



“Ik ben er ook nog!”



'If I could give you one thing in life, I would give you the ability to see yourself through my eyes. Only then you would realize how special you are to me'

(Author Unknown)



"A sister or a brother is a little bit of childhood that can never be lost."

(Marion C. Garretty)

# “Ik ben er ook nog!”

Een boek voor brussen met een bijzondere broer of zus

Femke Quackackers



Op de achterbank

toen we nog niet wisten dat  
zonnen eigenlijk sterren waren  
en dat jij ooit groter dan ik  
zou kunnen zijn, maakten we  
eilanden van onze autostoelen

de bedoeling was dat we ons  
door de grenzen heen vochten

wat er ook tussen ons in stond  
we kwamen altijd tot dat ene punt

waarop we beiden dachten  
verloren te hebben maar  
ons als winnaars stil hielden  
er rolden vooral tranen in plaats  
van koppen

(Sannemaj Betten, 2016)



D/2016

ISBN: 9789402156515

Vormgeving omslag: Claudia Bruynseels

Illustratie omslag: Claudia Bruynseels

Schrijver: Femke Quadackers

© Femke Quadackers

# Inhoud:

8	Voorwoord
9	Waarom dit boek? Mijn levensverhaal
14	Hoe lees je dit boek?
16	Ik zal je voorstellen aan...
	<ul style="list-style-type: none"><li>• De Facebookers</li></ul>
19	Levensverhaal Ursula
	<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>'Jezelf wegcijferen geeft ook kracht.'</i></li></ul>
24	<b>Thema 1: Gevolgen van het zijn van een brus</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zorgen voor jezelf én voor anderen</li><li>• Opkomen voor jezelf</li><li>• De Facebookers: 'heb je op bepaalde momenten het gevoel dat je extra moet opkomen voor je broer/zus?'</li><li>• Je nuttig voelen</li><li>• Sterk zijn en steun vragen</li><li>• Erfelijkheid</li><li>• Gevoelens uiten</li><li>• Wat levert het je op? De voordelen!</li></ul>
32	<b>Thema 2: Gevoelens van een brus</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Levensverhaal Yuri: <i>'Ato!'</i></li><li>• Je bent niet de enige!</li><li>• Ik schaam me</li><li>• De Facebookers: 'vind/vond je het vervelend als mensen je/jullie aanstaren of bekijken omdat je broer/zus zo is? Heb je je wel eens geschaamd?'</li><li>• Levensverhaal Julia: <i>'Schaamte en schuldgevoelens.'</i></li><li>• Boosheid en frustratie</li><li>• Ik ben wel eens jaloers</li><li>• De Facebookers: 'herken je je in het feit dat je vroeger als kind wel eens extra aandacht zocht?'</li><li>• Bezorgdheid</li><li>• Schuldgevoelens</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eenzaamheid</li> <li>• Verdriet</li> <li>• Angst (voor het onbekende)</li> <li>• De Facebookers: 'denk je veel na over de toekomst?'</li> <li>• Levensverhaal moeder '<i>De tijd zal het leren.</i>'</li> <li>• Dubbele gevoelens</li> </ul>
57	<p><b>Thema 3: Omgaan met zijn/haar andere gedrag</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tips voor het omgaan met zijn/haar andere gedrag</li> <li>• De Facebookers: 'hoe communiceren jullie samen?'</li> <li>• Levensverhaal Rachèl '<i>If you're a bird, I'm a bird.</i>'</li> <li>• De Facebookers: 'hoe belangrijk vind je het dat je vrienden en vriendinnen met je broer/zus om kunnen gaan?'</li> </ul>
69	<p><b>Thema 4: Samen dingen doen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• De Facebookers: 'wat doe je zoal samen met je broer/zus?'</li> <li>• De Facebookers: 'had je liever een normale broer/zus gehad?'</li> </ul>
76	<p><b>Thema 5: Wat kun je zelf als brus doen?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erover praten</li> <li>• Je gevoelens uiten</li> <li>• Opschrijven wat je voelt</li> <li>• Informatie zoeken</li> <li>• Goed voor jezelf zorgen</li> </ul>
80	<p><b>Thema 6: Wat kunnen anderen voor jou betekenen?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Luisteren</li> <li>• Afleiding bieden</li> </ul>
82	<p>Tips voor andere brussen, ouders en professionals</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• De Facebookers geven tips! Voor brussen door brussen</li> <li>• Tips voor ouders en professionals</li> </ul>
88	Verder lezen, praten, kijken, surfen?
92	Dankwoord
94	Bronvermelding



# Voorwoord:

Het feit dat je dit boek nu in je handen hebt, wilt wellicht zeggen dat je zelf een brus, een broer of een zus van een bijzonder kind, bent. Dat is goed, want dit boek is vooral vóór brussen geschreven. De informatie en de ervaringsverhalen uit dit boek kunnen heel herkenbaar voor jou zijn en dit kan voor jou geruststellend zijn (ik ben gelukkig niet de enige!)

Het kan ook zijn dat je een ouder bent van een bijzonder kind en/of van een brus of vanuit professionele achtergrond interesse hebt voor brussen en hun relatie met hun bijzondere broer of zus. Dit boek kan inspirerend en/of bevestigend zijn. Het stimuleert en ondersteunt de lezer om meer door de bril van brussen, gezinssituatie en broer-zusrelatie te kijken. Dit kan de erkenning voor brussen bevorderen.

De verhalen in dit boek zijn niet alleen voor brussen, maar ook door brussen geschreven. De broer-zusrelatie is immers zeer uniek. Je kiest elkaar niet uit, maar bent voor altijd verbonden met elkaar via je ouders. Ze groeien samen op en blijven ook op volwassen leeftijd onlosmakelijk met elkaar verbonden.

Tot slot: brusjes vinden het zelf vaak lastig om antwoord te geven op de vraag hoe het is om een brus te zijn. Ik hoop dat wie dit boek leest, deze vraag niet meer stelt en elke brus in zijn of haar omgeving die aandacht en erkenning geeft die hij of zij verdient.

Veel plezier met lezen!

Femke Quadackers.  
Derdejaars studente HBO Pedagogiek.  
Minor Splenderwijs.





# Waarom dit boek?



Op verschillende momenten in mijn leven had ik graag willen weten dat ik niet de enige was met een zus met een beperking. Ik heb vaak met vragen rondgelopen over hoe andere brussen omgaan met bepaalde situaties. Ik weet inmiddels dat andere brussen die behoefte en vragen ook hebben en hoop dat dit boek daarin voorziet.

## ‘Jaimy is gewoon mijn zus’

“Beste lezer.

Ik begin dit boek met mijn eigen verhaal. Daar is dit boek immers begonnen. Ik ben zelf een brus en wil graag iets betekenen voor andere brussen, ouders en professionals met dit boek. Ik ben de oudste van een gezin met twee kinderen. Mijn jongere zusje, Jaimy, heeft epilepsie en is op dit moment 19 jaar. In de buik van mijn moeder was Jaimy al onrustiger en beweeglijker dan ik tijdens de zwangerschap. Op advies van de verloskundige vond de tweede bevalling van mijn moeder plaats op een baarkruk. Helaas had ze een dubbele navelomstrengeling hetgeen zorgde voor een zuurstoftekort bij mijn zusje. De verloskundige reageerde gelijk en trok de navelstreng om haar hoofdje heen los. Achteraf bleken er twee nekwerfels hierdoor een millimeter verschoven te zijn. Dit bleek het zogenoemde ‘KISS-syndroom’ te zijn. Dit ontdekte



mijn moeder in een interview in het tijdschrift 'Ouders van nu'. Na een tweetal behandelingen bij de manueel therapeut bleken de nekwrvels goed te zitten en voelde Jaimy zich een stuk beter. Ze werd minder huilerig, at en sliep beter en haar motoriek kwam langzaam op gang. Dit terwijl in het ziekenhuis gezegd werd dat deze meid nooit zou gaan lopen. Na een moeizame en ongeruste periode ontwikkelde Jaimy zich en begon ze ook te praten.

Op een avond, zeer onverwacht, kreeg mijn zusje een aanval en werd ze door de ambulance opgehaald. Mijn zusje en mijn moeder werden opgenomen en vele onderzoeken volgden. Jaimy verzwakte en stierf tot twee keer toe bijna. Viteindelijk volgde de diagnose. Mijn zusje had epilepsie. Jaimy heeft nachtelijke tonisch clonische aanvallen. Hoe haar ontwikkeling zou verlopen kon men ons niet zeggen.

Na te zijn bijgekomen als gezin stelden we ons positief op hetgeen ons kracht gaf om verder te gaan. Ik kon het goed vinden met mijn zusje en we konden uren samen spelen. Ik merkte dat Jaimy mij al vroeg zag als een voorbeeld en dat ze mij met veel dingen nadeed.



Net toen ik dacht dat de rust wedergekeerd was, kreeg ik het nieuws dat mijn ouders gingen scheiden. Ik was toen 8 jaar en Jaimy 5. Voor mij was dit een enorme klap. Ik had net het gevoel dat we alles op de rit hadden. Voor mij veranderde er veel, maar Jaimy was nog te jong om het allemaal te begrijpen. Ik merkte wel dat voor haar ook een groot deel structuur wegviel waar zij moeite mee had. Ikzelf vond het voornamelijk moeilijk om te zien dat andere kinderen konden terugvallen op hun broertje/zusje tijdens de scheiding van hun ouders. Ik stond er toch meer alleen voor. Ik had eigenlijk geen broertje of zusje om erover te praten en het samen te verwerken.