



Therapeutische zorg voor pleeggezinnen met niet-begeleide minderjarigen



Praktijkids voor pleeg- zorgwerkers

Een 10-puntenprogramma

voor het EU-project

*Therapeutic foster care for unaccompanied
minors and their foster families (FORM)*

November 2024

Uitgegeven door: Odisee

Auteurs: Corinna Poholski, Patrick Meurs

Projectpartners: Odisee Hogeschool, Brussel; Pleegzorg Oost-Vlaanderen, Universiteit van Kassel, Salesiani Per Il Sociale, Rome, Hope For Children Policy Center en ENSA European Network for Social Authorities

U N I K A S S E L
V E R S I T ' A ' T



Odisee
DE CO-HOGESCHOOL



Deze praktijkgids voor pleegzorgbegeleiders is gebaseerd op het conceptuele model van het EU-project “Therapeutic foster care for unaccompanied minors and their foster families (FORM)”. Het conceptuele model biedt het theoretische kader voor een psychodynamische en mentaliserende, traumasensitieve en cultuursensitieve aanpak van therapeutische pleegzorg voor niet-begeleide kinderen en adolescenten met een achtergrond van ballingschap. Beide documenten zijn ruim binnen de tijdlijn van het project (februari 2022 – januari 2025) ontwikkeld, in samenwerking met de collega's van de projectpartners: Salesiani per il Sociale (Centro Nazionale Opere Salesiane) in Rome, ENSA (het Europees netwerk voor sociale autoriteiten in de regio Veneto; Italië), Pleegzorg Oost-Vlaanderen in Gent (België), Hope for Children (van het Policy Center, Nicosia; Cyprus), Odisee Hogeschool (Brussel) en de Universiteit van Kassel (Duitsland).

Wij van de Universiteit Kassel bedanken al onze projectpartners voor hun waardevolle feedback, hun voortdurende inzet en hun betrokkenheid bij deze samenwerking.

Patrick Meurs en Corinna Poholski

Inhoudsopgave

Inhoudsopgave	3
Inleiding tot de praktijkgids.....	1
<i>De doelgroep</i>	<i>2</i>
<i>Randvoorwaarden</i>	<i>3</i>
<i>Een netwerk uitbouwen.....</i>	<i>4</i>
<i>De positie van de pleegzorgbegeleider.....</i>	<i>4</i>
<i>Inleiding tot het 10-puntenprogramma.....</i>	<i>6</i>
1) Het 10-puntenprogramma.....	6
2) Een praktisch gedeelte.....	7
<i>Sturende vragen en reflectievragen</i>	<i>8</i>
10-puntenprogramma voor pleegzorgbegeleiders.....	10
1. <i>Specifieke kenmerken van complex trauma en de psychodynamiek ervan binnen pleeggezinnen</i>	<i>10</i>
2. <i>Zelf- en affectregulatie</i>	<i><u>1817</u></i>
3. <i>(Nieuwe) hechtingsrelaties</i>	<i><u>2322</u></i>
4. <i>Mentaliserende toestand en zelfreflectie</i>	<i><u>2726</u></i>
5. <i>Symboliseren en een narratief vinden.....</i>	<i><u>3130</u></i>
6. <i>Verborgene uitingen van relationele verliezen en disregulatie ontsluiten</i>	<i><u>3433</u></i>
7. <i>Biopsychosociale cycli</i>	<i><u>3937</u></i>
8. <i>Identiteit en autonomie</i>	<i><u>4341</u></i>
9. <i>Ontwikkelingspsychologie.....</i>	<i><u>4947</u></i>
10. <i>Hoe is de samenwerking met jouw netwerk van pleegzorgorganisaties?</i>	<i><u>5855</u></i>
Literatuur	<u>6360</u>

Kaderelementen	<u>6663</u>
<i>Aspecten van cultuursensitieve therapeutische pleegzorg</i>	<i><u>6663</u></i>
1. Cultuursensitieve aspecten van traumasensitieve begeleiding	<u>6663</u>
2. Culturele modellen omtrent normaliteit en pathologie	<u>6663</u>
3. Cultuursensitief werken betekent ook dat je rekening houdt met intersectionaliteit	<u>6764</u>
4. Het pleeggezin is, net als bv. de school, een belangrijke partner in het opvoedingsnetwerk rondom een pleegkind.	<u>6865</u>
5. Pleegzorgbegeleiders begrijpen het pleeggezin vanuit het perspectief van universele uitdagingen en ontwikkelingstaken, maar moeten zich ervan bewust zijn dat deze universele elementen cultureel gekleurd (kunnen) zijn.	<u>6865</u>
6. Hechting aan de origine en integratieoriëntatie	<u>6966</u>
7. De ontwikkeling van adolescenten en ouderschap in pleegzorg ondersteunen: enkele aspecten van meervoudige culturele invloeden.....	<u>7067</u>
8. Aandacht voor aspecten van de "meerderheid vs minderheid" machtsdynamiek in de relatie met een pleeggezin:.....	<u>7168</u>
<i>Aspecten van de professionele houding</i>	<i><u>7168</u></i>
<i>Overzicht van settings</i>	<i><u>7572</u></i>
Praktische elementen	<u>7976</u>
<i>How to: Regulatie</i>	<i><u>7976</u></i>
Hoe regulatie op de lange termijn trainen	<u>8178</u>
Hoe jezelf reguleren als hulpverlener	<u>8178</u>
<i>How to: (Nieuwe) hechtingen</i>	<i><u>8279</u></i>
Inspiratielijst als leidraad voor pleeggezinnen.....	<u>8279</u>
Inspiratielijst als leidraad voor pleegzorgbegeleiders.....	<u>8279</u>
<i>How to: Mentaliseren</i>	<i><u>8279</u></i>
Hoe een mentaliserende houding behouden of terugvinden?	<u>8481</u>
Een korte gids bij de begeleiding van pleegzorgbegeleiders	<u>8582</u>

Zelfzorg	<u>85</u> 82
<i>How to: Symboliseren</i>	<u>86</u> 83
Enkele technische hulpmiddelen	<u>86</u> 83
<i>How to: Reflectieve benadering</i>	<u>87</u> 84
Sturende vragen bij teamoverleg, intervisie en supervisie	<u>87</u> 84
Belangrijke elementen die pleegzorgbegeleiders moeten uitstralen, zodat zij kunnen werken richting continuïteit	<u>87</u> 84
Belangrijke elementen om tot begrip te komen binnen een teamoverleg	<u>87</u> 84
Toolkits	<u>89</u>86
<i>Methodologie van de emmer en de schatkist</i>	<u>89</u> 86
De emmer	<u>89</u> 86
De schatkist	<u>89</u> 86
<i>Team of Life</i>	<u>90</u> 87
Oorsprong van de “Team of Life”-methodologie:	<u>90</u> 87
Belangrijke opmerking:	<u>92</u> 89
<i>Reflectiekaarten</i>	<u>93</u> 90
<i>Meer inspiratie in deze toolkit</i>	<u>95</u> 92

Inleiding tot de praktijkgids

Deze praktijkgids vormt een praktische aanvulling op het conceptueel model van het project *Therapeutic care for foster families with unaccompanied minors and their foster families* (FORM) en is bedoeld als ankerpunt voor het werken met pleeggezinnen met niet-begeleide minderjarige vluchtelingen in het kader van behandeling of therapeutische pleegzorg. Als onderdeel van ons Europese FORM-project willen we pleegzorgbegeleiders ondersteunen bij het versterken van pleeggezinnen die zorgen voor niet-begeleide kinderen en jongeren met een vluchtelingenachtergrond. Gezien de langetermijngevolgen van een onverwerkt verlies en de blijvende impact van een traumatische ontworteling van de menselijkheid — verder bemoeilijkt door factoren zoals survivor's guilt, verwarring over de identiteit en andere veelvoorkomende problemen bij niet-begeleide minderjarigen — richt onze praktijkgids zich op de psychodynamiek binnen pleeggezinnen en op de mogelijke begeleiding voor pleegzorgbegeleiders die met pleeggezinnen werken.

In de inleiding tot deze praktijkgids willen we:

1. de doelgroep van de praktijkgids bepalen (pleegzorgbegeleiders);
2. de dwingende randvoorwaarden benoemen die op institutioneel niveau aanwezig moeten zijn om een werkomgeving te creëren die de specifieke uitdagingen van pleegzorg in de context van ballingschap en trauma erkent;
3. laten zien hoe men een netwerk van collega's, organisaties en diensten kan opbouwen rondom de daadwerkelijke pleegzorgpraktijk binnen een specifiek pleeggezin
4. een overzicht geven van hoe de praktijkgids kan worden toegepast in de werking met pleeggezinnen met niet-begeleide minderjarigen.

Nadat deze inleidende uitgangspunten zijn verduidelijkt, wordt het 10-puntenprogramma onderverdeeld in:

- a) een korte samenvatting van de theoretische achtergrond (inclusief psychodynamische concepten) op basis van het conceptuele model,
- b) een illustratie van de theoretische kennis met praktijkvoorbeelden, en,
- c) Een verzameling praktijkgerichte vragen voor de verschillende, maar onderling samenhangende niveaus van pleegzorginterventies, waarbij de pleegzorgbegeleider pleegzorgers ondersteunt die bemiddeling of een interventie zoeken in hun relatie met hun jongeren — met als doel de verbinding te herstellen en de plaatsing voort te zetten. Specifieke praktische elementen, zoals kennisgebaseerde hulpmiddelen, inspiratielijsten, zelfreflectie-oefeningen en casestudies, worden hieraan gelinkt en aan het einde van deze gids vermeld.

De doelgroep

De tien kernelementen in dit document (en in het conceptuele model – het uitgebreidere document met theoretische achtergrond) kunnen worden beschouwd als praktijkmodules. Deze modules belichten het perspectief van pleegzorgbegeleiders binnen een ondersteuningsnetwerk rond gezinnen die pleegzorg bieden aan kwetsbare kinderen en jongeren met een verleden van verlies en trauma door ballingschap. We moeten de positie van de pleegzorgbegeleider benadrukken in een netwerk van relaties die tot op zekere hoogte met elkaar verweven zijn: Als onderdeel van het pleegzorgteam maakt de pleegzorgbegeleider deel uit van zijn of haar organisatie en van het systeem dat ondersteuning biedt aan de pleeggezinnen waarmee hij of zij werkt. Als zodanig maakt de pleegzorgbegeleider deel uit van de zorgomgeving, staat hij of zij in direct contact met pleegzorgers en andere zorgverstrekkers en in (meestal indirecte) relatie met de pleegkinderen en -jongeren voor wie begeleiding wordt gezocht. De pleegzorgbegeleider heeft een verbindende rol: hij of zij begrijpt de behoeften van de kinderen en jongeren en hun pleegzorgers. Vanuit deze verbindende rol kan de functie van de pleegzorgbegeleider worden omschreven als de zogenaamde 'derde functie' of 'derde positie' (Gerspach 2007, p. 97). Door deel te nemen aan de pleegzorg en te reflecteren op de psychodynamiek —bijvoorbeeld binnen de supervisiegroep— brengt de pleegzorgbegeleider een alternatief perspectief binnen bij de gezinsinterventie.

Op deze manier kan het noodzakelijke proces van triangulatie (Mertens 2022, p. 697) een ruimte openen – de tussenruimte (Winnicott 1997 [1971], p. 21) – waar denken en reflecteren mogelijk wordt en kan men de cliënt helpen zich open te stellen voor alternatieve perspectieven en mentaliseren. Tegelijkertijd begeleiden zij pleeggezinnen door te verwijzen naar hun organisatienetwerk en teams. Deze praktijkgids, ontwikkeld als onderdeel van het FORM-project, erkent de sleutelrol van pleegzorgbegeleiders en is in de eerste plaats ontwikkeld om hen te helpen bij de ondersteuning van pleeggezinnen en pleegkinderen. Als onderdeel van de zorg- en beschermende omgeving rond het pleeggezin willen pleegzorgbegeleiders de dynamiek binnen gezinnen en de relatie met andere zorgverstrekkers van het pleegkind, zoals leerkrachten, begrijpen. Zo helpen ze pleegzorgers met moeilijke situaties om te gaan en hun reflectievermogen te versterken tijdens periodes van conflict en druk als gevolg van traumatische ervaringen. Pleegzorgbegeleiders die betrokken zijn bij een pleeggezin ervaren hierdoor ook de impact van traumatische ervaringen op menselijke relaties in het algemeen en op hechtingsrelaties binnen het pleeggezin, bijvoorbeeld in geval van ambivalent gedrag, wantrouwen of boosheid. Deze complexe dynamiek binnen pleeggezinnen kan leiden tot momenten van onbegrip en overweldiging. Werken in een omgeving die wordt gekenmerkt door specifieke ambivalenties over pleegzorg en sterk beïnvloed wordt door de realiteit van pleegkinderen (met name verlies- en trauma-ervaringen), vraagt van pleegzorgbegeleiders dat ze af en toe stilstaan en reflecteren over hun eigen rol en houding binnen de relatiedynamiek tussen pleegzorgbegeleiders, pleegzorgers en pleegkind.

Randvoorwaarden

Hoewel pleegzorgbegeleiders die pleeggezinnen met niet-begeleide minderjarigen ondersteunen een positie innemen tussen de gezinnen en hun organisatie, richt deze praktijkgids zich op de pleegzorgbegeleiders en hun professionele rol. Vanuit deze positie bieden ze structuur, steun (in moeilijke situaties) en een ruimte van waardering voor de ouders en kinderen, zodat zij — louter door hun aanwezigheid — erkenning ervaren voor zowel de externe realiteit als hun innerlijke problemen. Naast hun rol en functie is ook de professionele houding van cruciaal belang om een ondersteunende vorm van zorg te bieden: De professionele houding bepaalt het kader waarbinnen de zorgrelatie met het pleeggezin zich kan ontwikkelen. De pleegzorgbegeleider benadert de relatie met empathie. Het gaat erom af te wisselen tussen nabijheid en afstand (Rössel-Čunović 2018, p. 56 e.v.), betrokken te zijn in de dynamiek en nuttig te zijn voor de problemen van de cliënt, maar ook de juiste afstand te bewaren. Alleen met enige afstand is het mogelijk om te reflecteren over de dynamiek, om de (onbewuste) problemen van het gezin te benaderen en om ouders en kinderen, via mentaliseren, te helpen betekenis te geven aan zaken waar geen woorden voor zijn. Het doel is om inzicht te krijgen in de dynamiek van het pleeggezin en de oorsprongscultuur van de kinderen. Dit is belangrijk bij het werken met kindvluchtelingen, omdat cultuur vanaf de eerste ontmoeting een rol speelt. Dit is niet altijd expliciet en zichtbaar, maar wel altijd aanwezig. Het begrip cultuur gaat over de realiteit van het leven van een kind of gezin. Het gaat niet alleen om wat anders of vreemd is, maar om de specifieke zaken die iemand met zich meedraagt. In zekere zin is alles wat met de achtergrond van een kind te maken heeft, zijn of haar uniciteit. Dit wordt waargenomen via datgene wat voor hem of haar vertrouwd is.

Werken binnen de context van pleegzorg vraagt om individuele flexibiliteit en persoonlijke veerkracht van de zorgwerkers en wordt gekenmerkt door hoge verwachtingen ten aanzien van het leveren van *goede zorg*. Omdat pleegzorgbegeleiders pleeggezinnen helpen om een mentaliserende houding en een beschermende ouderlijke houding aan te nemen ten aanzien van door trauma veroorzaakte gedrags- en emotionele symptomen van het pleegkind moeten zij als professionals zelf over een geïnstitutionaliseerde, mentaliserende en beschermende omgeving beschikken. Daarom is het belangrijk dat de werkomgeving van de pleegzorgbegeleiders op gezette tijden momenten biedt voor studie, kennisoverdracht, reflectie en zelfzorg (als onderdeel van de wekelijkse werkuren van de begeleider). Regelmatig teamoverleg, intervisie en supervisie moeten dus worden geïnstitutionaliseerd door de instanties boven de (pleeg)zorgorganisaties. Deze settings die "zorgen voor de pleegzorgbegeleiders" bieden de mogelijkheid om over zaken van gedachten te wisselen, moeilijke situaties te verwerken en de nadruk te leggen op mentaliseren (door een verhaal over complexe begeleidingssituaties te zoeken; Fonagy et al. 2004; zie punt 4, p. 26); deze momenten van "zorgen voor pleegzorgbegeleiders" moeten een veilige ruimte zijn voor hulpverleners en een veilige plek om emoties te erkennen en te delen (bv. het gevoel van machteloosheid in een bepaalde situatie of overweldigd worden doordat je niet weet hoe je kunt helpen). Door dergelijke ruimtes en momenten voor professionele uitwisseling met collega's van dezelfde of een andere instelling preventief aan te

bieden, leren pleegzorgbegeleiders dit als een essentieel onderdeel van hun werkschema en hun professionele houding te beschouwen. In deze setting krijgen ze het gevoel dat ze zich contained en zelfgereguleerd voelen in hun werk met intensieve en complexe pleeggezinnen. Het helpt de zorgwerkers ook om op emotioneel vlak bereikbaar te blijven in de professionele relatie met de pleegzorgers en kinderen. Met andere woorden: het helpt pleegzorgbegeleiders om meer in het hier en nu te blijven, in de affectieve relationele dynamiek tussen henzelf en het pleeggezin.

Een netwerk uitbouwen

In het ideale geval bieden pleegzorgorganisaties een verscheidenheid aan regelmatige settings en mogelijkheden voor professionele opleiding, teamvergaderingen, intervisie en supervisie aan hun pleegzorgmedewerkers. Pleegzorgbegeleiders kunnen deze kansen op het vlak van professionaliteit en persoonlijk welzijn in hun beroep grijpen. Deze kansen helpen hen om de weg te vinden in dit complexe werkkterrein. Niet enkel de pleegzorgteams en individuele begeleiders hebben baat bij het 'stilstaan' dat deze settings kan bieden. Deze momenten voor teamreflectie zullen vervolgens de dynamiek van de ontmoetingen en relaties binnen het pleegzorgwerk vormgeven. Deze reflectiesettings vormen een onmisbaar onderdeel van de werking en moeten worden begrepen als een omvattende kader rondom de actuele uitdagingen in het veld (Barthel-Rösing & Haubl 2017). Pleegzorgbegeleiders vervullen een verbindende, bemiddelende rol tussen de pleegzorginstelling en de pleeggezinnen enerzijds en de pleegzorgers en hun pleegkinderen en -jongeren anderzijds. Hun werk kan ook worden omschreven als pre-therapeutisch zorgwerk tussen de behoeften van de kinderen en jongeren en een traumagerichte therapeutische aanpak (Meurs et al. 2022, p. 50).

De positie van de pleegzorgbegeleider

In het conceptuele model van het FORM-project hebben we de pleegzorgbegeleider in het midden geplaatst van deze vorm van pleegzorgbehandeling. De rol van de pleegzorgbegeleider is om te bemiddelen in de pleeggezinnen, om contact te houden, het contact opnieuw op te bouwen en om indien nodig hulp en aanwezigheid te bieden (omdat dit de continuïteit van de pleegzorg vergroot en de kans op het afbreken van de plaatsing verkleint). Het is niet de bedoeling dat de pleegzorgbegeleider de therapeutische rol overneemt van de gespecialiseerde psychotherapeut die mogelijk in eerdere modellen van pleegzorg in het pleegzorgteam is opgenomen. In FORM wordt de pleegzorgbegeleider meer vertrouwd gemaakt met de therapeutische principes die bij dit model van therapeutische pleegzorg horen (vandaar het uitgebreide conceptuele model). Deze praktijkgids is een reflectie op hoe pleegzorgbegeleiders deze principes van het conceptuele model kunnen integreren in hun attitude of in hun handelen vanuit een bemiddelende en coördinerende positie. Concreet betekent dit dat de pleegzorgbegeleider zich mee specialiseert of verdiept in traumasensitieve, cultuursensitieve, adolescentspecifieke en (netwerk)gezinsspecifieke dynamieken, zonder dat hij of zij zich verplicht voelt of verplicht wordt om de rol van therapeut op zich te nemen. De pleegzorgbegeleider blijft de

bemiddelaar in gezinnen en degene die het netwerk van diensten en hulpverleners rondom een gezin coördineert. Vergeleken met eerdere modellen van therapeutische pleegzorg krijgt de pleegzorgbegeleider in het FORM-project een uitgebreide theoretische en methodologische achtergrond en wordt hij of zij opgeleid en ondersteund door intervisie en supervisie. Als er daadwerkelijk behoefte is aan een bijkomende deskundige op het vlak van psychotherapie of gezinstherapie kan deze alsnog worden meegenomen in het zorgplan voor een specifiek gezin, net zoals in de eerdere behandelmodellen. Daarnaast fungeert de pleegzorgbegeleider nog steeds als schakel en brug tussen het pleeggezin, de pleegzorgdiensten en de vele hulpverleners die bij pleeggezinnen betrokken kunnen zijn.

De kennis en vaardigheden die de pleegzorgbegeleider in dit FORM-model opdoet (bv. over trauma gerelateerd aan ballingschap) mogen er niet voor zorgen dat de pleegzorgbegeleider rond het trauma gaat werken. Vanuit een beter geïnformeerde en opgeleide positie kan en zal de pleegzorgbegeleider er echter voor zorgen dat het pleeggezin, dat met complexe uitdagingen kampt en soms in de problemen komt, zich omkaderd, contained, begrepen en weer verbonden voelt. De traumabehandeling kan dan door andere, gespecialiseerde psychotherapeuten worden geboden. Pleegzorgbegeleiders kunnen echter wel cultuursensitief te werk gaan, als ze tonen dat ze begrijpen dat de vragen en problemen van het pleeggezin te maken hebben met culturele verandering, met ballingschap samenhangende letsels, loyaliteit en verlangen naar verbinding met de biologische ouders of met andere culturele betekenissen (die de begeleider niet hoeft te weten, maar waar hij/zij wel open voor kan staan): een houding van culturele nederigheid en openheid voor het anders-zijn.

Dit 10-puntenprogramma zal pleegzorgbegeleiders – hopelijk – helpen om de complexiteit van pleegzorgprocessen met vertrouwen tegemoet te zien. Binnen deze processen worden zij – soms meer, soms minder – geconfronteerd met kwesties en dynamieken die overweldigend, verwarrend of overschaduwd worden door gevoelens van uitzichtloosheid in het pleeggezin. Deze gevoelens kunnen ook overgaan op de pleegzorgbegeleider en een gevoel van hulpeloosheid creëren: het gevoel dat je als pleegzorgbegeleider niet weet wat je moet doen. Door pleegzorgbegeleiders te ondersteunen, hopen we hun professionele houding te versterken. Voordat we overgaan naar de inhoud van dit 10-puntenprogramma voor pleegzorgbegeleiders is het belangrijk te duiden hoe de verschillende punten van dit programma gebruikt kunnen worden.

Inleiding tot het 10-puntenprogramma

Deze praktijkgids kan worden gezien als een gemeenschappelijke basis waar elke pleegzorgpartnerorganisatie en -begeleider naar kan verwijzen om een algemeen overzicht te krijgen van de psychodynamiek van deze werkcontext, maar ook in momenten van onbegrip of wanneer hij/zij behoefte heeft aan begeleiding en inspiratie.

Deze praktijkgids voor pleegzorgbegeleiders met zijn 10-puntenprogramma kan helpen om een gidsende houding te behouden in interventieprocessen, nieuwe perspectieven te benaderen en zo alternatieve interventies te vinden in complexe pleegzorgsituaties. En dit ongeacht of het werk van de pleegzorgbegeleider in de context van directe interventies (bv. regelmatige familiebezoeken, ouderbegeleiding) of van indirecte interventie (waarbij de pleegzorgbegeleider een schakel is tussen verschillende hulpverleners) plaatsvindt. Het gaat erom professionele hulpbronnen te koesteren door middel van netwerken en kennisoverdracht binnen ruimtes voor (zelf-)reflectie. Naast de verschillende maar onderling verbonden niveaus van pleegzorg waarmee de doelgroepen van het conceptuele model en de praktijkgids te maken kunnen krijgen, kunnen zij ook de complexiteit ervaren. Ook de dynamiek van de gezinscontext en de psychodynamiek van jongeren die tijdens de vlucht ietsels hebben opgelopen, kunnen bijdragen aan de complexiteit waarmee pleegzorgbegeleiders in hun dagelijkse werk te maken hebben. Door deze complexiteit te erkennen, kan de praktijkgids helpen de verschillende, maar toch onderling verbonden aspecten die in het 10-puntenprogramma worden genoemd, te ontsluiten.

Voordat we deze tien punten voorstellen, leggen we eerst in detail uit hoe je dit programma kunt gebruiken. Het programma is verdeeld in twee hoofdonderdelen:

1) Het 10-puntenprogramma

... geeft (bij elk punt):

- een samenvatting van de op kennis gebaseerde theorie van het conceptuele model, inclusief definities van basis- (psychodynamische) concepten (in een oranje kader);
- een praktijkvoorbeeld ter illustratie van de achtergrondkennis die wordt besproken, met een samenvatting van de aspecten van de professionele houding;
- vragen en voorbeelden ter begeleiding of reflectie, die het begripsproces kunnen ondersteunen.

... benaderingen op vier (onderling verweven) niveaus:

- *De context erkennen:* Punt 1 is een soort uitgangspunt voor het werken met pleeggezinnen, een erkenning van de achtergrond van de kinderen en de pleeggezinnen, maar ook de specifieke kenmerken van complex trauma en de psychodynamiek daarvan binnen pleeggezinnen. Er komen concepten en modellen aan bod die betrekking hebben op de daadwerkelijke ontmoeting. Je vindt er dan ook reflectievragen, die betrekking hebben op de drie niveaus: de pleegzorgbegeleider, de pleegzorgers en de kinderen/jongeren.
- *Ondersteuningscapaciteiten benaderen:* Punten 2 tot en met 5 gaan over het benaderen van zelf- en affectregulatie (2), de dynamiek van (nieuwe) hechtingsrelaties binnen de pleeggezinnen helpen begrijpen (3), een toestand van mentaliseren en zelfreflectie vinden (4) en het belang van symboliseren en het vinden van een narratief erkennen (5). Ook vind je hier sturende vragen die betrekking hebben op de drie niveaus.
- *(Inspelen op) het begripproces:* Punten 6 – 9 maken de psychodynamiek binnen pleeggezinnen en het interventieproces concreet en helpen bij het behouden van een specifieke houding, die kan ontstaan vanuit de ondersteunende aanpak (punten 2 – 5). Hierbij ligt de nadruk op het stellen van reflectievragen die helpen om de huidige dynamiek en de onderliggende behoeften van de pleegzorgers en hun kinderen te begrijpen en ermee aan de slag te gaan.
- *Netwerkbetaling:* Punt 10 benadrukt het belang van werken binnen een netwerk als basisvoorwaarde, waarbij een reflectieve houding en het erkennen van (moeilijke) emoties essentieel zijn om de benodigde vaardigheden in dit vakgebied verder te ontwikkelen. Dit laatste punt vormt een basis voor de ondersteuning van pleegzorgbegeleiders bij het omgaan met uitdagende momenten en het benaderen van elk individueel geval, in lijn met punten 1 tot 9.

2) Een praktisch gedeelte...

... met daarin:

- Kaderelementen die de verplichte aspecten van het werk benadrukken, verduidelijken en richting geven aan culturele gevoeligheid, de professionele houding van pleegzorgbegeleiders, en een gedetailleerd overzicht bieden van de verschillende omgevingen waarin zij kunnen worden ingezet en de wijze waarop dit gebeurt binnen de pleegzorg.

- Praktijkelementen die de benodigde vaardigheden verdiepen in een "how-to"-formaat, met de nadruk op regulatie, (nieuwe) hechting, mentaliseren en symboliseren. Daarnaast bieden ze een samenvatting van sturende vragen die in specifieke interventiesituaties van pas kunnen komen.
- Een verzameling praktische hulpmiddelen die direct toepasbaar zijn in het werkveld en pleegzorgbegeleiders ondersteunen bij het begeleiden van pleegzorgers. Deze tools helpen om momenten van uitzichtloosheid, machteloosheid of overweldiging door het gedrag van pleegkinderen te doorbreken.

Sturende vragen en reflectievragen

Bij elk punt van de praktijkgids vind je een reeks reflectievragen die bedoeld zijn om pleegzorgbegeleiders te begeleiden en die met name kunnen worden gebruikt om te reflecteren over de pleegzorgpraktijk bij een lopende casusinterventie. Voordat we deze vragen als inspiratiebron voorstellen, is het belangrijk om ze eerst goed te kaderen. We willen in de volgende tien punten van de praktijkgids enkele vragenlijsten opnemen, waarbij we zorgvuldig en met de nodige gevoeligheid te werk gaan. Het is daarom belangrijk om op te merken dat deze vragen niet gezien moeten worden als een catalogus die gebruikt kan worden in gesprekken met pleegzorgers of pleegkinderen. De vragen zijn niet exhaustief en niet van toepassing op elk individueel geval of elke dynamiek. Bovendien kan het stellen van deze vragen in een direct gesprek als opdringerig worden ervaren en leiden tot onzekerheid of uitmonden in onderwerpen waar geen woorden voor zijn (omdat het beschermingsmechanisme van de psyche te pijnlijke herinneringen onderdrukt). De uitdagingen waar pleegzorgbegeleiders mee te maken krijgen bij het begeleiden van emotionele gesprekken met pleegzorgbegeleiders of -kinderen mogen niet onderschat worden.

De sturende en reflectievragen dienen als leidraad voor pleegzorgbegeleiders om hun interventies bij pleeggezinnen te evalueren. Ze kunnen helpen om percepties aan te scherpen bij het latere proces van casusbespreking in een professioneel begeleide reflectieruimte, zoals een intervisie. Daarom is het belangrijk dat de vragen en het reflectiewerk in teamverband of in tandem worden gebruikt, met de professionele ondersteuning van een supervisor. De vragen kunnen helpen bij een nieuwe benadering van het begrijpen van de psychodynamiek van pleegzorggevallen. Of ze kunnen nieuwe perspectieven en mogelijkheden bieden voor verdere ondersteuning en bijdragen aan alternatieve relatie-ervaringen binnen het gezin en tussen het gezin en de pleegzorgdienst. Er wordt steeds vertrokken vanuit de vraag: Hoe kan een ondersteunende en betrouwbare relatie zich ontwikkelen? Empatische betrokkenheid, spontane en intuïtieve participatie en gelijke aandacht (Freud 1912, p. 171) staan daarom centraal in het werk, omdat de relatie met het gezin (de pleegzorgers en hun kinderen) zich zo kan ontwikkelen.

Naast het externe kader (tijd, plaats, betrokkenen bij vergaderingen, activiteiten, etc.) is vooral de professionele houding van de pleegzorgbegeleiders die de pleeggezinnen begeleiden van belang. Het

allerbelangrijkste is dat we erkennen dat er geen definitieve antwoorden mogelijk zijn en ook nooit zullen zijn. Een complexe realiteit omvat altijd meer dan één verhaal, één standpunt of één narratief. Het gaat immers om bescheidenheid en het niet-weten te erkennen en te versterken. Dit besef maakt het mogelijk de ander te "zien" en te begrijpen, waardoor nieuwe gedachten en alternatieve perspectieven kunnen ontstaan.

10-puntenprogramma voor pleegzorgbegeleiders

1. Specifieke kenmerken van complex trauma en de psychodynamiek ervan binnen pleeggezinnen

Het eerste punt in deze praktijkgids richt zich op het begrijpen van de belangrijkste uitdagingen waarmee niet-begeleide kinderen en jongeren met een verleden van ballingschap en trauma te maken hebben. Een dieper begrip van deze uitdagingen is nuttig om de specifieke ondersteuning die deze jongeren en hun pleegzorgers nodig hebben beter in kaart te brengen. Vaak worden pleegzorgers geconfronteerd met een dynamiek die beïnvloed wordt door de gevolgen van de zeer pijnlijke en traumatische ervaringen die de niet-begeleide minderjarige heeft doorgemaakt. Ervaringen met oorlog, geweld (fysiek, seksueel, verbaal, emotioneel, institutioneel), vervolging of armoede in het thuisland, evenals de realiteit van vluchten, het pijnlijke verlies van huis en familie en, in het geval van niet-begeleide minderjarigen, de onderbreking van primaire relaties (relaties op afstand, waaraan ze zeer trouw blijven en zich ook zeer schuldig over voelen), stapelen zich op en kunnen zich – en doen dat vaak ook – manifesteren als een cumulatief en gelaagd trauma. De oorzaken en bronnen van trauma kunnen divers en zeer complex zijn en zijn niet altijd het gevolg van één enkele gebeurtenis (Grinberg en Grinberg 1989, p. 10; 12). Het is echter duidelijk dat een traumatische ervaring kinderen en jongeren tot in hun diepste wezen kan raken (van der Kolk 2014, p. 21). Veel niet-begeleide adolescenten lijden aan een complex relationeel trauma (type III-trauma; Solomon en Heide 1999) en hebben te kampen met een gebrek aan basisvertrouwen, omdat ze de ouder-kind-hechtingsrelatie achter zich hebben moeten laten als gevolg van de vlucht. De hechting die zij hadden opgebouwd in de verhouding met hun biologische ouders wordt tijdens de vlucht soms volledig uitgewist, door uiterst onmenselijke en vernederende ervaringen. » Zie conceptueel model, p. 36 en p. 64 e.v.

In dit startpunt voor het pleegzorgwerk gaat het om het erkennen van de context: de achtergrond van de kinderen, maar ook de specifieke kenmerken van complex trauma en de psychodynamiek daarvan binnen pleeggezinnen. Vooreerst is het niet nodig om de specifieke situatie van een pleeggezin te begrijpen, maar wel om deze te erkennen.

Complex relationeel trauma

is een specifieke vorm van trauma dat vooral bij pleeg- of adoptiekinderen voorkomt, maar ook bij kindvluchtelingen, met name bij niet-begeleide minderjarige vluchtelingen. In de nasleep van hun trauma's kan men bijna altijd een breuk in hechtingsrelaties of in basisvertrouwen vinden. De type III-trauma's (complex relationeel trauma) gaan verder dan de traumatische ervaringen van type I (traumatische gebeurtenis) en type II (door de mens veroorzaakte trauma's). Ze leiden immers tot een breuk in de ouder-kindrelatie en in het epistemisch vertrouwen in het algemeen (gebaseerd op: Herman, 1992; Solomon & Heide, 1999).

Vaak blijven vooral trauma- en cumulatieve verliesgerelateerde moeilijkheden, samen met intense affecten, verborgen totdat er nieuwe hechtingsrelaties of ontwikkelingsstappen moeten worden gezet. Toch blijven deze problemen het kind op een diep lichamelijk niveau beïnvloeden, bv. op het vlak van stressregulatie (van der Kolk, 2014, p. 94 e.v.). Bovendien zijn emotionele overbelasting en affectieve ambivalenties heel vaak onderdeel van het leven van deze kinderen en jongeren (Meurs et al. 2019, p. 54 e.v.). Deze moeilijkheden beïnvloeden de feitelijke relatie met pleegzorgers en andere zorgverstrekkers zoals leerkrachten, psychotherapeuten en pleegzorgbegeleiders. Deze relationele dynamieken kunnen ook leiden tot gevoelens van wanhoop en schuld bij zorgverstrekkers (zowel pleegzorgers als pleegzorgbegeleiders), omdat zij niet in staat zijn een omgeving te creëren waarin het kind zich veilig en begrepen voelt. Dit kan zelfs leiden tot compassion fatigue (*compassiemoeheid*) (Figley 2002) en tot indirecte trauma's bij de zorgverstrekkers (Meurs et al., 2022, p. 221 e.v.). » Zie conceptueel model, p. 59

Het is de taak van de pleegzorgbegeleider hier om de gezinsrelatie (opnieuw) te helpen opbouwen. De professionele, erkennende houding van de pleegzorgbegeleider speelt een belangrijke rol bij het creëren van een veilige omgeving, waarbij betrouwbaarheid, regelmaat en transparantie voorop staan.

Het gaat om (gelijke) aandacht, om waarnemen, herkennen, empathische aandacht, luisteren, bevestigen – niet (louter) om woorden.

Indirecte traumatisering

beschrijft het fenomeen dat ouders en andere mensen in de omgeving van het kind "besmet" kunnen raken door de stress die het kind ervaart of door de emotionele terugtrekking die het kind na een trauma vertoont. In die zin lopen zorgverstrekkers, pleegzorgers en andere kinderen in het gezin af en toe het risico op een "giftige douche" en kunnen ze in situaties of gedrag terechtkomen die het gevolg zijn van traumatische ervaringen van het pleegkind. Mogelijk ervaren ze dezelfde of soortgelijke symptomen en affecten als de traumatische ervaring waarmee het getraumatiseerde kind wordt geconfronteerd (Meurs et al., 2022, p. 219 e.v.).

Ook in de pleegzorg voor niet-begeleide minderjarigen wordt men geconfronteerd met de gevolgen van onzekerheid over de primaire zorgverstrekkers, zelfs wanneer de huidige omgeving van de kinderen

veiligheid biedt in de nieuwe relatie met hun zorgzame en liefdevolle pleegzorgers. Pleeggezinnen begeleiden met jongeren die vlucht en onzekerheid hebben ervaren, betekent dat men zich bewust moet zijn van de psychodynamiek die uiteindelijk deel uitmaakt van de gezinsdynamiek. Hoewel de nadruk bij de begeleiding van pleeggezinnen ligt op de huidige realiteit van niet-begeleide minderjarige vluchtelingen moet men inzien dat de ervaring van bedreiging en vervolging, maar ook van verlies en ontwrichting in het gezin van herkomst gevolgen heeft voor de beleving en ervaring van niet-begeleide kinderen en jongeren. De eerdere en/of huidige relaties met het gezin van herkomst moeten dus meegenomen en erkend worden, alsook hun belang voor de beleving van de kinderen, en met name hun vermogen om zich opnieuw te hechten binnen het pleeggezin.

Epistemisch vertrouwen

is het psychoanalytische concept dat betrekking heeft op het vermogen om de ander te zien als een betrouwbare bron van informatie en van sociale cognities die gunstig kunnen zijn voor het subject. Dit concept ontwikkelt zich tijdens de vroege kindertijd via de relatie met de primaire zorgverstrekker (vooral de moeder) en dient als basis voor vertrouwen in menselijke relaties (Fonagy & Allison 2014; Fonagy et al. 2004; Duschinsky & Foster 2021).

Erop kunnen vertrouwen dat andere volwassenen het goed met je voor hebben en het beste voor je willen en je daarom de informatie zullen geven die je nodig hebt om verder te komen in het leven, is een belangrijk psychologisch vermogen dat bij onmenselijk behandelde vluchtelingen soms verloren is gegaan. Dan wordt dit vervangen door epistemisch wantrouwen, het gevoel dat het beter is om mensen te wantrouwen en ze daarom op afstand te houden. Het spreekt voor zich dat deze mechanismen, die het epistemisch vertrouwen ernstig beschadigen, problemen kunnen opleveren voor pleeggezinnen. Pleegzorgers willen hun pleegkind bijstaan en ondersteunen, maar het epistemisch vertrouwen van het pleegkind is verdwenen, tot grote wanhoop en frustratie van de pleegzorgers. Zij kunnen zich deze dynamiek, waarbij een wezenlijke menselijke mogelijkheid wordt geschaad, niet voorstellen.

Specifieke kenmerken van netwerkpleeggezinnen en bestandspleeggezinnen

Een netwerkpleeggezin brengt voor de pleegzorgers het risico met zich mee dat ze opnieuw getraumatiseerd raken doordat ze hun eigen pijnlijke ervaringen met ballingschap opnieuw beleven, net op het moment dat het kind tekenen begint te vertonen van zijn of haar eigen pijnlijke of traumatische ervaringen. Pleegzorg bieden aan een kind of jongere die een broer of zus of een familielid is én die de ervaring van het verlies van ouders of familieleden van de culturele omgeving en van een basisniveau van veiligheid deelt, kan niet alleen leiden tot problemen bij het behouden van een holding houding, bij het proberen te reguleren of bij het getriggerd worden door de dynamiek van trauma. Ook kan een onduidelijke asielsstatus, bij gebrek aan permanente verblijfsdocumenten, iemand in een soort vagevuur achterlaten (Groeninck et al. 2020, p. 359). Als er geen netwerk is in de ontvangende samenleving kan dit leiden tot gevoelens van er niet bij horen, van vreemdheid en dus

tot existentiële onzekerheden. Anderzijds kan het ook een voordeel zijn om deel uit te maken van een familie, zoals een vertrouwensvolle basis in de relatie of een diep geloof in de goedheid van de mens en de mensheid. Deze positieve effecten kunnen te maken hebben met het delen van een vertrouwde geschiedenis en vooral een vergelijkbare culturele geschiedenis. Deze gedeelde achtergrond – zowel qua familiale als culturele overeenkomsten – kan daarom dienen als een gemeenschappelijke basis voor het gevoel begrepen te worden.

Opgroeien in een bestandspleeggezin heeft ook een specifieke impact op de realiteit van de niet-begeleide minderjarige. Soms kan deze zich een vreemde voelen in het gastgezin. Het kind brengt niet alleen een andere taal en cultuur (bijvoorbeeld een andere godsdienst) mee naar het nieuwe gezin, maar ook ervaringen van culturele verandering en ballingschap. Ook brengt het een emotionele rugzak mee van traumatische gebeurtenissen en letsels door relationele problemen uit het verleden. Een gevoel van emotioneel onbegrip kan leiden tot gevoelens van eenzaamheid, vervreemding of wantrouwen. Anderzijds kan het achterlaten van het traumatische en pijnlijke verleden en de bijbehorende emotionele bagage het idee versterken van een nieuw, geïdealiseerd leven binnen het bestandspleeggezin, met nieuwe mogelijkheden voor identiteitsvorming. Deze nieuwe kansen en toekomstperspectieven kunnen echter gepaard gaan met moeilijkheden bij het integreren van de externe realiteit. Ouders moeten deze moeilijkheden erkennen, en dit zal waarschijnlijk een belangrijk onderdeel zijn van de gezinsinterventies binnen de pleegzorg. Pleegzorgbegeleiders kunnen niet om deze bijzonderheid heen, als onderdeel van het reflectieproces over de relatiedynamiek binnen pleeggezinnen.

Dit praktijkvoorbeeld kan dienen om de achtergrondkennis over het pleegkind te bespreken.

Het volgende praktijkvoorbeeld onderstreept het belang van de professionele ontmoeting en de beschermende (kaderende en ondersteunende) omgeving die de pleegzorgbegeleider in het pleeggezin biedt:

EEN PRAKTIJKVOORBEELD:

Een pleegzorgbegeleider wordt tijdens het werk geconfronteerd met een niet-begeleide minderjarige¹ die weigert naar school te gaan. Na een paar ontmoetingen vertelt het kind openhartig over de traumatische gebeurtenis waarbij hij twee vriendjes verloor toen de school in zijn geboorteplaats werd gebombardeerd. Na verloop van tijd, en nadat er een vertrouwensband is opgebouwd, kan de pleegzorgbegeleider het kind ervan overtuigen om naar een psycholoog te gaan.

Uit de casusbeschrijving blijkt duidelijk het belang van de rol van pleegzorgbegeleiders die pleeggezinnen met niet-begeleide minderjarigen begeleiden. We kunnen tijdens de interventie een impliciete ontwikkeling waarnemen. Wat in deze korte passage niet beschreven wordt, is het proces waarbij een gewone ontmoeting verandert in een helende relatie: Een pleeggezin instappen, lijkt een voor de hand liggende stap, maar precies deze ogenschijnlijk natuurlijke stap vormt de basis voor het opbouwen van een vertrouwensband met iemand op wie je kunt rekenen. De pleegzorgbegeleider vindt het vast belangrijk om herhaaldelijk en op een vast tijdstip in de week aanwezig te zijn, in een veilige omgeving, als basis voor het opbouwen van vertrouwensmomenten. Met geduld creëren pleegzorgbegeleiders een veilig kader voor de ontmoetingen, bijvoorbeeld door een afspraak in te plannen. Zo kan er langzaam een relatie ontstaan.

Het is belangrijk om te beseffen dat het tijd kost om een vertrouwensrelatie op te bouwen. Na een aantal gesprekken ontstaat er een zeker vertrouwen, waardoor het kind zich veilig en voldoende begrepen voelt om over de traumatische ervaringen te praten. Door getuige te zijn en de ervaringen van het kind naar boven te laten komen, door te luisteren en aanwezig te zijn, symboliseert de pleegzorgbegeleider een betrouwbaar persoon. Na verloop van tijd voelt het kind zich begrepen en erkend met zijn emotionele bagage, die hij niet langer alleen hoeft te dragen. In die zin is de rol van de pleegzorgbegeleider pre-therapeutisch. De pleegzorgbegeleider is er voor het kind, is een betrouwbaar persoon, is vriendelijk en geeft hoop op een betere toekomst. Zo is naar school gaan niet langer een sombere herinnering aan de gebombardeerde school in het land waaruit de jongere gevlucht is. De pleegzorgbegeleider is zich duidelijk ook bewust van de grenzen van haar

¹Dit praktijkvoorbeeld, net als alle andere gevallen vermeld in deze praktijkgids, is geanonimiseerd volgens de wetenschappelijke normen.

professionele rol als zorgverstreker. Omdat ze geen gespecialiseerde therapeut is, maakt ze gebruik van de beschikbare hulpkanalen en begeleidt ze het kind naar een psychologisch zorgsysteem, waar het de ruimte krijgt om traumatische herinneringen te verwerken. Anderzijds is ze goed onderlegd in een traumasensitieve benadering en in trauma's die verband houden met ballingschap, waardoor ze weet dat een specialist ingeschakeld moet worden. Daarnaast heeft ze de vaardigheden om de dynamiek binnen het pleeggezin nauwlettend te volgen en zo te handelen dat het contact tussen de ouders en hun pleegkind hersteld kan worden.

Uit deze korte reflectie kunnen we alvast enkele aspecten afleiden die relevant zijn voor de professionele houding om het moment van herverbinding mogelijk te maken:

Aspecten van de professionele houding:

- Kalm blijven in moeilijke situaties.
- Een veilige omgeving scheppen.
- Regelmatige afspraken en een betrouwbare structuur inplannen.
- Transparant zijn over de hulp en het interventieproces.
- Luisteren en verschijnen of aanwezig zijn.
- Vanuit betrouwbaarheid een ontmoeting laten uitgroeien tot een helende relatie.
- Zich bewust zijn van de pre-therapeutische en bemiddelende kwaliteit van de interventie.
- Zich bewust zijn van de grenzen van de professionele rol en deze communiceren aan het pleeggezin.
- Een netwerk gebruiken (zoals teamoverleg, intervisie, supervisie).
- Het netwerk van hulpverleningsorganisaties gebruiken (zoals supervisoren en psychologen, psychotherapiecentra, kenniscentra, etc.).
- Het vermogen tot zelfregulering versterken.

» Een uitgebreidere versie van deze lijst is te vinden in de toolkit, p. 68

De volgende vragen kunnen inspiratie bieden om de specifieke kenmerken van complex trauma en de psychodynamiek binnen pleeggezinnen op drie niveaus te herkennen:

Deze vragen zijn niet exhaustief en zijn evenmin van toepassing op elk individueel geval of op elke dynamiek. Ze kunnen echter een leidraad bieden voor de reflectie.

STURENDE VRAGEN:

Voor pleegzorgbegeleiders

- *Wat is er nodig om een veilige ruimte voor de interventie te creëren?*
 - *Welke omgeving of welke context is noodzakelijk?*
 - *Welke aspecten van de professionele houding/rol zijn belangrijk?*
- *Hoe kun je je grenzen bewaken en communiceren?*
- *Wat wordt er van jou gevraagd?*
- *Hoe ervaar je de interventie met betrekking tot de gezinscontext?*
- *Wat is het doel van de interventie? Welke stappen kunnen er gezet worden?*
- *Welke irritaties/tegenstrijdigheden binnen de dynamiek neem je waar?*

Voor pleegouders

- *Wat weten we over...*
 - *de relatie tussen de pleegouders en hun kind?*
 - *het kind?*
 - *haar/zijn achtergrond?*
 - *de scheiding van zijn/haar biologische ouders?*
 - *het contact van het kind met zijn/haar biologische ouders?*
 - *een mogelijk mandaat of agentschap?*
 - *de huidige context van hun kind?*
- *communicatie/interacties binnen het pleeggezin?*
- *Wat zijn de belangrijkste vragen rondom ouderschap?*
- *Welke vragen/onzekerheden/wensen hebben pleegouders ten aanzien van hun kind?*
- *Wat wordt er in die familie gezegd en wat wordt er verzwegen (van beide kanten)?*

Voor niet-begeleide minderjarige vluchtelingen in de pleegzorg:

- *Wat is belangrijk voor het kind/de jongere?*
- *Hoe beschrijft hij/zij zichzelf?*
- *Hoe beschrijft het kind vriendschappen, de schoolomgeving, leerkrachten en zorgfiguren?*

Bemerk: Alvorens vragen te stellen over emoties, verlangens, verliezen of het verleden kun je technieken met een symbolisch karakter aanbevelen en/of proberen te gebruiken (zie de toolkit, p. 86).

In de eerste plaats ligt de nadruk op het bereiken en behouden van contact met de pleegouders en het pleegkind. Pas in een tweede stap kunnen diepere betekenissen en pijnlijke ervaringen worden verkend.

2. Zelf- en affectregulatie

Regulatie

betekent dat men een minimum aan rust herwint om aan de relatieproblemen te kunnen werken (door opnieuw verbinding te maken). Een hyperalert of hypergeprikkelde kind heeft vooral behoefte aan een volwassene die het kan helpen om te kalmeren of om zijn emoties te reguleren.

Voor deze co-regulatie is een zorgverstreker nodig die, in een moment van volledige disregulatie voor het kind, erin slaagt om "ouder, wijzer en gevoeliger" te blijven, een persoon die het kind merkbaar en aanhoudend blijft helpen om tot rust te komen. Regulatie kan worden bereikt door aanwezig te blijven en de innerlijke onrust van het kind te erkennen, door de huidige emotie te benoemen en door kalm te blijven in overweldigende momenten (Fonagy et al. 2004; zie ook het conceptuele model, p. 67 e.v.).

Met punten 2 tot en met 5 richten we ons op het ondersteunen en versterken van de vaardigheden van pleegzorgbegeleiders die pleegouders begeleiden bij de opvang van kinderen met een vluchtachtergrond. Voor de pleegzorgbegeleider gaat het er in de eerste plaats om een professionele relatie op te bouwen met de pleegouder(s).

Niet-begeleide minderjarigen die een complex trauma hebben meegemaakt, hebben vaak langdurig en intensief moeite met regulatie. Zelfs milde stress kan op latere leeftijd al leiden tot sterke reactiviteit en disfunctie. Vaak weten ze niet wat ze met hun emoties aan moeten en zijn ze vatbaar voor heftige emotionele schommelingen. De eigenwaarde van een kind ontwikkelt zich door het begrip en de spiegelende reacties van zijn ouders of andere zorgverstrekkers. Deze sociale biofeedback (Fonagy et al 2004) helpt het kind te begrijpen wat er in hem omgaat en geeft woorden of andere uitingen aan de innerlijke wereld van het kind. Zo

ontwikkelen kinderen veerkracht tegen stress en onzekerheid, leren ze hun eigen gevoelens en belevingen te herkennen en te ervaren, leren ze deze te reguleren en leren ze hun eigen gevoelens (bv. angst) te onderscheiden van wat er in de buitenwereld gebeurt. Ze leren dus hun eigen angsten en overtuigingen te onderscheiden van de werkelijkheid (ibid., p. 169).

Momenten van disregulatie en onvoorspelbaarheid kunnen pleegzorgers en pleegzorgbegeleiders ertoe brengen vragen te stellen zoals: Hoe blijven we nuttig voor de niet-begeleide minderjarige in momenten van disregulatie? Hoe kunnen we laten zien dat we betrouwbaar zijn? Hoe kunnen we aanwezig blijven in momenten waarop alles zinloos lijkt? De angst en stress van het kind kunnen onvermijdelijk zijn of haar omgeving "besmetten", alsook de opvoedingsvaardigheden van de pleegzorger en de begeleidende houding van de pleegzorgbegeleider. » Zie conceptueel model, p. 45 e.v. en p. 67

e.v.

Bij punt 2 gaat het om het (her)vinden van rust en veiligheid. Hier zijn de pleegzorgbegeleiders er voor de ouders en helpen ze hen, door hun aanwezigheid, moeilijke situaties te doorstaan. Door hun aanwezigheid en erkenning zijn de pleegzorgbegeleiders een bron van veiligheid voor de ouders. Zo kunnen ze hun kinderen veiligheid bieden en laten zien dat ze er voor altijd zullen zijn.

De volgende casus belicht momenten van spanning en conflictgedrag bij een pleegkind en kan ons wat ideeën geven over hoe we die kunnen helpen reguleren:

EEN PRAKTIJKVOORBEELD:

Al sinds hij een baby is, woont een tienerjongen bij zijn pleegzorgers, zijn tante en oom. Lange tijd wist de jongen niet dat hij een pleegkind is. Het is pas een paar maanden geleden dat zijn ouders het hem eindelijk vertelden, op een manier die past bij een kind dat een roman leest. Sindsdien is het gedrag van het kind veranderd en heeft hij conflicten met zijn schoolgenoten. Tijdens de gesprekken met de pleegzorgbegeleiders proberen de ouders het kind te beschermen en leggen ze uit dat het altijd de anderen zijn die het kind pesten. Hij ondervond dan ook lange tijd geen gevolgen van dit gedrag. Totdat de pleegzorgers beslissen het kind naar een psycholoog te sturen, waar de jongen vertelt dat hij zich afzondert van zijn vrienden. Hij wil enkel tijd doorbrengen met zijn ouders.

In dit praktijkvoorbeeld zien we veel lagen die te maken hebben met "verzwijgen" en met "verstoppen en liegen". Het verleden van het kind wordt geheim gehouden en gezien als iets waar moeilijk over gesproken kan worden. Terwijl de ouders net het kind willen beschermen en hem willen behoeden voor de pijnlijke werkelijkheid. Het kind groeit echter op met het gevoel dat er iets vreemds aan de hand is, iets dat hij niet over zichzelf weet. Het is moeilijk om de waarheid te horen na vele jaren onwetendheid.

Ook bij de pleegzorgers is er ambivalentie: Enerzijds zoeken ze uiteindelijk hulp omdat ze weten dat er iets is dat aandacht nodig heeft of waarover gepraat moet worden. Maar anderzijds zijn ze daartoe niet in staat. Ze sluiten zich af, terwijl de maatschappelijk werker in diens functie als pleegzorgbegeleider voelt dat er iets is wat de ouders en het kind dwarszit. Met deze kennis in het achterhoofd stelt de intervisiegroep de vraag hoe met de ouders kan worden gewerkt rond de dromen en wensen van het pleegkind. En hoe een veilige en vertrouwde relatie op te bouwen met sterke en betrouwbare hechtingen. Er moeten aspecten van psycho-educatie in de gezinsbegeleiding worden geïntroduceerd en er moet worden gesproken over wat een vroege adolescent nodig heeft en hoe men er voor hem kan zijn. De vragen voor de pleegzorgbegeleiders zijn dus: Hoe kunnen wij pleegzorgers begeleiden? Hoe kunnen we de verbinding met deze pleegzorgers aangaan en hoe kunnen we de band tussen de pleegzorgers en hun kind versterken, waardoor de betrokkenheid van de ouders wordt versterkt? Bij het zoeken naar een oplossing voor het gedrag van het kind is het belangrijk om de gevoelens die het

kind binnenin ervaart (niet weten, onzekerheid, wantrouwen of zelfs angst en boosheid) emotioneel te reguleren. De jongen kan het gevoel hebben dat hij alleen staat met zijn gevoelens. Misschien voelt hij zich verloren in deze mentale toestand en heeft hij geen woorden om uitdrukking te geven aan zijn gevoelens. Reguleren betekent een manier vinden om even tot rust te komen, om een veilige toestand te bereiken. De pleegzorgers zullen uiteindelijk behoefte hebben aan een betrouwbare persoon op wie ze kunnen vertrouwen. In die zin is het belangrijk dat de pleegzorgbegeleider er is om te luisteren en te begrijpen dat de relatie tussen de pleegzorgers en hun kind op het spel staat. Er moet een veilige basis zijn om zo opnieuw een vertrouwensrelatie op te bouwen. Zodra de rust en veiligheid is hersteld, kan de pleegzorgbegeleider de pleegzorgers helpen begrijpen wat hun kind voelt en nodig heeft om zijn/haar ouders opnieuw te vertrouwen.

Het is belangrijk dat pleegzorgbegeleiders de emotionele achtbaan van hun kind kunnen herkennen en benoemen, ook al begrijpen ze die niet helemaal. Door de emotionele onrust te erkennen, wordt het later mogelijk om het kind te helpen stresssignalen en emoties te herkennen, ervaren, tolereren en reguleren (en er uiteindelijk betekenis in te vinden). Affectregulatie is de basis voor het opbouwen van (nieuwe) hechtingsrelaties. Een belangrijke les uit neuropsychologisch onderzoek is de gouden standaard: eerst reguleren (stabiliseren), dan relateren (contact maken en een verbinding opbouwen) en vervolgens redeneren (het contact verdiepen en ruimte creëren voor reflectie en verwerking) (Perry, 2006). Kinderen die een complex trauma hebben meegemaakt, hebben uitzonderlijke zorgverstrekkers nodig. Mensen die niet enkel in staat zijn om kalm te blijven en ruimte te vinden voor reflectie, maar die ook bereid zijn om de stress en angst te verdragen die hen onvermijdelijk wordt "aangedaan". »

Zie conceptueel model, p. 40 e.v., p. 46 e.v. en p. 58

Het bovenstaande voorbeeld toont opnieuw bepaalde aspecten van de professionele houding die van pleegzorgbegeleiders worden verwacht in momenten van disregulatie en/of onzekerheid tijdens een gezinsinterventie:

Aspecten van de professionele houding:

- Als een betrouwbare persoon voor de pleegzorgers optreden, zodat zij op de pleegzorgbegeleider kunnen vertrouwen.
- Signalen opvangen over de zoektocht naar verbinding.
- De betrokkenheid van de ouder mentaliseren en spiegelen.
- Een veilige en betrouwbare relatie opbouwen.
- “Er zijn” met aanwezigheid, met een luisterend oor.
- De verschillende lagen van de psychodynamiek erkennen.
- Erkennen dat het kind met iets zit, zonder de druk om het meteen op te lossen.
- De regulatie helpen door een manier te vinden om even tot rust te komen en terug te keren naar een staat van kalmte en veiligheid.
- De pleegzorgers helpen bij het mentaliseren.
- Helpen betekenis te vinden voor wat hun kind zou kunnen voelen en nodig hebben.
- Aspecten van psycho-educatie toepassen.

» Een uitgebreidere versie van deze lijst is te vinden in de toolkit, p. 68

De volgende lijst kan worden gebruikt tijdens momenten van spanning op drie verschillende niveaus, om terug te keren naar een stabiele en kalme situatie, waardoor mentaliseren (punt 4), symboliseren (punt 5) en vervolgens begrijpen, mogelijk zijn:

Deze vragen kunnen pleegzorgbegeleiders een leidraad bieden bij een later reflectieproces over de dynamiek van een casus.

STURENDE VRAGEN:

Voor pleegzorgbegeleiders

- a) Hoe ervaar je de dynamiek van disregulatie?
- b) Hoe beschrijven de ouders de dynamiek van disregulatie?
- c) Hoe observeren ze momenten van boosheid/frustraties/angst?
- d) Wat zijn de triggers voor moeilijke momenten en disregulatie?
- e) Hoe ervaar je de communicatie binnen het gezin?
- f) Wat is er nodig om een veilige basis voor de interventie te bieden?
- g) Hoe kun je als pleegzorgbegeleider weer de rust vinden, indien nodig?
- h) Wat helpt jou als pleegzorgbegeleider om tot rust te komen en/of even stil te staan, indien nodig?

Voor pleegouders

- Hoe ervaar je als pleegouder de dynamiek van disregulatie bij jouw kind?
- Hoe zou je de dynamiek van disregulatie/spanningsmomenten van jouw kind omschrijven?
- Hoe zou je de momenten van boosheid/frustraties/angst bij jouw kind omschrijven?
- Wat zijn de triggers voor moeilijke momenten en disregulatie?
- Hoe ervaar je als pleegouder de moeilijke dynamiek?
- Wat is er nodig om een veilige omgeving voor het kind/de jongere te bieden?
- Hoe kun je de rust terugvinden in de relatie met je kind?
- Wat helpt jou als pleegouder om tot rust te komen en/of even stil te staan?
- Wat wordt gezegd en wat wordt er verzwegen de familie (van beide kanten)?

Voor niet-begeleide minderjarige vluchtelingen in de pleegzorg:

- Wat zou jou helpen om tot rust te komen en/of even stil te staan?
- Hoe kun je de rust terugvinden?

Wat wil je van je pleegouders/zorgfiguren nadat je even hebt stilgestaan en weer wat rust hebt gevonden?

Bemerk: Alvorens vragen te stellen over emoties, verlangens, verliezen of het verleden kun je technieken met een symbolisch karakter aanbevelen en/of proberen te gebruiken (zie de toolkit, p. 86). In de eerste plaats ligt de nadruk op het bereiken en behouden van contact met de pleegouders en het pleegkind. Pas in een tweede stap kunnen diepere betekenissen en pijnlijke ervaringen worden verkend.

3. (Nieuwe) hechtingsrelaties

Stress- en affectregulatie, evenals het gevoel van (relationele) verbondenheid en het vermogen om hechtingsrelaties aan te gaan, kunnen ernstig worden verstoord door de onmenselijke ervaringen tijdens en na de vlucht. Scheidingen, opeenvolgende verliezen en de trauma's die ballingschap met zich meebrengt, kunnen bij het kind het gevoel oproepen dat het in de steek is gelaten of "vernietigd" is (Varvin 2016, p. 841). » Zie conceptueel model, p. 11 e.v., p. 66 e.v. en p. 68 e.v.

Hier werken we het aspect uit punt 2 verder uit. Voor de pleegzorgbegeleider draait een gezinsinterventie om het ondersteunen van ouders zodat ze er voor hun pleegkind kunnen zijn, zodat de ouder-kindrelatie (opnieuw) kan worden opgebouwd.

Het gaat erom aanwezig te zijn, betrouwbaar te zijn en het kind duidelijk te maken dat de relatie met de ouders constant is en blijft (ook al is die relatie niet altijd even makkelijk).

Om die angst voor "vernietiging" bij het pleegkind te vermijden, kan het verschillende strategieën ontwikkelen waarbij de nieuwe hechtingsfiguur (de pleegzorger) wordt gecontroleerd, volledig wordt opgeëist, agressief wordt aangevallen of actief op afstand wordt gehouden of wordt afgewaardeerd. Dit soort gedrag (dat meestal onbedoeld is, maar onbewust wordt aangestuurd) heeft als doel om de angst voor verlating door een ander en de herhaling van het gevoel er niet bij te horen, te voorkomen. Door de existentiële angst om verlaten en volledig vernietigd te worden, maar ook door loyaliteit aan het gezin van herkomst, is het kind vaak niet in staat om te investeren in nieuwe relaties met het pleeggezin. Pleegzorgbegeleiders hebben de taak om pleegzorgers en pleegkinderen te helpen omgaan met een moeilijke realiteit en tegelijkertijd met teleurgestelde idealen. In de meeste gevallen ervaren zij de ambivalentie van het voortdurende idealiseren (bv. van de biologische ouders) en de desillusionerende aspecten van de realiteit van een asielprocedure (Varvin 2016, p. 833) of van de pleegzorgers. Vanuit een psychoanalytisch perspectief moet de ambivalentie in menselijke relaties getolereerd worden, omdat ambivalentie een algemeen en onvermijdelijk onderdeel is van het menselijk leven en relaties (Meurs et al. 2019, p. 55 e.v.). Wanneer je de complexiteit van menselijke relaties aanvaardt, met zowel positieve als negatieve affecten, in plaats van je te laten leiden door het ene of het andere uiterste, ben je beter gereguleerd en bereik je een gevoel van welzijn. Hoewel het van cruciaal belang kan zijn om deze dynamiek te begrijpen, moeten we ook aanvaarden dat het niet-begrijpen of niet-weten een essentieel onderdeel is van menselijke relaties, ook in de context van begeleiding. Het gaat er ook om te erkennen dat hechting niet onmiddellijk of perfect is, maar tijd kost en geen lineair proces is. Het gaat erom ambivalentie te erkennen en te aanvaarden dat er altijd een wisselwerking zal zijn tussen het zich terugtrekken vanuit een overlevingsdrang (het vermijden van de relatie met de pleegzorgers) en het opbouwen van een band met de pleegzorgers die zich geleidelijk kan ontwikkelen en versterken. De volgende casus illustreert de moeilijkheden van (nieuwe) hechtingsrelaties:

EEN PRAKTIJKVOORBEELD:

In ons werk ontmoeten we een jongen die bij het nichtje van zijn moeder woont en uit wantrouwen zijn pleeggezin wil verlaten. Volgens de omschrijving van de pleegzorgers gaat hij niet naar school, blijft hij thuis, speelt hij met zijn mobiele telefoon en lijkt hij onbenaderbaar. Door deze casus te delen, komen we tot de vraag hoe we het kind kunnen helpen zich veilig te voelen, zichzelf te uiten, (weer) vertrouwen te krijgen en hoe we hem kunnen helpen een relatie op te bouwen met zijn pleegzorgers en met ons als pleegzorgbegeleiders.

De eerste stap voor de hulpverleners, die de situatie van de jongen op verschillende niveaus benaderen is te trachten de jongen te helpen. Te helpen door zijn beleving en zijn behoefte aan een gevoel van veiligheid te erkennen. En te helpen om zichzelf uit te drukken: wat heeft hij nodig, wat wil hij en wie is hij. Op het relationele niveau willen we hem vertrouwen geven en een (nieuwe) band met zijn zorgverstrekkers/pleegzorgers laten opbouwen. Hoewel zijn impuls om zijn pleegzorgers te verlaten op het eerste zicht typisch lijkt voor een puber op zoek naar autonomie, suggereert zijn onbereikbaarheid dat er iets heel fundamenteels ontbreekt: basisvertrouwen. Het is belangrijk om vanaf het begin te erkennen dat een relatie opbouwen vertrouwen vergt. We moeten onszelf dus de volgende vraag stellen: Hoe ontstaat vertrouwen? In de eerste plaats door emotionele beschikbaarheid, door er te zijn. Hoe ingewikkeld, verwarrend of confronterend een situatie ook is, het gaat erom duidelijk te maken dat men deelneemt aan het gezin. Ouders en begeleiders moeten de jongen laten weten dat ze er voor hem zijn en dat hij niet de enige is die zich zorgen maakt. Ook al zijn er op dit moment geen woorden en geen verklaring voor zijn moeilijk gedrag, moet hij duidelijk weten dat er betrouwbare zorgverstrekkers beschikbaar zijn. Bovendien is de wens van de jongen (om het gezin te verlaten) gekoppeld aan een toekomstperspectief. Maar hoe kunnen we ons de toekomst van de jongen voorstellen? We moeten erachter komen welk perspectief de jongen heeft op zijn toekomst, wat hij zich voorstelt. Op basis van zijn manier van denken en zijn ambities kunnen we meer te weten komen over zijn motivaties, dromen en behoeften. Ook kunnen we samen bekijken wat de jongen moet begrijpen over zijn relatie met zijn pleegzorgers. Pas dan kunnen we met hem in gesprek gaan over de rol van zijn schoolcarrière in zijn toekomstvisie.

Deze casus illustreert hoe moeilijk het voor pleegzorgers kan zijn om de relatie met hun pleegkind (opnieuw) op te bouwen. Alle onzekerheden die dit voor de ouders met zich meebrengt, zijn ook een last voor de pleegzorgbegeleiders. De discussie over de onbereikbaarheid van de jongen laat zien hoe

complex het is om een oplossing te vinden. Maar wat we uit ons gesprek leren, is dat er verschillende stappen moeten worden gezet om een antwoord te kunnen vinden. Hieronder worden de belangrijkste aspecten van de holding-houding van de pleegzorgbegeleider samengevat.

Aspecten van de professionele houding:

- Als een betrouwbare persoon voor de pleegzorgers optreden.
- Voorlopig is er geen behoefte aan woorden en uitleg, wees gewoon aanwezig in het gezin, blijf in contact.
- De beleving van het kind erkennen.
- Zich bewust zijn van signalen die ons iets tonen dat nog niet in woorden kan worden uitgedrukt (bv. de emotionele terugtrekking en onbeschikbaarheid van de jongen).
- Vanaf het begin erkennen dat een relatie opbouwen vertrouwen vergt.
- De leidende vraag in gedachten houden: “Hoe ontstaat vertrouwen?”.
 - door aanwezig te zijn en participatie in en zorg voor het gezin en het pleegkind over te brengen;
 - door de ouders te helpen om hun kind/jongere het signaal te geven of te tonen dat ze beschikbaar zijn en dat het kind/jongere niet alleen wordt gelaten met zijn/haar situatie;
- Helpen om de band tussen de zorgfiguren/pleegzorgers en hun pleegkind/jongere (opnieuw) te herstellen.
- De pleegzorgers helpen hun kind te laten inzien dat het kan terugvallen op betrouwbare zorgverstrekkers.
- Samen overwegen dat het kind/de jongere zich begrepen moet voelen.
- Over de ambities, dromen en behoeften van het kind leren.
- Manieren vinden om het kind te helpen zichzelf uit te drukken.
- De ouders helpen hun kind te begeleiden naar een toekomstperspectief.

» Een uitgebreidere versie van deze lijst is te vinden in de toolkit, p. 68

Om de dynamiek van de gezinsinterventie beter te begrijpen, hebben we de volgende sturende vragen verzameld als een soort van leidraad:

Aan de hand van deze vragen kunnen pleegzorgbegeleiders de casus beter begrijpen.

STURENDE VRAGEN:

Voor pleegzorgbegeleiders

- *Hoe zou je als pleegzorgbegeleider de gezinsdynamiek omschrijven? Hoe zou je de sfeer in het gezin omschrijven?*
- *Hoe observeer je het familiesysteem? Hoe zou je de relaties, de rollen beschrijven?*
- *Wat is jouw rol als pleegzorgbegeleider? Welke vragen worden er aan jou gesteld? Door wie?*
- *Wat weet je over de achtergrond van de relaties van het kind/de jongere, vóór, tijdens en na de vlucht?*
- *Wat weet je over het gedrag van het kind/de jongere ten opzichte van andere zorgfiguren (leerkrachten, trainers, familieleden, biologische familie) en leeftijdsgenoten?*

Voor pleegouders

- *Hoe zou je de familiedynamiek en de sfeer binnen het gezin omschrijven?*
- *Hoe zou je de relaties en rollen binnen het gezin omschrijven?*
- *Wat is jouw rol? Met welke vragen word je door het kind aangesproken?*
- *Wat weet je over de achtergrond van de relaties van het kind/de jongere?*
- *Wat weet je over het gedrag van het kind/de jongere ten opzichte van andere zorgfiguren (leerkrachten, trainers, biologische familie) en leeftijdsgenoten?*
- *Hoe uit jouw (pleeg)kind hechting/liefde en/of wantrouwen/boosheid/angst?*

Voor niet-begeleide minderjarige vluchtelingen in de pleegzorg:

- *Hoe zou je de sfeer in het gezin omschrijven?*
- *Hoe zou je de relaties en rollen omschrijven?*
- *Wat is jouw rol?*

Bemerk: Alvorens vragen te stellen over emoties, verlangens, verliezen of het verleden kun je technieken met een symbolisch karakter aanbevelen en/of proberen te gebruiken (zie de toolkit, p. 86).

In de eerste plaats ligt de nadruk op het bereiken en behouden van contact met de pleegouders en het pleegkind.

Pas in een tweede stap kunnen diepere betekenissen en pijnlijke ervaringen worden verkend.

4. Mentaliserende toestand en zelfreflectie

Mentaliseren

beschrijft het vermogen om affecten om te zetten in emoties en gedachten te verbinden aan een betekenis. Dit vermogen vindt zijn oorsprong in het vroege ontwikkelingsstadium. Normaal gesproken leren kinderen in hun ontwikkeling hoe ze zichzelf kunnen begrijpen in de context van communicatie en in reactie op hun ouders, die als een affectieve spiegel fungeren. Als kinderen deze affectieve spiegel niet vroeg in hun leven ervaren, zal dit gebrek de ontwikkeling van hechting, de ontwikkeling van een mentaliserende en regulerende houding en de ontwikkeling van een coherent gevoel van eigenwaarde (als basis voor identiteit) in de weg staan.

Mentaliseren is het vermogen om de mentale toestand te begrijpen van zichzelf of anderen als basis voor gesteld gedrag. Mentaliseren kan worden gezien als een soort verbeeldingsvolle geestelijke activiteit waarmee we menselijk gedrag kunnen waarnemen en interpreteren vanuit bewuste mentale toestanden (Fonagy et al., 2004).

Kinderen die niet de ervaring hebben dat hun beleving door een zorgverstrekker wordt benoemd en uitgelegd, zullen voortdurend last hebben van een hoog stressniveau in hun innerlijke, psychische leven en in hun lichaam. Ze kunnen hun nieuwsgierigheid naar hun psychische beleving als zodanig verliezen. Vaak hebben niet-begeleide minderjarige vluchtelingen moeten hypermentaliseren: de neiging om te veel mentale toestanden aan anderen toe te schrijven, om de vluchtervaring te overleven. Daarna zijn ze niet langer in staat om te mentaliseren, omdat dit vermogen tot mentaliseren onderweg naar Europa is aangetast en in zekere zin is misbruikt. Ze leven met volledig onverwerkte, met angst doorspekte ervaringen die ver buiten hun mentalisatievermogen liggen. Vaak zijn ze niet in staat om de pijn van het ballingschap te verwerken, net als de eigen pijnlijke ervaringen tijdens het ballingschap (bv. vanwege racisme, discriminatie, problemen met de acculturatie of simpelweg omdat de pleegzorgers ook onopgeloste letsels hebben als gevolg van hun eigen onuitgesproken ballingschapservaring).

Zonder gespecialiseerde hulp zullen sommige van deze jongeren nooit meer de toestand van mentaliseren en reguleren terugvinden die ze voorheen hadden. De kinderen hebben geen woorden, geen symbolen om opnieuw het gesprek aan te gaan met de mensen om hen heen. De enige uiting van wat het lichaam nog steeds voelt, of wat volledig onderdrukt en onbewust is gebleven, is irrationeel, ambivalent gedrag of tekenen en symptomen van disregulatie en disfunctie op relationeel of fysiek niveau. Het zijn de pleegzorgers die de gevolgen dragen van wat het kind voelt. De pleegzorgers hebben daarom behoefte aan pleegzorgbegeleiders als stabiele figuren die bereid zijn pleegzorgers te ondersteunen tijdens moeilijke momenten in de relatie met hun pleegkind, zodat zij zelf als pleegzorgers een stabiele en veilige bron kunnen zijn voor hun niet-begeleide minderjarige. De volgende impressie uit de achtertuin van een kindertehuis illustreert hoe visuele, affectieve en emotionele momenten van de pleegkinderen en -jongeren door de pleegzorgbegeleiders begrepen kunnen worden.

Mentaliseren is een ander belangrijk aspect in het werk van een pleegzorgbegeleider. Het gaat om het waarnemen en inleven in de emotionele situatie van de kinderen en van de ouders (die mogelijk door een dynamiek wordt "besmet"). Het gaat niet om antwoorden of oplossingen. Het gaat om erkenning en uiteindelijk – en enkel als de situatie het toelaat – om het helpen benoemen van de affecten en emoties. Zo kan het helend zijn om gewoon te horen: ik hoor wat je zegt.

EEN PRAKTIJKVOORBEELD:

Een paar jongens zitten te babbelen in de gezellige zithoek van de gemeenschappelijke ruimte in een kindertehuis. De sfeer is rustig en speels. Het is een zonnige, warme dag en het gelach van de jongens en de warme sfeer stralen harmonie uit. Enkel het gebroken glas in het grote raam, gescheiden door een breed traliewerk, onderbreekt deze harmonie.

Het gebroken glas lijkt een aandenken te zijn aan momenten van agressie, boosheid, woede en onvolmaaktheid. Aan moeilijke momenten als de kinderen hun frustratie uiten. Als we het kapotte raam vervangen, wissen we ook de emoties van deze adolescenten. In het gebroken glas is de realiteit zichtbaar zonder dat we ons iets moeten inbeelden. Het lijkt een presymbolisch teken voor het gevoel van binnenuit opgesloten te zitten. Een gevoel dat de bovenhand kan krijgen als je opgroeit zonder wortels in het gezin van herkomst. Enerzijds is het gebroken glas een rechtstreekse uitdrukking van de emotionele staat die deel uitmaakt van de realiteit van het leven van de kinderen. Het staat symbool voor een wereld vol emoties, woede en agressie. Tegelijkertijd is het gebroken glas tijdelijk en moet het om veiligheidsredenen vervangen worden. Hoewel het gebroken glas te hoog zit en dus niet direct bereikbaar is, is het een symbool van vernieling. Iets dat gebroken is, maar weer gemaakt kan worden. Als het vervangen van het glas de gebroken elementen in het leven van deze kinderen onzichtbaar zou maken, kan het ook een helende en herstellende werking hebben. Het gaat erom de emoties die er zijn te erkennen, maar tegelijkertijd duidelijk te maken dat het raam gerepareerd kan worden. Net zoals sterke emoties kunnen voorbijgaan en wat vanbinnen stuk is met tijd en zorg weer gelijmd kan worden.

De symbolische inhoud toont twee dingen: vernieling en (de mogelijkheid van) herstel of genezing door samenzijn. In plaats van gevoelens van agressie in de eigenlijke uiting te laten zitten, is de volgende stap om een meer helende manier te vinden om ze uit te drukken. Dit kan via een creatieve manier van uiting geven. Een manier die de intensiteit van de gevoelens die men ervaart op verschillende manieren vergroot, zonder bedreigend of beangstigend te zijn. Deze creatieve uitdrukking is mogelijk in de vorm van dans, toneel, schilderen of kleisessies, waarbij de kinderen en jongeren worden begeleid door een zorgfiguur of therapeut die beschikbaar blijft en helpt om de gevoelens die eventueel naar boven komen en overweldigend of verwarrend kunnen zijn te begrijpen.

Om pleegkinderen bij dergelijke activiteiten en creatieve uitingen te kunnen begeleiden, heeft de zorgverstrekker de volgende aspecten van een professionele houding nodig:

Aspecten van de professionele houding:

- Aanwezig zijn en in contact staan met de pleegzorgers en hen helpen om beschikbaar te blijven in de buurt van het pleegkind.
- Het erkennen van (directe en indirecte, voor de hand liggende en onderliggende) uitingen van emotionele toestanden die verschillende delen van de beleving en de levenservaring van het kind vertegenwoordigen.
- Het aanvaarden van de emotionele toestanden binnen het pleeggezin – zelfs als ze niet altijd duidelijk zijn of misschien zelfs verwarrend, ambivalent en/of overweldigend zijn.
- Een aanpak hanteren die gericht is op genezing en herstel door middel van samenzijn of verbondenheid, waardoor:
 - samen met het team gereflecteerd wordt en gebruik gemaakt wordt van supervisie over hoe er gewerkt kan worden richting continuïteit en het herverbinden binnen het pleeggezin.
 - de nadruk wordt gelegd op de waarde van aanwezig en emotioneel beschikbaar blijven voor het gezin en voor de pleegkinderen en -jongeren.
- Aangeven dat sterke emoties voorbijgaan, dat je kunt evolueren van negatieve emoties naar positievere emoties en dat genezing mogelijk is met de tijd en met een zorgvuldige benadering.
- Een gezonde en constructieve manier vinden om gevoelens te uiten.
- Helpen betekenis te vinden voor de gevoelens die worden geuit: gevoelens zijn een manier om te communiceren, hoe moeilijk het gevoel ook mag zijn.

» Een uitgebreidere versie van deze lijst is te vinden in de toolkit, p. 68

Deze vragen kunnen dienen als leidraad. Tijdens de interventie gaat het om de relatie. Het verwerken om betekenis te vinden in wat er is waargenomen, komt nadien, binnen de reflectieve ruimtes van het pleezorgteam.

De onderstaande lijst met vragen kan helpen bij het sturen van de interventie, gebaseerd op de drie verschillende perspectieven op de casus waar de pleezorgbegeleider mee werkt. Hierbij wordt de situatie benaderd vanuit een mentaliserende houding (om de affectieve en emotionele toestanden te begrijpen):

STURENDE VRAGEN:

Voor pleezorgbegeleiders

- *Hoe ervaar je als pleezorger de gezinsdynamiek?*
- *Welke vragen worden er gesteld? Door wie?*
- *Wat observeer/leer je over de gevoelens en emoties binnen het gezin?*
- *Welke emotionele ruimte bieden de pleegouders aan het kind?*
- *Hoe worden emoties, behoeften, gedachten, redenen en fantasieën binnen het gezin waargenomen/meegedeeld? Hoe worden conflictgedrag/agressie waargenomen/meegedeeld?*
- *Wat weet je over de ruimte die het kind krijgt om zijn/haar gevoelens te uiten?*
- *Welke activiteiten vinden de ouders gunstig voor het kind (als activiteiten voor het kind en/of de activiteiten van het kind met de pleezorger)?*

Voor pleegouders

- *Hoe ervaar je als pleegouder de dynamiek met jouw kind?*
- *Welke affecten en invloeden zie je in de relatie met jouw kind?*
- *Welke emotionele ruimte bied je je kind?*
- *Hoe beleef je de emoties, behoeften, gedachten, redenen en fantasieën van je kind? Hoe neem je conflictgedrag/agressie waar?*
- *Welke ruimte bied je je kind om zijn/haar gevoelens te uiten?*
- *Welke activiteiten horen bij jullie gezinsroutine als het gaat om activiteiten voor of met jouw kind?*
- *Hoe stel je je de vragen en zorgen van jouw pleegkind voor? Hoe denk je innerlijk over je pleegkind? Over waar hij/zij mee worstelt?*

Voor niet-begeleide minderjarige vluchtelingen in de pleezorg:

- *Wat wil je ons vertellen over wat er in jouw hoofd omgaat? Wil je ons iets vertellen?*
- *Kan je ons in woorden of op een andere manier vertellen wat er in jou omgaat, wat je motiveert, waar je naartoe wil, waar je bang voor bent? Misschien in een tekening, een songtekst of iets anders?*
- *Mogen wij (jouw pleezorgers en/of wij van de pleezorgdienst) belangstelling tonen in wat je denkt of doet?*
- *Met wie zou je hierover willen praten? Zijn er nog andere mensen die om je geven en aan wie je denkt, met wie je over deze vragen zou kunnen praten?*

5. Symboliseren en een narratief vinden

In de vijfde module van deze opleiding richten we ons op het aspect traumaspecifieke begeleiding van pleegkinderen en pleegzorgers. Dit is een vorm van traumaspecifieke begeleiding die pleegzorgbegeleiders in hun praktijk kunnen gebruiken. Een van de eerste stappen is het bieden van een omgeving die veilig genoeg is om de pleegjongere te beschermen tegen een nieuwe breuk in de hechtingsrelatie. Dat kan enkel door hulp aan te bieden bij het reguleren van de hoge stressniveaus. Stress is immers onvermijdelijk bij de inspanningen en stappen die nodig zijn om de nieuwe hechtingsrelaties binnen het pleeggezin te herstellen. Vanuit "momenten van ontmoeting" (Stern 2005) wordt het voor het kind dan mogelijk om later in het pleegproces te reflecteren en te mentaliseren. Ondertussen helpen de pleegzorgbegeleiders de kinderen (en de pleegzorgers) met het reguleren van stress en spanningen. De traumatische ervaringen van verlies en ontmenselijking zijn immers veel groter dan wat het kind mentaal kan verwerken. Gedurende een bepaalde periode kan het kind geen woorden of verhalen vinden voor deze overweldigende en stressvolle ervaringen. In zulke momenten is traumaspecifieke zorg nodig. Dit is zorg die zich afspeelt in een multiprofessionele context (bv. geestelijke gezondheidszorg, psychosociale en psychotherapeutische trauma-experts, de school) en die ingaat op het specifieke verlies, het onverwerkte verdriet, de ontmenselijking en het verlies van vertrouwen en hoop, veroorzaakt door de ervaringen vóór, tijdens en waarschijnlijk ook ná de vlucht. » [Zie conceptueel model, p. 20 en p. 70](#)

Symboliseren volgt op mentaliseren (punt 3). Zodra de affecten zijn verwoord, kan het proces van begrijpen uitgediept worden.

EEN PRAKTIJKVOORBEELD:

We horen vaak van gezinnen dat hun pleegkind last heeft van lichamelijke klachten, zoals buikpijn of hoofdpijn. In gesprekken met pleegzorgers proberen we op een cultuursensitieve manier duidelijk te maken dat lichamelijke symptomen ook een uiting kunnen zijn van psychologische ervaringen of trauma.

Innerlijk ongemak en psychische pijn uiteten zich op verschillende manieren en vereisen een zorgzame en beschermende omgeving. Vanuit een mentaliserende benadering zouden we vragen wat er met het kind is gebeurd dat hij/zij zoveel pijn ervaart. Het gaat om verzorgd worden, om de veiligheid en bescherming die zij nodig hebben. Dat is iets wat verloren is gegaan bij veel pleegkinderen die wij in ons werk tegenkomen. De onvoorspelbare ervaringen van geweld, oorlog, verlies en enorme angst kunnen leiden tot een diepe kwetsbaarheid en een gebrek aan bescherming die kinderen kunnen overweldigen. Het komt erop aan de verschrikkelijke waarheid te erkennen dat ze hun land van herkomst hebben moeten verlaten en dat ze extreem veel onzekerheid en pijn hebben ervaren. De taak van de pleegzorgbegeleiders – en ook van de pleegzorgers – is er te zijn, te luisteren

en de moeilijkheden te erkennen die het kind ervaart. Het gaat er ook om te geloven dat het kind manieren kan vinden om zijn of haar zorgen op een manier te uiten die evolueert van een symptomatische uiting naar een meer symbolische (een beweging, een tekening, een liedjestekst, een woord, een verhaal, etc.).

Uit deze bespreking van een vaak voorkomende ervaring uit de praktijk, met het helpen van pleegzorgers om een begripvolle houding aan te nemen bij fysieke pijn zullen we opnieuw enkele nuttige aspecten van de professionele houding van pleegzorgbegeleiders en pleegzorgers halen:

Aspecten van de professionele houding:

- Als een betrouwbare persoon voor de pleegzorgers optreden:
 - de pleegzorgers helpen een zorgzame en beschermende omgeving voor het kind te bieden;
 - de pleegzorgers helpen om beschikbaar te blijven voor het kind en te laten zien dat er voor het kind gezorgd wordt;
 - de veiligheid en bescherming van het kind binnen het pleeggezin helpen bevorderen;
- Proberen manieren te vinden om cultureel te vertalen dat symptomen ook een uiting kunnen zijn van de psychologische ervaring of het trauma. Dit kan met name door duidelijk te maken dat elke cultuur andere en gelijkwaardige manieren heeft om symptomen te uiten. En te helpen bij het bespreekbaar maken van hoe de somatische en verbale boodschappen van het pleegkind begrepen kunnen worden.
- Met in gedachten de vraag wat er met het kind moet zijn gebeurd dat hij/zij dergelijke pijn ervaart. Niet zozeer wat het symptoom betekent, maar in de eerste plaats wat het symptoom ons vertelt over wat het kind in het verleden heeft meegemaakt en waar het kind op dit moment onder lijdt.
- Het erkennen van de waarheid en pijn die het kind beleeft.
- De moeilijkheden die het kind van binnen voelt erkennen en geloven.

» Een uitgebreidere versie van deze lijst is te vinden in de toolkit, p. 68

Na het reguleren, relateren en mentaliseren is de volgende stap het symboliseren: betekenis geven aan bepaald gedrag of aan bepaalde uitingen en affecten die het welzijn van het kind kunnen beïnvloeden. De volgende vragen kunnen helpen om het begrip te verdiepen en nieuwe interventiemethodes te vinden:

Ook hier gaat het om de perceptie van de emotionele situatie, maar ook om het begeleiden van ouders en kinderen die iets uiten met meestal een diepere, onderliggende en latente betekenis. Het gaat er niet om het antwoord te vinden, maar om te erkennen dat dit een uiting is van een gevoel of van een behoefte, waar (nog) geen woorden of verklaring voor zijn.

Voordat we overgaan naar het reflectieniveau (binnen de reflectieruimtes van het pleegzorgwerk), gaat het erom aanwezig te zijn en open te staan voor de signalen en symbolen van de dynamiek in de casus. Deze vragen kunnen later helpen om betekenis te vinden in wat is voorgevallen.

STURENDE VRAGEN:

Voor pleegzorgbegeleiders

- *Wat observeer/leer je over de gevoelens en emoties binnen het gezin?*
- *Welke emotionele ruimtes bieden de pleegouders aan het kind?*
- *Laten de ouders ruimte voor communicatie over de motivaties, gevoelens, gedachten en verlangens van het pleegkind?*
- *Welke gedragskenmerken, copingstrategieën, symptomen, etc. zijn bij het gezin/kind waar te nemen?*
- *Welke activiteiten organiseren de ouders voor hun kind?*
- *Welke activiteiten vindt het pleegkind leuk?*
- *Welke activiteiten zijn al helpend voor het kind om zichzelf uit te drukken (bv. tekenen, dansen, sporten, ...)?*

Voor pleegouders

- *Wat observeer/leer je als pleegouder over de gevoelens en emoties van jouw kind?*
- *Welke emotionele ruimte wordt er geboden in jouw gezin en voor het kind? Is er binnen het gezin een ruimte waar over emoties gesproken kan worden? Voor bepaalde emoties wel en voor andere emoties niet?*
- *Hoe communiceren jullie binnen jullie gezin? Hoe praat je over gevoelens, wensen en verlies?*
- *Wat zijn de kenmerken van jouw kind qua gedrag, copingstrategieën, symptomen, etc.?*
- *Welke activiteiten bied je aan of deel je met jouw kind?*
- *Welke activiteiten vindt jouw kind leuk? Wat zijn zijn/haar voorkeuren?*
- *Welke activiteiten zijn al helpend voor het kind om zichzelf uit te drukken (bv. tekenen, dansen, sporten, ...)?*

Voor niet-begeleide minderjarige vluchtelingen in de pleegzorg:

- *Welke activiteiten vind je leuk? Wat heeft jouw voorkeur?*
- *Welke activiteiten helpen je om jezelf uit te drukken (bv. schilderen, dansen, sporten, ...)?*
- *Welke ervaringen heb je al kunnen uiten of bespreken en welke nog niet?*

Bemerk: Alvorens vragen te stellen over emoties, verlangens, verliezen of het verleden kun je technieken met een symbolisch karakter aanbevelen en/of proberen te gebruiken.

6. Verborgen uitingen van relationele verliezen en disregulatie ontsluiten

Het is niet ongebruikelijk dat minderjarige vluchtelingen blootgesteld worden aan een hoge mate van stress en met vechten, vlucht- en bevriesmechanismen. In het zesde deel van de opleiding herkennen we de verborgen uitingen die zich kunnen voordoen in de vorm van tekenen of symptomen van trauma en diepe angst bij de minderjarigen in de zorg (van der Kolk 2014, p. 378). Eerdere ervaringen met het stuklopen van relaties, negatieve ervaringen met andere personen en onbetrouwbaarheid kunnen de eigenlijke pleegrelatie op plotselinge, overweldigende en oncontroleerbare manieren verstoren. In zulke momenten voelt het pleegkind angst en wantrouwen. Deze diepe angst om "niet meer bij een gezin te horen" uit zich vaak in boosheid, afwijzing of andere gedragsproblemen. Vechten met anderen, het conflict opzoeken, ruziemaken, maar ook onbereikbaar worden en zich emotioneel terugtrekken, zijn allemaal uitingen van traumatisch verlies. Tegelijkertijd zijn het manieren om de eigen individualiteit te ontdekken en te beginnen voelen wie men is na een pijnlijke periode. Diepe onzekerheden over een fundamenteel positief en coherent gevoel van eigenwaarde leidt tot botsingen/conflicten waardoor het kind kan aftasten of de nieuwe omgeving van het pleeggezin stevig genoeg is om de emotionele onrust te *omvatten* (Winnicott 2002, [1974]) en te *bevatten* (Bion 1990). Deze gedragsmatige symptomen zijn meestal de uiting van een indirecte en vaak onbegrijpelijke of versnipperde communicatie over bepaalde aspecten van de ervaringen van het pleegkind. Gehechtheids- en zorgfiguren (ibid. p. 80) – zoals de pleegzorgers en/of een pleegzorgbegeleider – moeten deze uitingen en symptomen begrijpen en bevatten of omvatten door deze signalen een eerste betekenis te geven die kan worden gedeeld met een vertrouwd persoon. Echter, naarmate de pleegzorgers in de traumatische dynamiek in hun relatie met hun kind betrokken worden, hebben ze ook een beschermende omgeving nodig. Om afstand te nemen van overweldigende ervaringen en om weer emotioneel beschikbaar te zijn voor hun pleegkinderen. De pleegzorgers kunnen hierbij ondersteund en geholpen worden door de pleegzorgbegeleider. » Zie conceptueel model, p. 36, 66 en 71

Kennis opdoen over de specifieke kenmerken van een jeugd in ballingschap en zonder familiewortels, het behouden van een veilige basis voor de relationele ontmoeting (met het pleeggezin), evenals de benaderingen op het gebied van mentaliseren en symboliseren, kan nuttig zijn voor de pleegzorgbegeleiders. Dit komt aan bod in de punten 6-9. We trachten te begrijpen dat dit altijd gezien moet worden als een (oneindig) proces.

Containment

beschrijft hoe in menselijke relaties (ruwe en non-verbale) affecten worden behandeld door de verzorgende figuur in de zin van een container. De zorgverstrekker onderkent een ondraaglijk affect, probeert dit te dragen en zoekt naar een betekenis voor het affect waarin het kind zichzelf kan herkennen. Wat de ontwikkeling van de vroege moeder-kindrelatie betreft, houdt de moeder rekening met de existentiële behoeften van de baby door deze te erkennen en er op een zingevende manier op te reageren. Zo wordt de opkomende behoefte voor de baby steeds draaglijker en krijgt deze betekenis. De behoefte wordt ook iets dat het kind kan herkennen als behorend tot zichzelf (Bion, 1990).

In het volgende praktijkvoorbeeld zullen we zien hoe een bepaald gedrag of een bepaalde gewoonte van een pleegkind een uiting kan zijn van een diepere emotionele toestand.

EEN PRAKTIJKVOORBEELD:

Een pleegzorgbegeleider wordt benaderd door een Syrische pleegzorger die zich zorgen maakt over zijn neefje. Hij kan verschillende taken perfect uitvoeren, maar heeft ook paniekaanvallen, meestal aan het begin van een taak. Hoewel de pleegzorger zelf met soortgelijke klachten kampt als gevolg van zijn perfectionisme, probeert hij het kind in momenten van stress en spanning tot rust te brengen door samen de Koran te lezen. Toch vraagt hij de pleegzorgbegeleider om hulp om het kind – en ook zichzelf – te leren hoe hij dat perfectionisme kan overstijgen.

Tijdens haar interventie realiseert de pleegzorgbegeleider zich dat de pleegzorger behoefte heeft aan meer. Zij begrijpt dit perfectionistische gedrag als een verborgen teken van de traumatische gebeurtenissen waarmee zowel het pleegkind als de pleegzorger in het verleden te maken hebben gehad. Een traumatische ervaring is immers een existentiële schok die tot gevoelens van machteloosheid leidt. Het gevoel van machteloosheid kan iemand ertoe brengen dit gebrek "op te vullen" door situaties zo volledig mogelijk te controleren. Het gevoel van vervreemding veroorzaakt door traumatische gebeurtenissen kan ook leiden tot een poging om erbij te horen in verschillende omgevingen, groepen en (in zekere zin) op school. Perfectionisme kan dus een mechanisme worden om met verontrustende gevoelens in de innerlijke beleving en met de onzekerheid die door het trauma is ontstaan, om te gaan. Hoewel de paniekaanvallen bij het kind vooral aan het begin van taken optreden, kunnen ze ook voortvloeien uit de angst voor onzekere uitkomsten, die bij elke nieuwe taak hoort. Tijdens haar gezinsinterventies heeft de pleegzorgbegeleider de pleegzorger vooral geleerd om de emoties van zijn kind te herkennen en te erkennen dat deze geworteld zijn in traumatische gebeurtenissen uit het verleden – ook al werken ze door op het heden. Met haar tussenkomst stuurt de pleegzorgbegeleider het perfectionistische ideaalbeeld van de pleeggezinsleden bij, mogelijk door een ruimte te creëren voor pijnlijke emoties die zij niet zelf kunnen voelen en erkennen. Door deel te nemen aan een gezinsinterventie treedt de pleegzorgbegeleider op als getuige van wat het kind en de pleegvader op emotioneel niveau ervaren, gewoon door er te zijn en samen te denken of te mentaliseren, door een betekenisvolle context te creëren voor deze perfectionistische houding die in de weg zit, door zich bewust te zijn van iets dat het pleegkind en de pleegvader ervaren hebben, zelfs als het niet volledig wordt

begrepen of uitgesproken. Nadat de maatschappelijk werker/pleegzorgbegeleider een tijdje met het pleeggezin heeft gewerkt, kan zij de pleegvader zelfs voorbereiden op een psychologisch onderzoek waar de vader om heeft gevraagd.

Deze ideeën komen uit een intervisiegroep met pleegzorgbegeleiders. In die context kunnen we onze gedachten ordenen en het proces van het begrijpen van het kind en zijn context benaderen door empathisch en reflexief naar de casus te kijken. De groepsaanpak vereist openheid en aanvaarding van datgene wat nog niet begrepen kan worden. We moeten ook erkennen dat we niet alles kunnen begrijpen, maar dat we op zijn minst moeten erkennen dat er indirect iets wordt meegedeeld. Uit deze casus halen we de volgende aspecten voor de professionele houding:

Aspecten van de professionele houding:

- Er zijn en professioneel betrokken en zorgzaam zijn.
- Luisteren en begrijpen, ook al kan niet alles volledig begrepen worden.
- Bewust zijn van verborgen signalen en sprankeltjes hoop.
- Ruimte geven aan pijnlijke gevoelens.
- Als getuige optreden.
- Zich bewust zijn van de grenzen van de professionele rol.
- Een ondersteunende omgeving gebruiken.

» Een uitgebreidere versie van deze lijst is te vinden in de toolkit, p. 68

Met deze aspecten van de professionele houding in gedachten delen we een aantal inspirerende vragen die gebruikt kunnen worden om te reflecteren op verborgen uitingen van relatieverlies en disregulatie:

We richten ons op het handhaven van een reflectieve houding die helpt bij het begrijpen van de voortdurende dynamiek en de behoeften van de pleegouders en hun kinderen.

REFLECTIEVRAGEN VOOR PLEEGZORGBEGELEIDERS:

De situatie erkennen

- *Wat zijn jouw indrukken? Wat kan je zien in het uiterlijk, het gedrag, de manier van praten en andere uitdrukkingen van het kind?*
- *Wat vertellen de ouders je over het gedrag, uitspraken, interesses en vragen van het kind?*
- *Over welk gedrag, uitspraken, onderwerpen en vragen van het kind maken ze zich zorgen? Welke (helpende/remmende) copingstrategieën hanteert het kind?*

Benaderen om de situatie te begrijpen

- *Wat weten we over het kind?*
 - *Wat vindt het kind wel of niet leuk? Wat wil het kind bereiken?*
 - *Welke moeilijkheden zijn bekend (bv. een bepaalde taak, vriendschappen, etc.)?*
 - *Wat weten we over de huidige/vroegere situatie van het kind?*
- *Wat zou de onderliggende motivatie kunnen zijn voor het gedrag, uitspraken, onderwerpen en vragen van het kind?*
 - *Op welke momenten zien we bepaald gedrag, bepaalde uitspraken, onderwerpen en vragen van het kind? (Misschien ook: hoe begint/eindigt het?)*
 - *Welke triggers voor moeilijk gedrag kunnen we zien?*
 - *Hoe beïnvloeden het gedrag, de uitspraken, interesses, onderwerpen en vragen van het kind de ouders?*
 - *Hoe beïnvloeden het gedrag, de uitspraken, interesses, onderwerpen en vragen van het kind ons als pleegzorgbegeleiders?*

Mogelijke manieren om tussen te komen:

- *Het gedrag kaderen, omvatten, identificeren en benoemen (bv. "Ik zie dat je je best doet om de taak perfect uit te voeren")*

7. Biopsychosociale cycli

In het zevende deel van de opleiding gaan we dieper in op de biopsychosociale cycli die samenhangen met complex relationeel trauma (van der Kolk 2014). In de context van therapeutische pleegzorg kunnen kinderen leren hun innerlijke onrust te herkennen en nieuw gedrag alsook nieuwe relaties en manieren van zelfregulatie ontdekken. Elke vooruitgang in de ontwikkeling van het pleegkind of in hechtingsrelaties wordt echter ernstig op de proef gesteld of belemmerd door de voortdurende angst van het pleegkind om opnieuw alleen te worden gelaten. Deze kinderen kunnen in een "biopsychosociale valkuil" trappen: het biologisch verankerde, overweldigde stresssysteem en de hyperalertheid leiden tot psychologische en sociale problemen, die op hun beurt weer leiden tot nog meer angst, stress, hyperalertheid, etc. » [Zie conceptueel model, p. 46 en p. 71 e.v.](#)

Biopsychosociale cycli

beschrijven een innerlijke status die het vaakst wordt ervaren door kinderen die getraumatiseerd zijn in hun primaire hechtingsrelaties of door niet-begeleide minderjarigen die onderweg worden gedehumaniseerd, tijdens de vlucht. Een hoog stressniveau en een verhoogde stressgevoeligheid kunnen leiden tot een hogere mate van prikkelbaarheid en reactiviteit op interne en externe prikkels. Dit veroorzaakt dan weer psychische en sociale problemen die de angst en hyperalertheid versterken en een biopsychosociale valkuil kunnen veroorzaken (van der Kolk, 2014).

Een uitweg vinden uit de vicieuze cirkel van de biopsychosociale cyclus waarin het kind gevangen zit, is niet makkelijk maar wel cruciaal. Dit moet op een veilige basis berusten en dus in een veilige relatie met de pleegzorgers en pleegzorgbegeleiders. Een betrouwbare en vertrouwensvolle relatie is de basis voor de ontwikkelingstaken van het pleegkind. We hebben al geleerd dat een veilige basis bestaat uit betrouwbare zorgverstrekkers die hebben geleerd om ondraaglijke emoties te reguleren en in bedwang te houden. Deel uitmaken van een hechtingsrelatie betekent deel uitmaken van een relatiedynamiek die inherent complex is en niet altijd te begrijpen valt. Maar voor een niet-begeleide minderjarige vluchteling gaat het ook om het herkennen van verborgen uitingen en latente tekenen van verlies, verlating en trauma, waarvan sommige pas in het latere leven volledig begrepen kunnen worden.

Om dit te begrijpen, moet men beseffen dat de uiting gebaseerd kan zijn op diepere, verborgen thema's die verband kunnen houden met verlies, verwaarlozing en trauma.

Het volgende voorbeeld illustreert hoe deze cycli te identificeren.

EEN PRAKTIJKVOORBEELD:

Na een lange wachttijd en veel bureaucratische rompslomp ontmoeten Maria en haar man hun eerste pleegkind, een pleegzoon van 15 jaar. In plaats van blij te zijn dat ze elkaar eindelijk ontmoeten, vertelt ze ons: "Vlak voordat ik hem voor het eerst ontmoette, had ik voor het eerst haatgevoelens."

Haatgevoelens of negatief reageren op het feit dat er een langverwacht pleegkind in het leven van haar en haar man komt, lijkt in eerste instantie tegenstrijdig. Deze haatreactie kan ook leiden tot gevoelens van schuld en schaamte. Toch is dit een van de eerste emoties die de jonge moeder ervaart. Het betreft een emotionele realiteit die vanuit psychoanalytisch perspectief niet verrassend is: deze affectieve ambivalentie hoort bij het ouderschap. Voor een moeder (of voor ouders) is een pasgeboren kind dat in het lichaam van de moeder groeit, maar ook een tiener die al z'n hele kindertijd heeft geleefd, een compleet nieuwe en onbekende persoon die hun gezinsleven vervoegt. Dit kind zet hun oude leven helemaal op z'n kop. Als er een baby in een gezin wordt geboren, betekent dat verandering: de ouders moeten hun leven omgooien en ruimte maken voor het kind. Het voorbeeld van Maria, die vertelt over haatgevoelens als ze haar pleegkind voor het eerst ontmoet, leert ons de ambiguïteit in een mensenleven te aanvaarden, waarbij positieve en negatieve affectieve toestanden tegelijkertijd kunnen voorkomen (Meurs et al. 2019). Ook al lijkt de uiting van haat of agressie tegenstrijdig, het is een manier om de intense gevoelens van een vrouw over de existentiële verandering die het (pleeg)moederschap met zich meebrengt, uit te drukken. Door te luisteren naar de emoties die iemand voelt en er ruimte voor te maken, krijgt hij of zij de kans om zijn of haar emoties te voelen, te uiten en te erkennen, zodat hij of zij ze kan verwerken. De professionele houding van de pleegzorgbegeleider fungeert als een container en een spiegel voor de heftige emoties van het pleeggezin en hun kinderen. De aanwezigheid van een maatschappelijk werker kan ook helpen om een metaperspectief te krijgen op de gezinsdynamiek, die overschaduwd kan worden door intense emoties. De pleegzorgbegeleider is emotioneel betrokken bij de ontmoeting en moet zich dus ook bewust zijn van zijn/haar eigen rol binnen het gezin. Zo kan hij/zij momenten of mogelijkheden voor regulering identificeren die kunnen worden gespiegeld of meegedeeld aan de ouders.

De relatie benaderen vanuit empathie en er zijn voor de pleegzorgers, zelfs op momenten van conflict en uitdaging, vereist een professionele houding. Dit omvat momenten van ambivalentie: je gezin willen openstellen voor een pleegkind en tegelijkertijd het gevoel hebben dat je dat niet wilt, of een pleegkind willen en tegelijkertijd boos zijn over de uitputting, de eisen van een kind en de strijd die een door de vlucht getraumatiseerd kind moet doormaken, een kind dat ook nog eens heel loyaal is aan zijn biologische ouders (ambivalenties). Wat de professionele houding betreft, vatten we de volgende aspecten samen:

Aspecten van de professionele houding:

- Luisteren naar en ruimte geven aan pijnlijke emoties en tegenstrijdige gevoelens.
- Fungeren als een container en helpen om woorden te vinden voor intense, tegenstrijdige gevoelens die uitgedrukt worden of onderliggend zijn.
- Zich bewust zijn van de eigen rol binnen een gezinssysteem; de pleegzorgbegeleider is degene die bemiddelt door mensen weer in verbinding te brengen, door ambivalenties en zeer moeilijke momenten in het pleegproces te helpen begrijpen als normale processen in complexe menselijke relaties.
- Momenten voor regulering aanreiken aan de ouders, bijvoorbeeld momenten die tonen hoe pleeggezinsleden (ouders) proberen hun moeilijke momenten en die van anderen (zoals het pleegkind) te begrijpen.
- Helpen door ondersteunende systemen en interacties te identificeren (zoals uitwisselingen tussen ouders, ondersteuning van lotgenoten voor het kind, genieten van een activiteit ondanks conflicten in de gezinscyclus, enz.).

» Een uitgebreidere versie van deze lijst is te vinden in de toolkit, p. 68

Voor verdere reflectie en het begripsproces willen we de volgende vragen ter inspiratie aanreiken. Deze kunnen we samenvatten op drie begripsniveaus:

Sommige van deze vragen kunnen nuttig zijn voor de pleegzorgbegeleiders om een nieuw perspectief te vinden tijdens een reflectiemoment (bv. supervisie) en kunnen inspiratie bieden.

REFLECTIEVRAGEN VOOR PLEEGZORGBEGELEIDERS:

De situatie erkennen

- a) *Wat zijn je eerste indrukken?*
- b) *Wat kunnen we waarnemen over de pleegzorger-kinddynamiek in het pleeggezin?*
- c) *Wat leren we over momenten van vertrouwen en/of conflict in de pleegzorger-kinddynamiek?*
- d) *Hoe beschrijven de pleegzorgers de conflictmomenten (op het vlak van nabijheid en afstand)?*

De situatie benaderen om deze te begrijpen:

- *Wat is de mogelijke betekenis van bepaald gedrag, bepaalde woorden, thema's en onderwerpen die door het kind worden aangekaart, vragen van het kind?*
- *Hoe kan ja de relatie tussen pleegzorgers en kind beschrijven?*
 - *Op welke momenten merk je/vertellen de pleegzorgers over afstand, afwijzing en wantrouwen vanwege het kind?*
 - *Waardoor wordt dit uitgelokt?*
 - *Welk effect heeft de afwijzing of het wantrouwen van het kind op de pleegzorgers?*
 - *Op welke momenten hielp het om even stil te staan?*
 - *Op welke momenten werd de relatie hersteld? Wat heeft bijgedragen aan het herstel van de relatie tussen pleegouders en pleegkind, maar uiteindelijk ook tussen pleegzorgbegeleider en pleeggezin?*

Mogelijke manieren om tussen te komen:

- *Welke tips kan je aan pleegzorgers geven op het vlak van regulatie?*
- *Welke ruimte voor uitwisseling tussen de pleegzorgers kan nuttig zijn?*
- *Welke vorm van uitwisseling, beheersing en reflectie kan de pleegouders helpen (om te herbronnen, om de stabiliteit in de relatie met hun kind te behouden)?*
- *Wat kan een veilige plek voor het kind zijn? Wat zou hem/haar kunnen helpen om te reguleren, richting en vertrouwen te vinden in de relatie met zijn/haar pleegouders? Hoe kunnen pleegzorgers de gevoelens van hun kind spiegelen?*

8. Identiteit en autonomie

In het achtste deel van deze opleiding moeten we de specifieke kenmerken van de ontwikkeling van kinderen erkennen om hun zoektocht naar identiteit en autonomie te begrijpen. Voor sommige niet-begeleide minderjarige vluchtelingen zal dit een nog grotere uitdaging zijn. Zij hebben namelijk te maken gehad met het afbreken, afstand nemen van of het stukgaan van relaties als onderdeel van hun vlucht en ballingschap. Kinderen met een complex trauma moeten de uitdaging aangaan om ervaringen met het verbreken, de onbeschikbaarheid en het verliezen van hechtingsrelaties te integreren (Vliegen et al. 2023). Ze moeten ook inconsistenties, onduidelijkheden en onafgewerkte processen in hun eigen levensgeschiedenis integreren. Ze worden ook geconfronteerd met veel momenten van onopgelost verdriet over opeenvolgende en vaak onherstelbare verliezen of scheidingen, waarover ze zich schuldig voelen. Bovendien hebben ze soms onmenselijke behandeling ervaren. Ze zijn daarom erg gevoelig voor de kleinste signalen van een mogelijk nieuw verlies in de vorm van emotionele beschikbaarheid. Tegelijkertijd worden ze gedreven door een diep gevoel dat ze nergens echt bijhoren of de liefde, vrijgevigheid en zorg van anderen (pleegzorgers, leraren, pleegzorgbegeleiders, etc.) niet verdienen (ibid., p. 11 e.v.). Tijdens de puberteit worden deze pijnlijke gevoelens versterkt, omdat er tijdens die ontwikkelingsfase existentiële veranderingen plaatsvinden via moeilijke ontwikkelingstaken die als volgt kunnen worden samengevat:

Wat het begrijpen betreft, ligt de nadruk van de pleegzorgbegeleiders op het erkennen van de zoektocht naar identiteit. Voor pleegkinderen en -jongeren kan dit samenvallen met ervaringen van vluchten, verlies en trauma.

- In deze fase moet de jongere zijn of haar positie vinden binnen de intergenerationele lijn in zijn of haar gezinssysteem en in de verhouding tot zijn of haar ouders. Dit gebeurt middels onderhandelingen en/of conflicten. Een eigen plek vinden binnen dat transgeneratiele perspectief brengt ook momenten van strijd, conflict en agressie met zich mee. Pas als deze momenten aanvaard en overwonnen worden, kan de jongere een nieuw gevoel van autonomie vinden (Erikson 1973 [1959], p. 106 e.v.).
- In deze fase moet ook het lichaam dat seksueel rijp wordt, geïntegreerd worden in het zelfbeeld van de adolescent. Het zelfbeeld uit de vroege kindertijd moet herwerkt of opnieuw opgebouwd worden en bevat ook een element van seksualiteit en gender (een seksuele en genderidentiteit).
- Volgens Erik H. Erikson is de belangrijkste ontwikkelingstaak in de puberteit de vorming van de identiteit (ibid., p. 107). We zien dat adolescenten soms moeite hebben met het seksuele of genderspect van hun identiteit en/of de bi- of multiculturele identiteiten in zichzelf.

In deze fase moet de jongere omgaan met de emotionele gevolgen van de cognitieve ontwikkeling. Dit doen ze door een metaperspectief aan te nemen, om zo het verloop van hun leven tot nu toe beter te begrijpen. Kinderen en jongeren die in hun leven grote verliezen en tegenslagen hebben meegemaakt, zullen uiteindelijk beseffen dat het moeilijk, zo niet onmogelijk, is om hun lijden te beheersen. Tijdens de puberteit kunnen ze beter begrijpen en inzien wat er in hun leven is gebeurd, maar deze uitgebreidere kennis over het eigen leven kan voor emotionele problemen zorgen. Omdat de emotionele en cognitieve ontwikkeling asynchroon verlopen (de pubers maken een snelle cognitieve ontwikkeling door, maar emotioneel zijn ze nog onvolwassen), doordat eerdere ervaringen in de loop van de tijd anders worden ervaren en doordat adolescenten zich bewuster zijn van de existentiële breuk die traumatische gebeurtenissen met zich meebrengen, kan een adolescent die tegenslag heeft meegemaakt, te kampen krijgen met effecten die hij of zij niet in een context kan plaatsen of kan begrijpen.

Loskomen van de ouders (en het zichzelf terugvinden tijdens de puberteit) is een belangrijke ontwikkelingstaak die deel uitmaakt van de normale ontwikkeling van kinderen en jongeren. In de context van ballingschap en pleegzorg voor een niet-begeleide minderjarige vluchteling komt dit echter in een ander daglicht te staan. Meer autonomie krijgen tijdens de puberteit betekent dat pleegkinderen zich los willen maken van hun pleegzorgers, ook al zijn deze pleegzorgers tot nu toe een stabiele en veilige basis voor het kind geweest. Door de strijd voor meer autonomie in hun relatie met pleegzorgbegeleider kan de relatie erg conflictueus of ambivalent worden. Deze conflicten over autonomie (bv. als ze zeggen dat ze het pleeggezin willen verlaten en op zichzelf willen wonen) worden soms op de spits gedreven door gekwetste en kwetsbare pleegkinderen. Hierdoor weten de pleegzorgers soms niet meer wat ze goed kunnen doen voor hun pleegkind. » Zie conceptueel model, p. 72 e.v.

Het volgende praktijkvoorbeeld kan helpen om de complexiteit van het vinden van autonomie en identiteit als jongere in een pleeggezin te begrijpen. Wat is helpend voor het kind en diens familieleden?

EEN PRAKTIJKVOORBEELD:

Nashma is 15 jaar en woont in Europa bij haar oom uit Syrië. Ze is gestopt met school omdat ze gepest wordt vanwege haar hoofddoek. Na verloop van tijd trekt ze zich terug in haar kamer en heeft ze geen zin meer om iets te ondernemen. Als onderdeel van een pleegzorginterventie komt een pleegzorgbegeleider bij het gezin thuis om met de ouders te praten over dit probleem. Zo ontmoet de begeleider Nashma voor het eerst. Als de begeleider vraagt hoe het met haar gaat, vertelt het meisje dat ze verdrietig is en vertelt ze over de pesterijen die ze op school heeft meegemaakt. Dan vertelt ze de pleegzorgbegeleider dat ze een nieuwe taal aan het leren is, met een app op haar telefoon. De pleegzorger (haar oom) jaagt zich op en wil dit onrecht aankaarten door naar de school van het meisje te gaan en haar te verdedigen tegen de pestkoppen. De maatschappelijk werker begrijpt de gespannen situatie van de pleegzorgers en de situatie van het meisje en staat erop de ouders te vergezellen tijdens het gesprek op school, iets waar normaal gezien enkel de wettelijke voogd van het meisje op aanwezig mag zijn. Tijdens het gesprek wordt duidelijk dat de leraar de hoofddoek van het meisje verkeerdelijk ziet als "winterkleding". Op dat moment valt de pleegzorgbegeleider ook de culturele ongevoeligheid van de leerkracht zelf op. Hij begrijpt niet welke betekenis de hijab voor dit meisje heeft. Tijdens het gesprek tussen de ouder, de leerkracht en de pleegzorgbegeleider krijgt de hijab een nieuwe betekenis. Hierdoor verandert de leerkracht zijn houding aan ten opzichte van de kleinerende reacties van andere leerlingen over de hoofddoek van het meisje. Het meisje krijgt zo meer inzicht in een belangrijk deel van haar eigenwaarde. Na een tijdje gaat het meisje terug naar school.

Een van de eerste dingen die we in dit geval zien, is hoe belangrijk het is voor een adolescent om een symbool van culturele verbondenheid (zoals de hoofddoek van een meisje) te behouden of terug te vinden. Omdat het meisje gepest en verkeerd begrepen wordt, krijgt ze het gevoel anders te zijn dan de meeste andere kinderen op school. Ze krijgt deze boodschap van haar klasgenoten en, nog verrassender, haar leerkracht, die de hijab aanziet voor een sjaal die het meisje als winterkleding zou dragen. Helaas wordt de onderliggende boodschap verkeerd begrepen: de uiting van het anders-zijn door het meisje. Dit ondermijnt haar kwetsbare gevoel van eigenwaarde, wat typisch is voor jongeren in het midden van de puberteit.

Hierdoor voelt ze zich een vreemde, een gevoel dat sowieso al hoort bij het migratieproces en dat nu nogmaals in de verf wordt gezet. De confrontatie met deze omgeving waarin ze uitgesloten wordt, zorgt ervoor dat het meisje niet meer naar school gaat en zich isoleert. Als het meisje de maatschappelijk werker van de pleegzorgdienst ontmoet en die haar vriendelijk naar haar welbevinden vraagt, kunnen we het belang van deze heel eenvoudige, maar fundamentele vraag zien. Het is belangrijk om waarde te hechten aan dit ontmoetingsmoment (Stern 2005), omdat het de basis vormt voor een relationele ontmoeting waarin het meisje kan ervaren dat ze "gezien, gehoord en begrepen wordt". Dit moment van erkenning kan ook de basis vormen voor een relatie en een gevoel van verbondenheid. De pleegzorgbegeleider slaagt er in - rustig en met kennis van de specifieke structuren van het pleegzorgsysteem - een manier te vinden om deel te nemen aan de schoolinterventie. Ze doet dit om veiligheid te bieden op de achtergrond (Mahler 1975), in het belang van het meisje, maar ook haar oom, die erop gebrand lijkt het onrecht aan te kaarten, aangezien hij zelf ook een vluchteling is en gedwongen werd te migreren naar een andere omgeving. Naast deze emotionele veiligheid op de achtergrond die maatschappelijk werker dan biedt, slaagt ze er ook in om op te treden als cultureel bemiddelaar tussen het pleeggezin en de leerkracht, die de culturele achtergrond van haar leerling niet lijkt te vatten. Culturele gevoeligheid van de pleegzorgbegeleider betekent hier in de eerste plaats een houding van "laten we eens kijken wat de hijab nog meer voor dit meisje en haar familie kan betekenen". Die betekenissen zijn mogelijk helemaal anders dan betekenis die de leerkracht eraan geeft. Het gaat er dus niet om dat de pleegzorgbegeleider al deze mogelijke betekenissen zelf kent. De pleegzorgbegeleider moet een houding aannemen dat ze niet van tevoren kan zeggen wat het betekent (= een houding van niet-weten), dat ze niet zeker weet of de leerkracht gelijk heeft en dat we daarom moeten luisteren naar de betekenis die de betrokkene eraan geeft (= een houding van culturele nederigheid bij de pleegzorgbegeleider).

In deze casus zullen we de aspecten benadrukken die volgens ons fundamenteel zijn voor de begeleiding van pleegzorgers zodat ze hun kinderen en jongeren kunnen ondersteunen en vrij laten:

Aspecten van de professionele houding:

- Vragen naar en zorgen voor het welzijn van de cliënt.
- Het ontmoetingsmoment erkennen.
- De basis voor een relationele ontmoeting leggen.
- De basis bieden voor verbinding en voor gevoelens van verbondenheid.
- Kennis verwerven over de specifieke structuren van het pleegzorgsysteem.
- Veiligheid bieden vanop de achtergrond.
- Indien nodig en nuttig, fungeren als culturele bemiddelaar tussen het pleeggezin en andere instellingen.

» Een uitgebreidere versie van deze lijst is te vinden in de toolkit, p. 68

Ook hier geldt dat sommige van deze vragen nuttig kunnen zijn voor pleegzorgbegeleiders in reflectieve ruimtes en als inspiratie om een beter perspectief te krijgen op de dynamiek van een casus.

De zoektocht naar manieren om pleegzorgers en hun kinderen te ondersteunen is ook een zoektocht naar begrip, vanuit een houding van verwondering en niet-weten. Dit kan alleen vanuit een beschouwende en beschermende houding door pleegzorgbegeleiders en pleegzorgers. De onderstaande lijst met drie niveaus van dieper begrip kan als inspiratie dienen:

REFLECTIEVRAGEN VOOR PLEEGZORGBEGELEIDERS:

De situatie erkennen

- *Wat zijn je eerste indrukken? Wat kan je zien in het uiterlijk, het gedrag, de taal, onderwerpen, vragen, etc. van het kind?*
- *Hoe kunnen we bepalen in welk ontwikkelingsstadium het kind zich bevindt? Welke ontwikkelingstaken lijken nu relevant? Hoe relateert de adolescent scheidingen en het streven naar verbondenheid aan een verleden van ballingschap en mogelijk trauma?*
- *Wat weten we over het verleden van het kind?*
- *Hoe is de ouder-kinddynamiek in het pleeggezin?*
- *Welke ambivalenties zien we? Op welke momenten ontstaan er conflicten?*

Perspectieven om de situatie beter te begrijpen:

- *Welke pogingen of moeilijkheden zijn er om de autonomie terug te krijgen? Hoe kunnen we afstand en geruststelling creëren tussen familieleden?*
- *Wat weten we over de pogingen van het kind/de jongere om zelfstandig te worden?*
- *Hoe kijken ouders aan tegen pogingen tot loskomen? Hoe bieden ze een veilige basis voor het kind/de jongere om autonomie te verkennen?*
- *Wat weten we over de leeftijdsgenoten, vrienden, activiteiten en hobby's van het kind?*
- *Wat wil het kind/de jongere? Wat zijn zijn/haar wensen/verlangens en angsten?*
- *Wat weten we over zijn/haar angsten of onzekerheden?*

9. Ontwikkelingspsychologie

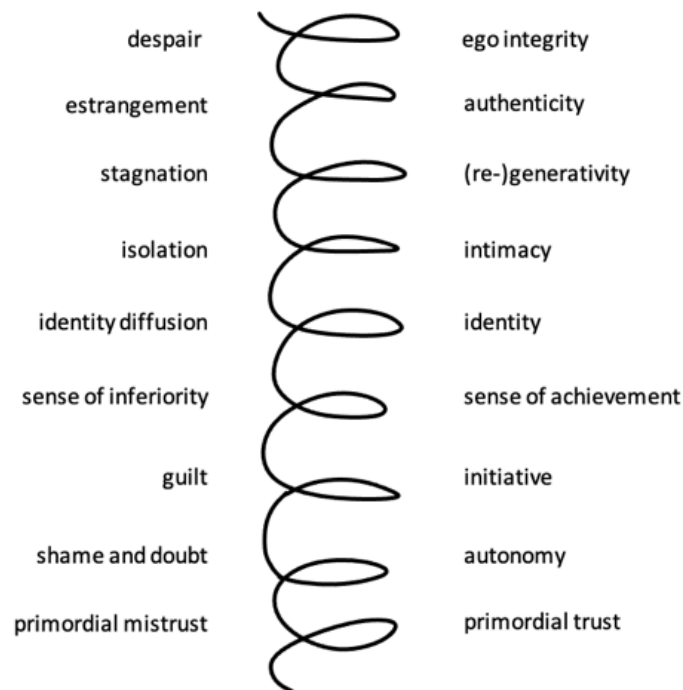


Figure 1 – 'the course of life: developmental phases and tasks'
Clinical-psychological perspective on the ~~Eriksonian~~ life course theory (Meurs 2009)

In dit negende deel van de praktijkgids willen we het hebben over de uitdagingen die ontstaan wanneer het ontwikkelingsproces van een kind wordt beïnvloed door de ervaring van vluchten (met ervaringen van scheiding en verlies) of zelfs wordt belemmerd door een traumatische gebeurtenis.

De volgende illustratie van het klinisch-psychologische perspectief op de levenslooptheorie van Erikson (Meurs 2009) toont de normale en problematische ontwikkelingsresultaten in Figuur 1 (de levensloop: ontwikkelingsfasen en taken). Zo ontwikkelt het kind in het eerste levensjaar doorgaans een basisvertrouwen. Wanneer dat onvoldoende gebeurt, zoals bij verwaarlozing en trauma in de vroege kindertijd ontstaat er in plaats daarvan een fundamenteel wantrouwen (Erikson 1973 [1959], p. 62 e.v.). In het tweede en derde levensjaar ontwikkelt het kind autonomie, het gevoel op eigen benen te staan, los van maar nog steeds verbonden met de zorgverstrekker. Als dit onvoldoende lukt, ontstaat er schaamte (ibid., p. 79). In het vierde, vijfde en zesde levensjaar draait het om initiatief: het

Hier ligt de nadruk meer specifiek op de ontwikkeling van het kind en de puberteit en dus op het verband tussen trauma- en ontwikkelingsmechanismen.

onbevangen, met nieuwsgierigheid, interesse en de drang om te weten de wereld tegemoet kunnen en mogen treden. In de psychoanalyse wordt dit ook in verband gebracht met de initiële nieuwsgierigheid en vragen over het lichaam en de seksualiteit. Als er dan iets misgaat, ontstaat het gevoel dat de nieuwsgierigheid en spontaniteit fout zijn en dit leidt tot zelfcensuur en buitensporige schuldgevoelens (ibid., p. 97 e.v.). Op de basisschool, van zes tot twaalf jaar, draait het allemaal om constructief zijn: allerlei vaardigheden die het kind nodig heeft om goed te kunnen leren (leervaardigheden) en om deel te kunnen nemen aan vriendschappen (sociale vaardigheden). Als hier problemen ontstaan, bijvoorbeeld door leermoeilijkheden of pesten en uitsluiting, ontstaat er een minderwaardigheidsgevoel in het zelfbeeld van het schoolkind (ibid., p. 103).

In de puberteit (12-20 jaar) is het de taak om het kinderlijke zelfbeeld te hervormen tot een nieuwe identiteit die helpend is op de weg naar volwassenheid (ibid., p. 106 e.v.). Deze zoektocht naar identiteit bij adolescenten gaat gepaard met identiteitscrises, die passen binnen de normale variatie. Het wordt problematisch als deze crises niet voorbijgaan en leiden tot identiteitsverwarring. Dit roept ook de vraag op hoe een problematische jeugd, het behoren tot een andere culturele omgeving of en gedwongen vlucht en de daarmee gepaard gaande trauma's of verlieservaringen de zoektocht naar identiteit in de puberteit beïnvloeden.

In de jongvolwassenheid (20 tot 25-30 jaar) kan men andere mensen met een stabielere identiteit beginnen te ontmoeten. Erikson beschrijft dit als intimiteit: het vermogen om diepmenselijke ontmoetingen te hebben en emotionele intimiteit met anderen te bereiken. Dit kan o.a. inhouden dat men seksuele intimiteit kan ervaren als een uiting van diepe menselijke ontmoeting. Als hier problemen optreden, leidt dit tot een gevoel van isolement: geen echte band opbouwen met andere volwassenen, zich geïsoleerd voelen, geen hechte relaties hebben of, als men die wel heeft, zich erg eenzaam voelen in deze relaties, zonder momenten van diepe verbondenheid (ibid., p. 114 e.v.). Op volwassen leeftijd (25 tot 30 tot 45 jaar) vragen mensen zich af wat ze willen bereiken met betrekking tot generativiteit (ibid., p. 117 e.v.): 'Wat wil ik bereiken in mijn leven, wat wil ik de wereld brengen, waar wil ik heen met mijn manier van leven, mijn relatie met mijn partner, mijn familie, mijn beroep? Wil ik een organisatie oprichten, boeken schrijven, kunst maken, wetenschappelijke ontdekkingen doen en daarover boeken of artikelen schrijven, enz.?' Deze vragen over generativiteit omvatten ook de vraag naar regenerativiteit: 'Wil ik kinderen, een nieuwe generatie op de wereld zetten?' Het tegenovergestelde van generativiteit is stagnatie: volwassenen die geen richting hebben, veel plannen die tot niks leiden (ibid., p. 117 e.v.). Op middelbare leeftijd, "het middaguur van het leven" en wanneer we de "namiddag van de levenscyclus" ingaan, worden mensen meer dan voorheen geconfronteerd met het idee van ouder worden, het idee van eindigheid. Sommigen vragen zich dan sterk af of het leven dat ze tot nu toe hebben geleid hun eigen keuze is geweest. En of ze vooral anderen blij wilden maken met de keuzes die ze hebben gemaakt. Dan komt het onderwerp "authenticiteit" in beeld. Sommigen maken een diepe vervreemdingscrisis door op middelbare leeftijd: 'Dit is niet het leven dat ik wilde.' Sommigen doen plotseling en overhaast afstand van bepaalde keuzes (ze verlaten plots hun

partner en kiezen een nieuwe of plotseling is men ontevreden over z'n carrière en slaat men een compleet nieuw pad in).

In de latere levensfasen (na het pensioen, vanaf 65 jaar) blikt men terug op hoe het leven tot nu toe is geweest: kan ik tevreden zijn als ik alles overschouw, zowel de successen als de dingen die moeilijker waren of mislukt zijn? Als men toch het gevoel heeft tevreden te zijn over de levensreis, dan is er sprake van ego-integriteit. Het tegenovergestelde is het gevoel dat alles wat men in het leven betracht is, mislukt is. Dit is de wanhoop of hopeloosheid die ontstaat als mensen het gevoel hebben dat "hun leven voor niks, mislukt en gefaald is" (ibid., p. 118 e.v.).

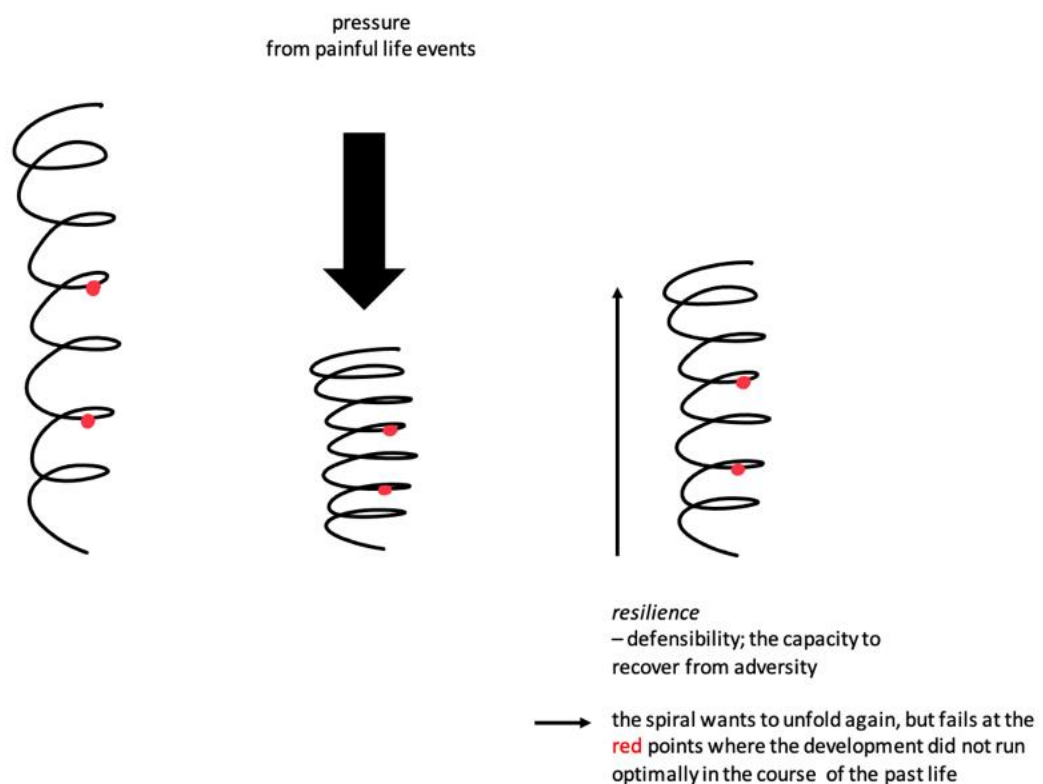


Figure 2 – Clinical-psychological perspective on the Eriksonian life course theory (Meurs 2009)

In Figuur 2 zien we wat er gebeurt als er druk wordt uitgeoefend op de persoon, op de spiraal die de levensloop of persoonlijkheid voorstelt. Deze druk ontstaat door een pijnlijke ervaring, zoals het verlies van een dierbare, het overlijden van een ouder, de ziekte van een familielid of een ernstige tegenslag op het werk. We krijgen allemaal vroeg of laat te maken met een dergelijk verlies. Hierdoor wordt de spiraal in- of samengedrukt. Als de verlieservaring heel diep snijdt, legt dit een gewicht op de schouders en wordt de spiraal (de persoon) samengedrukt, soms zelfs helemaal tot op de grond. Wie een dierbare verliest, bijvoorbeeld omdat de partner de relatie verbreekt zonder dat men dit zag aankomen, zal tijdelijk terugvallen op ontwikkelingstaken uit de vroege kindertijd: 'Kan ik mensen opnieuw vertrouwen, voel ik mij weer autonoom, kan ik de wereld opnieuw met een open vizier tegemoet

treden, voel ik mij nog sociaal vaardig, wat is mijn identiteit nu ik niet meer de partner ben van degene die uit mijn leven is verdwenen, durf ik mensen weer toe te laten, emotioneel en eventueel fysiek (intimiteit), etc.'?

Er zitten ook wat roestvlekken op de spiraal. Iedereen heeft er wel één of twee: ontwikkelingsfases uit het verleden die we niet optimaal hebben doorlopen, fases die we minder goed hebben doorlopen. Op zich is dat niet zo erg. We leven ermee zonder het te beseffen, totdat we op een gegeven moment met een enorm verlies te maken krijgen en het gevoel hebben dat we er langer in blijven hangen dan normaal. Misschien heeft het nieuwe verlies oude letsels, die zijn ontstaan door scheidingen uit de kindertijd, weer opgehaald. Na het verlies en een periode van normaal rouwen, hebben we moeite om recht te krabbelen en het leven met kracht en veerkracht opnieuw op te pakken. Het goede nieuws is dat mensen, met steun van naasten en soms therapie, het recente verlies en de oude letsels (de roestplekken in de spiraal) kunnen genezen. Sommige kinderen hebben echter meer dan één of twee roestplekken. Denk bijvoorbeeld aan pleeg- of adoptiekinderen die in meerdere (bijna alle) stadia van hun ontwikkeling regelmatig pijn en verlies hebben ervaren.

Als de spiraal na tegenslag en ongeluk opnieuw opveert en de persoon recht krabbelt, illustreert dit duidelijk de kracht, weerstand en veerkracht van de persoon/spiraal.

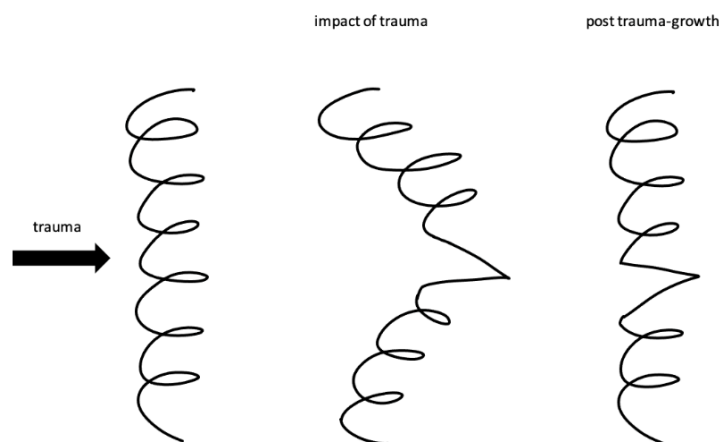


Figure 3 – Clinical-psychological perspective on the Eriksonian life course theory (Meurs 2009)

In Figuur 3 zien we het verschil tussen het effect van verlieservaringen (de spiraal wordt samengedrukt) en trauma (de spiraal breekt of barst). Een trauma slaat onverwacht toe en mensen zijn onvoorbereid en onbeschermd. Na de traumatische ervaring willen getraumatiseerde mensen ook graag weer opstaan en veerkrachtig zijn: dit is posttraumatische veerkracht of groei. Als je kijkt naar de spiraal

waarin de posttraumatische groei zich heeft voorgedaan, zie je een ogenschijnlijk normale en sterke spiraal. Als je beter kijkt, zie je echter dat het gebroken of geknapte stuk van de persoon nog steeds aanwezig is.

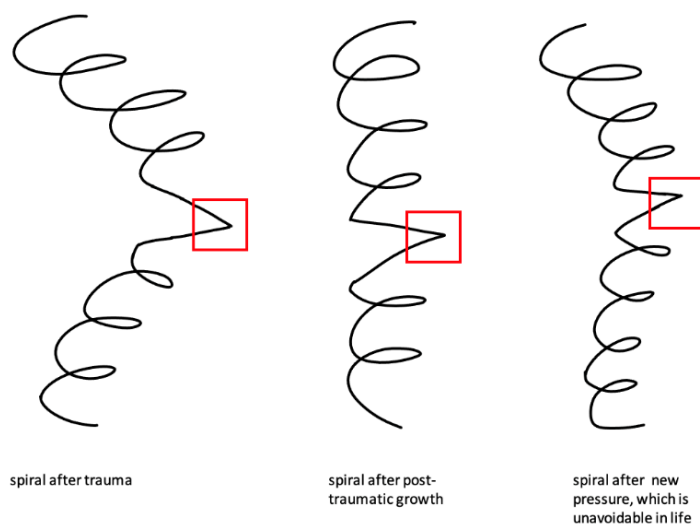


Figure 4 – Clinical-psychological perspective on the Eriksonian life course theory (Meurs 2009)

In Figuur 4 zien we wat er gebeurt als de persoon die door het trauma gebroken en kwetsbaar is geworden, een nieuw verlies ervaart. Dit verlies zet druk op de gebroken en minder gespannen spiraal die minder draagkracht heeft. Het gevolg is dat de spiraal opnieuw knapt of breekt, ook al is er geen sprake van nieuw trauma. Mensen kunnen na een ernstig trauma heel sterk en veerkrachtig zijn, maar we

mogen niet vergeten dat deze persoon minder draagkracht heeft. Een nieuwe tegenslag kan een traumatiserend effect hebben, ook al is de nieuwe tegenslag helemaal geen trauma. Dit komt doordat de spiraal (de persoon) verzwakt is door de eerste traumatische ervaring. Bepaalde pijnlijke ervaringen en de angst voor een nieuwe verlieservaring (het mogelijk verbreken van de pleegzorgrelatie) kunnen jongeren die voor en tijdens de vlucht getraumatiseerd zijn, dus misschien opnieuw traumatiseren.

Sommige niet-begeleide minderjarigen in de pleegzorg raken in paniek, anderen kunnen hun leven weer oppakken en weer anderen breken zelf de pleegzorg af. Deze laatste houding dient soms om de spanning weg te nemen over de vraag of ze opnieuw door nieuwe zorgfiguren (de pleegzorgers) in de steek gelaten zullen worden en daardoor opnieuw trauma zullen ervaren. » Zie conceptueel model, p. 73 e.v.

EEN PRAKTIJKVOORBEELD:

Hier gaat het om een tienerjongen uit Noord-Afrika die bij zijn pleegzorgers in Italië woont. Hij worstelt met zijn seksuele identiteit, waardoor hij sterk onder druk staat en hij een laag zelfbeeld heeft en zich anders gedraagt dan de norm.

Bij de bespreking van deze casus in de intervisiegroep is de druk (om hulp te zoeken en een manier te vinden voor de jongen om met anderen om te gaan) ook duidelijk voor de groep. Het werk op basis van mentaliseren (dat wil zeggen empathie tonen voor en het benoemen van de onhoudbare affecten) sluit aan bij het gevoel van druk. In plaats van het probleem direct op te lossen, nemen we begripvolle houding aan. We vragen onszelf af wat er met de jongen aan de hand kan zijn. Hoe ervaart hij de druk om snel zijn seksuele geaardheid te vinden, een gevoel van eigenwaarde te ontwikkelen en zijn seksualiteit te ontwikkelen? Deze sturende vragen brengen ons tot de vraag naar de beleving van de jongen bij het opgroeien. En wat betekent het om een mannelijke identiteit te ontwikkelen, ook in de context van wat dat mogelijk betekent in het land van herkomst? Het gaat er niet zozeer om deze vragen te beantwoorden, maar dat de mensen die deze jongen begeleiden en verzorgen een begripvolle houding tonen. Het gaat erom te luisteren naar het verhaal van de jongen, zijn wensen en zijn behoeften. Het gaat erom de druk weg te nemen en hem de ruimte te geven die hij nodig heeft om zichzelf te oriënteren en een beeld te ontwikkelen van wie hij is en wie hij kan worden. Een laag zelfbeeld hangt samen met schaamtegevoelens. Schaamte over wie die jongen is en wat hij wil. Het gaat erom dat ruimte te geven aan verlangen en de tijd nemen om woorden te vinden. In plaats van zich te verschuilen achter schaamte (ook als pleegzorger, degene die de jongen begeleidt), gaat het erom aanwezig te zijn op de achtergrond terwijl de jongen zijn identiteit probeert te vinden. Het gaat erom een betrouwbare plaats te bieden, begrip te tonen, onzekerheden te overwinnen en de hoop voor de toekomst van het zelfbeeld van de jongen te versterken.

Dit voorbeeld toont hoe moeilijk het is voor jongeren om hun (seksuele) geaardheid te vinden en hoe uitdagend en soms hoe beschamend dat kan zijn voor de jongen (alook voor de pleegzorgers en pleegzorgbegeleiders). Het kan voor adolescenten erg moeilijk zijn om het seksuele lichaam te integreren in hun zelfbeeld en identiteit (Erikson 1973 [1959], p. 106 e.v.). Uit ondervinding weten we dat begeleiding in dat geval een voorzichtige aanpak vereist. Uit deze casus halen we de volgende aspecten voor de professionele houding van de pleegzorgbegeleiders:

Aspecten van de professionele houding:

- De druk verminderen.
- Aanwezig zijn op de achtergrond.
- Empathie tonen voor onhoudbare affecten en deze benoemen.
- Een insteek gericht op een begripvolle benadering of houding behouden.
- Het gaat er niet zozeer om deze vragen te beantwoorden, maar het contact te behouden met deze jongeren en hun pleegzorgers.
- Ruimte bieden en naar het verhaal van de jongere luisteren.
- Een betrouwbare en voorspelbare ruimte bieden voor de ervaring begrepen te worden, voor de ontwikkeling van het zelfbeeld en voor het versterken van de hoop op de toekomst.

» Een uitgebreidere versie van deze lijst is te vinden in de toolkit, p. 68

Opnieuw is de visie van de begeleider nodig, die erkent en begrijpt dat kinderen en jongeren te maken kunnen krijgen met traumatische ervaringen in hun ontwikkeling. Door dit te erkennen, wordt het makkelijker om manieren te vinden om de ouders te ondersteunen, zodat ze beschikbaar blijven voor hun pleegkinderen.

De begeleiding van pleegzorgers die geconfronteerd worden met de onzekerheden van hun adolescenten, die zich in een overgangsperiode van ontwikkeling bevinden, bezig zijn met hun eigen identiteit te vinden en tegelijkertijd hun verleden (gekenmerkt door omwentelingen en verliezen) te integreren, vraagt om bijzondere aspecten. De lijst hieronder kan helpen om zich te richten op het begrijpen van elk individueel geval en om nieuwe manieren van interventie te vinden:

Als we (sommige van) deze vragen binnen de professioneel omkaderde reflectieruimtes van de pleegzorgteams aankaarten, vereist dit niet altijd een antwoord. Het gaat er ook om te erkennen dat er (altijd) aspecten en/of dynamieken zijn die we niet zullen begrijpen.

Het is dan belangrijk deze inspirerende vragen gevoelig te benaderen.

REFLECTIEVRAGEN VOOR PLEEGZORGBEGELEIDERS:

De situatie erkennen

- *Hoe oud is het kind of de jongere? Hoe kunnen we bepalen in welk ontwikkelingsstadium het kind zich bevindt? Wat zijn de huidige ontwikkelingstaken?*
- *Wat weten we over de eerdere ontwikkelingsstadia die het kind heeft doorlopen? Wat waren de resultaten/moeilijkheden? Wat weten we over het verleden van het kind?*
- *Hoe begrijpen de ouders de psychosociale ontwikkeling van het kind?*

Perspectieven om de situatie beter te begrijpen:

- *Afhankelijk van de leeftijd van het kind/de jongere:*
 - *Vroege kindertijd:*
 - *Welke aspecten van vertrouwen/wantrouwen zijn waarneembaar? (1 jaar)*
 - *Welke aspecten van autonomie/twijfel en schaamte zijn waarneembaar? (2 – 3 jaar)*
 - *Kindertijd:*
 - *Welke aspecten van initiatieven/schuld zijn waarneembaar? (4 – 6 jaar)*
 - *Welke aspecten van het gevoel van prestatie en constructiviteit/minderwaardigheidsgevoel zijn waarneembaar? (6 jaar – puberteit)*
- *Puberteit:*
 - *Welke aspecten van identiteit/identiteitsdiffusie zijn waarneembaar?*
 - *Welke levensgebeurtenissen vonden plaats tijdens de hierboven genoemde ontwikkelingsstadia van het kind?*

Mogelijke manieren om tussen te komen:

- *Wat kunnen we het kind aanbieden, rekening houdend met zijn/haar ontwikkelingsstadium?*
- *Hoe kan het kind een veilige ontwikkelingsomgeving krijgen waarin het de nieuwe sociale omgeving kan verkennen?*

10. Hoe is de samenwerking met jouw netwerk van pleegzorgorganisaties?

In dit laatste punt ligt de nadruk op het netwerk als een basiselement waarop pleegzorgbegeleiders kunnen vertrouwen in hun werk. We zullen het hebben over emotionele betrokkenheid vanuit empathie en besteden aandacht aan veilige ruimtes die de pleegzorgbegeleiders ondersteunen als ze hun weg moeten zoeken door verwarrende, uitdagende of zelfs overweldigende momenten in hun werk. Het doel voor pleegzorgbegeleiders is om hun reflectieve houding toe te passen bij het begrijpen van een casus en de bijhorende dynamiek.

Als tiende en laatste module van de praktijkgids verwijzen we naar een van de basisvoorwaarden (vermeld op p. 7) en zullen we concreet maken hoe pleegzorgbegeleiders baat kunnen hebben bij een opleiding in het kader van teamoverleg, intervisie en supervisie, maar ook via nascholingen en/of workshops. Al deze netwerken kunnen nuttig zijn voor pleegzorgbegeleiders en hun werk in de praktijk. De setting waarin deze trainingen en supervisies plaatsvinden, variëren in aanpak en functie.

Soms hebben pleegzorgbegeleiders geen tijd voor reflectiemomenten met het team, netwerkbijeenkomsten met collega's, nascholing of supervisie. Als ze verdrinken in het werk wordt dit soms gezien als tijdverspilling. Niets is minder waar. Soms moet men immers "tijd verliezen om ruimte te winnen".

Met andere woorden, tijd besteden aan supervisie en opleiding om vervolgens op een andere (beter uitgeruste) manier terug te keren naar de werkplek. De pleegzorgbegeleider voelt zich dan meer 'geworteld' in zijn of haar werk. Het is een kans om opnieuw vanuit rust en bedachtzaamheid te ageren en nieuwe manieren te verkennen om pleeggezinnen met kinderen en jongeren uit met een vluchtachtergrond te ondersteunen, in plaats van alleen maar achter de feiten aan te hollen en snelle oplossingen voor te stellen die niet echt relevant zijn voor de betrokkenen.

De bevattende en behulpzame pleegzorgbegeleider bevatten

beschrijft wat een professionele setting zoals een opleiding, intervisie of supervisie aan deelnemers kan bieden. Het gaat om het "helpen van de helpenden". Een pleegzorgbegeleider die de affecten en dynamiek binnen de ontmoeting met zijn of haar cliënt (pleeggezin) bevat, kan op zijn beurt bevassing ervaren binnen de supervisie door ervaringen te delen met de collega's, zich emotioneel begrepen te voelen en reacties te ontvangen. Daarom kan een supervisie fungeren als een container voor de onverwerkte (Barthel-Rösing & Haubl 2017) elementen die zich bij de pleegzorgbegeleider kunnen voordoen tijdens een pleegzorginterventie.

Als we het hebben over werken in een netwerk, over verzorgd worden in een netwerk van collega's (containment voor pleegzorgbegeleiders), moeten we onderscheid maken tussen een intern en een extern netwerk, waarop pleegzorgbegeleiders kunnen rekenen voor ondersteuning of voor samenwerking en/of reflectie:

Het externe netwerk:

- Moet worden begrepen als een verlengstuk van het eigenlijke werk en maakt samenwerking mogelijk.

- Fungeert als een multi-perspectiefomgeving met verschillende professionals en deskudigen.
- Wordt meestal ingeroepen wanneer de eigen professionele kennis of capaciteiten en de middelen van de eigen instelling/organisatie hun grenzen hebben bereikt.
- Speelt een belangrijke rol wanneer samenwerking, interactie of specifieke benaderingen of kennis vereist zijn (workshops of conferenties).
- Maakt het mogelijk om in contact te komen met collega's van andere instellingen, kennis op te doen en ervaringen te delen.
- Kan helpen om nieuwe manieren te vinden voor een interventie binnen een pleeggezin.
- Kan ook belangrijk zijn om gezinnen, ouders of kinderen te koppelen aan verschillende diensten.
- Dient het gevoel niet geïsoleerd te staan als pleegzorgbegeleider of pleegzorgdienst.

Het interne netwerk:

- Maakt het mogelijk om te weten wanneer je je tot wie of welke actor uit het externe netwerk moet wenden.
- Bestaat uit een team, collega's, supervisoren of coördinatoren die (in verschillende opstellingen) deelnemen aan verschillende teamsettings zoals een teamoverleg, intervisie en supervisie.
- Reflectieve settings zoals intervisie en supervisie maken het mogelijk om te belichamen, te verbeelden en te reflecteren en om zich bewust te worden van de dunne lijn tussen afstand houden en nabijheid, maar ook tussen professioneel handelen en uitbeelden ("re-enacten"). Hier kan men veilig de professionele grenzen en mogelijkheden aftasten of kwesties omtrent zelfregulering bespreken of reflecteren over triggers, als een pleegzorgbegeleider momenten wil bespreken waarop hij of zij mogelijk zijn of haar professionele houding zou verliezen.
- Maakt het mogelijk om mogelijkheden voor reflectie te verkennen, bijvoorbeeld door:
 - ludieke technieken (kaartspellen, rollenspellen);
 - empathische oefeningen (wisseling van verteller);
- Kan een opleidingsformat bieden om met het team te ontspannen (bijvoorbeeld een dag in de bergen met deelmomenten, afstand nemen van moeilijke gevallen en de zware werklust, momenten van reflectie en mentaliseren over het eigen werk).

Met dit laatste, tiende punt van het opleidingsprogramma willen we ons richten op een omgeving uit het netwerk die onmisbaar is of zou moeten zijn voor pleegzorgbegeleiders: reflectieruimtes bij intervisie of supervisie, waar de begeleider verlichting kan vinden en nieuwe perspectieven kan krijgen op de gepresenteerde casus. Hoe deze setting als denkruimte fungeert, wordt geïllustreerd met het volgende praktijkvoorbeeld.

EEN PRAKTIJKVOORBEELD:

Een pleegzorgbegeleider vertelt ons het verhaal van een tienerjongen uit Angola die zijn moeder tijdens de vlucht is verloren en nu bij een Italiaans pleeggezingaat wonen. De pleegzorgbegeleiders zijn sterk betrokken en ontmoeten de jongen elk weekend, hoewel hij nog steeds in een residentiële voorziening in een andere Italiaanse stad verblijft. pleegzorgbegeleider Ondanks de afstand kunnen de pleegzorgbegeleiders een band opbouwen met hun pleegkind. Nu de pleegzorgplaatsing bijna zal starten en de plaatsing in de voorziening ten einde loopt, beginnen de pleegzorgbegeleiders zich zorgen te maken. De jongen lijkt gevoelig, is erg rustig en lijkt op alles "ja" of "ok" te antwoorden. Zelfs als hij op school gepest wordt, is zijn reactie gelaten. Als de pleegmoeder ziek wordt en naar het ziekenhuis moet, blijft de jongen kalm. Toch krijgt de jongen in die periode een paniekaanval, schijnbaar als reactie op de stress en angst die de ziekte van zijn pleegmoeder veroorzaakt.

De eerste vraag die opkomt tijdens onze bespreking van deze casus tijdens de intervisie is "hoe". Vragen als "hoe verloor hij zijn biologische moeder?" of "hoe kwam hij in Italië terecht?" zijn interessant voor de intervisiegroep, gevolgd door "waarom": "waarom wordt hij gepest?". Deze vragen geven blijk van een gebrek aan kennis, vanwege de hiaten en open vragen, terwijl er tegelijkertijd behoefte lijkt te zijn aan begrip. Deze dynamiek binnen de intervisie doet ons beseffen dat de jongen zelf met allerlei vragen over het "hoe en waarom" moet leven en zich vast in de steek gelaten voelt, aangezien er niemand is die deze vragen kan beantwoorden. Stilzitten en kalm blijven kan een onbewust mechanisme zijn voor het kind om zichzelf te beschermen tegen nog meer pijn en verlies (of angst voor verlies). Maar het kind lijkt vast te zitten in deze schijnbare rust, als reactie op de traumatische ervaring van het verlies van zijn moeder. Hoewel we moeten beseffen dat de jongen op school - en betreffende de schok van het verlies van zijn moeder en de angst om zijn pleegmoeder te verliezen - onbeschermd was tegen deze bedreigende en kwetsende realiteit, lijkt de drang om hem te beschermen en te helpen met grenzen (tegen de agressie van andere jongens op school) een redelijke manier om in te grijpen, volgens de intervisiegroep. Zowel de pleegzorgbegeleider als de nieuwe pleegzorgers vinden dit een goede manier om met de situatie om te gaan. De zoektocht naar mogelijke grenzen voor de jongen en de drang naar antwoorden komen voort uit de onbegrijpelijke en bijna onvoorstelbare werkelijkheid waarmee de jongen geconfronteerd wordt. De intervisiegroep lijkt de dynamiek binnen het pleegproces te weerspiegelen. Dit moment – wat we vanuit een psychoanalytisch perspectief "werken met de tegenoverdracht van de

dynamiek van de casus" zouden noemen – roept de vraag op hoe we zowel de jongen als zijn pleegzorgers kunnen leren dat het belangrijk is om persoonlijke grenzen te stellen. Dit vereist meer dan een psycho-educatieve benadering over het stellen van grenzen. Voor het kind (en ook voor zijn pleegzorgers) gaat het om het herkennen van grenzen. En het gaat erom zichzelf te leren kennen, ondanks de mogelijk angst om deze onderwerpen te onderzoeken. Dit vereist een getuigende houding en erkenning van wat het kind doormaakt en heeft moeten doormaken in zijn innerlijke wereld. Omdat het verlies van de moeder zo pijnlijk is en veiligheid een groot probleem vormt, is het de vraag hoe de ouders het kind kunnen laten zien dat ze bij hem zullen blijven, dat er een band is waarop ze kunnen vertrouwen. Dit vereist een mentaliserende houding van de zorgverstrekkers, zoals de pleegzorgers en zorgverleners, die de gevoelens van het kind weerspiegelen. Ook al zijn deze niet altijd zichtbaar en zitten ze verborgen achter een kalme en beheerste uitstraling.

Hier zien we de noodzaak van een netwerk of een veelheid aan perspectieven en dat we emotioneel betrokken moeten zijn bij het proces om de casus en de realiteit van de jongen te begrijpen. Er is een specifiek begrip nodig over "het vluchten", alsook een reflectief netwerk. Ook is er begeleiding nodig voor pleegzorgers om hun kind(eren) te helpen zich te ontwikkelen in een veilige ruimte waar ze zichzelf de volgende vragen kunnen stellen: "wie ben ik?", "bij wie hoor ik?" en "waar ga ik heen?" Onze 10-puntenaanpak biedt richtlijnen die aan elk individueel geval moeten worden aangepast. De benaderingen in de specifieke casussen vormen echter een hulpmiddel. Om na te denken over de eigen professionele houding en een diepgaandere benadering van de casus na te streven. De onderstaande lijst met reflectievragen kan ook worden gebruikt als inspiratie om het begrip uit te diepen en een ondersteunende teamaanpak te hanteren:

Deze vragen kunnen pleegzorgbegeleiders inspireren om de dynamiek van de casus te begrijpen, maar het is belangrijk te benadrukken dat begrip altijd "maar" een proces is. We moeten de houding van niet-weten dus omarmen als onderdeel van de relatiedynamiek. Maar door (sommige van) deze vragen met zorg en gevoeligheid te benaderen, kunnen er nieuwe perspectieven ontstaan bij de reflectie over een casus.

REFLECTIEVRAGEN VOOR PLEEGZORGBEGELEIDERS:

De situatie erkennen

- *Wat zijn je eerste indrukken? Wat valt er op qua uiterlijk, gedrag, taal, thema's en onderwerpen, vragen, etc.?*
- *Hoe is de ouder-kinddynamiek in het pleeggezin?*
- *Hoe beïnvloedt de dynamiek van het pleeggezin het werk en de geplande interventie?*
- *Hoe heb je de ontmoeting met het pleeggezin ervaren?*
- *Welke emoties ervaarde je tijdens en/of na de interventie?*

Perspectieven om de situatie beter te begrijpen:

1. *Wat zijn jouw gedachten/associaties bij deze casus?*
2. *Welke gedachten/associaties hebben jouw collega's over de casus die je hebt voorgesteld?*
3. *Welke rode draad komt in jullie bespreking discussie naar voren?*
 - a. *Hou zou je verborgen uitingen van stress en ontwikkelingsproblemen kunnen uitleggen?*
 - b. *Tot welke affecten en gevoelens leidt de dynamiek van de ontmoeting/de casus?*
4. *Welke emoties spelen een belangrijke rol in de discussie? Wat zijn de emotionele triggers?*
 - a. *Wat kan je helpen bij het aanvaarden van de confrontatie of betrokkenheid bij de relatiedynamiek van het pleeggezin?*
 - b. *Wat kan jou als pleegzorgbegeleider helpen om stabiel en/of kalm te blijven?*
5. *Wat kan de pleegzorgers helpen om stabiel te blijven en/of om jouw kalmte/beheersing terug te vinden?*
6. *Wat kan het kind helpen om stabiel te blijven en/of weer rustig te worden?*

Mogelijke manieren om tussen te komen:

- *Wat is jouw gevoel na de groepsbespreking over de casus? Welke nieuwe gedachten/ideeën/perspectieven kreeg je na de teamintervisie of -supervisie?*
- *Welke soorten interventies heb je verzameld? Wat wil je meenemen naar het volgende gesprek met de pleegzorgers/ouders/familie?*
- *Welke vormen van ondersteuning kunnen worden geboden aan de kinderen en pleeggezinnen? Hoe kunnen de interventies transparant/begrijpelijk worden gemaakt voor de cliënten?*
- *Wanneer kan je deze casus opnieuw bespreken?*
- *Hoe vond je het gesprek met de familie na de casusbespreking? Waren er verschillen in jouw houding/dynamiek binnen de gezinsinterventie?*

Literatuur

Barthel-Rösing, M. & Haubl, R. (2017). Was ist gruppenanalytische Supervision? Gruppendynamik 53, 118-137.

Bion, W.B. (1990). Lernen durch Erfahrung. (E. Krejci Trans.). Frankfurt/M.: Suhrkamp.

Duschinsky, R. & Foster, S. (2021). Mentalizing and epistemic trust: the work of Peter Fonagy and colleagues at the Anna Freud Centre. Oxford: Oxford University Press.

Erikson, E. H. (1973 [1959]). Identität und Lebenszyklus. (K. Hügel. Trans.). Frankfurt/M.: Suhrkamp.

Figley, C.R. (2002). Treating Compassion Fatigue. New York: Brunner-Routledge.

Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E.L. & Target, M. (2004). Affektregulierung, Mentalisierung und die Entwicklung des Selbst. Stuttgart: Klett-Cotta.

Fonagy, P. & Allison, E. (2014). The role of mentalizing and epistemic trust: in the therapeutic relationship. Psychotherapy, 51 (3). Doi.org: 10.1037/a0036505

Freud, S. (1912). [Ratschläge für den Arzt bei der psychoanalytischen Behandlung.] StA supplementary volume.

Gerspach, M. (2007). Vom szenischen Verstehen zum Mentalisieren. Notwendige Ergänzungen fürs pädagogische Handeln. In A. Eggert-Schmid Noerr, U. Finger-Trescher & U. Pforr (Ed.). Frühe Beziehungserfahrungen. Die Bedeutung primärer Bezugspersonen für die Entwicklung. Gießen: Psychosozial, 261-307.

Grinberg, L. & Grinberg, R. (1989). Psychoanalytic Perspectives on Migration and Exile. (N. Festinger, Trans.). Yale University Press.

Groeninck, M., Meurs, P., Geldof, D., Van Acker, K. & Wiewauters, C. (2020). Resilience in liminality: how resilient moves are being negotiated by asylum-seeking families in the liminal context of asylum procedures. Journal of Refugee Studies Vol. 33, No. 2, 358–370. <https://doi.org/10.1093/jrs/feaa031>

Herman, J.L. (1992). Complex PTSD. A syndrome in survivors of prolonged and repeated trauma. *Journal of traumatic stress*, 5 (3), 377-391. <https://doi.org/10.1002/jts.2490050305>

Mahler, M. (1975). *The birth of the Ego. The process of separation-individuation*. NY: Basic Books.

Mertens, W. (2022). *Handbuch psychoanalytischer Grundbegriffe*. (fifth edition), Stuttgart: Kohlhammer.

Meurs, P., Poholski, C., Rickmeyer, C. & Lebiger-Vogel, J. (2019). Die Anziehungskraft des Extremen in Zeiten der Wandlung und Wanderung: Islamische Radikalisierung aus einer psychoanalytischen Perspektive. In P. Wahl (Ed.). *Spaltung – Ambivalenz – Integration*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 52-89.

Meurs, P.; Jensen, A.; Kuhn, M.M.; Arnold, S.; Zokai, R.; Lohl, J.; Ghassan, D.; Schäfer, D. & Stumpfögger, N. (2022). *Im Dickicht des Ankommens. Einblicke in die psychosoziale Begleitung von Geflüchteten*. Gießen: Psychosozial Verlag.

Perry, B. D. (2006). Applying Principles of Neurodevelopment to Clinical Work with Maltreated and Traumatized Children: The Neurosequential Model of Therapeutics. In N. B. Webb (Ed.). *Working with traumatized youth in child welfare*. New York: The Guilford Press, 27-52.

Rössel-Čunović, M. (2018). *Hilfe ohne Grenzen? Gesundheitsressourcen erhalten in der psychosozialen Begleitung von Geflüchteten*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Solomon, E.P. & Heide, K.M. (1999). Type III-Trauma: toward a more effective conceptualisation of psychic trauma. *International Journal of Offender Therapy and comparative Criminology*, 43 (1), 202-210. <https://doi.org/10.1177/0306624X99432007>

Stern, D. N. (2005): *Der Gegenwartsmoment. Veränderungsprozesse in Psychoanalyse, Psychotherapie und Alltag*. Frankfurt/M.: Brandes & Apsel.

van der Kolk, B. (2014). *The body keeps the score. Brain, mind, and body in the healing of trauma*. New York: The Penguin Group.

Varvin, S. (2016). Asylsuchende und Geflüchtete: Ihre Situation und ihre Behandlungsbedürfnisse [Asylum seekers and refugees: Their situation and treatment needs]. *Psyche: Zeitschrift für Psychoanalyse und ihre Anwendungen*, 70(9-10), 825–855.

Vliegen, N., Tang, E., Midgley, N., Luyten, P. & Fonagy, P. (2023). *Therapeutic Work with Complex Trauma. A Three-Track Psychodynamic Approach*. London: Routledge.

Winnicott, D.W. (1997 [1971]). *Vom Spiel zur Kreativität*. (M. Ermann Trans.). Stuttgart: Klett-Cotta.

Winnicott, D.W. (2002 [1974]). *Reifungsprozesse und fördernde Umwelt*. (G. Theusner-Stampa Übers.). Frankfurt a.M.: Psychosozial.

Kaderelementen

Aspecten van cultuursensitieve therapeutische pleegzorg

De cultuursensitieve praktijk in de therapeutische pleegzorg kan vanuit verschillende manieren worden benaderd en omvat een aantal punten die hieronder worden besproken:

1. Cultuursensitieve aspecten van traumasensitieve begeleiding

- Wees je bewust van mogelijke (cultureel beïnvloede) stigma's op psychologische of pedagogische begeleiding binnen de culturele omgeving van herkomst van deze niet-begeleide minderjarige vluchteling en eventueel binnen het netwerkpleeggezin (dat behoort tot hetzelfde familienetwerk en dezelfde cultuur van herkomst als de pleegjongere).
- Leer praten over de culturele betekenissen die aan de problemen van pleegzorgers en pleegjongeren worden gegeven. Wees je ervan bewust dat de betekenis die een pleegzorgbegeleider in een westerse cultuur aan de problemen geeft, ook cultureel bepaald is en kan verschillen van de betekenis die het pleegkind of de netwerkpleegouder eraan geeft. Zo kan de manier waarop naar het probleem wordt gekeken, alsook de nodige interventie en begeleiding (therapie), de oorzaak en waar naartoe gewerkt moet worden in de begeleiding (culturele invloed op ziekteverhalen) cultureel bepaald zijn.
- Houd er rekening mee dat het denken in termen van "stoornissen" of het individueel benaderen van het kind of het kerngezin van de pleegzorgers een westerse manier van begeleiding is. In andere culturen worden problemen rond de opvoeding en ontwikkeling van het kind soms toegeschreven aan volledig andere concepten. Een begeleider hoeft of kan niet met alle concepten bekend zijn. Het is echter belangrijk dat de begeleider deze verklaringen vanuit interesse en "niet-weten" benadert, zonder te denken dat de westerse visie de wetenschappelijke is terwijl de andere visies draaien rond bijgeloof of louter magie. Wat een pleegzorgbegeleider nodig heeft, is culturele gevoeligheid.

2. Culturele modellen omtrent normaliteit en pathologie

- Cultuursensitieve begeleiding betekent niet dat alles cultuur moet worden: culturele betekenissen zijn dynamisch en vormen een basis voor het begrijpen van moeilijkheden en het zien van kansen. Maar cultuur is niet alles of het enige en zeker geen heilig huisje. Het zijn concrete gezinnen en individuen die de culturele betekenis hanteren van de moeilijkheden die ze ondervinden bij het opvoeden van het pleegkind, waarbij ze bepaalde culturele betekenissen weglaten en andere benadrukken. In deze zin zijn de drie niveaus van cultuur, sociale groep en individu altijd met elkaar verweven. We mogen niet gaan

"cultureren" (alles enkel vanuit een cultureel oogpunt begrijpen) of "psychologiseren" (andere dimensies dan het individu of het kleinere kerngezin negeren).

- Wees je ervan bewust dat culturen verschillende visies hebben op "het zelf" en de doelen die je voor jezelf in het leven moet stellen. Westerse perspectieven benadrukken het autonome zelf, terwijl andere culturele perspectieven identiteit eerder als sociaal bepaald beschouwen (het relationele zelf). Je kunt de nadruk leggen op je eigen ontwikkeling en prestaties (en een pleegkind stimuleren om zichzelf te ontwikkelen, om "uit te blinken"), maar je ook bewust zijn van hoe dat pleegkind tracht "erbij te horen" en in een systeem van loyaliteit te passen (loyaliteit aan de familie en cultuur van herkomst).
- Blijf ook aandacht besteden aan culturele normen en interpretaties van ontwikkelingstaken. Wat verwachten de supervisoren, de pleegzorgers en het pleegkind van de plaatsing? Wie kan de ontwikkeling van het kind ondersteunen? Hoe denken zij over autonomie voor zichzelf en loyaliteit aan anderen?
- Denk ook aan schaamte rondom problemen in de plaatsing. Er kan sprake zijn van een "eercultuur". Kan je het belang bevragen van de schaamte die pleegzorgers voelen wanneer ze problemen hebben met de opvoeding, vooral wanneer ze een vergelijkbare culturele achtergrond hebben als het kind in kwestie en wanneer ze familiebanden hebben met de biologische ouders van het kind? Kan je ook iets vertellen over de schuldgevoelens bij pleegzorgers als het niet goed gaat met hun pleegkind en over schuldgevoelens bij het kind ("survivor's guilt")?
- Leg de nadruk op een verhalende houding ("storytelling") door kinderen te helpen praten over hun eigenwaarde, de sociale rollen die ze spelen en de ideeën die ze hebben over normale en problematische ontwikkeling of onderwijs.
- Blijf in al deze zaken "cultureel geïnformeerd" (heb oog voor de culturele betekenissen) en "niet-wetend" (dat wil zeggen: sta open voor en wees je bewust van je eigen westerse positie als begeleider).

3. Cultuursensitief werken betekent ook dat je rekening houdt met intersectionaliteit

- Pleegzorgers kunnen tegelijkertijd volwassen, moslim, Europees, van een andere origine, man/vrouw, ouders en/of pleegzorgers, leden van een gemeenschap, eventueel ook verre verwanten van de pleegjongere, etc. zijn. Dit zijn sterk uiteenlopende posities en rollen, die soms zelfs met elkaar in conflict komen.

- Een ander voorbeeld is dat de pleegzorgers mogelijk christelijk/humanistisch zijn, Vlaams of een bepaald idee hebben over pleegzorg, maar niet weten wat de vluchtspecifieke trauma's en rouwprocessen met hun gezin doen en niet weten hoe ze moeten omgaan met uitingen van verbondenheid met of verwijzing naar een andere culturele en religieuze afkomst bij hun pleegkind (bv.: wat betekent het voor christelijke ouders als een jongere zich in het gezin als moslim profileert?).

4. Het pleeggezin is, net als bv. de school, een belangrijke partner in het opvoedingsnetwerk rondom een pleegkind.

- Hoe spreekt de pleegjongere over het pleeggezin en de school? Heeft de jongere het idee dat het gezin en de school de problemen verminderen of juist verergeren? Bekijken de pleegzorgers en het pleegkind, of ook het pleegkind en de leerkrachten, elkaar vanuit een tekort (ze zien enkel wat er ontbreekt bij de ander) of eerder vanuit assimilatie (het kind met een vluchtelingenachtergrond moet zich net als de andere kinderen aanpassen in het gezin en op school)? En zijn ze zich niet bewust van de specifieke kwetsbaarheid van deze kinderen en de valkuilen van dergelijke plaatsingen?
- Er ontstaat bv. een kleurenblinde houding bij de begeleiding wanneer leerkrachten, psychotherapeuten maar ook (pleeg)ouders geen rekening willen houden met de specificiteit van zo'n kind en geen uitzondering willen maken op basis van culturele afkomst of vluchtspecifieke trauma's. Dan verwacht je van deze kinderen steeds dezelfde dingen, op hetzelfde tijdstip of in hetzelfde ritme als van andere kinderen. Dit creëert precies wat je wil vermijden: culturele misverstanden, meer discriminatie omdat men blind is voor hun specifieke behoeften, etc.

5. Pleegzorgbegeleiders begrijpen het pleeggezin vanuit het perspectief van universele uitdagingen en ontwikkelingstaken, maar moeten zich ervan bewust zijn dat deze universele elementen cultureel gekleurd (kunnen) zijn.

- Het is universeel dat alle niet-begeleide minderjarigen behoefte hebben aan bescherming en nabijheid, maar ook aan begeleiding, aan een sterke hand die hen leidt en grenzen stelt. Ook de beleving van ouderschap als bron van handelen is universeel: men wil deze jongeren de juiste opvoeding geven. Maar de pleegjongere in kwestie heeft mogelijk een specifieke aanpak nodig vanwege diens specifieke ervaring als vluchteling, of vanuit een achterdocht en overdreven voorzichtigheid of argwaan ten opzichte van autoriteiten, leraren, supervisors, etc. Het is ook universeel dat alle ouders steeds het beste voor hun pleegkind willen. Kinderen willen hun ouders (en eventueel ook pleegzorgers) ook trots maken.

- Ook de manier waarop men de relatie tussen ouders en kinderen ziet, is cultureel beïnvloed. Pleegzorgbegeleiders en pleegzorgers met een vluchtachtergrond hebben mogelijk een andere visie op wat er tussen ouders en hun kind zou moeten gebeuren. Ook de manier waarop deze jongeren omgaan met het verlies van de hechtingsrelatie met hun ouders of met de scheiding van hun ouders wordt cultureel beïnvloed. Daarnaast zijn er cultureel bepaalde vormen van rouw en uiting van verdriet en verlies.
- Ook bekend in vluchtelingengezinnen zijn concepten als "verzwijgen" en "actief vergeten": mensen praten niet over het land van herkomst en wat ze hebben achtergelaten, om het hier draaglijk te houden. De kinderen en/of pleegzorgers willen misschien dat er wel over deze onderwerpen wordt gesproken. Het is goed om te weten dat in sommige culturen hier niet zomaar over gesproken kan worden, hoezeer de behoefte er ook is. De pleegzorgbegeleider kan hier de zorg voor elkaar benadrukken: elkaar helpen om in stilte met en samen de verlieservaringen en trauma's te dragen, toch zeker voor een bepaalde periode.
- Een ander thema dat verband houdt met een vluchtachtergrond en dat een rol kan spelen bij plaatsing, is schuldgevoelens bij overlevenden (survivor's guilt) en het niet voldoen aan de verwachtingen rondom gezinshereniging.
- In die gevallen zijn mogelijke sociale stressoren: discriminatie op school, het gevoel een indringer te zijn en te moeten conformeren aan de wensen van de buitenwereld, het gevoel niet echt serieus genomen te worden, het gevoel dat het kind een vreemde is in het pleeggezin en de aanhoudende onzekerheid dat het uiteindelijk toch weer teruggestuurd zal worden als het opgroeit of volwassen wordt.

6. Hechting aan de origine en integratieoriëntatie

- Copingmechanismen gekaderd door de cultuur van herkomst: de toevlucht nemen tot godsdienst en niet tot een psycholoog (wat men zou verwachten vanuit een geseculariseerd perspectief in Noordwest-Europa). Identiteit tonen door middel van kenmerken die geassocieerd worden met andere religies.
- Benadrukken van continuïteit en herwaardering van de culturele identiteit van herkomst = hechting aan herkomst of de wens naar verbondenheid met de herkomst (verweven blijven met de cultuur van herkomst), door vast te houden aan de gebruiken uit het land en de familie van herkomst.

- Oog hebben voor hybridisatie (hybride identiteiten) of "métissage": hoe verweeft het pleegkind verschillende culturele werelden, wat lukt en wat mislukt bij het verwerken van deze hybride identiteiten?
- Hoe gaan de puber en zijn ouders om met biculturele identiteiten, of met de bevestiging van aspecten van de identiteit die verschillen van die van de ouders?
- Hoe besteden ouders en de jongere aandacht aan maatschappelijke inbedding?

7. De ontwikkeling van adolescenten en ouderschap in pleegzorg ondersteunen: enkele aspecten van meervoudige culturele invloeden

- Welke elementen van de jeugd en identiteit worden door ouders goed begrepen en aanvaard en welke niet?
- Hoe kan een pleegzorgbegeleider helpen om iets te veranderen tussen de pleegzorgers en pleegkind, die beiden erkenning zoeken, maar ook tegen een muur aanlopen? Die muur is er vanwege trauma, cultureel anders zijn (een vreemde zijn), loyaliteit aan de biologische ouders, schaamte en schuldgevoelens over tekortkomingen aan beide kanten, onuitgesproken geschiedenissen en verwachtingen.
- Hoe kan pleegzorg een gezin met ouders en pleegkind inbedden in een zorgnetwerk, om zo de pleegzorgers te ondersteunen en meer mogelijkheden te bieden voor de ontwikkeling van het kind, in plaats van individuele therapie te bieden aan het kind of het (kern)gezin (de manier van werken die ingebed is in de Noordwest-Europese cultuur)?
- In het verlengde hiervan kan het hele FORM-project over het opzetten van traumasensitieve en mentaliserende (reflectieve) netwerken waarin pleeggezinnen en pleegkinderen kunnen worden ondersteund of gecontained, ook worden begrepen als een culturele keuze: een culturele keuze die verschilt van de traditionele westerse nadruk op gezinstherapie en individuele therapie. Bij deze meer individuele therapieën of therapieën gericht op het kerngezin wordt soms impliciet (en dus cultureel beïnvloed) aangenomen dat ouders verantwoordelijk zijn voor alles wat er binnen hun pleeggezin gebeurt. FORM wil veeleer een gemeenschap of overkoepelend en reflecterend netwerk van pleegzorgondersteuning rond deze pleeggezinnen opzetten. In het FORM-project worden ook de pleegzorgbegeleiders zelf ondersteund. Dit laatste om ervoor te zorgen dat zij als pleegzorgbegeleiders niet alleen staan bij deze gezinnen en de nodige attitudes kunnen opdoen in traumasensitieve, cultuursensitieve, netwerkpleeggezinspecifieke en leeftijdsspecifieke pleegzorg.

8. Aandacht voor aspecten van de "meerderheid vs minderheid" machtsdynamiek in de relatie met een pleeggezin:

- Soms kan een pleegzorgbegeleider, vanuit een ondoordachte culturele verankering in een westers perspectief (Eurocentrisch) en vooral vanuit een WEIRD-perspectief (Western, Educated, Industrialised, Rich, Democratic), te veel druk zetten om trauma en ondraaglijk verlies te verbaliseren, om individuele of systemische therapie te volgen of de tekortkomingen van pleegzorgers en pleegkind benadrukken. Het is beter om: (a) respect te tonen voor het verzwijgen en vast te houden aan cultureel vastgelegde rouwrituelen, (b) het pleeggezin in te bedden in een ontwikkelingsgericht en veerkrachtbevorderend samenwerkingsnetwerk van zorg en school/onderwijs, en (c) te blijven mentaliseren over dit gezin. Soms verliezen pleegzorgbegeleiders hun vermogen tot mentaliseren. Daarom is supervisie van de supervisoren en intervisie zo belangrijk waarbij de pleegzorgbegeleiders geholpen worden om te gaan met momenten van niet-weten en onmacht, maar ook met de neiging om terug te vallen op louter tips en trucs, bijvoorbeeld wanneer men niet meer de rust kan vinden om aan de ouders en het pleegkind te denken.

Aspecten van de professionele houding

De complexiteit van de gezinsdynamiek, met name bij pleeggezinnen met kinderen met een verleden van vlucht en ballingschap, vereist een professionele houding van de pleegzorgbegeleiders. Zo kunnen ze een aantal dynamieken herkennen die eerder in het conceptuele model en de praktijkgids zijn beschreven. De onderstaande lijst met vragen kan een team van pleegzorgbegeleiders helpen om na te denken over momenten van interventie en interactie:

- **Een veilige en betrouwbare omgeving opbouwen**
 - Een betrouwbare en voorspelbare ruimte bieden om begrepen te worden, voor de ontwikkeling van het zelfbeeld en voor het versterken van de hoop op de toekomst.
 - Regelmatige afspraken, een betrouwbare structuur inplannen en transparant zijn over de hulp en het interventieproces.
 - Het ontmoetingsmoment erkennen en vragen naar en zorgen voor het welzijn van de cliënt.
- **Zich bewust zijn van de professionele rol**
 - Kennis verwerven over de specifieke structuren van het pleegzorgsysteem en van jouw rol binnen het pleeggezinsysteem.
 - De pleegzorgbegeleider is degene die bemiddelt door mensen weer in verbinding te brengen, door ambivalenties en zeer moeilijke momenten in het pleegproces te helpen begrijpen als normale processen in complexe menselijke relaties.

- Zich bewust zijn van de pre-therapeutische en bemiddelende kwaliteit van de interventie.
- Zich bewust zijn van de grenzen van de professionele rol en deze communiceren aan het pleeggezin.
- Een ondersteunende omgeving gebruiken:
 - reflectieruimtes (zoals teamvergaderingen, intervisie of supervisie);
 - hulpverleningsorganisaties (zoals supervisors en psychologen, psychotherapiecentra, kenniscentra, etc.).
- **Empathisch betrokken zijn²**
 - Er zijn en professioneel betrokken en zorgzaam zijn.
 - Ruimte geven aan pijnlijke gevoelens en je bewust zijn van verborgen signalen en sprankeltjes hoop.
 - Fungeren als een container en helpen om woorden te vinden voor intense, tegenstrijdige gevoelens die uitgedrukt worden of onderliggend zijn.
 - Empathie tonen voor en helpen een symbool of naam te vinden voor de onhoudbare affecten van de gezinsleden.
 - Luisteren en benaderen om te begrijpen, ook al kan niet alles volledig begrepen worden.
- **Een veilige en betrouwbare relatie opbouwen**
 - Signalen opvangen over de zoektocht naar verbinding en verbinding tot stand brengen door aanwezig te zijn en te luisteren.
 - Erkennen dat een relatie opbouwen vertrouwen vergt met in gedachten de leidende vraag: "Hoe ontstaat vertrouwen?".
 - Vanuit betrouwbaarheid een ontmoeting laten uitgroeien tot een helende relatie.
 - De basis bieden voor verbinding en voor gevoelens van verbondenheid.
- **Als een betrouwbare persoon voor de pleegzorgers optreden**
 - De verschillende lagen van de psychodynamiek erkennen en veiligheid bieden vanop de achtergrond.
 - Erkenning tonen, als er iets is dat het kind dwarszit, zonder de druk om het meteen op te lossen.

² Gerspach, M. (2000). *Einführung in pädagogisches Denken und Handeln*. Stuttgart: Kohlhammer., p.97; Katzenbach, D., Eggert-Schmid Noerr, A., Finger-Trescher, U. (2017). Szenisches Verstehen und Diagnostik in der Psychoanalytischen Pädagogik. Eine Positionsbestimmung. In A. Eggert-Schmid Noerr, U. Finger-Trescher, J. Gstach, D. Katzenbach (Ed.). *Zwischen Kategorisieren und Verstehen: Diagnostik in der psychoanalytischen Pädagogik*. Gießen: Psychosozial, 11-38.

- De betrokkenheid van de ouder mentaliseren en spiegelen en hen helpen om het vermogen tot mentaliseren uit te bouwen.
- De ouders ondersteunen door hen te helpen bij het volgende:
 - Kalm blijven in moeilijke situaties en het vermogen tot zelfregulering versterken.
 - Aangeven dat sterke emoties voorbijgaan, dat je kunt evolueren van negatieve emoties naar positievere emoties en dat genezing mogelijk is met de tijd en met een zorgvuldige benadering;
 - Een gezonde en constructieve manier vinden om gevoelens te uiten.
 - Betekenis vinden voor de gevoelens die worden geuit: gevoelens zijn een manier om te communiceren, hoe moeilijk het gevoel ook mag zijn.
 - Reguleren door een manier te vinden om tot rust te komen in tijden van stress en misverstanden en terug te keren naar een staat van kalmte en veiligheid.
 - Een zorgzame en beschermende omgeving voor het kind bieden en beschikbaar blijven voor het kind en laten zien dat er voor het kind gezorgd wordt.
 - Momenten voor regulering aanreiken aan de pleegzorgers, bijvoorbeeld momenten die tonen hoe pleeggezinsleden (pleegzorgers) proberen hun moeilijke momenten en die van anderen (zoals het pleegkind) te begrijpen.
- Bijkomende hulp invoeren:
 - Ondersteunende systemen en interacties identificeren (zoals uitwisselingen tussen ouders, ondersteuning van lotgenoten voor het kind, genieten van een activiteit ondanks conflicten in de gezinscyclus, enz.).
 - Psycho-educatie (workshops, adviescentra, enz.).
 - Indien nodig en nuttig, fungeren als culturele bemiddelaar tussen het pleeggezin en andere instellingen.
- **Fungeren als derde (degene die wat ruimte schept tussen de pleegzorgers en het pleegkind, op momenten dat hun interactie moeilijk is geworden)**
 - Over de ambities, dromen en behoeften van het kind leren en manieren vinden om het kind te helpen zichzelf uit te drukken.
 - Zoeken naar manieren om te vertalen en/of te bemiddelen binnen het gezin.
 - Helpen om de band tussen de zorgfiguren/pleegzorgers en hun pleegkind/jongere (opnieuw) te herstellen.
 - De pleegzorgers helpen hun kind te laten inzien dat het kan terugvallen op betrouwbare zorgverstrekkers.
 - Samen overwegen dat het kind/de jongere zich begrepen moet voelen.

- **Houding van niet-weten**
 - Voorlopig is er geen behoefte aan woorden en uitleg, wees gewoon aanwezig in het gezin, blijf in contact.
 - Wees je bewust van signalen die ons iets tonen dat nog niet in woorden kan worden uitgedrukt (bv. de emotionele terugtrekking en onbeschikbaarheid van de jongere).
 - De beleving van het kind erkennen.
 - door aanwezig te zijn en participatie over te brengen;
 - door de ouders te helpen om hun kind/jongere het signaal te geven of te tonen dat ze beschikbaar zijn en dat het kind/jongere niet alleen wordt gelaten met zijn/haar situatie.
 - Het gaat er niet zozeer om deze vragen te beantwoorden, maar om aanwezig zijn.
- **Vasthouden aan een begripvolle benadering door een reflectieve houding aan te nemen**
 - Het aanvaarden van de emotionele toestanden binnen het pleeggezin – zelfs als ze niet altijd duidelijk zijn of misschien zelfs verwarrend, ambivalent en/of overweldigend zijn.
 - Het erkennen van (directe en indirecte, voor de hand liggende en onderliggende) uitingen van emotionele toestanden die verschillende delen van de beleving en de levenservaring van het kind vertegenwoordigen.
 - Een aanpak hanteren die gericht is op genezing en herstel door middel van samenzijn of verbondenheid, waardoor:
 - samen met het team gereflecteerd wordt en gebruik gemaakt wordt van supervisie over hoe er gewerkt kan worden richting continuïteit en het herverbinden binnen het pleeggezin;
 - de nadruk wordt gelegd op de waarde van aanwezig en emotioneel beschikbaar blijven voor het gezin en voor de pleegkinderen en -jongeren.
 - Met in gedachten de vraag wat er met het kind moet zijn gebeurd dat hij/zij dergelijke pijn ervaart. Niet zozeer wat het symptoom betekent, maar in de eerste plaats wat het symptoom ons vertelt over wat het kind in het verleden heeft meegemaakt en waar het kind op dit moment onder lijdt.
 - Een insteek gericht op een begripvolle benadering of houding behouden.

- **Getuigende houding³**
 - Het erkennen van de waarheid en pijn die het kind beleeft.
 - De moeilijkheden die het kind van binnen voelt erkennen en geloven.
 - Luisteren naar en ruimte geven aan pijnlijke emoties en tegenstrijdige gevoelens.
 - De affecten en emoties bevestigen.

Overzicht van settings

Opleidingen waarin zowel pleegzorgers als pleegzorgbegeleiders leren over de specifieke aard van de hechtingsproblemen van het pleegkind zijn van het grootste belang. Omdat pleegzorgers een beroep op pleegzorgbegeleiders doen voor advies over de specifieke dynamiek tussen ouders en kinderen, het gedrag of de behoeften van hun kind, en voor aanbevelingen over verdere hulpmiddelen, is het eerst noodzakelijk om meer te weten over de verschillende ondersteunende diensten en instellingen die beschikbaar zijn:

Ondersteuningssysteem voor pleegzorgers:

- **Gezinnen in contact brengen met hulpbronnen** zoals de geestelijke gezondheidszorg (met expertise op het gebied van baby's, jonge kinderen en gezinstrauma's), welzijnsdiensten, sociale diensten, diensten voor slachtoffers van huiselijk geweld, opvangcentra, diensten voor vroege interventie en instanties die gespecialiseerd zijn in trauma.⁴
- **Het aanbieden en/of koppelen van pleegzorgers aan psycho-educatieve workshops** over niet-begeleide kinderen en hun ontwikkelingsprofiel, over posttraumatische stressstoornis, over communicatievaardigheden van de pleegzorgers en over moeilijk gedrag (agressie, zelfverminking, enz.), om op metaniveau te reflecteren maar ook om van andere pleegzorgers te leren.
- **Een informele ouderuitwisseling organiseren** om een veilige omgeving te bieden waar ervaringen en nuttige tips worden uitgewisseld en mensen zich begrepen voelen als pleegzorger.

³ Benjamin, J. (2019). *Anerkennung, Zeugenschaft und Moral*. Soziale Traumata in psychoanalytischer Perspektive. (E. Vorspohl & C. Trunk). Gießen: Psychosozial-Verlag.

⁴ Seitzinger Hepburn, K. (n.d.). Tutorial 7 – Recognizing and Addressing Trauma in Infants, Young Children, and their Families (Center for Early Childhood Mental Health Consultation's (CECMHC) Best Practice Tutorial Series). Opgehaald van: <https://www.ecmhc.org/tutorials/trauma/index.html>, laatst geraadpleegd op: 14/09/24.

Om vanuit een veilige basis de pleegzorginterventie te kunnen bieden, hebben pleegzorgbegeleiders behoefte aan informatie die gestoeld is op kennis en bewijs:

Ondersteuningssysteem voor pleegzorgbegeleiders

- **Deelname aan 'expert'-groepen** om kennis en praktische ervaringen uit te wisselen.
- **Traumasensitieve opleidingen over ballingschap** met de nadruk op het verwerven van kennis en het nadenken over specifieke vragen inzake verbeterde pleegzorg.
- **Regelmatige teamvergaderingen.**
- **Regelmatige supervisie- en intervisiemomenten** om niet enkel vragen uit te wisselen over specifieke casussen, maar ook de capaciteiten van het team te versterken en de mensen vertrouwen te geven. » Voor een how-to zie punt 10, p. 55 e.v.; toolkit, p. 84 e.v.
- **Kennis hebben van de aspecten van een cultuursensitieve pleegzorg.** » Voor een how-to zie toolkit, p. 63 e.v.

Verschillende settings bieden een netwerk aan pleegzorgers voor samenwerking en een veilige omgeving aan pleegzorgbegeleiders. Hier wordt het mogelijk om een proces met meerdere perspectieven te ontplooiën om door gezinsinterventies te navigeren en de behoeften van kinderen en jongeren te begrijpen. Hieronder volgt een lijst met reflectieruimtes die kunnen helpen om de weg te vinden tussen de praktische ervaringen en uitdagingen die men tegenkomt tijdens professionele ontmoetingen met pleeggezinnen, zoals die eerder al zijn beschreven.

Een lijst met reflectieruimtes voor professionals in de pleegzorg:

- Opleidingen en workshops
 - Kunnen nuttig zijn met het oog op kennisoverdracht over de specifieke kenmerken van de kindertijd en puberteit in de context van ballingschap en trauma.
 - Maken het mogelijk praktische kennis in de vorm van interventies, vragen, soortgelijke ervaringen en/of hulpmiddelen uit te wisselen.
 - Kunnen worden gebruikt als een uitbreiding van de eigen instelling of organisatie en kunnen hierdoor leiden tot alternatieve ideeën over het omgaan met specifieke dynamieken.
- Teamvergaderingen
 - Maken het mogelijk om praktische ervaringen te delen en kennis en conceptueel begrip uit te wisselen.
 - Maken het mogelijk om het institutionele kader te schetsen dat een rol speelt in de manier waarop een professional kan werken en ook dit kader aan te passen aan de behoeften van het team.

- Fungeren als een ruimte waar de werklust (zoals administratieve taken, samenwerking, rondetafelgesprekken etc.) die verschilt van geval tot geval en van tijd tot tijd, kan worden aangepast door taken te verdelen.
- Bieden de mogelijkheid om emotioneel triggerende ervaringen te delen in een vertrouwde ruimte met collega's.
- Intervisie
 - Fungeert als een veiligere en intiemere ruimte, zonder protocollen of autoriteiten (die bepaalde aspecten van de werking soms in de weg staan).
 - Kan – diepgaander – gevoelens kaderen van onzekerheid, machteloosheid en van geraakt te zijn of vast te zitten in een traumatische dynamiek, niet weten hoe te helpen of hoe om te gaan met disregulatie.
 - Stelt de groep collega's in staat om "als derde positie" te fungeren (naast de pleegzorgbegeleider en het pleeggezin). Dit biedt een objectief perspectief op de gedeelde vragen en op de dynamiek van een specifieke casus die in de intervisie wordt voorgesteld
- Supervisie
 - Wordt meestal begeleid door een gespecialiseerde, professionele (externe) supervisor.
 - Dient als een veilige ruimte om gevoelens van onzekerheid, hopeloosheid, niet-weten, emotionele overbelasting of disregulatie te delen, die horen bij het pleegzorgwerk.
 - Hier bevinden de teamleden (de groep) en de supervisor zich ook in de positie van "de derde", die een ander perspectief inbrengt.
 - Door processen van mentaliseren kan het eigenlijke zorgwerk beter begrepen worden, door het erkennen en emotioneel verwerken van de moeilijkste affectief-relationale dynamieken binnen een bepaald geval dat zich in de groepssupervisie voordoet.
 - Ten slotte helpt deze supervisiesetting om de latente (onderliggende) dynamiek en onbewust uitgedrukte behoeften of fantasieën van het pleegkind en de ouders te begrijpen.
 - Supervisie stelt de groep medewerkers dus in staat om de latente uitingen in overweging te nemen tijdens de verwerking en reflectie op gezinsinterventies; supervisie maakt het mogelijk om andere, alternatieve manieren van interventie te vinden.

	Trainings and workshops	Team-meetings	Intervision	Supervision
setting definition	• Intra- or inter-institutional • knowledge transfer • exchange on a practical level	• Internal • knowledge transfer • exchange on a practical level	• Internal (and/ or external) • (inherent knowledge transfer) • exchange on a practical level • serves a safe and reflective space • no a specialized professional needed (an external person can be beneficial)	• Internal (and/ or external) • (inherent knowledge transfer) • exchange on a practical level • serves a safe and reflective space • accompanied by a specialized professional supervisor (an external person)
benefit	• sharing practices on how to cope specific dynamics • extension to own institution • gaining expertise	• sharing practices on how to cope specific dynamics • identifying and adjusting the institutional frame • sharing tasks and workload	• sharing practices on how to cope specific dynamics • can frame feelings of uncertainty, powerlessness and of being touched or stuck in a trauma dynamic, not knowing how to help or how to handle dysregulation • group of colleagues to function as a third, objective perspective on a case • processing on mentalizing	• sharing practices on how to cope specific dynamics • frames feelings of uncertainty, powerlessness and of being touched or stuck in a trauma dynamic, not knowing how to help or how to handle dysregulation • helps understand latent (underlying) dynamics and unconsciously expressed needs or fantasies of the foster child as well the parents • enables the group of workers to take the latent expressions into account while processing through family interventions/ finding different, alternative ways of intervening

De institutionele setting en samenwerkingsnetwerken benutten

- Het netwerk benutten en weten wanneer je wie moet aanspreken.
- Netwerken voeden en de rollen van samenwerkingspartners (zoals rechters, scholen, leraren, mentoren, psychotherapeuten, andere zorgwerkers) in kaart brengen.
- Netwerken rond:
 - de dynamiek gerelateerd aan ballingschap en trauma;
 - ontwikkelingsspecifieke dynamieken die leiden tot stress en spanningen binnen pleeggezinnen;
 - de dynamiek van uitgebreide familierelaties (verwantschapsrelaties) in een transnationaal ballingschapsperspectief.
- Erkenning van de eigen professionele rol en de functie daarvan voor de cliënten.
- Afstand nemen in de zin dat de setting gebruikt kan worden als een "derde" en objectieve positie, teneinde kennis te verwerven middels het proces van begrijpen.
- Zelfhulptechnieken verbeteren om kalmer te kunnen reageren en zichzelf beter te kunnen reguleren.
- De eigen rol als pleegzorgbegeleider aanpassen, vanuit de gouden regel dat het helpen reguleren van spanningen en daarmee het helpen herstellen van een relatie de eerste twee stappen zijn in de begeleiding van complex getraumatiseerde jongeren, zodat redeneren en verwerken in een latere fase mogelijk worden voor het pleegkind en diens pleegzorgers.

Praktische elementen

How to: Regulatie

Aanwezig zijn

- In momenten van extreme emotionele overbelasting, of wanneer de angst van het kind om in de steek gelaten te worden de relatie met een ander persoon (de pleegzorgers) vergiftigt. Aanwezig blijven of "erbij blijven" kan dan het verschil maken voor de emotionele balans van een pleegkind.

Affecten en emoties de ruimte geven

- In een moment van grote spanning kan het helpen om affecten en emoties te erkennen. Dit betekent niet dat het kind of de jongere zich mag verliezen in overdreven gevoelens, en evenmin dat er rationele verklaringen voor het gedrag moeten worden gevonden. We moeten uitingen van boosheid, woede of paniek herkend worden. Dan is er sprake van het aanvaarden van het niet-weten. Er is geen behoefte om te benoemen of te begrijpen in dat eerste moment van overweldigende emotie. Het gaat erom ruimte te geven om tot rust te komen.

Verwijzen naar het moment

- De onvoorspelbaarheid van psychische triggers kan het innerlijk leven van een kind plotseling destabiliseren of verstoren en leiden tot een emotionele tsunami van pijn- en existentiële angstervaringen. Het kan voor de pleegzorgbegeleider ook een hulpmiddel zijn om het kind emotioneel uit de dissociatie te halen en terug te brengen naar het moment.

Oriëntatie bieden⁵

- In momenten van dissociatie, paniek, woede of agressie is een onmiddellijke, snelle de-escalatie nodig. De eerste stap is onderbreking. Dit kan gebeuren in de vorm van irritatie, zoals in de handen klappen, het kind bij zijn of haar naam noemen en oogcontact maken. Deze aanpak omvat geen fysieke interactie. Het gaat om neurobiologische signalen die het kind de kans geven zich te heroriënteren.

⁵ Goettl, C. (2021). WENN DAS EISEN HEISS IST - WHEN THE IRON IS HOT. Geüpload: 30/08/21.
<https://www.youtube.com/watch?v=dxSG54RV8Cs>, laatst geraadpleegd op: 17/01/24.

- Het biedt de mogelijkheid om de spanning even te pauzeren en het kind de kans te geven om te evalueren of de spanning zal aanhouden of dat het kind gebruik maakt van de aangeboden ondersteuning in de vorm van samen pauzeren.

Definitie toestaan⁶

- Na het moment waarin de spanning (woede of paniek) wordt onderbroken door de irritatie die de verzorger of ouder toepast, zal het kind of de jongere (binnen enkele seconden) onbewust de aangeboden gebaren erkennen.
- In dat korte moment registreert het zenuwstelsel van het kind lichamelijke uitdrukkingen (ontspannen en ongevaarlijk), gebaren (de formele stap achteruit, een gedraaid bovenlichaam, zichtbare en in het midden gecentreerde handen), de intensiteit van de stem, een vriendelijke, open blik van de ander. Het is belangrijk om te laten zien dat je geen bedreiging vormt, maar dat je er bent om steun te bieden. Dan volgt een definitie van het uiterlijk dat erkend en geregistreerd wordt. Het kind bepaalt zelf of de persoon betrouwbaar is of niet.

Een pauze aanbieden⁷

- De zorgfiguur (ouder of pleegzorgbegeleider) zal vervolgens woorden vinden om de kans te bieden samen de omgeving te veranderen (bv. samen de kamer te verlaten) en, nog belangrijker, een verbinding (vertrouwen en relatie) tot stand te brengen, als basis voor verdere stappen (heroverwegen, woorden vinden, enz.).
- Lichamelijke oefeningen, zoals bewegings- of ademhalings- en ontspanningsoefeningen, kunnen het kind (dat overspoeld wordt door zijn of haar affecten en emoties) helpen zich te concentreren op de feitelijke situatie.
- Het is belangrijk om te beseffen dat directe rede de kwetsbare verbinding kan verbreken. Speelse vormen van indirecte rede (of spiegelen) kunnen helpen om de verbinding te leggen.

Tolerantie voor ambivalentie bieden⁸

- Als je het moment van spanning benadert met de hierboven genoemde technieken en het niet-weten (bijvoorbeeld de oorzaak van het gedrag van het kind) aanvaardt, kan het nuttig zijn om te

⁶ Ibid.; Goettl, C. (2023). Mut zur richtigen Deeskalation in brenzligen Situationen. Geüpload: 31/03/23, https://www.youtube.com/watch?v=9J_G30qSfOU, laatst geraadpleegd op: 17/01/24.

⁷ Idem.

⁸ Meurs, P., Poholski, C., Rickmeyer, C. & Lebiger-Vogel, J. (2019).

Die Anziehungskraft des Extremen in Zeiten der Wandlung und Wanderung: Islamische Radikalisierung aus einer psychoanalytischen Perspektive. In P. Wahl (Ed.). *Spaltung – Ambivalenz – Integration*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 52-89.

onthouden dat woede een secundaire emotie is, dat je de realiteit onder ogen moet zien en dat je (soms hele kleine) "sprankeltjes hoop" moet omarmen. Door opnieuw in contact te komen met positievere gevoelens, zoals hoop, worden negatieve gevoelens, zoals wanhoop, draaglijker en minder dominant.

Hoe regulatie op de lange termijn trainen

Structuren bieden

- Voorspelbare en vertrouwde structuren (qua tijd, ruimte en personen) kunnen helpen voorkomen dat een persoon (pleegkind, gezin, maar ook zorgwerkers) zich overweldigd en machteloos voelt. Routines en rituelen kunnen nuttig zijn.

Begeleiding voor pleegzorgers

- Soms kan een derde, objectief perspectief licht werpen op aspecten die vergeten of ondergesneeuwd raken. Begeleiding voor ouders over hun opvoedkundige vaardigheden of het bespreken van hun eventuele emotionele problemen kan de spanning in de ouder-kinddynamiek verminderen en een nuttig hulpmiddel zijn. Uitdagingen waar men tegenaan loopt zijn het opbouwen van vertrouwen bij elke hulpverlener en de pleegzorgbegeleider, moeite met het begrijpen en benutten van de rol van de psycholoog en moeite met vertalers/tolken die te opdringerig kunnen zijn.

Andere externe settings aanbevelen

- Informele uitwisselingen tussen ouders, psychosociale ondersteuning, psychotherapie, etc. dragen ook bij aan het opbouwen van een netwerk rond pleeggezinnen.

Hoe jezelf reguleren als hulpverlener

- Triggers en spanningen identificeren.
- Affecten en emoties de ruimte geven.
- Een stap terug zetten bij momenten van spanning.
- Oriëntatie bieden.
- Jezelf laten spiegelen (in begeleide settings, door collega's, tijdens een intervisie of supervisie).
- In contact komen met elkaar en verbinding opzoeken in teamverband.

Interventies binnen het ondersteuningssysteem van pleeggezinnen richten zich op hoe het kind te helpen om na tegenslag weer recht te krabbelen en hoe het kind kan worden geholpen om veerkracht te herwinnen. Hetzelfde geldt voor interventies voor pleegzorgers.

How to: (Nieuwe) hechtingen

Inspiratielijst als leidraad voor pleeggezinnen

- Veerkracht erkennen in de zin dat er al een relatie is.
- Kleine bruggen zoeken om het verlies van epistemisch vertrouwen te overwinnen.
- De zaadjes voeden die al zijn geplant en kijken welke banden of gemeenschappelijke aspecten vreugde, vrede en momenten van begrip hebben gebracht.
- Beseffen dat de huidige (mogelijke) band een startpunt kan zijn voor verdere processen van het verwerken van verlies en trauma en voor ontwikkelingsbevorderende interacties binnen het pleeggezin.
- De moeilijke momenten van weggeduwd worden (door extreme reacties van het kind) overleven door middel van ambivalentietolerantie. Beseffen dat deze momenten van weggeduwd worden tot het pleegproces behoren.
- De vraag stellen van "Hoe kan ik nuttig zijn?" op momenten dat het lijkt alsof het kind of de jongere niet in de relatie met zijn pleegzorgers kan blijven en/of geen hulp zal ontvangen of contact zal nemen.
- Evenwicht vinden tussen afstand en nabijheid (Rössel-Čunović 2018).
- Groepen aanbevelen met andere pleegzorgers, met een psycholoog als begeleider. Uitdagingen waar men tegenaan loopt: gebrek aan participatie, lage opkomstcijfers en pleegzorgers die zich vooral op praktische problemen richten in plaats van op gedrags- of emotionele problemen.

Inspiratielijst als leidraad voor pleegzorgbegeleiders

- De eigen rol binnen het gezinshulpverleningssysteem in kaart brengen: welke dynamieken doen zich voor en met welke vragen word je aangesproken.
- Het spiegelend vermogen van je team benutten in intervisie en supervisie.
- Affecten en gevoelens die je waarneemt binnen de dynamiek van een gezinsinterventie spiegelen en overeenkomsten en/of verschillen in emoties tussen de leden van het pleeggezin duiden.
 - Als je getriggerd wordt, vraag jezelf dan af of dit door de dynamiek zelf komt of een andere oorzaak kent.
 - Vraag jezelf af: "Hoe kunnen we aan de slag gaan met leugens, woede etc.?"

How to: Mentaliseren

Kinderen en jongeren met een hechtingstrauma of een hechtingsstoornis en kindvluchtelingen die een vertrouwensverlies hebben ervaren, vormen een bijzondere uitdaging voor hun pleegzorgbegeleiders. Vanwege deze kwetsbaarheid hebben pleegkinderen behoefte aan pleegzorgers die met deze traumatische ervaringen kunnen omgaan. Ook hebben ze behoefte aan een samenwerkend en

zorgzaam netwerk rondom het gezin. Succes vergt meer dan een opvoeding die "goed genoeg" is, pleegkinderen hebben een speciaal soort gevoeligheid en responsiviteit nodig voor hun behoeften.

Een goede bron voor op mentaliseren gebaseerde benaderingen is het sterk onderbouwde werk van het Anna Freud Centre in Londen (VK) met hun therapeutische *Mentalization Based Treatment* (MBT)⁹. Een aantal elementen uit deze aanpak kan men vertalen naar een basis van mentaliseren in de pleegzorg. De nadruk ligt immers ook op het opbouwen van relaties om een geleidelijk proces van mentaliseren te stimuleren. Hoewel het MBT-opleidingsprogramma – in tegenstelling tot de pre-therapeutische aanpak van het FORM-project – specifiek is ontworpen voor de therapeutische setting erkent het ook de noodzaak van een professionele houding en ondersteuning bij de ontwikkeling van het mentaliserend vermogen van hulpverleners.¹⁰

Hieronder worden enkele belangrijke aspecten voor een mentaliseringsondersteunde houding bij de begeleiding van niet-begeleide pleegminderjarigen samengevat:

- Betrokkenheid, belangstelling, warmte en authenticiteit van de hulpverleners.
- Sterk inzetten op een benadering vanuit structuur en consistentie, coherentie, voorspelbaarheid en betrouwbaarheid.
- Nadruk op (hechtings)relaties.
- Een houding van niet-weten en een procesgerichte benadering hanteren (het pleegzorgwerk is erop gericht om pleegzorgers en pleegkind weer bij elkaar te brengen, ze weer met elkaar te verbinden, in plaats van om traumatische achtergronden te onderzoeken, etc.).
- Emotionele toestanden bevestigen en niet eenzijdig benoemen.
- Vertrouwen op teamwerk.

De volgende lijst kan een leidraad vormen om een mentaliserende houding te vinden bij gezinsinterventies in het pleegzorgwerk.

⁹ <https://www.annafreud.org/training/health-and-social-care/mentalization-based-treatments-mbt/mentalization-based-treatment-adults/about-mbt/>

¹⁰ A Quality Manual for MBT by Prof Anthony W Bateman Dr Dawn Bales Dr Joost Hutsebaut: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://d1uw1dikibnh8j.cloudfront.net/media/19065/a-quality-manual-for-mbt-ed-sept-2023.pdf

Hoe een mentaliserende houding behouden of terugvinden?

- Ruimte bieden aan het kind om gevoelens te uiten en spanningen los te laten, bijvoorbeeld door:
 - fysieke activiteiten / beweging;
 - acteerlessen;
 - dans- of muzieklessen;
 - of een andere individuele ambitie;
- Het herkennen en erkennen van de affecten en emoties.
- Het herkennen en erkennen van emoties, behoeften, gedachten, redenen, fantasieën als aspecten die verband houden met gespannen gedrag.
- Afstand houden van agressie, zonder te reageren op de agressieve jongere.
- Een mogelijke plek voor begrip openen door te onderkennen, bevestigen, beschrijven, visualiseren en herinneren.
- Creatieve manieren gebruiken om met het kind of de jongere te communiceren, bijvoorbeeld door:
 - metaforen te gebruiken; » Zie toolkit, p. 41
 - rollenspellen te gebruiken; » Zie toolkit, p.42
 - schilderen en knutselen;
 - gebruik te maken van bouwblokken, poppen, figuren;

Reflectief ouderlijk functioneren en mentaliseren kunnen helpen bij het herstellen van een constructieve ouder-kindrelatie, maar stellen het kind ook in staat de relaties met zijn of haar omgeving (bv. school, leeftijdsgenoten, enz.) te ontwikkelen en te koesteren. Na verloop van tijd kan het kind van deze ervaring leren en deze momenten internaliseren als constructievere copingmechanismen. Mentaliseren wordt dan een nuttig "instrument" voor het kind of de jongere om emoties te verwerken, om beter te begrijpen wat het vanbinnen voelt en, als volgende stap, om te leren dat er manieren zijn om pijnlijke of overweldigende emoties te overwinnen en terug te keren naar kalmte of vreugde. Daarom is het belangrijk dat een kind dit proces van mentaliseren aanleert van zijn/haar zorgverstrekkers. Ouders kunnen echter worden meegezogen in de dynamiek van overweldigende emoties, verwarring of dwarsliggend gedrag. Ze moeten ook een spiegelende ander krijgen en een veilige ruimte om hun ervaringen te mentaliseren. Pleegzorgbegeleiders kunnen in zekere zin helpen een veilige ruimte voor reflectie te bieden, ouders te helpen hun evenwicht te hervinden, nieuwe perspectieven te openen en bepaalde situaties te evalueren om alternatieve manieren te vinden om om te gaan met de situatie. Omdat dit echter een overweldigende taak kan zijn vanwege de dynamiek waarmee ze te maken krijgen, is het belangrijk dat ze als professionals een vangnet hebben.

Een korte gids bij de begeleiding van pleegzorgbegeleiders

- Richting en antwoorden vinden door gebruik te maken van veilige ruimtes to get contained en te spiegelen met collega's van je team en met een supervisor.
- Jezelf afvragen wat jou kan helpen in moeilijke momenten met pleeggezinnen.
- Professionele grenzen en mogelijkheden verduidelijken.
- Vragen welk netwerk kan helpen.
 - Hulp vragen van de nodige instanties.
 - Samenwerking met andere instellingen vragen (bv. wat kan een leerkracht op school voor het pleegkind doen, dan wat ik als pleegzorgbegeleider kan doen) of met collega's uit andere beroepsgroepen (bv. een cliënt doorverwijzen aan een psychotherapeut: wanneer en met welk doel?).
- Ouders in contact brengen met educatieve workshops, ouderuitwisselingen of ouderconsultaties, om hen te helpen op metaniveau te reflecteren, maar ook om van andere ouders te leren.
- Ouders in contact brengen met opleidingen over mentaliseren of psychosociale settings.

Verbindingen maken en weten wie je wanneer moet aanspreken, is een stap die je moet nemen als verdere ondersteuning nodig blijkt. Toch zal de mentaliserende houding helpen om emotioneel beschikbaar te blijven tijdens moeilijke momenten of fasen.

Zelfzorg

Het onderdeel over zelfzorg van het Anna Freud Centre verdient hier bijzondere aandacht. Het bevat immers een bijzonder goed uitgewerkt onderdeel met richtlijnen voor de fundamentele aspecten van de op mentaliseren gerichte benadering, zoals regulatie, door verschillende goed gekozen technieken en strategieën voor zelfzorg aan te bieden.

Sommige van deze strategieën kunnen door pleegzorgers direct aan hun kinderen (van 11 tot 25 jaar) worden doorgegeven en kunnen deel gaan uitmaken van het dagelijks leven van het gezin (bv. hobby's en activiteiten, gezond leven en fysieke gezondheid, sociale relaties, leren van gesprekken, etc.). Ze kunnen ook geïntegreerd worden in een pleegzorginterventie.

Inspiratie vind je op hun website: https://www.annafreud.org/resources/children-and-young-peoples-wellbeing/self-care/?gad_source=1

Daarnaast vind je hier een boekje over zelfzorg:

<https://d1uw1dikibnh8j.cloudfront.net/media/15030/my-self-care-plan-secondary.pdf>

How to: Symboliseren

Vaak kan je doordringen tot getraumatiseerde kinderen met technieken zoals spelactiviteiten/therapieën, technieken waarbij afbeeldingen en/of verbale vaardigheden en verhalen een belangrijke rol spelen. Na trauma en ontmenselijking is symboliseren door middel van spel, tekenen en verhalen vertellen van groot belang. Het kost tijd om jezelf in een verhaal te vinden.

Enkele technische hulpmiddelen

- Veel werk met niet-begeleide minderjarigen is stabiliserend van aard. Men wil het kind helpen de innerlijke stress te beheersen en de emotionele onrust die het gevolg is van het ervaren trauma te beheersen.
- Kinderen en jongeren kunnen hulp vinden in spelen, tekenen, knutselen en dagboeken schrijven. Dit zijn allemaal leeftijdsspecifieke manieren om hun eigen ervaringen uit te drukken.
- Beveel een verhalenboek aan dat de pleegzorger kan gebruiken als het kind nog jong is. Dit kan het kind helpen zijn of haar rol te begrijpen en woorden, symbolen en betekenissen te vinden, zodat het de verschillende verhoudingen met de biologische ouders en de pleegzorgers kan begrijpen.
- Maak een visuele tijdlijn: dit kan de minderjarige helpen om het verleden en het heden, maar ook de waarheid en veiligheid opnieuw te situeren en samen te brengen.
- Via een familieverhaal kan men symbolen en uitdrukkingen vinden voor de afwezige biologische ouders en familieleden.
- Gebruik metaforen en symbolen om het kind te helpen de eigen wortels en context beter te begrijpen, zoals de methodologie van de "levensboom" (zie p. 87 e.v.).
- We moeten echter erkennen dat een zorgverstrekker geraakt kan worden door de dynamiek van het onvoorstelbare verdwijnen, verlies en trauma's binnen de context van de eigen lichamelijke affectieve ervaringen.
- We moeten begrijpen dat de lichamelijke uitingen van onvoorstelbaar verlies en trauma, alsook de signalen en communicatie daarvan in tekeningen, spelletjes en knutselen, de basis vormen voor de volgende stappen in de begeleiding.
- Een later proces van begrip houdt in dat men woorden vindt en de traumatische ervaringen integreert in het eigen levensverhaal en het zelfbeeld.
- Vooral in de context van traumagedreven dynamieken is het belangrijk dat de pleegzorgbegeleider gebruik maakt van begeleide supervisie, zodat hij/zij aanwezig kan blijven bij lastig gedrag, zoals bijvoorbeeld liegen, of wanneer de pleegzorgbegeleider merkt dat er stukjes ontbreken in het verhaal van het kind.

How to: Reflectieve benadering

Sturende vragen bij teamoverleg, intervisie en supervisie

- Wat zijn de eerste indrukken? Wat valt er op qua uiterlijk, gedrag, taal, thema's en onderwerpen, vragen, etc.?
- Hoe heb je de ontmoeting ervaren?
- Welke emoties ervaarde je tijdens en/of na de interventie?
- Welke ouder-kinddynamiek is er te zien binnen het pleeggezin?
- Op welke manier beïnvloedt de dynamiek van het pleeggezin het werk van de pleegzorgbegeleider en de beoogde interventie?
- Wat is helpend om te aanvaarden dat je als hulpverlener te geconfronteerd wordt met of betrokken wordt bij de relatiedynamiek van het pleeggezin?
- Hoe blijf je stabiel in overweldigende situaties in een pleeggezin met een niet-begeleide minderjarige vluchteling?
- Hoe kan je nadenken over casusspecifieke dynamieken en hoe kan je de betekenis van verborgen uitingen van stress en ontwikkelingsproblemen analyseren?
- Hoe identificeer je emotionele triggers of latente dynamieken?
- Hoe kunnen de kinderen, de gezinnen en de pleegzorgbegeleiders ondersteund worden?
- Hoe kunnen we ondersteunende interventies en systemen toepassen die transparant en begrijpelijk zijn voor de cliënten?

Belangrijke elementen die pleegzorgbegeleiders moeten uitstralen, zodat zij kunnen werken richting continuïteit

- Beschikbaar blijven voor de pleegzorgers.
- De traumagerelateerde dynamiek van het pleegkind erkennen.
- Herhaaldelijk momenten en gedragingen die irrationeel lijken of die je een dubbel gevoel geven waarnemen.
- Ervaringen delen in veilige ruimtes en je eigen spiegels vinden om te reflecteren en alternatieve interventiemethodes te bedenken.
- Contained worden door supervisie.

Belangrijke elementen om tot begrip te komen binnen een teamoverleg

- Bovenstaande vragen kunnen ook nuttig zijn om vanuit een professioneel perspectief te reflecteren binnen een teamoverleg en/of supervisie.
- Daarnaast kunnen de volgende vragen nuttig zijn om de complexiteit van de dynamiek te ontwarren:

- Hoe word je aangesproken door de pleegzorgers en door het kind?
- Welke pogingen of moeilijkheden bij het herstellen van een werkrelatie zie je?
- Welke dynamiek zie je tussen pleegzorgers en kind? Hoe zie je momenten van afstand en hoe herstel je de band tussen de gezinsleden?
- Welke relationele uitdagingen ervaar je? Hoe ga je om met momenten van emotionele onbalans of onzekerheid?

Toolkits

Methodologie van de emmer en de schatkist

De emmer

Je kunt het gesprek met het gezin starten met de metafoor van de emmer. Soms kan een emmer die vol water zit, overlopen. Je kunt deze metafoor gebruiken om een kort gesprek te beginnen over bepaalde onderdelen van hun ouderschap of het leven in pleegzorg.

Je kunt een foto van een emmer afdrukken en het gezin vragen post-its te plakken met de dingen die ze graag veranderd zouden zien.

- Wat zit er in jouw emmer? Welke dingen, problemen of uitdagingen wegen zwaar op het gezin?
- Hoe vol is de emmer (vandaag)? Hier moet de familie nadenken over hoeveel last ze ervaren. Als een gezin aangeeft dat de emmer bijna vol is of al overloopt, is dat een duidelijk teken dat er meer ondersteuning of een eventuele doorverwijzing nodig is.
- Wat zorgt ervoor dat jouw emmer overloopt of wat zou jouw emmer kunnen laten overlopen? Deze vraag creëert bewustwording binnen het gezin, maar ook bij pleegzorgbegeleiders. Het antwoordt wijst op mogelijke prioriteiten in de begeleiding.
- Hoeveel ruimte nemen bepaalde dingen in de emmer in? Het kan belangrijk zijn om na te denken over hoeveel plaats elk probleem of elke uitdaging inneemt in de emmer. Neemt één probleem een groot deel van de emmer in beslag? Of is het eerder een opeenstapeling van vele verschillende dingen? Dit kan opnieuw inzicht geven in welke ondersteuning een gezin het hardst nodig heeft.

De schatkist

Bij het ondersteunen van gezinnen mag je niet enkel naar problemen of uitdagingen kijken, maar ook naar middelen en veerkracht. De metafoor van de schatkist kan hierbij helpen.

- Wat maakt jullie gezin sterk? Met deze vraag krijg je inzicht in de hulpbronnen van het gezin en waar ze hun veerkracht vandaan halen.
- Wat zit er in jouw schatkist? Waar haal jij kracht uit? Waar denk je dat de veerkracht van jouw gezin ligt? Deze vragen geven inzicht in de copingstrategieën en hulpmiddelen van het gezin.
- Op wie kun je steunen? Waar kan je informatie en ondersteuning vinden? Stel deze vragen met een brede blik. Vraag niet alleen naar formele hulp, maar ook naar informele hulp van vrienden of vrijwilligers. Vraag ook naar de transnationale context van het gezin: zijn er mensen in het land van herkomst of elders bij wie het gezin steun of advies kan krijgen? Met deze vragen krijg je

inzicht in het netwerk van het gezin en de mate van inclusie of isolatie. Gezinnen kunnen zich ook bewust worden van het feit dat ze er niet zo alleen voor staan als ze denken.

- Andere toepassingen: je zou deze oefening ook op jezelf kunnen toepassen als pleegzorgbegeleider (hoe vol is jouw emmer en wat zit er in jouw schatkist)?

Gebaseerd op

Fournier K. Acker K. V. Geldof D. & Heyerick A. (2022). *Kind zijn in een asielcentrum kansen versterken voor gezinnen na de vlucht*. Acco.

Mooren, T.& Bala, J. (2016). *Goed ouderschap in moeilijke tijden. Handleiding voor meergezinsgroepen met psychotrauma*. Boom: Koninklijke Van Gorcum Uitgevers.

Team of Life

Oorsprong van de "Team of Life"-methodologie:

"Team of Life" is een methodologie uit de verteltherapie. De "Team of Life"-aanpak gebruikt sportmetaforen om jongeren te helpen omgaan met traumatische ervaringen zonder er rechtstreeks over te hoeven praten. Deze methode werd ontwikkeld door David Denborough van de Dulwich Centre Foundation.

Ze bestaat uit 4 delen:

- Deel één: Een ploegopstelling maken
- Deel twee: Doelpunten vieren
- Deel drie: Problemen aanpakken
- Deel vier: Feesten

In deze bijlage concentreren we ons op deel één, maar de andere delen kunnen ook relevant zijn. Meer informatie vind je in de onderstaande referenties.

Deel één richt zich op het identificeren van ondersteuningsnetwerken. De verschillende behoeften die in de FORM-opleiding voorkomen, worden samengebracht, zoals de behoefte om een verhaal te bouwen (punt 5) en om met netwerken te werken (punt 10).

Deze methode kan men op verschillende manieren gebruiken om het ondersteuningsnetwerk te analyseren van:

- Een team van pleegzorgbegeleiders;
- Een individuele pleegzorgbegeleider;
- Een pleeggezin;
- Een niet-begeleide minderjarige.

Coach

- Wie zie jij als jouw coach?
- Van welke persoon leer je bij en wie helpt jou vooruit?

Doelman

- Wie zou jij aanduiden als jouw keeper?
- Op wie kun je rekenen, wie is de persoon die naar jou omkijkt?

Verdediging

- Wie helpt beschermen wat voor jou belangrijk is?
- Tot wie kan je je wenden als je een probleem hebt?

Aanvallers

- Wie scoort de doelpunten (voor jouw team)?
- Wie probeert iets voor je gedaan te krijgen?

Aanvoerder

- Wie geeft jou goed advies?
- Wie inspireert jou?

Teamspelers

- Met welke mensen breng je graag tijd door en zou je ze graag in je team willen opnemen?

Medisch personeel

- Wie zorgt voor jou als je gewond bent?
- Wie houdt jouw fysieke en mentale welzijn in de gaten?

Supporters

- Wie zijn de mensen die jou steunen (wat er ook gebeurt)?

Thuismatch

- Waar speel jij jouw thuismatch?
- Waar is jouw “thuis” (er zijn meerdere antwoorden mogelijk)?

Jouw positie

- Waar zou jij jezelf in dit team plaatsen?
- Wat is jouw huidige positie?

Anderen

- Is er nog iemand anders die belangrijk voor je is?

Belangrijke opmerking:

- Jouw ploeg kan bestaan uit mensen die in dit land wonen, maar ook mensen die in een ander land wonen, mensen die nog leven of mensen die overleden zijn.
- Deze oefening helpt de relationele dynamiek en netwerken in kaart te brengen, maar kan ook een startpunt zijn voor een diepgaandere analyse, bijvoorbeeld door:
 - Systematisch de vraag te stellen "waarom?". Bijvoorbeeld: “waarom zeg je dat deze persoon jouw verdediger is?”, en als de waarom-vragen te moeilijk blijken: “hoe ervaar je deze persoon als jouw verdediger?”.
 - Wie heb je nog meer nodig in je ploeg?
 - Welke doelpunten wil je scoren?

Voor meer informatie en als verdieping: <https://dulwichcentre.com.au/team-of-life/>

Reflectiekaarten

 GROEPSREFLECTIE Met welke non-verbale aandachtspunten moeten we rekening houden?	 CASUSBESPREKING Welke traumadynamiek speelt in deze situatie?
 CASUSBESPREKING Wat kan je doen om je relatie met gezin 'X' te versterken?	 ZELFREFLECTIE Wat zijn jouw triggers of ergernissen?
 ZELFREFLECTIE Met welke hulpmiddelen reguleer je jezelf?	 GROEPSREFLECTIE Hoe kunnen jouw collega's je helpen om jezelf te reguleren?
 ZELFREFLECTIE Wie biedt jou "veiligheid vanop de achtergrond"?	 GROEPSREFLECTIE Hoe kun jij "veiligheid op de achtergrond" bieden aan het pleeggezin?
 GROEPSREFLECTIE Wat zijn jouw tips en trucs om een situatie te de-escaleren?	 ZELFREFLECTIE Hoe kan jouw tolerantie voor ambivalentie worden vergroot? Wat heb je nodig?
GROEPSREFLECTIE	ZELFREFLECTIE

 Hoe kun je met pleeggezinnen praten over ambivalentie?	 Wat helpt jou om je contained te voelen?
 GROEPSREFLECTIE Welke hulpmiddelen kunnen helpen bij het opbouwen van een verhaal voor/met het pleeggezin?	 CASUSBESPREKING Welke biopsychosociale cycli spelen een rol in situatie 'X'?
 ROLLENSPEL Speel een situatie na waarin een gezin(slid) te kampen had met disregulatie. Probeer je echt te verplaatsen in wat zij voelden en kruip in hun huid. Een andere collega neemt de rol van pleegzorgbegeleider op zich. De rest kijkt toe. Wat ziet en voelt iedereen? Hoe kon de spanning zakken (indien van toepassing)? Wat hielp?	

GEBRUIK VAN DE KAARTEN:

- **Zelfreflectie:** Kaarten die je kunt gebruiken om even de tijd te nemen om over jezelf na te denken. Deze kaarten kan je ook gebruiken tijdens groepsdiscussies, zodat collega's elkaar beter leren kennen, begrijpen en ondersteunen.
- **Groepsreflectie:** Kaarten om reflecties, hulpmiddelen en ervaringen als groep te delen.
- **Casusbespreking:** Kaarten om een casus te bespreken met feedback van andere collega's.
- **Rollenspel oefeningen:** Oefening die je in een team kunt doen om verschillende perspectieven op een situatie te krijgen.

Meer inspiratie in deze toolkit

- “Team of life” en “Tree of life”.
- “Wortelen in nieuwe aarde”: een methode met een verhalend kaartspel, gericht op veerkracht bij kinderen en jongeren met een vluchtverhaal; ontwikkeld door Odisee Universiteit.
- De “Identity circle”.
- Ervaringsgerichte workshops op scholen om de sociale inclusie te vergroten.
- Werk met visuele levensverhalen: gebruik plaatjes, teken of schrijf iets: maak een verhaal over je leven vanaf je geboorte tot je huidige leeftijd (en indien mogelijk, wie wil je zijn, wat wil je van het leven over 5, 10, 20 jaar). Teken gewoon een lijn/pijl op een groot stuk papier. Of een levensboek (elke pagina staat voor 5 jaar). Wees creatief.
 - Verzin een levensverhaal met LEGO, DUPLO of andere poppen en gadgets en maak foto's.
 - Teken de huizen waarin je hebt gewoond en ontdek je identiteit, gevoel van verbondenheid en hechting
- ...