

Ik vertel

10 verhalen over basishulp

Lokalis



Ik vertel

10 verhalen over basishulp



Voorwoord

Gezinnen die vragen of problemen hebben met betrekking tot de opvoeding, kunnen sinds 2015 rekenen op basishulp vanuit Lokalis. Maar wat is basishulp? In dit boekje wordt, aan de hand van een 10-tal voorbeelden, toegelicht wat basishulp wel en niet is. Het betreft altijd maatwerk, passend bij de behoeften van een gezin. En is altijd gericht op zelfstandig verder kunnen, eventueel met hulp vanuit de directe omgeving. Utrechters vertellen hun verhalen, uit eigen ervaring. Zij laten zien wat basishulp voor hen betekent.

Met dank aan alle geïnterviewden, die hun verhaal zo openhartig vertelden.



**Marenne
van Kempen**



**Bestuurder
Lokalis**

Veerkrachtig opgroeien

Vragen of problemen, die ook de ontwikkeling of opvoeding van kinderen raken. Veel gezinnen komen ze op enig moment tegen, zo stelt Marenne van Kempen, bestuurder van Lokalis. Gezinnen die hulp kunnen gebruiken, krijgen deze sinds januari 2015 van een gezinswerker van één van de 20 Utrechtse buurt- of schoolteams.

“De gemeenten zijn sinds 2015 verantwoordelijk voor alle zorg voor jeugd”, vertelt Marenne. “Nieuw gedachtegoed en een nieuwe werkwijze waren nodig. De buurtteams, die basishulp bieden, vormen daar de kern van. Voorheen kregen burgers met meerdere vraagstukken al snel te maken met een groot aantal organisaties en dus hulpverleners. Zorg was niet makkelijk toegankelijk en versnipperd. Gezinnen vonden het vaak lastig en tijdrovend om passende zorg te vinden. Ook was hetgeen werd geboden niet altijd op maat voor het gezin in en met de eigen omgeving.”



‘Aanwezigheid in de wijk is wezenlijk’

Bij het buurtteam kan iedere inwoner van de stad met een hulpvraag terecht. In iedere wijk is een voordeur. Fysiek, telefonisch en digitaal. “Dat we werken vanuit de wijk is wezenlijk. De directe omgeving is voor veel gezinnen van groot belang. Hoe moeilijk of makkelijk het is om hetgeen op je pad komt te hanteren, hangt onder meer daarvan af.” De vragen die de gezinswerkers van Lokalis krijgen, zijn heel divers. “Schulden of woonproblemen, gedrags- en psychiatrische problematiek, vraagstukken rond ouders of kinderen met een beperking,

vechtscheidingen en huiselijk geweld. Gezinswerkers helpen gezinnen bij het vinden van antwoorden op hun vragen en het oplossen of beter hanteerbaar maken van problematiek. Ze behandelen niet, daar is onder andere de psychiatrie voor. Gezinswerkers gaan met kinderen, jongeren en ouders op zoek naar een antwoord dat bij hen past. Ze luisteren goed en problematiseren niet onnodig. Oplossingen worden door en met ouders gezocht in samenwerking met hun omgeving. Een kind met gedragsproblematiek helpen, werkt niet als dat kind op school wordt gepest. Samenwerking met school maakt verbetering duurzaam.”

Een buurtteam bestaat uit generalisten, die elk hun eigen kennis en werkervaring meebrengen. Door de generalistische werkwijze bestaat het risico dat gezinswerkers specifieke problematiek onvoldoende herkennen en specialistische zorg laat betrekken. “Hoe je dit ondervangt? Onze medewerkers zijn allemaal getraind op die gebieden waar het herkennen en bespreekbaar maken van signalen erg van belang is, zoals veiligheid. Daarnaast kunnen zij met vragen terecht in hun eigen team bij een collega met de benodigde achtergrond, en bij kenniskringen binnen onze organisatie. Ook kunnen ze altijd collega’s binnen de specialistische zorg consulteren. Wanneer een behandeling wordt ingezet vanuit de specialistische zorg blijft de gezinswerker veelal betrokken. Hij of zij ondersteunt het gezin en zijn omgeving. Door de nieuwe manier van werken is de gehele situatie van het gezin het uitgangspunt en sluit de hulp daarop aan.”

Marenne van Kempen
Bestuurder Lokalis



Paulijne Stolck
&
Sharon van den Berg





**Buurteam
Oost**

Persoonlijke oplossingen

Paulijne is een perfectionistische tiener. Op de middelbare school heeft ze hier veel last van. Daarnaast heeft ze moeite om leeftijdsgenoten te vertrouwen. 's Avonds ligt ze vaak gespannen in bed. Door begeleiding van Sharon van den Berg, van Buurtteam Oost, is ze weer een blijde tiener.

“Omdat er bij de psycholoog een wachtlijst was, werden mijn ouders en ik verwezen naar het buurtteam”, vertelt Paulijne. “We kregen beiden ondersteuning. Alleen mijn verhaal vertellen, luchtte al enorm op.” Samen met Sharon verwoordt Paulijne 3 leerdoelen. “Ik wilde zelfverzekerder worden in mijn contact met leeftijdsgenoten. Daarnaast wilde ik me rustiger voelen op school. 's Avonds wilde ik ontspannen naar bed gaan en rustig slapen.” Sharon en Paulijne maken een bolletjesschema gericht op haar vrienden, familie, gezin en vrije tijd. “Bij iedere vriendin vertelde ik wat de vriendschap voor mij betekent. Voorheen wilde ik iedereen plezieren. Nu zag ik letterlijk op papier dat ik genoeg leuke vriendinnen heb. Dat gaf rust. Een van mijn vriendinnen gaat soms een periode wat meer met anderen om. Ik werd daar altijd onzeker van. Nu trek ik in zo'n periode ook meer naar andere vriendinnen, want ik weet: ik heb genoeg leuke vriendinnen.”



‘De meeste oplossingen kwamen uit mezelf’

Om Paulijnes angsten in bed te verminderen, introduceert Sharon het 4G-schema (gebeurtenis, gedachte, gevoel, gevolg). Paulijne: “Dit schema gaat uit van een gebeurtenis. Die kun je niet beïnvloeden. Je kunt wel je gedachten erover veranderen. Deze bepalen je gevoel en je gedrag. Ik was in bed vaak bang voor geesten. Daar had ik allerlei enge gedachten over. Toen ik me bedacht dat mijn overleden oma over me waakte, werd ik veel rustiger. Als gevolg sliep ik beter

en werd ik uitgerust wakker.” Sharon en Paulijne bespreken tevens dat Paulijne een keuze heeft in de artikelen die zij leest en de programma’s die zij kijkt. “Ik weet nu dat ik geen verhalen over geesten moet lezen voor het slapen.” Omdat Paulijne naast paniekerige gedachten ook een druk op haar borst ervaart, raadt Sharon haar aan om naar de huisarts te gaan. Een Mensendieck-therapeut stelt vervolgens hypoventilatie vast. “Ik ademde te hoog, waardoor ik niet voldoende zuurstof binnenkreeg. Met ademhalingsoefeningen verdween dit.”

‘Doordat het op allerlei terreinen beter met Paulijne gaat, gaat het op school ook beter’

“Doordat het op allerlei terreinen beter met Paulijne gaat, gaat het op school ook beter”, vertelt Sharon. “Voorheen was ik steeds gestrest”, vult Paulijne aan. “Nu leerde ik loslaten en relativeren. Als ik een keer een slecht cijfer haal, kan ik nog steeds dokter worden.” In een afrondende presentatie vertelt Paulijne haar ouders wat ze leerde. “Ik voel me blijer en ben zelfverzekerder richting klasgenoten en vriendinnen. Ik ben nog steeds perfectionistisch, maar kan beter omgaan met spanning. Zonder Sharon was dit me niet gelukt. Toch kwamen de meeste oplossingen uit mezelf. Sharon stelde me vragen en liet me zien wat er wél goed ging, zo kwam ik op ideeën. Ik vroeg mijn moeder bijvoorbeeld om een Psalm voor me op papier te zetten. Die lees ik wanneer ik gespannen ben voor het slapen. Door de mooie woorden word ik rustig.” Afscheid nemen van Sharon was voor Paulijne ingewikkeld. “Ik weet dat ik altijd terug mag komen bij het buurtteam. Toch voel ik me onzeker. Het is als zelfstandig leren fietsen. Als je net leert fietsen, is het fijn dat iemand je zadel vasthoudt.”

Paulijne Stolk (13)

Leerling VWO

Sharon van den Berg (34)

Gezinswerker (Buurtteam Oost)





Anna
&
Juul Wichgers



**Buurtteam
De Meern**

Zonder pilletje

Vanwege financiële vragen loopt Anna binnen bij Buurteam De Meern. Anna is alleenstaande moeder en worstelt met de opvoeding van haar 5-jarige zoon Ravi. Gezinswerker Juul Wichgers ondersteunt moeder en zoon.

“Met vragen over mijn Wajong-uitkering, parttime werken en het behouden van financiële stabiliteit, kwam ik bij het buurtteam”, vertelt Anna. “Al snel raakte ik met Juul in gesprek over mijn zoon Ravi en zijn driftbuien. Omdat zijn vader een drugsverslaving heeft, voed ik Ravi alleen op. Dat is niet altijd makkelijk. Toen ik bij het buurtteam aanklopte, had hij een periode dat hij ’s avond niet naar bed wilde. Ik was continu met hem in strijd. Juuls suggestie dat hij bang was, was een eyeopener voor me. Toen ik aandacht gaf aan zijn gevoel, was zijn verzet binnen een paar dagen verdwenen. Uiteindelijk bleek hij bang voor een supermug.”



‘Door de gesprekken met Juul en Thijs viel alles op zijn plek. Ik begrijp Ravi nu veel beter’

Ondanks de gesprekken met Juul blijven er lastige momenten. Anna: “Op school hadden de juffen moeite met Ravi’s gedrag. Hij weigerde bepaalde opdrachten uit te voeren. Na wat gesprekken tussen Ravi en zijn juf bleek dat Ravi moeite had met opstartjes.” Het lijkt even beter te gaan op school. “Tot Ravi’s vader contact met ons zocht. Ravi raakte helemaal in de war en reageerde zich agressief af op zijn klasgenootjes. Vreselijk. Ik maakte me veel zorgen: mijn zoon was niet gelukkig, de juf gaf aan dat er een grens bereikt was en andere moeders waren boos op mij. Tegelijkertijd volgde ik zelf therapie om de trauma’s uit mijn jeugd te verwerken en had ik de verantwoordelijkheid voor mijn huishouden. Een heftige periode dus.” Juul is vanuit het buurtteam contactpersoon voor Ravi’s school. Anna: “Samen met de juffen en de

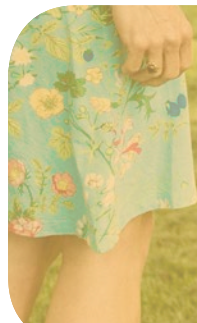
Intern Begeleider van de school spraken we over Ravi. Ik organiseerde daarna speelafspraken tussen Ravi en de kinderen die hij pijn had gedaan. Daarnaast beëindigde ik het contact tussen hem en zijn vader.”

‘Ravi krijgt op een ontspannen manier de ruimte om zich te uiten’

Omdat Ravi soms bijzonder gedrag vertoont, stelt Juul voor om Integrale Vroeghulp, een werkgroep van specialistische hulpverleners, te consulteren. Anna: “Het was fijn om met specialisten van gedachten te wisselen. We besloten dat Juul en ik een paar gesprekken zouden voeren met Thijs, een gz-psycholoog van Youké. Zijn nadruk op positief opvoeden sprak me enorm aan. Ook had hij direct een klik met Ravi.” Anna ontdekt dat haar eigen emotionele worsteling, door het vroegtijdig overlijden van haar ouders, veel invloed heeft op haar zoon. “Daarnaast is Ravi ook gewoon Ravi: een kind dat veel duidelijkheid en structuur nodig heeft.” Juul: “Tijdens de gesprekken vielen er veel kwartjes bij Anna. Ze werd rustiger, dat voelde Ravi. Ook hij werd daardoor rustiger. Als zij goed in haar vel zit, heeft dat een positieve invloed op Ravi.”

Anna ziet nu beter wat Ravi nodig heeft. Zij weet hem positief te bekrachtigen.

Ook op school gaat het beter. Iedere vrijdag haalt Juul Ravi een half uur uit de klas. Juul: “Samen lezen we een boekje met een thema en spelen we een spelletje. Zo krijgt Ravi op een ontspannen manier de ruimte om zich te uiten.” Anna: “Door de gesprekken met Thijs en Juul viel alles op zijn plek. Ik begrijp Ravi nu veel beter. En dat alles zonder pilletje.”

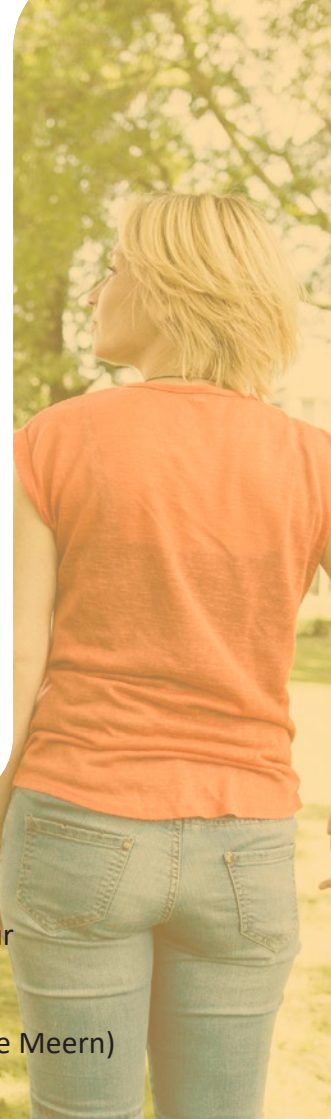


Anna (27)

Salarisadministrateur

Juul Wichgers (42)

Gezinswerker (Buurtteam De Meern)



A portrait of a young woman with long, straight blonde hair and black-rimmed glasses. She is wearing a black top and is looking slightly to the right of the camera with a gentle smile. The background is a blurred brick building under a clear blue sky. A semi-transparent green rounded rectangle is overlaid on the left side of the image, containing the text.

Madelon
&
Mesut Ertana



**Buurtteam
Zuilen**

Samen een nieuwe start

Wanneer Madelon en haar vriend hun relatie voor de tweede keer verbreken, heeft haar vriend moeite om Madelon los te laten. Madelon voelt zich bedreigd en belt de politie. Na een zorgmelding bij Buurtteam Zuilen gaat gezinswerker Mesut Ertana met beide partners in gesprek.

“De communicatie tussen ons verloopt vaak moeizaam”, vertelt Madelon. “Het ging uit omdat we veel ruzie maakten. We wonen een paar straten bij elkaar vandaan. Als hij zijn hond uitliet, stond hij vaak lang voor mijn huis. Ook riep hij dingen. Ik voelde me bedreigd door zijn gedrag, sliep slecht en durfde de deur niet meer uit. Ik was bang dat hij mij of mijn dochter iets aan zou doen.” De politie maakt zich zorgen om de veiligheid van Madelon en haar 8-jarige dochter en schakelt het buurtteam in.



**‘Ik kon moeilijk verwoorden wat eraan schortte.
Door de vragen van Mesut lukte dit me wel’**

Samen met een collega legt gezinswerker Mesut contact met Madelon. “Ons eerste gesprek was heel fijn”, vervolgt Madelon. “Ik kon mijn zorgen en angsten uiten.” In overleg met Madelon gaat Mesut ook in gesprek met haar vriend. Mesut: “Hij vertelde meteen dat hij Madelon en haar dochter nooit iets aan zou doen. Beiden vertelden me dat ze veel van elkaar houden. Toch is het voor hen, door trauma’s uit het verleden, lastig om hun liefde op een goede manier vorm te geven. In een driegesprek spraken we over de voorwaarden van een gezonde relatie.” Een nieuwe start lijkt gemaakt.

In een volgend gesprek tussen Madelon en Mesut blijkt echter dat er meer speelt. Madelon: “Door onverwerkte ervaringen uit mijn verleden zat ik overbelast in de ziektewet. Mijn moeder is overleden. Met mijn vader heb ik geen contact. Mijn werk aan de Hogeschool Utrecht was mijn basis. Voor het eerst voelde ik me ergens thuis. Omdat tijdelijke contracten niet meer verlengd werden, werd de helft van mijn team ontslagen. Dat wat me kracht gaf, viel opeens weg. Ik werd angstig en isoleerde mezelf. Ik kon moeilijk verwoorden wat eraan schortte. Door de vragen van Mesut lukte dit me wel. Samen zochten we een plek waar ik onder gespecialiseerde begeleiding mijn trauma’s kan verwerken. Ik start binnenkort en hoop met deze therapie sessies mijn levenslust terug te vinden.”

‘Ik blijf betrokken terwijl beiden hun eigen problemen aanpakken’

Ook bij haar vriend spelen gebeurtenissen uit het verleden een rol. Door de aanwezigheid van een dominante vader leerde hij niet om zijn gevoelens op een gezonde manier te uiten. Bij Mesut voelt hij zich op zijn gemak. Samen werken ze aan het contact met zijn kinderen uit een eerder huwelijk. Ook helpt Mesut hem via zijn netwerk aan een baan.

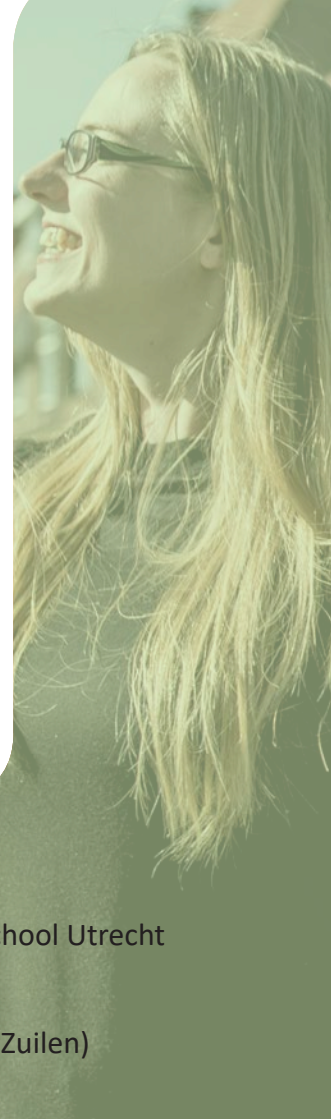
Onder begeleiding van Mesut zetten Madelon en haar vriend hun eerste stappen. Madelon is niet meer bang en hun contact is hersteld. De politie is uit beeld. Mesut: “Ik blijf betrokken terwijl beiden hun eigen problemen aanpakken. Als ze verder zijn, kunnen ze samen wellicht een nieuwe start maken.”

Madelon (33)

Medewerkster helpdesk Hogeschool Utrecht

Mesut Ertana (54)

Gezinswerker (Buurtteam Zuilen)





Angela de Kruijff

&

Elleke de Graaf



**Buurtteam
Dichters-
en Rivierenwijk**

Geen rotkind

Jarenlang denkt Angela dat haar zoon Peter moeilijk opvoedbaar is. Ze twijfelt aan haar capaciteiten als moeder. Ze baant zich een weg door de wirwar aan hulpverlenende instanties en komt uiteindelijk terecht bij Buurteam Dichters- en Rivierenwijk.

“Ik heb altijd gezien dat mijn kind anders is dan andere kinderen”, vertelt Angela. “Hij praatte laat, was druk in de klas en had veel ondersteuning nodig bij de dagelijkse dingen. Geen hulpverlener kon mij vertellen wat er aan de hand was. Ik voelde me een slechte moeder. Omdat ik mijn zoon niet begreep, waren er bij ons thuis veel spanningen. Door mijn borderline schiet ik snel in de emotie en de frustratie.” Wanneer Peter naar de middelbare school gaat, loopt hij vast. “Hij spijbelde veel en was agressief, wat zich uitte in het gooien met spullen. Via Altrecht kwam er een hulpverlener in ons gezin. Dat gaf verlichting, maar hij kwam enkel voor mijn zoon. Ik stond nog steeds alleen met mijn frustratie.”



‘Bij Elleke kan ik terecht met mijn opvoedvragen, maar ook met mijn frustratie, verdriet en kleine successen’

Vanaf januari 2015 wordt Angela begeleid door gezinswerker Elleke de Graaf uit Buurteam Dichters- en Rivierenwijk. “Inmiddels waren ook Samen Veilig en de William Schrikker Jeugdbescherming bij ons betrokken”, vervolgt ze. “Ik had met 6 verschillende hulpverleners te maken. Ik werd gek van alle afspraken en gesprekken. Om bij de verschillende instanties te komen, moest ik geregeld de halve stad door met de bus. Omdat er bij ons thuis geen crisissituatie was, werd ik overdragen naar het buurtteam. Hun kantoor zit bij mij om de hoek. Ik kan er lopend naartoe. Bij Elleke kan ik terecht met mijn opvoedvragen, maar ook met mijn frustratie, verdriet en kleine successen. Enkel Altrecht bleef betrokken bij mijn zoon, dat gaf rust.”

Peter wordt begin 2015 bij Altrecht getest. De diagnose die in februari volgt, komt bij Angela hard aan. “PDD-NOS, een vorm van autisme. Toen ik hoorde wat er met mijn zoon aan de hand is, werd ik veel rustiger. De pijn was er niet minder om.” Elleke helpt Angela haar emoties een plek te geven. Elleke: “Daarnaast maakten we afspraken met de hulpverlener van Altrecht. Omdat kinderen met autisme gebaat zijn bij structuur en regelmaat besloten we dat Altrecht Peter blijft begeleiden. Angela kan met al haar vragen bij mij terecht. Ik weet veel over autisme. Wanneer mijn kennis onvoldoende is, kan ik met vragen bij collega’s terecht. Ook winnen we informatie in bij de gz-psycholoog van Altrecht.”

‘Angela is vastbesloten om voor Peter de juiste opleidingsplek te vinden’

Door de ondersteuning van Elleke voelt Angela zich veel rustiger. “De sfeer in huis is veel beter. Ik heb weer contact met mijn zoon. Ik ben geen slechte moeder. Ik heb geen rotkind. Ik heb een kind dat een speciale benadering nodig heeft. Wanneer ik hem dingen goed en rustig uitleg, pakt hij ze op.” Peter gaat nu weer naar school en haalt goede resultaten. Binnenkort maakt hij een overstap naar een vervolgopleiding. “Dat is een grote verandering, en dus lastig voor hem. Voor mij is het, door alle wet- en regelgeving, lastig om de juiste plek voor hem te vinden. Gelukkig ondersteunt Elleke me hierbij.”

Elleke: “Angela gaat heel voortvarend te werk en zoekt zelf veel uit. Zij is vastbesloten om voor Peter een opleidingsplek te vinden, die hem ondersteunt in zijn ontwikkeling.”

Angela de Kruijff (42)
Moeder van Peter

Elleke de Graaf (33)
Gezinswerker (Buurtteam Dichters- en Rivierenwijk)





Cristina Popesca
&
Simoës Richardson



**Buurtteam
Kanaleneiland-
Noord**

Maanden zwerven

In 2011 bevalt Cristina van haar zoon Luca. Haar partner is niet klaar voor een gezin en zet haar op straat. Samen Veilig plaatst haar kind in een pleeggezin. Via Stichting de Tussenvoorziening maakt Cristina een nieuwe start. Sinds oktober 2014 wordt ze ondersteund door Simoës Richardson van Buurteam Kanaleneiland-Noord.

“Mijn ex-partner had drugsproblemen”, vertelt Cristina. “Hij was niet klaar voor een gezin. Toen onze zoon 1 maand oud was, zette hij mij op straat. Er was op dat moment geen opvangplek voor een moeder met kind. Daarom werd Luca door Samen Veilig in een pleeggezin geplaatst. Ik raakte dakloos.” Na 4 maanden zwerven, komt Cristina terecht bij Stichting de Tussenvoorziening. “Hier zette ik eerste stappen om mijn leven weer op te bouwen. Dat was niet makkelijk. Ik had alles: een huis, een man, een kind. Opeens had ik niets meer. Ik was boos, verdrietig en lastig in de omgang. Gelukkig hadden mijn begeleiders geduld met me. Er werd een uitkering voor me aangevraagd. Mijn geld werd beheerd door Stadsgeldbeheer. Ik leefde van een wekelijkse toelage. Mijn kind zag ik 1 keer per maand 1 uur.”



**‘Ik had alles: een huis, een man, een kind.
Opeens had ik niets meer’**

Cristina woont op verschillende locaties van de Tussenvoorziening. “Op de laatste locatie, Tussennoord, bewoonde ik een zelfstandig appartement. Een keer per week kreeg ik begeleiding. Luca mocht af en toe een weekend blijven. Langzaam kwam mijn leven tot rust.” Door een urgentieregeling krijgt Cristina in oktober 2014 een appartement via Woningcorporatie Portaal. “Een zelfstandige woning was voor mij een eerste stap om mijn kind weer thuis te krijgen. Ik vond het heel spannend om opeens alleen te wonen, zonder begeleiding. Ik had diverse problemen, onder meer met de vader van Luca. Daarom was ik blij met de door de woningbouwvereniging verplichte ondersteuning vanuit het buurtteam.”

“Mensen die vanuit de Tussenvoorziening een reguliere huurwoning betrekken, zijn vaak kwetsbaar”, vult gezinswerker Simoës aan. “De woningbouwvereniging doet een handreiking naar deze groep, maar vraagt een stukje zekerheid terug. Vanuit het buurtteam ondersteunen wij mensen gedurende een periode van 2 jaar om goede huurder te zijn.”

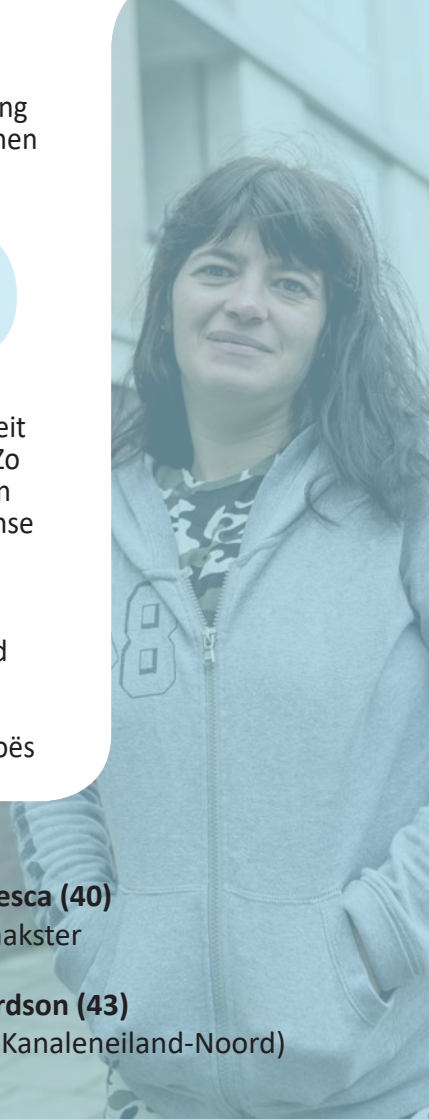
‘Vanuit het buurtteam ondersteunen wij mensen om goede huurder te zijn’

De eerste periode, waarin Simoës Cristina begeleidt, is erg onrustig. Terwijl Cristina stabiliteit probeert te creëren, wordt zij regelmatig gedwarsboomd door acties van haar ex-partner. Zo bedreigt hij haar en haar kind met de dood. “Daarnaast verloor ik door zijn beschuldigingen mijn uitkering.” Er lopen verschillende rechtszaken tegen Cristina. “Vanwege mijn Roemeense afkomst is mijn Nederlands niet perfect. Samen met Simoës las ik alle officiële brieven. Daarnaast hielp hij mij mijn rust bewaren en het overzicht behouden. Hij ondersteunde me in mijn contact met de woningbouw, Samen Veilig en Stadsgeldbeheer. Ik kon mijn verhaal bij hem kwijt als ik in paniek was. Hij hielp mij telkens weer om mijn doel, mijn kind thuisbrengen, voor ogen te houden.”

Na anderhalf jaar is de situatie van Cristina redelijk stabiel. “Door alle gesprekken met Simoës heb ik meer rust. Ik heb zelfs werk gevonden, als schoonmaakster.” Het begeleidingstraject vanuit de woningcorporatie vervalt binnenkort. Toch blijft Simoës Cristina ondersteunen. “Er loopt op verzoek van Cristina, een onderzoek naar de beste woonplek voor haar zoon. Als hij haar wordt toegewezen, blijf ik om haar te helpen in de nieuwe gezinssituatie. Zo niet, dan gaat Cristina in hoger beroep en blijf ik haar ondersteunen.”

Cristina Popesca (40)
Schoonmaakster

Simoës Richardson (43)
Gezinswerker (Buurtteam Kanaleneiland-Noord)





Aisha

&

Femke van der Schoor



**Buurtteam
Leidsche Rijn**

Slechts voorbijgangers

Aisha is een alleenstaande moeder met 2 jonge kinderen. Ze heeft gezondheidsklachten en kampt met schulden. Omdat ze het alleen niet redt, vraagt ze thuisbegeleiding aan. Deze krijgt ze aanvankelijk via Aveant. Vanaf het najaar van 2014 ondersteunt Femke van der Schoor haar vanuit Buurtteam Leidsche Rijn.

“Als alleenstaande moeder is het heel fijn om af en toe vragen te kunnen stellen over de opvoeding”, vertelt Aisha. “Ook heb ik behoefte om stoom af te blazen. Er is geen vader bij wie ik dit kan, en ik wil niet dat mijn kinderen last hebben van de dingen waar ik mee rondloop. Toen ik net bij Femke kwam, had ik veel last van een posttraumatische stressstoornis. Ik heb in mijn eigen jeugd veel meegemaakt. Door oude ballast raakte ik in een burn-out. Ik wist even niet welke kant ik met mijn leven op wilde.”



‘Omdat Femke me in heel moeilijke periodes heeft ondersteund, blijft de vertrouwensband’

Naast een psycholoog en een schuldhulpverlener helpt Femke Aisha de draad op te pakken. Aisha: “Naast moeder-zijn, wilde ik ook weer iets voor mezelf doen. We maakten samen een lijstje van dingen waar ik energie van krijg. Hierdoor kwam ik op het idee een wandelgroep te starten. Eerder al wandelde ik samen met mijn buurvrouw. Door onze vergelijkbare situaties hadden we veel aan elkaar. En in de natuur raakt je hoofd even leeg.” Sinds een jaar organiseert Aisha 1 keer in de drie weken inspiratiewandelingen in een nabijgelegen park. Via een Facebook-pagina kunnen mensen zich aanmelden. “Zo doe ik iets wat ik heel leuk vind. Tegelijkertijd bouw ik aan mijn netwerk. Als ik straks beter in mijn vel zit, wil ik heel graag iets met coaching doen.”

Naast het oppakken van dagbesteding ondersteunt Femke Aisha in haar contact met de vader van haar oudste zoon. Aisha: “Onze communicatie verliep niet altijd makkelijk. Soms hielp Femke me door samen een e-mail op te stellen. Een andere keer schreef ik de mail zelf en gaf ze me feedback voor ik deze verstuurde. Omdat ik me erg onzeker voelde, ging ik steeds meer op Femke leunen. Als ik maar even iets moeilijk vond, belde ik haar.”

Femke: “Als medewerkers van het buurtteam zijn wij slechts voorbijgangers in iemands leven. Daarom stimuleren we mensen om zo veel mogelijk zelf op te pakken. Als alleenstaande moeder heeft Aisha best veel op haar bordje. Toch is ze sterker dan ze zelf soms denkt.” Doordat Femke Aisha laat zien wat ze goed doet, durft ze meer en meer op zichzelf te vertrouwen. Aisha: “Femke moedigde me aan, gaf me handvatten en tips waarmee ik zelf aan de slag kon. Naderhand gaf ze me complimenten. Zo groeide stukje bij beetje mijn zelfvertrouwen.”

‘Als medewerkers van het buurtteam zijn wij slechts voorbijgangers in iemands leven’

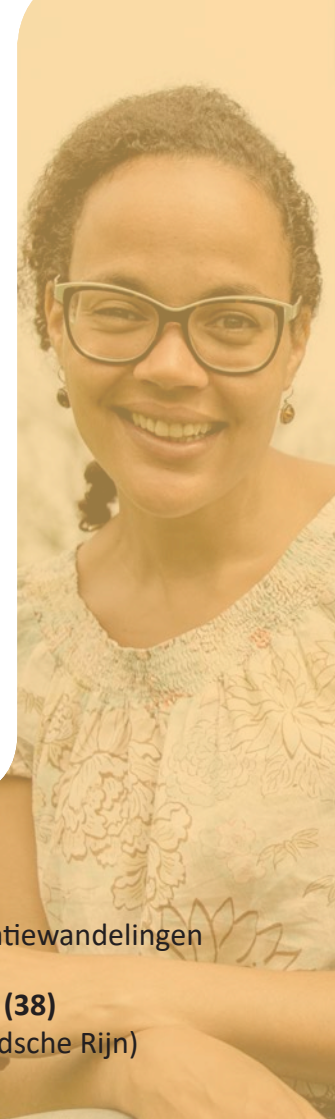
Inmiddels gaat het goed met Aisha. Zes maanden geleden zag ze Femke voor het laatst. Aisha: “Femke helpt me op het moment om een heraanvraag voor de kinderopvangtoeslag te doen. Gelukkig kan ik bij haar terecht wanneer ik weer ondersteuning nodig heb. Daardoor hoef ik mijn verhaal niet opnieuw te vertellen. Femke weet wat er bij me speelt. En omdat ze me in heel moeilijke periodes heeft ondersteund, blijft de vertrouwensband.”

Aisha (37)

Moeder en organisator van inspiratiewandelingen

Femke van der Schoor (38)

Gezinswerker (Buurtteam Leidsche Rijn)



A woman with light brown hair tied back, wearing a black top with a large bow and a light-colored jacket, stands in a park. The background features a path, green grass, and various trees, including a prominent red-leafed tree on the left. The scene is captured in a soft, natural light.

Stella de Weerd
&
Rieneke van Vulpen



**Buurteam
Overvecht-
Vechtzoom**

Te veel hulpverleners

Stella is moeder van 4 kinderen met speciale behoeften en wensen. Aanvankelijk zijn er 16 hulpverleners betrokken bij haar gezin. Doordat Stella zich focust op haar kinderen verliest ze haar financiële situatie uit het oog. Ze bouwt een huurachterstand op, waardoor huisuitzetting dreigt. De sociale dienst verwijst haar begin 2015 naar Rieneke van Vulpen van Buurtteam Overvecht-Vechtzoom.

“Mijn oudste dochter is geboren met een open ruggetje”, vertelt Stella. “Daardoor kan ze nauwelijks lopen en heeft ze als meisje van 15 jaar het IQ van een 7-jarige. Ze woont in een woonvoorziening van Reinaerde. Mijn tweelingjongens zijn door ongeregelde heden in het verleden uit huis geplaatst. Alleen mijn jongste dochter woont thuis.”

Wanneer Stella bij Rieneke komt voor hulp dreigt een huisuitzetting. “Er kwamen 16 hulpverleners bij ons over de vloer. Ik was veel tijd kwijt aan alle gesprekken en richtte me daarnaast compleet op mijn kinderen. Anderen liet ik mijn rekeningen betalen. Doordat ik de verkeerde mensen vertrouwde, moest ik bijna mijn huis uit.” Rieneke helpt Stella allereerst om overzicht te krijgen in haar financiën. Stella: “Via de rechtbank werd mij een bewindvoerder toegewezen. Ik dankte God op mijn blote knieën. Ik krijg nu wekelijks mijn geld en heb geen omkijken naar rekeningen.”



‘Sinds ik Rieneke heb, voel ik me veel rustiger’

Door de hoeveelheid hulpverleners die bij het gezin betrokken zijn, is het een chaos in Stella's hoofd. “Als de een de deur uit liep, kwam de volgende binnen.” Rieneke loopt een paar weken mee bij alle afspraken. Daarna maken ze samen een overzicht van de verschillende gezinsleden en hun

hulpverleners. Rieneke: “Zo konden we zien wie er werkelijk belangrijk waren. Er bleven 4 mensen over, inclusief ikzelf. Met deze mensen overleggen we driemaandelijks.”

Stella houdt nu meer tijd over voor haar kinderen. “Ik leef voor ze. Ze zijn mijn alles.” Helaas verloopt de communicatie tussen haar en de hulpverleners van haar kinderen geregeld moeizaam. Door ervaringen uit het verleden is haar vertrouwen broos. “Ik denk snel dat mensen dingen achter mijn rug om bespreken. Dan word ik agressief en vlieg uit mijn pan. Dat Rieneke mij bij alle afspraken en beslissingen betreft, is voor mij heel belangrijk. Ze gaat met me mee naar belangrijke afspraken en zit naast me tijdens telefoongesprekken.” Rieneke: “Soms bereiden we een gesprek voor door een rollenspel. Ik vraag Stella dan wat zij uit het gesprek wil halen en welke vragen ze daartoe moet stellen. Stella weet zelf heel goed welke oplossingen voor haar gezin werken. Ik hoef daar mijn ideeën niet op los te laten.”

‘Stella weet zelf heel goed welke oplossingen voor haar gezin werken’

Op de momenten dat Stella het even niet ziet zitten en zich onbegrepen voelt, kan ze bij Rieneke terecht. “Nadat ik ben uitgeraasd en heb uitgeuild, kan ik er weer tegen. Ik ga dan opnieuw in gesprek.”

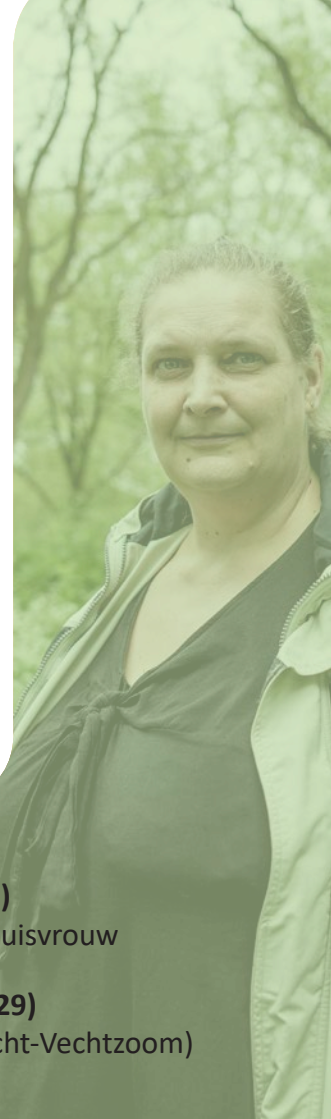
Rieneke: “Stella heeft veel meegemaakt. Desondanks vecht ze voor haar kinderen en krijgt ze veel gedaan. Zij en haar man vervullen een belangrijke rol in de wijk. Ze staan voor iedereen klaar, hebben een groot netwerk en organiseren allerlei activiteiten.” Stella: “Ik vind dat belangrijk. Gelukkig voel ik me een stuk rustiger nu ik Rieneke heb.”

Stella de Weerd (45)

Moeder van 4 kinderen en huisvrouw

Rieneke van Vulpen (29)

Gezinswerker (Buurtteam Overvecht-Vechtzoom)



A woman with dark, wavy hair, wearing a white button-down blouse, is looking upwards and to the right with a slightly distressed or thoughtful expression. Her right hand is raised to her forehead. She is standing outdoors in front of several vertical banners for MBO (Middelbaar Beroepsonderwijs) featuring portraits of people. The background is bright and sunny. A large, semi-transparent pink shape is overlaid on the left side of the image, containing the text.

Sander Molenaar
&
Misja Poulissen



MBO
Middelbaar Beroeps Onderwijs

Jeugdteam
MBO

Lage drempel

Het Jeugdteam MBO van Lokalis start als pilot in november 2013. Sinds mei 2015 zijn de medewerkers van het team gestationeerd op twee mbo-scholen in de stad Utrecht. Zij begeleiden scholieren met diverse hulpvragen. Gezinswerker Misja Poulissen ondersteunt Sander Molenaar.

Via zijn mentor en de taakdocent zorg komt Sander bij het Jeugdteam MBO. “Ik trok bij mijn mentor aan de bel omdat ik niet lekker in mijn vel zat. Mijn ouders lagen in scheiding. Ik had veel zorgen en kon bij niemand terecht. Ik spijbelde, mijn schoolprestaties vielen tegen en ik voelde me enorm onzeker.” Bij Misja vindt Sander een luisterend oor. “Het voelde meteen goed. Ik kan al mijn vragen en problemen met haar bespreken. Op mijn vorige opleiding kreeg ik ondersteuning vanuit schoolmaatschappelijk werk. Daar had ik weinig aan. Mijn begeleidster pakte alleen schoolgerelateerde problemen met me aan. Misja ondersteunt me bij alles waar ik in het dagelijks leven tegenaan loop.”



**‘Misja staat naast me en denkt met me mee.
Ik sta er niet meer alleen voor’**

“Voorheen werden jongeren met ingewikkeldere problemen doorverwezen naar hulpverleners buiten school”, vertelt Misja. “Zo raakte de school het zicht op de ontwikkeling van een leerling kwijt. Ons team is letterlijk in het schoolgebouw aanwezig. We zien wat er gebeurt en we hebben direct contact met docenten. Zo voorkomen we geregeld schooluitval. Dat we dichtbij zijn, maakt het verschil. Voor de jongere is de drempel om naar ons toe te komen veel lager.”

Samen stellen Misja en Sander van tijd tot tijd doelen op, met daarbij behorende acties. Sander: “We startten met de dingen die de meeste prioriteit hebben. In mijn geval betekende

dat mijn vader aanzetten tot het invullen van belastingformulieren zodat ik mijn studiefinanciering kreeg om mijn schoolkosten en zorgverzekering te betalen. Door de scheiding van mijn ouders was het contact tussen mijn vader en mij soms lastig. Ik durfde hem niet te bellen en aan te spreken op zijn verantwoordelijkheid. Misja hielp me door het letterlijk voor te doen, met de telefoon op de speaker. Daarna lukte het me om het contact verder op te pakken. Een stage vinden, zodat ik mijn opleiding kon voortzetten, was ook belangrijk. Daarnaast bespraken we in een driegesprek met mijn mentor hoe ik mijn achterstanden in kon halen.” Misja: “Vanuit het buurtteam vinden we het belangrijk dat een mentor weet wat er bij een jongere speelt. Hij of zij kan gedrag daardoor beter plaatsen en begrijpt wat al dan niet haalbaar is op school. Wij nemen een jongere altijd mee in alle communicatie die wij hebben met docenten.”

‘Dat we dichtbij zijn, maakt het verschil’

Sander vindt de manier waarop Misja hem begeleidt heel prettig. “Ik zit nu veel beter in mijn vel. De begeleiding van Misja helpt mij, maar ook mijn omgeving. Thuis gaat het nu veel beter. Misja hielp me onderscheid te maken tussen wat bij mij hoort en wat bij mijn ouders hoort. Ik heb nu veel meer rust in mijn hoofd. Daardoor kan ik me weer focussen op school.”

Misja ziet dat Sander rustiger is en steeds zekerder wordt van zichzelf. “Hij denkt meer na voordat hij reageert. Ook durft hij meer, bijvoorbeeld een telefoontje plegen om een stageplek te regelen. Hij heeft nog steeds zo nu en dan een steuntje in de rug nodig. Die mag ik hem geven.”

Sander Molenaar (20)
Student Medewerker ICT, niveau 2

Misja Poulissen (42)
Gezinswerker (Jeugdteam MBO)





Suzanne
&
Quintus Thies



**Buurtteam
De Meern**

Samen op pad

Suzanne is moeder van een 14-jarige tweeling. Een van de jongens heeft autisme. Haar zoon van 7 vertoont ‘ander’ gedrag en haar man worstelt met een posttraumatische stressstoornis (PTSS). Stichting MEE ondersteunt het gezin. Vanwege de transitie neemt gezinswerker Quintus Thies, van Buurteam De Meern, de begeleiding over.

“Een van mijn oudste zonen heeft PDD-NOS”, vertelt Suzanne. “Mijn jongste had begeleiding nodig omdat er op school ‘ander’ gedrag werd geconstateerd. Mijn man kampte met een posttraumatische stressstoornis (PTSS). Ik hield het gezin draaiend.” Suzanne staat op instorten. “Ik herinner me een moment waarop ik in de keuken stond te koken. Mijn kinderen speelden heel lief, maar het geluidsniveau was mij te hoog. Ik werd boos, kon alleen nog snauwen. De kinderen begrepen er niets van en waren in dikke tranen. Toen wist ik: er moet iets veranderen.” Met Quintus praat Suzanne over hoe zij de zorg voor haar gezin kan dragen. Quintus: “Hoe sterk Suzanne is, hangt samen met het functioneren van haar gezin en hoe zij zich tot iedereen verhoudt. We zorgden eerst voor goede ondersteuning voor haar jongste zoon. Daarnaast probeerden we haar man meer te betrekken bij de opvoeding en het gezinsleven.”



‘Zonder vastomlijnd doel vond ik gaandeweg uit wat voor mij en mijn gezin werkt’

Om Suzanne tijdelijk te ontlasten, vragen Quintus en zij ondersteuning aan vanuit Home-Start. Suzanne: “Negen maanden lang kwam er een middag per week een vrijwilliger bij ons thuis. Iemand met verstand van autisme. Hij hielp mijn oudste zoon bij het aanbrengen van structuur en met het maken van huiswerk. Met mijn jongste ondernam hij regelmatig leuke activiteiten.

Ook met mijn ‘gezonde zoon’, voor wie ik door alle sores weinig aandacht had, sprak hij veel. Doordat ik bij de gesprekjes tussen hem en mijn kinderen was, leerde ik hen weer op een positieve manier benaderen. Iets wat me eerder niet meer lukte.” Naast de begeleiding vanuit Home-Start spreekt Suzanne veel met Quintus over grenzen. “Ik wist niet meer waar mijn grenzen lagen. Ik cijferde me helemaal weg voor mijn gezin. Quintus hield me een spiegel voor. Dat was heel confronterend. Er zijn wat tranen gevloeid. Toch gaf het me veel inzicht. Ik kan mijn kinderen nu bijvoorbeeld uitleggen dat ik erg moe ben en hen vragen om rustiger te spelen of even ergens anders te spelen.”

‘Hoe sterk Suzanne is, hangt samen met het functioneren van haar gezin’

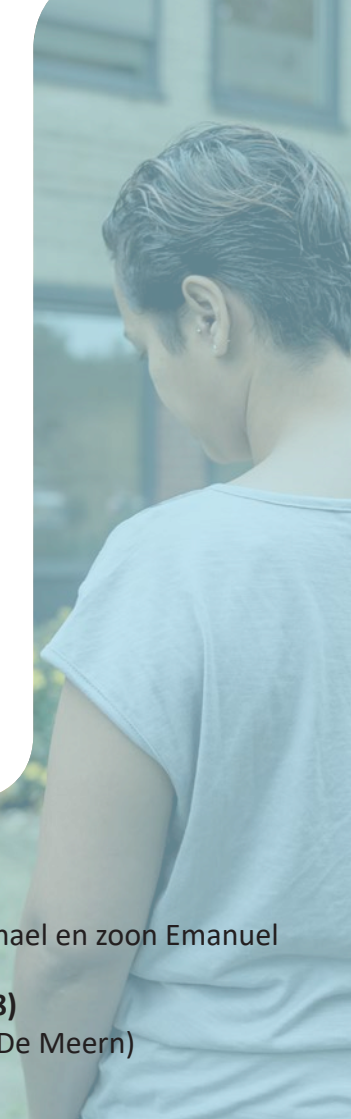
Het gaat zo goed met Suzanne dat de begeleiding via Home-Start is beëindigd. Suzanne: “De kinderen zijn blijer en opener. Zelf ben ik veel optimistischer. Samen met mijn man vormen we weer een gezin in plaats van een groepje eenlingen.” Suzanne verwezenlijkt in het afgelopen jaar zelfs een paar van haar eigen dromen. “Omdat Quintus me na verloop van tijd vroeg wat ik nu eigenlijk zélf wilde, kwam ik op het idee een opleiding te volgen tot KNVB-voetbaltrainer en –coach. Ook ging ik weer hardlopen. Ik ga nu zelfs af en toe uit eten met een vriendin of een nachtje weg met mijn man. Dingen die eerder ondenkbaar waren. Ik zie Quintus veel minder, maar dat is goed. Hij was er voor mij op de momenten dat ik het nodig had. Dat gaf me het vertrouwen en de veiligheid om dingen aan te gaan. Ik was Quintus’ eerste klant. Daardoor gingen we echt samen op pad. Zonder vastomlijnd doel vond ik gaandeweg uit wat voor mij en mijn gezin werkt.”

Suzanne (37)

Moeder van tweeling Damian en Michael en zoon Emanuel

Quintus Thies (28)

Gezinswerker (Buurtteam De Meern)



Colofon

Uitgave: © Stichting Lokalis, 2016
Coördinatie en tekst: © Damiët Kuin
Fotografie: © Tommy N Lance Photography
Vormgeving: © Frank van der Kuyl
Drukwerk: Gianotten printed media

Stichting Lokalis
Postbus 13192
3507 LD Utrecht
www.lokalis.nl



Copyright - © Stichting Lokalis. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar worden gemaakt, op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Stichting Lokalis en de overige auteursrechthebbers.

