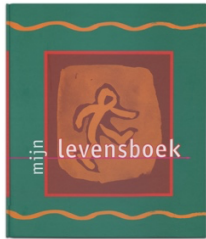


Werken met het Levensboek



door Krista Schaeffer, klinisch psycholoog/psychotherapeut

‘Het is stil. Om de tafel zitten pleegouders en hulpverleners. Ze schrijven een stukje voor een pleegkind. De een schrijft heel gemakkelijk over een herinnering aan dat kind, de ander vindt het ingewikkeld om het goed op papier te krijgen. Weer een ander vindt het confronterend. Haar pleegkind wordt binnenkort overgeplaatst en ze heeft het afscheid voor zich uitgeschoven.’ Deze ervaringen deden zich voor tijdens thema-avonden over werken met het Levensboek. Voor alle betrokkenen, pleegouders, hulpverleners, maar uiteraard ook de kinderen, is dit heel persoonlijk.

Mijn Levensboek is een map met losse invulbladen. Er is een deel dat door volwassenen, eventueel met het kind samen, ingevuld kan worden en er zijn delen waar het kind zelf in kan werken onder begeleiding van een volwassene. Het Levensboek gaat over het leven van een kind. Over het hier-en-nu, bijvoorbeeld het leven op een leefgroep of in een pleeggezin, maar ook over het verleden, bijvoorbeeld waar het heeft gewoond. Als je zelf je fotoboeken doorbladert of denkt aan de klas van 1985, dan weet je nog wel dingen en soms zelfs namen. Voor een kind dat meerdere keren van woonplek en school verandert, wordt dat lastiger. Het kind is er meestal zelf niet zo mee bezig, maar als hij of zij ouder wordt, begint het weer te leven. Dan is het fijn als er een boek is bijgehouden, waar je dingen in kunt opzoeken. Dit zijn twee van de doelen van het werken met een Levensboek: informatie van het heden vastleggen en informatie opsporen. Wat ook een belangrijk doel kan zijn, is dat het kind ervaart dat het de moeite waard is. Het bestaan van een ingevuld Levensboek geeft voor een kind weer dat er mensen zijn die de moeite nemen om dingen over jou op te schrijven.

Ook de herkenning van de situaties uit de verhalen in de kind-delen, kan steunend werken. Het kind ervaart dat het niet de enige is in deze situatie en met deze gevoelens. Het boek kan daarnaast therapeutisch ingezet worden, als middel om het verleden te begrijpen en te verwerken. Een laatste doel is dat het Levensboek ouders meer bij het leven van hun kind kan betrekken, vooral als ze niet meer de dagelijkse opvoeding kunnen of mogen doen. Daarvoor is het Jij-boek samengesteld, met voorin een respectvolle brief aan de ouder. In dit boek zit een deel van de bladen die ook in het Levensboek zelf zitten.

Hoe en wanneer inzetten?

Je kunt als volwassene voor het Levensboek van een kind informatie verzamelen en in het boek vastleggen, maar je kunt ook samen met het kind de informatie verwerken en/of met de kinddelen aan de slag. Binnen de jeugdzorginstelling waar ik jaren gewerkt heb, was er (half)jaarlijks een bespreking over de vooruitgang van een kind, waar de dagelijkse opvoeders, de betrokken hulpverleners en zo mogelijk ook de ouders om tafel zaten om de hulpverleningsdoelen te evalueren en vast te stellen. Als je het werken met het Levensboek als een hulpverleningsdoel opneemt, is het veel gemakkelijker om er structuur aan te geven.

Iedere betrokkene kan dan een deel voor zijn rekening nemen en het komt terug bij volgende besprekingen. Bovendien wordt er met elkaar besproken waar het kind aan toe is, wat daar eventueel nog voor nodig is en wie dat het beste kan doen. Het is belangrijk open te zijn naar het kind en geen oordelen uit te spreken over wat het zegt over ouders. Luisteren is even belangrijk als de juiste vragen stellen.

Voor je begint

Op de thema-avond begin ik met het volgende: “Neem iets in gedachten wat je nog nooit aan iemand hebt verteld of bedenk iets negatiefs over iemand die heel veel voor je betekent. Schrijf dat op.” Na een korte pauze vraag ik: “Wie wil het aan mij geven, zodat ik het kan voorlezen?” Nog een pauze: “Wat roept die vraag bij je op? Was dat ook al zo bij de opdracht die ik gaf om iets te bedenken?” De reden voor deze opdracht is dat er in mijn ogen soms te gemakkelijk aan voorbij gegaan wordt, wat het voor een kind kan betekenen om met het boek aan de slag te gaan. Er kan sprake zijn van schaamte of geheimen. Maak daar met een kind afspraken over om er respectvol mee om te gaan. Ook ouders hebben hun verhaal en hun beleving. Ik gebruik wel eens het verhaal van vier blinden die allemaal aan een stukje van een olifant voelen. Alle vier voelen ze een ander deel van de olifant, toch voelen ze dezelfde olifant. Als je je eigen beleving als waarheid ziet, kom je tegenover elkaar te staan en zie je niet het geheel. Als je het als verschillende stukjes van de werkelijkheid kunt zien, kom je dichter bij elkaar.

Een kind trekt soms eigen conclusies over waarom dingen gaan zoals ze gaan. Dat koppelen ze vaak aan hun eigenwaarde of het ontbreken daarvan. Zo sprak ik eens met een meisje over de beslissing tot plaatsing in het pleeggezin waar ze woonde. Ze woonde eerst op een groep en stond op de wachtlijst voor een vervolgplaatsing. Ondertussen kwam ze af en toe in een weekendpleeggezin. De overplaatsing duurde steeds langer en toen maakte de weekendpleegmoeder er flink werk van dat ze bij hen geplaatst zou worden. Het meisje dacht dat de pleegmoeder de plaatsing juist had vertraagd. Toen ze hoorde dat het andersom was, gaf dit een groter vertrouwen in de pleegouders en voelde ze zich meer gewaardeerd.

Dit soort gesprekken voer je in het dagelijkse leven niet zo snel. Kinderen denken soms dat ze over een onderwerp niet mogen praten. Het werken met het Levensboek maakt dit gemakkelijker, omdat het nu eenmaal in het boek staat. In de uitgebreide handleiding bij het Levensboek staan allerlei tips hoe je ermee aan de slag kunt.

In het zicht

Het grote voordeel van vastleggen in het boek is dat kinderen er op een later moment nog eens inkijken en er ook met anderen over in gesprek kunnen gaan.

Soms kunnen kinderen nog niet zo goed omgaan met hun privacy en is het nodig te bespreken aan wie ze het wel kunnen laten zien en aan wie beter niet.

Het Levensboek kan het beste in het beheer of zicht van de volwassenen blijven, dan heb je ook gelijk het overzicht. Bij pubers kan dit belangrijk zijn om te voorkomen dat het boek in een boze bui wordt vernietigd. Voor kinderen wiens leven bestaat uit veranderingen, die hen overkomen en waar ze zelf niet voor kiezen, kan het een grote waarde hebben dat ze op latere leeftijd een gevuld Levensboek hebben over hun leven. Zo krijgen ze er weer meer grip op. En nu... aan de slag?!

Dit artikel stond in 2010 in Mobiel, tijdschrift voor de pleegzorg

