

U STAAT ER NIET ALLEEN VOOR!



U STAAT ER NIET ALLEEN VOOR!

Veel pleegouders verzwijgen hun problemen met pleegkinderen die ernstig probleemgedrag vertonen. Pleegouders durven soms geen hulp vragen. Als u met Geweldloos Verzet begint, is het belangrijk dat u met andere mensen praat en steun vraagt. Geweldloos Verzet moedigt u aan om uw ervaringen, zorgen, angsten en hoop met hulpverleners, vrienden en familie te delen. Geen gemakkelijke opdracht, maar u zult zien dat de meeste mensen positief reageren. Wetenschappelijk onderzoek toont overigens aan dat ondersteuning positieve effecten heeft op het verloop van pleeggezinplaatsingen.

Doorbreek de stilte over wat er in uw pleeggezin gebeurt. Vraag om hulp. Dit is geen teken van zwakte. En het betekent ook niet dat u de verantwoordelijkheid over uw pleegkinderen uit handen geeft. Integendeel. Het is een cruciale stap om opnieuw positieve relaties te ontwikkelen en u minder eenzaam en geïsoleerd te voelen.

Tekst: Frank Van Holen, Johan Vanderfaellie en Femke Vanschoonlandt

Illustraties door Ben Seys, www.benseys.com

Een meer diepgaande beschrijving vindt u in het boek van Haim Omer 'Geweldloos verzet in gezinnen'. Een nieuwe benadering van gewelddadig en zelfdestructief gedrag van kinderen en adolescenten, uitgegeven door Bohn Stafleu van Loghum.

Deze werkmap vormt een onderdeel van 'Pleegouders Versterken in Opvoeden – module Geweldloos Verzet', een intensief ondersteuningsprogramma voor pleegouders, ontwikkeld door de Vrije Universiteit Brussel en de Vlaamse diensten voor pleegzorg, met steun van het Agentschap Jongerenwelzijn.



Wat houdt u tegen om hulp te vragen?

- U wilt andere mensen niet met uw zorgen belasten.
De meeste mensen zijn behulpzaam en voelen zich vereerd als u hen om hulp vraagt.
- U bent bang om beoordeeld te worden.
Veel mensen hebben gelijkaardige geheimen en problemen en zijn blij om die met u te kunnen delen.
- U wilt niet als een slechte pleegouder overkomen.
U zult indruk maken omdat om hulp durft vragen om de problemen daadkrachtig aan te pakken.
- U bent bang om afgewezen te worden.
Deze kans is klein. Want iedereen levert een bijdrage op zijn manier, bijvoorbeeld alleen al door u moreel te ondersteunen.
- U wilt de bestaande relatie met uw familie of kennissen niet beschadigen.
De relatie verbetert door wederzijdse ondersteuning en vriendschap.
- U kent niemand die kan helpen.
Hulpverleners zijn ook helpers. Bovendien staan ze u bij om potentiële helpers in uw vriendenkring te vinden. Ook vele pleegouders die het Geweldloos Verzet-programma doorliepen, willen u ondersteunen. Uw hulpverlener kan u informeren over hun ervaringen, en een ontmoeting regelen.
- U bent bang dat uw pleegkind wordt overgeplaatst.
Hoe sneller u open over de problemen praat, hoe groter de kans dat u gepaste hulp vindt en een overplaatsing vermijdt.
- U bent bang dat de ouders dit zullen aangrijpen als argument om de plaatsing te beëindigen.
Dat is inderdaad mogelijk. Maar anders blijft u alleen met de problemen. Bovendien zoekt uw hulpverlener samen met u naar hoe u een positieve dialoog met de familie van uw pleegkind verkrijgt, gebaseerd op Geweldloos Verzet.
- U denkt dat uw pleegkind zal reageren met nog meer boosheid, ontgoocheling, pijn of verachting.
Die reactie kunt u inderdaad verwachten. Blijf herhalen dat u steun vraagt omdat u uw pleegkind graag ziet en zijn extreme gedrag wilt stoppen.
- U hebt het gevoel dat u niet loyaal bent aan uw pleegkind.
U beschermt uw gezin tegen het gewelddadige gedrag van uw pleegkind. Dat is uw morele plicht.
Door hulp te zoeken, krijgt u bovendien meer zelfvertrouwen.



Welke hulp krijgt u?

De mensen die u inschakelt, helpen u op verschillende manieren.

- Ze bezoeken uw pleegkind of nemen contact op per telefoon, e-mail of brief.
- Ze bemiddelen tussen u en uw pleegkind.
- Ze beschermen andere kinderen in uw gezin.
- Ze bezoeken uw gezin als de situatie uit de hand dreigt te lopen.
- Ze houden toezicht op het doen en laten van uw pleegkind.
- Ze helpen u zoeken als uw pleegkind verdwenen is.
- Ze getuigen over wat er in huis gebeurt.
- Ze ondersteunen u om vastberaden het geweld te stoppen, zelfbeheersing te ontwikkelen en minder reactief te worden.
- Ze doen iets actiefs en positiefs met uw pleegkind en uw gezin.
- Ze bieden u praktische hulp.
- Ze luisteren naar uw verhalen.
- Ze luisteren naar uw pleegkind.

Helpers zijn getuige, bemiddelaar of beschermer!

Pleegouders beslissen:



Dit is een voorbeeld van een brief die uw hulpverlener naar uw helpers stuurt.
Met uw toestemming natuurlijk.

Geachte ...

Beste ...

Wij zijn blij dat u bereid bent om het pleeggezin bij te staan. Wij ondersteunen de pleegouders op basis van Geweldloos Verzet. De Werkmap voor pleegouders biedt u informatie over dit ondersteuningsprogramma.

Uw steun vermindert het probleemgedrag en bevordert het welslagen van de pleeggezin-plaatsing. We hopen dat de informatie hieronder u helpt om ons ondersteuningsprogramma te begrijpen. We geven u graag ook een aantal ideeën over hoe u de pleegouders kunt steunen.

Doel van de ondersteuning

De opvoeding van een pleegkind met extreem gedrag is een zware opgave. Het vereist veel energie en kan voor pleegouders uitputtend zijn. De mogelijkheid om een beroep te doen op een goed ondersteunend netwerk geeft pleegouders de kracht om door te zetten. Het laat verschillende ondersteunende acties toe en helpt hen om deze uitdaging aan te kunnen.

Wat kunt u als helper doen?

Helpen hoeft niet veel tijd te kosten. U beslist zelf hoeveel tijd en energie u hiervoor wilt vrijmaken. Er zijn verschillende manieren om pleegouders te ondersteunen: u kunt hen emotioneel ondersteunen of praktische hulp bieden, u kunt bemiddelen tussen de pleegouders en het pleegkind, of u kunt het pleegkind ondersteunen. Het is erg belangrijk om uw mogelijke inbreng grondig met de pleegouders te bespreken.

Hieronder leest u een aantal suggesties die andere mensen inspireerden:

- U kunt contact opnemen met het pleegkind (rechtstreeks, per telefoon, brief of e-mail) en vertellen dat u op de hoogte bent van wat er in het pleeggezin gebeurt en dat de pleegouders u om steun hebben gevraagd. Maak aan het pleegkind duidelijk dat u om hem geeft en dat u gelooft in zijn mogelijkheden om het probleem aan te pakken. De communicatie met het pleegkind zou positief en warm moeten zijn, en zeker niet beschuldigend. Vermijd preken en moraliseren.
- Hebt u een goede persoonlijke band met het pleegkind? Dan kunt u voorstellen om een afspraak te maken. Zo kunt u later samen met het pleegkind naar oplossingen zoeken of bemiddelen tussen het pleegkind en zijn pleegouders. Het pleegkind voelt zich daardoor minder aangevallen en geïsoleerd.
- Nemen de pleegouders met u contact op na een moeilijk incident? Laat dan het pleegkind weten dat u ervan op de hoogte bent (rechtstreeks, per telefoon, brief of e-mail).
- U kunt de pleegouders helpen om toezicht te houden over het doen en laten van hun pleegkind. Of u kunt hen helpen zoeken als ze niet weten waar hun pleegkind is.
- Een bezoek aan het pleeggezin is heel waardevol. Elk bezoek versterkt de pleegouders.
- Beperk uw inbreng niet tot de moeilijke momenten. Toon ook interesse voor de dingen die goed gaan in het leven van het pleegkind. Laat het weten dat u op de hoogte bent van positieve gebeurtenissen en daarover verheugd bent. Zeg niet: “Zie je wel, als je wilt, kun je het wel”. Dit ondermijnt uw positieve boodschap.

Ontmoeting tussen pleegouders en helpers

Indien nodig organiseren we een bijeenkomst met de pleegouders, de mensen die bereid zijn om te steunen en de hulpverleners. Tijdens deze bijeenkomst zoeken we hoe u de pleegouders kunt steunen. Het is ook een goed moment om elkaar beter te leren kennen.

Met vriendelijke groet

Naam van de hulpverlener

Een bijeenkomst met pleegouders, helpers en hulpverleners organiseren, vraagt een grondige voorbereiding samen met uw hulpverlener.

