

EXTRA
20 PAGINA'S

GROOT LIBELLE ONDERZOEK*

NEDERLANDERS ECHT

- Zorg • Veiligheid • Opvoeding
- Files • Politiek • Orgaandonatie
- Werk • Klimaat • Multiculturele samenleving • Kredietcrisis





"Ik kan me nu
beter inleven
in mensen
die iets naars
hebben
meegemaakt"

Eveline van Tuin (29) was zeventien toen ze op klaarlichte dag op straat werd aangevallen.

"Het gebeurde in de zomervakantie. Ik liep door het park, over het drukste fietspad van Almere, toen ik ineens van achteren door een man werd gegrepen. Ik besepte meteen: dit is niet goed. Kom ik hier wel levend uit? Het werd een ruw gevecht. Ik stond stijf van de adrenaline maar elke schop die ik gaf, kreeg ik net zo hard terug. Uiteindelijk is een vrouw met een hondje op mijn geschreeuw afgekomen en is de aanvaller op de vlucht geslagen. Ik bleek een hersenschudding te hebben en een gekneusde kaak en ribben.

De dag daarna leek het bijna een boze droom, heel onwerkelijk. Maar na drie maanden werd ik ineens overvallen door angst. Ik hoorde allerlei geluiden in huis en dacht dat er iemand achter de deur stond. Het werd zó erg dat ik op een mid-dag klaar was met douchen en er niet meer uit durfde. In paniek zat ik in een hoekje te wachten tot mijn ouders thuiskwamen. Winkelen ging ook niet meer – als ik in het centrum iemand achter me hoorde lopen, kreeg ik al hartkloppingen. Dat is langzaam gesleten.

Nu, twaalf jaar later, heeft de angst me nog wel eens in zijn greep. Bij een stoeipartijtje met mijn vriend is de grens bij mij snel overschreden. Dan voel ik me opeens klem zitten en deel ik in een reflex een flinke klap uit. Mijn vriend zegt wel eens: 'Vertrouw je me dan niet?' Maar daar gaat het niet om. Je gevoel van veiligheid is verdwenen, het blijft een zere plek. Dat is frustrerend, want ik wil mijn agressie ook niet intomen. Het is mijn overlevingsmechanisme. Toch heeft die gebeurtenis ook een positieve invloed. Ik kan me beter inleven in mensen die iets naars hebben meegemaakt. Mensen voelen dat hun verhaal veilig is bij mij, en dat is heel fijn."



Angelique van der Heiden (40) is mantelzorgster voor haar gehandicapte zoon Floris (12). "Floris heeft het Williams Syndroom en hij is verstandelijk gehandicapt. Daarnaast heeft hij een zeldzame niervatafwijking. Het is een pittige, soms eenzame zoektocht om iemand te vinden die hem kan helpen, bijvoorbeeld met leesondersteuning. Hij is in feite een kind van vijf jaar dat elke dag veel zorg nodig heeft.

De tijd die ik aan mezelf kan besteden, is minder geworden. Dit leven vreet energie. Een tijdje geleden wilde ik bijvoorbeeld een spirituele cursus gaan doen. Ik had zelfs al een speciale oppas geregeld, maar ik was gewoon te moe. Financieel is het ook lastig, want met zo'n kind kun je natuurlijk niet fulltime werken. Waar ik de energie vandaan haal? Haha, je zet je motor aan en gaat ervoor, anders heb je geen leuk leven. Verdriet ken ik wel, maar ik wil er niet in verdrinken. En het zorgen voor Floris heeft me positief veranderd. Ik zag mezelf nooit zo staan, maar ik ben een bloem die open is gegaan. Ik zie heel duidelijk een rol voor mezelf. Ik herinner me hoe Floris een keer bij de supermarkt op de grond lag te gillen en te spartelen. Ik omhelsde hem en praatte tegen hem. Op dat moment tikte een oudere vrouw op mijn rug die zei dat ik mijn zoon beter moest opvoeden. Nou ja, wat doe je dan? Ik ging staan en zei vriendelijk: 'Mevrouw, dingen zijn soms anders dan ze lijken, misschien kunt u de volgende keer nadenken voordat u zo'n opmerking maakt.' Later had ik een yes!-gevoel. Zó los je dat op! Als je zo'n kind hebt, vallen je vooroordelen weg. Dat is de grote winst."

Meer informatie: www.werkenmantelzorg.nl.

"Het zorgen voor
Floris heeft me
positief veranderd"

"De tijd van zorgeloos geld uitgeven is voorbij"

Illustratrice Anaïs van Delft (27) vond in Engeland haar droombaan. Maar toen de recessie losbarstte, werd ze ontslagen. "Al jaren wilde ik naar het buitenland. Mijn leraar op de kunstacademie zei: 'Als illustrator móet je naar Engeland.' Bij een jong mediabedrijf kon ik aan de slag als vormgever en illustrator – een geweldige kans. Door mijn collega's werd ik meteen hartelijk opgenomen. En Plymouth was fantastisch, met de zee en het Dartmoor National Park vlakbij. Na een jaar zou ik een vast contract krijgen. Acht maanden later was het opeens helemaal mis. De Engelse pond was flink in waarde gedaald, het bedrijf kreeg minder opdrachten en moest acuut bezuinigen. Ik werd meteen ontslagen, samen met een paar collega's. Vlak voor Kerstmis moesten er nog eens vijftig mensen weg. Iedereen was in de war. In de media kwamen alle verhalen los over de Lehman Brothers Bank. Ineens realiseerde ik me: dit is gewoon de recessie. Het bleek moeilijk om een nieuwe baan te vinden. Mijn ouders zeiden: 'Waarom kom je niet gewoon terug?' Het was wel even een klap om weer thuis te wonen, in Drenthe, zonder mijn vrienden. Mijn ouders zijn geweldig, maar je voelt je weer dat kleine meisje, haha! Gelukkig heb ik nu een kamer gevonden in Amsterdam. Op dit moment leef ik van mijn spaargeld. Ik ben zo blij dat ik dat heb! Als ik zuinig aandoe, kan ik daar nog drie maanden van rondkomen. Ik solliciteer volop, maar bij uitzendbureaus zijn weinig vacatures. In de ontwerpwereld vliegen veel creatieve mensen eruit, bedrijven willen nu liever investeren in technologie. Door deze ervaring waardeer je het meer als het wél meezit. Mensen van mijn leeftijd doen vaak zo makkelijk over geld. Op feestjes hoor je constant: 'Ik ga naar Indonesië en Thailand, en daarna kopen we een huis...' Ik denk dat het voor veel twintigers en dertigers geen kwaad kan om te beseffen dat de tijd van zorgeloos geld uitgeven voorlopig voorbij is."

FOTOGRAFIE: Anouk de Kleermaeker. HAAR EN MAKE-UP: Djoletien de Kreijl.



"Kinderen leren niet om te gaan met teleurstellingen"

Dit vinden
NEDERLANDERS
ECHT



Karen Ahrens (28) begon zes jaar geleden vol vuur aan haar baan als onderwijzeres. Nu heeft ze een burn-out.

"Van jongs af aan wist ik: ik word juf. Ik vond het mooi om te zien als er een lichtje ging branden bij een kind als ik iets uitlegde. Op mijn 23e ging ik lesgeven aan groep zes en zeven, daarna aan groep vier en vijf, op een overwegend witte openbare school waar veel hoogopgeleide ouders hun kinderen plaatsen. Je zou zeggen: makkie. Maar dat viel tegen.

In mijn klas zaten veel kinderen met gedragsproblemen die soms lichamelijk agressief waren of elkaar treiterden. Als ik zei: "Sla je boek open", weigerden ze dat gewoon. Het kon ook gebeuren dat je door een kind van negen werd uitgescholden. Veel ouders vonden hun kind een schatje. Dan dacht ik: kon je maar zien hoe jouw kind zich in de klas gedraagt. Veel hoogopgeleide ouders zien hun kinderen niet meer spelen. Na school gaan ze naar de buitenschoolse opvang, vlak voor het eten worden ze opgehaald en dan gaan ze naar bed.

Anderhalf jaar geleden kreeg ik voor het eerst burn-outklachten. 's Nachts piekerde ik over hoe ik de kinderen het beste kon helpen, of ik eigenlijk wel goed genoeg was. Toen de zoveelste ouder naar me toe kwam met kritiek, ben ik ingestort. Op school werd gezegd: 'Het ligt aan jou.' Voor een deel klopt dat. Ik sta bekend als de lieve juf. Daarom zit ik nu bij een psycholoog, om nee te leren zeggen en te leren relativeren.

Toch denk ik dat de tijdgeest ook niet meewerkt. Kinderen worden steeds vaker opgevoed als kleine individuen, kleine volwassenen, die mogen kiezen wat ze willen eten en welke kleren ze dragen. Dat heeft goede kanten, omdat een kind leert nadenken. Maar soms heb ik het gevoel dat ze te veel verantwoordelijkheid krijgen. Ze worden ook verwend – met Sinterklaas zit er een iPod in hun schoen. Ze leren niet omgaan met teleurstellingen, blij te zijn met kleine dingen, te delen en rekening te houden met anderen.

Inmiddels ga ik langzaam weer werken. Maar lesgeven is niet meer louter een romantisch beroep voor me, het is gewoon keihard werken. Echt afscheid nemen van het onderwijs zal ik nooit doen denk ik. Dat lichtje in die ogen, daar ga ik nog steeds voor."

FOTOGRAFIE: Anouk de Kleermaeker. HAAREN MAKE-UP: Djolien de Kreijl



"Blijkbaar moet je je als
hoofddoekdraagster
bescheiden opstellen,
maar ik doe liever
mijn mond open"

Filiz Islekter (38) emigreerde op haar 23e van Turkije naar Nederland, waar ze nu werkt als trainer bij een sociaal reïntegratiebedrijf.

"In het vliegtuig op weg naar Nederland vond ik het spannend en een beetje eng: zo'n nieuw leven, zal het me lukken? In het stadje waar ik woonde, waren weinig mogelijkheden voor iemand zoals ik, met een enorme honger naar kennis. Mijn Turkse verloofde, die in Nederland is geboren, haalde me over om te emigreren. Onderweg viel me op dat alles op elkaar leek. Die orde trok me wel. Helaas weet ik nu dat dat ook geldt voor integratie. De Nederlandse samenleving verwacht dat je je aanpast binnen vaste kaders, en zelfs dan blijf je altijd die hoofd-doekdragende allochtoon.

Voor mij betekent integratie niet assimileren, maar participeren. Het is belangrijk dat je de taal beheerst en iets bijdraagt aan de maatschappij. Onafhankelijkheid, een baan hebben, dat wilde ik bereiken. Gelukkig kon ik meteen met een taalcursus beginnen. 's Avonds zat ik met het woordenboek op schoot de onder-titelingen op televisie mee te lezen. Die taal boeide me zo!

Ik ging studeren aan het hbo, maar bij het uit-zendbureau waar ik me aanmeldde, begonnen ze alsnog met handen en voeten te praten: 'Mevrouw, hier hebben we geen schoonmaak-werk.' Ik kon daar wel met humor mee omgaan en vroeg dan: 'O, staat ergens opgeschreven dat ik schoonmaakwerk zoek?'

Een tijd lang voelde ik me ontworteld. Mijn huwelijk mislukte, ik had heimwee en miste mijn familie. Soms vroeg ik me af: ik doe zo mijn best, waarom hoor ik hier niet thuis? Ik ging in een vrouwenopvanghuis werken als trainer. Mijn werkgever daar zei: 'Je maakt me in de war, je uiterlijk en je gedrag passen niet bij elkaar. Je bent te ambitieus.' Blijkbaar moet je je als hoofd-doekdraagster bescheiden opstellen, maar ik doe liever mijn mond open. Mijn ambitie heeft me juist geholpen om te integreren en in dit land mijn kracht te ontdekken. En ik heb me altijd rijk gevoeld, omdat ik vanuit twee perspectieven naar dingen kan kijken en kan relativeren."