

xonar

jaargang 12 | nr. 1 | juli 2021

# XPEDITIE

PLEEGZORG



## ZOMER

SHANIA (18) OVER HAAR  
ROERIGE JEUGD

SOMS LUKT HET NIET...  
EEN VERHAAL OVER  
BREAKDOWN

DE XONAR KLETSPOT

XPEDITIE is een uitgave van xonar

[www.xonar.nl](http://www.xonar.nl)

# INHOUDSOPGAVE



## ROERIGE JEUGD

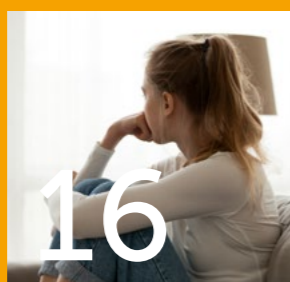
Shania over haar roerige jeugd en hoe deze haar heeft gemaakt tot wie ze nu is.

Lees verder op pagina 14

## SOMS LUKT HET NIET

Een verhaal over breakdown.

Lees verder op pagina 16



## DE XONAR KLETSPOT

Een leuk praatspel voor deze zomer.

Lees verder op pagina 22

## en verder...

- 3 Kennismaken
- 4 De persoon met Borderline
- 12 Innovaties XONAR pleegzorg
- 14 Shania (18) over haar roerige jeugd
- 16 Soms lukt het niet
- 22 Kletspot
- 27 Zoekertjes
- 28 Regie - wat is dat?
- 30 Op bezoek bij Nico en Maria
- 32 Aanbod deskundigheidsbevordering
- 36 Column van een pleegmoeder
- 37 Zomerkleurwedstrijd
- 38 Meelopen met een gezinshuis
- 42 Op bezoek bij Basma
- 44 Het recept van
- 45 Agenda

## COLOFON

Xpeditie is een gratis magazine over XONAR pleegzorg en verschijnt gemiddeld twee keer per jaar.

### Redactie

Rachel Lemlijn, Roger Knubben, Jacqueline Felix, Marleen Pauly, Eefje van Homberg, Cora Aussems, Edith Deckers en Lindy Sevriens

### Opmaak & eindredactie

Afdeling communicatie XONAR

### Oplage

1500 exemplaren

### Kopij aanleveren

Wilt u een redactionele bijdrage leveren voor Xpeditie? Dat kan! U kunt kopij aanleveren via [xpeditie@xonar.nl](mailto:xpeditie@xonar.nl)

Heeft u vragen hierover? Bel dan naar de afdeling Communicatie: **043 - 604 59 37**

## KENNISMAKEN

Vanaf 1 juni mocht ik aan de slag als directeur zorg bij XONAR. Terwijl ik een fantastische baan had binnen de gesloten jeugdzorg bij Via Jeugd. En toch koos ik voor XONAR; waarom? Een belangrijke reden was de fantastische pleegzorgtak van de organisatie.

Na voorheen in de zwaardere jeugdzorg te hebben gewerkt, zowel als professional als leidinggevende, besef ik als geen ander dat een kind het liefst thuis opgroeit. En dat dit soms niet kan, om welke reden dan ook, weten we helaas ook. Maar wat zou je een kind dan liefdevolle pleegouders gunnen. Het liefst uit de eigen omgeving en anders door bevlogen burgers die de jeugdzorg weer van de mensen zelf willen maken.

En daar wil ik als directeur voor aan de lat staan. Want tussen theorie en praktijk, tussen beleid en de wereld van alledag, zitten soms grote verschillen. Want pleegzorg is topsport. Het ondersteunen en faciliteren van pleegzorg in de meest brede zin van het woord; daar staan XONAR en haar medewerkers voor. En dit vanuit een mensvisie en grondhouding dat we daarbij de bril van het kind never nooit mogen verliezen.

En dat het niet altijd makkelijk is, legde een meisje vanuit de gesloten jeugdzorg me vlak voor mijn vertrek bij Via Jeugd uit. Ze vertelde me: 'Gio, ik heb drie pleeggezinnen naar de klote geholpen'. Enigszins onbeholpen vroeg ik wat onnozel: 'Hè, waarom dat?'. Waarop zij aangaf, en deze woorden zal ik mijn leven lang blijven onthouden: 'Ik was acteur in een film waar ik nooit echt kon meedoen in hun gezinnen'. En deze woorden geven de ingewikkeldheid aan, van kinderen en pleegouders en de manier waarop ze met elkaar omgaan.

Waarbij ik het ook niet te droevig wil maken, na jarenlang in de jeugdzorg te hebben gewerkt kan ik een dik boek schrijven over alle jongeren die dankzij pleegzorg een fantastische jeugd hebben gehad en op hun pootjes terecht zijn gekomen.

Ik hoop dat we de dialoog blijven voeren samen; met pleegouders, met de zorg hieromheen, met gemeenten maar vooral met de kids waarvoor we het doen!

Pleegzorg wordt gezien en gewaardeerd.

**Giovanni Coenen**

Directeur Zorg XONAR







# De persoon met een Borderline Persoonlijkheidsstoornis

*Interview met Wanda Hul*

Op een winderige en herfstachtige ochtend in mei rijd ik naar de regio Weert waar Wanda Hul samen met haar man aan de rand van een rustig dorpje woont. Wanda heeft in februari 2020, net een maand voordat de pandemie ons land binnen denderde, een lezing gegeven voor pleegouders en pleegzorgmedewerkers. Onderwerp van deze lezing was de persoon met een Borderline Persoonlijkheidsstoornis (BPS). Wanda is contextueel therapeute en heeft een eigen praktijk. Zij geeft onder andere trainingen en lezingen over Borderline, een onderwerp dat haar vanuit haar werk nauw aan het hart ligt.

Medio vorig jaar zijn alle pleegzorgmedewerkers door Wanda geschoold in dit onderwerp en we hebben dit jaar een workshop voor pleegouders georganiseerd.

Als ik aan Wanda vraag waar haar belangstelling voor het thema Borderline vandaan komt, geeft

ze aan dat ze hier in haar eigen geschiedenis mee in aanraking is gekomen. Ze besloot hier haar werk van te maken en is rond haar 20e in de psychiatrie gaan werken. Hier kwam ze mensen met een Borderline zeer regelmatig tegen en die dynamiek die dat met zich meebracht, het gedrag wat daarbij hoorde en het oordeel dat anderen

daarover hadden, vond ze heel interessant. Wat ze in de loop der jaren heeft geleerd is niet constant met de persoon met Borderline in discussie te gaan, maar steeds de vraag terug te leggen: 'Jij vindt dat, maar kan het zijn dat ik het anders zie?'. Mensen met Borderline zijn vaak impulsief, maar daar zit ook een kracht in, vaak zijn het gangmakers. Wanda geeft aan dat ze het een uitdaging vond om nooit zeker te weten wat er die dag op haar pad zou komen. Dat vindt ze spannend maar ook een uitdaging om daarna met die persoon op zoek te gaan naar: wat is er nu precies gebeurd?

## **Kun je vertellen wat een Borderline Persoonlijkheidsstoornis inhoudt?**

Borderline is een psychiatrische aandoening. Hij komt naar schatting bij zo'n 2% van de bevolking voor. Om de officiële diagnose te krijgen, moet je 5 van de 9 hoofdkenmerken hebben. De hoofdkenmerken van deze stoornis zijn:

- Angst voor verlaten en pogingen doen om dit te vermijden.
- Patroon van relaties die niet stabiel zijn waarbij de partner wisselend wordt geïdealiseerd en bekritiseerd (zwart wit denken).
- Een lager zelfbeeld.
- Impulsief gedrag op ten minste twee gebieden, waarbij de betrokkene zichzelf schade kan toebrengen (geld verkwisten, seks, middelengebruik, roekeloos rijgedrag, eetbuien...).
- Herhaaldelijke gedachten aan suicide of aanbrengen van zelfverwonding.
- Stemningswisselingen die heel snel kunnen omslaan.
- Chronisch gevoel van leegte.
- Intens gevoel van woede en moeite om die

te beheersen (kan zich uiten in driftbuien, aanhoudende woede of vechtpartijen).

- Tijden waarin wantrouwen opspeelt (de ander testen of die blijft, of die te vertrouwen is, ook al heb ik geleerd vanuit mijn geschiedenis dat ik niemand kan vertrouwen).

Wat we hierbij zien, is dat vrouwen met Borderline dit uiten in gedrag dat meer op zichzelf en op hun gezin gericht is. Terwijl mannen met Borderline dit meer uiten in gedrag dat naar buiten is gericht, deze mannen komen vaker in de verslavingszorg terecht of in het criminele circuit, waardoor ze minder snel de diagnose Borderline krijgen dan vrouwen. Vrouwen melden zich eerder bij de psychiatrie. Mannen krijgen vaker de diagnose antisociale persoonlijkheidsstoornis.

Wanda vertelt dat bijvoorbeeld de chronische suïcidaliteit een gevoel is dat constant op de achtergrond aanwezig kan zijn, dat onder invloed van stress een piek krijgt en daarna ook weer weg kan zakken, bijvoorbeeld als de buurvrouw op bezoek is geweest en ze een leuke middag hebben gehad. Gebeurt er die avond weer iets vervelends, dan kan die wens tot suïcidaliteit weer pieken.

**'Vrouwen met Borderline uiten dit in gedrag dat meer op zichzelf gericht is, terwijl het bij mannen juist meer tot uiting komt in gedrag naar buiten'**

## Hoe ontstaat een Borderline Persoonlijkheidsstoornis?

Wanda geeft aan dat het bio-psycho-sociaal model hier uitleg over geeft:



Allereerst is er een stukje erfelijkheid, met name voor de stemmingswisselingen en de impulsiviteit. Daarnaast zien we dat er in de context van het gezin soms dingen gebeuren die niet goed worden opgevangen (bijvoorbeeld problemen in de hechting). Er zijn dan niet genoeg beschermende factoren aanwezig die kunnen helpen om de ontwikkeling van een Borderline te voorkomen. Stabiele hechtingsfiguren voor een kind zijn in zo'n situatie echt heel erg beschermend. De eigen ontwikkeling van het kind speelt ook een rol in het wel of niet ontstaan. Is het kind intelligent, heeft het genoeg vriendjes en vriendinnetjes (gevoel van erbij horen)? Ook dit zijn beschermende factoren. Als je als kind opgroeit bij een moeder met Borderline

is de kans groter dat je gedesorganiseerde hechtingsproblemen ontwikkelt die vervolgens kan uitgroeien tot Borderline. Kinderen die opgroeien bij een moeder met Borderline groeien op met een constante waakzaamheid of angst voor wanneer er weer iets gebeurt. Ze ontwikkelen een extra zintuig hiervoor.

Wanda vertelt dat kinderen hierdoor onbewust verschillende rollen kunnen gaan innemen in het gezin, bijvoorbeeld de rol van de bengel of de rol van de engel. Beide rollen zijn zorgelijk en moet aandacht voor zijn. Een jongen die de rol van bengel aanneemt en door zijn moeilijke gedrag de aandacht naar zich toetrekt, kan een diagnose van ADHD krijgen, misschien terecht, misschien

onterecht. Dit gedrag zou ook vanuit loyaliteit en parentificatie kunnen voorkomen. Uiteraard zijn dit onbewuste processen die zich bij ouder en kind afspelen. De engel daarentegen is het kind dat heel zorgzaam wordt en constant zorgt om te 'pleasen'. Ook dit is een rol die niet bij een kind hoort te liggen. Zij groeien op tot volwassenen die heel zorgzaam zijn maar daarbij over hun eigen grenzen gaan en minder goed voor zichzelf zorgen.

De combinatie van de diverse factoren maakt dat er een kwetsbaarheid ontstaat voor het ontwikkelen van Borderline, het wil niet zeggen dat je het hierdoor automatisch krijgt. De periode van de puberteit is vaak de periode waarin dit getriggerd kan worden, er gebeurt hormonaal iets bij pubers, ze gaan zich afzetten tegen thuis en zoeken soms contacten buitenshuis die niet goed voor ze zijn. Vooral meisjes die deze kwetsbaarheid hebben, daarbij een licht verstandelijke beperking en een laag zelfbeeld hebben, lopen risico wanneer ze in contact komen met mensen die het niet zo goed met hen voorhebben.

### Hoe zit het dan met de invloed van intelligentie?

Jongeren met een kwetsbaarheid voor de borderline persoonlijkheidsstoornis, hebben er belang bij om zo snel als mogelijk een behandeling aan te gaan, ten aanzien van emotieregulatie en inzicht in eigen handelen. Meerdere organisaties bieden jongeren en adolescenten behandeling aan voor Emotie Regulatie Stoornis (ERS) of MBT (MBT staat voor Mentaliseren Bevorderende Therapie, bedoeld om het eigen gedrag en dat van anderen beter te begrijpen).

Ook het systeem wordt hierbij betrokken. Bij mensen met een lager intelligentieniveau moet je meer gaan voordoen en minder op inzicht werken.

### Pleegouders krijgen regelmatig te maken met ouders met een Borderline Persoonlijkheidsstoornis. Wat kun je hen aanraden?

Als je nog eens even terugdenkt aan de kenmerken van Borderline, dan weten we dat deze mensen het heel moeilijk vinden om verantwoordelijkheid te nemen. Want, als je ergens verantwoordelijk voor bent, kun je daar op aangesproken worden of kritiek op krijgen. Een persoon met een BPS kan deze kritiek niet aan, want die zal het altijd vertalen naar: 'zie je wel, ik kan het niet' of 'ik doe het nooit goed', 'ik hoor er niet bij'. Dan wordt dat negatieve zelfbeeld weer bevestigd. De persoon met Borderline legt liever de verantwoordelijkheid bij andere mensen neer zodat die daarop aangesproken kunnen worden. Dit is een zelfbeschermingsmechanisme dat ze geleerd hebben in de loop der tijd. Als je dit doorhebt, kun je de verantwoordelijkheid voor bepaalde zaken weer terug gaan leggen bij de ouder.

Ook ouders met Borderline houden van hun kinderen en willen een goede ouder zijn, alleen lukt dat niet altijd zoals zij dat zelf willen. De pleegouders zijn in hun ogen dan de mensen die hun kind afpakken, de mensen met wie je in gevecht moet gaan. Belangrijk is om neutraal te blijven reageren en niet veroordelend te zijn. Ook niet tegen de kinderen veroordelend praten over hun ouders, want dan belast je de kinderen in hun loyaliteit.



## 'Als jij je afspraak niet nakomt, ben je voor de persoon met Borderline onbetrouwbaar'

Vooraf het ontschuldigen van de kinderen is belangrijk en moet herhaaldelijk gezegd worden: 'het is nooit jullie schuld'.

Belangrijk voor pleegouders is dat als je een afspraak maakt met iemand die Borderline heeft, je je dan ook aan die afspraak moet houden. Als je afsprekt dat moeder om half 3 op de bezoekenregeling moet zijn en ze komt niet of te laat, dan ga je weg nadat je bijvoorbeeld 10 minuten hebt gewacht. Onbewust zal de persoon met Borderline je testen: hoe ga je met gemaakte afspraken om? Als ik later kom, zal je er dan nog zijn? Dan kan ik de volgende keer ook later komen. Hierbij kun je het beste laten blijken dat jij je aan je afspraak houdt maar dat je de ander niet af serveert. En een volgende keer spreken we weer af en zal ik er weer op tijd zijn.

Als jij je als hulpverlening of pleegouder niet aan de afspraak kunt houden, maak ze dan ook niet. Wees betrouwbaar in het nakomen daarvan. Als jij je afspraak niet nakomt, ben je voor de persoon met Borderline onbetrouwbaar en zal het vertaald worden naar: 'zie je wel, ik ben het niet waard om een afspraak voor na te komen'.

Een mooie uitspraak van Wanda: 'mensen met Borderline zoeken heel hard naar de betrouwbaarheid van de ander, maar tegelijkertijd

vechten ze het hardst tegen die betrouwbaarheid'. Om je te testen. Als je daar doorheen kunt breken, als je laat zien dat jij betrouwbaar bent, dan worden de rollen en posities duidelijk en kan de situatie rustiger worden.

### Waar heeft iemand met Borderline het meeste last van?

De heftigheid van de kenmerken verschillen natuurlijk van mens tot mens en is ook afhankelijk van karakter. Maar een overeenkomst is toch wel vaak het wantrouwen tegenover de ander en de verlatingsangst, vooral bij degene die het dichtst bij je staat, bijvoorbeeld je partner. Als je kind je 'verlaat', omdat hij in een pleeggezin wordt geplaatst, is dit natuurlijk de meest ultieme vorm van verlating die een moeder met Borderline kan voelen.

In een periode met veel stress is het voor de persoon met Borderline nog veel moeilijker om de reacties van anderen op juiste waarde in te schatten. Ze lezen je signalen, lichaamstaal of uitspraken verkeerd. En wat doet een omgeving die onterecht wordt beschuldigd van iets wat ze niet gezegd of gedaan hebben? Juist, die gaan in de tegenaanval. 'zo heb ik dat helemaal niet gezegd' of 'waar kom jij nu mee aanzetten? Dat bedoelde ik helemaal niet zo'.

Mensen met Borderline hebben de begrenzing van buitenaf nodig, omdat ze die intern vaak missen. Als de omgeving niet begrenst kan het gedrag extremer worden. Begrenzing kan zijn dat je zegt: 'we hebben dit afgesproken met elkaar en hier ga ik me aan houden, ik ga daarover niet in discussie. Als je iets wilt veranderen aan de afspraken, kun je dit oppakken met de gezinsvoogd'.



### Wanda haalt de Matroesjka-poppen tevoorschijn die ze gebruikt in de therapie met haar cliënten.

#### Hoe gebruik je die dan?

Kijk, ik gebruik altijd drie Matroesjka-poppetjes waarmee je veel meer duidelijk kunt maken dan met woorden. Het kleinste poppetje is het 'innerlijke kind' van de volwassene. Het kind dat ze vroeger waren, het gekwetste kind, het kind dat zichzelf niet kon verdedigen omdat het daar te jong voor was, het kind dat verdriet, angst en boosheid voelt.

Om te overleven heeft dit kleine kind in jou allerlei mechanismen ontwikkeld om zichzelf te beschermen, dit wordt verbeeld door de grootste matroesjka. Dit is wat de buitenwereld ziet, dit is de persoon die allerlei gedrag laat zien dat lastig is voor andere mensen. Dit is degene die schreeuwt en vecht en je uitdaagt. Allemaal gedrag waar je

niet zo veel mee opschiet maar waarvan we wel begrijpen hoe het is ontstaan, namelijk om dat kleine kind te beschermen. De grootste kan ook heel lief, aangepast en zorgzaam zijn. Alles om de kleinste te beschermen.

De middelste Matroesjka is de gezonde volwassene. Die moeten we een prominentere plek gaan geven. Die heeft namelijk een keuze. Die moet de strijd aangaan met het grootste poppetje en leren om die wat in toom te houden en te zeggen: ik ga nu niet reageren zoals ik altijd reageer, maar ik probeer eerst rustig te worden en daarna ga ik met je praten. De middelste Matroesjka kan de kleine aanspreken en aangeven dat hij begrijpt dat er angst of boosheid is en dat dit erkend wordt en dat hij gaat proberen op een goede manier daarmee om te gaan.

Dit is een innerlijke strijd die de persoon met Borderline moet gaan leren voeren. Hiervoor is eerst inzicht nodig. De opstelling met de poppetjes helpt hierbij. Wanda vertelt hierbij het voorbeeld van een koppel dat in therapie was, waarbij de poppetjes ook op tafel kwamen. Als de vrouw het lastig had en voelde dat het grote poppetje in haar gedrag de overhand ging krijgen, dan sprak ze een codewoord uit naar haar man (bijvoorbeeld: lantaarnpaal) en dan ging ze naar buiten om af te koelen. De man wist dan dat hij haar met rust moest laten omdat ze een innerlijke strijd aan het voeren was tussen het grootste poppetje en de middelste (de gezonde volwassene) die allebei het kleinste poppetje willen geruststellen en beschermen, maar dit op verschillende manieren doen.

#### **Je hebt het over dit koppel. Hoe kan de omgeving hier het beste mee om gaan?**

Vooral door betrouwbaar te zijn, door duidelijk te zijn in je communicatie, door grenzen aan te geven (interne begrenzing is vaak niet voldoende aanwezig) en door begrip te hebben dat het gedrag niet uit slechtheid voortkomt, maar uit onkunde. Dit maakt het zeker niet makkelijker voor de omgeving om het te verdragen. Iets anders wat je vooral niet moet doen, is de verantwoordelijkheid over nemen. Ik gebruik hierbij vaak het voorbeeld van de spons en de spiegel.

#### **Wat bedoel je met de spons en de spiegel?**

De spons is de persoon die vaak meegaat in de emoties van de persoon met Borderline, die het als het ware opzuigt als een spons. Als ik een stereotiep voorbeeld mag geven, dan zie je dit vaak in een gezin van vader, moeder en een dochter met kenmerken van Borderline. De

moeder neemt vaker onbewust de rol van spons op zich, ze wil alles doen om te voorkomen dat haar dochter in de problemen komt, voelt haar emoties aan en gaat hierin mee. Kan niet begrenzen en neemt verantwoordelijkheden over van haar kind. Voor de dochter is dit fijn, zij kan haar moeder claimen en moeder volgt in wat de dochter doet. Moeder probeert alle problemen voor haar kind op te lossen. Dit werkt echter niet, waardoor de problemen en eisen van de dochter alleen maar extremer worden.

Zo had ik een moeder in behandeling die zelfs niet meer bij een vriendin koffie durfde te gaan drinken omdat haar dochter dit niet wilde. De dochter dreigde met suicide als moeder het huis zou verlaten, al was het maar voor een uurtje en wist de dochter waar ze was en hoe laat ze zou terugkomen. Wat we deze moeder hebben geleerd is om haar dochter te begrenzen en de verantwoordelijkheid terug te leggen bij de dochter. Ook al vlogen de glazen tijdens dat ene uurtje dat moeder bij de vriendin was, door de kamer, moeder heeft geleerd om standvastig te zijn en pas na het afgesproken uur terug naar huis te komen. En dan ook haar dochter te begrenzen door aan te geven dat ze de schade aan de inboedel moest terug betalen.

#### **Wat is dan de rol van de spiegel?**

Als we weer naar bovenstaand voorbeeld kijken, is de spiegel vaak de vader. Deze geeft op een directe manier de grenzen aan, legt de verantwoordelijkheid terug bij de dochter en laat zich niet gek maken. Hij geeft vaak adviezen en kan lomp zijn in de kritiek die hij geeft op het gedrag van de dochter. Dit verhoogt de stress enorm bij de dochter en geeft haar weer de bevestiging: 'zie je wel, ik kan het niet'.

Mensen met een Borderline hebben natuurlijk een voorkeur voor mensen die zich als een spons gedragen. Hier kunnen ze meer mee dan mensen die zich als een spiegel gedragen. Met de spons gaan ze ook graag 'bondjes' aan tegen de spiegel. Het mooiste is natuurlijk als de spiegel soms iets meer sponst en de spons meer spiegelt.

#### **Wat een duidelijk voorbeeld! Tot slot: wat raad je kinderen aan die een ouder hebben met een Borderline Persoonlijkheidsstoornis?**

Ik zou vooral tegen de kinderen willen zeggen: neem de schuld niet op jouw schouders! Je bent niet verantwoordelijk voor het gedrag van je vader of moeder. Zij moeten werken aan het nemen van hun eigen verantwoordelijkheid. De volwassenen moeten vooral het kind ontschuldigen en niet veroordelend over de ouder zijn, hoe moeilijk dit soms ook kan zijn.

Kinderen kunnen de KOPP-training volgen, dit is een training die door de GGZ gegeven wordt en betekent: kinderen van ouders met psychiatrische problematiek.

#### **Wanda, dankjewel voor de uitleg.**

Wil je meer lezen over Borderline? Leestip:





# INNOVATIES XONAR PLEEGZORG

Binnen XONAR zijn we continu bezig met innovatie. Hoe kunnen we onze hulpverlening verbeteren? Hoe kunnen we beter aansluiten bij de wensen en behoeften van onze pleegouders? We nemen u graag mee in een viertal initiatieven die we momenteel aan het onderzoeken of uitvoeren zijn. Vindt u het leuk om hierover mee te denken of meer over te weten? Neem dan contact met ons op via [pleegzorg@xonar.nl](mailto:pleegzorg@xonar.nl)



## Virtual Reality

In het afgelopen jaar heeft XONAR in samenwerking met Entrea Lindenhout en Spirit, collega-pleegzorgorganisatie uit het noorden van het land, diverse virtual reality filmpjes ontwikkeld. Deze filmpjes geven pleegouders in spé een eerste beeld van wat het pleegouderschap inhoudt.



## XONAR App/Digitaal platform

We zijn momenteel aan het onderzoeken of we een digitaal platform gaan ontwikkelen voor onze pleegouders. Dit platform zou geschikt zijn voor het delen van nieuws, documenten en op een laagdrempelige en afgeschermd manier in contact komen met elkaar.



## Traumatraining 2.0

Mede door de twee lockdowns zijn we erachter gekomen dat vele trainingen en bijeenkomsten die we organiseren ook (gedeeltelijk) digitaal kunnen. Ook de traumatraining. We zijn momenteel een vernieuwde traumatraining aan het ontwikkelen, gedeeltelijk fysiek en gedeeltelijke online.



## Vernieuwd levensboek

Pleegkinderen ontvangen een levensboek zodra ze in pleegzorg komen bij XONAR. In dit boek kunnen hun pleegouders, ouders en zij zelf zaken noteren om te onthouden voor later. We zijn het levensboek momenteel in een nieuw jasje aan het gieten.





## 'Ik heb veel meegemaakt maar dat heeft ook veel gebracht'

*Shania (18) over haar roerige jeugd*

Als ik de deur open doe voor Shania, staat daar een vrolijke jonge dame. Ze heeft er zin in. Mooi! Ik ook! Op het eerste oog een gewoon meisje. Maar ik weet dat dat niet zo is. Zij heeft een bijzondere jeugd gehad, een jeugd waarin ze voor een deel opgevoed werd door anderen dan haar eigen ouders. Dit moet haar gevormd hebben tot wie ze nu is. Shania vertelt haar verhaal met verve.

Als Shania geboren wordt, 18 jaar geleden, is haar biologische vader al buiten beeld. De eerste jaren groeit ze op met haar moeder en stiefvader en krijgt ze een halfzus. Maar helaas hebben moeder en stiefvader veel problemen. Zo veel dat, als Shania 12 is, ze met haar moeder en zusje naar een vrouwenopvang gaat. Omdat ze daar helemaal afgeschermd wordt van de buitenwereld,

voelt ze zich helemaal niet fijn op die plek. Haar grote liefde, de paarden, kan ze ook niet zien. Dan biedt Shania's tante aan bij haar te komen wonen.

Al snel komt Shania erachter, dat wonen bij haar tante toch wel anders is dan er op bezoek zijn. Er gelden ineens regels en haar tante neemt ook beslissingen over haar. In de tussentijd krijgt

ze een tweede halfzusje. Ze wil dit graag zien opgroeien, maar vanwege de problemen die er nog steeds zijn tussen haar moeder en stiefvader, probeert haar tante dit te beperken. 'Achteraf begrijpelijk, maar op dat moment vond ik dat moeilijk en verslechterde onze relatie. Ik stelde mezelf achter en trok me terug in mezelf. Wat natuurlijk niet hielp in onze verstandhouding.'

Als Shania 15 is, krijgt ze een lieve vriend. Ze is veel bij hem thuis. Zo veel zelfs dat de moeder van haar vriend voorstelt om bij hen te komen wonen. Daar zegt Shania geen nee tegen en ook Pleegzorg steunt dit. 'Het was daar een stuk vrijer en ik heb er echt een super tijd gehad. Ik kon ook veel tijd aan mijn paard besteden.' Ze woont daar 2 jaar en heeft een goede band met de moeder van haar vriend en zijn broertje. Maar helaas strandt de relatie met haar vriendje en is het beter als ze uit huis gaat.

Dan krijgt ze een nieuwe relatie en ook deze ouders bieden aan bij hen te komen wonen. Daar woont ze nu nog steeds met veel plezier maar ze is wel op zoek naar een ruimte voor zichzelf. Ze is er klaar voor nu. Ze studeert en werkt in de gezondheidszorg. Shania wil graag op de couveuse afdeling gaan werken omdat ze dol is op kinderen. En omdat ze jongere halfzusjes heeft, is ze gewend om te zorgen. Dat ze in de gezondheidszorg beland is, verbaast me niks. Shania: 'ik vind het super mooi werk en ik ben gek op kleine kinderen. Mijn beide zusjes hebben in de couveuse gelegen en toen heb ik van dichtbij meegemaakt hoe waardevol dit werk is.'

Nu bevindt Shania zich in rustiger vaarwater. Ze heeft het goed bij haar vriend thuis, ze heeft veel vriendinnen, eigen inkomsten en kan beter voor

zichzelf zorgen. Ze is heel dankbaar voor alle zorg en hulp die ze heeft gekregen. Ook Xonar heeft haar goed geholpen en ze heeft altijd nog contact met haar pleegzorgwerker. 'Ik heb veel geleerd van mijn kinderjaren en ben opener en sociaal geworden. Ik kan nu goed met problemen omgaan en kan relativeren. Wat mij geholpen heeft, is doelen stellen. Daardoor had ik steeds een reden om door te gaan.' Haar boodschap voor pleeggezinnen is om goed te communiceren met elkaar, te luisteren naar ieders behoeften en je naasten niet te laten zitten. 'Ik voel me gelukkig. Ik heb veel meegemaakt maar dat heeft ook veel gebracht. Ik zie mijn jeugd niet als zwaar, maar misschien dat ik daar anders tegenaan kijk als ik later hopelijk zelf kinderen heb.'

Shania's droom is om een huis te kopen, moeder te worden, een goede baan te hebben en verder te gaan in de paardenwereld. Door alles wat ze meegemaakt heeft, is ze vroeg wijs geworden en maakt ze hele bewuste keuzes. Shania heeft een turbulente jeugd ten goede weten te keren voor zichzelf door door te zetten en positief te blijven. Dat heeft ze knap gedaan. Dat ze maar een voorbeeld voor anderen mag zijn!





# Soms lukt het niet

**Een kind dat (tijdelijk) niet meer thuis kan wonen, gun je het liefst een plek bij een gezin, een stabiele plek om op te groeien totdat het kind weer bij ouders kan gaan wonen of doorgroeit naar een gezamenlijk afgesproken vervolgplek. Soms verloopt een pleegzorgplaatsing niet zoals we hopen. Als een pleegzorgplaatsing ongewenst of ongepland wordt beëindigd, spreken we van een breakdown.**

Een pleegmoeder deelt haar ervaringen met betrekking tot dit onderwerp. Pleegmoeder en haar man zijn al bijna 25 jaar pleegouders. Hun gezin bestaat uit 5 pleegkinderen en 4 eigen kinderen, waarvan sommige kinderen al uitgevlogen zijn. Inmiddels hebben zij al 14 kinderen een warm nest geboden. Vanuit het besef dat veel kinderen extra hulp kunnen gebruiken, hebben zij lange tijd geleden besloten om pleegouder te worden:

*'Om pleegouder te kunnen worden volg je een trainingsprogramma. Tijdens dit programma is er ook aandacht voor het feit dat een traject soms*

*niet loopt zoals je had gehoopt. Totdat je er in de praktijk zelf mee wordt geconfronteerd.....*

*Het is lastig, zo niet bijna onmogelijk om je voor te bereiden op een breakdown. In de loop der tijd lijken de rugzakjes van de kinderen voller en zwaarder te worden, aldus pleegmoeder.*

*Als pleegouders doe je alles om een kind bij jou te laten blijven wonen. Soms ga je hierin als gezin heel ver en heeft dit impact op je gehele gezin. Pleegmoeder kan zich nog alles herinneren als de dag van gisteren. Je groeit naar een punt toe dat het niet meer gaat. Het begon relatief onschuldig, maar plotsklaps ging het heel snel.*

*Stelen en toenemend drugsgebruik maakten dat je op een punt komt dat je een keuze moet maken in het belang van het gehele gezin. Iedereen liep constant op zijn tenen, het was niet meer vol te houden. Je overlegt met iedereen en uiteindelijk hak je de knoop door.*

*Achteraf is meer duidelijk geworden. De problematiek van het kind en de scheiding van zijn broertjes en zusjes worden als de hoofdoorzaak gezien van het beëindigen van het pleegzorgtraject.*

*In een andere situatie waren het ouders die heel erg trokken aan het kind. Het kind was uiteraard loyaal aan ouders en is na een vakantie niet meer teruggekeerd. Omgaan met breakdown, er bestaat geen handleiding voor!*

*Op het moment dat het kind niet meer bij ons woonde, overviel ons een gevoel van teleurstelling. Teleurstelling dat je het kind niet de toekomst kunt geven wat je hem gunt. Ook voor de overige (pleeg)kinderen in het gezin had de beëindiging grote impact.*

*Eerlijkheid duurt het langst en de kinderen verdienen een eerlijke uitleg. Het is belangrijk om als gezin met elkaar in gesprek te blijven.*

*Als een kind niet meer bij je woont, verandert je gezinssamenstelling. Het kost tijd om een nieuw ritme te vinden. Als pleegouder ben je bezorgd over de impact op je kinderen. Je ziet het verdriet en probeert de kinderen te troosten. Zeker als de kinderen geen afscheid hebben kunnen nemen, is de impact groot. En...soms vergeet je jezelf!*

*Je dweilt waar de crisis is! Je tijd wordt volledig in beslag genomen door het proberen op te lossen van de moeilijke situatie.*

*Als het kind niet meer bij je woont volgt soms een dubbel gevoel: opluchting en een gevoel van falen.*

*In weer een andere situatie zagen we de onrust bij een meisje groeien. Uiteindelijk is een mooie oplossing gevonden; voltijd pleegzorg werd deeltijd pleegzorg. Het contact is sterk verbeterd en netwerken zijn blijven bestaan. Er is hulp in de regio gezocht, school en verenigingsleven konden zo blijven doorgaan. Een win-win situatie voor haar en voor het pleeggezin.*

*Als pleegouders moet je oog hebben voor de andere kinderen. Zelf en als gezin ben je toe aan rust. Het is een periode dat je je (tijdelijk) afsluit en als het ritme is hersteld, komt de volgende fase. De begeleider pleegzorg heeft oog voor ieder gezinslid en blijft in contact. Ook het contact met andere pleegouders is helpend.*

*Had ik achteraf anders gehandeld? Nee. Wel een tip; intervisie met collega pleegouders en een gedragswetenschapper lijkt mij zinvol. Ook ben ik nieuwsgierig naar het Mockingbird Family Model, samen sta je sterk.*

*Je koestert de wetenschap dat de tijd dat een pleegkind bij je heeft gewoond, je het kind mooie dingen hebt geboden. De beloning zit in de kleine dingen, pleegzorg is mooi, soms zwaar, maar wat is die glimlach van de kinderen een mooie beloning! Soms lukt het niet.....maar gelukkig vaak wel!*



## Actieonderzoek continuïteit pleegzorg (voorkomen van breakdown)

**De laatste jaren is er landelijk veel aandacht voor het stimuleren van de continuïteit van plaatsingen binnen pleeggezinnen en het voorkomen van breakdown (breakdown is een ongeplande en ongewenste beëindiging van een pleegzorgplaatsing beoordeeld vanuit het belang van het kind).**

In 2020 verbleven er bij XONAR pleegzorg in totaal 780 jeugdigen in een of meerdere pleeggezinnen waarbij in totaal bij 50 jeugdigen sprake is geweest van een breakdown.

Je kunt een breakdown nooit helemaal voorkomen, maar we kunnen wel proberen om dit zoveel als mogelijk te beperken. Daarom is er bij XONAR een werkgroep 'Voorkomen Breakdown' opgericht waaraan diverse pleegzorgmedewerkers deelnemen. Doel van de werkgroep is om te

onderzoeken welke acties we al doen binnen pleegzorg en die we mogelijk kunnen versterken en welke acties we nog kunnen ontwikkelen.

Om breakdown te voorkomen wordt er onderscheid gemaakt tussen de verschillende fases van een pleegzorgplaatsing. Per fase wordt gekeken hoe we kunnen inzetten op een aantal thema's. Dit overzicht is nog niet compleet, maar op de volgende pagina worden wel de belangrijkste zaken genoemd



### Voor de plaatsing

- Denk aan een goede voorbereiding van aspirant pleegouders en het maken van een goede match tussen kind en gezin (bij bestandspleegzorg).
- Zorgen voor een goed onderzoek (screening) bij netwerkpleegouders om de kansen en risico's van de plaatsing goed in kaart te brengen.

### Tijdens de plaatsing

- Zorgen voor een goede begeleiding van het pleeggezin in tijden van toenemende stress
- Investeren in een goede samenwerking tussen ouders en pleegouders.
- Investeren in goede behandelingen voor de kinderen om hetgeen ze hebben meegemaakt te verwerken.
- Extra ondersteuning aan pleegouders bieden door middel van trainingen en lezingen. Ons aanbod wordt dit jaar uitgebreid. Zie hiervoor elders in de Xpeditie.
- Extra ondersteuning aan pleegouders bieden door ze in contact te brengen met ervaren pleegouders (buddy's) en door middel van het Mockingbird Family Model.
- Time-out plekken voor kinderen.
- Aandacht voor de positie en ontwikkeling van eigen kinderen van pleegouders.

### Na de plaatsing (nazorg)

- Wat hebben het kind, de pleegouders en de ouders nodig na het voortijdig afbreken van een plaatsing?
- Goede nazorg bieden.
- Hoe kunnen we het 'sociaal kapitaal' dat het kind in het pleeggezin heeft opgebouwd zoveel mogelijk bewaren voor het kind, met andere woorden: kunnen we voorkomen dat het kind alle sociale contacten verliest die het heeft opgebouwd in het pleeggezin.



## Het Mockingbird Family Model

Het Mockingbird Family Model komt uit Amerika en is een pleegzorgmodel waarin pleeggezinnen samen een netwerk vormen. Spil van het netwerk zijn de Hubhome-ouders, een (voormalig) pleeggezin dat een netwerk vormt met 6 tot 10 andere pleeggezinnen.

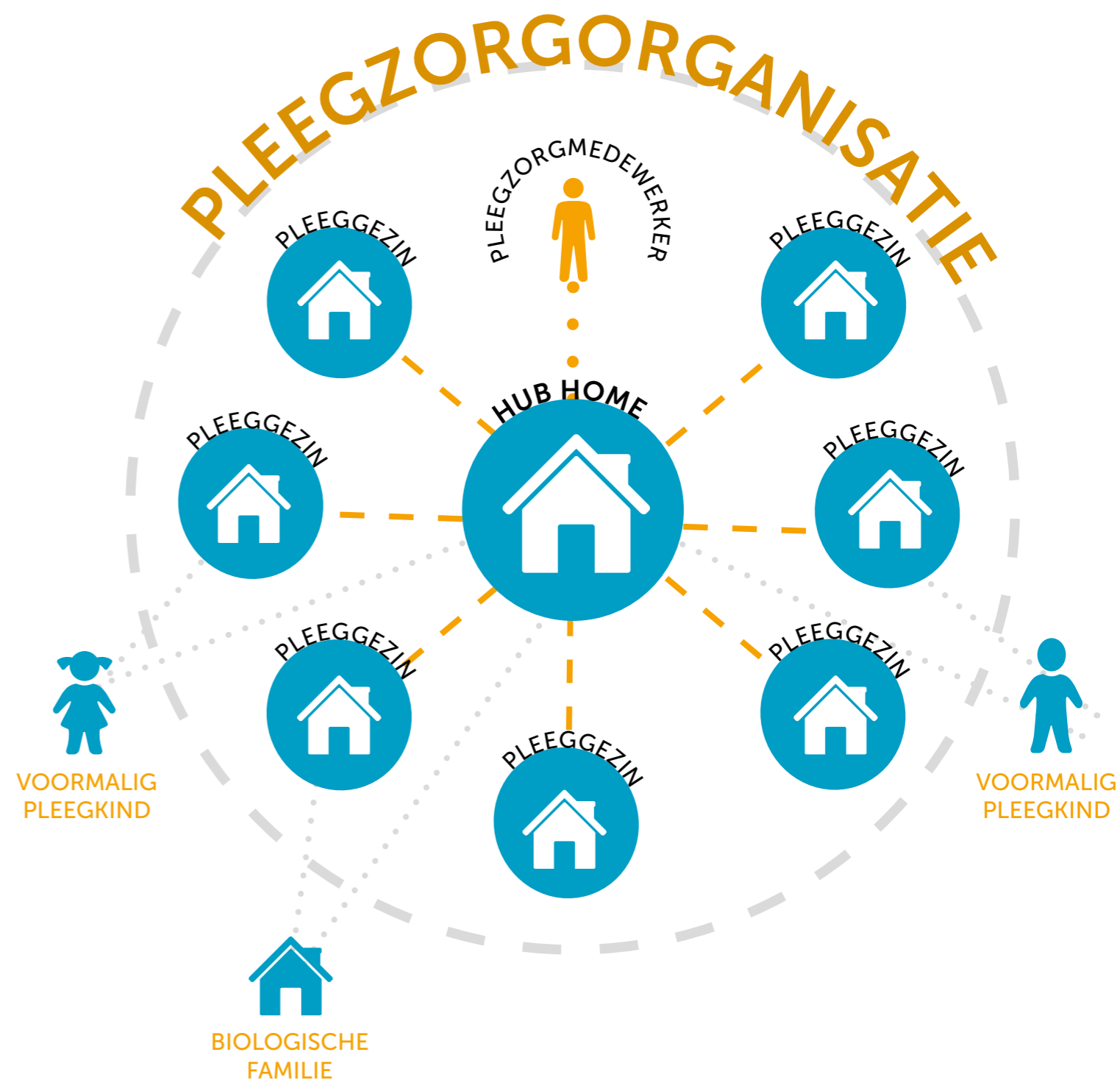
Het netwerk ondersteunt elkaar en onderneemt leuke activiteiten, organiseert trainingen en themabijeenkomsten. De Hubhome-ouders zijn 24 uur per dag beschikbaar voor ondersteuning aan de pleeggezinnen. Het Hubhome heeft twee extra slaapkamers voor kinderen uit de pleeggezinnen. Wanneer er een crisis ontstaat, hoeft een pleegkind niet naar een vreemd gezin, maar kan het opgevangen worden in het Hubhome. Het pleeggezin kan dan even opladen. Ook de omgang met de biologische familie kan hier plaatsvinden. Pleegkinderen vinden in het Mockingbird-netwerk een gevoel van verbinding: ook als ze de pleegzorg verlaten, hebben zij voor altijd een netwerk waar ze op terug kunnen vallen en dat hen richting zelfstandigheid begeleidt.

### Sterke pleeggezinnen met méér ondersteuning

Een liefdevol, stabiel gezin is de allerbelangrijkste voorwaarde om gelukkig op te groeien. Pleegouders hebben grote behoefte aan meer ondersteuning, waaronder praktische steun, scholing, contact met andere pleegouders en de mogelijkheid om af en toe even bij te tanken. De afgelopen jaren zocht de pleegzorgsector naar manieren om pleeggezinnen meer ondersteuning te bieden. Het Mockingbird Family model kan de doorslag betekenen in deze zoektocht, vanwege de volgende kenmerken: Het is een duurzame methode, die voorziet in de behoeften van alle gezinsleden.

Het is toepasbaar in de Nederlandse pleegzorg en er is genoeg ruimte om Nederlandse accenten te leggen (zoals bijvoorbeeld de relaties met biologische families). Het model is wetenschappelijk onderbouwd en sluit aan bij bekende knelpunten en behoeften van Nederlandse pleeggezinnen. De eerste reacties binnen de sector zijn ook veelbelovend: bij een groot deel van de gemeentelijke jeugdregio's en pleegzorgorganisaties is draagvlak voor en enthousiasme over het model. In zowel Engeland (2016 en 2020) als Amerika (2016) zijn de evaluaties positief. Het model heeft een positief effect gehad op het behoud van pleegouders en daarmee op de stabiliteit van pleegzorgplaatsingen.

In Nederland wordt het Mockingbird Family Model de komende jaren verder uitgebouwd. Ook XONAR heeft inmiddels haar interesse kenbaar gemaakt om hieraan mee te doen. Daarnaast blijven we er op inzetten om de andere factoren (die eerder genoemd werden) positief te beïnvloeden om breakdown zo veel als mogelijk te voorkomen.







## De XONAR Kletsplot!

Een leuk spel voor de zomer! De vragen komen uit het Sleutelspel (een spel van Annelies Burger en Martien Vanhaverbeke) een spel voor (pleeg)kinderen en (pleeg)gezinnen. Bespreekbaar maken wat nooit werd gezegd. Het volledige Sleutelspel is te leen via uw begeleider pleegzorg. Hier een leuk voorproefje...

Knip de kaartjes uit en stop ze in een potje. Zo ontstaat er een kletsplot met vragen die onder andere op pleegzorg van toepassing kunnen zijn. Trek om de beurt een kaartje en geef antwoord op de vraag.

Interessante, grappige en wellicht ontroerende gesprekken volgen vanzelf.



Stel dat je plots 1 miljoen euro krijgt.  
Wat doe je er dan mee?

Met wie zou je wel eens een dag willen ruilen?

Ben je wel eens gepest?

Als ik 18 ben dan...

Ik moet huilen van...

Ik mis...

Waar ben jij super trots op?

Wie is er trots op jou?

Wat is je lievelingsplekje in huis?

Welke regel zou er afgeschaft moeten worden?

Met wie praat je het makkelijkst als je problemen hebt?

Wat mag je zelf beslissen?

Mogen mensen weten dat je een pleegkind bent of hebt?

Stel dat je een uitstapje mag maken met je familie, waar gaat dat heen en wie gaat er mee?

Kan je nog iets vertellen over de eerste kennismaking met elkaar?

Met welke vrienden praat je wel eens over pleegzorg?

Zijn er mensen die je nu nooit meer ziet?

Wat is je fijnste herinnering?

Welke vraag zou je eens aan je ouders willen stellen?

Heeft iemand je iets beloofd dat nog niet is gelukt?

Welke foto's moeten in je fotoalbum zitten?

Wie kan jou écht laten lachen?

Noem 3 dingen die jij goed kan?

Wat durf je niet?

Vertel eens over dingen die je samen met je ouders doet?

Ik word helemaal blij van...

Als ik zou doen wat ik zou willen, dan zou ik...

Waar kan jij je echt aan storen bij anderen?

Stel dat je voor de spiegel staat. Wat vind je het mooiste aan je uiterlijk?

Bedenk zelf een vraag...

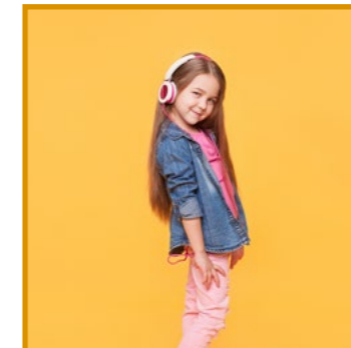




## ZOEKERTJES

Zoekertjes worden ingezet als we voor kinderen die bij XONAR op de wachtlijst staan, op het moment geen geschikt pleeggezin kunnen vinden binnen ons bestand. Wij hopen dat pleegouders, door de omschrijving van de vraag van het kind en de ouders, enthousiast raken en hierdoor overwegen om een extra plekje in hun pleeggezin te bieden. Alle bij XONAR goedgekeurde bestandspleeggezinnen kunnen reageren. Met regelmaat worden deze zoekertjes opgeschoond dus kijk gerust eens op onze site en wie weet kunnen jullie iets betekenen voor een kind! Alle namen en afbeeldingen op onze website zijn vanwege privacyredenen fictief.

Als u wilt reageren op een zoekertje is het goed om eerst met de begeleider pleegzorg te overleggen. Uiteraard kunt u voor vragen en meer uitleg contact met ons opnemen. Uw reactie of vragen zien wij heel graag tegemoet via mail: [pleegzorg@xonar.nl](mailto:pleegzorg@xonar.nl) of via het algemene telefoonnummer: **043-6045555**.



## EEN NIEUW FILMPJE

Collega's Inge en Ans hebben onlangs een mooi filmpje opgenomen over onze zoekertjes. Bekijk het filmpje via de QR code hiernaast. Scan met uw mobiele telefoon. Lukt dit niet? Bezoek dan het filmpje via deze link:

<https://vimeo.com/543499586>





# REGIE - WAT IS DAT?

XONAR is ondanks Covid-19 sinds 2020 gestart met het opzetten van een nieuwe hulpverleningsvorm genaamd Regie. Er is een team opgesteld met 2 regisseurs onder begeleiding van een gedragswetenschapper.

Is de cliënt, ouders, opvoeders of pleeggezin door de vele hulpverleners, het overzicht kwijt? Dan zou het inzetten van een procesregisseur helpend kunnen zijn.

Een regisseur is er voor die (pleeg)gezinnen waar veel hulpverleners betrokken zijn en het voor (pleeg)ouders lastig is om het overzicht te bewaren. De inzet is geschikt voor (pleeg)gezinnen waar er veel aan de hand is en er ook veel moet gebeuren om voor alle gezinsleden de situatie weer te verbeteren/veilig te maken. Het is belangrijk dat iedereen goed samenwerkt volgens het gezinsplan.

De regisseur behoudt het overzicht en zorgt dat alle gezinsleden, maar ook alle hulpverleners precies weten wat er moet gebeuren. Dit om ervoor te zorgen dat er aan alle problemen in een (pleeg)gezin gewerkt wordt.

Het inzetten van een regisseur kan ook helpen wanneer er zich situaties voordoen die neigen naar het inzetten van een route richting het gedwongen kader (een kindbeschermingsmaatregel). Door het inzetten van een regisseur kan een kindbeschermingsmaatregel wellicht voorkomen worden. Een ouder over de hulp vanuit een regisseur:

*'Met een regisseur pak je de zaken samen op, maar toch op eigen kracht. Hiermee krijg je het vertrouwen dat je weet hoe je alles moet aanpakken. Het bracht ons gezin rust op momenten van grote paniek. Rust over het proces, rust over organisaties. Voor mijn gevoel kan ik erop vertrouwen dat er de beste keuzes worden gemaakt. Juist door de goede samenwerking. Ook als iets niet meteen soepel verloopt, dan wordt dat wel weer rechtgetrokken. Doordat wij de rust hebben, mijn ex en ik, kunnen de kinderen ook de rust ervaren. En dat hebben ze nodig.'*

**Meer informatie over deze hulpvorm? Neem dan contact met ons op via [regie@xonar.nl](mailto:regie@xonar.nl).**



# HET IS EEN EER OM VOOR ZO'N LIEVE MEID TE ZORGEN

OP BEZOEK BIJ NICO EN MARIA

**Als de jongste zoon van Nico en Maria bijna 20 is raakt Maria onverwacht zwanger. Dit cadeautje is zeer welkom! Zodra hun dochter Hannah geboren wordt maken de twee zich wel zorgen dat ze op zal groeien als een enig kind, hun andere twee zoons zijn immers al lang uit huis. Zodra Hannah 6 is besluiten ze te starten met pleegzorg.**

Niet lang daarna komt Brittany bij hun in huis. Ze is op dat moment 5 en blijft bijna tien jaar bij het gezin. Ze voelt als een echte zus voor Hannah, die ervan geniet een pleegzusje in huis te hebben. Ook bieden Nico en Maria opvang aan diverse crisis pleegkinderen, waarbij de kinderen gedurende korte tijd bij het gezin verblijven.

Zeven jaar geleden komt Victoria in het gezin, in eerste instantie als crisis pleegkind. Het werd pas na twee jaar duidelijk dat terug naar huis gaan geen optie meer is. Het gezin merkt dat de kleine meid goed bij hun gezin past en daarom besluiten ze met z'n allen te gaan voor langdurige pleegzorg.

*'Victoria is geweldig en ze voelt zich happy bij ons. Dat is het voornaamste. We vinden het ook het beste voor het kind als het bij één pleeggezin kan blijven, het overplaatsen is echt niet goed voor een kind'* aldus Nico en Maria.

## **Begeleide omgang**

Naast hun pleegzorgbegeleider krijgt het gezin ondersteuning vanuit XONAR op het gebied van begeleide omgang. Samen met hun hulpverlener

wordt ervoor gezorgd dat Victoria contact blijft houden met haar vader.

*'Victoria heeft een vader en is er ook dol op. Hij kan alleen niet fulltime voor haar zorgen. In het begin was het aftasten en een beetje lastig qua omgang. Het is fijn dat XONAR helpt bij het onderhouden van contact. Aan onze hulpverlener Hedwig hebben we veel steun. Samen proberen we er alles aan te doen om de ontmoetingen tussen Victoria en haar vader zo vaak en soepel mogelijk te laten verlopen'* vertelt Nico.

Nico is net 72 geworden en vertelt dat Victoria hem en zijn vrouw opa en oma noemt, een titel die ze vol trots dragen. Op de vraag wat ze denken over de toekomst hebben ze een duidelijk antwoord:

*'Je weet nooit wat de toekomst brengt, je weet nooit wat er gebeurt. Wij weten in ieder geval dat we een commitment hebben richting Victoria. We zijn ontzettend dol op haar en zo lang we gezond blijven en het allemaal kan blijft ze gewoon hier. Het is ook gewoon een eer om voor een lieve meid als haar te mogen zorgen'*



# DESKUNDIGHEIDSBEVORDERING VOOR PLEEGOUDERS EN GEZINSHUISOUDERS

Elders in dit blad kunt u lezen over het inzetten van deskundigheidsbevordering voor pleegouders als een van de factoren die we kunnen beïnvloeden om breakdown te voorkomen. Het afgelopen jaar was het niet echt mogelijk om fysiek bij elkaar te komen, maar achter de schermen hebben we niet stil gezeten en hebben we ons aanbod uitgebreid. Hier vindt u ons aanbod.

## AANBOD VOOR HET JONGE KIND

### PIPA (Preventieve Interventie Pleeg- en Adoptieouders)

Deze module wordt vaak ingezet bij de start van een plaatsing waarbij het jonge kind en de pleegouders elkaar nog niet goed kennen. Dit geldt met name voor bestandspleegouders, bij netwerkplaatsingen kennen het kind en de pleegouders elkaar meestal al.

Doel is om de symptomen van het jonge kind die wijzen op stress en/of onveilige gehechtheid te verminderen door in te zetten op de relatie tussen pleegouders en pleegkinderen (0-4 jaar). Hiermee wordt het onveilige hechtingsgedrag zoveel als mogelijk tegen gegaan en leren pleegouders sensitief-responsief te reageren op de signalen van het kind.

### Pittige Jaren

Onze collega's van het Medisch Kleuterdagverblijf in de regio's Heerlen, Maastricht en Sittard bieden meerdere keren per jaar de groepstraining Pittige Jaren aan. Pleegouders die kinderen opvoeden in de leeftijd van 3 tot 8 jaar kunnen hier ook aan meedoen. In de training die bestaat uit meerdere bijeenkomsten komen de volgende onderwerpen aan bod: spelen met het kind, positieve aandacht, aanmoediging en prijzen, beloningen, grenzen stellen, negeren, time-out, kinderen leren problemen oplossen, kinderen leren hun emoties de baas te blijven, kinderen leren omgaan met leeftijdsgenoten en omgaan met veel voorkomend probleemgedrag.

### DOK! (spreek uit als DOKI)

De Dimence Ouder Kind Interventie (DOK!) is opgezet voor het behandelen van een problematische gehechtheidsrelatie tussen (pleeg-) ouders en hun kind in de leeftijd van 1 tot 8 jaar. Doel is het vergroten van een veilige gehechtheidsrelatie. De DOK! bestaat uit 4 basismodules (wat is gehechtheid,

valkuilen en doelen, plezier delen en doelen) en een aantal keuzemodules (nadenken en aandachtig zijn, observeren van je kind, randvoorwaarden van veiligheid, zelfregulatie, troosten en kalmeren, helpen en opletten, zelfvertrouwen als ouder). De DOK! is op vraag individueel in te zetten.

### Sherborne

Sherborne is een bewegingspedagogiek ontwikkeld door Veronica Sherborne gericht op het stimuleren van de ontwikkelingsmogelijkheden van een kind door middel van beweging. Door middel van beweging wordt het zelfvertrouwen (door basisveiligheid in het eigen lichaam), en vertrouwen (door veiligheid in de relatie met anderen) groter gemaakt. Op dit moment zijn we aan het onderzoeken of deze module die al binnen XONAR aanwezig is, ook aangeboden kan worden aan pleegkinderen.

## AANBOD VOOR KINDEREN VAN ALLE LEEFTIJDEN

### Training Zorgen voor Getraumatiseerde Kinderen

Deze groepstraining wordt al enkele jaren aangeboden binnen XONAR pleegzorg en vele pleegouders hebben deze training al gevolgd. De training is een groepstraining en bestaat uit 8 bijeenkomsten. In elke bijeenkomst wordt een onderwerp besproken. Het heeft onze voorkeur dat zoveel mogelijk pleegouders meedoen aan de groepstraining omdat we weten dat het fijn is als pleegouders met elkaar ervaringen kunnen uitwisselen aan de hand van de besproken theorie.

Voor de pleegouders die het niet lukt om naar de groepstraining te komen, gaan we deze training ook individueel aanbieden. We komen dan een aantal keren bij u thuis en gaan aan de hand van filmpjes en gesprekken de belangrijkste onderwerpen van trauma bekijken. Dit aanbod zal na de zomer ingezet kunnen worden.

## AANBOD VOOR OUDERE KINDEREN

### Waakzaam zorgen voor tieners

Deze training is nieuw in ons aanbod en is geschikt voor pleegouders die tieners opvoeden. De training is gebaseerd op de principes van Nieuwe Autoriteit en Geweldloos Verzet.

De training bestaat uit 4 bijeenkomsten van 2,5 uur. In de eerste bijeenkomst wordt ingegaan op het puberbrein en de verandering in gedrag die dit met zich mee brengt. In de tweede bijeenkomst gaan we in op het thema Nieuwe Autoriteit en hoe je als opvoeder een ankerfunctie kunt zijn voor je tiener. In de derde bijeenkomst gaan we kijken naar de 3 niveaus van Waakzame Zorg, waarbij je van gerust, ongerust tot bezorgd kunt gaan. Voor het derde niveau van bezorgdheid bieden we de module Geweldloos Verzet aan. In de 4e bijeenkomst tenslotte bespreken we de interventies die je kunt inzetten als opvoeder naar je tiener. De belangrijkste pijlers van deze training zijn dat pubers aan de ene kant een goede verbinding nodig hebben met hun opvoeders en aan de andere kant begrenzing door diezelfde opvoeders. De opvoeders leren om in hun eigen kracht te blijven staan en zich niet te veel van hun pad af te laten brengen door het soms wisselachtige gedrag van hun tiener (die ook gebukt kan gaan onder zijn eigen puberbrein dat volop in ontwikkeling is).

### Geweldloos Verzet

Een aantal pleegzorgmedewerkers zijn getraind in Geweldloos Verzet en kunnen op vraag ingezet worden in het pleeggezin om pleegouders te ondersteunen vanuit kracht weerstand te bieden aan agressief en ongewenst gedrag van hun pleegkind (vanaf 8 jaar). Naast het bieden van verzet wordt ingestoken op het versterken van de onderlinge relatie (relatiegebaren) en het inzetten van een supportersnetwerk.

### Vlaggensysteem: omgaan met seksueel (grensoverschrijdend) gedrag van kinderen en jongeren

Elk kind en elke jongere maakt een seksuele ontwikkeling door. Wordt u in uw pleeggezin geconfronteerd met moeilijke situaties en weet u niet goed hoe u hiermee kunt omgaan? We kunnen op vraag bij u langskomen om samen met u te kijken naar jullie thuissituatie. We reiken tools aan om dit gedrag te bekijken en hier adequaat op te reageren.

## AANBOD VOOR PLEEGGROOTOUDERS

### GRIP:

Een ondersteuningsprogramma speciaal voor Pleeg grootouders. Het programma bestaat uit een 8-tal bijeenkomsten, die 1 keer per maand plaatsvinden. In de groep is plek voor 12 pleeg grootouders. Het heeft de voorkeur als een koppel samen komt. Een alleenstaande pleeg grootouder mag een steunfiguur meenemen.

Elke groepssessie behandelt een specifiek thema die pleeg grootouders tegen kunnen komen bij het opvoeden van hun kleinkind, zoals loyaliteit, opvoeding en pedagogische vaardigheden, gedeeld ouderschap, aanvaarding van de pleegzorgsituatie en het pleeg grootouderschap, gezondheid en bezorgdheid over de toekomst, maar ook de balans zoeken tussen beschermen en overbeschermen. Een bijeenkomst duurt ongeveer 4 tot 5 uur en vindt plaats volgens een vaste structuur. We beginnen met een verwelkoming waarbij de deelnemers de ruimte krijgen om informeel te praten met elkaar. Vervolgens wordt er een kort rondje gedaan, waarin de pleeg grootouders, indien ze dit wensen, iets kunnen delen met de groep, bijvoorbeeld recente gebeurtenissen die zich hebben voorgedaan. Vervolgens wordt psycho-educatie gegeven over een specifiek thema. Hierna wordt ingegaan op een casus die door een van de deelnemers of door de trainers wordt ingebracht. Daarna volgt een gezamenlijke lunch waarbij de pleeg grootouders onder het genot van een broodje de kans krijgen om ervaringen en informatie met elkaar uit te wisselen. Tenslotte wordt de bijeenkomst afgerond met een bepaalde vraag die gesteld wordt aan de pleeg grootouders.

De bijeenkomsten zullen onder schooltijd plaatsvinden, zodat u genoeg tijd heeft om uw kleinkind naar school te brengen en op te halen. In de agenda in dit blad kunt u de datums van de bijeenkomsten zien.

**Wilt u zich aanmelden voor een training of heeft u vragen? Mail naar [pleegzorg@xonar.nl](mailto:pleegzorg@xonar.nl) of neem contact op met Rachel Lemlijn 06-538 21 665 van Pleegzorg-VSM.**



# COLUMN VAN EEN PLEEGMOEDER



## OVERSTROMING

Eigenlijk had deze column allang geschreven en bij de redactie ingediend moeten zijn. En wilde ik dit vandaag alsnog rustig – met een kop koffie – op ons terras gaan doen.

Maar een fikse regenbui en een overbelaste riolering veranderde de planning. Dankzij een ondergelopen kelder heb ik net met een aantal (pleeg)kinderen uren water geschept, gedweild, taken verdeeld en hulp ingeschakeld.

Pleegkind X vond het maar wat leuk en spannend!! Dochter L hielp mee waar ze kon en werkte keihard. Pleegdochter A (19) belde net op het verkeerde moment over haar verhuizing. Mijn man was met drie (pleeg)kinderen op pad en niet bereikbaar. Dochter C moest gaan werken. En pleegdochter W (17 jaar) werkte pas mee toen ik een stevige preek had gehouden over 'hier wonen' en 'hier thuis zijn, voor hoe lang het ook mag duren' en meehelpen is heel gewoon'.

En onder het dweilen, water-stofzuigen en opruimen had ik alle tijd om na te denken. Geen enkel kind wordt geboren met het idee om 'later pleegkind te worden', het is niet hun 'thuis' en 'meehelpen' is lang niet altijd gewoon. En onze taak als pleegouders is ook lang niet altijd makkelijk. Vaak heb ik het idee dat ik – behalve pleegmoeder, moeder, vrouw, echtgenote – ook nog koorddanser ben.

Aan de ene kant proberen we zoveel mogelijk over het verleden van een pleegkind te weten te komen: om het gedrag beter te kunnen plaatsen en begrip te kweken bij de andere (pleeg)kinderen in ons huis. En aan de andere kant zien wij het ook als onze taak om

al onze (pleeg)kinderen te helpen en te begeleiden naar een eigen toekomst. Om ze te helpen en te laten inzien wie ze zijn en wat ieder zo uniek en bijzonder maakt. Dat ze geliefd zijn – met al hun bagage, hun dromen en wensen en hun 'ik-zijn'.

Een aantal weken geleden kwam vanuit een crisissituatie een bijna 17 jarig meisje hier wonen. Vlak voor haar eindexamen. Wij hebben naar haar geluisterd, geprobeerd het haar zo makkelijk mogelijk te maken hier, haar getroost. Maar ook heel veel gesprekken samen gevoerd over haar toekomst en haar gemotiveerd en bemoedigd. Haar geprobeerd ervan te overtuigen om niet in het verleden te blijven hangen, maar vooral naar haar eigen toekomst te kijken.

En nu is ze geslaagd... ! Wow, wat zijn we trots op haar en ook op onze andere pleegdochter – ook geslaagd!! Weer een stap verder in hun eigen toekomst, in hun eigen leven, op naar hun eigen zelfstandigheid. Iets wat we iedereen zo hard gunnen!

En in de tussentijd – tussen het heden en de toekomst – houden wij van al 'onze' (pleeg-) kinderen, wonen ze hier, bieden wij iedereen een 'thuis' en moeten ze ook gewoon af en toe meehelpen (en hopelijk niet al te vaak water opdweilen ;)).

**Kathrin Kramer**  
*(Pleeg)moeder van drie eigen kinderen, een ex-pleegdochter, drie voltijd pleegkinderen, een weekend pleegdochter en soms nog crisispleegkinderen.*

# EEN DAGJE MEELOPEN MET... GEZINSHUIS BERGERZON

Deze keer mag ik een dagje meelopen met Daniëlle en haar man Ingo, zij zijn gezinshuisouders en wonen samen met hun drie eigen kinderen (24, 21 en 18 jaar oud) en zes gezinshuiskinderen (16, 14, 13, 7 en een zus en broertje van 8 en 2 jaar oud) in een tot woonhuis verbouwde gymzaal in Berg en Terblijt. Het is geregeld gezellig druk in het gezin en ook hun inmiddels volwassen pleegdochter (29) komt nog steeds regelmatig langs. Hun oudste zoon woont op zichzelf in het aangrenzende appartement. Daniëlle en Ingo hadden al jarenlange ervaring met pleegzorg toen zij op 1-1-2014 gezinshuisouders werden en Daniëlle was werkzaam als zorg coördinator. Deze ervaringen komen goed van pas in het werken als gezinshuisouders. Ook is er een stagiair aanwezig in het gezinshuis die door de gezinshuisouders begeleid wordt. Massimo komt iedere woensdag en donderdag meedraaien in het gezin vanuit de opleiding MBO 4 specifieke doelgroepen. Daniëlle is naast de werkzaamheden in het gezin ook mantelzorger voor haar moeder. Zij bezoekt haar dagelijks en brengt haar de warme maaltijd of ze komt een hapje mee-eten in het gezin. De kinderen én Daniëlle 's moeder vinden dit erg gezellig. Samen met Daniëlle en Ingo loop ik een voor hen typische dag mee.

### 06.00 uur

De dag begint vroeg in huize Bergerzon, een van de meiden die in België naar school gaat moet vroeg de deur uit en staat mee op. Daniëlle zorgt ervoor dat de tassen van alle kinderen klaarstaan en dekt de ontbijttafel. Sommige kinderen krijgen medicatie en ook dat moet klaargemaakt worden om mee te nemen naar school.

### 06.50 uur

De eerste vertrekt naar school, met de fiets of met de bus naar het treinstation in Maastricht en van daaruit met de bus naar België. De andere kinderen druppelen vervolgens een voor een binnen voor het ontbijt.



**07.30 uur**

De jongste wordt wakker en meldt zich. Daniëlle legt uit dat hele jonge kinderen normaal gesproken niet in een gezinshuis terecht komen. Voor dit jongetje is een uitzondering gemaakt omdat zijn oudere zus al bij hen verbleef en zo de kinderen samen konden opgroeien.

Rond deze tijd draaien de wasmachines al op volle toeren, standaard zijn er 6 wasjes per dag die tussen de bedrijven door gedaan worden. En op de dag dat het beddengoed gedaan wordt zijn dat er nog veel meer. Het is dan ook geen overbodige luxe om twee wasmachines te hebben!

**08.00 uur**

De tassen met tussendoortjes en lunchtrommels staan klaar en de haren worden in de gel gedaan zodat iedereen netjes de deur uit kan. Nog even aan de gymtassen denken en dan vertrekt iedereen. Eigenlijk net zoals in een 'gewoon' gezin maar dan ongeveer het driedubbele.

De kinderen die naar de lagere school gaan worden door Ingo met de auto gebracht omdat deze niet in het dorp ligt. Ingo en Daniëlle kiezen ervoor om de kinderen altijd zelf te brengen en te halen zodat ze niet met de taxi/schoolvervoer hoeven. Op deze manier hoeven ze niet zolang in een busje te zitten en het is voor de kinderen veel rustiger.

**08.30 uur**

De kleinste wordt naar de peuterspeelzaal gebracht en Daniëlle rijdt door naar de locatie van XONAR in Maastricht. Er staat een lange ochtend vol met overleggen (RTO) rond twee van de zes kinderen gepland.

**09.00 uur**

RTO met de gezinsvoogd van Bureau Jeugdzorg, Bea de begeleider van XONAR en Mara, de gedragswetenschapper die vanuit XONAR verbonden is aan de gezinshuizen. Massimo, de stagiair sluit ook aan bij het overleg. Daniëlle heeft het zo gepland dat tussen 09.00 en 12.30 uur alle hulpverleners die verbonden zijn aan deze twee kinderen op een bepaalde tijd aan de beurt komen om hun deel van de hulpverlening te evalueren. BJZ, Bea en Mara blijven gedurende de hele ochtend aanwezig. Een hele logistieke planning want Anacare, dagbehandeling Xtra en Hai-5 komen aan bod. Daniëlle plant het bewust op deze manier zodat de privacy van de kinderen gewaarborgd blijft. Daniëlle: "niet iedereen hoeft alle ins en outs van deze kinderen te weten om zijn of haar deel van de hulpverlening goed uit te kunnen voeren, de privacy van de kinderen vinden we heel belangrijk en daar gaan we zorgvuldig mee om."

**13.00 uur**

Weer terug naar huis om te rapporteren wat er deze ochtend allemaal besproken is. Gezinshuisouders

houden zelf alle rapportages van de kinderen bij. Ingo heeft ondertussen de kleinste telg van de peuterspeelzaal gehaald en samen met hem geluncht. Hij heeft vanochtend klussen in en rond het huis gedaan, iets wat goed opschiet wanneer iedereen naar school is.

**14.15 uur**

Ingo vertrekt weer om de kinderen uit school te halen. Daniëlle is bezig met de administratie. Want naast kindrapportages moet er ook een hele administratie bijgehouden worden, zo moeten bijvoorbeeld de bonnen van alle aankopen geboekt worden, mails beantwoord en aanwezigheid van de kinderen bijgewerkt worden. Het is een kant van het ondernemerschap die vaak onderschat wordt door mensen. De stagiair doet ondertussen nog een paar boodschappen voor het avondeten. Hij heeft in overleg met de kinderen bekeken wat er die dag gegeten wordt en vanavond is dat pizza!

**15.30 uur**

Een van de kinderen is naar de dagbehandeling Xtra en Ingo brengt een ander kind weg voor het bezoekje aan zijn moeder. Daniëlle en Ingo vinden het heel erg belangrijk dat de kinderen een goed contact met hun ouders hebben. En zelf willen ze ook oprecht en open in contact zijn met de ouders van de kinderen waar zij voor zorgen. Het zijn en blijven de ouders, dat is ook de reden waarom zij door de kinderen Daniëlle en Ingo genoemd willen worden.

**15.45 uur**

Bea, de begeleider van XONAR komt langs voor het groepsgesprek. Een keer per 3 maanden plant ze een gesprek met het hele gezin, of wie er dan aanwezig is. De ene keer wordt er gewoon informeel gekletst, de andere keer worden er meer serieuze zaken besproken die iedereen aangaan. Altijd onder het genot van een kopje thee en een koekje.

**16.30 uur**

Massimo zet alles klaar om de pizza's te maken en bakt alvast de shoarma om op de pizza te doen. De een wil natuurlijk wat anders op zijn pizza dan de ander en er is keuze genoeg. Een van de kinderen dekt de tafel.





**17.30 uur**

Aaaaaaan taaaafel....er wordt samen aan tafel gegeten, over het algemeen altijd een prettige, soms drukke boel. Iedereen belegt zijn eigen pizza en met drie pizzamakers (soort bakovens) gaat het in een rap tempo. Alles is in meervoud in huis, er zijn o.a. ook drie ijskasten.

**18.00 uur**

De eerste gaat van tafel in verband met dansles, een kwartiertje later brengt Ingo een van de jongens naar de voetbal. Wat volgt is een sportieve avond, want er gaat er nog eentje dansen en de anderen moeten weer opgehaald worden. En al dat sporten brengt natuurlijk weer wat extra was met zich mee. Daniëlle blijft thuis en stofzuigt snel even. Iedere dag wordt er gestofzuigd en tussendoor is er genoeg op te ruimen. Twee kinderen hebben corvee en ruimen de tafel af.

**19.00 uur**

Het bad- en bedritueel begint voor de jongsten. Dit is altijd één op één om ieder kind lekker rustig en met alle aandacht in bed te leggen. Ook hier ondersteunt de stagiair. Op sommige momenten helpen ook de meiden van 16 en 14 een handje mee door even een verhaaltje te vertellen of een van de kleintjes bij zich te pakken. Dat is een van de voordelen van een groot gezin. Ondertussen is het bezoek van een van de jongens aan zijn moeder afgelopen en wordt hij teruggebracht, Daniëlle maakt even tijd voor een praatje en vraagt wat hij gedaan heeft.

**20.00 uur**

De jongere kinderen liggen in bed en de pubers komen beneden en kijken samen GTST. Natuurlijk met wat lekkers erbij en wat te drinken.

**22.30 uur**

Iedereen is naar zijn of haar kamer om te gaan slapen, maar de dag is voor deze gezinshuisouders nog niet voorbij. Eerst nog even kijken of er genoeg brood voor de volgende dag is. Schrik niet, ongeveer 16 broden per week en 2 zakken broodjes per dag gaan er doorheen. En iedere zaterdag worden er verse harde broodjes gehaald bij de bakker. Als de afwasmachine dan voor de laatste keer die dag is uit- en ingeruimd en een restje kantoorwerk is afgehandeld loopt ook deze dag ten einde voor Daniëlle en Ingo.

**Op de vraag aan Daniëlle en Ingo wat het leukste is van hun werk geven ze aan dat ze het fijn vinden om kinderen een zo gewoon mogelijk thuis te bieden. Vriendjes, vriendinnetjes zijn welkom om te spelen, mee te eten en te logeren. Daarnaast benoemen ze dat hier ook bij hoort dat de kinderen weten wie hun ouders zijn en banden onderhouden met hun eigen familie. Dat geeft deze gezinshuisouders energie!**

**OVER GEZINSHUISOUDERS**

Als gezinshuisouder bied je een veilig thuis aan uithuisgeplaatste kinderen. Vaak zijn dit kinderen die daarvoor al op verschillende plekken hebben gewoond. Bijvoorbeeld in een leefgroep of pleeggezin. En die daar door de complexiteit van hun persoonlijke problematiek niet konden blijven. In een gezinshuis kunnen deze kinderen tóch in een gezinssituatie opgroeien, maar dan onder continue professionele en liefdevolle begeleiding van de gezinshuisouders. Als je ervoor kiest om gezinshuisouder te worden, wordt dit namelijk je baan, waardoor je 24/7 beschikbaar kunt zijn.

Meer informatie over gezinshuisouder worden bij XONAR: [gezinshuizen@xonar.nl](mailto:gezinshuizen@xonar.nl)



## RUIMTE IN HART EN HUIS

OP BEZOEK BIJ BASMA

**Pleegouder bij een pleegzorgorganisatie uit het noorden van het land, werkzaam bij de NVP en tevens communitymanager bij Pleegzorg.nl, ervaringsdeskundige en professional. Ruimte in hart en huis maakte dat Basma en haar man ruim drie jaar geleden besloten om bestandspleeggezin te worden. Maar het zaadje werd al jaren eerder geplant toen het weekje logeren van een nichtje resulteerde in een tweejarig netwerkpleegouderschap. Het gezin twijfelde al langer over het wel of niet pleegouder worden. Toen echter binnen de familie een situatie ontstond waarbij opvang voor een nichtje nodig was, was er geen tijd meer voor twijfel!**

Basma kijkt terug op een mooie maar ook pittige tijd: 'Het was soms best heftig; samenwerken met je familie en alle emoties die dan gaan meespelen, dat is soms heel zwaar'.

*Hierna volgde een pauze van ruim een jaar. 'Hierin hadden we tijd om terug te kijken en de balans op te maken', vertelt Basma.*

Pleegzorg biedt je vooral vanuit je hart. Je wilt een kind graag een stabiele plek bieden. Basma en haar man wilden heel graag iets voor de maatschappij betekenen, dus melden ze zich aan

om bestandpleegouder te worden. Waardevol was de training die gegeven werd door de pleegzorgorganisatie:

*'Maar ze hadden ons ook een beetje bang gemaakt. Het scheppen van een realistisch beeld is goed, maar soms was ik een beetje geschokt door de heftige casussen die werden gedeeld.'*

Inmiddels wonen twee kinderen bij Basma en haar man. Eerst was er een jongetje en ruim een jaar later kwam zijn zusje het gezin uitbreiden.

*'We wilden graag dat broer en zus bij elkaar konden wonen, maar toen was ons huis te klein. Toen zijn we maar verhuisd', aldus Basma.*

Dit toont de praktische karakters van Basma en haar man. Basma werkte al een aantal jaren als communitymanager bij Nieren.nl, een functie die ze met veel plezier heeft uitgeoefend. Als pleegouder was zo ook lid van de Nederlandse Vereniging voor Pleeggezinnen. Toen er een vacature kwam als community manager bij de NVP en Pleegzorg.nl was de keuze voor deze ervaringsdeskundige en professional snel gemaakt.

Sinds maart werkt Basma voor Pleegzorg.nl. Dit is een platform voor pleegouders waar je heel veel informatie kunt vinden over pleegzorg, online trainingen kunt volgen, informatie kunt vinden over opleidingen en andere pleegouders kunt ontmoeten.

Als communitymanager ben je een soort beheerder. Je draagt zorg voor een mooie (online) omgeving waarin pleegouders een grote stem hebben. Dit doe je samen met een aantal vrijwilligers (moderatoren). Dit zijn ook veelal pleegouders. Zij zijn een soort gastheer/vrouw die je welkom heten op het platform en op weg helpen in de community.

De bedoeling van de besloten community is dat pleegouders open en eerlijke verhalen kunnen vertellen of vragen kunnen stellen. Er worden veel praktische vragen gesteld, pleegouders willen ook vaak hun ervaringen delen. Dit zijn soms emotionele ervaringen. De reacties van andere pleegouders zijn helpend maar ook troostend.

Er is veel herkenning, de toon is meestal niet zwaar en vele tips worden gedeeld. De besloten community betekent dat alleen pleegouders

worden toegelaten. Dit wordt gecontroleerd bij de pleegzorgorganisatie.

Er zijn duidelijke verschillen met bijvoorbeeld een facebook groep. Bij pleegzorg.nl zijn jouw gegevens gegarandeerd veilig. Je weet dat de deelnemers 'echte' pleegouders zijn en dat er een team is dat zorgt dat alle informatie actueel blijft.

Binnen de community kun je bijvoorbeeld een gesprek starten maar ook reageren op gesprekken en verhalen, zelf een verhaal schrijven en kijken bij profielen. Je kan via de profielen contact zoeken met pleegouders uit je regio of contact zoeken met pleegouders met dezelfde vorm van pleegzorg.

Ook is het mogelijk om privé berichten te sturen. Je privacy is gegarandeerd. Basma vertelt:

*'We willen met z'n allen dat pleeggezinnen en (pleeg) kinderen hier beter van worden. Pleegzorg vanuit je hart is goed, maar deskundigheid is ook nodig.'*

Binnen de community is plek voor allebei. Basma roept alle pleegouders op zich aan te melden voor de community:

*'Waarom zou je het niet proberen? Wees nieuwsgierig, kijk wat er is.'*

**Ben je nieuwsgierig  
geworden of heb je vragen?  
Mail naar  
community@pleegzorg.nl**



# HET RECEPT VAN...



Een letterlijk kijkje in de keuken bij een pleegzorg medewerker. In deze rubriek deelt deze persoon namelijk een van zijn of haar lievelingsrecepten of meest speciale recepten met u. Deze keer is dat pleegzorgbegeleider Cora Aussems met een wel heel bijzonder recept!

## Leuk zomerrecept: een eetbare fidget spinner maken

Haal de frontjes van de kogellager er voorzichtig vanaf met een mes. Leg de lager in een sopje met afwasmiddel en ontvet de binnenkant door hem goed schoon te schrobben met een tandenborstel. Laat de kogellager daarna goed drogen.

Smelt de chocolade. Om ervoor te zorgen dat hij straks weer goed hard en glanzend wordt, moet je hem temperen. Ik heb dat gedaan volgens de 'ent-methode'; door 2/3 van de chocolade te smelten boven heel zacht vuur. Daarna heb ik de pan van het vuur gehaald en de overige 1/3 chocola er doorheen geroerd.

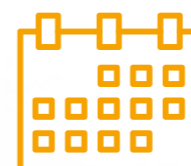
Vet je spinner vorm in met een beetje boter of bakspray.

Leg de kogellager in het midden van de mal en schop de gesmolten chocola er voorzichtig met een klein lepeltje omheen.

Ik heb de spinner versierd door op alle drie de uiteindes een smartie te leggen en er sprinkles overheen te strooien.

Laat de spinner uitharden. Na ongeveer een kwartiertje in de koelkast is de chocola gestold. Druk de chocolade spinner nu voorzichtig uit de mal en hij is klaar!

Veel plezier en smakelijk!



# AGENDA

## INFORMATIEBIJENKOMSTEN VOOR BELANGSTELLENDE IN HET PLEEGOUDERSCHAP

Maandag 13 september van 19.30-21.30 uur

Locatie: XONAR, Onderste Sittarderweg 2 te Limbricht

Dinsdag 2 november van 19.30-21.30 uur

Locatie: XONAR, Heerlerbaan 142 te Heerlen

Woensdag 15 december van 19.30-21.30 uur

Locatie: XONAR, Severenstraat 16 te Maastricht

Kent u iemand die interesse heeft in het pleegouderschap? Verwijs hem/haar gerust naar de website van XONAR en naar bovenstaande informatiebijeenkomsten.

Deze datums zijn onder voorbehoud. Mocht het niet mogelijk zijn om de informatiebijeenkomsten live te laten doorgaan, kunt u altijd een webinar volgen dat we hebben opgenomen. Daarnaast zullen we op een andere

manier met u in contact treden om u van informatie te voorzien en uw vragen te beantwoorden.

**Aanmelden voor de  
informatiebijeenkomsten  
kan via onze website.**

## DESKUNDIGHEIDSBEVORDERING

XONAR pleegzorg vindt het zeer belangrijk om u te ondersteunen in het bevorderen van uw deskundigheid. Ook in het najaar van 2021 hebben we weer een uitgebreid pakket aan cursussen, trainingen en lezingen die we aanbieden. Onderstaand een greep uit ons aanbod, houd voor het actuele aanbod ook de nieuwsbrief en onze website in de gaten.

### TRAINING STIP

In het najaar van 2021 start weer een nieuwe STIP-training voor aspirant-pleegouders. Het STIP-voorbereidingsprogramma is gericht op voorbereiding en selectie. Ook wordt na deelname duidelijk welke vorm van pleegzorg voor u en uw gezin het meest geschikt is.

### TRAINING GRIP (GROOTOUDERS IN PLEEGZORG)

Door corona hebben we deze training een jaar moeten uitstellen, maar nu gaan wij ermee beginnen. Dit programma is alleen voor grootouders die pleegouder zijn voor hun kleinkind. Het is de bedoeling dat u naar alle bijeenkomsten komt.

De bijeenkomsten vinden plaats op:

- Vrijdag 19 november 2021
- Vrijdag 17 december 2021
- Vrijdag 14 januari 2022
- Vrijdag 11 februari 2022
- Vrijdag 11 maart 2022
- Vrijdag 15 april 2022
- Vrijdag 20 mei 2022
- Vrijdag 17 juni 2022

De bijeenkomsten vinden plaats op de locatie van XONAR aan de Heerlerbaan 142 te Heerlen. We beginnen om 9.30 uur en stoppen uiterlijk om 14.00 uur. Wij zorgen voor een lunch. Er is plek voor 12 deelnemers.

### TRAINING ZORGEN VOOR GETRAUMATISEERDE KINDEREN

Ook dit najaar starten we weer met een groepstraining Zorgen voor getraumatiseerde kinderen. De training zal plaatsvinden op de volgende datums. Het is de bedoeling dat u alle 8 bijeenkomsten volgt.

- Woensdag 29 september 2021

- Woensdag 13 oktober 2021
- Woensdag 10 november 2021
- Woensdag 17 november 2021
- Woensdag 24 november 2021
- Woensdag 8 december 2021
- Woensdag 22 december 2021
- Woensdag 12 januari 2022

De bijeenkomsten vinden plaats op de locatie van XONAR aan de Heerlerbaan 142 te Heerlen. Alle bijeenkomsten beginnen om 9.30 uur en duren tot 12.00 uur. Indien u dan in tijdnood komt om de kinderen uit school te halen, kan er ook om 11.45 uur gestopt worden. We zullen dit in de eerste bijeenkomst samen bekijken. Er is plek voor 12 deelnemers.

### TRAINING WAAKZAAM ZORGEN VOOR TIENERS

Gebaseerd op de principes van Nieuwe Autoriteit en Geweldloos Verzet

We starten met een nieuwe training voor pleegouders van tieners. De training bestaat uit 4 bijeenkomsten. We hebben een reserve bijeenkomst gepland (nummer 5) voor als dit nodig mocht blijken te zijn.

De bijeenkomsten vinden plaats op:

- Vrijdag 24 september 2021
- Vrijdag 8 oktober 2021
- Vrijdag 22 oktober 2021
- Vrijdag 12 november 2021
- Vrijdag 26 november 2021 (reservedatum)

Alle bijeenkomsten beginnen om 9.30 uur en duren tot 12.00 uur. De bijeenkomsten vinden plaats op de locatie van XONAR aan de Heerlerbaan 142 te Heerlen. Er is plek voor 12 deelnemers.

Voor informatie over of aanmelding voor alle in deze agenda genoemde activiteiten kan contact met ons opgenomen worden door een mail te sturen naar [pleegzorg@xonar.nl](mailto:pleegzorg@xonar.nl) of te bellen naar het algemene nummer van XONAR (043-604 55 55) en te vragen naar een medewerker van VSM (pleegzorg).



## BEREIKBAARHEID XONAR TIJDENS KANTOORTIJDEN

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  
Onderste Sittarderweg 2  
6141 AZ Limbricht

t. 043 - 604 55 55 / [pleegzorg@xonar.nl](mailto:pleegzorg@xonar.nl)

## BEREIKBAARHEID XONAR BUITEN KANTOORTIJDEN

### Bereikbaarheidsdienst

Ontstaat er buiten onze kantooruren een crisissituatie in uw pleeggezin waarbij u een hulpverlener van XONAR wilt raadplegen? Belt u dan met onze bereikbaarheidsdienst:

t. 043 - 604 59 09

## MAX DEPOT - MATERIALEN AANBOD XONAR

Voor kostenloze uitleen van baby- en kinderbenodigdheden.

**Openingstijden:** elke dinsdag en donderdag van 09.30 - 11.30 uur en  
daarbuiten enkel voor crisisplaatsing op afspraak.

**Locatie:** Severenstraat 16  
6225 AR Maastricht

**E-mail:** [pleegzorg@xonar.nl](mailto:pleegzorg@xonar.nl)

**Telefoon:** 06 - 12 04 51 95  
06 - 24 72 69 78