



plaats voor pleeggezinnen

# Pleegzorg- eiland

**BRENG IN KAART HOE JIJ IN JE VEL ZIT**

**DRAAIBOEK VOOR EEN NETWERKBIJEENKOMST VOOR PLEEGOUDERS**



**de NVP**

Churchillaan 11 | 3527 GV Utrecht | 030-2931500  
[www.deNVP.nl](http://www.deNVP.nl) | [info@denvp.nl](mailto:info@denvp.nl)

# Pleegzorgeiland

## DE ACTIVITEIT IN HET KORT

Een bijeenkomst waarin pleegouders voor zichzelf en met elkaar de balans opmaken: hoe gaat het nu echt met mij als pleegvader of pleegmoeder?

## VOOR WIE IS DEZE ACTIVITEIT BEDOELD?

- Voor pleegouders die elkaar (regelmatig) opzoeken om als groep ervaringen uit te wisselen en met elkaar mee te leven.
- Voor groepen pleegouders die graag (wat meer) persoonlijke ervaringen en verhalen met elkaar willen delen.
- Groepsgrootte: vanaf ongeveer vijf personen.

## WAT IS HET DOEL?

- Pleegouders brengen voor zichzelf in kaart hoe zij er momenteel voor staan.
- Pleegouders komen meer te weten over hoe het met de anderen gaat.
- Pleegouders kunnen doelen of wensen voor zichzelf formuleren.

## ACHTERGRONDINFORMATIE

Hoe gaat het met je? Die vraag stellen we elke dag wel aan iemand. En meestal is 'goed' het antwoord dat je krijgt. Soms is er ruimte om net even wat meer met elkaar te delen. Dat kan waardevol zijn, want belangstelling doet je goed. En als degene met wie je het gesprek aan gaat zelf ook pleegouder is, kan dat extra helpen om je hart eens goed te luchten. Al pratend kun je dan meteen je eigen gedachten ordenen. Want 'hoe gaat het?' is eigenlijk best een grote vraag.

Tijdens deze bijeenkomst maak je als pleegouder op een creatieve manier voor jezelf en met elkaar de balans op. Centraal staat een eiland (zie werkblad 1), waarop van alles te beleven is. Door te bedenken welke plek op het eiland het beste past bij hoe jij je momenteel voelt, krijg je letterlijk meer zicht op waar je staat. Verschillende werkvormen kunnen daarbij worden gebruikt.

Bijeenkomsten met pleegouders duren eigenlijk altijd te kort omdat er zó veel te bespreken is. Zo ook dit keer. Alleen nu gaat het een keer niet over de pleegkinderen, maar echt over jou. Geen gek idee, want als jij goed in je vel zit, zijn zij de eersten die daar profijt van hebben

## **OP ELKAAR LETTEN**

Dat pleegzorg niet altijd makkelijk is, zal waarschijnlijk wel doorklinken in de verhalen die deelnemers gaan vertellen. Maar soms is het ronduit zwaar. Bij pleegouders die in zo'n moeilijke periode zitten, komt deze bijeenkomst misschien wel erg dichtbij.

Probeer oog te hebben voor elkaar. Het geeft niet als mensen hun hart uitstorten, flink van zich af praten of als er emoties loskomen. Maar wanneer mensen de bijeenkomst gefrustreerd of verdrietig verlaten, kan het goed zijn om na afloop of in de dagen daarna nog even contact te hebben. Zodat je kunt laten merken dat je als groep meeleeft en misschien ergens bij kunt helpen.

## **PRAKTISCHE INFORMATIE**

- De bijeenkomst duurt ongeveer anderhalf uur, van welkom tot afsluiting.
- De benodigde voorbereidingstijd voor de gespreksleider is ongeveer 30 minuten.

## **VOORBEREIDING**

- Er zijn verschillende werkvormen waar je uit kunt kiezen. De eerste is de basiswerkvorm, waarbij iedereen individueel aan het woord komt. In de tweede werkvorm sta je stil bij hoe het met jullie als groep gaat en in werkvorm drie breng je de ontwikkeling in kaart die mensen (willen) doormaken. Kies de vorm die jou het meest aanspreekt of waarvan je denkt dat die het beste bij jullie groep past.
- Zorg ervoor dat je voor iedere deelnemer een mooie kopie van het eiland krijgt, het liefst in kleur.

# Werkvorm 1: Eilandgasten

<b>DOEL</b>	In kaart brengen hoe het met je gaat en dit met elkaar delen.
<b>DUUR</b>	Ca. 60-120 minuten (afhankelijk van groepsgrootte en groepsindeling).
<b>MATERIALEN</b>	Voor alle deelnemers een potlood of pen en een kopie van werkblad 1: Pleegzorgeiland.
<b>ACTIVITEIT</b>	<p>Heet iedereen hartelijk welkom bij deze bijeenkomst. Zijn er mensen voor het eerst? Neem dan kort de tijd om even met elkaar kennis te maken.</p> <p>Leg uit wat er tijdens deze bijeenkomst gaat gebeuren. Bijvoorbeeld op de volgende manier:</p> <p><i>‘Hoe gaat het met je?’ Die vraag stellen we elkaar regelmatig. Het antwoord is bijna altijd ‘goed’, of dat nu wel of niet echt waar is. Voor een wat uitgebreider antwoord is niet altijd ruimte. Bovendien moet je de vraag soms even op je in laten werken: Hoe gaat het eigenlijk met me? Vaak is het dan makkelijker om over de pleegkinderen te beginnen. Want daar is altijd wel iets over te vertellen.</i></p> <p><i>In deze bijeenkomst staat diezelfde vraag centraal: Hoe gaat het eigenlijk? Alleen is er dit keer wat meer ruimte om die vraag te beantwoorden. In de eerste plaats voor jezelf. En vervolgens ook, voor wie dat wil, met elkaar. Centraal daarbij staat Pleegzorgeiland, een plek die speciaal is ontworpen om ons als pleegouders te helpen bedenken hoe de vlag erbij hangt.</i></p> <p>Geef de groep vervolgens een rondleiding over het eiland:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Welkom op pleegzorgeiland. Er is hier voor iedereen van alles te doen en te beleven. Het eiland staat symbool voor jouw wereld als pleegouder.</li><li>• Laten we een korte rondleiding doen, zodat je meteen een beetje je weg kunt vinden:<ul style="list-style-type: none"><li>○ Pleegzorgeiland is echt een eiland, omringd door zee. Je kunt er komen, of vandaan gaan, met een bootje.</li><li>○ Aangekomen op het eiland, zie je meteen dat er van alles te doen is. Zo kun je ontspannen in een ligstoel met zicht op zee, of lekker vissen op de steiger. Er staan overal bankjes om even op adem te komen, Er is een speeltuin waar je plezier kunt maken, of waar je kunt kijken naar spelende kinderen.</li><li>○ Maar er is ook een café. Daar wordt voor je gezorgd en je spreekt er anderen. Er is een school waar je veel kunt leren, een kapelletje waar je even stil kunt worden of een kaarsje kunt aansteken.</li></ul></li></ul>

- Er staan wat huisjes, waar je kunt verblijven en waar je zo even bij elkaar binnen loopt. Er is een berg. Hoog en steil: je moet flink klimmen. Maar eenmaal boven is het uitzicht prachtig.
- Tenslotte is er nog het woud. Je verdwaalt er makkelijk en het is er zó donker dat je soms door de bomen het bos niet meer ziet...

Geef iedereen nu even de tijd om voor zichzelf te bedenken: welke plek op het eiland typeert het beste hoe jij je als pleegouder op dit moment voelt? Is het een top-periode? Gaat het bergop of juist bergafwaarts? Ben je onderweg, ben je veel aan het leren? Is het momenteel lekker ontspannen, is het een periode van bezinning of dreig je te verdwalen in het woud van hechtingsproblemen, gedoe met procedures of instanties?

Iedere deelnemer kan voor zichzelf 'positie bepalen'. Uiteraard is er geen goed of fout, kunnen mensen een eigen betekenis aan dingen geven. Mist er iets op het eiland? Dan kun je dat uiteraard zelf toevoegen.

Wanneer iedereen zijn of haar plek bepaald heeft, is het tijd om met elkaar in gesprek te gaan. Let erop dat, om echt recht te kunnen doen aan ieders verhaal, er zo'n tien minuten per persoon nodig is. Bij een groepsgrootte tot ongeveer acht personen kan dat in één groep. Zijn er meer pleegouders? Overweeg dan om de groep te splitsen zodat iedereen voldoende tijd krijgt.

Neem de tijd om te luisteren naar ieders verhaal. Want iedereen beleeft pleegzorg op een andere manier en het is heel boeiend te horen wat iedereen beweegt. De volgende vragen kunnen misschien helpen om echt wat meer van elkaar te weten te komen:

- Hoe ben je tot de keuze voor deze plek gekomen?
- Waar staat die plek voor jou symbool voor?
- Wat zorgt ervoor dat je jezelf juist daar bevindt?
- Hoe ervaar je het om op die plek te zijn?
- Hoe werkt dat door in het contact met je pleegkind?

Aan het eind van het gesprek kun je nog een moment de tijd nemen met elkaar na te praten. Wat vond iedereen van het gesprek? Wat heeft het jou en jullie als groep opgeleverd? En is het een idee om het eiland er over een tijdje nog eens bij te pakken? Bedank tenslotte iedereen voor de openheid en voor het luisteren naar elkaar en maak, als dat nodig is, alvast afspraken voor de volgende bijeenkomst.

## Werkvorm 2: Waar staan we?

**DOEL:** Deze werkvorm is een aanvulling op werkvorm 1 en heeft als doel om ook te inventariseren waar je als groep staat.

**DUUR:** Circa 30 minuten (plus de tijd die nodig is voor werkvorm 1).

**VOORAF:** Voor deze werkvorm heb je opnieuw voor iedereen deelnemer een kopie van het werkblad met het eiland nodig. Daarnaast kun je ervoor kiezen om het eiland op extra groot formaat uit te printen, zodat je dit als een 'poster' kunt ophangen en iedereen het kan zien.

**ACTIVITEIT:** Deze werkvorm is een aanvulling op werkvorm één: Eilandgasten. Lees en gebruik dus de instructie op de vorige pagina.

Wat verandert, is dat je nu ook op één exemplaar van het eiland ieders plek intekent. Er ontstaat dan een beeld van waar iedereen en daarmee waar jullie als groep staan.

Naast de vragen die je kunt stellen over ieders persoonlijke keuze en het verhaal daarachter, is het nu ook interessant om met elkaar te kijken naar de volgende vragen:

- Wat valt op als je naar ons als groep kijkt en we elkaars verhalen horen?
- Is er veel verschil in hoe we ervoor staan? Hebben mensen hetzelfde nodig, of juist iets heel anders?
- Zijn er mensen die het gevoel hebben dat iemand anders uit de groep iets voor hem of haar zou kunnen betekenen?
- Op welke manier kunnen we er als groep voor zorgen dat iedereen het zo goed mogelijk heeft?

Wanneer er concrete acties, verbeter- of bespreekpunten uit het gesprek naar voren komen, spreek dan met elkaar af op welke manier je daar iets mee doet.

Aan het eind van het gesprek kun je nog een moment de tijd nemen met elkaar na te praten. Wat vond iedereen van het gesprek? Wat heeft het jou en jullie als groep opgeleverd? En is het een idee om het eiland er over een tijdje nog eens bij te pakken? Bedank tenslotte iedereen voor de openheid en voor het luisteren naar elkaar en maak, als dat nodig is, alvast afspraken voor de volgende bijeenkomst.

## Werkvorm 3: Van A naar beter

**DOEL:** In kaart brengen hoe het met je gaat en dit met elkaar delen. In kaart brengen welke ontwikkeling je als pleegouder doormaakt en wilt doormaken

**DUUR:** Circa 30 minuten (plus de tijd die nodig is voor werkvorm 1).

**ACTIVITEIT:** Deze werkvorm is een aanvulling op werkvorm één: Eilandgasten. Lees en gebruik dus de instructie op pagina 2.

Wat verandert, is dat pleegouders niet alleen in kaart brengen waar zij 'staan', maar ook welke ontwikkeling zij hebben doorgemaakt en welk doel zij hebben.

Voer de werkvorm uit zoals uitgelegd op pagina vier. Vraag de pleegouder, nadat zij in kaart gebracht hebben waar zij 'staan', ook de plek te markeren die past bij waar zij een half jaar geleden stonden. Als dat gedaan is, volgt er nog één vraag: Waar hoop je dat je je over zes maanden bevindt?

Wanneer dit is gelukt, zijn er natuurlijk tal van vragen om aan elkaar te stellen! Omdat dit per persoon wat meer tijd vergt, is het aan te raden hiervoor in twee- of drietallen uit elkaar te gaan. Zo kun je echt goed doorpraten over het proces van de afgelopen maanden en ieders wensen en doelen voor de komende tijd.

De volgende vragen zijn interessant om met elkaar te bespreken:

- Kun je iets vertellen over de ontwikkeling die je de afgelopen maanden hebt doorgemaakt? Hoe ben je van A naar B gekomen?
- Hoe zou je de plek omschrijven waar je hoopt over zes maanden te zijn? Wat is daar anders dan hoe het nu is?
- Hoe zou de weg eruit kunnen zien om daar te komen?
- Denk je dat je die weg zelf kunt afleggen? Wie zou je daarbij kunnen helpen?
- Soms kom je op je weg ineens allerlei beren tegen. Welke beren zouden dat bij jou kunnen zijn? Hoe zou je die kunnen schieten?

Aan het eind van het gesprek kun je nog een moment de tijd nemen met elkaar na te praten. Wat vond iedereen van het gesprek? Wat heeft het jou en jullie als groep opgeleverd? En is het een idee om het eiland er over een tijdje nog eens bij te pakken? Bedank tenslotte iedereen voor de openheid en voor het luisteren naar elkaar en maak, als dat nodig is, alvast afspraken voor de volgende bijeenkomst.



