



plaats voor pleeggezinnen

# Was getekend

**ZET JE PLEEGZORG-GEDACHTEN OP PAPIER**

**DRAAIBOEK VOOR EEN NETWERKBIJEENKOMST VOOR PLEEGOUDERS**



**de NVP**

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

# Was getekend

## DE ACTIVITEIT IN HET KORT

Pleegouders zetten hun ervaringen, gedachten en gevoelens op een rij door het schrijven van een brief aan hun pleegkind of aan iemand anders. Een aantal pleegouders leest de brief ook voor aan de groep.

## 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 met elkaar willen delen.
- Groepsgrootte: ongeveer zes tot twaalf personen.

## WAT IS HET DOEL?

Pleegouders de gelegenheid geven hun gedachten en gevoelens te ordenen en elkaar beter te leren kennen. De werkvorm brengt bovendien wat rust en verdieping in de groep.

## ACHTERGROND

Als pleegouder beleef je dagelijks dingen die het vertellen meer dan waard zijn. Een mooi gesprekje met je pleegkind, gedoe met een bezoekenregeling, je boekt vooruitgang of moet juist een stap terug doen... Het ene moment geniet je volop en soms is het pleegouderschap juist heel zwaar.

In alle hectiek kom je er vaak niet toe om even afstand te nemen en je gedachten te ordenen. Daarbij zijn we gewend geraakt aan snelle (online) communicatie. Tijd om onze gedachten en gevoelens uitgebreid op papier te zetten nemen we vaak niet meer. Toch kan het schrijven van een brief een mooie manier zijn om even stil te staan bij wat er allemaal gebeurt. Want schrijven helpt je om je gedachten op een rijtje te zetten. Het kost in het begin misschien even moeite, maar je komt vanzelf ergens uit.

In deze bijeenkomst krijgen pleegouders uitgebreid de tijd om zelf een brief te schrijven. Bijvoorbeeld aan hun pleegkind. Of aan de ouders van hun pleegkind, de pleegzorgbegeleider, hun partner of hun eigen kind(eren).

Vervolgens worden er brieven voorgelezen aan elkaar. Dat geeft inzicht in hoe anderen het pleegouderschap beleven. En iedereen ontdekt verrassende dingen die je nog niet van elkaar wist.

## **PRAKTISCHE INFORMATIE**

- De bijeenkomst duurt ongeveer anderhalf uur en is opgedeeld in vijf programmaonderdelen, van welkom tot afsluiting.
- De benodigde voorbereidingstijd voor de gespreksleider is ongeveer 30 minuten.
- Het is handig als iedereen aan een tafel kan zitten.
- Voor ouders die niet graag schrijven zijn er twee alternatieven: schrijven op een laptop of een kaartje sturen. Niet schrijven en alleen meeluisteren kan natuurlijk ook.

## **BENODIGDHEDEN**

- Per vier deelnemers een kopie van de werkbladen.
- Eén of twee laptops.
- Pennen, briefpapier, evt. ansichtkaarten.
- Enveloppen.

## **VOORAF**

- Zorg voor voldoende exemplaren van de werkbladen.
- Knip de kaartjes van werkblad 2 los ('suggesties voor onderwerpen').
- Zet voldoende tafels en stoelen klaar.
- Leg de schrijfmaterialen en de werkbladen en kaartjes met suggesties op de tafels.

### **Alternatieve vormen**

In de opzet die hier is uitgewerkt, schrijven ouders *tijdens de bijeenkomst* een brief. Wanneer je wat minder tijd hebt tijdens de bijeenkomst, kun je ouders ook vragen om van tevoren (thuis) al een brief te schrijven. Bedenk wel dat sommige ouders daar dan niet de tijd voor zullen (kunnen) nemen. Heb je anderhalf uur of meer en vraag je ouders van tevoren een brief te schrijven? Dan is er extra veel tijd om over de inhoud door te praten. Geef in dat geval een wat meer gerichte schrijfo opdracht, zoals: 'Schrijf een brief aan je pleegkind'. Zo'n gerichte opdracht, in combinatie met een aantal gespreksvragen, voorkomt dat het gesprek alle kanten opvliegt en daardoor wat te oppervlakkig blijft.

# 1. Welkom

**DOEL:** Start van de bijeenkomst

**ACTIVITEIT:** Een goed begin is het halve werk! Maar wat een goed begin precies is, dat verschilt nogal per groep. Wanneer jullie elkaar als pleegouders al langer kennen, moet je waarschijnlijk even wat moeite doen om de groep stil te krijgen zodat je met het programma kunt starten. Kennen de pleegouders elkaar nog niet? Dan is het fijn als iedereen even apart welkom geheten wordt en je wat mensen aan elkaar voorstelt. Maak hiervoor eventueel gebruik van één van de werkvormen uit het draaiboek 'In gesprek met pleegouders'.

Het is prettig wanneer je zelf goed voorbereid bent zodat je niet op het laatste moment nog moet zoeken naar allerlei benodigdheden. Zo kun je tijdens de activiteit ook zelf volop meedoen.

## Introductie: Er is post!

**DOEL:** Uitleg geven over het programma en de gekozen werkvorm: het schrijven van een brief.

**VERTEL:** Iedereen heeft het weleens meegemaakt: precies op het goede moment krijg je een kaartje of brief van iemand die je een hart onder de riem steekt. Of iemand neemt de tijd om je in een e-mail te vertellen hoe het hem of haar vergaat. Het is mooi als iemand je schrijft. Hij of zij neemt de tijd voor je en dat kan je echt goed doen.

Andersom is het schrijven van een brief zelf ook een waardevolle bezigheid. Want al schrijvend zet je je gedachten en gevoelens op een rijtje. Daar hebben we als pleegouders vaak te weinig tijd voor, terwijl we meer dan genoeg meemaken.

Vandaag nemen we wel de tijd om dat te doen. Door een brief te schrijven aan iemand die je zelf kiest. En uiteraard bepaal je ook zelf over welk pleegzorg- onderwerp je wilt schrijven. Misschien weet je meteen wie je wilt schrijven en waarover jouw brief moet gaan. Misschien ook niet. Gebruik in dat geval de suggesties die je op tafel vindt. Kies je voor een brief aan je pleegkind? Dan liggen er nog wat

extra suggesties (zie Werkblad 3). Je bent uiteraard helemaal vrij om te bepalen of je de brief ook echt verstuurt.

Om op gang te komen en inspiratie op te doen lees ik eerst een brief van een andere pleegmoeder voor, die zij schreef tijdens eenzelfde soort bijeenkomst als deze. De brief is gericht aan haar pleegdochter van wie ze net afscheid had genomen...

Lieve Lynn,

*Toen we je leerden kennen was je een verlegen meisje van 11 jaar dat al een heel leven achter zich had. Twee keer uit huis geplaatst, in verschillende tehuizen gewoond en met het vooruitzicht dat er een permanent pleeggezin voor je gezocht moest worden. Je zou immers nooit meer bij je vader of moeder kunnen wonen.*

*Van weekendgezin werden wij je permanente pleeggezin. Van een verlegen meisje werd je een zelfbewuste meid met een eigen mening en een eigen smaak. Maar het was niet allemaal rozengeur en maneschijn. Het verleden had je gevormd en je gedrag bepaald. Hierdoor begrepen we elkaar vaak verkeerd.*

*Het contact met je moeder werd gaandeweg steeds beter. Hoewel ze aan de andere kant van het land woonde, ging je regelmatig naar haar toe. En waar wij je vaak niet begrepen, begreep je moeder je al na een half woord. Jullie lijken niet alleen uiterlijk op elkaar, maar ook innerlijk. Je wens om weer bij je moeder te gaan wonen werd steeds groter.*

*Een ongebruikelijke stap. Maar ach, in pleegzorgland gebeuren wel vaker ongebruikelijke dingen. Vele gesprekken en onderzoeken volgden. En jij, je mocht toch weer bij je moeder gaan wonen.*

*Een mooie en onverwachte wending waar we allemaal aan toe waren. In je hart en in je hoofd had je al afscheid van ons genomen. We leefden met een meisje in ons huis dat eigenlijk niet meer bij ons wilde zijn. Steeds vaker volgden de ruzies elkaar op. We telden allemaal de dagen af.*

*De dag van vertrek was een dag met een lach en een traan. Na drie jaar bij ons gewoond te hebben, ging je weer terug naar waar je hoort. We hebben je losgelaten, omdat het beter was voor jou en ook voor ons. Voorbij waren de ruzies en de spanningen, maar wat bleef waren de zorgen en de mooie herinneringen.*

*Of je wat bij ons hebt opgepikt? Zoals mensen zeggen: de tijd zal het leren. Vanaf de zijlijn volgen we je ontwikkeling en wensen we jou het allerbeste. Wie weet waar onze wegen elkaar nog eens zullen kruisen.*

Liefs, Angelique

## 2. Tijd om te schrijven

**DOEL:** Ouders krijgen de gelegenheid om hun eigen brief te schrijven.

**ACTIVITEIT:** Vraag de ouders nu om te bepalen aan wie zij een brief willen schrijven en over welk onderwerp. Vertel dat de lengte niet uitmaakt. Eén kantje is prima, meer of minder mag ook. Neem voor het schrijven ongeveer 20 à 25 minuten de tijd en geef een seintje als die tijd bijna om is. Bied degenen die dat willen aan om een laptop te gebruiken.

Als het goed is wordt het nu vanzelf stil. Blijven de deelnemers te veel praten? Stel dan voor om elkaar even met rust te laten, dat is prettiger bij het schrijven. Je kunt eventueel ook een rustig muziekje opzetten. Kijk goed of er mensen zijn die niet op gang komen en bied aan om even mee te denken. Zijn er mensen die echt niet willen schrijven? Geen probleem! Over een klein half uur kunnen zij weer volop meedoen als de brieven worden voorgelezen.

Natuurlijk schrijf je zelf ook mee. Maar let ondertussen wel op zodat je het merkt wanneer mensen klaar zijn. Als ongeveer de helft van de groep klaar is, kun je de andere helft nog vijf minuten geven om hun brief af te ronden. Vraag de mensen die al klaar zijn om nog even te wachten met kletsen zodat het rustig blijft.

Sluit dit onderdeel af met een korte (koffie)pauze.

## 3. De brieven voorlezen

**DOEL:** Pleegouders luisteren naar elkaars brieven.

**ACTIVITEIT:** Nodig de groep uit om weer bij elkaar te komen en vraag eerst hoe het was om een brief te schrijven. Viel het mee of tegen? Lukte het om te verwoorden wat je wilde zeggen? Ga nog niet te veel in op de inhoud, maar richt de aandacht even op het schrijven zelf.

Niets hoeft natuurlijk, maar het zou wel erg leuk zijn wanneer een aantal ouders hun brief (of een gedeelte daaruit) aan de groep wil voorlezen. Vraag wie dat zou willen doen. Wil iedereen? Hou daar dan rekening mee in de planning: er is dan niet zo veel tijd om na te praten. Overweeg bij tijdgebrek om de groep in tweeën te splitsen.

Vervolgens lezen de mensen die dat willen hun brief voor aan de groep. Neem na iedere brief kort de tijd om na te praten. Dat kan op veel manieren. Meestal werkt het goed om eerst de briefschrijver te bedanken en dan heel gericht één of twee mensen uit de groep om een reactie te vragen. Daarna kun je nog wat doorvragen, bijvoorbeeld naar wat het meest opviel aan de brief.

Let er tijdens de bespreking op dat anderen het gesprek niet meteen 'overnemen' en hun eigen verhalen gaan vertellen: de briefschrijver staat centraal. Iedere brief roept natuurlijk herkenning en reactie op, maar zorg dat er voldoende recht gedaan wordt aan degene die zijn of haar brief voorleest.

## 4. Afsluiting

**DOEL:** De bijeenkomst afronden en eventuele vervolgspraken maken.

**ACTIVITEIT:** Wanneer iedereen die dat wilde zijn of haar brief heeft voorgelezen, zit de bijeenkomst er bijna op. Maar eerst nog de vraag: wie gaat de brief ook echt versturen? Wissel even reacties uit en geef een envelop aan wie dat wil.

Kijk met elkaar kort terug op de bijeenkomst. Hoe was het? Wat leverde het op om dit zo zelf en als groep te doen? Bedank iedereen voor het schrijven, het voorlezen en het luisteren naar elkaar. Bespreek ook even of er nog dingen geregeld moeten worden, bijvoorbeeld voor een volgende ontmoeting. Bedank tot slot iedereen die een aandeel heeft gehad in de organisatie.



# Werkblad 1: Aan wie schrijf je een brief?

Aan je pleegkind

Aan een andere  
pleegouder

Aan de ouders van je  
pleegkind

Aan Jezelf

Aan de burgemeester of de  
wethouder

Aan je eigen  
kind(eren)

Aan een familielid,  
namelijk...

Aan je pleegzorgbegeleider

Aan alle (pleeg-) ouders van  
Nederland

Aan ...

## Werkblad 2: Mogelijke Onderwerpen

Vertel waarom je pleegouder bent.	Vertel hoe je het ervaart om voor je pleegkind te zorgen.
Vertel hoe het is om pleegouder te zijn.	Vertel wat je leert van het pleegouderschap.
Vertel wat je wilt meegeven voor later.	Vertel wat je leert van degene aan wie je de brief schrijft.
Vertel over wat er de afgelopen tijd allemaal is gebeurd.	Vertel over wat er allemaal gaat gebeuren.
Vertel over wat hij of zij aan jouw leven en/of aan je gezin toevoegt.	Deel jouw (levens)lessen en adviezen.
Deel iets waar je heel boos om bent.	Deel iets wat niet goed gegaan is.
Leg uit waarom iets gegaan is zoals het gegaan is.	Leg uit waarom je een bepaalde beslissing hebt genomen.
Vertel over iets wat je hebt geleerd of ontdekt.	Vertel over iets waar je dankbaar voor bent.

## Werkblad 3: Als je een brief aan je (pleeg)kind schrijft...

## Hier kun je over schrijven:

- Ik schrijf je een brief omdat...
- Als ik aan jou denk dan...
- Wat ik zo mooi vind aan jou is...
- Ik vond het heel leuk om samen met jou...
- Wat jij me geleerd hebt, is...
- Ik hoop dat je later...
- Wat ik hoop dat je gaat leren, is...
- Wat ik zo knap van je vind, is...
- Ik wil sorry zeggen omdat...
- Wat ik graag over mezelf wil vertellen, is...
- Ik vind het heel naar voor j dat...
- Als ik terug denk aan...
- Ik hoop dat je van jouw tijd bij ons leert dat...