

Sabrina*

Sabrina (48) heeft drie kinderen; drie jongens van 24, 17 en 7 jaar oud. Zij is aan Gastenhof gekoppeld omdat haar jongste zoon intensieve thuisbehandeling krijgt. Haar kinderen hebben een goede band met elkaar. Zij is een alleenstaande moeder. Haar oudste twee kinderen wonen niet meer thuis. Haar middelste zoon woont op een behandelgroep. Zelf woont zij in Kerkrade met haar jongste zoon.

“Mijn jongste zoon heeft kenmerken van autisme en hij heeft een ontwikkelingsachterstand. Hij ligt gemiddeld twee jaar achter. Ik vind het lastig in te schatten waar hij staat nu hij ouder wordt. Zelf heb ik hier geen problemen mee en accepteer ik hem gewoon zoals hij is. Hij is sinds kort ook zindelijk en dat is een hele grote overwinning voor mij. Dat zijn hele grote stappen voor mij in het dagelijkse leven.

Ik vind het belangrijk dat je jezelf kunt zijn en dat je geaccepteerd wordt zoals je bent!

Mijn sociale leven heb ik aangepast aan het leven van mijn zoontje. In de loop der jaren ben ik steeds meer op mijzelf geworden en dat vind ik ook niet erg. Wij zijn echt met z'n tweetjes.

Om het weekend gaat mijn zoontje naar een parttime pleegmoeder. Ik breng hem met de trein daarheen omdat ik afhankelijk ben van het openbaar vervoer. Ik heb geen rijbewijs. De pleegmoeder brengt hem aan het einde van het weekend dan weer terug. Wij zijn niet anders gewend en met de trein maken wij er een leuk uitje van.

Als mijn zoon om het weekend daarheen gaat, kan ik even tot mijzelf komen. Ik heb tevens veel steun aan de pleegmoeder. Ik vind echt dat ik het heb getroffen met haar. Mijn zoontje vindt het fijn daar en hij kan dat ook makkelijk weer afsluiten. Dat geeft mij dan ook weer rust. De ene keer doe ik lekker niks en de andere keer ga ik aan de slag in het huis. Ik doe wat ik leuk vind en dat heeft heel weinig te maken met de buitenwereld. Ik heb de coronaperiode ook helemaal niet als erg ervaren. Ik geniet op deze manier van het leven. De samenleving heeft daar meer moeite mee dan ikzelf.

Daardoor ben ik ook een lange tijd niet met mijn zoon naar de winkel gegaan. Hij kan dan uit zijn dak gaan. Andere mensen begrijpen het niet en oordelen dan over mij als moeder. Ik vind dat je niet kan aflezen aan iemand waarom hij doet zoals hij doet en wat iemand allemaal heeft meegemaakt. Ik ben hier zelf ook begripvoller door geworden, want je weet gewoon niet wat iemand al allemaal heeft meegemaakt. Ik wil niet in een hokje worden geplaatst. Mijn verhaal moet ook niet in hokjes gezet worden.

Het dagelijkse leven van mij als moeder draait om mijn zoontje. Ik heb tijd voor mijzelf als hij op school is of als hij om het weekend naar de parttime pleegmoeder gaat. In mijn vrije tijd, naast de normale dagelijkse dingen, kijk ik naar Chinese en Koreaanse drama's. Dat leidt mij echt af. Ook hou ik van lezen. Ik vind het fijn om naar luisterboeken te luisteren. De boeken waar ik van hou zijn vooral romantisch. Thrillers vind ik ook spannend. De Koreaanse drama's die ik kijk zijn ook vaak thrillers. Daar haal ik mijn ontspanning uit. Ook drama's uit de 18^e eeuw spreken mij aan. Andere hobby's heb ik verder niet. Ik luister wel naar muziek maar dan meestal onderweg. Ik heb niet per se een lievelingslied. Wel luister ik graag naar Bryan Adams en hou ik erg van Pink. De tijden van Marco Borsato en Jan Smit zijn nu wel

voorbij. Ik hou nu wat meer van de baldadige en opstandige muziek. Soms gebruik ik muziek wel om even alles uit mijn systeem te halen. Ook hou ik van Countryrock. Ik ben geen fan van iemand, daar heb ik ook helemaal geen tijd voor. Ik vind het overigens ook helemaal niet erg om weinig vrije tijd te hebben. Ik ben liever lekker bezig. Ik wil mij richten op het zorgen voor mijn zoon.

Wij hebben een huisdier; een kat. Via mijn oudste zoon is de kat bij ons terechtgekomen. De kat heeft ook veel meegemaakt dus hij past goed bij het gezin. Ik heb er bewust voor gekozen om verder geen huisdieren te nemen, want ik ben wel graag onafhankelijk. Ik wil niet gebonden zijn. Ik heb al genoeg aan mijn kinderen.

Ik vind zelfstandigheid zeer belangrijk en ben echt van het zelf doen. Ik ben geen moeder die haar kinderen thuis wil hebben wonen tot hun 30^{ste}. Fouten maken hoort daarbij en daar heb ik geen moeite mee. Bij mijn jongste zoon vind ik dit wel moeilijker. Ik vind het lastig om naar zijn toekomst te kijken en daarom ook moeilijk om mijn eigen toekomst te zien.

Ik ben erg veranderd doordat ik nu al veertien jaar samenwerk met hulpverlening. In de eerste jaren voornamelijk om mijn oudste zoon. Daar heb ik hele zware tijden mee gekend. Ook de scheiding heeft er behoorlijk ingehakt. Ik heb drie keer achter elkaar een burn-out gehad. Daarnaast heb ik een zware vorm van bloedarmoede gehad. Ik ben nu heel teruggetrokken en ga niet meer graag op pad of uit. Ik ben graag thuis. Ik ben wel heel volhardend als het gaat om mijn kinderen. Ik heb heel hard gestreden voor de mentale gezondheid van mijn oudste kinderen. Ik heb heel veel negatieve ervaringen gehad met hulpverlening dus daar ben ik nu niet altijd meer even gemakkelijk in. Maar dat heeft mij wel gevormd de afgelopen veertien jaar. Ik merk wel dat ik nog de strijdkracht heb. Als je mij vraagt: "Wat wil je nog allemaal voor jezelf?", dan kan ik daar moeilijk op antwoorden omdat ik alles in mijn kinderen heb gestopt. Ik heb de buitenwereld op een gegeven moment afgesloten. Ook vanwege de nare ervaringen. Mensen oordelen omdat je kinderen niet meer thuis wonen, terwijl ze niet het hele verhaal kennen.

Van iemand die heel sociaal was toen ik nog getrouwd was, ben ik nu heel sceptisch geworden en vertrouw ik mensen niet meer snel. Ik heb wel wat contacten in de buurt, maar ik laat mensen niet meer dichtbij komen. Ik heb iets te vaak een mes in de rug gehad of dat iets tegen mij is gebruikt. Dat maakt dat ik ben veranderd. Ik sta wel open voor de hulp van mensen, maar dat vind ik wel heel erg lastig.

Ik moet de rust en het evenwicht vinden in mijn eigen leven. Ik heb alle mogelijke hulp gehad die er is. Door mijn burn-out kan ik niet meer werken en dat heb ik moeten accepteren. Ik accepteer mezelf zoals ik ben geworden. Ik vind het moeilijk dat hulpverleners en mensen om mij heen, in het verleden mij niet konden accepteren zoals ik ben. Daarna had ik ook zoiets van: "Laat mij nou maar mijn leven leiden zoals ik dat wil."

Ik doe echt mijn best en ik doe alles wat ik kan voor mijn kind. Ik moet overal aan denken. Ik moet bijvoorbeeld alles afsluiten en verstoppen, want anders loopt mijn zoon weg. Ik ben continue bezig met wat veilig is voor mijn zoon.

Als ik zie hoe mijn kinderen zijn gegroeid dan word ik echt gelukkig. Mijn oudste zoon blijft een beetje een zorgenkindje. Mijn middelste zoon is wel heel erg gegroeid. Hij doet een voortraject van kamertraining en hij gaat weer beginnen op school. Hij wil later ook op een groep werken. Het is fijn om te zien dat het nu zo goed gaat, want daar hebben wij ook een

aantal zware jaren mee gehad. Als ik zie hoe hij gegroeid is en waar hij vandaan komt dan word ik daar gelukkig van en dan ben ik ook trots. Ik ben sowieso trots op al mijn kinderen en bij mij staan ze op nummer 1. Daardoor cijfer ik mijzelf soms ook weg. Ik heb geleerd om mijzelf meer te gunnen. Ik heb gemerkt dat de kinderen er ook beter van worden als ik mijzelf goed voel.

Ik kan eigenwijs zijn en zelf beslissen wat goed is, maar ik accepteer ook hulp. Als ik ergens tegenaan loop of als ik niet verder kom met de kinderen, dan vraag ik ook om hulp. Ik zie het vragen van hulp als een kracht en niet als een zwakte en ik hoop dat andere ouders dit ook gaan inzien. Het vragen van hulp moet niet gezien worden als falen. Je kunt je kinderen ook alleen maar helpen als je zelf ook open staat voor hulp. Het zegt niets over dat je niet weet hoe je je kind moet opvoeden of dat je niet weet wat het beste is voor je kind. Soms heb je gewoon net een ander inzicht nodig.

Ik heb gemerkt dat het soms ook niet goed kan gaan met de hulpverlening. Bij mijn oudste zoon heeft jeugdzorg de plank volledig misgeslagen, maar mijn middelste zoon is er alleen maar beter van geworden. Ik denk dat het belangrijk is dat je je stem laat horen. Dat is beter voor jezelf en de hulpverleners. Ik vind het fijn om zelf ook mee te kunnen bepalen en ik vind dat je succeservaringen moet kunnen opdoen.

Mijn kinderen geven mij heel veel geluk en liefde. Ze waren welkom vanaf dag een en daar heb ik nooit aan getwijfeld.’’