



Ignatiushuis
met hart en ziel



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

In Naam van Allah, de Barmhartige, de Genadevolle

Onze dank gaat uit naar:

DMO van de gemeente Amsterdam
(Dienst Maatschappelijke Ontwikkeling)
en
Iona Stichting

die deze dag financieel mogelijk hebben gemaakt

Verslag Vrouwenontmoetingsdag zondag 13 april 2014

'Opvoeden in crisistijd; hoe steun je elkaar?'



Op deze zonnige aprilzondag komen we bij elkaar in het Munduscollege aan de Hogguerstraat in Amsterdam. Een ruime, nieuwe school, met prachtige grote planten in mooie bakken van mozaïek. Kleurige stoelen geven een vrolijk beeld in de kantine, die ruim genoeg is om al onze activiteiten te kunnen herbergen. We hoeven niet veel voor te bereiden, alles is aanwezig en verzorgd door Ton Euser, medewerker van het Munduscollege, die ons vroegkomers al meteen van

koffie en thee voorziet.

Deze zondag wordt er blijkbaar rond Amsterdam aan de weg gewerkt, en een aantal deelnemers zal daardoor te laat komen helaas. Maar gelukkig weet iedereen toch de weg naar het Mundus college te vinden.

Als de voorbereidingsgroep zich verzamelt om een gezamenlijk moment te delen met een meditatieve tekst, komen de al aanwezige deelnemers er bij en hebben we eigenlijk een begin, vóór het begin.

Na een welkoms-kopje koffie of thee kunnen we beginnen.

We zijn vandaag met een bescheiden aantal van zo'n 40 vrouwen bij elkaar. Met een waaier van achtergronden en ook verschillen in leeftijd. Zowel jonge moeders, die ook hun kleine kinderen hebben meegebracht, maar ook oudere vrouwen die geen kinderen meer in huis hebben, maar graag over het thema met elkaar willen uitwisselen.



Fieke Klaver opent de dag als dagvoorzitster en heet ons allemaal welkom. Ze benadrukt het ontmoeten wat deze dag centraal staat, en dan vooral het ont-moeten, het niet moeten van iets speciaals, maar het uitwisselen van zienswijzen, van ervaringen. Geen van ons heeft de wijsheid in pacht, maar allemaal kunnen we van elkaar leren. Op voeden als 'voorbeeld zijn', voorbeeld zijn voor de volgende generatie.

Maar eerst stemmen we ons gemeenschappelijk af op het licht van de World Peace Flame. Het

ontsteken van de kleine vlam verbindt ons met elkaar op dit moment; het verbindt ons met anderen die op dit moment in minder vredige omstandigheden verkeren; en het verbindt ons met ons verlangen naar het Licht.

Nadat Fieke de degenen die deze ontmoetingsdag hebben voorbereid heeft voorgesteld kijken we eerst naar een filmpje over het Munduscollege.

Een mooi beeld van een dynamische school waar jongen mensen op allerlei verschillende manieren worden voorbereid om hun plek in de maatschappij te veroveren!

Oorspronkelijk was het de bedoeling dat Ank Veenstra een interview zou afnemen met Lucia Martis en twee familycoaches, van de Organisatie Profor, Bureau voor samenlevingsopbouw. www.profor.nl Door omstandigheden zijn de familycoaches helaas niet aanwezig en vindt het gesprek dus tussen Ank en Lucia plaats.

Lucia is de drijvende kracht bij Profor, al sinds 27 jaar. Zij vertelt hoe zij als jonkie begon en zich langzamerhand heeft opgewerkt tot de positie die zij nu heeft. Zo heeft zij aan den lijve ervaren hoe het is om 'empowered' te worden, en kan zij op haar beurt jonge mensen bemoedigen en bezielen.

Profor is in Amsterdam Zuid-Oost actief en heeft ook een dependance in Oost.

Profor betekent kracht. Kracht om elkaar te empoweren, om elkaar handvaten te bieden. Welke kracht heb je nodig om door te kunnen gaan?

Er is op alle fronten veel geld wegbezuinigd. Niet alleen de burger heeft daar onder te lijden, maar ook organisaties als Profor moeten grote moeite doen om de benodigde subsidies bij elkaar te krijgen.

Ank: Profor heeft een prachtig project voor de kinderen van morgen, vertel daar eens wat over. Lucia: Dit project heet 'future kids' en loopt al vanaf 2000. Het heeft zich in de loop van de jaren verder ontwikkeld.

Stagiaires worden opgeleid om kinderen die extra zorg nodig hebben te leren begeleiden. De kinderen worden ofwel door de ouders aangemeld, maar soms ook door de jeugdzorg of door maatschappelijke dienstverlening aangedragen. Het is een win-win situatie: de stagiaires krijgen een opleiding en doen werkervaring op, de kinderen worden opgevangen en krijgen de aandacht die ze nodig hebben, en de ouders worden in het project betrokken. Er wordt gewerkt



zonder wachtlijst: wanneer de kinderen worden aangemeld is het streven ze na hooguit een week te laten starten met het programma.

De studenten worden verdeeld in groepjes en iedere groep heeft een aantal kinderen onder zijn hoede. Gedurende één jaar werken ze samen, een schooljaar lang.

De stagiaire krijgt de training: hoe moet je functioneren, communiceren in een multiculturele samenleving. Daar hebben ze voor hun verdere leven iets aan. Sommige stagiaires komen bv. uit Volendam en hebben nog weinig contact gehad met andere culturen. Na dat jaar zien ze dat het helemaal niet eng is om met andere mensen om te gaan.

Ank: Merk je iets van financiële moeilijkheden?

Lucia: Naast het project Future Kids heeft Profor ook het familycoachproject. Daarin komen de financiële problemen van gezinnen volop aan de orde. Soms kunnen de ouders de vaste lasten niet meer betalen en komt het gezin op straat te staan. Als dat eenmaal zo is worden de kinderen in pleeggezinnen ondergebracht waardoor het hele gezin ontwricht raakt. Er is meer sprake van huiselijk geweld tegenwoordig, door de oplopende spanningen in de gezinnen.

Families hebben schulden, kinderen komen zonder eten naar school. Wanneer een gezin lange tijd afhankelijk is van de voedselbank krijgt het te weinig verse groenten, daardoor zijn de gezinsleden minder weerbaar, eerder ziek. Gezinnen zijn in de allereerste plaats aan het overleven. Er is geen ruimte meer voor andere dingen.



Ank: Zie je verschillen in de verschillende culturen?

Lucia: Niemand kan meer op elkaar rekenen. Vroeger kon je nog wel bij een buurman of buurvrouw terecht, maar nu heeft iedereen zijn handen vol aan zijn eigen situatie. Achter de gordijnen is een hoop eenzaamheid, zijn bergen van verdriet. De dagelijkse zorgen zijn zó groot dat het alle energie vraagt.

Ank: Wat kunnen we doen?

Lucia: Het is belangrijk om de overheid te laten weten dat er wel degelijk armoede heerst in Nederland. Ze denken in Den Haag dat het wel meevalt, maar dat is niet zo. Dat blijkt ook wel uit het feit dat het aantal mensen dat afhankelijk is van de voedselbank groeit, maar de voedselbanken hebben minder voedsel te verdelen.

In haar privésituatie kijkt Lucia om zich heen waar de nood hoog is en vult dan een boodschappentas vol met boodschappen om die mensen te helpen. Dit is nieuw. In de 70-er jaren was de 'sky the limit', maar nu ziet het er heel anders uit.

Opmerking uit het publiek: Ik heb gelezen dat in Nederland 1% van de bevolking 25% van het vermogen bezit. Ik ben bang dat als de situatie nog erger wordt er een anarchistische beweging gaat ontstaan, de mensen hebben dan niets meer te verliezen.

Vraag uit het publiek: Ik heb gelezen over 'spookjongeren', jongeren die zich laten uitschrijven om onzichtbaar te zijn voor schuldeisers bv. Daardoor raken ze uit het zicht van de instanties en bestaan min of meer niet meer.

Lucia: Zij kent zulke jongeren. Ze kent ook een moeder met een inwonende zoon die haar zoon niet laat inschrijven omdat zij dan geen recht meer heeft op huishulp of subsidies

omdat ze samenwoont. Zo'n jongere verdwijnt uit het beeld, en wat blijft er anders over dan in de criminaliteit te gaan? Het is een groot probleem.

Wat moet er gebeuren om dit te voorkomen?

Lucia: Wanneer je dit ziet gebeuren moet je de moed hebben om het taboe te doorbreken en naar de maatschappelijke dienstverlening gaan. Er is vaak nog een heleboel aan te doen als je er op tijd bij bent.

Stel: Oma krijgt AOW, moeder zit in de bijstand. Als die twee samenwonen gaat Oma gekort worden om de bijstand van moeder op te vangen. Ook als thuiswonende kinderen geld gaan verdienen zullen ze het moeten afstaan aan de uitkering van de moeder, die regeling gaat volgend jaar hoogstwaarschijnlijk weer in.

Profor probeert ook de vaders te betrekken bij de opvoeding. Ieder kind heeft behoefte aan een vader. Maar waar geen vader meer is kan ook een ander de rol van vader op zich nemen, dat kan heel goed werken.

Door Lucia's verhaal hebben we een beeld gekregen van de ernst van de situatie. Ank sluit het gesprek af en bedankt Lucia voor haar bijdrage.

In de pauze zingt Barazandeh een prachtig Perzisch lied.

Omdat de spreekster Marijke Verduijn door ziekte heeft moeten afzeggen is aan Debbie Keijner gevraagd in haar plaats een inleiding te houden. Debbie was jarenlang schoolleidster en kent ook als moeder van twee kinderen het opvoeden uit eigen ervaring.



Wat is opvoeden? Wat is crisis?



Debbie begint met het vertellen van een verhaal: Een vader en een dochter wandelen in de bergen als de dochter struikelt en haar voet verzwikt. "Au!" roept de dochter, en hoort "Au!" weerklinken uit de bergen. Ze probeert het nog eens en roept iets anders, en steeds als ze roept komt er een antwoord uit de bergen terug. 'Dat is de echo', vertelt de vader. "En zo is het ook met de wereld. De wereld is een spiegel: dat wat je geeft krijg je terug".

Debbies inspiratiebron is Baha'u'llah, oprichter van de Bahai'geloofsgemeenschap

Debbie maakt een onderscheid in opvoeding:

Je kunt spreken over

- materiële opvoeding: Dan heb je het over gezond eten, goed in je lijf zitten, bewegen.
- Menselijke opvoeding: dat gaat over kennis, wetenschap, over de vaardigheden om een beroep uit te kunnen oefenen, over de mogelijkheden om expressie aan je gevoelens te geven.
- Geestelijke opvoeding: daarbij spelen vragen naar eigenschappen een rol als eerlijkheid, het op zoek zijn naar waarheid, of bv. betrouwbaarheid.

In onze maatschappij ligt de nadruk vooral op de eerste twee aspecten, maar het laatste, de geestelijke opvoeding komt weinig of niet ter sprake. Maar, zegt Debbie: wij hebben vooral geestelijke opvoeding nodig. Dat je eerlijk, betrouwbaar en hulpvaardig bent. Alleen als wij in ons hart veranderen zal de wereld veranderen.

In de huidige samenleving kun je een onderscheid maken tussen opbouwende krachten, als initiatieven om elkaar te helpen, om krachten te bundelen. Kleine initiatieven nog, die als kiemen zijn.

En anderzijds afbrekende krachten, die te maken hebben met overvloed aan materiële zaken, aan strijd en conflicten.

Wat wil je je kinderen meegeven dat ze verder kunnen in het leven?

Het doel van de opvoeding is:

- Een rechtvaardige en liefdevolle maatschappij
- Waarin extremen tussen rijk en arm verdwijnen
- Een veilige wereld voor iedereen
- Waarin we vertrouwen kunnen hebben in de instellingen, in de politie.

Hoe doen we dit?

“Je hebt een heel dorp nodig om een kind op te voeden”.

Iedereen is aangesproken om zijn bijdrage te leveren. Kijk om je heen, wat zie je? Wat kan je bijdragen? Welke eigenschappen zijn belangrijk en leef je die voor? (bv. vrijgevigheid). Heb je zelf vertrouwen in ene betere toekomst?

Hoe kunnen we elkaar ondersteunen?

- Door informatie te geven aan elkaar
- Door ervaringen met elkaar uit te wisselen
- Door te delen
- En vooral: door te lachen met elkaar!

“Hij is waarlijk mens die zich heden ten dage in dienst stelt van de gehele mensheid.”

Baha'u'llah

Wees in alle situaties authentiek. Speel geen rol. Wees je zelf, durf authentiek te zijn. Dat voelt een kind heel goed aan of je dat wel of niet bent, en dan ben je geloofwaardig en kan een ander echt opnemen wat je biedt.

Vraag: Hoe werk je hieraan in een wereld die zoveel harder is geworden? Het vraagt veel van een kind om eerlijk te zijn wanneer de anderen het niet zijn.

Debbie: Als ouders mag je je kinderen meegeven dat dat moeilijk is. Ook voor volwassenen is het moeilijk. En blijf steeds in dialoog met je kind, ook wanneer het eens een uitglijder maakt. Blijf liefdevol.

Na Debbie's inleiding hebben we pauze, maar Noor Compier, huisarts in Almere en moslim, had ook nog iets voorbereid, wat ze ons graag nog wil vertellen. Omdat ze veel vertelt, en steeds sneller door haar power point presentatie gaat is het niet mogelijk alles weer te geven wat ze vertelde. De belangrijkste punten uit haar verhaal: Iedereen speelt een rol in de opvoeding van kinderen: ouders, broers en zussen, maar ook burens, vriendjes, leraren op school.

Er is een aantal factoren dat opvoeding moeilijk maakt op dit moment. Interne problemen binnen het gezin. De relaties duren korter, mensen zijn al trots als ze twee jaar samen zijn. Er zijn veel scheidingen en Noor ziet dat mensen weinig geduld hebben om aan een verbetering van een relatie te werken. Ze ziet een 'genotgeneratie', die snel en zonder moeite wil bereiken wat hun voor ogen staat. Niemand schrikt ook meer van drugsgebruik, want opa rookte toch ook? De sociale druk is ook groot. Tegenwoordig is het normaal als je twee keer per jaar op vakantie gaat, en als dat niet kan voelen kinderen zich in een sociaal isolement. Ze schamen zich en krijgen vage klachten als buikpijn, hoofdpijn.

Maar het is juist nu heel belangrijk om te werken aan de morele ontwikkeling. Naast alle materiële zaken zou de morele ontwikkeling een belangrijke plaats in moeten nemen in de gezinnen en op andere plaatsen van opvoeding.

Het is niet alleen zo dat in religieuze gezinnen meer aandacht aan morele opvoeding wordt gegeven, in sommige atheïstische gezinnen zijn de morele waarden meer aanwezig dan in sommige gelovige gezinnen, waar ze met grote problemen te kampen hebben en proberen het hoofd boven water te houden.

Het is belangrijk om een duidelijke rolverdeling te hebben binnen het gezin. Wat is de rol van vader, van moeder. De ouders moeten de waarden voorleven. Als vader uitgezakt op de bank ligt te zappen kunnen de kinderen hem niet als voorbeeld stellen.

Over pubers zegt ze dat het onzin is om zo in het algemeen te zuchten en te steunen over de pubertijd. Er zijn heel veel kinderen die zonder al te grote problemen in harmonie met hun ouders door die tijd heen komen. We praten elkaar wat aan.

Het brein van een 12 jarige kan nog niet alle vrijheid aan. Ze hebben beperkingen nodig en consequent gedrag van de opvoeders. Anders komen ze bij de dokter met vage klachten.

Na haar bijdrage pauzeren we met lekkere hapjes.

Omdat we met niet veel mensen zijn besluiten we de eerste ronde werkgroepen de keuzes:

Sieraden maken

Nagesprek met Debbie

Nagesprek met Noor

Dan wisselen we en is de keuze uit:

Sieraden maken/ en henna beschilderen

Nagesprek met Lucia

Gesprek over hoe je innerlijke harmonie vindt



In het nagesprek met Debbie kwam vooral de zorg op van moeders die hun kinderen bepaalde normen en waarden willen bijbrengen, maar dan merken hoe het kind onder invloed van andere kinderen en ouders van andere kinderen veranderen. Hoe ga je daar mee om?

Uiteindelijk was de boodschap: Houd de communicatiekanalen met je kind open en probeer te luisteren. Vind een tijd om te praten met je kind: voor het slapengaan, tijdens het eten, bij de afwas. Probeer niet te oordelen, luister naar je kind. Stel vragen: hoe kom je daar zo bij? Wat interessant dat je zo denkt. Blijf open en in gesprek.

Debbie vertelde hoe ze in haar gezin iedere week een 'reflectiekaart' trekt waarop een bepaalde eigenschap staat beschreven, bv. 'vrijgevigheid'. Dat is dan onderwerp van gesprek. Wat is vrijgevigheid? En gedurende de week staat deze 'deugd' centraal in het gezin.

Iedereen is erg enthousiast over dit idee!

Een mooie, gemengde groep vrouwen gaat in gesprek na de presentatie van dr. Noor Compier.

Jonge moeders, moeders van oudere kinderen en vrouwen, die in hun leven geen kinderen hebben gekregen en een familie coach. Allemaal zijn zij religieus. Er is veel interesse in elkaar.

Wat is een gezonde leefomgeving? En hoe speelt de omgeving daar een rol in? In dit gesprek gaat het vooral over 'ik'. Hoe ben ik gevormd? Waarom is geestelijke opvoeding zo belangrijk? Voor één van de vrouwen is juist de geestelijke vrijheid die ze van haar ouders kreeg zo belangrijk geweest; de ruimte om zelf te ontdekken in de religieuze diversiteit. Het gaat om emotioneel welzijn. Een van de vrouwen vertelde hoe zij zich vies voelde omdat anderen vertelde dat zijn onrein was. Ze was geen moslim maar Bahaii, onvoorstelbaar maar waar. Zo word je gevormd. In de zestigerjaren keerden veel mensen de kerk de rug toe. Teleurgesteld door misstanden, weerstand tegen alles wat religie aan ellende bracht. Zij voelden zich niet meer thuis in de kerk maar voedden hun kinderen religieus op. Nu is er een generatie ouders die niet meer religieus zijn. Zij weten niet meer dat religieus zijn een basis is, een houvast waar je sterker van wordt. Je kan met religie alles aan. Je leert je beheersen en rustig te blijven bij ruzies bijvoorbeeld. Jongeren zijn nu ver weg van geestelijke voeding. Wij moeten juist dit bovenstaande vertellen. Beeldvorming houdt mensen ver van religie. Zoals sommigen 'gelovigen' zijn hoort niet bij religie. Mensen maken de keuze tot oorlog. Vrouwen hebben een grote rol om religie weer naar de oorsprong terug te brengen, in wat religie en levensbeschouwing werkelijk brengt aan geestelijke voeding. De ziel is belangrijk en iedereen heeft een ziel. We moeten ons vooral verdiepen in ons geloof. Een van de jonge moeders vertelt: "Veel ouders leven nog beperkt. Je moet religieus zijn met verstand en nadenken over alles wat verteld wordt. Wat is religie? En wat is door mensen bedacht?". We zijn geschrokken van de uitspraak van Lucia Martis tijdens het interview. Hoe zij vertelde dat de gezinnen waar ze mee werkt, die in de problemen gekomen zijn, alleen maar bezig zijn met overleven. Uit ervaring vertellen de vrouwen dat het juist andersom is. Je moet in deze situatie juist bezig zijn met geestelijk welzijn. Je religiositeit maakt je juist sterk om een moeilijke situatie aan te kunnen. Je kan daarvoor bidden naar de wijsheid in je zelf. Juist je zelf de vragen stellen over de basis en over waarde van de dingen en met je kinderen het moment nemen om te ontdekken van al wat is. Er moet weer meer aandacht komen voor geestelijke opvoeding, de vele verhalen. De waarden van de verhalen moeten weer verteld worden. We voelen dit als een opdracht.

Na de wisseling kwam in het gesprek over de innerlijke harmonie naar voren dat jonge moeders met of zonder banen merken dat het hun boven het hoofd groeit en dat ze niet weten wat ze moeten doen om weer bij te tanken.

Afstand kunnen nemen, door eens een dag weg te zijn van het gezin, is heel belangrijk. Juist op afstand merk je in welke patronen je dreigt vast te lopen.

Leer jezelf kennen: weet waar je blij van wordt, wat je nodig hebt. Verzorg jezelf op de verschillende lagen: zorg je voor je lichamelijke welzijn door goed te eten? Loop je genoeg? Slaap je genoeg? Kan je de dag goed afsluiten en kan je de dag goed beginnen?

Hoe is het op het gebied van de ziel: Wat maakt je blij? Waar wordt je gelukkig en vrolijk van? Luister je naar mooie muziek? Kijk je wel eens naar een mooi schilderij?

En op geestelijk gebied: Heb je gebeden of inspirerende teksten die je elke dag even leest? Heb je voeding voor je spirituele leven?

Onze samenvatting was:

Leer jezelf kennen; neem de tijd voor jezelf; en zorg goed voor jezelf.



Lucia geeft een workshop " budgetteren " en geeft leuke handige tips.

In de loop van het jaar zal zij een uitgebreide workshop geven.

Intussen was de werkgroep sieraden maken met elkaar rond de tafel tijdens het knutselen in gesprek op een prettige, informele manier.

Na de werkgroepen kwamen we nog bij elkaar en zei iedereen in één woord wat ze van deze middag mee naar huis nam. Fieke bedankte de medewerkers met een bloem en wenste iedereen wel thuis.

De algemene stemming was een gevoel van dankbaarheid dat we elkaar hebben mogen ontmoeten en dat we zo open en in vertrouwen met elkaar hebben kunnen spreken.

Verslag van Afke van Aalderen en Ank Veenstra

