

“Deze ouders zijn al managers”

Een goede balans vinden tussen werk en gezin: het is voor elke ouder een uitdaging. Maar met een zorgkind wordt dat nog moeilijker. In de workshops van het Magentaproject leren ouders met een zorgkind de balans tussen zorg, werken en leven beter te managen.

DOOR STEFANIE VAN DEN BROECK

Ik werkte vroeger als managementtrainer in een bank. Maar toen mijn dochter na een ongeval hulpbehoevend werd, moest ik die veeleisende job opgeven en veranderen van werk. Alle managementtechnieken uit het bankwezen kwamen wél goed van pas in mijn – totaal nieuwe – privéleven.”

Noor Seghers, de bezielster van het Magentaproject, weet heel goed wat het betekent om een gezin met één of meer zorgkinderen in balans te houden. Ze

wil graag haar ervaringen delen. “Enkele jaren geleden praatte ik erover met een vriendin die ook een zorgkindje heeft. Zij was heel onzeker over de gesprekken met hulpverleners, ze wist niet hoe ze haar eigen ideeën en verwachtingen op tafel kon leggen. Dus heb ik haar wat tips gegeven, over vergadertechnieken bijvoorbeeld. Dat hoorde ook bij mijn oude job. Die vriendin was heel blij met mijn advies en wilde er graag meer over weten. Maar toen ik wat begon te zoeken, merkte ik dat er geen enkel boek

bestaat over het management van een zorggezin. Er komt nochtans heel wat bij kijken: plannen, informatie verzamelen, zorgverleners selecteren, beslissingen nemen, de papiermolen in orde krijgen, de financiën regelen enzovoort. Daarom heb ik contact opgenomen met de Leuvense universiteit: om zélf iets te doen.”

JE VEERKRACHT BEHOUDEN

Begin dit jaar is het Magentaproject officieel gestart. Seghers organiseert workshops (telkens vier bijeenkomsten van

HET VERHAAL VAN INGE EN FRAUKE

“We moeten leren tijd vrijmaken voor onszelf”

“Eigenlijk ben ik al een manager”, zegt Inge Noyez overtuigd. “Als mama wil ik ervoor zorgen dat mijn hele gezin in evenwicht is. Dat iedereen zich goed voelt. Mijn man, mijn drie kinderen en ikzelf. Soms voel ik dat er iemand oververmoeid raakt en dan besef ik dat we wat meer tijd moeten maken voor elkaar.”

Dat klinkt vast heel herkenbaar, voor elke ouder. Maar Inge heeft een zorgkindje, Merle (4). Haar dochter heeft een verstandelijke handicap en is autistisch. “Toen we dat ontdekten, kregen we een emotionele mokerslag te verwerken. Je wereld staat even stil en je moet helemaal opnieuw beginnen. Emotioneel blijft het zwaar, ook nu nog. Maar dat is niet het enige. Er komen ook heel wat mentale, fysieke en sociale uitdagingen bij. Voor Merle is het heel moeilijk om de wereld te begrijpen. Ik ben haar ‘verlengstuk’ en ik moet er dus áltijd zijn. Soms voelt het als een grote berg verantwoordelijkheden.” Inge gaat binnenkort een Magentaworkshop volgen, om inzichten te krijgen en andere ouders te ontmoeten.

Een van die lotgenoten is Frauke Cosaert, ook een mama van drie kinderen. Haar dochter Marie (9) heeft dezelfde beperking als Merle. “Ik hoop dat we in de workshop zullen leren om meer tijd vrij te maken voor onszelf. Marie is een

heel lief kind, maar ze slurpt ons leven op. We cijferen onszelf helemaal weg. Soms vraag ik me af hoe we dat een heel leven zullen volhouden, het lijkt wel eindeloos. Ik beleef heel vaak een rep-je-door-de-dag-dag. (glimlacht) Dan probeer ik gewoon de dag door te komen, zonder conflicten. Maar dat vréét energie. Daarom hebben we vorig jaar besloten om haar op internaat te sturen. Dat was een vreselijke stap – het druist helemaal in tegen je moedergevoel – maar het kon gewoon niet meer anders. Onze twee andere kinderen hebben ook aandacht nodig. Zij komen in de week op de eerste plaats, Marie in het weekend. En dat begrijpen ze ook.”



NOOR SEGHERS OP EEN MAGENTAWORKSHOP
“Tijmanagement is heel belangrijk”

2,5 uur) voor ouders, waar heel concreet wordt gewerkt rond de zorg-werk-levenbalans. “We behandelen verschillende thema’s, zoals timemanagement en de kunst van het delegeren. Dat lijken misschien ‘harde’ concepten die botsen met de ‘zachte’ welzijnswereld, maar blijkbaar hebben mensen er wel behoefte aan. Het komt erop aan als ouder je eigen veerkracht te behouden. Zodat je batterijen opgeladen blijven. Maar vergis je niet: ik wil van die ouders zeker geen managers maken. Eigenlijk zijn dat al managers! Als je weet wat zij allemaal moeten regelen en organiseren. Het probleem is dat ze zich vaak vrij geïsoleerd voelen. Over een gezond kind kan je makkelijk praten met andere ouders, maar een zorgkind is voor je naaste omgeving meestal onbekend terrein.”

Magenta wil het warme water niet heruitvinden, benadrukt Seghers. Een wonderformule is er niet, er bestaan geen ‘perfecte’ modellen. “We willen ouders gewoon tools geven, inspirerende ideeën die ze kunnen gebruiken in hun eigen situatie. Ik geef vaak het voorbeeld van kinderen die niet zelfstandig kunnen eten. Als ouder heb je daar ervaring mee: je weet hoe je hen moet voeden, hoe je het eten op het juiste moment naar binnen kan duwen zonder dat ze zich verslikken. Maar zoiets durven veel ouders niet uit handen te geven: wat als er iets misloopt,

hoe kan een ‘vreemde’ dan goed reageren? Toch moet je in zulke situaties leren delegeren. Wat als je ineens ziek in bed ligt, door griep? Dan moet iemand anders het wel overnemen. Je kunt dus maar beter voorbereid zijn. Denk na over wie kan helpen en leid die mensen op. Zodat je je kind ook eens met een gerust hart aan iemand kunt toevertrouwen, om wat tijd te nemen voor jezelf.”

“ WE ZOEKEN NAAR CONCRETE OPLOSSINGEN, VOOR EN DOOR DE OUDERS.

EEN MIX VAN ROOD EN BLAUW

De ouders gaan in de workshops ook zélf aan de slag. Het gaat er heel interactief aan toe, zegt Seghers. “We praten met de hele groep over de thema’s en nadien krijgen alle ouders de tijd om eruit te pikken wat hen verder helpt. We hopen ook dat ze veel feedback geven over de aanpak. Zo moet er op termijn een werkboek ontstaan.”

Dit project krijgt financiële steun (o.a. van de Vlaamse overheid) en de resultaten worden over een dik jaar gepubliceerd. Maar Noor Seghers koos bewust niet

voor een droge, beschrijvende studie. “Er moet in de toekomst nog uitgebreid wetenschappelijk onderzoek gebeuren. Maar dit is een heel prangende kwestie, dus wil ik nu vooral op zoek naar concrete oplossingen, voor en door ouders.”

En dan is er nog de naam: Magenta. Het klinkt goed, maar wat betekent het? Seghers glimlacht. “Oorspronkelijk dachten we aan een lettercombinatie. Management voor GEzinnen, vanuit TALEnt. Dat klonk niet slecht. Maar dan ben ik ook eens gaan googelen, en zag ik op Wikipedia dat magenta eigenlijk een artificiële kleur is, een mix van blauw en rood. Toen ging er wéér een managementbelletje rinkelen. (lacht) In de zakenwereld staat rood symbool voor passie en talent, terwijl blauw geassocieerd wordt met zakelijkheid en efficiëntie. Dat geeft precies weer wat wij willen doen. We werken rond technieken en vaardigheden, maar we leggen ook veel nadruk op persoonlijke sterktes en individuele keuzes.”

Een Magentaworkshop is gratis voor ouders met een zorgkind tussen 0 en 14 jaar. ★

Alle info op www.magentaproject.be.