

Verhalen als opbrengst van het onderzoeksproject



De ongehoorde verhalen die gehoord moeten worden

Kanteling in Levensloopverhalen

Lectoraat Innovaties in de Preventieve Zorg

Lectoraat Jeugd

Hogeschool Utrecht

De ongehoorde
verhalen
die **gehoord**
moeten
worden

“Er ligt veel schaamte op dit onderwerp. Mensen zeggen vaak: “In dit land kan alles, als je maar de goede keuzes maakt”, maar dat klopt gewoon niet meer zoals vroeger.

Voor eerste-generatie-studenten voelt het soms alsof ze worden buitengesloten, en daar wordt weinig over gesproken. Daarom vind ik het goed dat er aandacht voor is.”

Inhoud

Voorwoord	5
Het onderzoek	6
Wat ontdekten we?	6



**“Iedereen zei dat het
mij niet zou lukken,
maar ik haalde mijn
examens met achten.”**

Voorwoord

De verhalen in deze publicatie zijn het resultaat van een onderzoek naar de levensloopverhalen van eerste-generatiestudenten aan de HU. De term ‘eerste-generatiestudent’ wordt vaak gebruikt om de unieke uitdagingen en ervaringen te beschrijven van studenten die als eerste in hun familie hoger onderwijs volgen.

Veel onderzoek naar eerste-generatiestudenten focust zich op de obstakels waarmee ze te maken hebben, zoals financiële druk, gebrek aan sociale en culturele netwerken, en de onzekerheid die ontstaat uit het ontbreken van rolmodellen. Maar wij kozen voor een andere benadering: wat helpt jongeren juist vooruit? Wij onderzochten niet alleen de moeilijkheden die deze studenten tegenkomen, maar ook de kracht, veerkracht en vastberadenheid die hen in staat stellen om door te zetten en hun doelen te bereiken.

Wat deze verhalen zo bijzonder maakt, is dat ze verder gaan dan de cijfers en statistieken die vaak over eerste-generatiestudenten worden gepresenteerd. Het zijn de ongehoorde verhalen die we moeten horen. Soms herkenbaar, soms oogopenend. Ze geven een stem, vooral aan degenen die zich vaak onzichtbaar voelen. Geen enkel verhaal is hetzelfde, maar er zijn steeds terugkerende thema's: de strijd tussen twijfel - vaak gevoed door de omgeving - en de vastberadenheid om kansen te grijpen en door te zetten.

Het onderzoek

Voor het onderzoeksproject Kanteling in Levensloopverhalen organiseerden we een groepsbijeenkomst, zodat de eerste-generatiestudenten ons en elkaar konden leren kennen. Ook hebben de studenten meegedacht over de invulling en aanpak van het onderzoek en over de manier waarop met en over elkaar als 'eerste-generatiestudent' werd gesproken. Vervolgens voerden we individuele interviews uit, gebaseerd op het KAWA-model¹.

Dit model stelt het leven voor als een rivier: rotsen symboliseren de uitdagingen, drijfhout de waarden en doelen, de rivierflanken de hulp en steun, en de bochten de veranderingen en keuzes. Het KAWA-model helpt om te begrijpen hoe factoren zoals cultuur, relaties en maatschappelijke omstandigheden het welzijn van de studenten beïnvloeden.

De interviews werden geanalyseerd met een narratieve analyse. In een tweede groepsbijeenkomst gaven we vervolgens, samen met de deelnemende studenten, betekenis aan de verhalen die uit deze analyse naar voren kwamen.

Wat ontdekten we?

Uit de interviews kwamen vijf krachtige verhalen naar voren, die in deze publicatie te lezen zijn. De studenten hebben de gelegenheid gekregen om aanpassingen te maken voordat de verhalen in deze bundel zijn opgenomen. We hebben ervoor gekozen om de verhalen zo dicht mogelijk bij de (spreek)taal van de eerste-generatiestudenten te houden, zodat ze hun ervaringen authentiek konden delen.

We spraken met de studenten over de kantelingen in hun leven: wat maakte dat zij, afkomstig uit een omgeving waar studeren in het hoger onderwijs niet vanzelfsprekend is, toch de stap konden zetten om een studie te gaan volgen? De verhalen benadrukken hoe belangrijk het is om gezien en gehoord te worden — iets wat essentieel is voor zowel de studievoortgang als het welzijn, zoals de studenten zelf ook aangaven tijdens een tweede groepsbijeenkomst.

De verhalen zijn afkomstig van eerste-generatiestudenten, maar gaan niet per se uitsluitend over het zijn van een eerste-generatiestudent. Dat bindt hen, maar is niet altijd bepalend voor wat ze hebben meegemaakt.

Wat ons opviel, is dat deze kantelingen vaak niet het resultaat waren van een bewuste keuze of geplande strategie, maar juist van onverwachte wendingen: een ontmoeting met een specifiek persoon, of een eenvoudig gebaar van een bekende op het juiste moment. Toeval — of toch niet?

Het verzamelen van deze verhalen was een bijzondere en soms ook kwetsbare taak. We willen alle eerste-generatiestudenten die hun ervaringen met ons hebben gedeeld, hartelijk bedanken voor hun openheid en moed. Elk verhaal is uniek en samen schetsen ze een krachtig en veelzijdig beeld van wat het kan betekenen om eerste-generatiestudent te zijn. Jullie woorden hebben ons geraakt en geïnspireerd. We hopen dat ze hetzelfde effect hebben op alle lezers van deze bundel.

Lees deze verhalen en laat ze je raken — net zoals ze ons hebben geraakt.

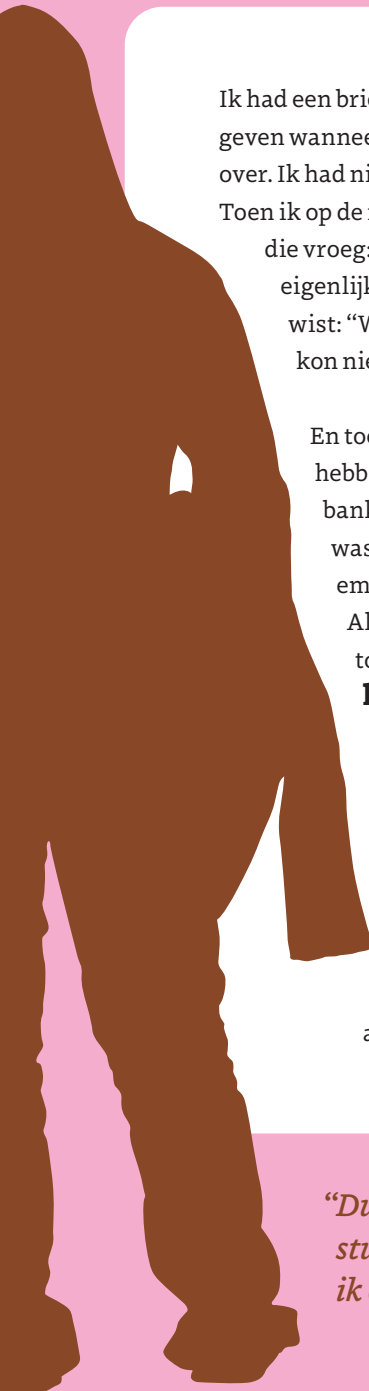
1. Teoh, J.Y. & Iwama, M.K. (2015). The Kawa Model Made Easy: a guide to applying the Kawa Model in occupational therapy practice (2nd edition). www.kawamodel.com

Schuld en Stilte

Mijn ouders zijn allebei mensen die niet geschoold zijn en geen rijbewijs hebben. Ik werd geboren en vrij snel daarna, toen ik drie jaar was, hadden mijn ouders al vier kinderen. De baan van mijn vader stopte, waardoor hij op zoek moest naar nieuw werk. Daarom besloten mijn ouders te verhuizen. Daar hadden ze geen netwerk, dus we stonden er vaak alleen voor. We zouden bijna failliet gaan. Ik zat toen in groep 8 en had geen idee wat dat betekende. Ik wist alleen dat er een **probleem met geld** was, maar eigenlijk wist ik dat altijd al. Geld was altijd een probleem. We moesten opnieuw verhuizen, waardoor mijn netwerk weer volledig veranderde.

Mijn moeder was, zoals ik me haar herinner, vaak ziek — altijd op bed of plat op de bank. Mijn vader was altijd aan het werk, bijna niet thuis, en wanneer hij thuis was, was hij langdurig ziek. Er was ook geen routine in ons gezin. Het was niet zo dat er eten klaar stond als ik thuiskwam. Ik voelde me als kind **heel verantwoordelijk**. Mijn ouders vonden het ook niet fijn wanneer ik mensen bij mij thuis uitnodigde. Mijn moeder vond het eng als mensen ons gezin leerden kennen. Er was een patroon: ik nam mijn geloof heel serieus, maar als mijn moeder één of twee keer meeging naar een kerk, verbrak ze daarna alle contacten. En ze verplichtte mij dat ook te doen; wat ik ook deed, want ik dacht: “Eén van de tien regels is dat je je ouders eert”.

Vlak voordat ik ging studeren, zei mijn moeder: “Die lening, daar moet je je niet druk over maken. Iedereen heeft een studieschuld”. Ik ging op kamers en leende maximaal, terwijl ik me thuis juist heel verantwoordelijk voelde. Dus ik kwam thuis en wat deed ik? Van mijn studiegeld betaalde ik de boodschappen, regelde ik een nieuwe wasmachine, enzovoort. Dat heb ik drie jaar gedaan, tot ik in Pabo drie kwam. Die studieschuld... daar had ik helemaal geen gevoel bij. Maar op een gegeven moment, op 21-jarige leeftijd, kreeg ik een brief van een deurwaarder, die zou komen voor een rekening die helemaal niet van mij was. Het is echt bedreigend om een brief van de deurwaarder te krijgen. En toen wist ik: “Wauw, dit kan zo niet langer”. Mijn moeder had mij weer om geld gevraagd. Ik wist dat ik **nee moest zeggen**. Pabo drie is een jaar waarin je je niet kunt permitteren om andere lasten te dragen.



Ik had een brief geschreven aan mijn moeder die ik haar zou geven wanneer ik thuiskwam en ik was daar heel emotioneel over. Ik had niemand verteld dat deze situatie thuis speelde. Toen ik op de fiets zat, kwam ik toevallig een vriendin tegen die vroeg: “Hé, hoe is het?” Ik was zo vol van alles, er was eigenlijk geen ruimte meer voor wat anders, alsof ik wist: “Wat ik nu ga doen, doorbreekt een patroon”. Ik kon niet anders dan vertellen, het moest eruit.

En toen zei de vriendin: ‘Je bent wát van plan?’ Toen hebben we de fiets geparkeerd en zijn we op zo’n bankje gaan zitten. Ik vertelde haar alles, en dat was de eerste keer dat ik dat deed. Ik word er weer emotioneel van, want dat was zo’n gek moment. Alsof twee werelden samenkwamen. En zij zei toen: ‘Je moet dit niet alleen doen, je moet nu voor **hulp bellen**. Je gaat mijn schoonvader bellen.’ En dat vond ik super spannend, want dit was de eerste keer dat ik hulp ging vragen. En toen ben ik naar mijn moeder toegegaan en heb ik de envelop aan mijn moeder gegeven, wat zij heel raar vond. Er zat geen geld in, maar een brief, en zonder dat ze ging lezen zei ze: ‘Nou rot dan maar weer op.’ En dat heb ik toen gedaan. Het regende keihard, ik voelde me alleen, de regen voelde als bakstenen.

“Dus ik kwam thuis en wat deed ik? Van mijn studiegeld betaalde ik de boodschappen, regelde ik een nieuwe wasmachine, enzovoort.”

Die mensen, bij wie ik om hulp had gevraagd, die op me aan het wachten waren, vroegen: ‘En? Hoe ging het?’ Ik vertelde wat mijn moeder zei. Ze vroegen waar ik was en kwamen me halen. Ondertussen ging mijn telefoon eindeloos over; mijn moeder probeerde te bellen. Ik besloot om niet op te nemen en niet terug te gaan naar mijn moeder. Die keuze voelde als een mes in mijn buik. Toen voelde ik voor het eerst: ‘Wauw, er is echt iets helemaal niet goed gegaan.’ Toen ben ik bij die mensen blijven logeren. Het was voor het eerst dat ik ging **praten** over wat ik had meegemaakt. En door dat te doen, keek ik voor het eerst in een soort spiegel. Die mensen gingen me gewoon ondertitelen en dat was voor mij al heel verlichtend.

Ik had echt een hekel gekregen aan mijn opleiding en ik wilde helemaal geen juf meer worden, maar deze mensen zeiden: ‘Je gaat echt niet stoppen, je bent al zo ver. Jij gaat dit gewoon afmaken.’ Later kwam ik terug naar mijn hogeschool en mijn slb'er zei: ‘Weet je wat? We gaan dit op jouw tempo doen. Ik wil jou met alle liefde door de stage heen begeleiden, maar jij moet eerst gaan **werken aan jezelf**.’ Nou, dat vond ik echt kut, want hulp was voor mensen met echte nood... Ik voelde me een last. Ik heb veel wantrouwen naar mensen om mij heen gehad.

Maar goed, ik moest ermee gaan dealen en ik kon niet zonder hulp mijn nood oplossen. Achteraf ben ik heel dankbaar dat iemand anders dus tegen mij zei: ‘Je mag hulp vragen, je bent het waard om hulp te ontvangen.’ Ik heb twee jaar geen contact gehad met mijn ouders, maar daarna wel weer. Maar het voelt niet meer als thuis, niet als een basis waar ik op kan bouwen, waar ik raad kan krijgen, waar ik met mijn nood kan komen, enzovoort. Opgroeien in een huis met schulden, financiële manipulatie, dat trekt nog steeds zijn sporen.

“Iedereen zei dat het mij niet zou lukken.”

Mijn moeder is altijd een **steunende kracht** geweest in mijn leven en heeft mij altijd aangemoedigd. Mijn vader is weggegaan bij mijn moeder toen ze zwanger was, dus ik woonde alleen met mijn moeder. De eerste vier jaar van mijn leven had mijn moeder veel problemen en trauma. Dat heeft ze nog steeds, maar toen was het erger. In die tijd durfde mijn moeder niet naar buiten. Ik kwam zelf ook amper buiten. Dat heeft best veel invloed op je leven. Mijn moeder heeft een uitkering en ze kan dus niet werken.

Vanaf mijn zevende werd onze woonsituatie steeds stressvoller. We moesten tijdelijk ergens anders wonen. Toen we eenmaal terug waren, kregen we te maken met een agressieve buurman, en later kreeg mijn moeder ook een nieuwe vriend. Hij was drugsverslaafd, manipulatief en zat diep in de schulden. Je kunt je voorstellen dat dat **enorme stressfactoren** waren in mijn leven. Ik voelde mij onveilig thuis en ik liep constant op mijn tenen. Op een gegeven moment heeft hij haar spaargeld opgemaakt aan een nieuwe auto. Dat was volgens mij het moment dat mijn moeder zelf ook dacht: ‘Wow, ik wilde sparen voor mijn kind, zodat mijn kind naar school kon. En nu is al mijn geld op.’ Ik was in die tijd eigenlijk mijn moeders therapeut. Het heeft lang geduurd om haar dit niet meer kwalijk te nemen, en het heeft me veel moeite gekost om de dynamiek tussen ons weer goed te krijgen.

Ik heb in die periode wel support gehad van vrienden, maar omdat mensen niet begrepen wat ik doormaakte en het als normaal werd gezien... ja... dan is het moeilijk om de **juiste steun** te vinden. Ik zat op een school met veel kakkers uit families met geld. Ik was ten eerste één van de weinige kinderen met maar één ouder... en ten tweede één van de weinigen met een ouder met een uitkering.





Ik ben ook gepest, tieners zijn gewoon gemeen. Als ze zien dat je kleding niet iedere dag anders is of niet hip is, dan word je gewoon belachelijk gemaakt. Dus het had zeker wel te maken met de sociaal-economische status die, ja... gewoon te zien was. En dat ik niet de **sociale normen** kende van hoe je met elkaar omgaat. Dat had ik niet geleerd van mijn moeder.

De leerkrachten zaten in dezelfde sociale kring, dus die zagen het probleem niet. Ik denk dat het mij had geholpen als ik op een andere school had gezeten, niet tussen de kakkers. Een school met meer diversiteit.

Ik ben **hoogbegaafd** en verveelde me op school. De havo kostte me weinig moeite en ik heb twee jaar over mijn examens gedaan, omdat ik geen zin had in afstuderen. Ik wist namelijk niet wat ik wilde doen. Na een tussenjaar besloot ik naar de universiteit te gaan en wilde ik in één jaar vwo doen. Iedereen zei dat het me niet zou lukken, maar ik haalde mijn examens met achten. Ik weet gewoon wat ik kan en ik ga er gewoon voor als het nodig is. Mijn moeder zei ook dat ik het kon. Zonder haar was ik misschien wel niet naar vwo gegaan.

“Ik zat op een school met veel kakkers uit families met geld. Ik was ten eerste één van de weinige kinderen met maar één ouder... en ten tweede één van de weinigen met een ouder met een uitkering. Ik ben ook gepest, tieners zijn gewoon gemeen.”

Toen ik ging studeren, had ik geen idee wat er van me verwacht werd. Ik wist niet waar ik moest beginnen, vooral met wonen en studiefinanciering. Ik was altijd bang dat ik superbelangrijke dingen had gemist. Het was fijn geweest als iemand op de middelbare school al had **kunnen helpen**, van: ‘Je gaat straks studeren, dit komt er allemaal bij kijken.’ Het was een soort verlamming. Ik moest wel studiefinanciering aanvragen, dat was uitgelegd, maar ik wist niet de details. Het bleef stressvol, want hoe zat het dan als je vertraging opliep? Wat voor impact had dat? Ik miste de verduidelijking ontzettend. Pas na jaar 3 dacht ik: ‘Oh, dus het is niet erg als je een vak meeneemt naar het volgende collegejaar.’

De druk van verantwoordelijkheidsgevoel

Ik kom uit een gezin met twee zusjes en een broertje en ik ben **de oudste** van de hele familie. Mijn ouders hebben allebei niet gestudeerd. Mama heeft een mbo-opleiding gedaan, maar ze heeft er nooit wat mee gedaan. Ze mocht niet de studie doen die ze wilde van haar eigen ouders. Toen heeft ze maar iets gedaan om toch een papiertje te hebben, maar ze is niet in dat beroep gaan werken. En papa, die is elektricien, maar heeft daar niet per se een diploma voor gehaald.

Mijn ouders waren altijd heel erg van: 'Je moet presteren. Je zit op havo, maar je kan vwo doen.' Vooral mijn moeder zat erbovenop. Dat heeft ze altijd al wel gedaan. Ik had ook wel naar vwo gekund, maar ik wilde ook sporten en werken, dus ik heb het niet gedaan. In havo 4 gingen mijn vrienden de verkeerde kant op en ze gingen naar de mavo. Thuis heb ik daar veel gesprekken over gehad, vooral met mama: 'Wil je dat?' Van oké, 'Je zit nu in vier havo en we gaan nu naar de open dag'. Ik dacht: 'Doe even chill, ik weet niet wat ik wil.' Maar zij wilde naar open dagen. Ze zei: 'Je moet iets doen wat je leuk vindt,' omdat ze zelf nooit mocht studeren van haar ouders. Ik wilde misschien iets in de zorg kiezen, omdat ik altijd voor mijn zusjes en broertje zorgde, maar verder wist ik het niet. Maar hoe kan ik iets uitzoeken als ik niet weet wat ik wil? Dat is toch heel lastig: welke keuze moet je maken? Wat vind je leuk? Maar ook natuurlijk met DUO, Studielink, whatever. **Alles was één groot vraagteken.** En dan mijn moeder die ook best wel veel zelf wilde uitzoeken.





Uiteindelijk kreeg ik een oogmeting en mama was mee. Toen ging ze vragen aan die man wat hij voor studie had gedaan. Ik zat er toen echt bij van: waarom? Ik weet niet wat ik wil. Laat hem gewoon die oogmeting doen. Ik wil een nieuwe bril en dan gaan we weer weg. Maar toen hebben we een half uur met hem gekletst over wat hij had gedaan. En ik heb gewoon nog nooit iemand zo **enthousiast** over zijn werk en over zijn studie horen praten. Toen ben ik gaan kijken bij de open dag. En daarna heb ik nog stagegelopen bij hem en daar gewerkt.

Ik was blij dat ik hier aan de HU kon studeren. Ik begon met twee bachelors tegelijk. Later ben ik gestopt met één van de twee, omdat ik mezelf niet in dat werkveld zag. Ik verwachtte dat mama zou zeggen: 'Je moet doorgaan en je moet het gewoon doen, want het is belangrijk om je diploma te halen.' Maar in plaats daarvan zei ze: 'Oké, is goed. Stop er maar mee als dat beter voelt.' Ik dacht dat ze me zou aanmoedigen om door te zetten, want het was nog maar twee jaar. Dat was heel gek voor mij. Diezelfde dag heb ik mij uitgeschreven, en dat gaf heel veel rust.

*“Welke keuze moet je maken?
Wat vind je leuk? Maar
ook natuurlijk met DUO,
Studielink, whatever. Alles
was één groot vraagteken.”*

Ik pieker en ben perfectionistisch, net als mijn moeder. Mijn huisgenoten vinden me ook een moederfiguur en dat zie ik ook wel. Het zit er ook wel in, want je bent de oudste thuis en hebt een bepaalde zelfstandigheid en **verantwoordelijkheidsgevoel**. Die zelfstandigheid zie ik als een positief ding, maar soms ook als negatief. De zelfstandigheid die ik had in mijn thuissituatie is misschien wel te vroeg geweest.

Van 'arbeiders- kindje' naar Master of Science

Ik kom uit een stabiel gezin en ik heb een broertje. Mijn vader en moeder hebben allebei een mbo-opleiding afgerond, dus geen universiteit of hbo. Vanuit mijn ouders heb ik niet echt meegekregen dat ik een eerste-generatiestudent was, maar als je klasgenoten je een **'arbeiderskindje'** noemen, dan word je wel met

je neus op de feiten gedrukt. Op de basisschool hoorde ik er niet bij. Ik werd gepest. Mijn broertje minstens zo erg. Op een gegeven moment ga je erboven staan, maar het is heel naar als je zo jong bent en je **geen aansluiting** vindt. Je moet je wel veilig kunnen voelen. Ik voelde een soort ongelijkheid. Het maakt wel degelijk uit waar je wieg staat, ook al wordt er gezegd dat dit in Nederland niet zo is. Je krijgt hier gelukkig veel kansen, maar nog steeds speelt afkomst indirect een rol in je ontwikkeling op jonge leeftijd.

Of docenten mij geholpen hebben, vind ik moeilijk om te zeggen. Het was vooral mijn vader die mij steeds peptalks gaf. Ik kreeg van de docenten een lager schooladvies, terwijl tests lieten zien dat ik havo/vwo aankon. Ook op de havo werd gezegd dat ik naar het mbo moest. Ik was steeds onzeker en dacht: 'Kan ik het wel? Kan ik het niet?' Dan gaf mijn vader steeds weer die peptalks: 'Probeer het nou. Als je het niet probeert, dan weet je het ook niet.' Zonder hem had ik waarschijnlijk nooit de keuze gemaakt om naar de universiteit te gaan.

Mijn ouders zijn **altijd betrokken** geweest bij mijn studievoortgang. Zij triggerden mij om mijn best te blijven doen. Maar uiteindelijk moet je het zelf doen. Er waren wel docenten die mij een extra push gaven, vooral zelfstandige vrouwen met een interessante carrière — ambitieus en doorontwikkeld. Zij hebben mij echt geïnspireerd. Ik vind het belangrijk dat er meer aandacht komt voor het thema eerste-generatiestudent. Dat mijn ouders niet hebben gestudeerd, heb ik nooit actief benoemd op het hbo of de universiteit.





Ik moet denken aan het boek van Milio van de Kamp. Hij heeft een veel zwaardere jeugd gehad, maar is uiteindelijk gaan werken aan de universiteit. Zijn boek heet Misschien moet je iets lager mikken. Die boodschap heb ik ook vaak gekregen van docenten op de basis- en middelbare school. Dan moest mijn vader mij daar telkens weer vanaf praten. Het boek van Milio laat goed zien hoe het is om in tweestrijd te zitten. Mijn masterdiploma voelt voor mij eigenlijk als een middelvinger naar alle docenten die zeiden dat ik het niet kon. De één heeft een rechtlijnige ontwikkeling en de ander een wat grilligere — maar ook die kan er komen. Je moet mensen niet afremmen in hun drive. Hoe kun je weten dat iemand iets niet kan, als diegene het nooit heeft geprobeerd?

Doorzettingsvermogen en discipline zijn dingen die ik van huis uit meegekregen heb. Ik heb dat ook nu nog nodig om mijn studie vol te houden. Maar ook het streven naar financiële vrijheid en onafhankelijkheid. Daar streef ik naar. Dat is pas van de laatste jaren. Mijn vader zit in de ziektewet en als ik zie wat voor **onzekerheid** dat geeft... Mijn moeder werkt niet, dus ze zijn afhankelijk van mijn vaders inkomen. Misschien wordt hij straks afgekeurd. Dat is een echte eyeopener geweest voor mij.

“Mijn masterdiploma is eigenlijk een middelvinger naar alle docenten die zeiden dat ik het niet kon.”

Ook zelf heb ik een WW-uitkering gehad omdat er weinig baan zekerheid was. Ik wil niet afhankelijk zijn van andere instanties of organisaties. Na mijn opleiding ben ik gaan werken, maar ik merkte dat ik niet de hele dag achter de monitor wilde zitten. Op een gegeven moment kwam ik tot het punt: ik wil me omscholen. Voltijd studeren zat er alleen niet meer in voor mij. Toen kwam de deeltijdvariant weer op de markt en heb ik besloten: ik ga er weer voor.

Ik hoef me straks geen zorgen te maken over werkgarantie. Ik wil later zelf kunnen bepalen: ‘Ik kap met mijn werk.’ Die keuze kan mijn vader niet maken... Dat is een **trigger** geweest, waardoor ik daar nu wel heel bewust mee bezig ben.

Het hbo vond ik een stuk fijner dan de middelbare school. Het is toch een andere cultuur. Hier werd ik niet behandeld als een klein kind. Ik had mijn eigen verantwoordelijkheid en ben mezelf in die periode ook wel tegengekomen. Ik moest alles zelf uitzoeken op het hbo. Aan de ene kant was die vrijheid heel fijn, anderzijds was het moeilijk om mezelf de goede kant op te pushen. Ik ben toen met een psycholoog gaan praten. Dat was fijn. Nu kan ik accepteren dat ik anders ben, dat ik niet helemaal binnen de lijn pas, als ik het zo mag noemen.

Mijn vader steunt mij; hij heeft van huis uit veel tegenslagen gehad. Ik denk dat hij zich ook wel vaak het zwarte schaap heeft gevoeld, maar daardoor kon hij makkelijker van ons accepteren dat wij een beetje afwijken van de norm. Het leven gaat niet vanzelf, en daardoor leer je hard werken. En je moet je bewijzen, en dat zorgt er ook weer voor dat je een bepaalde power in je hebt. Ja, dan moet ik misschien een stapje harder doen, maar dat is ook een eigenschap die je heel ver kan brengen.

Opgegroeid tussen twee werelden

Ik ben opgegroeid tussen twee werelden. Mijn vader woonde in Nederland en mijn moeder in Suriname. Vijf jaar lang leefde ik alleen met mijn moeder in Suriname, voordat mijn eerste zusje werd geboren. Een jaar later kwam mijn tweede zusje erbij. Hoewel mijn vader ver weg was, bleef hij betrokken. Kort na de geboorte van mijn jongste zusje gingen mijn ouders uit elkaar.

Als oudste dochter werd ik ineens de **'rots in het gezin'**. Al op jonge leeftijd kreeg ik een moederlijke rol opgelegd en veel druk van mijn ouders, vooral van mijn vader die vaak zei: 'Als het misgaat met jou, gaat het ook mis met je zusjes.' Zo verdween het kind-zijn heel snel, want ik moest een voorbeeldfiguur zijn. Op mijn tiende was ik vaak alleen thuis met mijn zusjes, met een leeftijdsverschil van vijf tot zes jaar. Mijn moeder zei later nog: 'You made it look easy', en nu beseft ze dat zo'n enorme verantwoordelijkheid nooit aan een kind had mogen worden opgedragen. Natuurlijk had zij zelf ook de struggles van een first time mom, zonder een echt vangnet of netwerk. Daardoor heb ik **mezelf moeten opvoeden**, want na school was ik vrijwel altijd met mijn zusjes alleen.

Op school ging alles meestal gemakkelijk, tot een leerkracht in groep zes mij compleet lamlegde, omdat ze mij neerhaalde zonder reden. Ik presteerde niet meer, kreeg alleen maar lage cijfers en voelde me diep getraumatiseerd. Ik ging nog wel over, maar met zesjes, wat niet bij mij hoorde. Gelukkig bracht een verhuizing een keerpunt: een nieuwe leraar toonde **oprechte trots** in mij, wat me enorm goed deed. Die erkenning, dat iemand echt trots op me is, is iets waar ik altijd naar op zoek ben.



Toen ik zeventien was, verhuisde ik naar Nederland. Eerst alleen, en een jaar later volgden mijn moeder en zusjes. Vanwege mijn Nederlandse nationaliteit moest ik voor mijn achttiende al verhuizen om die niet te verliezen. Ik keek er zo naar uit om samen met mijn vriendinnen in Suriname eindexamen te doen, maar dat toekomstbeeld werd me ontnomen.

Ik belandde bij mijn oom en tante in 't Gooi, waar ik het VWO volgde. Als zwarte Surinamer voelde ik me daar totaal **buiten de boot**, wat alles extra confronterend en pijnlijk maakte, bovenop het trauma van het niet zijn in mijn vertrouwde omgeving. Bij mijn oom en tante hing een constante druk. Ik liep op eieren, voelde me nergens thuis en moest perfect presteren, zowel op school als thuis.

Het mocht niet baten; uiteindelijk bleef ik zitten, voor de eerste keer in mijn leven. Toen koos ik voor het voortgezet algemeen volwassenenonderwijs (vavo). Kort daarna ging ik tijdelijk bij mijn moeder in België wonen, precies een jaar na mijn verhuizing naar Nederland, in de hoop dat alles weer goed zou gaan. Maar het verlangen om terug te keren naar Nederland bleef.

Uiteindelijk bood een vriendin mij een **veilige plek** aan. Bij haar en haar moeder vond ik een thuisgevoel: een periode waarin ik leerde wat het betekende om echt voor mezelf te zorgen. In gesprekken aan de eettafel, zonder constante druk maar met aandacht en begrip, ervaaarde ik het principe van 'gentle parenting'.

“Ik belandde bij mijn oom en tante in 't Gooi, waar ik het VWO deed. Als zwarte Surinamer voelde ik me daar totaal buiten de boot.”

Na een jaar verhuisde ik naar een kleine studio, waar ik de laatste drie vakken afsloot, terwijl ik vooral thuis bleef. Nadat ik mijn diploma had behaald, ging ik een hbo-studie volgen. Toch voelde ik me op het hbo soms niet voldoende uitgedaagd, waardoor ik naast mijn studie allerlei extra's ging doen — van Honourscursussen tot het proberen om alles zo te regelen dat ik sneller kon afstuderen. Die **drang om perfect te zijn**, een erfenis van mijn rol als voorbeeldkind, zit diep in me verankerd.

Vandaag de dag combineer ik een 36-urige werkweek als woonbegeleider met het onderzoek voor mijn master en zit ik ook in de wijkraad. Het dringt steeds meer tot me door dat ik al deze rollen vooral op me neem voor de **erkenning**. Ik weet dat ik het kan en ik probeer altijd perfect te zijn, maar de trots voel ik pas wanneer anderen het benoemen.

Misschien klinkt het cliché, maar in de toekomst wil ik vooral beter voor **mezelf zorgen**. Ik wil milder zijn en minder van mezelf eisen, en leren dat mijn waarde niet afhangt van wat ik doe of bereik, maar van wie ik ben en hoe ik in mijn vel zit.

Colofon

Uitgave

Hogeschool Utrecht
2026

Redactie

Lectoraat Innovaties in de Preventieve Zorg (Kenniscentrum Gezond en Duurzaam Leven) en Lectoraat Jeugd (Kenniscentrum Sociale Innovatie).
Inge Egberts, Elmy Maas, Marije Kesselring, Saskia Wijsbroek,
Janna Bruijning, Loes Houweling, Katarina Jerković-Ćosić

Financiering

Deze uitgave is tot stand gekomen met steun van:
Hogeschool Utrecht – Onderzoek en verslaglegging
SPRONG groep PREVENT – vormgeving
Kennisplatform Utrecht Sociaal (kUS) – drukwerk

Vormgeving

Juliette Verberne

Drukwerk

Koninklijke Rijnja

Contact

Hogeschool Utrecht
Innovatiesinpreventievezorg@hu.nl
LectoraatJeugd@hu.nl

© 2026 Hogeschool Utrecht

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

