



‘Balans was mijn anker in die tropenjaren’

Wie zijn onze leden? Waarom werden ze lid en wat brengt het lidmaatschap hen? We vragen het deze keer aan *Gitta de Graaf*, onderwijskundig psycholoog en sinds 2011 lid van Balans.

‘Wat is het toch een chaos bij ons thuis, wat is er toch aan de hand?’ dacht Gitta de Graaf vaak, in de jaren voordat haar ex-partner en beide zoons gediagnosticeerd waren. Gitta: ‘In de academische wereld, waar ik werk, zijn er bepaalde verwachtingen van het gezinsleven. Bijna iedereen heeft kinderen die het goed doen op het gymnasium en er is altijd ruim voldoende geld. Bij ons thuis was het heel anders. Mijn ex worstelde met zichzelf en ook onze kinderen hadden zo hun problemen. Niets ging vanzelf.’

Op een gegeven moment zei mijn ex: ‘Ik geloof dat ik uit het concept gezin ben gegroeid,’ en hij vertrok. Vanaf dat moment stond ik er alleen voor.’ Haar ex zocht hulp bij een psychiater en werd gediagnosticeerd met ADHD. De Graaf: ‘Toen vielen er heel wat kwartjes. Onze oudste zoon, die toen al behoorlijk vastliep, bleek ook ADHD te hebben. Later kreeg ook mijn jongste de diagnose.’

Vanaf dat moment ging ze als een bezetene op zoek naar informatie. Al gauw kwam ze bij Balans terecht. Gitta: ‘Ik ben meteen lid geworden. Als alleenstaande moeder heb ik me best eenzaam gevoeld na de diagnoses van mijn zoons. Je kunt wel zeggen dat Balans mijn anker is geweest in die tropenjaren. Als het blad kwam, las ik het van voor naar

achteren. Soms gewoon om rustig te worden. De herkenning vond ik heerlijk en de ervaringsverhalen hoopgevend. Het deed me goed om te lezen dat ook andere mensen worstelden met de opvoeding van hun kinderen - met dezelfde dingen als ik, of weer met heel andere dingen. Ook vond ik het bemoedigend dat al die mensen er op de foto heel normaal uitzagen. Dat laatste was gek genoeg ook belangrijk voor me.’

Naast moeder is Gitta onderwijskundig psycholoog en lerarenopleider. Ook professioneel heeft ze veel gehad aan het lidmaatschap van Balans. Gitta: ‘Dankzij Balans Magazine heb ik veel literatuur gelezen die ik kon toepassen in mijn werk en kon doorgeven aan mijn studenten.’

Ze juicht het ook zeer toe dat Balans lobbyt in Den Haag voor een betere jeugdzorg. Gitta: ‘Zeker sinds mijn jongste zoon een poos opgenomen is geweest, weet ik hoe belangrijk de juiste psychiatrische hulp is voor jongeren die vastlopen. Met mijn zoon was het thuis niet meer houdbaar; die opname was echt zijn redding. Mijn hart breekt als ik hoor dat er nu veel te weinig opnameplaatsen zijn. Dat Balans op de bres springt voor kwetsbare jongeren vind ik van onschatbare waarde.’

‘Lezen over

de ervaringen

van anderen

is hoopgevend’

- Gitta de Graaf (58), woont in Delft.
- Onderwijskundig psycholoog en lerarenopleider aan de universiteit van Leiden.
- Gescheiden, twee volwassen zoons: Sacha (24) en Finn (21). Beide jongens hebben ADHD. Sinds twee maanden wonen de jongens samen zelfstandig in één huis.
- Balanslid sinds tien jaar, toen haar oudste zoon zijn diagnose kreeg.
- Gaat graag naar de film.