

Thema: verhalen vertellen

De werkelijkheid schetsen

Mirjana Petrovic verheldert met verhalen dagelijkse dilemma's in haar werk met jongvolwassenen met een licht verstandelijke beperking. "Zo wil ik cliënten laten inzien waarom ze iets beter wel kunnen doen of juist laten." In de boekenreeks Pieter & Sofie heeft ze die ervaringen herkenbaar opgeschreven.

Mirjana merkte tijdens een studie Duits al dat het schetsen van verhalen om situaties op te lossen haar ligt. "Bij ruzies in de klas was ik degene die de kwestie stillegde en ging bespreken wat er nu eigenlijk aan de hand was. Ik besepte dat ik in een sociaal beroep beter op mijn plek was en begon in deeltijd met de opleiding tot Sociaal Pedagogisch Hulpverlener, die ik in 2010 heb afgerond. Daarnaast startte ik als begeleider in dienst van een zorgbemiddelaar bij een aantal ouderinitiatieven.

hebben ze niet nodig, daar ben ik zelf ook niet van, ik kan vooral goed praten. Daarmee is het bij deze doelgroep een kwestie van voor elkaar proberen te krijgen dat ze doen wat ze moeten doen. Soms moet je, ook al gaat opruimen dan een stuk langzamer, op je handen zitten omdat ze het anders nooit zelfstandig leren doen. Waar mensen met een licht verstandelijke beperking vaak mee worstelen is dat ze begeleiding nodig hebben. Hoe maak je ze dit duidelijk? Ik ging op zoek naar materiaal, en vond alleen maar voorleesboeken

Toen haar zoektocht op niets uitliep, besloot ze zelf iets te maken. Het resultaat is een reeks van zeven boekjes over Pieter & Sofie, twee jongvolwassenen met een verstandelijke beperking die begeleid wonen. Het eerste deel gaat over begeleiding krijgen. Pieter denkt dat hij het allemaal wel zelf kan, en Sofie heeft niet in de gaten dat ze hulp nodig heeft. "Ik zeg altijd: Je woont hier niet voor je zweetvoeten. Je mag vragen om hulp, zeg het als je iets niet begrijpt." Dat staat ook zo voorin het boek: 'Het is niet erg om begeleiding te krijgen. Begeleiding is er om je te helpen.'

Mirjana heeft de belevenissen van Pieter en Sofie afwisselend in korte hoofdstukken met veel dialogen beschreven. "Het schrijven ging makkelijk, het moest ook niet te gekunsteld zijn, dan is het voor mensen met een verstandelijke beperking niet meer te volgen. Pieter en Sofie lopen ergens tegenaan, waar begeleiders Tom en Kim op inspringen. Ze geven advies, soms gaat het goed, soms gaat het mis."

De begeleider stelt zich kwetsbaar op en geeft voorbeelden uit zijn leven

Van een van de ouderinitiatieven ben ik inmiddels zorgcoördinator. Er wonen tien jongvolwassenen van midden twintig tot half in de dertig jaar oud. Lichamelijke verzorging

met grote plaatjes, over bijvoorbeeld een doktersbezoek of het kopen van een trui. Ik zocht verhalen waaraan ze zich kunnen spiegelen, en die een eye-opener voor ze kunnen zijn."

Humor

Wat opvalt is dat de begeleider zich kwetsbaar opstelt en voorbeelden geeft uit zijn eigen leven. Zo vertelt Tom aan Pieter dat hij met hulp van zijn moeder heeft leren wassen, dus dat het niet gek is om daar hulp



Leerzaam

Mirjana (in het midden) putte voor de boeken over Pieter & Sofie uit haar werk als zorgcoördinator van een ouderinitiatief. Mandy (rechts op de foto) woont in dit ouderinitiatief en zegt over de verhalenreeks: "Dit kan ons allemaal overkomen." Mede-bewoonster Natasja (links op de foto): "De verhalen komen overeen met hoe het bij mij thuis kan gaan. Het is herkenbaar. Bijvoorbeeld het verhaal over de weggegooiden rekeningen. Het is leerzaam. Iedereen heeft er iets aan." Mandy: "Ik had het boek zo uit. Ik vond het spannend en moest erbij lachen."

► bij te vragen. Mirjana: “Mijn eerste wasje is ook gekrompen in de droger. Als ik cliënten vertel over de te kleine shirtjes moeten ze erom lachen, een groot deel van mijn werk bestaat uit humor. Wat ik wil overbrengen is dat het niet erg is om fouten te maken. Sommige cliënten, zoals Sofie in het verhaal, durven niets te zeggen als er iets verkeerd gaat, omdat ze zich schamen of bang zijn dat de begeleider boos wordt. Het mag fout gaan, als begeleider veroordeel je ze daar niet om, maar je bent er om ze weer op te rapen.”

In een brainstorm heeft Mirjana samen met collega's een keuze gemaakt uit de thema's voor de boekjes. “Je kan er oneindig mee variëren, maar we hebben de meest herken-

bare onderwerpen voor mensen met een licht verstandelijke beperking eruit gepikt: internetten, verliefd zijn, gezond leven, een planning maken, zelfstandig wonen en afscheid nemen.”

Bij gezond leven gaat het vooral over eten en sporten. Sofie snoept graag en beweegt weinig, en Pieter vergeet wel eens te eten. Drank, roken en drugs komen er niet in voor, de verhalen over Pieter en Sofie zijn vrij voorbeeldig. Pieter raakt niet verslaafd, Sofie komt niet in handen van een loverboy, en ze accepteren de adviezen van begeleiders. “Dat is uit

Win een boek

De boekenreeks Pieter & Sofie van Mirjana Petrovic verschijnt begin 2015, uitgave Swp, prijs € 8,95 per boek. Mirjana geeft ook workshops aan begeleiders hoe zij de boeken kunnen gebruiken om met hun cliënt in gesprek te gaan. Meer informatie vind je op www.mirjanapetrovic.nl.

De redactie van Klik mag 5 gratis exemplaren verloten van het eerste, reeds verschenen deel van de reeks: Pieter & Sofie krijgen begeleiding. Stuur daarvoor een korte reactie op dit verhaal of anekdote uit jouw praktijk bij het werken met mensen met een licht verstandelijke beperking naar redactie.klik@mybusinessmedia.nl.

mijn praktijk gegrepen, de cliënten die ik begeleid zijn best braaf. Als ik hun vraag naar drugs moeten ze heel hard lachen, daar hebben ze niets mee,” vertelt Mirjana. “Over roken ga ik de discussie wel eens aan, dan zeggen ze dat ze wel willen minderen, maar het niet kunnen. Dus geef ik mezelf als voorbeeld: ik was een ontzettend verstokte roker. Als ik midden in de nacht wakker lag, moest ik een sigaret opsteken. En zelfs mij is het gelukt te stoppen, dus niets is onmogelijk, zeg ik erbij.”

Geruststellen

Ze vervolgt: “Ik praat altijd vanuit mezelf, vertel continu verhaaltjes als voorbeeld. Als een cliënt ermee zit dat hij een woordenwisseling heeft met zijn moeder, zeg ik: ‘Denk je dat ik nooit ruzie heb met mijn moeder? Je bent ook maar een mens, dat kan gebeuren. Het betekent niet dat jullie daardoor nooit meer contact met elkaar hebben.’ Op die manier probeer ik cliënten gerust te stellen, door duidelijk te



Als begeleider moet je soms letterlijk op je handen gaan zitten, zodat mensen iets zelfstandig leren doen

maken dat ze niet de enige zijn die ergens mee worstelen. Ik ben vrij direct, heb geen verborgen agenda. Cliënten zeggen wel eens als ik hen wijs op mogelijke gevaren: jij overdrijft altijd zo. Maar wat ik doe is de werkelijkheid schetsen.”

De verhalen van Pieter en Sofie lopen altijd goed af en hebben ook letterlijk een voorbeeldfunctie. “Ik geef de verhalen met opzet een happy end,” legt Mirjana uit. “Deze doelgroep kan goed kopiëren, en ik wil hen niet op verkeerde ideeën brengen. In het thema *afscheid nemen* laat ik Pieter niet jaren worstelen met het overlijden van zijn hond, hij kan het na een paar maanden goed afsluiten. Natuurlijk wijkt de realiteit vaak af, maar aan zo’n verhaal kunnen ze zich wel optrekken.”

Inmiddels heeft de helft van de cliënten die Mirjana begeleidt het boek thuis liggen. De zinsopbouw vereist wel wat taalbegrip, de boekenreeks is vooral gericht op de wat betere lezer. Maar de boekjes zijn ook door begeleiders te gebruiken om situaties aan te kaarten. Toch hoeft de reeks niet per se als een middel gebruikt te worden, zegt Mirjana: “Het is ook gewoon een leuk leesboek. Een cliënte leest wel eens boeken van Saskia Noort, maar die gaan over mensen in wie zij zich niet kan herkennen, die hebben bijvoorbeeld een gezin. Ze leest bijna altijd over mensen met een heel ander leven. Ik houd erg van lezen, en ik vind het leuk als ik me echt kan inleven in een verhaal. De moeder van deze cliënte vertelde dat haar dochter mijn boek hardop lachend op de bank zat te lezen, dus daarmee heb ik mijn doel wel bereikt.” |

Een spontane verbinding

Wie je ook bent, wat voor beperking je ook hebt, iedereen wil gezien worden. Als je zonder oordeel naar het verhaal van de ander luistert, ontstaat er echt contact. Vanuit die overtuiging coacht Pete Pronk, onder meer begeleiders in de gehandicapten- en geestelijke gezondheidszorg, in het vertellen van verhalen.

Een inloop-boekenkast met ramen, daar heeft de werkkamer van Pete in een oude verbandfabriek in Amsterdam-Oost nog het meest van weg. Van onder tot boven zijn de muren gevuld met kasten vol vertellingen. Maar het meest verhalend is Pete zelf, die met grootse mi-

logie en verhalen vertellen hebben te maken met zien en verbonden zijn. Het gaat bij alle drie om heel goed luisteren en kijken naar de mensen die in verhalen wonen en die je ontmoet.” De link met de gehandicaptenzorg is snel gelegd, want goed observeren is een kunst die ook

Pets uitleggen gaat beter met verhalen, omdat cliënten daar goed in mee kunnen gaan

miek en passie zijn enthousiasme voor de vertelkunst overbrengt. Na scholing in de fotografie en theologie, begon hij zo’n twintig jaar geleden met cursussen verhalen vertellen en het maken en voordragen van eigen werk. “Zowel fotografie als theo-

logie is voor begeleiders. En daarbij is verhalen vertellen volgens Pete een uitstekend middel om contact te krijgen.

Wat is de waarde van verhalen vertellen?

“In de kern is het een geheime- ▶