



HET KEUKENTAFELGESPREK

**'SOCIAAL WERKERS
ZIJN MEER GEVERS
DAN VRAGERS'**

Satcha Maduro (40) is lifecoach en trainer

In de flatwoning in Amsterdam-Noord wordt geleefd. De koffie pruttelt, de kunstwerken van echtgenoot Francis zijn verspreid door de woonkamer, de keukentafel is overduidelijk Satcha Maduro's werkplek. De van origine bedrijfsmaatschappelijk werker is nu zelfstandig lifecoach en trainer in het sociaal domein, maar ook ervaringsdeskundige. 'Ik ben in Suriname geboren. Mijn vader was daar rechercheur, een man van aanzien, die mij leerde: je moet uitblinken, hogerop in het leven. Zo zag ik mezelf ook. Ik zou een geweldige carrière hebben. Het veranderde toen mijn dochter Sienna werd geboren met een meervoudige verstandelijke beperking. Haar vader verliet al snel het gezin en ik bleef ontredderd als alleenstaande moeder achter. Ik kon door de zorg voor mijn dochter niet meer werken. Ik probeerde wel via uitzendbureaus maatschappelijk werk te doen, maar moest te vaak afhaken vanwege Sienna. Ik probeerde een zangcarrière. Dat liep goed, maar was niet te combineren met de zorg thuis. Ik raakte het overzicht over mijn leven kwijt en raakte steeds dieper in de schulden. Ik werd overspannen, mijn zelfvertrouwen was totaal verdwenen. Het echte dieptepunt? Toen ik besepte dat ik de zorg voor Sienna niet meer aankon en besloot haar uit huis te plaatsen. Ik kwam thuis, het was benauwend stil, ik zakte op de grond en heb geschreeuwd en gehuild. Ik was mijn kind kwijt. Ik dacht dat ik maar beter niet meer kon leven. Ik ben gelovig en heb wanhopig zitten bidden, tot ik op een moment nieuwe kracht voelde en dacht: je moet iets met je leven. Vanaf dat moment zocht ik hulp. Ik ging praten met een psychotherapeut en parallel daaraan ben ik intensief gaan sporten. Ik had ook een eetprobleem ontwikkeld, vrat mijn emoties weg. Ik was destijds 22 kilo zwaarder dan nu. Die holistische aanpak was perfect. Al die gelukshormonen die hersenen aanmaken werken helend. Je slaapt beter, kunt weer nadenken.' Het idee voor de Somega-methode was geboren: therapeutische coachingsgesprekken, die Maduro houdt met cliënten, in combinatie met persoonlijke bewegingprogramma's door de sportcoaches binnen Somega.

Ze pakte haar leven weer op. 'Mijn zelfvertrouwen was terug. Ik begon met vrijwilligerswerk bij welzijnsorganisatie Doras en kreeg daar vervolgens betaald werk aangeboden als maatschappelijk werker binnen de schuldhulpverlening. Als ik cliënten vertel dat ik zelf de laatste maanden afbetaal van drie jaar schuldsanering, geeft dat vertrouwen. Ze snappen dat ik weet hoe dat voelt.' Ze traint ook sociaal werkers en herkent waar het misgaat. 'Hulpverleners zijn over het algemeen meer gevers dan vragers. Ze hebben te maken met hoge werkdruk en vragen niet snel om hulp. Ze redderen eerder. Daardoor is het risico groot dat ze uitvallen. Het ziekteverzuim in het sociaal werk neemt toe. Ik doe individuele coaching, maar ook bewustwordingstraining voor groepen hulpverleners. Zodat organisaties en medewerkers eerder signaleren dat ze over hun grenzen heengaan.' Ze heeft de bodem gevoeld in het leven, maar is daar sterk uitgekomen. 'Wat mij hielp, is dat ik weer perspectief zag. Ik was opgevoed om sterk te zijn. Daarom vond ik mezelf mislukt als moeder, in mijn werk, als mens. Dat zelfbeeld moet je veranderen. Bied je cliënt perspectief, vraag hem of haar: hoe zie je je leven, wat wil jij? Geef mensen de regie terug in hun leven en blijf in hen geloven.' ■

Zorg+Welzijn Magazine

is een uitgave van Bohn Stafleu van Loghum, onderdeel van Springer Media B.V.
24e jaargang, nummer 7-8,
juli/augustus 2018

REDACTIE

Hoofdredacteur Piet-Hein Peeters
Eindredactie/coördinatie Herman Keppy
(Web)Redactie Sophie van Hogendorp en Carolien Stam: zorgenwelzijn@bsl.nl
Uitgever Marten Stavenga

ADVERTENTIES

Cross Media Nederland, 010 7421021
zorg@crossmedianederland.com
Arbeidsmarktcommunicatie:
Sales Support: 030 6383603: adverteren@bsl.nl
Advertentiemateriaal: traffic@bsl.nl
Wesley van Kruiselbergen, 030 6383661

ABONNEMENTEN

Zorg+Welzijn verschijnt 10 keer per jaar.
Abonnementsprijs: (print + online toegang) € 169,- (incl. BTW), Studenten € 84,50.
Het abonnement kan elk gewenst moment ingaan en wordt automatisch verlengd tenzij twee maanden voor de vervaldatum is opgezegd via het daarvoor bestemde formulier op www.bsl.nl/klantenservice. Als vakblad hanteren wij de opzegregels uit het verbintenissenrecht. We gaan er vanuit dat u het abonnement uit hoofde van uw beroep hebt afgesloten.
Abonnementen-administratie: Klantenservice Bohn Stafleu van Loghum, Postbus 246, 3990 GA Houten. Telefoon: 030-6383736.
Bij wijziging van de tennaamstelling en/of adres verzoeken wij u de adresdrager met de gewijzigde gegevens op te sturen naar de afdeling klantenservice of wijzigingen door te geven via het formulier op www.bsl.nl/klantenservice.

VOORWAARDEN

Op leveringen en diensten zijn de bij de Kamer van Koophandel gedeponeerde algemene voorwaarden van Springer Media B.V. van toepassing, tevens raadpleegbaar op www.springermedia.nl. De voorwaarden worden op verzoek toegezonden. Het overnemen en vermenigvuldigen van artikelen en berichten uit dit tijdschrift is slechts geoorloofd met bronvermelding en met schriftelijke toestemming van de uitgever. Het verlenen van toestemming tot publicatie in deze uitgave houdt in dat de Standaardpublicatievoorwaarden van Springer Media B.V., gedeponeerd bij de Kamer van Koophandel te Utrecht onder dossiernummer 3210/635, van toepassing zijn, tenzij schriftelijk anders is overeengekomen. De Standaardpublicatievoorwaarden voor tijdschriften zijn in te zien op www.bsl.nl/schrijven-bij-bohn-stafleu-van-loghum/auteursinstructies of kunnen bij de uitgever worden opgevraagd. www.bsl.nl

© 2018, Bohn Stafleu van Loghum

 **bohn
stafleu
van loghum**

 **mvw**
media voor vak
& wetenschap

ISSN 1381-4664