heb ik mezelf vaak moeten bijsturen. Het blijft belangrijk om in elke fase kritisch te kijken naar wat ik nodig heb, hoe ik het makkelijker kan maken voor mezelf."

ZWAAR

"De zorg voor en begeleiding van Kira is met momenten behoorlijk zwaar geweest. Ik heb nooit getwijfeld of ik de zorg zou teruggeven. Maar wel mezelf de vraag moeten stellen 'kan ik dit nog wel?' of 'kan ik mijn leven genoeg aanpassen om dit draagbaar te krijgen?'. Zo heb ik uiteindelijk een andere baan gezocht, buiten de zorg, die me veel meer flexibiliteit biedt. En ik heb kinderopvangtoeslag aangevraagd waardoor Kira naar de BSO kan. Waarbij ik wel ook echt heb moeten leren om me niet schuldig te voelen als ze naar de BSO gaat, terwijl ik thuis ben."

DE KRACHT VAN KWETSBAARHEID

Linda: "Ik denk dat het heel belangrijk is om je kwetsbaar te durven opstellen. Het is voor mij een dilemma geweest om BSO aan te vragen. Maar daardoor hebben we nu wel een superfijne BSO gevonden, die heel goed meedenkt. Met dank ook aan mijn ouders die helpen met halen en brengen. Het zindelijk worden van Kira is een enorme klus geweest, wat veel gevraagd heeft van ons allemaal. Ook daarin hebben we door hulp te vragen de juiste begeleiding gekregen. Kira was tweeëneenhalf jaar en had een rugzakje met allerlei moeilijke ervaringen. Daar komt pleegzorg dan nog eens bij als iets wat lastig is voor een kind. Maar binnen dit 'uitdagende scenario' proberen we haar de beste ervaring te geven. Daarvoor moet je durven kijken naar 'wat hebben wij in onze situatie nodig?' in plaats van naar 'wat is normaal?'."

GEZAMENLIJK DOEL

"Doordat moeder en ik de zorg voor Kira bijna als co-ouders, deeltijd, doen, kunnen we allebei bijtanken. Hierdoor kunnen we haar allebei voor 100% energie geven op de momenten dat ze bij ons is. En dat zie je terug in de groei die Kira laat zien. Kira kende verlatingsangst en kon reageren met boosheid en agressie als ik 's avonds van haar kamertje ging als ze moest gaan slapen. Dat was voor mij heel zwaar. Nu hebben we daar onze weg in gevonden en kan ik er enorm van genieten als ze rustig in haar bedje ligt te slapen. Daaraan zie ik dat ze zich fijn en geborgen voelt hier. Ook is ze inmiddels zover dat ze alleen buiten durft te spelen met een jongetje uit de buurt. Op school doet ze het goed en heeft ze haar achterstanden kunnen inhalen. Dan voel je je ontzettend trots! Heel eerlijk; het was soms 'a hell of a job'. Maar wat heeft het gebracht? Kira! Het is voor ons allemaal een flinke investering geweest, maar zij is ons gezamenlijke doel en dat geeft ontzettend veel voldoening!"

De moeder van Kira reageert op het interview

"Via mijn begeleider hoorde ik destijds over de mogelijkheid van deeltijdpleegzorg. Ik kon op dat moment niet goed zorgen voor Kira en mijn andere dochter. Mijn moeder was nog niet zo lang geleden overleden en zij was mijn steun en toeverlaat, ook in de opvang van de kinderen. Ik kwam in een burn-out terecht en kon die extra steun goed gebruiken."

Via team jeugd kwam ik contact met Gwenny van pleegzorg, zij doet de matching en er was een kennismaking met een gezin. Dat ging uiteindelijk niet door. Al snel daarna kwam de kennismaking met Linda. We hadden meteen een goede klik! En dat is ook zo gebleven, we gaan samen naar alle afspraken zoals naar de huisarts, de afspraken op school en de zwemles. Natuurlijk was het ook wel moeilijk om deze keuze te maken voor mijn dochter en haar te moeten missen maar daar ben ik nu wel aan gewend."

Met de pleegzorgbegeleider heb ik ook contact, maar niet zo veel als Linda. De begeleider bekijkt nu bijvoorbeeld met mij hoe we Kira het beste over haar levensgeschiedenis kunnen vertellen, dat doen we door het maken van een stripverhaal."

De samenwerking tussen Linda en moeder gaat heel erg goed. Wat wil ze andere pleegouders en ouders hierover meegeven?

"Dat ze een voorbeeld aan ons moeten nemen! Voor Kira is onze samenwerking heel belangrijk. Zoals met Moederdag, dan wil ze twee cadeaus maken, een voor mij en een voor haar 'bonusmoeder' en dat is wat mij betreft helemaal prima. Ze geniet er gewoon van als we samen wel eens iets gaan doen, ze wordt daar heel vrolijk van."



DEELTIJDPLEEGZORG

Bij deeltijdpleegzorg logeert een kind of jongere regelmatig (een paar) dagen in een pleeggezin. Vaak wordt dit ingezet om ouders te ontlasten, die weinig netwerk hebben om hen te steunen in de zorg voor hun kind. Door inzet van deeltijdpleegzorg kan het kind een aantal dagen 'uit logeren' en leuke dingen doen in een andere omgeving en kunnen ouders even op adem komen en nieuwe energie opdoen."



GEZINSHUIZEN: EEN THUIS GEVEN AAN KINDEREN DIE HET HARD NODIG HEBBEN

*Marielle (links) en Petra (rechts) zijn de begeleiders van de gezinshuizen.
Rachel (midden) is de gedragswetenschapper verbonden aan de gezinshuizen.*

In Zuid- en Midden-Limburg - en daarbuiten - groeit de belangstelling voor gezinshuizen: een kleinschalige, krachtige vorm van jeugdhulp. Maar wat is een gezinshuis precies? Voor wie is het bedoeld? En wat vraagt het van jou om gezinshuisouder te zijn? We spraken met gezinshuisbegeleiders en de gedragswetenschapper van XONAR om een compleet beeld te schetsen van deze bijzondere vorm van zorg.

WAT IS EEN GEZINSHUIS?

Een gezinshuis is een zo normaal mogelijk gezin, bestaande uit meestal twee gezinshuisouders die samenleven met eventuele eigen kinderen, en die zorg dragen voor kwetsbare kinderen. Eén van de gezinshuisouders is professioneel opgeleid, SKJ-geregistreerd en werkt fulltime in het gezinshuis - dit is zijn of haar betaalde baan.

Wat gezinshuizen uniek maakt, is dat kinderen opgroeien in een vertrouwde, huiselijke omgeving. Ze wonen in het huis van de gezinshuisouders, in een gewone wijk, met vaste gezichten om zich heen. Tegelijkertijd ontvangen ze de professionele zorg die ze nodig hebben. Deze combinatie van huiselijkheid en deskundigheid maakt het gezinshuis bijzonder in het jeugdzorglandschap.

VOOR WIE IS HET GEZINSHUIS BEDOELD?

Gezinshuizen zijn bedoeld voor kinderen en jongeren tot 18

jaar die meer ondersteuning nodig hebben dan een pleeggezin kan bieden, maar niet op hun plek zijn in een instelling. Vaak gaat het om kinderen die gebaat zijn bij een gezinssituatie waarin ruimte is voor hechting, veiligheid en persoonlijke aandacht.

GEZINSHUISOUDER ZIJN: LEVEN EN WERK IN ÉÉN

Gezinshuisouder zijn is geen baan van negen tot vijf. Het is een 24/7-verantwoordelijkheid die verweven is met het privéleven. De kinderen wonen in jouw huis; je leeft samen en je groeit samen. Dat vraagt niet alleen om zorgzaamheid en toewijding, maar ook om grenzen te kunnen stellen, goed voor jezelf te zorgen en steun te zoeken in je netwerk.

De rol van gezinshuisouder is professioneel. De gemeenten in Zuid- en Midden-Limburg stellen als voorwaarde dat startende gezinshuisouders minimaal een MBO-4 zorgdiploma hebben, mits zij binnen twee jaar een EVC-traject (bijscholing) naar

Hbo-niveau doorlopen. Ontwikkeling en deskundigheid zijn dus essentieel. Als gezinshuis ben je een eigen ondernemer en is XONAR de hoofdaannemer. Naast de zorg voor de geplaatste kinderen draag je ook verantwoordelijkheid voor je bedrijfsvoering.

ONDERSTEUNING: JE STAAT ER NIET ALLEEN VOOR

Als gezinshuisouder krijg je intensieve ondersteuning vanuit XONAR. Elk gezinshuis heeft een vaste begeleider als sparringpartner die betrokken is bij casuïstiek, samenwerking met andere professionals en het welzijn van de kinderen en de gezinshuisouders zelf. Bij XONAR wordt dit ingevuld door medewerkers Mariëlle en Petra.

Daarnaast kijkt een gedragswetenschapper vanuit een helicopterview mee met de ontwikkeling van de kinderen. Zij is betrokken bij plaatsingen en adviseert over extra zorgtrajecten. Bij XONAR wordt dit ingevuld door Rachel. Er is wekelijks contact, huisbezoeken, overlegmomenten en gezamenlijke themabijeenkomsten. Ook vindt er elk jaar een jaargesprek plaats met de manager en de gedragswetenschapper.

WAT ZIEN WE IN DE PRAKTIJK?

De impact van een stabiel gezinshuis is vaak ontroerend. Kinderen die voorheen teruggetrokken waren, durven weer contact te maken. Ze zetten stapjes vooruit, vieren verjaardagen, gaan op schoolreis en maken vriendjes. Ze vinden weer structuur, voorspelbaarheid en rust. Een ander mooi voorbeeld is dat van kinderen die van speciaal onderwijs de stap kunnen zetten naar regulier onderwijs. En misschien wel het allerbelangrijkste: ze krijgen een gevoel van veiligheid en thuis.

DE UITDAGING: BALANS TUSSEN PRIVÉ EN PROFESSIONALITEIT

Hoewel het werk veel voldoening geeft, is het ook emotioneel intensief. De grens tussen werk en privé vervaagt, wat veel vraagt van gezinshuisouders. Professioneel blijven handelen, ook als het moeilijk wordt, vraagt om zelfreflectie en ondersteuning. Humor, open communicatie en een goed netwerk zijn daarin onmisbaar.

HOOP EN GROEI

In sommige situaties maakt een gezinshuis werkelijk het verschil. Doordat gezinshuisouders onvoorwaardelijk aanwezig blijven, ook als het moeilijk is, bouwen kinderen langzaam vertrouwen op. Ze leren dat ze er mogen zijn, dat hun gedrag niet bepaalt wie ze zijn en dat er altijd iemand voor hen klaarstaat.

TOEKOMSTWENS

Er is meer erkenning en zichtbaarheid nodig voor wat gezinshuizen doen, zowel bij gemeenten als bij scholen, instanties, rechters en de samenleving. Ook pleiten professionals voor betere faciliteiten voor gezinshuisouders en uitbreiding van het aantal gezinshuisplekken in regio's als Zuid- en Midden-Limburg.

OVERWEEGT U OM GEZINSHUISOUDER TE WORDEN?

"Het is een prachtige vorm van hulpverlening," zegt Mariëlle. "Maar bereid je goed voor. Praat met bestaande gezinshuizen, stel je vragen en vorm een realistisch beeld. Het is intensief, maar ook ongelooflijk waardevol."



IN ACHT STAPPEN UW EIGEN GEZINSHUIS

Stap 1 – Kennismaking:

Eerste gesprek met de screener van XONAR.

Stap 2 – Voorbereiding screening:

Aanleveren van alle benodigde documenten voor de screening.

Stap 3 – Start inhoudelijke screening (meerdere gesprekken)

Stap 4 – Kennismaking met het gezinssysteem:

Wij vinden het belangrijk om het hele gezin, dus ook de eigen kinderen, te betrekken bij dit proces.

Stap 5 – Assessment:

Persoonlijkheidstest die wordt besproken met een gedragswetenschapper en begeleider inclusief een casus.

Stap 6 – Eindgesprek:

Gesprek over acceptatie waarin wordt besloten of je doorgaat als gezinshuis of niet.

Stap 7 – Teken en overeenkomst:

Contractbespreking en ondertekening

Stap 8 – Start gezinshuis:

Zodra deze stappen met succes zijn doorlopen, kan er een matchingtraject worden gestart met een gezinshuiskind.



MEER WETEN?



gezinshuizen@xonar.nl



Algemeen nummer 043-6045555
en vraag om doorverbonden te worden met een medewerker van de gezinshuizen.





PLEEGGROOTOUDERS PJER EN MARLENE

PJER (1956) EN MARLÈNE (1962)

Pjer: ik kom uit een gezin van 6 kinderen waarvan ik de een na jongste ben. We zijn geboren en getogen in een mooi dorpje in het Zuid-Limburgse heuvelland. Mijn ouders hebben ons streng katholiek opgevoed. Mijn vader werkte in de mijn en als jachtopziener en mijn moeder was thuis om voor de kinderen te zorgen. We hadden een grote woning en in de zomermaanden verhuurden we ons huis aan 'Hollanders'. Wij kampeerden dan met het hele gezin in de schuur. Ik heb daar goede herinneringen aan. We woonden landelijk en we speelden veel buiten, in de weiden rondom het dorp. In ons gezin waren we een beetje gesloten, er werd niet veel gepraat, ik was waarschijnlijk de enige die dit wel graag deed. Ik heb van nature de behoefte om zaken open en eerlijk te bespreken. Toen ik 18 jaar was ging ik het huis uit om bij de Luchtmacht te gaan. Dat heb ik 4 jaar gedaan en daarna ben ik bij de Nederlandse Spoorwegen gaan werken. Daar heb ik mijn hele carrière gewerkt tot aan mijn pensioen. Ik was regiomanager bij de NS. Nu ben ik nog actief in het verenigingsleven als vrijwilliger.

Marlène: Ik ben opgegroeid in hetzelfde dorpje als Pjer. Ik kom uit een gezin van 5 kinderen en ben ook de een na jongste. Mijn vader was fabrieksarbeider en mijn moeder was thuis. In ons gezin werd er juist heel open over allerlei onderwerpen gesproken. We werden niet streng opgevoed maar we moesten wel luisteren naar onze ouders, we moesten beleefd zijn en er netjes uitzien. Ook werd ons geleerd dat het niet erg is om hard te werken. Ik werk nog altijd in een supermarkt. En we zijn oppasouders voor ons kleinkind en voor een kindje uit het dorp.

We zijn al meer dan 40 jaar samen en we zijn bijna altijd in ons dorp blijven wonen. We hebben drie zonen gekregen die inmiddels volwassen zijn. We zijn grootouders van 3 kleinkinderen. Bij de opvoeding van onze zonen hebben we veel overgenomen uit onze eigen opvoeding. Beleefd zijn en niet liegen waren belangrijke waarden die we onze kinderen hebben meegegeven. Ook vonden we zelfrespect belangrijk: het is belangrijk hoe je als mens bent, niet of je veel geld of een titel hebt. Ons huis was altijd een open huis, er mochten vriendjes en vriendinnetjes komen spelen.



“Als we samen aan tafel zitten te eten, praten we over de dag en wordt er naar elkaar geluisterd.”

Onze oudste zoon heeft een relatie gehad met een vrouw die persoonlijke problemen had. Ze hebben samen twee kinderen gekregen en zijn op een niet zo goede manier uit elkaar gegaan. De kinderen zijn bij hun moeder blijven wonen, maar er waren veel zorgen over hen. In de zomer van 2021 zijn ze uit huis geplaatst door Bureau Jeugdzorg en zijn ze naar ons gebracht. Wij hebben altijd aangegeven dat als er iets was met de kinderen, ze altijd bij ons terecht konden. Onze zoon is internationaal vrachtwagenchauffeur en de hele week van huis weg. Hij is alleen in de weekenden thuis, dus hij kan niet volledig voor de kinderen zorgen. Wij zijn nu hun pleegouders en dat gaat goed. Helaas is hun moeder heel onverwacht overleden. Dat is natuurlijk ingrijpend geweest voor de kinderen. Ze krijgen allebei therapie om hun traumatische ervaringen te verwerken.

De kleinkinderen zijn altijd in ons dorp naar dezelfde basisschool blijven gaan, ook al verhuisden ze regelmatig met hun moeder naar een andere plek. Hun school is gelukkig een constante factor in hun leven gebleven. De school ligt op loopafstand en ze gaan er zelfstandig te voet of met de fiets naartoe.

Wij willen hen opvoeden met een vaste dagstructuur, samen aan tafel eten en op tijd naar bed gaan. Ook krijgen ze de normen en waarden mee die wij voor onze kinderen belangrijk vonden. We moeten veel herhalen, zelf het goede voorbeeld geven en hen aanspreken op ongewenst gedrag.

Als we samen aan tafel zitten te eten, praten we over de dag en wordt er naar elkaar geluisterd.

In de weekenden zijn de kinderen bijna altijd bij hun vader en dan kunnen wij onze batterij opladen. We spreken dan af met vrienden of gaan samen een fijne wandeling maken. We hebben een groot netwerk om ons heen en we hebben alleen maar positieve reacties gekregen van mensen als ze horen dat we pleegouders zijn voor onze twee kleinkinderen.

Een keer in de twee weken komt de oma van moederskant op bezoek om haar kleinkinderen te bezoeken. Zij woont in Eindhoven en heeft in het verleden gezorgd voor de halfbroer en halfzus van onze kleinkinderen. Voor haar is het verlies van haar dochter ook moeilijk geweest. De kinderen gaan regelmatig bij haar logeren en zien dan hun oudere halfbroer en –zus, daar zijn ze dol op. Ook als we naar onze familie of vrienden gaan, gaan ze mee. Ze zijn inmiddels helemaal opgenomen in onze familie en in het dorp.

Wat het zorgen voor de kleinkinderen voor ons persoonlijk betekent.....een missie! Ons leven is in een keer helemaal anders geworden dan we de laatste jaren gewend waren. Ons toekomstbeeld hebben we bij moeten stellen.

We willen de kinderen een goede basis meegeven zodat ze straks sterk in het leven staan als ze volwassen zijn en zelfstandig verder kunnen gaan.





DE BIJZONDERE REIS VAN PLEEGGouders RICO EN TAMARA

Pleegzorg is een waardevolle vorm van zorg. Het brengt veel mooie en leuke ervaringen met zich mee, maar ook de nodige uitdagingen. Voor pleegouders Rico en Tamara betekent het een weg van groei, aanpassing en zorg voor kinderen die niet altijd het geluk hebben om op te groeien in hun eigen gezin. Dit is hun verhaal over voltijd- en deeltijdpleegzorg, alles wat daarbij komt kijken, en de motivatie achter hun keuzes.

Voor Rico en Tamara lag de motivatie om aan pleegzorg te beginnen niet alleen in het feit dat ze geen eigen kinderen konden krijgen, maar ook in de wens om kinderen een veilige toekomst te bieden. "Het is niet altijd makkelijk, maar het is een geschenk om voor deze kinderen te zorgen," zeggen Tamara en Rico. Of de kinderen nu bij hen blijven of niet, ze verdienen allemaal een kans op een goed leven. Dat is voor hen de essentie van pleegzorg: een toekomst bieden, ongeacht wat die toekomst uiteindelijk inhoudt.

In eerste instantie was pleegzorg helemaal niet het plan van Rico en Tamara. Via een vriendin kregen zij onofficieel een pleegkind voor onbepaalde tijd in huis. Na deze ervaring meldden zij zich aan en volgden ze voor de eerste keer de STIP-training. Toch was dat moment voor zowel Rico als Tamara niet het juiste moment om er mee door te gaan.

Een aantal jaren later moedigde de pleegzorgbegeleider van bovengenoemd pleegkind hen aan om toch nog eens mee te doen. Inzichten en werkwijze veranderen immers door de jaren heen en misschien voelden ze zich nu wel aangesproken. In 2017 volgden ze een tweede STIP-training. Deze keer voelden ze zich er wel thuis en sprak het traject hen aan. Al snel volgde een match met Marvin, een jongen van anderhalf jaar oud. De plaatsing begon als deeltijdpleegzorg, maar al snel bleek dat de situatie meer flexibiliteit vergde. Zijn moeder wilde in eerste instantie niet dat hij bleef slapen, maar Marvin kwam wel regelmatig over de vloer. Hij woonde maar twee straten verderop, waardoor de overgang relatief eenvoudig was. Als zijn ouders een keer opgenomen moesten worden, bleef hij wat langer. "We hadden altijd een goede klik met zijn moeder, en zelfs op Moederdag dit jaar is ze nog langsgekomen met Marvin om een cadeautje te brengen." Inmiddels is Marvin

tien jaar en maakt nog steeds deel uit van hun leven door regelmatig op bezoek te komen.

NORAH'S VERHAAL: VAN VOLTIDZORG NAAR 'TERUG NAAR HUIS'.

Een paar maanden na Marvin kwam Norah, een meisje van bijna twee, bij hen wonen. Norah kwam uit een moeilijke situatie: haar vader was Afghaans, haar moeder had een zwervend leven geleid en ze waren beiden nauwelijks in beeld. Rico en Tamara hebben alles gedaan om haar de liefde en stabiliteit te geven die ze nodig had, ondanks de moeilijke situatie rondom haar familie. De plaatsing duurde vier jaar. Uiteindelijk besliste de rechter dat ze terug ging naar haar vader - iets wat niemand had zien aankomen. Het was een emotioneel moment voor het pleeggezin. "Norah voelde echt als een dochter voor ons, en het afscheid was moeilijk," zegt Tamara. Toch respecteerden ze de beslissing en het feit dat haar vader, ondanks zijn problemen, een netwerk had opgebouwd. Norah werd daarna vooral verzorgd door vaders' zus en haar man, en dat was prima. Hoewel het afscheid moeilijk was, begrepen Rico en Tamara dat het voor Norah belangrijk was om naar haar vader te gaan. De eigen ouders van Rico en Tamara, die Norah in die jaren als hun kleindochter hadden beschouwd, hadden ook moeite met het afscheid. Zij vonden dat Rico en Tamara harder moesten vechten om Norah bij hen te houden, maar zij gunden haar dat ze een band kon opbouwen met haar familie.

NIEUWE GEZINSLEDEN: IVAR EN ZIJN BROERTJE YANNICK

Na Norah kwam Ivar, een jongen die in eerste instantie vanuit een crisissituatie tijdelijk bij hen kwam wonen. Ivar had op dat moment grote moeite met veranderingen en was niet erg spraakzaam. Gelukkig had het gezin al ervaring in het omgaan met kinderen die structuur en stabiliteit nodig hebben, en Ivar vond al snel zijn plek. Rico en Tamara kregen de vraag of ze ook iets konden betekenen voor Yannick, Ivar's broertje en de tegenpool van Ivar. "Ivar is meer op zichzelf, denkt veel na, maar Yannick gaat heel gemakkelijk door het leven. Hij is erg populair en maakt makkelijk vrienden," vertelt Tamara. Ondanks hun verschillende karakters ontwikkelen de twee broertjes zich prima en hebben ze veel steun aan elkaar. Ze wonen nog steeds bij Tamara en Rico en zullen daar ook blijven opgroeien.

DE ROL VAN OUDERS: HET BELANG VAN EEN GOEDE RELATIE

Een van de krachtigste punten van Rico en Tamara is de open en eerlijke communicatie met ouders. Ondanks de uitdagingen hebben de pleegouders altijd geprobeerd een goede relatie te onderhouden met de ouders van de kinderen. De moeder van Ivar en Yannick, die een moeilijke achtergrond heeft, was altijd blij en dankbaar voor de zorg die haar kinderen ontvingen. "Moeder heeft nooit gezegd dat wij haar kinderen 'afgepakt' hebben. We hebben altijd haar steun gehad en zij is altijd blij geweest dat haar kinderen in een veilige omgeving waren," vertellen Tamara en Rico. Het gezin betrok de moeder altijd bij verjaardagen, Sinterklaasvieringen en zwemlessen. Soms ging ze zelfs op vakanties mee. Dit hielp de kinderen om het gevoel van verbinding met hun moeder te behouden. Hun vader zien ze af en toe tijdens bezoeken.

DE UITDAGINGEN VAN PLEEGZORG

Volgens deze pleegouders zijn er veel lessen te leren in pleegzorg. Ze benadrukken het belang van flexibiliteit, en vooral het belang van liefde en geduld. "Je moet er in groeien en leren van je fouten. Het is belangrijk om altijd het voordeel van de twijfel te geven," zegt Tamara. De rol van de pleegouders

"Je moet er in groeien en leren van je fouten. Het is belangrijk om altijd het voordeel van de twijfel te geven."



is uniek, en het is niet altijd makkelijk. "We zijn niet de ouders van deze kinderen maar we geven ze wel heel veel liefde. En dat is iets wat je moet doen zonder te verwachten dat je altijd de dankbaarheid terugkrijgt. Het gaat erom dat je ze de kansen geeft die ze verdienen."

EEN TOEKOMST BIEDEN

Hoewel ze niet biologisch verwant zijn, bieden Rico en Tamara de kinderen een veilige haven en de kans om te groeien in een ondersteunende omgeving. Het belangrijkste dat dit pleeggezin met ons deelt, is dat pleegzorg draait om geven, leren en het creëren van kansen voor een betere toekomst – voor zowel de kinderen als de ouders die hun kinderen in zorg geven. Het is geen gemakkelijke taak, maar het is er een die hen rijk heeft gemaakt in ervaringen, liefde en verbindingen.

PLEEGZORG IN NEDERLAND EN LIMBURG

In Nederland zijn er 28 (regionale) jeugdhulporganisaties die pleegzorg bieden. XONAR is de grootste pleegzorgaanbieder in Zuid-Limburg. Wij hebben ongeveer 600 pleegkinderen in zorg die worden opgevangen in zo'n 550 pleeggezinnen. Deze factsheet brengt de pleegzorgcijfers van 2024 in beeld, zowel landelijk als van XONAR.

2024 IN CIJFERS

PLEEGKINDEREN

LANDELIJK 19.918

XONAR 597

PLEEGGOUDERS VAN XONAR

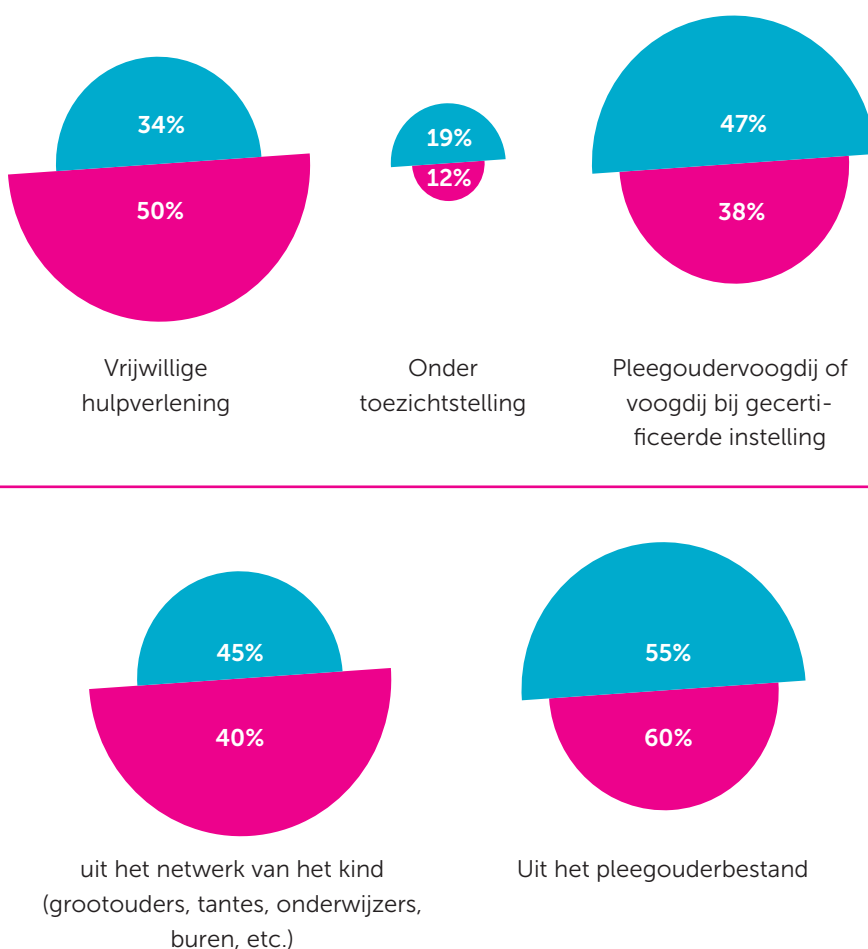
133
informatieaanvragen

63
inschrijvingen

64
uitschrijvingen

515
pleegzorgadressen

SITUATIE LANDELIJK / XONAR



VORMEN VAN PLEEGZORG BINNEN XONAR



Voltijd en deeltijd



Langdurig en kortdurend



Bestand- en netwerkpleegzorg



Crisispleegzorg

LEEFTIJD PLEEGKINDEREN

0-4 jr 11% LANDELIJK

12% XONAR

5-11 jr 33%

36%

12-14 jr 19%

19%

15-17 jr 20%

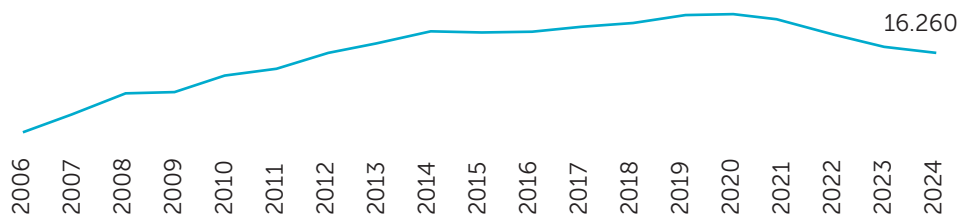
23%

18+ jr 17%

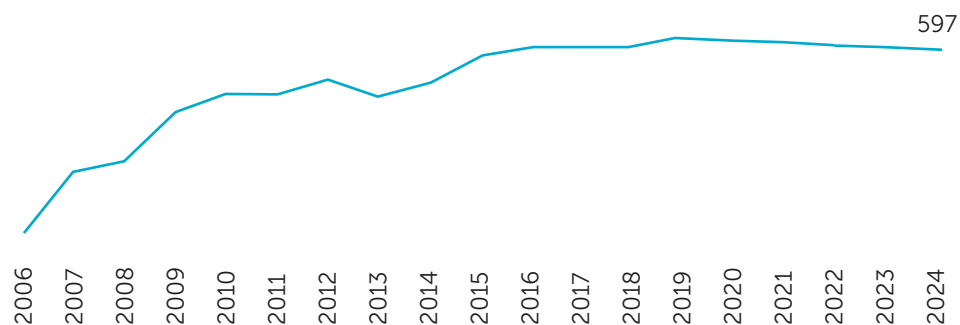
10%

AANTAL PLEEGKINDEREN

op peildatum 31 december



LANDELIJK 2006 - 2024



XONAR 2006 - 2024



JE KUNT NIET NIET-HECHTEN...

In de zomer van 2024 volgen Edwin en Mirjam het voorbereidingsprogramma voor pleegouderschap. Enkele maanden later krijgen zij de zorg voor twee broertjes van zes en drie jaar oud. Edwin en Mirjam blikken terug op dit jaar waarin hun leven compleet veranderde.

Edwin en Mirjam zijn zelf kinderloos gebleven, maar wisten dat ze liefde en ruimte hadden om voor kinderen te zorgen. Zij besloten zich aan te melden bij XONAR pleegzorg. Vanuit hun eigen netwerk - een tante van Mirjam was heel lang pleegouder, en ook een collega van Edwin had ervaring - hadden ze al een redelijk realistisch beeld van wat pleegzorg kan inhouden. De STIP-training (het voorbereidingsprogramma van XONAR) vonden ze waardevol. Zeker als je zelf geen kinderen hebt, is het fijn om via realistische casussen een beter beeld te krijgen van de praktijk.

De casussen die ze in de STIP hoorden en waarover ze moesten nadenken, vonden ze vrij pittig. Daardoor hadden Edwin en Mirjam zich de komst van de jongens zwaarder voorgesteld dan het uiteindelijk bleek. Ze gingen er open in, hadden niet heel veel verwachtingen en daardoor viel het mee.

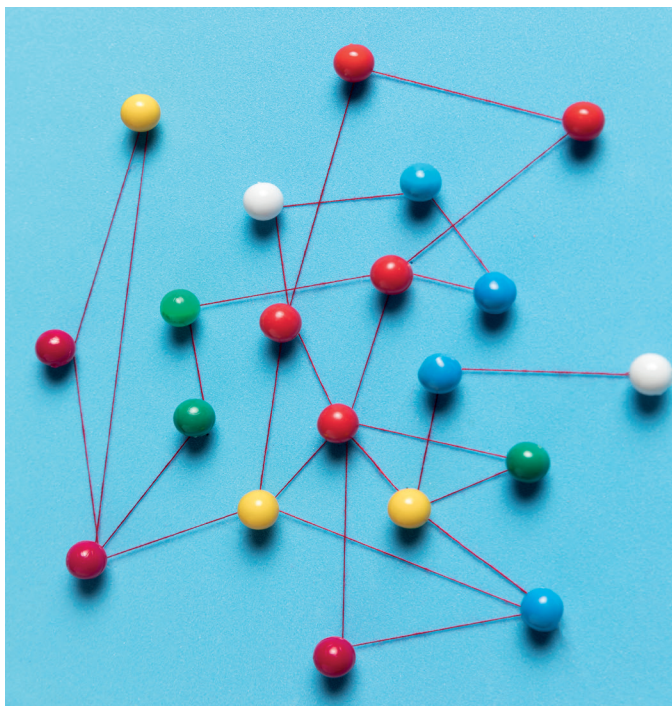
Tijdens de STIP moesten Edwin en Mirjam elk een levensboek invullen. Dit was best wat werk, maar het hielp hen nadenken over hoe hun rol als opvoeders. Door er samen over te praten, ontdekten ze of ze in de opvoeding op één lijn lagen. Dat bleek gelukkig zo te zijn.

KENNISMAKING

Niet lang na het afronden van de STIP-training kregen Edwin en Mirjam een vraag: of ze kennis wilden maken met twee broertjes. In het Leefhuis, waar de jongens tijdelijk verbleven, voelde het meteen goed. Ze vonden het schatten van kinderen. Het was wel moeilijk om geconfronteerd te worden met de andere kinderen die daar verblijven, vond Mirjam. Maar met de twee jongens voelden ze een klik.

Ze gingen met hen iets eten en daarna hebben ze nog samen gespeeld. De oudste kletste meteen terwijl de jongste wat meer tijd nodig had om te ontdooien. Edwin en Mirjam hebben daarna geen moment getwijfeld: zij gingen voor deze jongens zorgen. Er was ook nog een jonger broertje, een baby, die werd opgevangen door een ander pleeggezin. Edwin en Mirjam kenden deze pleegouders uit de STIP-training. Samen zorgen ze er voor dat de drie broertjes regelmatig contact met elkaar hebben door samen iets leuks te doen.

De jongens hebben hun verjaardag bij Edwin en Mirjam gevierd. Er was taart en er waren cadeautjes. Ze mochten uitdelen op school en waren daar zo trots op. De oudste is op



“Edwin en Mirjam hebben ervaren hoe belangrijk het is om steun van je netwerk te krijgen.”

dezelfde school gebleven als waar hij eerder zat, zodat deze vertrouwde omgeving voor hem behouden kon blijven.

UITDAGINGEN

Edwin en Mirjam hebben in het eerste half jaar dat de kinderen bij hen wonen, vooral gewerkt aan het leren kennen van de kinderen en hen het gevoel te geven dat ze zich thuis mogen voelen, dat ze welkom zijn. Nu ze zich veilig genoeg voelen, gaan ze iets meer de grenzen verkennen en ontdekken wat ze wel en niet mogen. Dat hoort erbij – net als bij elk kind.

Ze merken wel dat de kinderen nog op zoek zijn naar veiligheid, vooral de jongste. Hij wil precies weten wat ze gaan doen en waar ze naartoe gaan, ook binnenshuis. Hij heeft nog veel knuffels nodig. De oudste gaat al wat meer zijn eigen weg. Hij zoekt genegenheid door hun hand vast te pakken.

Een andere uitdaging was het regelen van allerlei praktische zaken, zoals kinderopvang regelen, een ID-kaart aanvragen en het nog onzekere toekomstperspectief van de kinderen. Of de kinderen bij hen blijven opgroeien, moet nog worden bepaald door de Kinderrechter.

DAGELIJKSE GANG VAN ZAKEN

Inmiddels hebben Edwin en Mirjam hun routine gevonden in het naar school brengen en halen, het aankleden, verzorgen, ontbijten en lunch klaarmaken en s 'avonds de dag afsluiten. Ze hebben een mooie verdeling gevonden in de taken die gedaan moeten worden. Ze merken dat het opvoeden van kinderen wel veel energie kost en aan het eind van de dag zijn ze moe. Zeker omdat ze ook allebei nog gewoon werken. Ze doen nu activiteiten waar ze voorheen nooit aan meededen: naar de kinderboerderij, speeltuin, uitstapjes doen enzovoorts. En ze genieten ervan.

Edwin en Mirjam ontvangen veel steun uit hun eigen netwerk, vooral van de moeder van Mirjam. Zij is een echte oma geworden voor de jongens, ook al noemen ze haar gewoon bij haar voornaam. Zij komt af en toe oppassen op de kinderen en doet dan leuke oma-dingen met hen. Ook hun goede vrienden, die in dezelfde straat wonen, ondersteunen hen regelmatig en dat wordt zeer gewaardeerd. Edwin en Mirjam

hebben ervaren hoe belangrijk het is om steun van je netwerk te krijgen.

De communicatie met de pleegzorgbegeleider is goed, hier zijn ze blij mee. Het is fijn om een tussenpersoon te hebben naar de andere betrokkenen rondom de kinderen. Ook als ze vragen hebben over gedrag of ontwikkeling kunnen ze hierover sparren met de pleegzorgbegeleider.

Edwin en Mirjam zien de toekomst met vertrouwen tegemoet. Ze zijn nu echt gehecht aan de kinderen en de kinderen beginnen zich aan hen te hechten. Je kunt niet niet-hechten, geven ze aan. Voorheen stelde Mirjam zichzelf elke dag de vraag: wat heb ik vandaag bereikt, waar heb ik voldoening uit gehaald? Dit waren vaak ervaringen die werk-gerelateerd waren. Als ze zichzelf nu die vraag stelt, realiseert ze zich dat ze die dag hebben gelachen met de jongens, dat ze verhaaltjes hebben verteld, dat er knuffels zijn gegeven en dat de jongens weer kleine stapjes hebben gezet in hun ontwikkeling. En daar doen ze het voor...

ADVIES

Aan anderen die pleegouder willen wilden, geven Edwin en Mirjam een belangrijk advies: laat je goed informeren zodat je weet waar je aan begint en wat er op je afkomt. Ze vonden de STIP-training best heftig omdat er allerlei scenario's werden voorgesteld van wat pleegzorg kan inhouden. Achteraf is de plaatsing voor hen meegevallen. Ze krijgen veel terug van de kinderen. Niet alleen liefde en knuffels maar ook dat ze mogen zien hoe de kinderen opbloeien en ervaren hoe blij de kinderen hen begroeten als ze thuiskomen. Edwin en Mirjam willen de kinderen een plek geven waarin ze kunnen opgroeien tot volwaardige volwassenen die kunnen meedraaien in de maatschappij.

Voor mensen die net als Edwin en Mirjam ongewenst kinderloos zijn, geeft Mirjam als advies mee dat het goed is om eerst te rouwen om je niet-geboren kind. Pas als je deze rouw hebt doorlopen, kun je openstaan voor pleegzorg. Want pleegkinderen zijn geen vervanging voor je eigen niet-geboren kind. Zij zijn gewoon zoals ze zijn, ze hebben al ouders en er wordt voor ze gezorgd in dit pleeggezin.

INTERVIEW

MARTIN OVER GEWELDLOOS VERZET

Martin en zijn partner zijn sinds 5,5 jaar pleegouders voor een meisje van nu 13 jaar oud. In de opvoeding van hun pleegdochter komen ze erachter dat datgene dat normaal gesproken prima werkt in de omgang met kinderen, bij hun pleegdochter niet lukt.

Martin: "Ik ben leerkracht in het basisonderwijs bij de kleuters. Mijn omgang met deze groep kinderen gaat heel intuïtief, op gevoel en dat werkt heel goed. Ik merkte dat het voor onze pleegdochter anders werkt. Dat wat normaal gesproken prima werkt in de omgang met kinderen, lukt bij haar niet. Dat frustreerde me en zorgde ook dat er meer ruzies tussen mij en mijn pleegdochter kwamen. Ik voelde dat ik hulp nodig had, ik bleef te lang boos en herkende mezelf niet meer."

Martin bespreekt dit met hun pleegzorg begeleider. Zij adviseert om Geweldloos Verzet in te zetten en ze schakelt Rachel in.

Rachel Lemlijn is naast haar werk in het team Voorbereiding, Selectie en Matching van XONAR pleegzorg ook getraind in de methodiek Geweldloos verzet. Zij start het traject bij het pleeggezin.

Martin: "Rachel heeft ons daar wel heel erg bij geholpen. Ik ben een gevoelsmens en zij leerde me dat een korte en meer zakelijke aanpak beter aansloot. Of om weg te lopen uit de situatie, 'smeed het ijzer als het koud is', zei ze dan."

MANDJES

"We hebben met haar geïnventariseerd welk gedrag echt de aandacht behoeft en waar we op zouden reageren. Door alle gedragingen op te noemen die we lastig vonden in 'mandjes' te stoppen en in te delen in zwaarte, konden we samen beslissen wat nu echt belangrijk was. Dat heeft ons ook als partners geholpen om elkaar aan te spreken. Niet ieder gedrag hoeft een reactie te krijgen en dat scheelt veel onnodige escalaties."

Ik vind het fijn om kritisch naar mezelf te kijken en te reflecteren op mijn eigen gedrag. Want dat is hetgeen waar je invloed op hebt. Natuurlijk lukt het niet altijd om dat in de praktijk toe te passen maar het helpt je wel om stil te staan en voor de volgende keer na te denken over hoe je het dan zou aanpakken.

RELATIEGEBAREN

De visie 'je kunt de ander niet veranderen maar je hebt wel invloed op je eigen gedrag' sprak mij erg aan. Ook het verhaal achter het ontstaan van Geweldloos Verzet vond ik mooi. Met name dat je uit het conflict blijft, geweldloos, waarbij je wel duidelijke grenzen aangeeft. En we merken ook dat we onze pleegdochter niet kunnen veranderen, we kunnen haar wel zaken meegeven. Gedrag van kinderen is altijd een signaal. Je moet als opvoeders opletten dat je niet alleen op de negatieve kant van het gedrag de focus legt maar ook investeert in de relatie door middel van relatiegebaren. Een voorbeeld hiervan is om samen een ijsje te gaan eten of een film te kijken,



ondanks de moeilijkheden die er spelen. Het gaat erom dat je iets positiefs voor je pleegkind doet, zonder hiervoor iets terug te verwachten. Het is geen beloning."

WERK IN UITVOERING

Je moet wel blijven opletten en jezelf verbeteren. Een mooi voorbeeld hiervan is dat ze laatst uit de les gestuurd was op school. Mijn eerste gedachte was 'morgen mag ze dit niet of dat niet' maar dan denk ik 'even terug Martin!' Want problemen op school worden daar opgepakt en de afspraak is dat wij daar niets mee hoeven te doen. Gaan we daar ook weer op reageren, kom je weer in die negatieve spiraal terecht.

POSITIEF EFFECT

Martin merkt dat nu, na afronding van het traject, zijn manier van reageren of beter gezegd 'soms niet reageren' de situatie veel sneller ontspant. "Ik ben duidelijk in wat ik wel of niet wil en veel korter van stof. We gaan niet meer in discussie en dat scheelt. Ik geeft nu korte duidelijke boodschappen en val niet zo snel meer in herhaling".

De techniek 'smeed het ijzer als het koud is' wordt vaak toegepast. Het helpt om in eerste instantie niet te reageren en zelf te zakken in je emotie, soms kom ik pas een dag later op iets terug bij haar. Die time-out helpt ook onze pleegdochter, zij kan dan rustiger reageren en het gesprek aangaan."

AANRADER

Martin zou Geweldloos Verzet aanraden aan andere pleegouders. "Je kunt er heel veel uithalen maar je moet er wel voor open staan. Als je in staat bent om naar je eigen gedrag te kijken en niet alleen te verwachten dat het kind zich



anders moet gedragen, dan kun je echt iets veranderen in de relatie met je pleegkind. Je creëert weer een rustige basis, en dat is precies wat een kind nodig heeft.

Pleegouders hebben ongeveer tussen de 7 en de 10 gesprekken nodig. Martin: "We hadden om de week een gesprek bij ons thuis. Rachel deed dat op een fijne manier. Ze keek ook echt naar ons als persoon en wat wij nodig hadden. Wat later in het traject zijn we naar één gesprek per maand gegaan. Zo konden we nog een tijdje op haar terugvallen. Maar dat spreek je in overleg af, dat gaat naar behoefte."

Martin besluit zijn verhaal: "Je moet eerst dingen een beetje van jezelf maken om het vervolgens ook te doen. En natuurlijk volhouden!"

WAT IS GEWELDLOOS VERZET?

Geweldloos verzet (GV) is een methodiek die zijn oorsprong vindt in het werk van de Israëlische psycholoog Haim Omer en werd oorspronkelijk ontwikkeld voor ouders van kinderen met extreem of gewelddadig gedrag. Het is geïnspireerd op de principes van **Mahatma Gandhi** en **Martin Luther King**: verandering door standvastigheid, verbondenheid en zonder gebruik van macht of dwang.

Waarom in de pleegzorg?

In pleegzorgsituaties ontstaan regelmatig complexe dynamieken:

- Pleegkinderen hebben vaak trauma's of hechtingsproblematiek.
- Traditionele opvoedstrategieën kunnen botsen met hun achtergrond.
- Pleegouders kunnen zich machteloos of uitgeput voelen.

GV biedt een manier om:

- **Regie terug te nemen zonder escalatie.**
- **Grenzen te stellen zonder straf of geweld.**
- **De relatie met het kind centraal te houden.**
- **Samen te werken met een netwerk van steunfiguren.**

Kernprincipes van Geweldloos Verzet

- 1. Aanwezig blijven zonder escalatie**
→ Niet terugtrekken maar je zichtbaarheid en betrokkenheid vergroten.
- 2. Actieve weerstand zonder agressie**
→ Stil protest, aankondigingen, en symbolische acties in plaats van fysieke ingrepen of straf.
- 3. Netwerk inschakelen**
→ Niet in je eentje dragen; gebruik maken van familie, hulpverlening, school, burens.
- 4. De-escalatie centraal**
→ Afstand nemen van directe confrontaties; time-out voor de (pleeg)ouder in plaats van het kind.
- 5. Herstel van verbinding**
→ Relaties zijn belangrijker dan gehoorzaamheid; het doel is herstel, niet controle.

Meer informatie?

Bespreek het met de pleegzorgbegeleider.



WE GENIETEN ER ENORM VAN ALS WE DE KINDEREN ZIEN GROEIEN

EEN INTERVIEW MET CRISISPLEEGMOEDER MARGA EN HAAR BEGELEIDER SARAH

Sinds 2009 zijn Marga en Ben crisispleegouders bij XONAR. Op het moment van dit interview verblijven al het 30ste en 31ste kindje in hun gezin. In de woonkamer staan niet één maar twee boxen. Marga vertelt samen met haar crisispleegzorgbegeleider Sarah over hun ervaringen.

Marga: "Ik had al heel lang het idee om iets met pleegzorg te doen maar het was toen nog niet het juiste moment. Tot onze eigen kinderen volwassen waren en de plaatsing van het kindje dat vanuit gastouderschap bij ons kwam, ging stoppen. Toen kwam pleegzorg weer voorbij in onze gedachten en zijn we de STIP-training gaan volgen."

Omdat Marga veel affiniteit heeft met jonge kindjes, en met name baby's, kozen ze voor crisisopvang. Zij is thuis en heeft alle ruimte om deze kindjes zorg en aandacht te geven. Ben werkt nog. "Vanwege onze leeftijd, ik was toen 50, vonden we het langdurig zorgen voor een jong kind niet meer passend. We vinden het veel passender dat deze kinderen in een jonger gezin opgroeien. Crisispleegzorg past veel beter bij onze situatie."

Marga en Ben hebben in principe ruimte voor één baby tussen de nul en zes maanden. "Toen we begonnen hadden we een ruimer aanbod, zelf tot vier jaar oud. Maar mijn voorkeur ligt bij de jonge baby's. Dus gaandeweg hebben we het aanbod aangepast." Soms bieden ze niet één, maar twee plekjes aan, zoals ook nu het geval is. "In noodgevallen mogen ze me dat altijd vragen, soms is er geen ander crisispleeggezin beschikbaar. Maar het is best een uitdaging als je met twee kleintjes naar afspraken moet gaan zoals naar het consultatiebureau of de kinderarts. Want dat hoort ook bij je taak als crisispleegouder. En dan komt er ook nog het bezoek aan de ouders bij; soms brengt of haalt een instantie, een andere keer doe je dat zelf."

CONTACT MET OUDERS

Hoeveel contact er is met de ouders van de geplaatste kinderen, verschilt per plaatsing. Vaak hebben de kinderen een bezoeksregeling op een neutrale locatie onder begeleiding van een instantie. Marga legt uit: "Soms brengen en halen we het kindje zelf en dan zien we de ouders. Maar dat kan niet altijd vanwege de veiligheid en dan wordt dat door een organisatie gedaan."

Sarah vult aan: "We streven altijd naar een kennismaking tussen ouders en de crisispleegouders. Dat geeft de ouders rust omdat ze dan zien wie er voor hun kindje zorgt. Ze hoeven dan vaak niet eens te weten waar de pleegouders wonen want ze hebben een beeld bij de mensen die voor hun kostbaarste bezit zorgen. We kijken altijd goed naar wat kan en wat niet kan. De veiligheid van het kind en de pleegouders staat voorop."



'JE MAG ER ZIJN'

De kinderen die in een crisispleeggezin worden geplaatst, komen (bijna) altijd uit een stressvolle situatie. Marga weet goed wat deze kinderen nodig hebben. "Deze kinderen hebben vooral rust en houvast nodig. En natuurlijk liefde. We geven ze dan ook mee dat ze lief zijn, er mogen zijn en gewenst zijn. Maar we stellen ook duidelijke grenzen, dat geeft deze kinderen veiligheid. Je moet kijken wat de kinderen nodig hebben. Ook wat betreft hun ontwikkeling. Als ze nog ergens niet aan toe zijn dan is dat zo, je kunt het niet afdwingen. Je kunt hen wel stimuleren en dan komt het op een gegeven moment wel".

Sarah: "Marga en Ben voelen goed aan wanneer ze bijvoorbeeld duidelijk moeten zijn naar een kindje of juist de teugels even losser moeten laten."

Marga vult aan: "Het mooiste vind ik om te zien hoe deze kindjes met sprongen vooruitgaan. Als ze bij ons komen, zijn ze vaak gespannen en gestrest. Gaandeweg zie je ze tot rust komen, opbloeien en zich meer ontwikkelen. Daar geniet ik van. Daar doe je het voor."

AFSCHEID NEMEN

Na zoveel jaren went het afscheid nemen van kindjes waar je een periode voor gezorgd hebt nooit. "Het weggaan is een



“Het mooiste vind ik om te zien hoe deze kindjes met sprongen vooruitgaan. Als ze bij ons komen, zijn ze vaak gespannen en gestrest.”

dingetje, dat is nooit leuk. Maar als er een kindje komt, weet je ook dat ze weer weggaan. Soms is het uithuilen en opnieuw beginnen, dat hoort erbij. En ik stort me dan op alle taken die zijn blijven liggen in en om huis. Het scheelt ook als je een goed gevoel hebt bij de plek waar het kindje na jou heen gaat. Dat kunnen de ouders zijn of naar een ander pleeggezin waar ze mogen opgroeien zo lang als nodig. Het maakt ook verschil hoe lang ze bij mij geweest zijn, dat varieert echt van enkele dagen tot soms bijna een jaar. Dan is het logisch dat het kindje zich aan je hecht en wij aan het kind.” Sarah vult aan: “Je hoort dat van meer mensen, dat afscheid nemen wel makkelijker wordt naarmate ze meer plaatsingen gehad hebben.”

Als kinderen doorgaan naar een pleeggezin waar ze langere tijd kunnen blijven, komen de nieuwe pleegouders in eerst een kopje koffie drinken in het crisispleeggezin. Er wordt een planning gemaakt om op een zorgvuldige manier het contact op te bouwen tussen de nieuwe pleegouders en het kind. De pleegouders komen dan een aantal keren op bezoek om met het kindje te spelen of het te verzorgen en na een aantal keer nemen de pleegouders het kind mee naar hun huis voor een paar uurtjes. Vervolgens voor een dagdeel met een slaapje erbij en dan een hele dag. “En dan gaan ze over.” Marga heeft hier inmiddels veel ervaring in. “In het begin houd ik altijd nog contact met het nieuwe pleeggezin maar na verloop van tijd verwatert dat. Bij de een gaat dat wat sneller dan bij de ander.”

KLEINKINDEREN

Eén dag in de week past Marga op haar kleinkinderen van twee, vijf en zeven jaar. Zij weten niet beter dan dat hun opa en oma voor baby's zorgen. Zij zijn hiermee opgegroeid. Marga zegt: “We hebben de kleinkinderen uitgelegd dat er kindjes bij ons logeren en dat ze dan weer terug naar mama gaan. Ze zijn er altijd onverwachts, dat kun je niet met hen voorbereiden, maar we zorgen wel altijd dat ze afscheid kunnen nemen.” De kleinkinderen hebben weinig moeite met het delen van hun opa en oma. Marga: “Het verbaast me wel eens hoe makkelijk onze kleinkinderen dit accepteren. De ene keer is er een kindje bij ons en andere keer hebben ze ons weer even voor zichzelf.”

EEN GEVARIEERDE CLUB VAN CRISISPLEEGGOUDEURS

Sarah: “We hebben momenteel best wat gezinnen die crisispleegzorg voor baby's kunnen bieden. Ook hebben we een aantal gezinnen voor de peuters, kleuters en jonge kinderen. Maar we hebben natuurlijk altijd behoefte aan meer

crisispleegouders. Zeker ook voor kinderen van twee jaar en ouder en voor de groep kinderen van vijf jaar en ouder.”

XONAR heeft een hele gevarieerde club van crisispleegouders:

- Werkenden die heel flexibel zijn en bijvoorbeeld deels vanuit thuis werken, zodat er altijd iemand thuis is;
- mensen van 30 tot in de 70;
- koppels en alleenstaanden;
- mensen met en zonder (thuiswonende) kinderen.

Niet iedereen wil of kan crisispleegzorg bieden, en dat is begrijpelijk. “We zijn ook geholpen met meer bestandspleegouders die langdurige pleegzorg willen bieden”, vervolgt Sarah. “Dan kunnen de kinderen die in een crisispleeggezin verblijven en waarvan duidelijk is dat ze nog niet naar huis kunnen, doorstromen naar een langdurig gezin. Wat fijn is, is dat de crisispleegouder vaak beschikbaar blijft voor vragen van de nieuwe pleegouders. En XONAR heeft een buddysysteem waar ervaren pleegouders gekoppeld worden aan startende pleegouders. Dat is echt heel ondersteunend voor beginnende pleegouders”.

Marga: “Voor ons heeft crisispleegzorg echt voordelen. We doen dit heel graag voor de kinderen en genieten er zelf van om ze te zien groeien. Daarnaast is deze vorm van pleegzorg voor ons ideaal. Als we na een plaatsing merken dat we even pauze nodig hebben dan kan dat. Dan nemen we even tijd voor onszelf. En als we te oud worden hiervoor dan maken we de plaatsing af waar we mee bezig zijn en dan gaan we met pleegzorgpensioen.”



MEER INFO?

Wil je meer informatie over crisispleegzorg? Of denk je erover om pleegouder te worden? Bezoek dan een informatieavond van XONAR. Kijk op www.xonar.nl voor de actuele datums of mail naar pleegzorg@xonar.nl



HERZIENE TRAINING 'TRAUMASENSITIEF OPVOEDEN & BEGELEIDEN'

Met dank aan de input van ervaren trainers van de training 'Zorgen voor getraumatiseerde kinderen' is de herziene training 'Traumasensitief Opvoeden & Begeleiden' een feit!

De opzet van de training is in grote lijnen hetzelfde gebleven. Er zijn nog steeds acht modules, maar de duur van de modules is met een half uur verlengd zodat er meer ruimte is voor interactie en reflectie. De indeling van de modules is aangepast en er wordt expliciet aandacht besteed aan de inbedding van de training in de dagelijkse praktijk.

Inhoudelijk is er meer aandacht voor het versterken van de veerkracht van kinderen én van opvoeders en begeleiders, de culturele achtergrond van kinderen én van opvoeders en begeleiders (identiteit), gehechtheidsontwikkeling, emotieregulatie en het gebruik van regels en grenzen. Ook zijn er nieuwe video's en er zijn verschillende hand-outs waar belangrijke concepten visueel zijn gemaakt.

QUOTES TRAUMATRaining

We vroegen deelnemers van de training 'Traumasensitief Opvoeden & Begeleiden' naar hun mening over de training. Welk onderdeel van de training vond u het meest waardevol en kunt u hierover in twee zinnen iets zeggen?

MAROUSCHKA

"Herkenning en erkenning in de groep. Ondanks een zwaar thema ook ontzettend veel gelachen. Had het niet willen missen."

“

ROB

"Zorg goed voor jezelf anders kun je niet voor een ander zorgen! Ik merk dat ik meer probeer te relaxen en een beetje tijd voor mezelf te nemen."

“

MELANIE

"Begrijpen wat trauma inhoud en om handvaten te krijgen hoe er mee om te gaan. Ik vond het zeer leerzaam en kan me nog beter inleven in mijn pleegdochter."

EMMIE

"Ik heb heel veel geleerd over hoe ik met een kind dat met trauma te maken heeft gehad om kan gaan. Dankjewel voor deze ervaring. Ik heb geen strikdiploma, maar nu wel een traumadiploma!"

“

MICHEL

"Beter herkennen wanneer gedrag voortkomt uit een trauma. Tevens het goed zorgen voor jezelf, dan kun je ook zorgen voor het pleegkind."

“

WIM

"Het herkennen van traumatriggers en hoe je ze moet voorkomen. En dat er iets bestaat als secundaire traumatische stress als mogelijke bedreiging."



Zet het op
de kalender!

Training: Traumasensitief opvoeden en begeleiden van kinderen

In het najaar starten wij weer met een nieuwe training 'Traumasensitief opvoeden en begeleiden van kinderen'. Dit is een aangepaste versie van de training 'Zorgen voor getraumatiseerde kinderen', die wij eerder aanboden aan pleegouders.

Pleegkinderen hebben vaak al veel meegemaakt voordat ze in een pleeggezin terechtkomen. Alleen al de uithuisplaatsing kan voor hen overweldigend zijn. Door hun ervaringen ontwikkelen pleegkinderen bepaalde overtuigingen over zichzelf, de volwassenen en de wereld. Deze overtuigingen bepalen mede hun gedrag.

In deze training voor pleegouders besteden we aandacht aan de volgende thema's:

- 'Wat is trauma?'
- 'Hoe werkt trauma in de hersenen?'
- 'Hoe herken ik traumagerelateerd gedrag en traumatiggers bij mijn pleegkind?'

U krijgt zowel theorie als praktische handvatten geboden om traumasensitief te reageren op, en om om te gaan met bepaald gedrag.

Bij deze training hoort een werkboek. Hiervoor we aan de deelnemers een eigen bijdrage van 15 euro vragen. Dit boek blijft uw eigendom.

Data

De training bestaat uit 8 tweewekelijkse bijeenkomsten van 2,5 uur, die plaatsvinden op dinsdagavonden van 19.30 tot 22.00 uur.

De bijeenkomsten zijn gepland op de volgende data:

- 21 oktober 2025
- 4 november 2025
- 18 november 2025
- 2 december 2025
- 16 december 2025
- 13 januari 2026
- 27 januari 2026
- 3 februari 2026

Het is de bedoeling dat u alle acht bijeenkomsten bijwoont.

De locatie hangt af van de regio waar de meeste deelnemers vandaan komen. Dit zal Maastricht of Heerlen zijn. De training wordt gegeven door Sandra Piatek en Francien Kurvers.

Aanmelden kan via pleegzorg@xonar.nl

ZOEKERTJE VOOR OPVANG VAN BABY'S

ZORG JIJ GRAAG VOOR BABY'S? HEB JE RUIMTE IN JE HART EN
HUIS OM TIJDELIJK VOOR EEN (PASGEBOREN) KINDJE TE ZORGEN?
DAN ZOEKEN WIJ JOU.

Wij krijgen momenteel zeer veel aanmeldingen voor de opvang van baby's, vaak pasgeborenen. Deze kindjes kunnen niet met ouders mee naar huis omdat het niet veilig genoeg is. Of ze worden na een korte periode thuis alsnog uit huis geplaatst vanwege onveiligheid.

Deze kinderen hebben direct een veilige plek nodig. Ze worden in een liefdevol crisispleeggezin geplaatst waar goed voor ze gezorgd wordt, zodat hulpverlening de kans krijgt om samen met ouders en andere betrokkenen uit te zoeken waar deze kinderen gaan opgroeien. Vaak volgt er een onderzoek door de Raad voor de Kinderbescherming die vervolgens aan de Rechtbank een advies uitbrengt om het kindje ofwel terug thuis te plaatsen ofwel langer in een pleeggezin te laten verblijven. Soms is er meer tijd nodig om met ouders uit te zoeken wat hun mogelijkheden zijn om zelf hun kind op te voeden, bijvoorbeeld door een intensieve bezoekenregeling op te starten met ouders waarin wordt bekeken wat ze wel en niet aankunnen. Het uitzoeken van alle mogelijkheden kan vaak maanden duren.

Wij zijn dan ook hard op zoek naar pleeggezinnen die een baby voor bijvoorbeeld een jaar (kan ook enkele maanden korter of langer zijn) willen opvangen totdat er een duidelijk besluit is genomen over de toekomst van het kindje. Pleegouders die, hoe moeilijk dat dan ook zal zijn, het kindje weer kunnen loslaten als het terug naar ouders gaat. Daarnaast zoeken we ook pleegouders die langere tijd voor een kindje willen zorgen als blijkt dat het niet terug naar ouders kan gaan. We willen voorkomen dat deze jonge kindjes worden overgeplaatst naar verschillende pleeggezinnen om een veilige hechting zoveel mogelijk tot stand te laten komen.

Zorgt u graag voor baby's en heeft u tijd om voor een klein kindje te zorgen? Neem dan aub contact met ons op zodat we samen kunnen onderzoeken of u een fijne plek kunt bieden. Bent u een bestaand bestandspleeggezin bij XONAR? Dan gaan we graag in gesprek met u. Nieuw startende pleeggezinnen moeten eerst bij ons een voorbereidingsstraject volgen.

HEEFT U INTERESSE OF WILT U MEER INFORMATIE?

Mail naar pleegzorg@xonar.nl en laat een bericht achter zodat wij telefonisch contact met u kunnen opnemen.

Team matching

XONAR Pleegzorg - VSM (voorbereiding, selectie en matching)





BEREIKBAARHEID XONAR

Tijdens kantoor tijden

Vorbereiding, Screening & Matching

Severenstraat 16
6225 AR Maastricht

Pleegzorg regio Parkstad

Heerlerbaan 142
6419 CH Heerlen

Pleegzorg regio Maastricht Heuvelland

Severenstraat 16
6225 AR Maastricht

Pleegzorg regio Westelijke Mijnstreek

Clovisstraat 21
6132 EZ Sittard

T. 043 - 604 55 55 / pleegzorg@xonar.nl

Buiten kantoor tijden

Bereikbaarheidsdienst

Ontstaat er buiten onze kantoor uren een crisissituatie in uw pleeggezin waarbij u een hulpverlener van XONAR wilt raadplegen?

Belt u dan met onze bereikbaarheidsdienst:

T. 043 - 604 59 09

Materialendepot MAX

Voor kosteloze uitleen van baby- en kinderbenodigdheden

Openingstijden:

Dinsdag 09.30 - 14.00 uur

Donderdag 09.30 - 11.30 uur.

Op maandag en woensdag op afspraak geopend.

Daarbuiten enkel voor crisisplaatsing op afspraak.

Locatie Severenstraat 16 - 6225 AR Maastricht

E-mail pleegzorgdepot@xonar.nl

Telefoon 06 - 30 29 80 30



XONAR ZOEKT NIEUWE PLEEGOUDERS!

Meer info? www.xonar.nl

