



LAAT JE KENNEN

VERHALEN

Colofon

© SPECTRUM partner met elan, december 2017 / januari 2018

Eindredactie

Anja van de Boer en Henriëtte Neuijen

Vormgeving

Jasper Giljam

Beeldmateriaal

Jasper Giljam en Creativeline (p. 9)

Drukwerk

Media Mail

Deze uitgave is gedrukt op papier met FSC keurmerk.

Speciale dank gaat uit naar de geïnterviewden. Zij zijn zo moedig geweest hun persoonlijke verhaal met ons te delen.

Spectrum maakt deel uit van de Leefbaarheidsalliantie Gelderland.

SPECTRUM
partner met elan.



Inhoudsopgave

Inleiding	5
Wat ben jij toch een vrolijke meid	6
Dat is geen blauw, dat is lichtblauw	9
Ik wil ook iets bieden, niet alleen vragen	12
Daar sta je dan	15
Dit kind heeft ons nodig	18
Rustig blijven ook al kook je van binnen	21
Ik kijk niet meer naar het gras van de burens	24
Het liefst had ik mijn dochters zelf voorgelezen	27
Ik maak mijn eigen boodschappenlijstje	30

Inleiding: 'laat je kennen'

"Ik ben een hele flinke meid, ik wandel iedere dag. Een padvindster vol vrolijkheid, altijd met een blijde lach." Elly Nieman zong dit liedje in 1966. Een ironisch levensverhaal, maar de padvindster geeft niet op. Want de akela zegt 'klagen helpt niet, zet je er overheen!' Regels om voor je uit te neuriën als de moed je in de schoenen zakt. Hup joh, even doorzetten.

De mensen die in deze bundel hun verhaal vertellen, hebben dat ieder op hun manier al heel vaak gedaan. Te vaak soms. Doorzetten. Tandem op elkaar. Laat je niet kennen.

Wij vroegen hen zich wél te laten kennen. Dat vonden de meesten maar moeilijk. Ze aarzelden of ze wel mee wilden werken. Omdat ze hun verhaal niet bijzonder vinden, last hebben van schuldgevoel, zich schamen voor hun situatie. Anderen zijn onzeker geworden, of hebben zichzelf geleerd de stoere schijn op te houden. En enkelen vonden het juist fijn, omdat hun situatie vaak afgedaan wordt als onbelangrijk of als een luxeprobleem.

Zelfredzaam is in een paar jaar een gevleugeld woord geworden. Het veelgebruikte 'in je kracht staan' haalt nu al de top tien van irritante uitdrukkingen. Een gevoel van regie over je eigen leven is fijn. Het geeft je grip. Maar zelfredzaamheid als ideaal slaat soms een beetje door. En dan lijkt hulp vragen een teken van zwakte. Staat hulp bieden gelijk met pampieren. In dat opzicht is het systeem streng; je moet het allemaal maar kunnen. Ook op momenten dat de stress groot is, of iemand het tijdelijk niet alleen aankan. Het systeem mag ook best wat flexibeler, met meer creativiteit voor wat mensen echt nodig hebben.

We hebben soms te weinig aandacht voor mensen die een beetje hulp heel goed kunnen gebruiken. Juist voordat het escaleert en het alle hens aan dek is. Situaties en momenten waarop aandacht al genoeg kan zijn. Een gesprek met anderen die in hetzelfde schuitje zitten, een concreet aanbod op het juiste moment. Doorvragen om na te gaan of die vrolijke lach geen masker is. Ervaring of een netwerk delen.

Soms is er echt een professional nodig en vaak hoeft het niet eens zo veel te kosten. Soms is het al genoeg om aandacht te hebben voor de mensen in jouw omgeving. En dat je die stoere zelfredzame mensen die er doorheen zitten aanbiedt: 'Kom maar even in mijn kracht staan, ik heb genoeg voor ons allebei.'

Wat ben jij toch een vrolijke meid

Het verhaal van Lisa



Lisa is de jongste van drie kinderen. Haar zus is vier jaar ouder, haar broer twee jaar. Als ze vier jaar is, krijgt haar vader een hersentumor. Ze is zeven als hij overlijdt. Haar moeder staat er alleen voor en Lisa wil zoveel mogelijk helpen. Dat komt ook omdat haar zus autisme heeft en een licht verstandelijke beperking. Haar broer is heel rustig en praat niet veel; hij blijkt ADD (een concentratiestoornis) te hebben.

“Natuurlijk voelde ik verdriet na het overlijden van mijn vader. Mijn moeder ook en dat wist ik ook wel. Toch hield ze zich zoveel mogelijk sterk. Ik voelde dat ik haar moest ondersteunen en ik wist ook dat mijn broer en zus dat niet op die manier konden. Dus pakte ik als zevenjarige uit mezelf de stofzuiger als dat nodig was. Daar dacht ik niet eens over na. Achteraf, ja achteraf gezien is dat misschien wel gek. Ik voelde me verantwoordelijk voor de sfeer in huis. Ik was juist heel sociaal, ondernemend en praatte veel. Op verjaardagen voelde ik me altijd de woordvoerder van het gezin, ik was een soort vertegenwoordiger van mijn broer en zus. Ik veerde op als mensen zeiden: ‘Wat doe je dat goed, wat ben je toch een vrolijke meid!’”

“Mijn broer en zus hadden veel aandacht nodig. Meer dan ik. Toen maakte ik de keuze: ik zeg niks meer, ik stop mijn verdriet weg, ik doe alsof er niks aan de hand is zodat mensen zich geen zorgen over mij hoeven te maken. Ik wilde zelf alles goed doen. Zodat mijn moeder toch nog een kind had waarmee alles goed ging en waar ze trots op kon zijn.”

“Ik deed alsof ik het allemaal wel redde en blufte me overal doorheen.

“De zorg die ik had voor mijn broer en zus was vooral emotioneel en niet zozeer praktisch. Ik wilde bijvoorbeeld mijn zus altijd meenemen naar feestjes of evenementen, want anders zat ze toch vooral achter de computer. Maar het was ook wel weer minder leuk als ik haar meenam. Maar als ik dat niet deed, had ik de hele avond buikpijn. En dat eeuwige schuldgevoel, dat ik wel van alles kan doen en mijn zus niet. Vragen zoals ‘wat ga jij doen met oud en nieuw’ vond ik vreselijk. Het is de gevoelsmatige kwelling.”

“Als puber had mijn broer foute vrienden, hij gebruikte drugs en hij was geen prater. Alle aandacht van hulpverleners, mijn moeder en stiefvader ging naar hem. Uiteindelijk werd hij uit huis geplaatst. Daarna ging mijn zus op zichzelf wonen, maar dat kon ze niet zo goed aan. Ze heeft eigenlijk geen vrienden, is eenzaam, ongelukkig. En met werk zit ze er altijd net tussenin: ze is te langzaam voor de kassa (wat ze wel superleuk vindt), maar past ook niet op een dagbesteding tussen mensen met het syndroom van Down. Ze wil heel graag normaal zijn, meedraaien in de ‘echte’ wereld. Nu woont ze begeleid en dat gaat een stuk beter. En met mijn broer gaat het nu gelukkig ook weer goed.”

“Mijn moeder vroeg heus wel vaak hoe het met mij ging. Maar ik deed alsof ik het allemaal wel redde, ik maakte gebruik van de onrust thuis en ik bluffte me overal doorheen. Ook op school. Ik was er weinig, maar net genoeg. Ik haalde slechte cijfers, maar net voldoende. Ik heb op het nippertje het vmbo gehaald, terwijl ik gemakkelijk meer had gekund. Niemand signaleerde iets, want ja, ik was gewoon een puber.”

“Niemand vroeg zich af hoe het kon dat het kleine zusje er zo vrolijk doorheen danste.

“Ik ging op mijn negentiende samenwonen. Ik had een superlieve vriend, genoeg geld en het kon eigenlijk niet beter. Maar toen brak er iets in mij. Ik dacht: daar zit ik nu, hartstikke gelukkig te wezen. Ik kon het niet. Toen kreeg ik depressieve klachten. Ik was zo erg in de war dat ik dingen deed waar ik zelf niet achterstond. Ik wantrouwde mezelf, raakte mezelf kwijt. En daardoor belandde ik in een kliniek.”

“Niemand had het zien aankomen. Mijn vrienden niet, mijn moeder niet. Maar ik verwijt niemand iets. Ik heb er destijds zelf voor gekozen om niks te zeggen, hoewel ik mezelf ook niks verwijt. Vorig jaar, in de kliniek, heb ik geleerd om erover te praten. Ik kan de zorg voor mijn familie iets meer loslaten, de grootste druk is eraf.”

“Achteraf denk ik dat scholen wat meer aandacht kunnen besteden aan leerlingen en de gezinssituatie. Misschien zou het helpen als alle kinderen bijvoorbeeld al op de basisschool een paar keer per jaar verplicht naar een vertrouwenspersoon gaan? Dan leren ze dat ze kunnen praten over problemen, ook als je dat niet aan papa of mama wil vertellen. Want als kind maak je niet zomaar de stap naar een vertrouwenspersoon of andere hulpverlener. Zeker niet als je je problemen als normaal beschouwt.”

“Ook de vele hulpverleners die bij ons over de vloer kwamen hadden alleen aandacht voor mijn broer en zus, de ‘probleemkinderen’. Niemand vroeg zich af hoe het kon dat het kleine zusje er zo vrolijk doorheen danste. Doordat ik dit zelf heb meegemaakt, ben ik hier zelf bewuster van bij andere mensen. Ik heb het niet gemakkelijk gehad in mijn jeugd, maar veel vrienden van mij hebben ook een vergelijkbaar verhaal. En van hen zou je dat op het eerste gezicht ook niet zeggen.”

“Ik werk nu in de psychiatrie en ga naar school. Het gaat ontzettend goed. Door alles wat ik heb meegemaakt ben ik harder geworden en realistischer. Ik ben wie ik ben en daar ben ik nu blij mee. Afgelopen jaren heb ik enorm veel zelfkennis gekregen, ik ben wijzer geworden. Daarom zou ik echt niet willen ruilen met iemand die een gemakkelijke jeugd heeft gehad, iemand die nooit obstakels tegenkomt. Ik ben er nu heel erg open over en dat werkt gewoon. Elke keer als ik mijn verhaal vertel, komt iemand anders ook met zijn verhaal. En dat is belangrijk.”

Dat is geen blauw, dat is lichtblauw

Het verhaal van Judith



6:00 uur: de drie dochters van Judith worden wakker en de vragenstroom van die dag begint. Met een beetje geluk liggen ze 's avonds om 21:30 weer te slapen. Judith duikt dan ook haar bed in. Moe van de dag. Haar dochters zijn net een beetje anders dan anders. Ze stellen de hele dag door vragen. Zijn extreem bang om fouten maken. Denken de hele dag na. Zijn heel gevoelig voor prikkels. Om thuis zoveel mogelijk rust te creëren heeft Judith ervoor gekozen te stoppen met werken.

"Met Hemelvaart vielen er weer een paar puzzelstukjes op hun plaats. Ik was met mijn dochters, van drie, zes en negen, en man aan het kamperen. Mijn dochters waren daar heel leuk aan het spelen met andere kinderen. Ook de oudste, die op dat moment zo ongelukkig was dat ze het liefst niet meer wilde leven. Ik vond het zo fijn om de kinderen samen te zien spelen en raakte aan de praat met hun moeder. Zij vroeg me: 'Je weet toch wel dat jouw kinderen hoogbegaafd zijn?' Ik was stomverbaasd."

"Dat onze oudste dochter heel gevoelig is wist ik wel. Maar hoogbegaafd? Ik wist niet goed wat dat betekende. Ik ben er veel over gaan lezen en steeds meer stukjes vielen op hun plaats. Ik herken veel van mezelf in mijn kinderen. Ik ben zelf ook continu aan het nadenken. Mijn hoofd staat eigenlijk nooit 'uit'. Bij de kinderen is dat precies zo. Als ik geluk hebben slapen ze alle drie om 21:30 uur. Maar dan ben ik wel de hele avond bezig geweest met masseren, boekjes lezen en praten om de kinderen rustig te krijgen."

“Het zijn echt heel leuke kinderen, maar je moet wel weten hoe je ze benadert.

"Mijn dochters komen telkens met nieuwe vragen, dat houdt maar niet op. Dat is echt heel vermoeiend. Ik moet de hele dag door heel alert en scherp zijn. Als mijn jongste van drie vraagt welke dag het vandaag is, is het antwoord woensdag niet voldoende. Ze wil dan ook weten welke dag en welke maand. De kleur blauw bestaat hier in huis niet. Iets is of lichtblauw of donkerblauw. Mijn dochters stellen vaak heel diepgaande vragen: waarom het leven zo ingewikkeld is bijvoorbeeld. Maar ook hoe ze er voor kunnen zorgen dat er niet zo veel leed in de wereld is. Voordat we naar school gaan wordt hier thuis al gemusiceerd, gediscussieerd en gesport. We hebben boven een aparte kamer ingericht waar de kinderen hun energie kwijt kunnen. Want ondanks de korte nachten bruisen ze van de energie."

"De moeder op de camping adviseerde me om onze kinderen direct bij gespecialiseerd onderwijs in te schrijven. Onze oudste dochter zat inmiddels al op een tweede basisschool, omdat het bij de eerste basisschool niet goed ging. En ook op deze basisschool vond ze geen aansluiting bij de andere kinderen en had ze onvoldoende uitdaging."

Ze denkt sneller dat andere kinderen en wordt daarom vaak niet begrepen. Niet door kinderen van haar eigen leeftijd, maar ook niet door volwassenen. Thuis uitte ze zich door extreem driftig te worden.”

“Laatst zat ik met een wijntje op de bank. Tien minuten even helemaal niets. Dat komt bijna niet voor; ik heb geen tijd voor mezelf. Als de kinderen slapen, lig ik ook in bed. En omdat onze jongste nog niet naar school gaat, heb ik continu de zorg voor de meiden. Tuurlijk vragen mensen wel eens waarom ik geen gebruik maak van buitenschoolse opvang. Maar daar zijn voor mijn kinderen zoveel onbegrepen prikkels. Daar komen ze overstuur van thuis. De driftbuien die ik daar voor in de plaats krijg, zijn het de paar uurtjes voor mezelf niet waard.”

“Je wordt vaak als zeurouder gezien, terwijl ik juist een tijgermoeder ben.

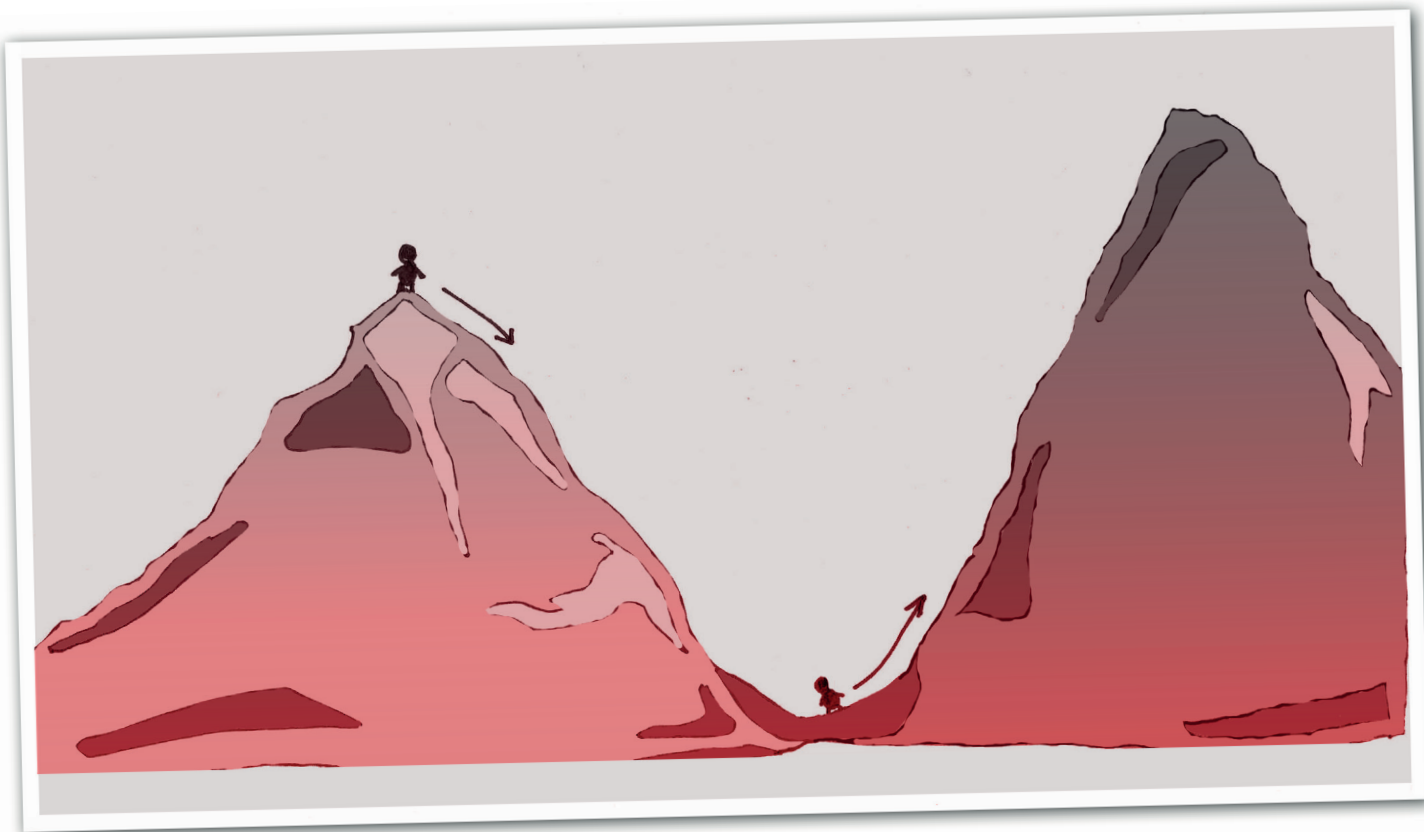
“Weet je wat vervelend is? Je wordt vaak als zeurouder gezien. Terwijl ik juist een tijgermoeder ben: ik kom voor mijn kinderen op en gun ze een zo fijn mogelijke jeugd. Maar vaak vinden mensen dat je aan het opscheppen bent over hoe ‘slim’ je kinderen zijn. Hoogbegaafd wordt meestal geassocieerd met wijsneusjes die tieners halen op school en niet met prikkelgevoelige, faalangstige kinderen die vaak ongelukkig zijn omdat ze niet begrepen worden. Toen ik andere ouders vertelde dat onze dochter naar gespecialiseerd onderwijs zou gaan, kreeg ik te horen dat dat voor elite is. Ik ben toen echt sociale contacten kwijtgeraakt, terwijl ik niets met elite heb. Ik wil dat mijn kinderen goed in hun vel zitten. En dat zaten ze niet op het reguliere onderwijs. Daar was onvoldoende aandacht voor hoogbegaafdheid en alles wat daarbij komt kijken.”

“Het helpt trouwens ook niet dat er veel gekoppeld wordt aan leeftijd. Je moet bijvoorbeeld vier jaar zijn om naar de basisschool te gaan, terwijl mijn jongste dochter er nu al aan toe is. Bij de dansvereniging waren ze gelukkig wel bereid om onze driejarige toe te laten. Ze krijgt daar uitdaging die ze nodig heeft en bloeit er van op.”

“Hoogbegaafdheid is nog niet zo bekend. Ook niet in het onderwijs. Het is ook wel lastig, want elk hoogbegaafd kind is anders. Maar ik hoop dat het net zoals dyslexie wel bekend wordt. Het is geen enge ziekte. Hoogbegaafde kinderen zijn alleen net een beetje anders dan anders.”

Ik wil ook iets bieden, niet alleen vragen

Het verhaal van Khaldoun



"In Syrië stond ik boven op de berg. Ik had een fijn leven, gezin en werk. Toen kwam de oorlog en belandde ik onder aan de berg. Nu ben ik in Nederland en moet ik de berg weer van onderop beklimmen. Ik ken in Nederland de systemen, de taal en cultuur niet. Daarom is deze berg nog hoger. Maar ik ben bezig om de berg te beklimmen en gemotiveerd om er weer bovenop te komen!"

Khaldoun genoot van zijn leven in Damascus. Het was een mooie tijd. In Syrië stond hij boven op de berg. Zijn familie bezocht hij vaak. Met vrienden speelde hij biljart. De carrières van zijn vrouw en hem als bankier gingen goed. Inmiddels had hij al twaalf jaar ervaring en haalde hij ook zijn Masters in Banking Sciences. Samen met zijn vrouw kreeg hij een dochtertje. Toen kwam de oorlog. Hij had geen keus. Hij moest weg om een veilige plaats voor zijn gezin te vinden.

"In 2015 kwam ik in de noodopvang Heumensoord in Nijmegen. Heel groot, wel 3000 mensen. Dat was geen makkelijke tijd. Lees de kranten er maar op na. Toen ik naar Nederland kwam, dacht ik rust te krijgen. Makkelijk werk te vinden. Maar nee, ik had zoveel aan mijn hoofd. Ik had geen rust. Ik was zonder mijn vrouw en kind. Ik was veilig, maar mijn gezin niet. Zij zaten nog midden in de oorlog. Ik had zo'n groot verantwoordelijkheidsgevoel. Maar ik kon niks doen. Ik moest wachten op mijn papieren om mijn vrouw en kind naar Nederland te laten komen. Al die papieren en regels. Het kwam in orde. Maar zou het mijn vrouw lukken om de grens over te komen? Zou ze veilig bij de Nederlandse ambassade in Turkije komen en een visum voor Nederland krijgen? Ik wist niets en moest wachten. Ook had ik problemen met de IND. Ze dachten dat ik illegaal in Nederland verbleef, omdat ik in 2011 mijn zus in Nederland had bezocht. Dit was niet waar. Ik was gewoon weer teruggegaan naar Syrië. Negen maanden na mijn komst in Nederland kwam mijn vrouw met onze dochter. In Syrië moest ik weglopen bij mijn dochter van drie maanden. Een jaar later kwam zij lopend op mij af. Dat was moeilijk, maar ook mooi. Hier was het veilig voor ons. Inmiddels hebben we ook een prachtige zoon erbij."

"Ik was veilig, maar mijn gezin niet. Zij zaten nog midden in de oorlog en ik kon niets doen.

"Het eerste jaar waren we blij een veilige plek te hebben. Geen bommen. Geen angst voor ontvoering. We genoten om weer bij elkaar te zijn. Maar om in een nieuw land te wonen is alleen veiligheid niet genoeg. Later besepte ik dat het kennen van de taal, cultuur en vinden van werk ook nodig is om het leven weer op te bouwen. Mijn vrouw en ik zijn snel Nederlands gaan leren aan de Radboud Universiteit en hebben ons ook ingeschreven voor het staatsexamen. Dat is een hoger niveau dan de inburgeringstoetsen. Ik wil echt goed Nederlands kunnen. Dan pas wil ik veel gaan solliciteren. Gelukkig zijn onze diploma's en master hier geldig. We hoeven niet meer verder te studeren. Ik doe ook vrijwilligerswerk. Het directe contact met Nederlandse mensen helpt mij echt om de taal snel te leren. Ik wil zo snel mogelijk integreren."

"Als jullie nu mijn verhaal lezen, denk je vast dat mijn leven goed gaat. Dat is ook zo, maar toch voel ik mijzelf vaak onder aan de berg staan. Het gemis van mijn ouders en vrienden is intens. De taal en het begrijpen van de Nederlandse samenleving vind ik lastig. Zoals de belasting. Dat gaat hier zo anders. En ik wil zo graag alles goed regelen. Of bijvoorbeeld het zoeken van een goede school voor mijn dochter.

“Welke banen passen bij mijn diploma’s en welke bedrijven zijn er allemaal?”

Ik weet niet hoe ik die moet vinden. Wie moet ik wat vragen? Mijn Nederlandse netwerk van mensen met dezelfde leeftijd is klein. En mijn vrouw en ik zijn verlegen. Dat maakt het lastig om contact te maken. Ook weet ik niet hoe ik moet beginnen met werk zoeken. Welke banen passen bij mijn diploma’s en welke bedrijven zijn er allemaal? Laatst hoorde ik over een traineeship. Ik wist niet eens dat dat bestond. En is mijn taal al goed genoeg? Wil de bank wel met statushouders werken? Ik wil graag mijn ervaring gebruiken, maar is die wel bruikbaar hier? Personen of een speciale organisatie die mij kunnen helpen met deze vragen weet ik niet goed te vinden. Die moeten er toch wel ergens zijn? Ik weet alleen niet waar. Dit alles maakt mij machteloos en verdrietig.”

“Toch kijk ik positief naar de toekomst en probeer ik het beste te doen voor mijn gezin. Ik ben heel actief bij de Syrische vereniging Shamuna. Ik wil graag mijn netwerk vergroten en hulp geven aan andere mensen die dezelfde problemen hebben. Wij kunnen elkaar ondersteunen. Samen staan we sterk. Dat geeft mij het gevoel dat ik iets kan bieden en niet alleen maar hoeft te vragen. En waar ik echt blij mee ben in Nederland? Ik voel me veilig. Er zijn duidelijke systemen en er is vrijheid om jezelf te zijn. Dat geeft mij moed voor de toekomst. Ik sta nog niet op de berg, maar doe er alles aan om met mijn gezin verder te komen. Ik verlang ernaar om weer hetzelfde te hebben als in Syrië. De toekomst is hoopvol!”

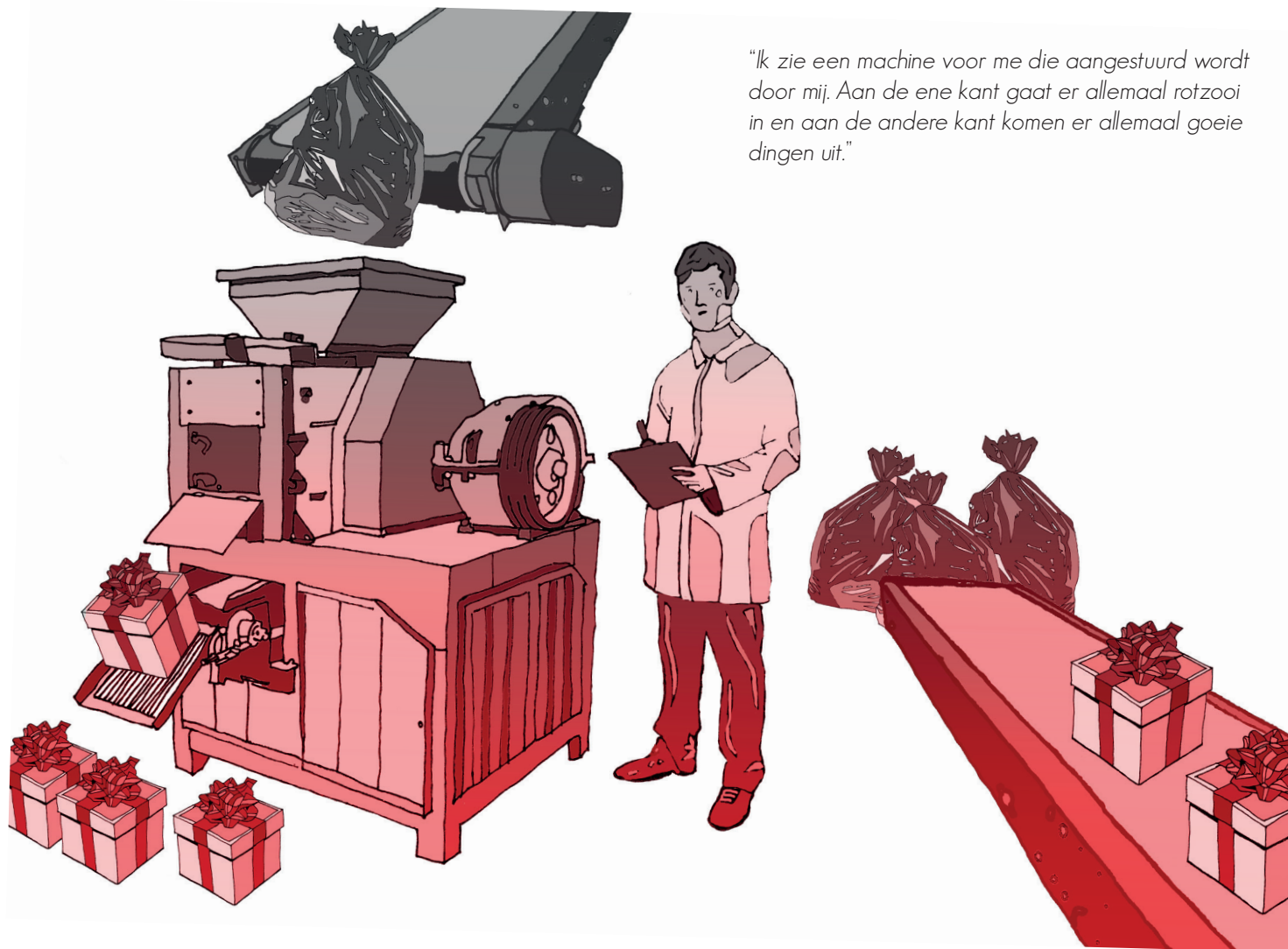
Khaldoun geeft aan dat het lastig is de juiste personen te vinden en hulp aan hen te vragen. Online blijkt toch dat er meerdere platforms bestaan voor zijn vragen.

Er zijn verschillende online platforms waar nieuwkomers informatie kunnen vinden over arbeidsparticipatie in Nederland, waaronder:

- Werkwijzer Vluchteling. Deze site van de SER geeft informatie in het Nederlands en Engels op het gebied van (vrijwilligers)werk, inburgering en onderwijs (www.werkwijzervluchtelingen.nl).
- De Stichting voor Vluchteling Student UAF ondersteunt hoger opgeleide vluchtelingen bij het realiseren van een maatschappelijke passende positie (zie de tweetalige site www.uaf.nl).

Daar sta je dan

Het verhaal van Thomas



"Ik zie een machine voor me die aangestuurd wordt door mij. Aan de ene kant gaat er allemaal rotzooi in en aan de andere kant komen er allemaal goeie dingen uit."

Vijf jaar geleden. Thomas woont bij zijn vader en studeert werktuigbouwkunde. Hij is nog wat zoekend naar de juiste opleiding, maar verder verloopt zijn leven best soepel. In zijn vrije tijd sleutelt hij graag aan auto's. Tot die ene dag de slijptol vastslaat en dwars door zijn kuit snijdt. Met spoed naar het ziekenhuis. In eerste instantie lijkt het allemaal verholpen, maar dan komt de pijn. Zoveel pijn dat Thomas er niet eens van kan lopen.

"Stel je voor dat er 24 uur per dag messen in je been steken. Na veel onderzoeken en van het kastje naar de muur gestuurd te worden, vond ik mijn eigen medicijn. Cannabis. Hierdoor was ik van de pijn af en kon ik zelfs weer lopen. Helaas ging dit wel ten koste van mijn houding en gedrag. School ging minder goed en mijn concentratie was soms ver te zoeken. Mijn ouders waren het niet met me eens en daardoor botste het veel. Het was op een gegeven moment zelfs zo erg dat ik besloot om uit huis te gaan. Ik kon bij mijn toenmalige vriendin gaan wonen. Maar door mijn houding waren er veel spanningen tussen ons en hadden we vaak ruzie. Een ruzie was de druppel. Ik was zó boos en gooide een mok door de kamer. Niet richting mijn vriendin, maar voor haar was het genoeg reden om mij op straat te zetten. En daar sta je dan."

“Je doet het allemaal zelf.

"In het begin dacht ik, 'dat komt wel goed, ik laat haar even afkoelen en dan bel ik'. Maar zo simpel was het niet. Ze was pislink en wilde niks meer van me weten. Toen drong het besef door dat ik die nacht misschien geen dak boven mijn hoofd zou hebben en dat vond ik toch wel erg onwettelijk. Ik heb uiteindelijk een vriend gebeld, want mijn ouders wilde ik niet belasten met mijn ellende. Ik heb nog wel een beetje trots."

"Ik ben bij een vriend terechtgekomen en ben zelfs de volgende dag gewoon naar school gegaan. Ik studeerde toen notabene sociaal cultureel werk; ik was meteen een mooie casus. Op school ben ik mijn mentor om hulp gaan vragen en werd ik verwezen naar een buurtcoach. Ik moest van alles regelen zodat ik mijn postadres zou behouden. Want zonder postadres geen studiefinanciering. Uiteindelijk raadden ze me aan naar de crisisopvang te gaan. Maar na wat onderzoek bij vrienden en ervaringsdeskundigen besloot ik dat ik niet in dat milieu terecht wilde komen. Ook uit zelfbescherming. Zelfs in zo'n centrum kunnen mensen nog verder afglijden en dat wil ik niet. Ik ben niet verslaafd, ik gebruik wiet om de pijn te onderdrukken."

"Omdat ik niet naar de crisisopvang wilde, koos ik er zelf voor om te gaan zwerven. Ik sliep altijd bij iemand op de bank en dat wisselde per dag. Elke dag was het weer een slaapplek zoeken, eten regelen en kijken of ik die dag naar school kon. Omdat de pijn nog steeds een dominante rol speelde, blowde ik elke dag wel een paar keer om de pijn dragelijk te maken. Dankzij mijn DUO kon ik de mensen bedanken waar ik bleef slapen en kon ik iets terug doen. Ik haalde soms eten of liet geld achter als bedankje. Daarnaast kocht ik goedkope wiet, ging ik soms naar school en zocht ik uit waar ik de volgende nacht zou kunnen blijven."

“Ik wilde elke dag wel naar school, maar in deze overlevingsmodus was het soms geen optie. Totdat ik op een dag werd aangesproken door een studiegenoot Hisham. Hij heeft er ervaring mee dat niet alles ‘soepel’ verloopt en sprak mij aan: “Wat zie je er slecht uit Thomas”. Dat was de verlossende openingszin naar een stabiel onderkomen. Hisham bood mij aan om doordeweeks bij hem te logeren, zodat ik stabiliteit had voor school. Hij woonde in een kleine studio en ik moest daar wel goed over nadenken. Daar zit je dan met z’n tweeën in zo’n ruimte. En ik wilde hem ook niet tot last zijn.”

“Ik zit er supergoed bij, alleen maar vooruitgang!”

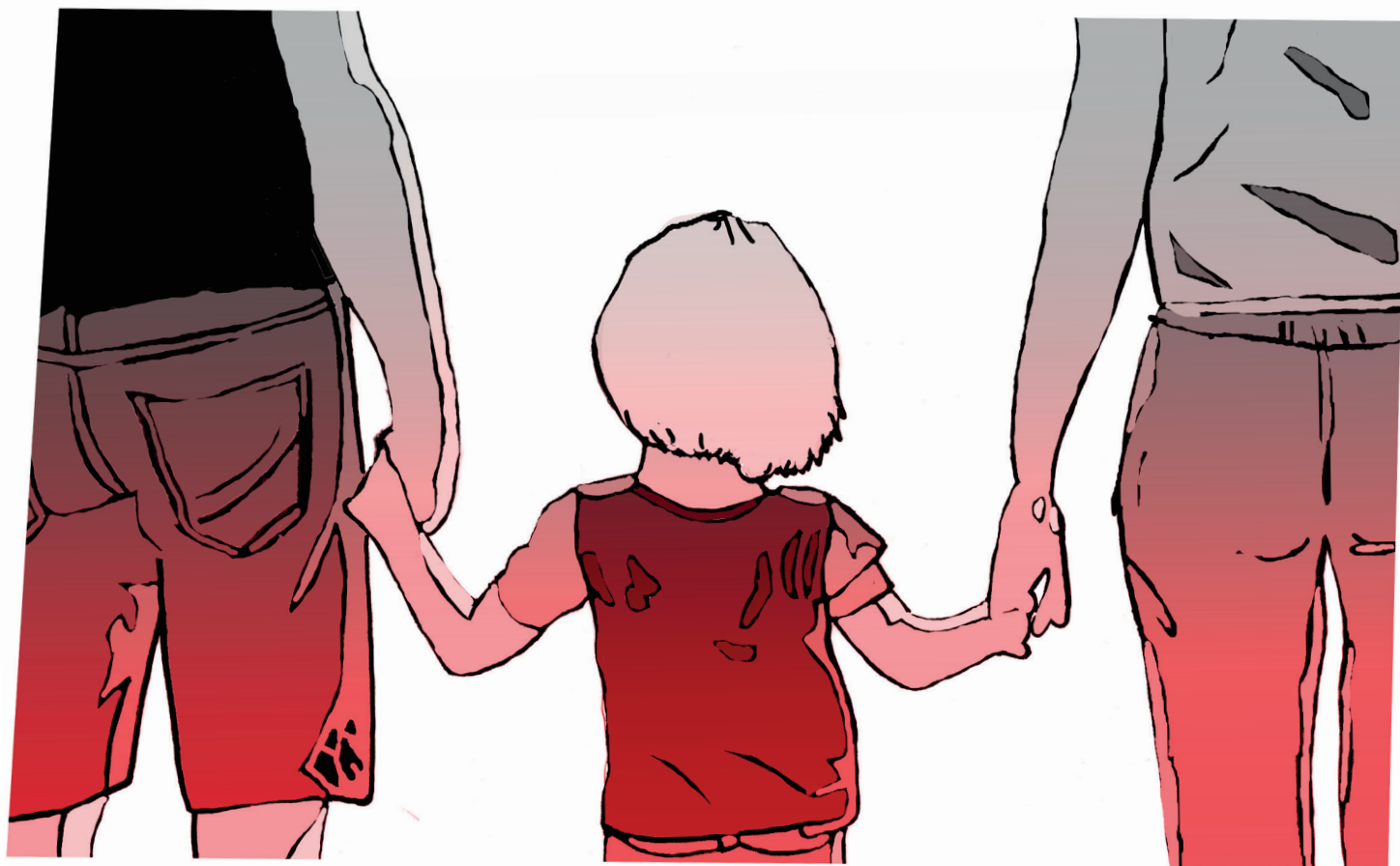
“Vanaf dat moment kwam er weer een stijgende lijn in mijn leven en dat had ik lang niet gehad. Terwijl ik bij Hisham logeerde, was hij bezig met het starten van een sociaal woonproject, genaamd Ons Huis. Omdat ik zo goed bezig was, mocht ik als eerste bewoner deelnemen aan het project. Er zat nog wel een overbruggingsperiode in van twee maanden. Daarvoor heb ik mijn trots opzij gezet en mijn moeder gevraagd of ik bij haar mocht verblijven. In de tussentijd moest ik voor het woonproject een persoonlijk plan schrijven en aantonen hoe ik mijn leven zou veranderen. Mijn plan werd geaccepteerd en in april 2017 had ik dan eindelijk weer mijn eigen kamertje. Het is niet groot, maar het is van mij. In mei kwam mijn tweede verlossing. Ik ben opnieuw geopereerd aan mijn been en sindsdien ben ik pijnvrij!”

“Nu is het tij aan het keren. Ik heb een dak boven mijn hoofd, ga stabiel naar school en heb zelfs een bijbaantje bij de pomp waardoor ik kan sparen. Nu ik weer een woning heb, beseft ik pas wat een last er op mijn schouders lag. Een last die je gewoon kwijt moet. Er is weer ruimte in mijn hoofd voor andere zaken, die nodig zijn om normaal mee te draaien in deze maatschappij. In het project word ik ook continu uitgedaagd om hierover na te denken en maken we om de drie maanden een nieuw plan. Aan de hand van de uitkomst van je plannen wordt ook gekeken of je voldoet aan het project. Ik ben mezelf weer aan het ontwikkelen en wordt niet ontwikkeld. Anders word je een machine, een ‘Humandroid’.”

Thomas heeft onderdak gekregen bij Ons Huis. Dat is een initiatief van Hisham el Doeri, die weet wat het is om dakloos te zijn. In Ons Huis biedt hij tijdelijk woonruimte aan twee à drie jongeren. Jongeren die geen aansluiting vonden bij de reguliere hulpverlening. Als ervaringsdeskundige biedt hij de jongeren begeleiding en steun in de rug om hun leven weer op de rails te krijgen. Vandaar dat Thomas een persoonlijk plan maakt en zichzelf doelen stelt om zijn situatie te verbeteren.

Dit kind heeft ons nodig

Het verhaal van Miriam



Miriam (45 jaar) droomde altijd al van een groot gezin. Op haar 31ste was ze moeder van vier kinderen. Toch voelden haar man en zij dat er nog meer ruimte en liefde was voor een kind. Omdat zij altijd de wens hadden om iets te kunnen betekenen voor een kind dat niet bij zijn eigen ouders kan opgroeien, was pleegouderschap een logische keuze.

"Ik ben dol op kinderen, ze maken me gelukkig. De afgelopen elf jaar hebben we zeventien kinderen voor langere en kortere tijd in ons gezin opgenomen. De kortste plaatsing was vierenhalve week en de langste plaatsing duurt al elf jaar. Elke keer als er een pleegkindje in beeld komt, voelt het een beetje alsof ik in verwachting ben. Dit kind heeft mij, heeft ons nodig. Ik ben nieuwsgierig, verheug me op wat komen gaat: wie ben jij, wat zijn je sterke en zwakke punten? Met het hele gezin kijken we uit naar zijn of haar komst en natuurlijk zijn we verdrietig als een plaatsing toch niet doorgaat."

"Het geeft een goed gevoel als je ziet dat een kind tot rust komt. Dat het kind weer een klein beetje vertrouwen krijgt en tot ontwikkeling komt. Het is altijd moeilijk als je een kind na een intensieve periode weer moet loslaten. Heel bewust bouwen we een aantal rituelen in. We geven een afscheidsfeestje en we maken een fotoboek om het kind een herinnering mee te geven aan de periode bij ons. Het afscheid blijft net zo moeilijk, maar je leert met hulp van je pleegzorgwerker daar goed mee om te gaan."

“Hoe moeilijk het ook is, we gaan tot het gaatje om het kind te helpen.

"Het gaat niet altijd goed. Er zijn momenten geweest dat pleegkinderen door het lint gingen en we bang waren voor onze eigen veiligheid en die van onze kinderen. Of dat de problemen van een kind zo heftig zijn, dat het bijna niet te dragen valt. Maar pleegouder zijn is niet vrijblijvend. Hoe moeilijk het ook is, we gaan tot het gaatje om het kind te helpen. We trekken de deur niet zomaar dicht. Toch word ik regelmatig met mijn eigen grenzen geconfronteerd. Dan denk ik: wie zorgt er voor mij?!"

"Op die momenten zoeken we steun en kracht bij God en bij elkaar. We genieten van de zondagen en de contacten met de medegelovigen die we dan hebben. In de kerk zien we om naar elkaar. Ik denk dat dit de belangrijkste waarde in ons leven is. In de basis heeft iedereen het verlangen om gezien te worden en voor een ander te zorgen. In veel gezinnen waar wij als pleegouders mee te maken krijgen, is dat niet het geval. Het verlangen is er vaak wel, maar soms lukt het gewoon niet om zelf de zorg voor een kind te dragen. Bijvoorbeeld omdat de ouders verslaafd zijn, of omdat ouders een verstandelijke beperking hebben. Er zijn zo veel redenen waarom ouders korte of lange tijd niet zelf voor hun kinderen kunnen zorgen."

"Als pleegmoeder krijg ik vaak te maken met oordelen van anderen. Mensen prijzen je de hemel in of zeggen dat je niet goed snik bent. Maar (pleeg)moeder zijn is wie ik ben, wat ik wil en waar ik goed in ben. Dit kan en mag ik doen."

Andere mensen hebben weer andere talenten. Ik voel me zeker niet bijzonder. Integendeel: ik denk dat veel ouders pleegouder zouden kunnen zijn. Er zijn veel manieren waarop je invulling kunt geven aan deze rol. En de nood is hoog.”

“Ik ben vaak teleurgesteld geweest in de ondersteuning vanuit de pleegzorg. Ze zijn lang niet altijd de steunpilaar die ze zouden moeten zijn. Een goede pleegzorgwerker luistert naar mijn mening, weegt mijn oordeel serieus mee, ziet mij echt als een collega. Een samenwerking tussen jeugdbescherming, pleegzorg en pleegouders is erg belangrijk. De neuzen moeten dezelfde kant op staan en dat is de kant van het behartigen van de belangen van het pleegkind.”

“Pleegmoeder zijn is wie ik ben, wat ik wil en waar ik goed in ben.

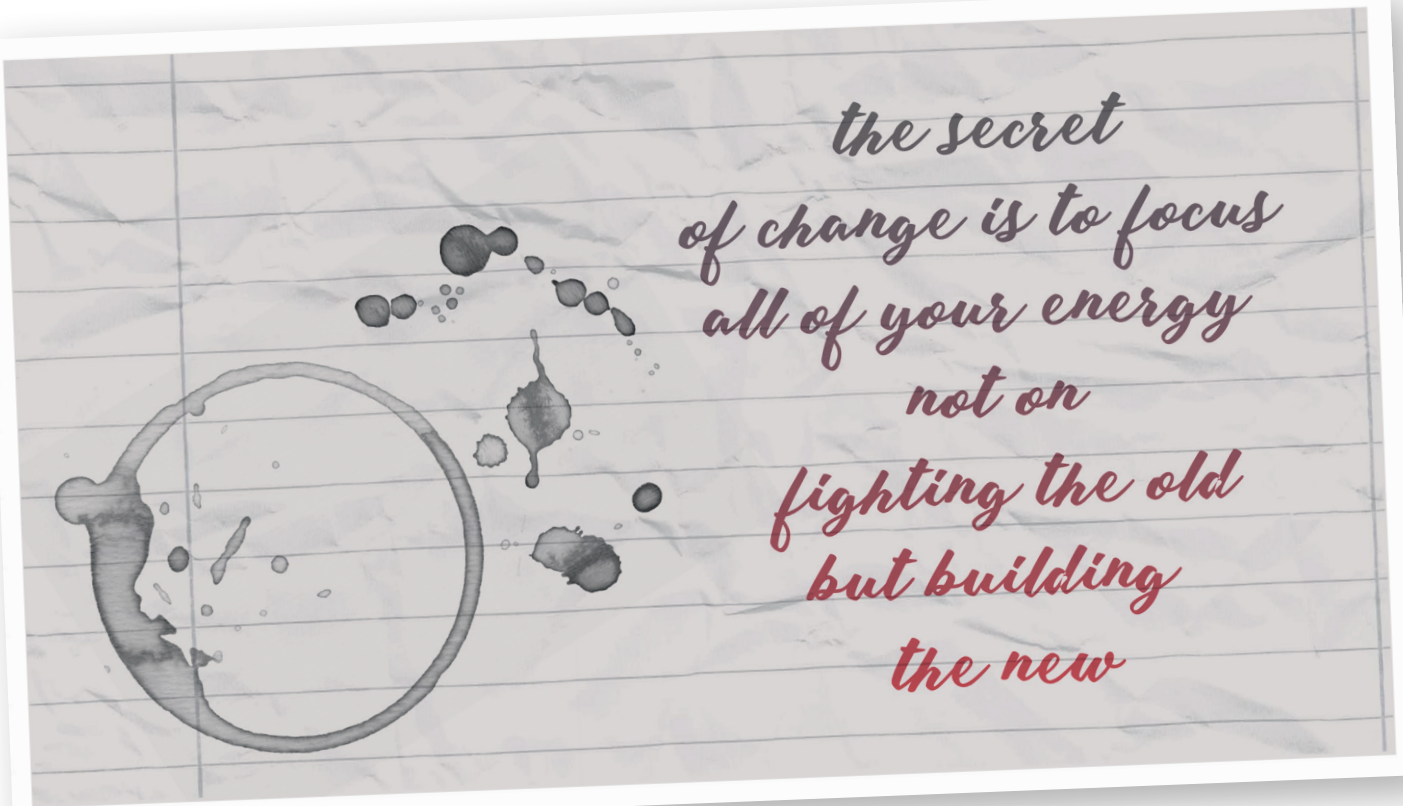
“Ik vind veel steun bij de contactgroep van tien pleegmoeders waar ik sinds drie jaar ook coördinator van ben. We komen elke vier à vijf weken bij elkaar en delen dan onze zorgen en vreugde. We zitten in hetzelfde schuitje en kunnen elkaar adviseren, steunen en tips geven. Waar we kunnen zijn we er voor elkaar, ook in praktische zin. De contactgroep heeft inmiddels een wachtlijst, er is veel behoefte aan.”

“Na een hectisch en verdrietig jaar waarin we heel bewust even geen kinderen hebben opgenomen, hebben we sinds een paar weken weer plek voor twee of drie pleegkinderen. Nu onze twee oudsten op zichzelf zijn gaan wonen, hebben we weer ruimte om kinderen op te vangen. Het zou toch zonde zijn om die kamers leeg te laten staan.”

“We kijken uit naar de komst van de kinderen. Pleegouderschap verrijkt ons leven. Ik heb zoveel mensenkennis opgedaan en sta stevig en oplossingsgericht in het leven, vanwege de vele uitdagingen die het pleegouderschap met zich meebrengt. Wij zouden niet anders meer willen!”

Rustig blijven, ook al kook je van binnen

Het verhaal van Fleur



Als Danté iets niet begrijpt of als het niet gaat zoals hij het in zijn hoofd heeft, kan hij van het ene op het andere moment ontploffen. Schreeuwen, schoppen, slaan. Hij loopt vaak als een kip zonder kop door het huis, omdat hij aan het eind van de kamer alweer is vergeten dat hij naar de gang liep om zijn schoenen te halen. Danté is tien jaar en hij heeft PDD-NOS en ADHD. Sinds zijn moeder gestopt is met werken, is het veel relaxter geworden thuis. Ook voor zijn zusje Chloë van vijf. Ze kan een leukere moeder zijn. Maar wel een die elk dubbeltje om moet draaien.

“Danté kwam onverwacht en zijn vader en ik kenden elkaar nog helemaal niet lang. Ik woonde op kamers, hij bij zijn ouders. Het was eigenlijk te vroeg om samen te gaan wonen. Ik wilde de dingen op mijn manier doen en hij was in die tijd nog het type van laat maar waaien. Ik had zelf ook zo mijn problemen als ADHD-er en mijn pijnklachten door fibromyalgie. Tegenwoordig denken ze dat die aandoening mogelijk ontstaat door een aaneenschakeling van stressvolle gebeurtenissen. En dat daardoor de stress in je lichaam gaat zitten, omdat je geen pauze krijgt om die stresspieken te verwerken. Hoe het ook zit, therapie heeft op mij een positief effect.”

“Ik vond mijn werk in de kinderopvang erg leuk, maar het was wel heel druk met Danté erbij. Toen hij anderhalf was, begon zijn problematische gedrag. Alles werd een drama. En toen begon het mij langzamerhand boven het hoofd te groeien. Het zoeken naar wat er met je kind aan de hand is. Peuterpuberteit was de eerste reactie. Volgens mijn schoonfamilie overdreef ik, was z'n vader vroeger net zo. Ook vrienden hadden kritiek, vonden dat ik er te dicht bovenop zat. 'Je verstikt hem', zeiden ze. Maar ik had het gevoel dat er iets niet klopte en dan ben ik een doordouwer. Na de diagnose, hij was toen vier, kwam het zoeken naar een geschikte school. Waar hij nu zit is de vierde school en nu gaat het eindelijk prima. En dan nog alle extra's: met hem naar fysiotherapie, logopedie, oudergesprekken op school. En ook gewoon boodschappen doen, koken, het huishouden. Het was altijd rennen, vliegen, opstaan en weer doorgaan. En omdat ik me zelf minder goed voelde, schoot ik snel uit mijn slof.”

“Ik ben van het vechten. Als je dat niet hebt, wordt het je zo moeilijk gemaakt om te krijgen wat je nodig hebt.

“Door mijn klachten kwam ik in de ziektewet terecht. Dat werd WW en na drie maanden solliciteren was ik alleen maar in paniek hoe ik alles geregeld kreeg als ik weer werk vond. Toen heb ik de knoop doorgehakt om fulltime moeder te zijn. Emotioneel is dat een verademing, iedereen is gelukkiger. Financieel is het een aderlating, want we moeten nu rondkomen van het minimumloon dat mijn vriend verdient in de bouwmarkt. Dat is echt heel krap. Maar het is wel een vaste aanstelling dus beter betaald werk zoeken is best een risico. Ik kan goed met geld omgaan, maar het komt erop neer dat ik keihard mijn best doe om uit de schulden te blijven. Er mag niks kapot gaan. Zelfs een setje nieuwe onderbroeken kopen is een afweging: kan het nu of pas volgende maand?”

“Vroeger schaamde ik me kapot als Danté een scène maakte in de supermarkt. Iedereen kijkt en je ziet ze denken ‘voed je kind eens op’. Ik ben vrij streng als moeder en ik laat het nu meer van me afglijden. Mensen hebben zo snel een oordeel klaar. Als ik de kans krijg om uit te leggen wat Danté mankeert, begrijpen ze het beter. Sinds Danté vier is hebben we thuisbegeleiding om met zijn problematische gedrag om te leren gaan.”

“Zo min mogelijk aandacht aan besteden, werkt het beste. Rustig blijven, ook al kook je van binnen. Ik moet de begeleiding elk jaar opnieuw aanvragen en ik zou het doodeng vinden zonder die hulp. Veel ondersteuning is er niet meer nodig, maar het is een geruststelling dat ik kan bellen of appen als het nodig is. Het is heel stom, maar ik moet dus een beetje aandikken hoe het gaat om die hulp te kunnen houden.”

“Elke maand gaat Danté een weekend naar de logeeropvang waar kinderen met autisme en ADHD terecht kunnen. Vaak kan Chloë die weekends ook wel een nachtje uit logeren. Dan hebben mijn vriend en ik even tijd met elkaar, een keertje uitslapen en samen iets leuks gaan doen. Dat is heerlijk. Ik heb weinig aanspraak. Iedereen heeft het altijd zo druk en zelf heb ik ook lang niet altijd puf, door mijn lichaam, de therapie, de kinderen. Maar soms mis ik dat wel. Mijn eigen leven schiet er een beetje bij in.”

“Ik kan me boos maken over de kloof tussen arm en rijk die steeds groter wordt. De geldzorgen maken me wel eens verdrietig en machteloos, want ik doe wat ik kan en het is niet genoeg. Als het over schulden gaat, is alles gebaseerd op straffen. Draai dat eens om en vraag aan mensen met een betalingsachterstand wat er aan de hand is. En hoe je kan helpen om dat op te lossen.”

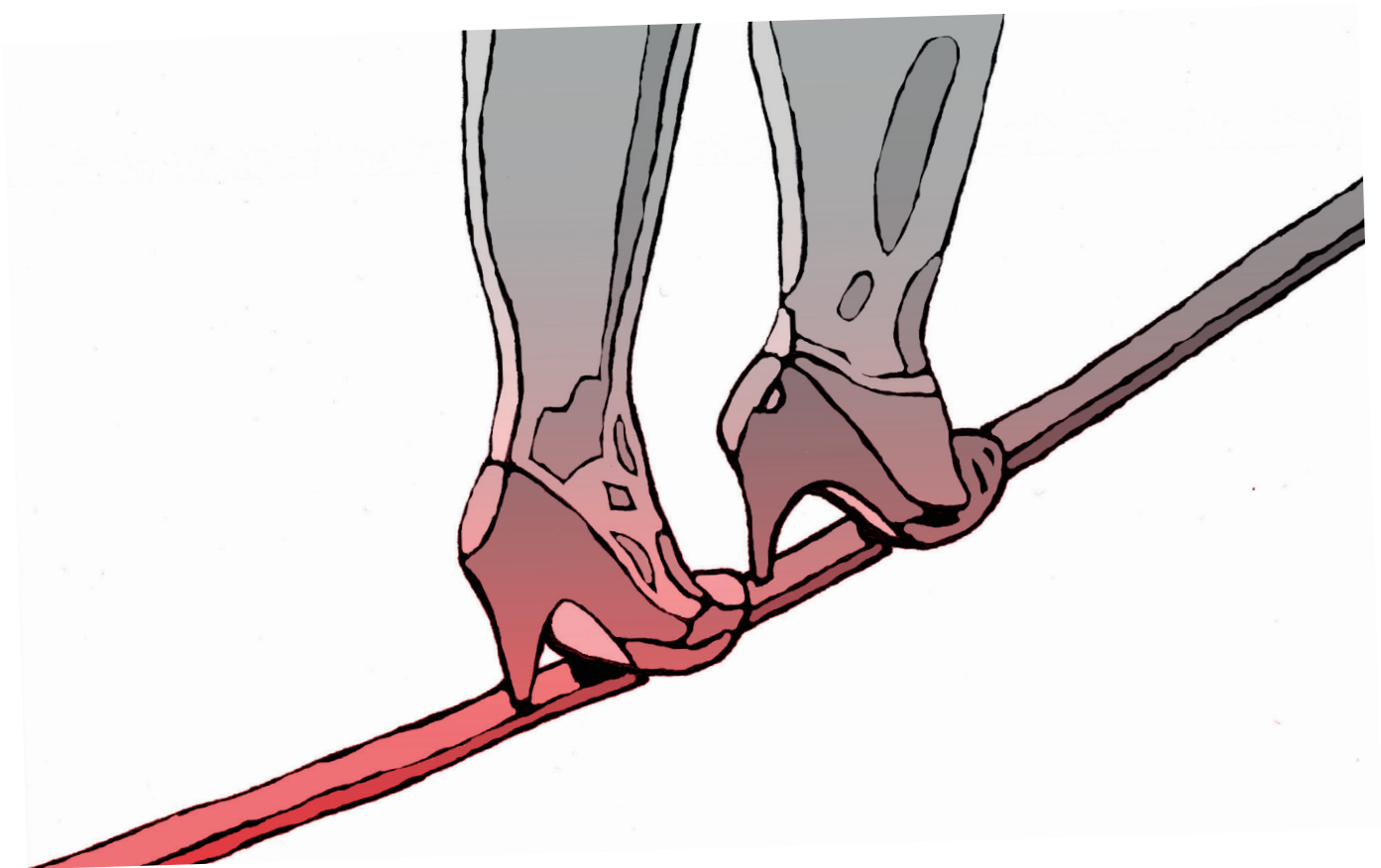
“Ik heb Sociaal Pedagogische Hulpverlening gestudeerd en had verder willen studeren. Kinderpsychologie. En ja, ik had er liever mijn werk van gemaakt dan zelf een moeilijk kind op te voeden. Toch is het wel een mooi leerproces hoe mijn voorbeeldgedrag effect heeft op Danté. Dat het hem rustig maakt als ik rustig blijf. Door alle zorgen en stress had ik moeite me te binden, nu groei ik naar hem toe en ga ik steeds meer van hem houden.”

Fleur: “Als je kind naar het speciaal onderwijs gaat, vergoedt de gemeente de ritkosten van huis naar school en weer terug, maar niet naar de BSO. Dus als je wilt blijven werken zul je de opvang of het vervoer moeten regelen met familie, vrienden of een gastouder.”

Er komen steeds meer proefprojecten die mensen met schulden helpen, in plaats van een boete op te leggen vanwege de betalingsachterstand. Bijvoorbeeld in Arnhem waar sinds april 2017 in drie wijken welzijnswerkers aankloppen bij inwoners met beginnende betalingsachterstanden. Het is al jaren bekend dat aanhoudende zorgen over onbetaalde rekeningen een slechte invloed hebben op het vermogen van mensen om beslissingen te nemen en langetermijnplannen te maken. Verreweg de meeste mensen het fijn om deze hulp en aandacht te krijgen.

Ik kijk niet meer naar het gras van de buren

Het verhaal van Renske



“Veel van onze vrienden lijken het goed voor elkaar te hebben. Een koopwoning, een vaste baan, lekker op vakantie met en soms ook zonder de kinderen. En dat alles na een leuke studententijd, die afgesloten werd met een inspirerende wereldreis. Het voelt soms alsof het zo hoort. En dat mijn man en ik iets fout hebben gedaan waardoor dat allemaal niet aan ons is besteed. Dat wij nog, net zoals in onze studententijd, iedere maand lopen te worstelen met de rekeningen. Ondanks dat wij ook kinderen hebben. Ondanks dat een van ons een baan heeft. Ondanks dat wij ook heel hard hebben gewerkt in de afgelopen jaren.”

“Mijn man en ik verloren ongeveer tegelijkertijd onze baan. In plaats van een reguliere bijstandsuitkering aan te vragen, besloot mijn man verder te gaan als zelfstandige en vroegen wij Besluit Bijstandverlening Zelfstandigen (Bbz) aan. Deze regeling houdt in dat je een minimuminkomen (bijstandsniveau) krijgt, zonder sollicitatieplicht. Alles wat je verdient wordt verrekend met je uitkering en dit wordt per jaar berekend.”

“Een hele prettige regeling om je zaak mee op te bouwen, maar dan alleen als je het geld kan gebruiken om (deels) te investeren. Dat konden wij niet; het was ons enige inkomen en volledig nodig voor levensonderhoud. Aan het einde van het jaar kreeg ik zelf onverwacht een grote freelance klus. Het was een feestje om de eerste factuur te versturen. De opdrachtgever wilde de kosten graag op het lopende jaar boeken. Wij dachten van dit geld de komende drie maanden te leven en zetten meteen de Bbz stop. En dan komt weken later de eindafrekening: de factuur werd met terugwerkende kracht met het afgelopen jaar verrekend. Volgens de logica van de Bbz hadden we elke maand 400 euro verdiend. En die 4.800 euro moest volledig terug naar de uitkerende instantie.”

“Die grote klus werd een schuld van bijna vijfduizend euro.

“Een spaarrekening heb je niet als je in de bijstand leeft, geloof me. Dus die grote klus werd een schuld van bijna vijfduizend euro, die we per maand aflossen. Naast de aflossingen die we al hadden voor bijvoorbeeld eigen risico zorgverzekering en afvalstoffenheffing. Kwijtschelding kregen we niet. We hadden namelijk een eigen zaak en dan gelden er andere regels.”

“Een tijdje ging het redelijk goed. Mijn man werkte aan zijn zaak, ik had een aantal klussen. Financieel geen vetpot, maar het ging. Toch kwam er weer een periode waarop we allebei niet of nauwelijks opdrachten binnen wisten te halen. Dit keer besloten we geen gebruik te maken van de Bbz- uitkering, uit angst voor nieuwe schulden. Dus vroegen we een reguliere bijstandsuitkering aan.”

“Het duurde acht weken voordat we de eerste uitkering ontvingen. Je krijgt namelijk in onze gemeente eind februari de uitkering van januari, enzovoort.

Ik kreeg een voorschot om een deel van het gat te dichten, maar zo loop je dus meteen weer achter met de vaste lasten. Natuurlijk, toen we later de bijstand konden stopzetten, kregen we nog een maand uitgekeerd. Daarmee konden we de opgebouwde schuld aflossen. Maar omdat je meteen bij aanvang op achterstand staat, ontstaat een patroon van het ene gat met het andere vullen. Ook al zijn wij best goed in budgetteren, de realiteit is dat die gaten altijd groter worden en er een restschuld overblijft."

"Na een half jaar bijstand vond ik tegen de zomer een baan. Een enorme opluchting. Eindelijk zouden we kunnen beginnen met opbouwen, in plaats van overleven. Maar het feestgevoel maakte snel plaats voor nieuwe zorgen. Een snelle berekening op de site van de belastingdienst leerde ons dat we geen recht meer hadden op toeslagen met mijn nieuwe inkomen. Met als gevolg dat ons besteedbaar inkomen er nauwelijks op vooruitging. Sterker nog, er kwam nóg een schuld bij: toeslagen worden over het jaar berekend en met mijn nieuwe inkomen hadden we een half jaar lang te veel ontvangen. Daar kwam de nieuwste envelop: duizend euro terugbetalen."

“Ook stress heeft een rekening.

"De maandelijkse zorgen over geld kosten veel. Niet alleen letterlijk, door het betalen van dure rente over rood staan of eindeloze afbetalingen. Ook de stress heeft een rekening. Iedere laatste week van de maand staat in het teken van 'hoe gaan we het doen'? De ene rekening kan wel betaald, de andere niet; daar moeten boodschappen van worden gedaan. Mijn relatie komt onder druk te staan, ik word kwaad over de uitgaven van mijn man; hij op die van mij. Er is soms verdriet, omdat een dagje weg of vakantie met de kinderen er niet in zit."

"Mijn directe omgeving weet natuurlijk van onze situatie. Onze ouders helpen ons door te lenen als het echt niet anders kan, of eens op een uitje te trakteren. Vrienden geven te kleine kleren van hun kinderen aan ons door. Daar ben ik heel erg blij mee. Er is vanuit vrienden en familie veel steun en begrip en daar ben ik dankbaar voor. Eigenlijk begrijpt iedereen die ik over mijn financiële situatie vertel wel hoe lastig het moet zijn. Dan willen mensen eigenlijk ook altijd helpen. Maar hoe graag ik ook zou willen, het blijft lastig om hier openlijk over te praten. Dat heeft vooral te maken met het idee dat je dom bent geweest, een diepgeworteld gevoel van schaamte. Terwijl die schaamte het juist ook eenzaam maakt en anderen niet in staat stelt om je te helpen, wat ze dus best zouden willen."

"Het doorbreken van die cirkel, daar werk ik hard aan. Daarnaast heb ik geleerd om niet meer te kijken naar het gras van de buren, me te focussen op de weg uit dit moeras. En vooral ook mijn zegeningen te tellen, want gelukkig zijn die er genoeg. Ik vertrouw op een toekomst waarin de zorgen over geld zullen afnemen. We werken er volgens mij hard genoeg voor."

Het invullen van een werkbriefje kost Hans al gauw een uur. Hij is bijna zestig en heeft vroeger op school nooit goed leren lezen en schrijven. Dat merkt hij nog elke dag. Hij is blij dat zijn vrouw hun kinderen goed heeft kunnen helpen bij het leren lezen en schrijven. Zijn dochters studeren nu allebei en daar is Hans trots op. Maar het liefst had hij ze ook zelf voorgelezen.

“Taal is nooit zo mijn ding geweest. Ik vond taal op school al lastig. Ik denk dat ik dyslectisch ben. De onderwijzer vond me maar dom en zette me in de hoek als ik iets fout schreef. Ik werd daar heel onzeker van. Toch lieten ze me elk jaar overgaan naar de volgende klas en heb ik het laatste jaar nog taalles gehad op het niveau van een klas lager. Ik ben daarna naar de technische school gegaan. Hier haalde ik voor taal drieën en vieren, maar de rest kon ik goed dus ben ik geslaagd. Op mijn zeventiende ben ik aan het werk gegaan als hovenier.”

“Ik merk dat ik door de taalles veel vrijer word. Ik durf nu veel meer te praten en voor mezelf op te komen.”

“Het werken bij de hovenier vond ik leuk, hoewel het soms best ingewikkeld was met al die Latijnse namen van planten. Dat bedrijf ging over de kop en toen ben ik via een uitzendbureau op de grasmaaier gekomen. En ik ben er nooit meer afgekomen. Ik heb dus al negen jaar geen vaste baan meer. Ik werk van maart tot november. Vandaag is een van de laatste dagen dat ik nog werk heb, als de winter begint is het seizoen weer over. Het liefst zou ik bij een andere hovenier aan de slag gaan, maar ik ben te onzeker om te solliciteren.”

“Taal komt telkens weer terug. De krant lees ik bijvoorbeeld niet. Sollicitatiebrieven schrijven is moeilijk en ik loop er ook tegenaan als ik in het winterseizoen weer WW moet aanvragen. Ik heb weleens mijn vakantiegeld doorgegeven in plaats van mijn vakantie-uren en kreeg daardoor problemen. Dat moet allemaal digitaal en ik begrijp de website van het UWV niet goed. Gister ben ik de hele dag bezig geweest met de berekening van mijn dagloon. De eerste keer gaven ze aan dat er niets stond bij mijn eerste werkgever, de tweede keer dat ik mijn uitkering mee moest rekenen en de derde keer moest ik weer een ander aantal dagen aanhouden. Volgens mij klopt het nog steeds niet. Ik ga dus volgende week weer zelf verder klooiën.”

“Ik vind het internet sowieso frustrerend. Als ik het verkeerd typ, dan krijg ik het niet gevonden. Dan erger ik me en laat ik het maar zitten. Ik wilde laatst een woord opzoeken uit de nieuwe gemeentegids: notificatie. Het eerste wat in me op kwam was ‘nota’, omdat ik dacht dat het om het betalen van rekeningen ging. In het woordenboek staat notificatie niet dus ging ik het op Google zoeken. Daar stonden drie definities. Ik kwam er niet uit waar het om ging.”

Op die pagina stond dat volgens het Centrum voor Leesonderzoek 99 procent van de Nederlanders het woord 'notificatie' kent. Blijkbaar behoor ik tot het overige één procent. Later begreep ik van mijn vrouw dat je een melding kan ontvangen als je wilt weten wanneer je de container aan de weg moet zetten."

"Ondanks dat ik lezen en schrijven ingewikkeld vind, heb ik laatst een rapport geschreven over welke grasmaaier ze aan moesten schaffen. Ik lees dan van alles en zoek met behulp van een online woordenboek de woorden op. Voor mijn werk moet ik steeds op andere locaties maaien. Als ik naar een nieuwe locatie moet dan legt iemand me uit hoe ik daar moet komen. Zo hoef ik geen borden te lezen. Als ik één keer ergens ben geweest, rijd ik er zo weer naar toe."

"Het liefst zou ik me omscholen en zo een vaste baan vinden. Ik heb dat ook geprobeerd. Maar na de intake voor de scholing richting metaal, hoorde ik niets meer. Ik kreeg uiteindelijk één vacature, voor een calamiteitendienst op zeventig kilometer afstand. Dat werkt natuurlijk niet. Dan kan ik nooit op tijd bij een calamiteit zijn. De man van de intake heeft nooit echt gekeken naar wat hij voor me kon doen. Ik kwam hem later tegen en wilde dat zeggen, maar ik durfde niet. Ik wist niet hoe ik het moest zeggen. Dat is mijn probleem."

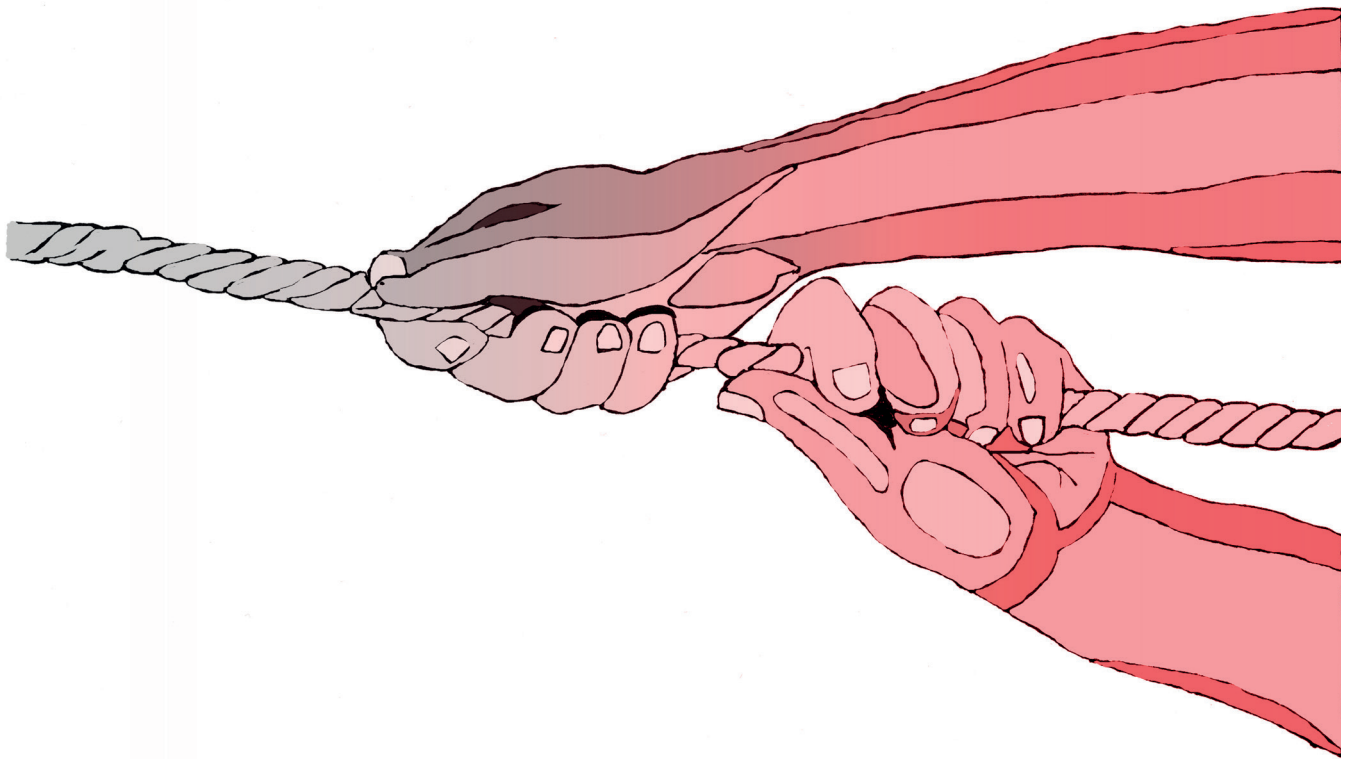
"Een paar jaar geleden ben ik naar de huisarts gegaan. Hij verwees me voor psychische hulp naar Sensire. Vervolgens ben ik via Sensire op school terechtgekomen om taalles te volgen. De eerste keer dacht ik: Wat moet ik hier? Er waren mensen van de sociale werkplaats en ik voelde me daar niet thuis. Ik zit nu bij mensen die op hetzelfde niveau zitten. Ik leer er veel en had graag eerder taalles willen hebben. Ik merk dat ik door de taalles veel vrijer word. Ik zat normaal hele dagen in stilte op de grasmaaier, maar nu durf ik veel meer te praten en voor mezelf op te komen. Qua taal gaat het langzaam, maar dat hoort erbij als je op latere leeftijd weer op les gaat. De avonden dat ik les heb zijn gezellige avonden waar ik nieuwe mensen leer kennen."

Gerda (vrouw van Hans):

"Ik zou graag willen dat Hans hulp krijgt bij het schrijven van sollicitatiebrieven, het zoeken op internet en het lezen van officiële brieven. Daar heb ik zelf vaak geen tijd voor en ik wil hem ook niet betuttelen. Tegelijkertijd ben ik bang dat er dingen fout gaan, omdat ik bang ben dat Hans iets niet begrijpt."

Ik maak mijn eigen boodschappenlijstje

Het verhaal van Wietske



Wietske is 74 jaar en door zuurstofgebrek bij haar geboorte heeft ze een hersenbeschadiging opgelopen. Ze zit vanaf haar dertiende in een rolstoel en sinds kort kan ze haar bed niet meer uit, ook niet met hulp. Sinds 2011 woont ze zelfstandig. Daarvoor heeft ze in allerlei instellingen gewoond. Maar wat betekent zelfstandig wonen eigenlijk voor Wietske, aangezien ze nog steeds afhankelijk is van hulp?

“Ik wilde graag zelfstandig wonen, maar eigenlijk wist ik helemaal niet of ik dat wel fijn vond. Dus ik vroeg of ik eerst kon ‘proefwonen’. Nee, dat kon niet op die plek waar ik dat wilde. Toen vond een maatschappelijk werkster toch een mogelijkheid. Ik kon één week proefwonen in Winterswijk. Ik moest eerst boodschappen doen voor de hele week. Brood, melk, dat wist ik nog net, maar verder? Ik had dat nog nooit gedaan. Ik had wel iemand die me hielp met boodschappen doen, maar wat ik kocht, dat moest ik ineens zelf bepalen.”

“Toen ik in Winterswijk aankwam, dacht ik: wat moet ik toch doen allemaal? Ik kreeg honger en wachtte tot het eten kwam. Maar toen bedacht ik me ineens: o ja, ik moet zelf de keuken bellen om avondeten te bestellen! In alle woonvormen waar ik had gezeten, kreeg je je eten elke dag op dezelfde tijd en moest je elke dag op dezelfde tijd naar bed. Een tijd die door de begeleiding werd bepaald. Tijdens het proefwonen was ik hartstikke druk, want ik moest alles ineens zelf regelen. Ik mocht zelf bedenken welk fruit ik wilde eten, welke boodschappen ik kocht en wanneer ik iets dronk. Ook stuurde ik zelf de mensen aan die schoonmaakten. Ik kende de stad niet, dus alles was nieuw. Ik had niet eens meer tijd om te roken. Maar ik vond het hartstikke leuk! Het was ook spannend, want ja, ik had nooit geleerd om zelfstandig alles te regelen. Normaal leer je dat thuis en groei je daar mee op. Dat was anders bij mij. Dus ik neem het mezelf ook niet kwalijk dat ik het nog niet allemaal wist.”

“Ik ben afhankelijk van anderen, maar ik kan nog wel zelf nadenken wat ik wanneer wil doen.”

“Na die week kwam ik terug in de instelling en ik vond het zó raar. Ik dacht: wat doe ik hier eigenlijk? Er werd weer bepaald wanneer ik moest eten. Ik moest kruiswoordpuzzels maken en tekenen. Allemaal dingen doen die me niets interesseren. En ik hoorde weer: ‘Heb je dat pilletje al gehad?’ Mens, hou toch eens op, dat kan ik zelf wel bedenken! Kijk, ik heb een handicap en daarom heb ik zorg nodig, ben ik afhankelijk van anderen. Maar ik kan nog wel zelf nadenken wat ik wanneer wil doen. Het liefst wilde ik leren hoe ik zelfstandig kon wonen, wat ik dan allemaal moest doen. Want dat wist ik gewoon niet. Wat versta ik onder zelfstandigheid? Kijk, dat ik jou een kopje koffie aanbied, ook al zet iemand anders het omdat ik dat niet kan, dát zie ik al als zelfstandigheid. Ik bedenk het zelf. En dat is belangrijk. Maar dat vergeten mensen vaak.”

“Omdat het weekje proefwonen heel goed beviel, heb ik een huis gehuurd. Ik woon nu zelfstandig en ik krijg thuishulp. Ik regel zelf de zorg die ik nodig heb en als mijn bed stuk is, bel ik zelf iemand om het te maken. Wat vooral belangrijk is, is dat ik veel contacten heb: vrienden die me begrijpen en weten dat ik graag nieuwe dingen leer. Ik leer zoveel van mijn vrienden. Als ik niet zoveel mensen om me heen had gehad, was ik al lang weggeweest hier. Ik kreeg bijvoorbeeld eerst officiële computerles. Hij had het over een document. Ik dacht: document? Dan ga je toch naar de notaris? Ik kende die taal niet. Ik voelde dat hij dacht: dit wordt niks. Ik ben niet gek of achterlijk, maar ik moest gewoon die taaal leren. Ik word er nog kwaad om. Gelukkig had ik mensen om me heen die me hebben leren computeren. En nu computer ik gewoon, ook al is het met wat aanpassingen.”

“Naar mensen luisteren is zó belangrijk.

“Soms zeggen mensen ook weleens te snel: dat kan je wel. Ik kan bijvoorbeeld wel goed horen, maar niet goed zien. Ook registreer ik informatie wat langzamer. Dan juich ik voor een goal die al tien seconden daarvoor werd gemaakt. Dat is een onzichtbare handicap. Of mensen zeggen: ga nou gewoon met je rolstoel die stoep op. Ik heb dat vroeger niet geleerd, dus ik heb dan gewoon even iemand nodig die me een hand geeft. Ik heb aanpassingen nodig om dingen te kunnen of te leren. Of ik doe er wat langer over. Dat wordt al beter, er zijn tegenwoordig veel meer aanpassingen beschikbaar. Ik heb nu een aangepaste computer die voorleest en een groot toetsenbord heeft.”

“Ik wil nu graag Engels leren, een tablet gebruiken en ik zou een boek willen schrijven. En dan vind ik het fijn als mensen mij een kans geven. In de zorg worden mensen op een bepaalde manier opgeleid. Ze gaan ervan uit dat je niks kan. De ene dag kan ik wel een vork naar mijn mond brengen, en de andere dag niet. Dat is misschien verwarrend voor hulpverleners. Maar naar mensen luisteren is zó belangrijk. Dat zou nog wel beter kunnen in de zorg. Nu ik zelfstandig woon, leer ik wel beter om voor mezelf op te komen. De thuiszorgmedewerker helpt me daarbij.”

“Mijn moeder zei altijd: je kan twee dingen doen. Je kan de zielige kant kiezen. Of je kan er wat van maken. Ik kies ervoor om interessante boeken te lezen en programma's te kijken. Ik houd veel van bloemen en muziek. Ik probeer de deur altijd een beetje open te houden, zodat ik contacten kan leggen. Toen ik bijvoorbeeld hoorde dat mensen in mijn flat contact zochten, heb ik ze uitgenodigd. Inmiddels komen ze elke week langs en vieren we zelfs kerst samen. Dat ik mensen om me heen heb die me begrijpen, dat is mijn redding geweest.”



De verhalen zijn geschreven door medewerkers van Spectrum:

Jorien van Lambalgen p.6, p.30

Anja van de Boer p.9

Emmie Gaasbeek & Loubna Alsayed p.12

Peter Turkesteen p.15

Charlotte Post p.18

Henriëtte Neuijen p.21

Lotte van Ooijen p.24

Monique Jongenburger p.36, p.40

SPECTRUM
partner met elan.





www.spectrumelan.nl