

Hoe voelt het om een pleegkind te zijn?

Een kwalitatief onderzoek naar de beleving van pleegkinderen in perspectiefbiedende pleegzorg

Lisa Van Hove, Frank Van Hoken, Ann Clé, Laura Gypen, Johan Vanderfaillie

[TIJDSCHRIFT KLINISCHE PSYCHOLOGIE, 2022, 52(3), 240-256]

SAMENVATTING

Dit kwalitatieve onderzoek, uitgevoerd in Vlaanderen, beschrijft hoe 27 pleegkinderen, tussen 12 en 18 jaar oud, geplaatst in perspectiefbiedende pleegzorg – waarbij het de bedoeling is dat een pleegkind langdurig in een pleeggezin zal verblijven – het leven in een pleeggezin beleven en hoe zij omgaan met hun gevoelens. Uit de analyses blijkt dat pleegkinderen vooral positieve gevoelens, zoals blijheid en trots, koppelen aan het leven in een pleeggezin. Tegelijkertijd ervaart de meerderheid ook lastige gevoelens, zoals verdriet, boosheid en verwardheid. De positieve gevoelens zijn vooral gerelateerd aan het zich 'gewoon' voelen en de lastige gevoelens aan de verhouding tot hun ouder(s). Met betrekking tot coping worden twee groepen onderscheiden: pleegkinderen die daarover praten met vrienden en andere steunfiguren (bijvoorbeeld pleegmoeder), en pleegkinderen die hun gevoelens verbergen. Die laatste groep heeft er behoefte aan adequate strategieën aangereikt te krijgen waarmee gevoelens geuit kunnen worden. Activiteiten die rust, troost of afleiding bieden en het hebben van een eigen plek helpen om met die gevoelens om te gaan. Meer aandacht voor de emotionele beleving van pleegkinderen is nodig, zowel in toekomstig onderzoek als in de praktijk.

Trefwoorden: pleegzorg, langdurige pleegzorg, beleving pleegkind, coping, gevoelens

Inleiding

Wanneer een kind niet langer thuis kan verblijven omwille van een verontrustende opvoedingssituatie, is pleegzorg het eerste te overwegen opvangalternatief in Vlaanderen (Schryvers et al., 2015). Een pleeggezin komt beter tegemoet aan de basisbehoeften van een kind dan residentiële zorg (Van IJzendoorn, 2010). Op 31 december 2019 verbleven 5.320 minderjarigen in perspectiefzoekende of -biedende pleegzorg (J. Brocatus via Agentschap Opgroeien, persoonlijke communicatie, 11 februari 2021). Een moeilijke voorgeschiedenis, scheiding van of een problematische hechtingsrelatie met primaire

hechtingsfiguren (West et al., 2020), traumatische ervaringen (Steenbakkers et al., 2016) en loyaliteitsconflicten (Van den Bergh et al., 2011) zijn verklaringen voor de hoge prevalentie van gedrags- en emotionele problemen bij pleegkinderen (Vanderfaeillie et al., 2013). Onderzoek wees uit dat de helft van de Vlaamse pleegkinderen ernstige gedrags- en emotionele problemen vertoont (Vanderfaeillie et al., 2008; Vanschoonlandt et al., 2012).

Uit het voorgaande blijkt dat de emotionele ontwikkeling van pleegkinderen onder druk staat, wat het adequaat reguleren van gevoelens bemoeilijkt (Jacobsen et al., 2013; Van den Bergh & Weterings, 2010). Op hun beurt uiten emotieregulatiemoeilijkheden zich frequent in gedragsproblemen (Hill et al., 2006). Gedrags- en emotionele problemen zijn de meest voorkomende redenen (71%) voor een vroegtijdig, ongepland afbreken van een pleegzorgplaatsing (Vanderfaeillie et al., 2018). Daarnaast werden gedrags- en emotionele problemen geassocieerd met een verhoogd risico op meer negatieve opvoedgedragingen van de pleegouder(s) (Vanderfaeillie et al., 2012). Die onderzoeken illustreren hoezeer gedrags- en emotionele problemen een plaatsing negatief kunnen beïnvloeden.

Ondanks de hoge prevalentie van gedrags- en emotionele problemen werd tot op heden weinig onderzoek gedaan naar de emotionele beleving van pleegkinderen en naar de copingstrategieën die ze gebruiken om met emotionele moeilijkheden om te gaan. Onderzoek laat zien dat de wijze waarop men tijdens (de voorbereiding van) de pleegzorgplaatsing met emotionele moeilijkheden van pleegkinderen omgaat en hen daarbij begeleidt en ondersteunt, wellicht een impact heeft op hun psychisch welbevinden (zie bijvoorbeeld: Steenbakkers et al., 2016). In dit kwalitatieve onderzoek werd daarom nagegaan hoe pleegkinderen het leven in een pleeggezin beleven en hoe zij met hun gevoelens (leren) omgaan.

Achtergrond

De emotionele beleving van pleegkinderen

Pleegkinderen geven aan dat hun grootste worstelingen die met de pleegzorg te maken hebben, zich afspelen op het emotionele vlak (Singer et al., 2012). Uit het schaarse onderzoek, dat hoofdzakelijk plaatsvond bij (pre)adolescente pleegkinderen en jongvolwassen 'ex'-pleegkinderen, blijkt dat het leven in een pleeggezin meestal gepaard gaat met een complexe mix van positieve en lastige gevoelens (Grietens, 2011; Murphy & Jenkinson, 2012; Singer et al., 2012). Niettemin betekent het leven in het pleeggezin, vergeleken met het leven in het gezin van herkomst, voor de meerderheid van de kinderen een verbetering, ook op emotioneel vlak (Grietens, 2011; Singer et al., 2012). Whiting en Lee (2003) rapporteren dat preadolescente pleegkinderen zich vaak verward voelen over de redenen

waarom zij in een pleeggezin verblijven en over wat er in de toekomst zal gebeuren. Daarnaast ervaren zij vaak angsten die vooral gerelateerd zijn aan het gezin van oorsprong, en boosheid vanwege het geplaatst zijn (Ellingsen et al., 2012; Whiting & Lee, 2003). Andere lastige gevoelens die gerapporteerd worden in eerder onderzoek, zijn bezorgdheid, boosheid, verdriet, schuld, ontevredenheid, het gevoel dat niemand luistert, het gevoel ‘niet op de juiste plek te zitten’, verlangen naar het gezin van oorsprong, geen thuisgevoel, en machteloosheid (Grietens, 2011). Lastige gevoelens zouden vooral voorkomen in de beginperiode van een pleegzorgplaatsing (Singer et al., 2012), waarna ook positieve gevoelens zoals dankbaarheid, appreciatie en blijheid worden gerapporteerd (Hedin, 2014; Murphy & Jenkinson, 2012; Singer et al., 2012).

Copingstrategieën

Om met de tegenstrijdige gevoelens om te gaan zijn adequate copingstrategieën belangrijk (Huffhines et al., 2020). Uit onderzoek, dat opnieuw voornamelijk (pre)adolescente pleegkinderen en jongvolwassen ‘ex’-pleegkinderen includeerde, kan geconcludeerd worden dat een van de door pleegkinderen meest toegepaste strategieën het verbergen of onderdrukken van gevoelens is (Singer et al., 2012; Steenbakkers et al., 2016). Sommige pleegkinderen tonen zelfs bewust gevoelens die incongruent zijn met wat ze werkelijk voelen (Singer et al., 2012). Het toepassen van die strategie is volgens Steenbakkers et al. (2016) vooral het gevolg van een gebrekkige kennis van adequate manieren om gevoelens te uiten. Een andere strategie bestaat erin zichzelf te troosten door bijvoorbeeld ‘leuke dingen te doen’ (Hedin, 2014; Steenbakkers et al., 2016). Indien die strategie niet het gewenste troosten-de effect oplevert, trekken die pleegkinderen zich terug, waardoor ook zij hun gevoelens gaan onderdrukken of verbergen. Maar sommige kinderen uiten de lastige gevoelens door ze met anderen te delen (Huffhines et al., 2020; Singer et al., 2012; Steenbakkers et al., 2016). Die pleegkinderen praten over hun gevoelens (Singer et al., 2012) en ervaren sociale ondersteuning als behulpzaam (Hedin, 2014; Singer et al., 2012).

Onderzoeksvraag

Pleegkinderen worden met een mix van gevoelens geconfronteerd (Grietens, 2011; Murphy & Jenkinson, 2012) en weten niet goed hoe zij adequaat met die gevoelens kunnen omgaan (Singer et al., 2012). Op enkele masterproeven na is er, voor zover ons bekend, in Vlaanderen geen onderzoek uitgevoerd naar de beleving van pleegkinderen. In deze studie stond de volgende onderzoeksvraag centraal: “Hoe beleven pleegkinderen het leven in een pleeggezin en op welke manier gaan ze om met hun gevoelens?”

Deze studie past binnen een breder onderzoek naar de beleving van pleegkinderen dat zich richt op negen thema's (zie: Clé et al., 2016). In deze bijdrage rapporteren we uitsluitend over het thema 'gevoelens en copingstrategieën'.

Methoden

Procedure

Dit onderzoek werd goedgekeurd door de ethische commissie van de Humane Wetenschappen van de Vrije Universiteit Brussel (referentienummer: ECHW_026).

De vijf Vlaamse diensten voor pleegzorg namen aan het onderzoek deel. De volgende inclusie- en exclusiecriteria werden gehanteerd: het onderzoek richtte zich op kinderen in de leeftijdsrange van 12 tot 18 jaar die ten tijde van het onderzoek al minstens zes maanden in het pleeggezin verbleven (waardoor zij voldoende zicht hadden op het leven in een pleeggezin), geplaatst waren in perspectiefbiedende pleegzorg (waarbij het de bedoeling is dat een pleegkind langdurig in een pleeggezin zal verblijven) en die de Nederlandse taal vlot spraken en begrepen. Kinderen met een verstandelijke beperking en niet-begeleide buitenlandse minderjarige vluchtelingen werden uitgesloten.

Omdat het om een zeer heterogene groep gaat (onder andere qua leeftijd, reden van plaatsing, plaatsingsduur, voorgeschiedenis, traject in de hulpverlening), werd een aselechte gestratificeerde steekproef getrokken (Kitchenham & Pfeeger, 2002) op basis van alle mogelijke combinaties van variabelen (bijvoorbeeld: geslacht, soort plaatsing) die van invloed kunnen zijn op de beleving van de Vlaamse pleegzorgsituatie. Dat leidde tot 32 profielen. Door te kiezen voor een dergelijke gevarieerde steekproef wordt een gevarieerd beeld verkregen van de belevingen, meningen en ideeën van deze onderzoekspopulatie (Maso & Smaling, 1998).

Voor de eigenlijke werving van respondenten kreeg iedere Vlaamse pleegzorgdienst at random een lijst met zes of zeven profielen. De administraties van de diensten maakten in alfabetische volgorde lijsten van jongeren die aan die profielen voldeden. Jongeren die in aanmerking kwamen en hun pleegouders werden in alfabetische volgorde door de pleegzorgbegeleider benaderd en uitgenodigd voor deelname aan het onderzoek. Bij toestemming werden de contactgegevens aan de onderzoekers bezorgd. Zodra het interview was afgenomen, werd het profiel afgevinkt. Bij weigering werd contact opgenomen met de volgende jongere op de lijst en diens pleegouders. Indien profielen niet door een bepaalde dienst konden worden ingevuld, werden ze voorgelegd aan de andere diensten. Die procedure werd herhaald om zoveel mogelijk profielen in te vullen.

Steekproefbeschrijving

In totaal werden 27 van de 32 profielen ingevuld en namen dus 27 jongeren deel aan het onderzoek. De gemiddelde leeftijd van de respondenten was 14 jaar (minimum = 12, maximum = 18, SD = 1,9). Zij verbleven gemiddeld tien jaar (SD = 4,6) in het pleeggezin. Negen kinderen werden vanaf het eerste levensjaar, al dan niet met een formele plaatsing, opgevangen door het pleeggezin. Tabel 1 geeft een overzicht van de belangrijkste kenmerken van de respondenten.

Tabel 1. Overzicht respondenten.

Kenmerk		N	%
Geslacht	Man	13	48,1
	Vrouw	14	51,9
Soort plaatsing	Gerechtelijk	14	51,9
	Vrijwillig	13	48,1
Soort pleeggezin	Netwerk	13	48,1
	Bestand	14	51,9
Leeftijd bij formele start plaatsing	Voor zesde jaar	15	55,6
	Na zesde jaar	12	44,4
Plaatsingsgeschiedenis	Eerste plaatsing	12	44,4
	Voorafgaande plaatsing(en)	15	55,6

Interview

Het interview vond bij de meeste deelnemers plaats in de leef- of eetkamer van het pleeggezin. Voorafgaand aan het interview werd de informatiebrief toegelicht en het informed-consentformulier ondertekend door zowel het pleegkind als de pleegouders. Zodra de pleegouders de ruimte hadden verlaten, werd het interview ingeleid door het verloop ervan te schetsen en aan te geven dat er een geluidsopname gemaakt zou worden. Er werd gebruikgemaakt van semigestructureerde interviews in combinatie met creatieve non-verbale technieken zoals 'gevoelenskaartjes'. Dergelijke kwalitatieve onderzoeksmethodes zijn bij uitstek geschikt om complexe thema's in de belevingswereld van jongeren te beschrijven en te begrijpen (Grietens, 2011; Maso & Smaling, 1998). Het thema 'gevoelens en copingstrategieën' werd geïntroduceerd door gebruik te maken van gevoelenskaartjes die Okma-Raynzer (2006, p. 165) ontwikkelde. Het betreft een serie van tien kaartjes waarop emoticons verschillende gevoelens afbeelden: blij, bang, trots, doen alsof, schaamte, gewoon, schuldig, verdrietig, in de war en boos (zie ook: Clé et al., 2016, p. 189). Aan de respondenten werd gevraagd om aan te duiden hoe zij zich meestal voelen wanneer zij denken aan het leven in een pleeggezin. Verder werd gevraagd wan-

neer en waarom zij zich zo voelen. Op basis daarvan werden de antwoorden opgedeeld in drie categorieën: 1. gevoel actueel van toepassing, 2. vroeger van toepassing, en 3. niet van toepassing. Tot slot werd aan de respondenten gevraagd of er voor hen nog andere gevoelens belangrijk waren in het kader van pleegzorg. Met betrekking tot coping werd aan hen de volgende vraag gesteld: “Wat doe je wanneer je moeilijke gevoelens hebt?” Wanneer alle interviewvragen gesteld waren, vond een korte nabespreking plaats, waarin aan de deelnemer gevraagd werd hoe die het interview ervaren had. Tot slot werd van ieder interview een samenvatting gemaakt die per e-mail aan de deelnemer verzonden werd.

Alle interviews werden afgenomen tussen 20 april en 4 augustus 2016 door twee vrouwelijke onderzoekers met een masterdiploma. De interviews duurden gemiddeld 71 minuten (range = 45-94 minuten). Om de anonimiteit te garanderen wordt in de resultatensectie gebruikgemaakt van pseudoniemen.

Data-analyse

De data werden geanalyseerd aan de hand van een thematische analyse zoals omschreven door Braun en Clarke (2006). Als basis voor de analyse werden de interviews getranscribeerd, waarbij ook een selectie van niet-tekstuele data zoals stiltes werd meegenomen. Twee onderzoekers lazen de transcripten meermaals en maakten eerste aantekeningen van potentiële codes. Vervolgens werd een eerste reeks codes gegenereerd. Iedere code verwijst naar een aspect in de ruwe data dat op een betekenisvolle manier gelinkt is aan de onderzoeksvraag. Daarna werden de specifieke codes geclusterd in meer algemene categorieën of thema's. Relaties tussen de codes, de subthema's en de overkoepelende thema's werden weergegeven in een mindmap. In een volgende fase werden alle thema's opnieuw kritisch beoordeeld en indien nodig herschikt in functie van een zo goed mogelijke interne homogeniteit en externe heterogeniteit. Voor het coderen en analyseren werd gebruikgemaakt van NVivo, een softwareprogramma voor kwalitatieve data-analyse.

Resultaten

Gevoelens

Tabel 2 geeft een overzicht van het aantal keren dat ieder gevoelenskaartje door de pleegkinderen werd gekozen.

Tabel 2. Frequentie gevoelskaartjes.

Gevoelskaartje	Actueel van toepassing	Vroeger van toepassing
Bang	3	1
Blij	16	
Boos	6	3
Doen alsof	9	2
Gewoon	19	
In de war	6	4
Schaamte	4	3
Schuldig	5	
Trots	12	
Verdrietig	11	3

De meeste pleegkinderen voelen zich 'gewoon'

Het kaartje 'gewoon' werd het vaakst gekozen. Maar liefst negentien pleegkinderen vertelden zich vaak gewoon te voelen bij het leven in een pleeggezin. Dat geldt vooral voor de respondenten die op jonge leeftijd in het pleeggezin werden geplaatst. Van de jongeren die pas na hun zesde werden geplaatst, koos slechts de helft dit gevoelskaartje.

“Ja, ik heb 'gewoon' gekozen omdat ik zoals een ander kind gewoon kan leven, ook al is dat niet in mijn eigen gezin, maar dat maakt mij niet uit of dat nu mijn eigen mama is of niet.” (Shana)

Positieve gevoelens

Ondanks het grotere aantal lastige gevoelens in de reeks gevoelskaartjes werden de kaartjes met een positief gevoel vaker gekozen. Meestal werd een combinatie van positieve en negatieve kaartjes gekozen, uitgezonderd vier respondenten die enkel positieve gevoelskaartjes kozen.

'Blij' werd door zestien pleegkinderen gekozen. Zij zijn vooral blij in een warm gezin op te groeien waar ze zich aanvaard voelen, waar ze kansen krijgen en waar goed voor hen wordt gezorgd.

“Ja, ik ben toch wel blij dat ik uiteindelijk in een gezin ben terechtgekomen. En ook omdat ze mij zo behandelen als hun kind ook al ben ik hun kind niet. Daar ben ik wel blij voor.” (Shana)

Twaalf jongeren vertelden zich trots te voelen wanneer ze dachten aan hun pleegzorgplaatsing. Wat opvalt, is dat blij en trots vaak samengaan en om dezelfde redenen gekozen

worden. De voorbeelden die de respondenten gaven, hebben bijna allemaal te maken met het leven in een gewoon gezin dat hun de kans biedt ‘gewoon’ te zijn, en met het verwezenlijken van zaken die voor andere kinderen heel gewoon zijn.

“Ik ben trots dat ik in een goed gezin ben, en dat ik daar alles tegen kan vertellen, en dat ge zoals de andere echte kinderen, toch een beetje hetzelfde bent. Daar ben ik toch blij om.” (Cynthia)

Lastige gevoelens

Naast de positieve gevoelenskaartjes werden door meerdere pleegkinderen ook de kaartjes verdrietig, boos, verward, schaamte, schuldig, doen alsof, en bang gekozen. Zes kinderen kozen uitsluitend voor deze lastige gevoelens en lieten de kaartjes met positieve gevoelens links liggen. De andere kinderen selecteerden een combinatie van zowel positieve als lastige en/of neutrale gevoelens.

Veertien respondenten vertelden dat hun pleegzorgsituatie hen geregeld verdrietig maakt. Dat verdriet is meestal gelinkt aan het gemis van de biologische ouders en aan het niet of onvoldoende op hen kunnen rekenen. Enkele jongeren vertelden dat ze vroeger verdrietig waren vanwege hun situatie, maar daar vandaag ‘overheen’ zijn. Twee jongeren vertelden verdriet te hebben vanwege zaken die moeilijk lopen binnen hun pleeggezin.

“Soms als we niet mogen gaan naar mijn mama dan ben ik daar wel verdrietig om. Als mama weer geen tijd heeft of het vergeet.” (Lisa)

Boosheid gaat vaak samen met verdriet en heeft, net als verdriet, meestal te maken met de verhouding tot de biologische ouder(s). Verschillende pleegkinderen zijn boos omdat hun ouders niet in de mogelijkheid verkeren hen op te voeden, omdat ze niet op hun ouders kunnen rekenen of omdat ze zich niet door hen erkend voelen. Voor enkele respondenten blijven zaken die ouders in het verleden fout hebben gedaan een reden voor kwaadheid. Verder gaven drie jongeren aan dat ze hun boosheid niet altijd onder controle kunnen houden, wat hen soms in de problemen brengt.

“Da’s gewoon boos van als ge zo boos zijt van: waarom heeft die dat gedaan en waarom heeft die mij weggedaan of waarom kan die niet voor mij zorgen?” (Cynthia)

Het gevoelenskaartje ‘in de war’ werd door tien jongeren geselecteerd. De belangrijkste reden voor het zich in de war voelen, is weinig inzicht hebben in de oorzaak van de plaatsing.

Deze pleegkinderen hadden, vroeger of nog steeds, veel ‘waarom-vragen’. Andere redenen voor verwarring zijn conflicten, onzekerheid over de toekomst en een ingewikkelde bezoekregeling. Die redenen werden elk slechts eenmaal genoemd.

“Ik ben soms in de war (...) Soms denk ik van: hoe komt het dat ik in een pleeggezin woon en niet in een ander gezin? Soms heb ik dat gevoel.” (Larissa)

Schaamte kwam in acht interviews aan bod. Meestal heeft schaamte te maken met het gevoel ‘anders’ te zijn dan andere kinderen, een gevoel dat vaak vermengd is met angst om uitgesloten te worden, en dat bij enkele van de respondenten na verloop van tijd was verminderd of verdwenen. Twee pleegkinderen vertelden ook dat zij zich schamen voor het gedrag van hun ouders in hun nabijheid.

“Ja, als ik mijn vader zie, dan heeft hij meestal gedronken, of staat hij met een blik bier in zijn handen, en dan denk ik: zoveel mogelijk vermijden! (...) Ik ben bang dat als ik daar dan ga bijstaan, dat die dan heel belachelijk doet en dan voel ik me gewoon belachelijk (...) Dus daarom probeer ik hem zoveel mogelijk te ontwijken.” (Bert)

Vijf van de geïnterviewde pleegkinderen vertelden dat ze zich soms schuldig voelen. Drie van hen voelen zich schuldig omdat ze het gevoel hebben dat ze hun ouders en/of brussen in de steek hebben gelaten.

“Ja, soms voel ik me schuldig dat ik naar een pleeggezin ben geweest. Omdat ik weet hoe mama daar dan over denkt. Ze denkt dat ik haar niet moet hebben, of dat ik haar haat, terwijl dat echt niet zo is. En dan voel ik me soms schuldig dat ik naar hier ben gekomen.” (Mieke)

Twee jongeren voelen zich schuldig tegenover hun pleegouders vanwege hun soms moeilijke gedrag in het pleeggezin.

“Euhm, ja, als ge zoiets hebt gedaan of zo, ja dan voelt ge u toch schuldig. Als ge bijvoorbeeld hebt gezegd van: ‘Ik wil hier weg’, dan voelt ge u echt schuldig. Dat moogt ge eigenlijk nooit zeggen want dan begint iedereen daar te wenen en dan voelt ge u echt schuldig.” (Cynthia)

Het gevoelenskaartje ‘bang’ werd door slechts vier jongeren gekozen en was vooral gerelateerd aan de reacties van anderen wanneer ze te weten zouden komen dat de jongere in een pleeggezin opgroeit.

Tot slot vulden vier jongeren het lijstje van lastige gevoelens aan met respectievelijk ‘ja-loers’, ‘teleurgesteld’, ‘machteloos’ en ‘misbegrepen’.

Elf kinderen kozen het gevoelenskaartje ‘doen alsof’. Aangezien dat veeleer een strategie is om met gevoelens om te gaan dan een emotie, bespreken we dat bij de copingstrategieën.

Copingstrategieën

Praten met vrienden en met andere steunfiguren

Vijftien pleegkinderen gaven aan dat praten hen helpt. Wanneer ze het moeilijk hebben, kunnen ze in de eerste plaats terecht bij hun vrienden.

“Ik zou het aan mijn vrienden vertellen als ik het moeilijk had (...) Klaas is mijn beste vriend en daar kan ik echt alles aan vertellen. De rest zal misschien een beetje met mij lachen als ik zoiets vertel, maar hij niet. Hij zal mij serieus nemen.” (Bilal)

Ook de pleegouders, in het bijzonder de pleegmoeder, zijn belangrijke steunfiguren op moeilijke momenten. Vijf pleegkinderen vertelden op moeilijke momenten ook goed met hun pleegzorgbegeleider te kunnen praten. Verder werden diverse personen vermeld, voornamelijk mensen uit de pleegfamilie. Enkele jongeren vertelden ook bij hun brussen terecht te kunnen of goed te kunnen praten met een therapeut of vertrouwenspersoon op school wanneer ze het moeilijk hebben.

Gevoelens verbergen

Tien van de bevraagde pleegkinderen zegden bij voorkeur niet te praten over moeilijke gevoelens. Ze komen grotendeels overeen met de groep die het gevoelenskaartje ‘doen alsof’ selecteerde. Deze kinderen verbergen lastige gevoelens, zoals verdriet, boosheid of teleurstelling, voor anderen en halen daarvoor twee redenen aan: angst voor vervelende reacties en lastige vragen enerzijds en anderen niet willen kwetsen anderzijds.

“Soms doe ik alsof ik het niet erg vind en alsof ik mijn mama vergeten ben eigenlijk, zodat mijn pleegmoeder niet weet dat ik dat wel nog erg vind.” (Laura)

Daarnaast vertelden enkele kinderen dat ze niet weten hoe of bij wie ze hun gevoelens kunnen uiten en/of dat ze zich te trots voelen om zich kwetsbaar op te stellen.

Activiteiten die rust, troost of afleiding bieden

Vijftien jongeren, zowel zij die hun gevoelens verbergen als zij die erover gaan praten, vermeldden activiteiten die hun rust, troost of afleiding bieden wanneer ze het moeilijk hebben, zoals muziek beluisteren, sport en/of spel, en tekenen en/of schrijven.

Het belang van een eigen plek

Uit de gesprekken blijkt verder dat de eigen kamer een belangrijke plek is waar pleegkinderen moeilijke gevoelens kunnen laten bezinken en verwerken. Elf jongeren vertellen spontaan dat ze naar hun kamer gaan wanneer ze het moeilijk hebben. Daar kunnen ze hun emoties de vrije loop laten zonder dat iemand het merkt. De eigen kamer is ook de plek waar veel van de bovengenoemde activiteiten die rust, troost of afleiding bieden, plaatsvinden. Het zijn vooral de jongeren die hun gevoelens eerder verbergen, die rust vinden in hun kamer.

“Als ik het moeilijk heb dan ga ik naar mijn kamer, dan ga ik muziek beluisteren en dan ga ik wenen.” (Mieke)

Discussie

Deze studie bevestigt de resultaten van eerder onderzoek dat pleegkinderen geconfronteerd worden met een combinatie van soms tegenstrijdige gevoelens, bijvoorbeeld van blijdschap en verdriet (bijvoorbeeld: Grietens, 2011; Singer et al., 2012). Door onze respondenten werden positieve gevoelens het vaakst gekozen, en ‘gewoon’ was de beschrijving die het meest voorkwam als antwoord op de vraag hoe het voelt een pleegkind te zijn. Dat staat in contrast met eerder onderzoek waarin voornamelijk lastige gevoelens vermeld werden (bijvoorbeeld: Ellingsen et al., 2012). Dat is vermoedelijk het gevolg van de lange verblijfsduur van onze respondenten in het pleeggezin. Ook werden veel pleegkinderen al heel jong door het pleeggezin opgevangen. Uit onderzoek in andere landen blijkt dat lastige gevoelens vooral voorkomen in de beginperiode van een plaatsing (Singer et al., 2012). Wat de positieve gevoelens betreft, werden ‘blij’ en ‘trots’ het meest gekozen, omdat pleegkinderen dankzij pleegzorg de kans krijgen om op te groeien in een warm en ‘gewoon’ gezin. De actuele lastige gevoelens waren in afnemende frequentie ‘verdrietig’, ‘boos’ en ‘verward’, ‘schuld’, ‘schaamte’, en ‘angst’. Dat is in lijn met eerder onderzoek (bijvoorbeeld: Ellingsen et al., 2012; Grietens, 2011). Verdriet en boosheid werden vooral gerelateerd aan de verhouding tot de ouder(s), met wie de hechtingsrelatie vaak problematisch is (West et al., 2020). Sommige jongeren gaven aan dat ze daardoor gedragsproblemen vertoonden.

Verwardheid ging voornamelijk gepaard met een gebrekkig inzicht in de plaatsingsredenen. In eerder onderzoek wees Morgan (2010) al op het belang van duidelijke informatie daarover. Een aantal pleegkinderen voelde zich schuldig omdat zij hun gezin van herkomst in de steek lieten. Verder werden schaamte en angst vaak samen vermeld: pleegkinderen schaamden zich over hun ‘anders zijn’ en waren bang daarom uitgesloten te worden.

Met betrekking tot de copingstrategieën onderscheiden we twee groepen. De eerste groep deelt lastige gevoelens met steunfiguren, de tweede groep daarentegen verbergt lastige gevoelens uit angst voor reacties of om iemand te kwetsen. Dat stemt overeen met eerder onderzoek (Singer et al., 2012; Steenbakkers et al., 2016). Boosheid en verdriet uiteten zich bij sommige kinderen in externaliserende gedragsproblemen. Dat kan het gevolg zijn van het verbergen en onderdrukken van dergelijke gevoelens (Singer et al., 2012). Ook toont die groep soms bewust andere gevoelens of doet alsof om geen lastige reacties of vragen te krijgen. Dat impliceert dat sommige pleegkinderen stigmatisering ervaren vanwege het leven in een pleeggezin en ervoor kiezen om hun verleden te verbergen (Singer et al., 2012; Steenbakkers et al., 2016). Een andere reden daarvoor kan zijn dat zij niet weten hoe hun gevoelens adequaat te uiten (Steenbakkers et al., 2016). Die groep heeft er dan ook behoefte aan strategieën aangereikt te krijgen waarmee gevoelens op een passende manier geuit kunnen worden. Toch mag hun copingstrategie niet uitsluitend als inadequaat beschouwd worden, omdat ze ook kan wijzen op een grote zelfredzaamheid en/of fierheid (Singer et al., 2012). Daarnaast kan dat bescherming bieden aan pleegkinderen die chronisch misbruikt of verwaarloosd werden, wat blijkt uit een negatief verband tussen die copingstrategie en psychiatrische opnames (Huffhines et al., 2020). Als laatste worden het beschikken over een eigen plek en activiteiten die rust, troost of afleiding bieden, aangehaald als behulpzaam. Dat correspondeert met eerdere bevindingen (Hedin, 2014; Steenbakkers et al., 2016). Het zijn strategieën die voornamelijk worden gebruikt door jongeren die hun gevoelens verbergen; zij trachten zo lastige gevoelens te laten bezinken en te verwerken. Die strategieën kunnen zowel adaptief als maladaptief zijn: zo kan het zoeken van afleiding bijvoorbeeld leiden tot een tijdelijke daling van het stressniveau, maar het kan evengoed ingezet worden als uitstelgedrag (bijvoorbeeld: Waugh et al., 2020). Tot slot is het van belang om bij de resultaten rekening te houden met het dynamische karakter van emoties en copingstijlen, waardoor die in de loop van de tijd en naargelang de context kunnen veranderen.

Aanbevelingen voor praktijk en beleid

Meer aandacht voor de emotionele beleving van pleegkinderen is aangewezen. Zowel pleegkinderen als pleegouders moeten op emotioneel vlak tijdens de (voorbereiding van

de) pleegzorgplaatsing worden ondersteund en transparantie over de plaatsingsreden(en) en toekomstperspectieven zijn daarbij belangrijk (Hiller et al., 2020; Morgan, 2010; Steenbakkers et al., 2016). Het zou interessant kunnen zijn om in de voorbereiding aandacht te hebben voor de bevordering van het mentaliserende vermogen van de pleegouders. Daardoor kunnen ze hun pleegkind ondersteunen om de emoties te begrijpen en zo positieve vormen van coping bevorderen.

De pleegkinderen uiten hun gevoelens door er met belangrijke steunfiguren over te praten. Pleegzorgbegeleiders moeten nagaan of pleegkinderen beschikken over een voldoende groot sociaal netwerk, bestaande uit zowel betrouwbare formele (bijvoorbeeld een therapeut) als informele (bijvoorbeeld vrienden) actoren, en dat indien nodig versterken. Verder hebben sommige van deze jongeren er behoefte aan strategieën aangereikt te krijgen om hun gevoelens te uiten. Die wens kan vervuld worden door in de toekomst pleegzorgspecifieke behandelmodules te ontwikkelen om die copingstrategieën te bevorderen die leiden tot een reductie van externaliserende gedragsproblemen (bijvoorbeeld: Huffhines et al., 2020; Steenbakkers et al., 2016). Voorts dient pleegzorg verder genormaliseerd te worden, zodat pleegkinderen zich 'gewoon' kunnen voelen. Dat kan onder andere door pleegzorg bekend te maken bij een breder publiek.

Aanbevelingen voor toekomstig onderzoek

Het huidige onderzoek biedt ons een eerste kijk op de gevoelswereld van Vlaamse pleegkinderen in perspectiefbiedende pleegzorg en op de copingmechanismen die ze hanteren om met gevoelens om te gaan. Maar het gaat hier om kinderen die al lange tijd in pleegzorg zijn geplaatst en die bijgevolg niet representatief zijn voor de pleegzorgpopulatie. Verder onderzoek naar die thema's in een meer representatieve steekproef is dus aangewezen. Daarbij moet de focus niet uitsluitend liggen op gevoelens en copingmechanismen, maar ook op potentieel daarmee geassocieerde factoren, zoals de voorgeschiedenis van pleegkinderen, gedrags- en emotionele problemen, de relatie met de (pleeg)ouders, enzovoort. Hierbij kan het interessant zijn om meerdere perspectieven, zoals bijvoorbeeld die van de pleegouders, in het onderzoek te betrekken.

Zoals werd vermeld, is het belangrijk om pleegzorg te normaliseren. Aan de hand van toekomstig onderzoek kan nagegaan worden hoe pleegkinderen en pleegzorg gepercipieerd worden (kennis en attitude) door hun leeftijdsgenoten, leerkrachten en andere belangrijke figuren. Specifiek met betrekking tot de groep pleegjongeren die hun gevoelens vooral verbergen, is het aangewezen om na te gaan of er verborgen ondersteuningsbehoeften zijn en te onderzoeken waarom zij voor die strategie kiezen.

Sterktes en beperkingen

Deze studie is voor zover ons bekend, op enkele masterproeven na, het eerste onderzoek in Vlaanderen dat zich richt op het verkennen van de beleving van pleegkinderen. Interviews en kwalitatieve analyses zijn geschikte methoden om de complexiteit en verscheidenheid van de beleving van pleegkinderen te onderzoeken (Steenbakkers et al., 2016). Er werd een aselechte gestratificeerde steekproef getrokken (Kitchenham & Pfleeger, 2002) om tegemoet te kunnen komen aan het zeer heterogene karakter van de groep pleegkinderen. Vervolgens werd een strikte, repliceerbare wervingsprocedure gehanteerd om de invloed van zogenaamde poortwachters te minimaliseren: door aselekt te werven, werd vermeden dat pleegzorgbegeleiders zelf een selectie zouden maken. Ook werd de invloed van andere poortwachters beperkt: hoewel 38,6% van de benaderde pleegkinderen niet wilde participeren, gebeurde dat slechts in één geval op basis van een beslissing van de pleegouders. Niettemin is de non-respons aanzienlijk. Indien pleegkinderen die met deze situatie worstelen, geen deel uitmaken van de steekproef en de respondenten vooral uit de populatie komen met positieve ervaringen, dan is onze steekproef vertekend. Daarnaast werden enkel pleegkinderen geïncludeerd die geplaatst zijn in perspectiefbiedende pleegzorg. Voorzichtigheid is dus geboden bij het generaliseren van de resultaten.

Conclusie

Pleegkinderen beleven een combinatie van lastige en positieve gevoelens met betrekking tot het leven in een pleeggezin, waarbij zich 'gewoon' voelen het vaakst genoemd wordt. Om met die gevoelens te kunnen omgaan, gaat de ene groep erover praten met belangrijke steunfiguren, terwijl een andere groep ze voor zichzelf houdt. Die laatste groep geeft aan behoefte te hebben aan andere manieren om emoties te uiten. Verder worden activiteiten die rust, troost of afleiding bieden en het beschikken over een eigen plek als behulpzaam ervaren. Die copingstrategieën kunnen zowel adaptief als maladaptief zijn. Daarom is het nodig om, zowel in de praktijk als in toekomstig onderzoek, meer aandacht te hebben voor de emotionele beleving van pleegkinderen en hoe zij daarmee omgaan.

Literatuur

- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706QP0630A>
- Clé, A., Van Holen, F., & Vanderfaillie, J. (2016). *Een onderzoek naar de begeleidingsnoden van pleegkinderen* (Eindrapport). Vrije Universiteit Brussel. https://www.opgroeien.be/sites/default/files/cijfers-print-onderzoek/belevingsonderzoek_pleegzorg_vub.pdf

- Ellingsen, I.T., Stephens, P., & Størksen, I. (2012). Congruence and incongruence in the perception of 'family' among foster parents, birth parents and their adolescent (foster) children. *Child & Family Social Work*, 17(4), 427-437. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2206.2011.00796.x>
- Grietens, H. (2011). *Kleine stemmen, grote verhalen!? Over pleegkinderen in orthopedagogisch onderzoek*. Garant.
- Hedin, L. (2014). A sense of belonging in a changeable everyday life: A follow-up study of young people in kinship, network, and traditional foster families. *Child & Family Social Work*, 19(2), 165-173. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2206.2012.00887.x>
- Hill, A.L., Degnan, K.A., Calkins, S.D., & Keane, S.P. (2006). Profiles of externalizing behavior problems for boys and girls across preschool: The roles of emotion regulation and inattention. *Developmental Psychology*, 42(5), 913-928. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.5.913>
- Hiller, R.M., Halligan, S.L., Meiser-Stedman, R., Elliott, E., & Rutter-Eley, E. (2020). Supporting the emotional needs of young people in care: A qualitative study of foster carer perspectives. *BMJ Open*, 10(3), Article e033317. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-033317>
- Huffhines, L., Jackson, Y., & Stone, K.J. (2020). Internalizing, externalizing problems and psychiatric hospitalizations: Examination of maltreatment chronicity and coping style in adolescents in foster care. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 13(4), 429-441. <https://doi.org/10.1007/s40653-020-00305-1>
- Jacobsen, H., Moe, V., Ivarsson, T., Wentzel-Larsen, T., & Smith, L. (2013). Cognitive development and social-emotional functioning in young foster children: A follow-up study from 2 to 3 years of age. *Child Psychiatry & Human Development*, 44(5), 666-677. <https://doi.org/10.1007/s10578-013-0360-3>
- Kitchenham, B., & Pflieger, S.L. (2002). Principles of survey research: Part 5: Population and samples. *Software Engineering Notes*, 27(5), 17-20. <https://doi.org/10.1145/571681.571686>
- Maso, I., & Smaling, A. (1998). *Kwalitatief onderzoek: praktijk en theorie*. Boom.
- Morgan, R. (2010). *Before care: A report of children's views on entering care by the Children's Rights Director for England*. Ofsted.
- Murphy, D., & Jenkinson, H. (2012). The mutual benefits of listening to young people in care, with a particular focus on grief and loss: An Irish foster carer's perspective. *Child Care in Practice*, 18(3), 243-253. <https://doi.org/10.1080/13575279.2012.683772>
- Okma-Rayzner, C.M. (2006). *Pleegkinderen in conflictsituaties* [Proefschrift, Universiteit Utrecht]. Utrecht University Repository. <http://dspace.library.uu.nl/handle/1874/8788>
- Schryvers, K., Parys, L., Taelman, M., Van der Vloet, T., Jans, V., & Persyn, P. (2015). *Voorstel van resolutie houdende aanbevelingen voor een verbeterde organisatie en werking van integrale jeugdhulp*. Vlaams Parlement. <https://docs.vlaamsparlement.be/docs/stukken/2014-2015/g427-1.pdf>
- Singer, E., Uzozie, A., & Zeijlmans, K. (2012). *Nooit meer zo alleen: wennen in een pleeggezin*. Stichting Alexander; Universiteit van Amsterdam. https://st-alexander.nl/wp-content/uploads/2020/12/Publicatie_Nooit-meer-zo-alleen_2012_UVA_SA.pdf
- Steenbakkens, A., Van der Steen, S., & Grietens, H. (2016). 'To talk or not to talk?': Foster youth's experiences of sharing stories about their past and being in foster care. *Children and Youth Services Review*, 71, 2-9. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2016.10.008>
- Van den Bergh, P., & Weterings, T. (2010). *Pleegzorg in perspectief: ontwikkelingen in theorie en praktijk*. Van Gorcum.
- Van den Bergh, P., Weterings, T., & Schoenmakers, M. (2011). Gehechtheid en loyaliteit bij pleegkinderen: een analyse vanuit de theorie en de praktijk. *Tijdschrift voor Orthopedagogiek, Kinderpsychiatrie en Klinische Kinderpsychologie*, 36(3), 128-143.
- Vanderfaellie, J., Van Holen, F., Carlier, E., & Franssen, H. (2018). Breakdown of foster care placements in Flanders: Incidence and associated factors. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 27(2), 209-220. <https://doi.org/10.1007/s00787-017-1034-7>
- Vanderfaellie, J., Van Holen, F., & Coussens, S. (2008). Why do foster care placements break down? A study into the factors influencing foster care placement breakdown in Flanders. *International Journal of Child and Family Welfare*, 11(2-3), 77-87.

- Vanderfaellie, J., Van Hoven, F., Trogh, L., & Andries, C. (2012). The impact of foster children's behavioural problems on Flemish foster mothers' parenting behaviour. *Child & Family Social Work, 17*(1), 34-42. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2206.2011.00770.x>
- Vanderfaellie, J., Van Hoven, F., Vanschoonlandt, F., Robberechts, M., & Stroobants, T. (2013). Children placed in long-term family foster care: A longitudinal study into the development of problem behavior and associated factors. *Children and Youth Services Review, 35*(4), 587-593. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2012.12.012>
- Vanschoonlandt, F., Vanderfaellie, J., & Van Hoven, F. (2012). De instroom in Vlaamse pleegzorg nader bekeken: welke kinderen worden om welke redenen geplaatst? In J. Vanderfaellie, F. Van Hoven, & F. Vanschoonlandt (Red.), *Op weg met pleegzorg: kansen en risico's* (pp. 232-248). Acco.
- Van IJzendoorn, M.H. (2010). Gehecht aan pleegouders. In P. Van den Bergh & T. Weterings (Red.), *Pleegzorg in perspectief: ontwikkelingen in theorie en praktijk* (pp. 13-23). Van Gorcum.
- Waugh, C.E., Shing, E.Z., & Furr, M. (2020). Not all disengagement coping strategies are created equal: Positive distraction, but not avoidance, can be an adaptive coping strategy for chronic life stressors. *Anxiety, Stress & Coping, 33*(5), 511-529. <https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1755820>
- West, D., Vanderfaellie, J., Van Hove, L., Gypen, L., & Van Hoven, F. (2020). Attachment in family foster care: Literature review of associated characteristics. *Developmental Child Welfare, 2*(2), 132-150. <https://doi.org/10.1177/2516103220915624>
- Whiting, J.B., & Lee, R.E., III. (2003). Voices from the system: A qualitative study of foster children's stories. *Family Relations, 52*(3), 288-295. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2003.00288.x>

Summary

How does it feel to be a foster child? A qualitative research regarding the experiences of foster children in long-term foster care

This qualitative research describes how 27 Flemish foster children aged 12 to 18 years old, placed in long-term family foster care, experience life in a foster family emotionally and how they cope with their feelings. Analyses show foster children mostly link positive feelings, such as happiness and pride, to living in a foster family. Simultaneously, the majority also experiences difficult emotions, such as sadness, anger, and confusion. Positive feelings are most frequently related to being able to feel like a 'regular' kid and difficult feelings to the relationship with the biological parent(s). In regard to how foster children cope with these feelings, two groups are distinguished: those who talk about their feelings to friends and other supportive figures (for example foster mother) and those who hide their feelings. This last group makes a case for receiving adequate strategies by which they can express their feelings. Activities that offer tranquility, consolation or distraction and having a place for themselves help foster children cope with their feelings. More attention for how foster children experience life in a foster family emotionally and how they cope with this is needed in both future research and practice.

Keywords: foster care, long-term foster care, foster child's perception, coping, feelings

Personalia

Lisa Van Hove, master in de klinisch psychologie, is als mandaatassistente en doctoraatsstudente verbonden aan de faculteit Psychologie en Educatiewetenschappen, vakgroep Klinische en Levenslooppyschologie van de Vrije Universiteit Brussel. Verder werkt zij als klinisch psychologe in een privépraktijk.

E-mail: Lisa.Van.Hove@vub.be

Frank Van Hoven, doctor in de psychologische wetenschappen, is directeur hulpverleningsbeleid van Pleegzorg Vlaams-Brabant en Brussel en vervangend docent aan de faculteit Psychologie en Educatiewetenschappen, vakgroep Klinische en Levenslooppyschologie van de Vrije Universiteit Brussel.

Ann Clé, master in de agogiek, is beleidsadviseur Welzijn en Zorg voor de stad Leuven.

Laura Gypen, master in de klinische psychologie, is werkzaam als stagebegeleidster en doctoraatsstudente aan de faculteit Psychologie en Educatiewetenschappen, vakgroep Klinische en Levenslooppyschologie van de Vrije Universiteit Brussel. Daarnaast werkt zij in de klinische praktijk als klinisch kinderpsychologe.

Johan Vanderfaeillie, doctor in de pedagogische wetenschappen, is professor aan de faculteit Psychologie en Educatiewetenschappen, vakgroep Klinische en Levenslooppyschologie van de Vrije Universiteit Brussel. Sinds september 2018 is hij ook de decaan van die faculteit.

Verantwoording

Geen strijdige belangen meegedeeld.