

Positive Parenting in Palestina

15 – 25 oktober 2018

Om half vijf in de ochtend van de 16^e oktober reden wij de poort – open!!! - door van het terrein waarop ons guesthouse, Lifegate Garden, staat. Ook in het guesthouse brandde licht en werden we verwelkomd door Angela, een vrijwilligster van Lifegate uit Duitsland. Super dat dit allemaal klopte. En we kregen ook nog een kopje thee, hoe aardig.

We waren de vorige dag met Bea om half drie vertrokken uit Gouda. Bea is de moeder van Damiaan, onze schoonzoon. Om half vier waren we bij Paul, die ook dit jaar weer met ons mee ging. Na een kop koffie op weg naar Zaventem. De drukte bij Antwerpen viel mee en zodoende waren we rond vijf uur bij de plek waar we de auto voor deze periode stallen. Het is een andere locatie dan bij eerdere reizen. Voordat we het wisten, zaten we in de bus, geholpen door een hele vriendelijke en zeer bedrijvige chauffeur. Rond half zes op Zaventem. We zijn toen eerst wat gaan drinken en hebben er wat te eten bij genomen. Je hoeft je totaal niet te vervelen hier op Zaventem. Bij drop off onze bagage met een beetje hulp (overigens) ingeleverd. Daarna door de douane en wachten op vertrek. Vliegtuig was vol, veel kleine kinderen, veel orthodoxe joden. Ofschoon het vliegtuig te laat vertrok, landden we op de geplande tijd, nl 02.47 uur. Het is hier een uur later. Lang gewacht op de bagage, daarna snel Mike, onze chauffeur gevonden en een prima rit naar Bethlehem gehad.

We kregen onze favoriete kamer (nr 27), Bea de kamer naast ons. Paul verbleef bij zijn broer Toine en schoonzus Mary. De bedden bleken niet opgemaakt te zijn. Wij vonden het geen probleem om ze even op te maken. Maar Angela besloot toch dat we voor deze 'nacht' een andere kamer kregen. We lagen om vijf uur op bed.

Dag 2 - dinsdag 'op verhaal komen in Bethlehem'

We werden zo rond half negen wakker. Lekker geslapen. Om half 10 voor ons drietjes een heerlijk ontbijt beneden. Veel sorry's van Suhad (huismanager) en Angela vanwege de kamer. Nou ja, wij vonden het nog steeds geen probleem. Na het ontbijt naar het AEI gewandeld en daar Mr. Elias, Mr. Fuad, Robert, Toine en Paul ontmoet. Dat was een heel plezierig weerzien. Koffiegedronken, bijgepraat. Met Mr. Elias afgesproken om 's middags al naar de Olive Wood Factory te gaan. Ja, we hielden de vaart erin. Daarna met Paul en Toine naar de Souvenirshop gelopen en gelukkig: Neef Mike was er en bood zoals altijd thee aan. Intussen bijgekletst. Hij klaagde niet maar het zijn pittige tijden. We kopen meestal de eerste dag niets en komen in de loop van de week terug. Daarna naar het geboorteplein, nadat we ook Oom John (van de souvenirshop) gedag hadden gezegd. Hij heeft een mooie shop, die goed in de loop van de toeristen ligt. De restauratie van de geboortekerk vordert. Dat gedeelte wat klaar is, ziet er schitterend uit. Dat vonden vast ook al die duizenden andere toeristen. Tsjonge, wat was het druk. Wachtijd voor de geboorteplek: zeker een uur. Wij aten bij de Syriër een broodje falafel met ons favoriete drankje, fresh lemon met munt. De oudere baas was er niet, dat was jammer. Bea had voor haar verjaardag een tegoedbon van ons gehad voor een rondleiding Bethlehem, een broodje falafel en een drankje. Meteen geregeld dus en het smaakte lekker, zoals altijd. We hebben in ons guesthouse een siësta genomen. Je merkte het wel, zo weinig geslapen en het was hier ook best warm. Om 16.00 uur reed Mr. Elias voor, we haalden Paul op en reden toen door naar de Olive Wood Factory. We werden begroet als oude bekenden. Heel leuk. En daarna kijken, kijken en spulletjes verzamelen, die we wilden hebben. Na toch wel drie kwartier vertrokken we bepakt en bezakt weer. Vervolgens bood Mr. Elias ons een Knafeh aan in de Palastine Palace Sweet.

Stampvol was het daar. Maar we bleven gewoon wachten en toen vertrok iedereen; het was een groep. We hadden nog nooit Knafeh gegeten, maar wat is dat lekker. Een combinatie van gesmolten kaas en zoet erover heen. De experts van Knafeh komen uit Nablus. Er is nog een restaurant in Bethlehem die dit aanbiedt. Super aardig van Mr. Elias. Hij heeft ons vervolgens weer afgezet en toen was het toch echt zes uur geweest. Nog even gezeten en toen (met onze redelijk volle maag) smakelijk gegeten met Angela en haar man Friedrich. Kort na acht uur, naar onze kamer. Moe en morgen vroeg op om naar de Domari Society in Oost Jeruzalem te gaan.



Dag 3 - Workshop Domari Society

Het ontbijt stond klaar voor ons om 07.00 uur. Bus 231 reed voor onze neus weg. Half uurtje wachten. We vertrokken om 08.30 uur. Beetje kritisch of we op tijd zouden zijn voor de workshop gepland stond om 09.30 uur. De bus via checkpoint, de tunnel en de drukke weg was drie kwartier later bij het eindpunt (Damascusgate in Jeruzalem). Wij stapten daar op de lightrail en na 7 stopjes waren we er bijna. Nog 10 minuten lopen en we stonden voor het hek van Domari Society. Trees (Nederlandse) die net als eerdere jaren zou tolken (Engels – Arabisch) was er al. Amoun de manager was er natuurlijk ook. Allerhartelijkst werden we welkom geheten. Nu nog de moeders. Die druppelden binnen en zo konden we om 10 uur beginnen. Bea wilde van deze bijeenkomst wel een verslag schrijven. Ik heb voor deze bijeenkomst altijd veel materiaal bij me en besluit dan intuïtief wat voor onderwerpen ik met de groep op ga oppakken. Onder de vrouwen vier social workers. Uiteindelijk waren er 17 vrouwen (sommige met kleintjes). Er waren moeders, grootmoeders. Nadat ik me had voorgesteld, begonnen we met een rondje hoe het gezin eruit ziet, met name hoeveel kinderen. Dat varieerde van het grootste gezin met zeven dochters tot het kleinste gezin met 1 kind van 8 maanden. Alle vrouwen zijn hier 'of course' getrouwd. Het spel met de kaarten leek mij een goed vervolg. Zelf het voorbeeld gegeven door een kaart te pakken die een negatief gevoel oproept en een kaart die een positief gevoel oproept. Daarna terugleggen. En zo kwamen we allemaal aan de beurt en het was bijzonder en soms aangrijpend om te zien wat de kaarten oproepen bij de vrouwen. Indrukwekkend was het voorbeeld van de riem, die bij een vrouw het gevoel van geweld tegen vrouwen oproep; straf krijgen met de riem als je iets verkeers gedaan hebt. Ze koos als positief: een plantje (kinderen die opgroeien). De kaart met de zwarte kat riep bij een vrouw op dat ze zich soms als een beest behandeld voelt. Positief was de kaart met het huis, een plek voor jezelf. Een ander koos de ring als beperking, de ring 'wurgde' haar. Positief was de kaart met het schip, omdat ze van reizen houdt. Omdat iedereen mee doet, is het een goede manier elkaar iets beter te leren kennen en 'to express their feelings'. Daarna heb ik besproken 'what is good for the braindevelopment en wellbeing' en er veel omheen verteld. Dat werd gelukkig ook wel herkend en er werd meegeschreven. Trees greep haar kans om een lans te breken voor gezonde voeding. Daarna een korte pauze en de groep gesplitst in een groep die onder leiding van Trees in gesprek ging over de zorgen, die ze hebben, de dingen die goed gaan en de wensen voor de toekomst. Ik ging met de andere helft naar twee filmpjes kijken: 'the

Japanese Father' en 'Still faces'. Reden voor de splitsing: We hadden alleen mijn laptop tot onze beschikking en met zo'n grote groep lukt dat niet. Na enige tijd wisseling van de groep. In de eerste groep – hoorde ik later – waren er veel emoties rondom de zorgen en wat er goed gaat. Toen ik daar even binnenliep, zag ik tranen bij een vrouw die getroost werd. Ze had verteld dat ze haar zoon van 26 jaar verloren heeft en dat ze haar kleinkind niet ziet (de moeder woont bij haar eigen ouders). Triest verhaal. Positief was dat ze vrijwilligster is geworden bij de Welfare. De filmpjes raakten ook.



Er kwamen reacties over het belang van echt contact, van ontroering, we spraken over depressieve en getraumatiseerde moeders (ouders), over het belang van de kwaliteit van het contact, over communicatie als je iets wilt van je kind. Een van de moeders was steeds bereid te tolken omdat Trees bij de andere groep was. Toen we klaar waren was het al ruim 12 uur geweest. Sommige moeders moesten weg vanwege de kinderen. Maar veel vrouwen bleven en zo konden we toch doorpraten en tegen 13.00 uur afronden. In de evaluatie gaven moeders terug dat ze veel geleerd hadden over het belang van positief contact met je kind en dat ook benoemen. Een moeder gaf ook aan dat ze helemaal niet tevreden was met zichzelf en een moeder gaf aan dat ze het heel moeilijk om positiefs te zeggen over zichzelf. Dat gaf mij een kans om nog eens te benadrukken dat je het beste voor jezelf moet zorgen, want dan kun je ook voor anderen zorgen. Toen kwamen er natuurlijk ook andere verhalen zoals een vrouw die vertelde dat altijd zeesterren die op het strand liggen, teruggooit in zee. Wie weet, redt ze er twee. Een vrouw vertelde over haar kind dat alsmaar haar handen waste. Veel artsen waren geraadpleegd totdat ze ontdekte dat het kwam omdat oma overleden was aan een huidziekte. Superbelangrijk om te zoeken naar het verhaal achter gedrag. Ik heb aangegeven me heel rijk te voelen na deze workshop. Er is zo goed geluisterd naar elkaar, veel gedeeld met elkaar. Respect voor hun kracht en vasthoudendheid om er het beste van te maken. Verschillende vrouwen gaven aan nog een bijeenkomst te willen. Ik kan wel op dinsdag maar dan kan Trees niet en haar bijdrage is toch echt heel waardevol. Maandag is een optie. Ik ga nog overleggen over het schema van Lifegate, maar dat kan pas morgen.

We werden geroepen voor de maaltijd, die de zus van Amoun had klaargemaakt. Heerlijk. Daarna vertrokken de meeste moeders met een omhelzing. Wij dronken eerst koffie en daarna thee. Toen namen we afscheid van Amoun, die alweer met andere dingen bezig was. Ik heb ik haar een donatie en een tasje met knuffels en verzorgingsproducten gegeven. Met z'n viertjes naar de lightrail, was gezellig. Wij stapten uit bij de Damascusgate en Trees ging nog verder. We besloten toch een bezoek te brengen aan de Oude Stad. Niet zo heel druk, vond ik. We liepen tot aan de Klaagmuur. En nadat we die van dichtbij hadden bekeken, liepen we weer terug. We namen bus 231 naar Beit Jala. Druk, maar we zaten na deze dag heel prettig in de bus. Uitgestapt bij het eindpunt en teruggelopen. We zagen Mr. Elias vlak bij zijn huis. Hij nodigde ons uit voor een drankje. Zodoende kwamen we ook in zijn mooie huis terecht en ontmoetten wij zijn vrouw. Vanavond komt er een Nederlandse groep aan. Het AEI (Toine) verzorgt hun programma. Wij hadden ook een uitnodiging gekregen om deel te nemen. Bea gaat morgen mee naar Jeruzalem. Dit konden we nu mooi even regelen. Na een lekker sapje naar huis. Mr. Elias en wij zijn zo ongeveer buren. Om 19.00 uur heel

smakelijk gegeten in een groter gezelschap. Er is een groep Duitse jonge vrijwilligers. Daarna nog even gezeten met een kopje thee, Eleonore 'onze gastmoeder van toen' gebeld en afgesproken vrijdag langs te gaan.

Conclusie: prima, volle en rijke dag. En het blijft bijzonder om met zoveel betrokken, geraakte, dappere en aardige mensen te zijn.

LIFEGATE opens a door to a better life for physically & mentally disabled children and youths in Beit Jala near Bethlehem (West Bank)

Young people on the West Bank who have physical and/or mental disabilities **live on the edge of society**. Publically-funded development measures and educational programs that would provide them an opportunity to lead a self-determined life are practically non-existent.

There is neither a statutory social security system nor special financial support for disabled people.

LIFEGATE is tackling this challenge with a team of Palestinian and German staff members.

Our hope and our love of all mankind, which is based on the Christian faith and touches every area of our work, provide the foundation for our work. At LIFEGATE, people with disabilities are taken in and accepted. We help them develop a healthy sense of self-worth and trust – keys to motivation for our learning program and their whole life.

LIFEGATE in Beit Jala is the very heart of a ramified rehabilitation network all over the Westbank that ranges from Ramallah in the north to Hebron in the south. The LIFEGATE Centre comprises an professional-training-, production-, and service-workshop, the medical rehabilitation and the administration. LIFEGATE provides education-places up to thirty disabled young people. Arabic and German specialists cover the following working areas at LIFEGATE:

Dag 4 - 1^e dag Lifegate

Iets minder goed geslapen. Wekker om kwart over zes. Zeven uur ontbijt. Daarna bracht ik Bea naar Mr. Elias om de hoek voor haar trip naar Jeruzalem. Mijn workshop zou om 09.00 uur beginnen, de 'taxidriver' Abu Jimmy was er rond 09.00 uur. Hij vervoert de kinderen (lichamelijk en / of geestelijk gehandicapt) van Lifegate en had er een aantal naar ons guesthouse gebracht omdat op het terrein olijfbomen staan. De olijven worden door de kinderen geplukt, nieuw project. Wij op weg. Hij haalde nog een jongen in een rolstoel op en kocht sweeties, waarschijnlijk voor onze workshop en training. We waren er rond 09.15 uur. Bij binnenkomst zag ik al veel moeders zitten. De ruimte moest nog in orde worden gemaakt en zo begonnen we om 09.40 uur. Geen internet overigens, jammer van de filmpjes. Rasha, een medewerker, was mijn tolk. Er waren 17 moeders waarvan drie met kleine kinderen. Ik begreep dat de moeders er niet voor een uurtje waren maar zouden blijven tot 13.00 uur. We maakten er 12.30 uur van zodat wij konden eten voordat de bijeenkomst met de staf zou beginnen. Improviseren dus. Ik begon weer met het kaartenspel; welke kaart geeft je een negatief gevoel en welke kaart een positief gevoel. Alle moeders deden hieraan mee. Ook hier emoties en bovendien viel het niet mee om voor een groep iets te zeggen over je gevoelens. Dus hulde. Daarna uitleg gegeven over 'de vijf belangrijke dingen' die ouders kunnen doen voor de braindevelopment en wellbeing' van hun kinderen. Er ontstond steeds discussie waardoor er ook informatie uitwisseling plaatsvond. Hierna een korte break ingelast en bedacht hoe we verder zouden gaan. Ook geregeld dat er wat speelgoed kwam voor de kleine kinderen, die overigens heel lief waren. We hadden gesproken over support voor kinderen en hoe belangrijk luisteren is. Dus na de pauze aan de slag met een rollenspel in tweetallen. Een persoon vertelt iets, de ander luistert juist niet. Aanhen had ik een

instructie gegeven buiten het lokaal. Doel was om persoonlijk te ervaren wat het met je doet als iemand niet luistert. Dit overkomt kinderen nogal eens. De tweetallen gingen aan het werk. De vertellende deelnemers gaven terug dat ze stopten met praten, zich niet belangrijk voelden, boos werden enz. Daarna de rollen omgedraaid. Het effect was minder omdat men weet hoe het rollenspel gaat.



Vervolgens een oefening gedaan met de stoelleuning tegen elkaar en dan een gesprek voeren ook in tweetallen. Dat leverde op hoe belangrijk het is dat je iemands expressie ziet. Terwijl tegenwoordig toch veel communicatie via de telefoon, de app en de mail verloopt. Gedurende deze hele bijeenkomst het belang blijven benadrukken van positieve interactie met kinderen, complimenten geven. Tenslotte deden we het spel met de opvoedsituaties en een achttal reactiemogelijkheden. Dat riep veel discussie op en dat was ook de bedoeling. Het was inmiddels ook gelukt internetverbinding te krijgen en ik kon alsnog the Japanese father en Still faces laten zien. Mooi, want beelden blijven toch vaak beter bij. Daarna moesten we het af gaan sluiten. Ik heb de moeders bedankt voor de ruimte die ik gekregen heb en voor het delen met elkaar. Zij gaven aan zich meer bewust te zijn van de impact van hun gedrag op de kinderen en van het belang van positieve omgang met elkaar. You can't change the past, but you can do it tomorrow on a different way for a good future of your child. Een Moeder bleef achter en vertelde over haar grote zorgen over haar kind dat hier pas kort is. Ze huilt continue en de moeder moet daarvoor regelmatig naar de groep komen. What to do. Ik wilde niet in de valkuil trappen van even een advies geven en heb met haar afgesproken er morgen om 08.00 uur met haar op terug te komen. Ze is ook welkom morgenochtend bij de volgende groep ouders.

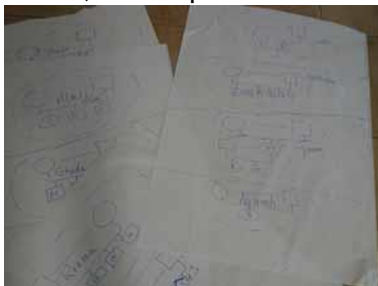
Hierna was er een smakelijke lunch, die we snel naar binnen werkten. De lunch wordt in Lifegate door jongeren onder begeleiding van een kokkin gemaakt. We begonnen snel, zo bleven we de Duitse groep jongeren, die op bezoek was, voor. Om 13.15 uur terug. Toen we in onze ruimte kwamen was er 1 persoon van de staf. Met haar een kort praatje gemaakt. Daarna liep de groep vol tot wel 20 medewerkers: begeleiders van kinderen in de groep, therapeuten. Ze hadden tijd tot drie uur of vier uur. Het was een druk gezelschap, veel drukker dan de moeders in de ochtend. Toch gestart op dezelfde manier, nl met de kaarten en uitleg over support, encouragement en guidance. Ik merkte dat ik deze mensen meer aansprak als ouders. Het werkte wel. De filmpjes maakten indruk. Ik ben kris kras door de thema's heengegaan. Men bleef heel druk met elkaar. Misschien omdat ze hard gewerkt hadden en moesten ontladen. Ook deden we de oefening met luisteren om te ervaren hoe het is als er niet naar je geluisterd wordt.. Om drie uur vertrok een aantal deelnemers omdat ze nog therapie moesten geven of hun eigen kinderen op moesten halen. De rest bleef tot vier uur. Dus - terwijl ik dacht dat het programma niet zo oké was voor hen – was het dat misschien toch wel. Er was een deelnemer die heel open vertelde over de problemen met haar 2 jarig kind, dat alsmaar vroeg: wat is dit, wat is dit. Ze werd er helemaal gek van. Over- en overbelast. We hebben toen besproken dat het heel belangrijk is om goed voor jezelf te zorgen. Een jonge deelnemer vond toen dat ik niet begreep hoe het was om hier te leven met alle taken en eisen. Een van de deelnemers gaf het treffende voorbeeld van: als een fles

leeg is, kun je er niet uit drinken. Eerst een beetje bijvullen, dan kun je weer drinken. Met dit heldere voorbeeld onderschreef ze mijn opvatting. Sommige deelnemers nemen wel tijd om bv te sporten. We hebben ook de oefening met de opvoedingssituaties gedaan, hetgeen veel discussie opriep. Dat was precies de bedoeling. Daarna hebben we het afgerond. Ik had van Rasha begrepen dat vandaag de ouders van school kwamen, morgen de ouders van de Kindergarten en op maandag de ouders van nog de werkplaatsen. En ik had begrepen dat de staf die dag ook van de school, Kindergarten, werkplaats enz er zou zijn. Maar dat was niet zo: deze deelnemers komen drie keer. Oké, had ik me dat eerder gerealiseerd, dan had ik het anders opgebouwd. Iets om goed over na te denken voor morgen. We hebben een aftersit gedaan met Burghard (manager). Dat was heel prettig en hij (h)erkende het drukke gedrag van zijn medewerkers en was ook verbaasd over en blij met de openheid. Hij bood aan ons terug te brengen, hij moest ook in Lifegate Garden zijn. De grote groep Oekraïners kwam maar niet en Bea was ook nog niet terug. Dus aten we met Angela en haar man en de twee zusters. Smaakte goed en daarna op tijd naar bed gegaan. Bea meldde zich om 22.00 uur. Ze had bij Mr. Elias gegeten. En de Oekraïners hebben we ook gehoord, een beetje.

Conclusie: goed gevoel over de ochtend met de moeders, minder tevreden over de middag met de staf en ik baalde van het misverstand over het aantal sessies met de staf.

Dag 5 - 2^e dag Lifegate en bezoek Eleonore (ons voormalige gastgezin)

Burghard haalde ons persoonlijk op, weliswaar pas na half 9. We hadden ook best willen lopen naar Lifegate, maar dat vond hij geen goed idee. We hadden ingeschat dat het een half uur lopen zou zijn. Ik voelde me wel schuldig naar die ene moeder toe, die op me wachtte vanaf 08.00 uur. Het gaat hier nu eenmaal zo. Ik zag haar buiten staan toen we aankwamen. Veel tijd was er niet meer, want de workshop voor de ouders zou om 09.00 uur beginnen. Ze nam me mee naar het lokaal en ik zag door the one way screen haar ernstig gehandicapte dochtertje van vier dat op dat moment niet huilde en even later weer wel. Ze liet zich wel afleiden met wat speelgoed. Nathalie, mijn tolk voor die dag, en hoofd van de Kindergarten keek ook mee. Op deze groep van 9 staan twee leidsters en nu was er een vrijwilliger (uit Duitsland) bij. Toch zou je iets moeten vinden om het gewenste gedrag – niet huilen, maar spelen of een beetje om zich heen kijken - te stimuleren. Er was een incident



met een jongetje, dat erg tekeer ging. Hij moest wachten, maar ja wat is wachten. Nathalie gaf aan dat een klok niet bruikbaar was want dat snappen deze kinderen niet.

Misschien een zandloper? Ze gin het verder uitdenken. De moeder besloot weer mee te doen aan de bijeenkomst. Nu waren er ook een vijftal vaders bij en zo'n acht / negen moeders, die bij elkaar zaten. Er waren ook een paar baby's en kleine kinderen. Ik heb een genogram gemaakt van alle

gezinnen. Ik wilde graag weten met wie ik te maken had. Daarna laten zien wat kinderen nodig hebben van ouders: roots en wings. En op positief opvoeden (support – encouragement – guidance). Het was prettig voor mij dat Nathalie vertaalde want zij kende inmiddels het programma in grote lijnen vanwege de bijeenkomst gisterenmiddag. Uitleg gegeven over de 'five things good for the braindevelopment'. Er ontstond een gesprek en gelukkig herkennen ouders de 'five things'. Bij 3 – voorlezen – merkten de vrouwen wel op dat het fijn zou zijn dat vaders dit meer zouden doen. Maar ja: busy with work. Ze gaven ook aan verhaaltjes te vertellen en een de vrouwen vertelde dat ze haar dochtertje altijd een verhaaltje vertelde waar haar dochter zelf in voorkomt. En zo kan ze natuurlijk ook veel (positieve) boodschappen aan haar kwijt. Leuke tip voor andere ouders en dat is het leuke van groepsbijeenkomsten: ideeën uitwisselen en support. Ik heb de filmpjes (weer) laten zien en de punten besproken van de 'emotional support' voor kinderen. Daar komt altijd de

positieve ondersteuning in voor en we spraken over het belang van positief contact. Deze keer had ik vier sommen op de flap gezet. De reactie is altijd dat er 1 fout is. Dan zijn er dus drie goed..... Herkenbaar dat je meestal op het negatieve reageert. Nathalie drong er op aan dat we de (niet) luister oefening zouden doen. Goed idee. Zelf ervaren is belangrijk. Tussendoor stelden ouders vragen over hun eigen specifieke situaties. Blijft moeilijk om daar goed op te reageren. Een moeder is erg bezorgd over haar kindje van vier maanden. Ze denkt dat er ook met hem iets aan de hand is, want ze heeft al een ouder gehandicapt kind. Ze was samen met haar man en hun oudste (niet gehandicapte) zoontje naar de bijeenkomst gekomen. Ze was erg onzeker geworden. Het leek mij heel belangrijk dat Lifegate informatie geeft over ontwikkelingsstadiums van hele kleintjes. Een van de vaders hielp met tolken en bevestigde dat ze alsmat ziet wat 'niet goed' is aan de baby. Later zei Nathalie het op te zullen pakken. We hebben de oefening gedaan met de opvoedsituaties. Veel discussie. Er werd aangegeven hoe moeilijk het is om samen te leven met grootouders, die hun eigen ding doen met de kinderen. Het drijft sommige moeders tot wanhoop. Er werd ook veel uitgewisseld tussen Nathalie en moeders en wat mij betreft was het niet nodig dat allemaal alleen voor mij te vertalen. Hierna was het zo ongeveer tijd en sloten we af. De moeder die er voor de 2^e keer was, vroeg om mijn mailadres. Dat heb ik op de flap gezet. In een hele goede sfeer na het benoemen van wat de take home message was, afscheid genomen. Vaak zeggen ouders veel te hebben geleerd, positieve aandacht en bewuster op kinderen reageren. Van de moeders krijg ik drie kussen: 1 op een wang en twee op de andere. De twee vaders die er nog waren, gaven een hartelijke hand. Toen ik een beetje aan het opruimen was, kwam de moeder die er twee keer was met haar zwaar gehandicapte dochtertje. En ze wilde met haar op de foto. Een hele liefdevolle moeder. Ontroerend.



Ze hadden niet op ons gerekend voor de lunch. Maar ergens kwamen 2 broodjes vandaan. Bea was inmiddels gearriveerd. Omgeroepen werd dat we om half 2 zouden beginnen. Dat gebeurde ook. Er waren 12 deelnemers. Ik begon met te vragen naar de opbrengst van gisteren en dat voor mij verrassend veel. Thuis erover gesproken, iets aan kinderen vragen, niet schreeuwen vanaf een afstand maar met oogcontact op een rustige toon. Een deelnemer gaf open toe dat ze haar kind gisteren geslagen had. Compliment voor haar eerlijkheid. We hadden anderhalf uur want om 15.00 uur: allemaal andere afspraken. De groep was overigens een stuk rustiger dan gisteren. Pfff. Ik had het in het begin wel duidelijk gezegd: niet door elkaar praten.

Ik had besloten te starten met een onderdeel van 'Support'. Wat hebben kinderen nodig om zich goed te ontwikkelen. Een oefening in twee subgroepen met 21 kaarten. Welke vijf vindt de groep belangrijk en welke twee niet. De discussie in de subgroepen was heel levendig en duurde en duurde...wat prima was. Want bewustwording van je eigen opvattingen (richtinggevend voor je gedrag) is een belangrijk hulpmiddel. Het lukte. Om de beurt noemde de twee groepen 1 van de vijf. Enthousiasme als ze dezelfde hadden, discussie als ze andere keuzes hadden gemaakt. Er ontstond een pittige discussie over het belang van het weten van je geschiedenis en afkomst. Een van de (Duitse) vrijwillige leraressen heeft twee pleegkinderen en sprak over het belang van weet hebben van je afkomst. Beter weten over

negatieve dingen van bijvoorbeeld ouders dan dat er een ? is. Ik weet niet of men het helemaal eens werd maar de uitwisseling stemde tot nadenken. Ik besloot te eindigen met een complimentenronde met de bal. Dat was gewoon leuk. Iedereen ging met een compliment naar huis. Rond drie uur waren we dus klaar. Nog even met Burghard gesproken en hij was blij te horen dat de bijeenkomst met de staf goed verlopen is.



We konden onze spullen hier laten en gingen op weg naar Eleonore. Die woont hier niet zover vandaan. Na een kwartiertje waren we er. Hartelijke ontvangst door Eleonore, oma, schoondochter Natalie en haar vier dochtertjes. Gezellig bijgepraat en cadeautjes gegeven. We kregen Knafeh (heerlijk), zoetigheidjes en broodje met vlees en natuurlijk Arabische coffee. George en Brahim kwamen ook. Dus aan gezelligheid geen gebrek. Tegen kwart voor zes afscheid genomen en de wandeling van ongeveer een half uur naar huis gemaakt. We aten om 19.00 uur samen met de 50 Oekraïners, die alle appels inpikten. Vis stond op het menu, vrijdag tenslotte. En weer gingen we erg op tijd naar bed.

Dag 6 - Vrije dag in Bethlehem

Ontbijt om 08.00 uur. De Oekraïners waren al vertrokken voor hun dagtrip. Heel prettig om zo rustig aan te kunnen doen. Tegen 10 uur vertrokken we en het eerste adres dat we aandeden was 'The Women Cooperation'. Hartelijke ontvangst, ze kennen ons. Bea en ik slaagden prima voor de hand geborduurde spulletjes, die we zochten voor onszelf en voor anderen. Daarna liepen we door naar de Geboortekerk. Tjonge wat was het daar druk. Nooit eerder zoveel mensen in deze kerk gezien. De wachttijd voor de geboorteplek is uren,



volgens ons. De kerk is gedeeltelijk prachtig gerestaureerd. Men is er nog lang niet klaar mee. Na de kerkbezoek dronken we een heerlijke cappuccino bij Casa Nova, zoals elk jaar. Het weer was trouwens heel aangenaam, beetje bewolkt. Hierna brachten we een



bezoekje aan de souvenirshop van neef Mike. Ook daar slaagden we goed. Hij liet zelfs zijn winkel aan ons om met Bea iets uit te zoeken in de winkel van zijn oom. Daarna heerlijk een broodje falafel gegeten bij onze Syriër. De 'oude man' was er nu (gelukkig) wel. Hij herkende ons nog. Het sapje kwam na het broodje en was met veel zorg gemaakt. We kregen koffie met een zoetigheidje van het huis. Sjaak bracht vervolgens onze spullen naar huis en wij liepen via de

Star Street (oudste straat van Bethlehem) en de Mangerstreet naar het punt waar we hadden

afgesproken. Met z'n drieën togen we naar de muur. Eerst de posters bekeken. Altijd confronterend de teksten, de graffiti. Toen langs het hotel van Banksy, het Walled Off Hotel. Bea en ik hebben ons binnen kort vergaapt aan de inrichting. Dit is het hotel met het lelijkste uitzicht ter wereld, het is bijna tegen de muur geplakt. Daarna onze wandeling langs de muur vervolgd. Het is wel een deprimerende wandeling langs de muur



vol met tekeningen en geweldloos verzet. We hebben Bea de plek gewezen waar de Paus een paar jaar geleden uitstapte en de grote ijzeren deur aanraakte. Heel belangrijk voor de Palestijnen. Deze deur en die bij het checkpoint gaat een keer per jaar open voor de Patriarch uit Jeruzalem die een bezoek brengt aan de Nativity Church. We hebben een wandeling gemaakt door het Aida Kamp, dat sinds 1948 bestaat. Nu grauwe, haveloze huizen, dicht op elkaar gebouwd. Er is een open poort met bovenop de grootste sleutel ter wereld. De sleutel is een symbool voor de Palestijnen. Toen hun (voor)ouders in 1948 werden verjaagd uit hun dorpen, namen ze de sleutels van hun huizen mee. De huizen zijn allemaal vernield. We zagen veel soldaten, volle bewapening. Meer dan we gewend zijn. Het bleek met Rachels' Tomb te maken te hebben, een feestweek. Dus men is extra alert. Hierna zijn we teruggelopen naar huis en hebben lekker gezeten tot we gingen eten samen met de 50 Oekraïners. Deze keer deelden Suhad en Angela de manderijnen uit zodat iedereen fruit heeft. Eten smaakte prima. Daarna nog een tijdje beneden gezeten en...weer vroeg gaan slapen. Heerlijk zo'n dagje vrij!



Dag 7 - Hebron

Bea en ik zaten om acht uur in het kapelletje van de Carmelitessen op ons terrein. Deze nonnen komen nooit buiten. We hebben ze ook niet gezien, maar ze waren er wel achter het hek en zongen heel mooi. We zaten met vier mensen in de kapel. De mis duurde een klein uur. Goed om daar een uurtje te zitten. We vertrokken rond tien uur naar de taxistandplaats bij de stoplichten voor onze rit naar Hebron. Het duurde even voor hij vol was. Prima rit naar Hebron dat ongeveer 25 kilometer van Bethlehem vandaag ligt. 'Kosten': € 2,25 pp. We werden ergens afgezet en herkenden de straat waar nog maar weinig Palestijnen wonen en waar de kolonisten ook door gaan. Aan het begin een checkpoint en aan het eind soldaten. Veel Israëliëse vlaggen aan de balkons en op de daken. Trieste haveloze aanblik, vonden wij. Er was een groep toeristen die gegidst werden door een kolonist. Hij sprak Bea aan vanwege haar sjaal en zei dat ze beslist niet met die sjaal (mooi gekleurd met PLO motief) naar de synagoge moest gaan. Bea schrok zich een rotje. Daarna door de drukke markt naar de oude souk. We zagen meteen onze mevrouw van 'Women in Hebron'. Superleuk dat ze er gewoon zat. Onmiddellijk ging ze thee zetten en haalde er een bakje met zoetheid bij.

Ze had gelukkig de twee kussenhoezen die ik voor vriendinnen mee wilde nemen. Bea kocht oorbellen. Na de thee en met een geleende passende sjaal (voor Bea) voor de synagoge gingen weer op pad. In de Ibrahim Mosq begon het gebed. Daar konden we niet in. Dus

eerst naar de synagoge, waar we door detectiepoortjes moesten. Het was rustig in de synagoge, even rondgekeken en toen gewacht tot het een uur was en we de moskee in konden. Ook weer een militaire check. De moskee is van binnen heel fraai, hier moesten we onze schoenen uit doen en kregen we een cape met capuchon om. Net heksjes. Hier was



het heel druk met vrouwen en schoolmeisjes, die op de foto wilden. Na dit bezoek via de oude souk terug. Bea kocht de geleende sjaal, hetgeen van de mevrouw echt niet hoefde. Maar eerlijk: hij was heel mooi. We aten ergens in Hebron een broodje falafel en werden gegidst naar het busstation. Daar stond inderdaad een busje naar Bethlehem te wachten. Toen het wat voller was, vertrok het. Weer een hele prettige tocht. Rond kwart voor vier terug. Sjaak en ik gingen nog een cappuccino scoren in Casa Nova en Bea ging terug naar huis. Wij waren rond vijf uur weer terug. De Oekraïners zijn vanmorgen vertrokken en er komen 55 Fransen. Dus is er enorm hard gewerkt om de kamers weer schoon te krijgen.

Dag 8 - 3^e dag Lifegate

We (Sjaak, Bea en ik) werden om 09.00 uur opgehaald ipv 08.30 uur. Je went eraan. Ik zag nog niet veel moeders en onze werkruimte was net gedweild, nat en glad. Het werd half 10 eer we begonnen. Mijn tolk vanmorgen is Amira. Ik zou moeders ontmoeten van jongeren die actief zijn in de werkplaatsen van Lifegate, maar sommigen zagen er toch te jong uit. Nadat ik mezelf had voorgesteld, besloot ik door te gaan met genogrammen. Ayat bleek twee kinderen te hebben van 5 en 3 jaar. Haar zoon van 5 zit op Lifegate. Spreekt goed Engels. Taghreed heeft 4 zoons waaronder een tweeling van 7 en 2 dochters. Ze heeft haar dochter



van 3 bij zich die met veel zoetigheidjes wordt zoetgehouden en netjes op een stoel naast haar zit. Haar zoon van 13 jaar zit op Lifegate. Govoob nam het van me over en schreef haar eigen genogram op het bord (3 zonen en 1 dochter, zoon van 13 jaar op Lifegate). Siham heeft 2 dochters en een zoon, de dochter van 5 jaar zit op Lifegate. Abla's man is overleden, ze heeft 5 dochters en 3 zonen. Haar zoon van 20 jaar zit op Lifegate en ze woont met hem en haar dochter 12 jaar. Zelze heeft 10 kinderen, haar man is overleden en ze woont met haar dochter van 20 jaar die op Lifegate zit. Raida heeft een jongens tweeling van 12, haar dochter van 6 jaar zit op Lifegate. We namen ook de genogrammen op van Amira (dochtertje van 3 jaar) en van mij. Zo nu had ik een beetje beeld van de groep. Hierna heb ik verteld over support – encouragement – guidance. Ik heb de boom (roots en wings) laten zien. En heb aan de moeders uitleg gegeven over wat goed is voor de braindevelopment. Gesproken over de ouders, die veel met hun mobieltjes bezig zijn (ipv met hun kinderen), over gezond eten en een veilige omgeving. Ook hier veel herkenning en aanvulling. Hierna laten zien middels een plaatje van een boom, dat wat aandacht krijgt groeit.



Parallel met opvoeden: besteed je aandacht aan gewenst gedrag dan zal dat meer voorkomen en het geldt natuurlijk ook voor ongewenst gedrag. Ik heb daarna de twee filmpjes laten zien. Het belang van lichamelijk contact (Japanese father) en de gevoeligheid

van kinderen voor de stemming van en het contact met de ouder (still faces). Pauze kort. Ik heb gesproken met Ayat, die heel trots is op haar zoon en ook heel veel verdriet heeft wat ze niet zal laten zien omdat hij daar zo gevoelig voor is. Hij snapt alles, is heel slim en heeft een hersenprobleem, zo begreep ik. Hij kan niet praten. Aangrijpend om haar dit te horen vertellen. Ze is zo bezorgd geweest over het jongere zusje. Na de pauze verder gegaan met de opvoedsituaties en de reacties van de moeders daarop. Levendige discussies. Moeders geven aan het belang te zien van de reden van het gedrag en te willen weten wat er aan het gedrag vooraf ging.

Toen was de tijd op en namen we heel hartelijk afscheid van elkaar. We hopen elkaar weet te ontmoeten. Voor ons drietjes was een lunch klaargemaakt.

Om half 2 verder met de laatste bijeenkomst met de staf. Die druppelde binnen. Ik had een programma bedacht, nl: spel, terugblik, empathie/sympathie, warm/koud spel, G4. We hadden tijd tot 16.00 uur. De start was: ik zit / in het gras / en ik zie:..... Iedereen had een dier gekozen. Het was een hilarisch spel met veel heel en weer keren. Daarna een terugblik. Wat is bijgebleven, wat heeft men meegenomen. Er kwamen veel reacties met name over thuis, zoals: tellen voordat je reageert, echt reageren en niet ook telefoneren, tijd en attentie geven ipv geld, proberen niet te schreeuwen, veel geduld op Lifegate en thuis niet, herinnering om dat wat ik weet toe te passen, vijf belangrijke dingen voor de braindevelopment heel belangrijk, complimenten geven meer open richting collega's, "Ik moet leren complimenten te geven want mijn vader zei niets als het goed ging", "Belangrijk dat ik als Duitse hoor hoe mijn Palestijnse collega's denken", timing is belangrijk als je probeert de vader te wijzen op het belang van ander / positief gedrag, vaders doen de goede ideeën van moeders te niet ook door de invloed van hun familie, ik wil de relatie met mijn dochter verdiepen.

Toelichting gegeven middagprogramma. Daarna de film laten Empathie and Sympathie van Brene Brown. Empathie: perspectief nemen, niet oordelen, de gevoelens van de ander aanvoelen en verwoorden. Er kwamen veel reacties. Het is vaak niet mogelijk te reageren met empathie alhoewel dat wel beter zou zijn. Iemand gaf aan alleen met empathie te reageren op eigen familie en naar de moeders toe meer met sympathie. Dat kan wel helpen om de 'bright side' te zien. De samenleving oordeelt snel en roddelt, moeilijk om je aan te onttrekken. Toch is het goed ook je eigen pad te kiezen, zeker als je er niemand kwaad mee doet. Mensen doen vooral veel om de samenleving te vriend te houden, En iemand vertelde een persoonlijk verhaal over empathie. Ze vertelde dat ze graag kinderen wilde maar niet zwanger raakte. Toen ze toch zwanger raakte, kreeg ze een miskraam. Een hele goede vriendin zei toen dat dit beter was omdat ze anders toch een ongelukkig kind zou hebben gekregen (sympathie en geen empathie). Daarna verliep de vriendschap heel erg moeizaam en werd uiteindelijk verbroken. We hebben het filmpje nog een keer bekeken zodat het beter beklijft. Daarna heel korte pauze en het warm / koud spel gedaan om te ervaren hoe het is om negatieve (koude) aanwijzingen krijgen. De persoon die dat overkwam (de eerste die binnenkwam en moest vinden wat de groep in gedachten had) gaf het snel op en pakte maar gewoon iets. De negatieve stemming – zo gaf ze aan – maakte dat ze afhaakte en haar eigen ding deed. De tweede persoon werd positief begeleid en vond het voorwerp snel. Zo gaat dat vaak als er een positieve support is. Er kwam een voorbeeld van een kind dat alleen maar negatief bejegend werd thuis. Niets deugde aan dit kind. Hij kan heel moeilijk met positieve aandacht omgaan. De moeder is niet te bewegen tot een andere omgang met het kind. Dan wordt het wel heel moeilijk (en triest). Wat rest is om hem toch positieve ervaringen op te laten doen op Lifegate alhoewel dit kind je altijd zal proberen te verleiden om negatief op hem te reageren. 'Standfastness very important'.

Twee mensen waren inmiddels vertrokken vanwege hun eigen kinderen. Na het warm koud spel was er niet zoveel tijd meer. Ik wilde toch heel graag het G4 model uitleggen (1. Gebeurtenis, 2. Gedachte, 3. Gevoel, 4. Gedrag). We zijn ons meestal niet bewust van onze gedachten (G2) over gebeurtenissen en schakelen van G1 door G3 en G4. Niet G1 is verantwoordelijk voor G3 en G4. Wel de G2 en die kun je beïnvloeden. Ik gebruikte het voorbeeld van de deelnemer die gek werd van de vragen die het kind stelde. Het lukte om dit over te brengen. Daarna afgesloten met een korte evaluatie ronde, die voor mij heel positief verliep: luisteren is belangrijk, op gelijke hoogte spreken met de kinderen, het kind positief benaderen, als je zelf gelukkig bent, zijn de kinderen dat ook, ik neem G2 meer voor mijn rekening. We bedankten elkaar. Ik had voor iedereen een verzorgingsproductje omdat je tenslotte goed voor jezelf moet zorgen.

Hierna hebben we Burghard een korte nabespreking gehad. De echte evaluatie is woensdagmiddag. Ik heb hem een paar handgemaakte spulletjes gegeven en een donatie voor Lifegate van onze vrienden en familie. Hij had voor ons alle drie een flesje zelf geproduceerde olijfolie. Hij bracht ons terug naar Lifegate Garden. Ik heb veel app contact gehad met Amoun ook in het weekend. Ik heb haar gebeld, maar het bleek echt niet haalbaar om morgen nog een bijeenkomst te hebben bij Domari. Amoun gaf aan dat we een volgende keer twee dagen achter elkaar moeten plannen. Dat zal beter werken. We hebben de tijd plezierig doorgebracht tot ons diner, de taxi geregeld voor ons bezoek aan 'The Holy Child Program' morgen, smakelijk en gezellig gegeten en...weer op tijd naar bed gegaan.

Dag 9 - 'The Holy Child Program'

Rustige start van de dag. Om kwart voor 9 was de taxi er. Met drie tassen met spulletjes op weg naar The Holy Child Program in Beit Sahour. Daar wachtte ons een heel warm welkom door eigenlijk iedereen. Iskander (manager) en Vivianne (zijn vrouw) zagen we als eerste. Toen Suzy en Hannie en ook Diane (head of The Holy Child) was er. Heel leuk om haar weer te zien. Ze was lang niet geweest vanwege gezondheidsproblemen maar was er nu met haar man Jim. We kregen een rondleiding. En weer viel op hoe positief, rustig en gestructureerd hier alles verloopt. Hier werkt men met de methodiek van Incredible Years.



Elke klas vijf 'students', zij wisselen van klas. We kwamen natuurlijk ook in de klassen van Eleonora en Nathalie. Iskander vertelde dat er elke dag gekookt wordt voor de kinderen en die lunch is om... 10 uur. Sommige kinderen zijn lang onderweg voordat ze om 08.00 uur op school zijn. Mr. Joseph zette koffie voor ons zo altijd. Suzy en ik wisselden uit over de oudergroepen en we hebben het over die ene keer dat ik haar moedergroep was. We herinneren ons dezelfde dingen. De angst van een vrouw voor de bommen en waar ze naar toe moest om haar kinderen en zichzelf te beschermen. Ze moest toen zo huilen en werd getroost door de anderen. Ook herinnerde ik me wat Suzy zelf koos: het huis zowel positief als negatief voor haar. Bijzonder was dit voor ons allebei. Hier draait wekelijks een moedergroep, zolang als het nodig en gewenst is. We aten een heel klein hapje lunch mee.

Daarna een rondleiding door de tuin met olijvenbomen, druivenstruiken en kruiden. De bomen hebben het niet zo goed gedaan dit jaar. Iskander heeft een droom, hij heel graag de gebouwen en de grond kopen, maar dan heeft hij 3 miljoen dollar nodig. Hij heeft heel veel ideeën over wat dan allemaal mogelijk is. Het blijft zijn grote droom. Want nog steeds geen support van de overheid en de school is afhankelijk van donaties en giften. In het tweede gebouw is zijn therapiekamer, de ruimte om met de groep ouders te werken, de kamer van Diane en Hannie de verpleegkundige. Hierna werd het tijd om te gaan. Iskander bood aan ons naar het Geboorteplein te brengen. Heel aardig. Heel hartelijk afscheid genomen. We liepen eerst naar de Woman Cooperation op zoek naar tafellopers voor een vriendin. Ik fotografeer, kan appen en wacht af wat het zal worden. Daarna liepen we naar de Milk Grotto. Hier zou Maria een druppel melk hebben verloren. Het gebouw is echt prachtig opgeknapt. We deden inkopen bij onze 'eigen' souvenirwinkel. Mike's winkel is dicht omdat hij met zijn moeder naar het ziekenhuis is (begrepen we). Toen was het tijd om ons broodje falafel te gaan eten, toch maar weer bij de Syriër. Smaakte prima, de fresh lemon en de koffie van het huis met het zoetigheidje ook. Hierna naar Casa Nova voor een ontmoeting met Toine en Paul vooral over de Stichting Friends of Young Bethlehem; Paul en Sjaak zitten in het bestuur van de Stichting. We hebben het eerst over mijn activiteiten en over de groep uit Nederland die door Toine gegidst is. Toine wil kijken of ik volgend jaar terug kan komen met 'positive parenting'. Mogelijk is er behoefte aan een dergelijke training voor jonge ouders en is daar ook middels een fonds financiële ondersteuning voor te krijgen. En is er samenwerking met Lifegate mogelijk. Leuk. Iedereen gaat zijn best doen. Na een tijdje vertrokken Bea en ik gingen opnieuw naar de Woman Cooperation. Geappt is belangstelling voor vier placemats. Van dat design hebben ze er geen vier. Allerlei andere foto's doorgeappt en afgewacht. We komen er morgen wel op terug. Gezellig met deze dames zitten praten. Daarna naar huis. Sjaak was er al. Er zouden drie kleine groepen komen. We hebben Ala Abu Ayyash een mailtje gestuurd over het vervoer morgen en aan dit verslag gewerkt. Daarna smakelijk gegeten, nog een tijd beneden gezeten.

Dag 10 - Hebron

Na het ontbijt bleek dat we met een 'shared taxi' naar Hebron zouden gaan. Een chauffeur pikte ons al op voor het centrale punt. Had kennelijk graag alvast wat mensen in z'n auto. Ja, hij kende Ein Sara, een straat aan de mainroad en zou ons daar afzetten. Gedurende de rit stapten er mensen in. Hij zette ons keurig op de goede plek af en was toen ook nog bereid Ala Abu Ayyash te bellen om te melden dat wij er waren. "Two minutes." En inderdaad: we zagen hem al snel. Goed geregeld. Hij begroette ons hartelijk en nam ons mee het gebouw in. Daar kregen we koffie aangeboden en hebben een tijdje met hem gesproken. Hij zei een belangrijk iets: hij haat Joden en Christenen niet, hij haat de bezetting. En ook dat het moeilijk is kinderen op te voeden in een stressvolle situatie als die op de Westoever. We praatten door totdat Fadah en Wafaa hun werk af hadden. Hij vertelde oa dat de situatie heel stressvol is voor ouders omdat ze voortdurend bang zijn dat hun kinderen iets overkomt, vooral als het om de jongens gaat. Ze moeten nl veel checkpoints passeren elke dag en de settlers zijn ronduit vijandig tegen hen, als ze onderweg zijn. Hij onderstreepte dat Fadah en Wafaa nog steeds profiteren van de driedaagse training in 2015. Yes! Heel leuk om te horen. Zoals afgesproken begonnen we om tien uur. Eerst besproken welke groepen zij hebben. Groepen voor moeders waarvan een kind is gedood door een Israëlische soldaat en groepen voor moeders waarvan een kind in een Israëlische gevangenis zit. Ze waren vooral geïnteresseerd in nieuwe ontwikkelingen. Ik heb een brochure met ze doorgenomen over het belang van support in groepen voor ouders en daarbij de do's en don'ts besproken. Ze kon een exemplaar achterlaten. (Ik had dit materiaal van Geraldien gekregen). Dat kwam dus heel goed van pas. Toen hebben we een poging gedaan het filmpje te laten zien van Empathie / sympathie (Brene Brown). Uiteindelijk lukte het. Het Engels ging wel wat snel,

maar Fadah noteerde de gegevens en gaf aan er zeker nog eens naar te gaan kijken. Daarna de training die zij in 2015 volgden, doorgenomen als een refreshment. Heel herkenbaar en goed om weer eens op in te zoemen, bv luisteren en als je iets wilt naar je kind toegaan en oog contact maken, voorbeeldgedrag enz. Sommige onderdelen van de training kenden ze niet omdat we daar toen (2015) te weinig tijd voor hadden, zoals het warm / koud spel, belonen en straffen goed toepassen. Er werden veel kopieën gemaakt.



We hebben ook nog stilgestaan bij de opvoedsituaties en de reacties. Dat werd toch weer heel levendig zo met elkaar. Intussen tolkte Fadah voor Wafaa. Om kwart over 11 was er een breakfast. Oké, totaal niet op gerekend. We hebben ons gesprek afgerond en tegen kwart voor 12 kwamen er allerlei schaaltes op tafel: falafel, maar dan heel uitgebreid. Het smaakte heerlijk. Ik kon het niet laten; ik heb ook de manager 8 reactiekaartjes in zijn hand gegeven en hem laten reageren op opvoedsituaties. Hij deed sportief mee. Bea en ik mochten allebei een ketting uitzoeken. Ik had twee kleine presentjes bij me voor Fadah en Wafaa. En een kleine gift voor YMCA Hebron. Na de smakelijke lunch namen we afscheid. Het laatste van de manager. Hij wil heel graag dat de driedaagse training voor YMCA werkers wordt gegeven. Hij gaat dat met zijn leidinggevende bespreken. Verder vertelde hij nog dat 500 kinderen vorig jaar in de gevangenis zijn gezet en dat ze er maar 100 hebben kunnen helpen. Kinderen komen vaak getraumatiseerd terug uit de gevangenis. De beperkte hulp heeft te maken met het feit dat er te weinig geld is voor deze activiteiten. Belangrijke fondsen hebben zich teruggetrokken. Hij is er heel trots op dat YMCA al 26 jaar actief is in Hebron en hij werkt er 24 jaar. Hij wil niet anders en zou het anders moeten dan zou hij kiezen voor boer zijn, zoals zijn vader zijn hele leven deed. Hij had nog allerlei attenties voor ons. En toen vertrokken we. We liepen naar de mainroad, konden vrij snel met een 'shared taxi' mee en waren na een prettige rit rond 2 uur weer in Bethlehem. Het was warm. We hebben onze spullen weggebracht, omgekleed en Sjaak en ik zijn toen naar de Women Cooperation gelopen en hebben daar de placemats gekocht voor onze vriendin Daarna hebben voor het laatste een cappuccino gedronken bij Casa Nova en zagen tot onze spijt dat de shop van Mike gesloten was. Heel spijtig, we kunnen hem geen gedag zeggen. We kochten nog een paar kleinigheidjes en waren rond 16.00 uur terug. Om half vijf zou Burghard komen voor de evaluatie van de training op Lifegate. Dat werd half 6. Intussen was Suhad (huismanager) gekomen met haar man en weer weggegaan vanwege ernstige rugklachten. Heel sneu. Wel fijn dat we elkaar nog even zagen. Er zijn drie groepen in huis, waaronder een Franse groep met een paar kleine kinderen van 4 – 6 jaar. Het is nu vol met leven in het guesthouse. Want hoe leuk is het om door hele lange gangen te rennen en je buiten uit te leven. Er is nog een Franse groep en een Zuid Afrikaanse groep, waarvan een vrouw een 'soort kwijt' was. Achtergebleven in Jeruzalem. Er was wel steeds contact, maar moeilijk voor haar groepsgenoten om uit te leggen waar ons guesthouse was. Veel taxichauffeurs kennen Life Gate Garden niet, Carmel Monestry wel. Maar dat moet je dan wel weten. Uiteindelijk dook ze weer op na een lange en kostbare (denk ik) taxirit. Zo

gebeurde er van alles. Het guesthouse draait nu op de vrijwilligers Angela en haar man Friedrich. Kwetsbare situatie.

Het gesprek met Burghard verliep heel positief. Van de moeders had hij hele positieve berichten gekregen. We spraken over de rol van vaders. Elke twee weken is er op vrijdag een ontbijt met vaders, omdat mannen op vrijdag niet werken. Het zou heel interessant zijn om aan het ontbijt een workshop positive parenting te koppelen voor alleen de vaders. Zij zijn vaak afwezig maar wel het belangrijkste rol model voor hun zoons. Beide ouders worden overigens betrokken bij de intake in Lifegate. De werkers die op huisbezoek gaan, treffen vaak alleen de moeders. Beide werkers hebben aangegeven het fijn te vinden als ik mee ga op huisbezoek. Vaders mogen hier vaker trouwen en laten hun vrouw met bv een gehandicapt kind achter voor een nieuwe vrouw. Volgens Burghard kan alleen een man hen aanspreken op hun verantwoordelijkheid. Hij sprak ook over broertjes en zusjes in de gezinnen met een gehandicapt kind. Hoe manage je dat als ouders? Misschien ook een goed idee om een workshop te organiseren voor de broertjes en zusjes. De reactie van de staf was ook positief. Later had een Duitse vrijwilliger aangegeven dat er de volgende keer misschien wat meer diepgang aan de thema's gegeven kon worden. Er is bv veel geweld in de thuissituaties. Gaandeweg bedacht Burghard nog dat het misschien ook heel goed zou zijn om de training en workshop de volgende keer in het guesthouse te geven, dit omdat ik aangaf dat het lokaal toch niet heel prettig was. Bovendien is het zinvol om in een ander gebouw te zijn dan de school. Graag wil Burghard dat er volgend jaar weer workshops en trainingen worden gegeven, misschien dat er dan vier dagen nodig zijn. Mooi compliment. Daarna spraken we over de financiële situatie van Lifegate. Hij heeft een miljoen per jaar nodig. Een kind 'kost' € 400,00 per maand. Er is een kleine bijdrage van ouders. 1/3 kan men zelf verwerven middels ouders, Lifegate Garden, 1/3 zijn donaties uit Duitsland. Dan blijft er altijd nog 1/3 over wat bij elkaar gesprokkeld moet worden. Ieder jaar opnieuw. Nogal een (te) grote uitdaging!

Na dit plezierige gesprek konden we bijna gaan eten. Dezelfde groepen zijn in huis. Onze laatste maaltijd. Smaakte prima. Daarna nog even buiten gezeten. Tsjonge wat een plezierig buitenzit weer en wat een heerlijke plek.

Dag 11 - naar huis

Wij ontbeten om kwart voor acht en namen een klein lunchpakketje mee. De rekeningen voor



het verblijf en de drankjes betaalden we. En daarna liepen naar het kantoor van Mr. Elias om hem gedag te zeggen. Roger en Mr. Fuad waren er ook en samen dronken we een kopje Arabic Coffee en hadden we een discussie over wat nodig is om de situatie in Bethlehem structureel te verbeteren.

Hierna liepen we terug, kochten nog wat producten die in Lifegate worden gemaakt door de jongeren, trokken

onze reiskleding aan en wachtten op Mike die ons naar Tel Aviv zou gaan brengen. Angela (Duitse vrijwilliger) vond het heel jammer dat we weggaan. We waren erg vertrouwd geraakt met elkaar deze dagen. Het was alsof we samen voor de job in Lifegate Garden stonden. Mike had eerst Paul opgehaald en leverde ons rond half twee af bij het vliegveld. Lange, lange rijen. Toen we aan de beurt waren, liep het inmiddels tegen half drie. Daarna verliep alles heel vervelend voor ons. We waren immers in Bethlehem geweest? Ondervraging, paspoort terug met een bepaalde



sticker, meelopen, splitsen. Verboden te praten met elkaar. De tijd liep natuurlijk door. Al onze bagage werd extra gecheckt, twee keer een body scan. Nog een kwartier voor het vliegtuig zou opstijgen. De security maakte ons duidelijk dat het vliegtuig niet zonder ons zou vertrekken. Het probleem spitste zich toe op de dag rugzak van Sjaak. Uiteindelijk mocht die niet mee. Er was een extra check nodig. Hij kreeg zelfs zijn brood en warme trui voor Brussel niet mee. Zijn camera werd in een doos gestopt en dichtgeplakt. Alles duidde op 'pestgedrag'. Een meisje van de security begeleidde ons naar het vliegtuig. Bij de paspoort controle moesten andere passagiers ons voor laten gaan, toen in hoog tempo naar het vliegtuig. Iedereen zat erin en het wachten was op ons. Ruim een kwartier later dan gepland steeg het op. Daar zaten we met een grote kater van de bejegening en vanwege het feit dat de spullen van Sjaak achter waren gebleven. Nog een groot geluk dat hij de autosleutels en papieren in zijn zak had zitten en bij zich had.

Om 10 over acht landden we op Zaventem. Onze bagage hadden we redelijk snel en ook de doos met de camera. Sjaak is naar 'lost and found' gegaan en werd daar prima geholpen door een meisje. De hoop groeide daardoor dat de rugzak terug zou komen. Op Zaventem was inmiddels een wilde staking uitgebroken. Veel vluchten werden geannuleerd. Onze Quick Parking Bus zat vol met mensen die maar weer naar huis gingen ipv een weekendje Barcelona. Balen. Wij werden keurig bij onze parkeerplek afgezet, betaalden, vonden de auto terug en gingen op weg naar Teteringen. Onderweg een stop voor - ja eindelijk - die kop koffie en iets te eten. Paul thuis afgezet en door naar Gouda. Daar waren we omstreeks half een. Kopje thee, wat opruimen, concluderen dat hier alles oké is en slapen!

NB

De dag rugzak vloog van Tel Aviv naar Zaventem en via Frankfurt naar Schiphol. Sjaak moest hem persoonlijk komen ophalen en heeft dat zondag gedaan. Alles zat er precies zo in als hij het er zelf had ingestopt.

Tot slot:

We kijken terug op een prima en zinvol verblijf in Palestina. Bijzonder te ervaren dat iedereen wil dat er een vervolg aan de workshops en trainingen gegeven wordt. Dat gaan we ook zeker overwegen. Daarnaast gaat onze grote sympathie uit naar hen die zich daar zo met hart en ziel continue inzetten voor hele kwetsbare mensen. Het is heel mooi om te zien dat iedereen talenten heeft en die kan ontplooiën als je in een omgeving bent die daar daadwerkelijk werk van maakt.

Janny van Heerbeek
2 november 2018