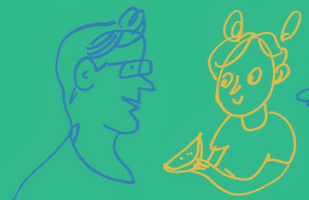




Groepsgerichte Opvoedingsondersteuning

handreiking voor jeugdprofessionals



Inhoudsopgave

Voorwoord

Blz. 5

**Ouders steunen
en versterken bij
de opvoeding**

Blz. 6

**Jeugdprofessionals
en vrijwilligers**

1

Blz. 11

Structuur

2

Blz. 16

**Dynamiek &
groepsgevoel**

3

Blz. 21

**Steunend netwerk &
sociale contacten**

4

Blz. 25

Leren van elkaar

5

Blz. 29

Opladen & ontspannen

6

Blz. 33

Ook belangrijk

7

Blz. 38

**Gezond, kansrijk
en veilig
opgroeien**

Blz. 43

Colofon

Blz. 51

Bronnen

Blz. 46

Met genoegen schrijf ik dit voorwoord bij de handreiking groepsgerichte opvoedingsondersteuning. Een prachtig resultaat van een laagdrempelig, toegepast onderzoek in de praktijk. In drie verschillende contexten, op drie locaties, is gewerkt met dezelfde methodiek van storytelling. Hier troffen de moeders, de kinderen, de vrijwilligers en professionals, de onderzoekers en de studenten elkaar.

Wat is nu de kracht van een dergelijke aanpak, waarom werkt dit zo goed? Ik denk dat het antwoord de “ontmoeting” is. Niet het vluchtige, haastige contact, maar de daadwerkelijke interesse in de ander. Het is niet voor iedereen weggelegd om de motivatie voor verandering altijd uit jezelf te moeten halen. Door het bieden van een veilige context waarbinnen naar elkaar kan worden geluisterd, waar verhalen kunnen worden verteld, worden knelpunten niet meer geheel ervaren als een individuele last. Gedeelde smart is halve smart; de tegenhanger is echter zeker zo belangrijk: gedeeld succes wordt gevierd en motiveert. Succes dat je kunt vieren met elkaar.

Zo bieden deze lerende groepen de voedingsbodem voor verandering. Ik hoop dat veel studenten en professionals iets hebben aan dit mooie resultaat, deze handreiking; zodat er nog veel verhalen verteld worden en successen gezamenlijk kunnen worden gevierd.

Mr.Drs. Michèle Garnier,

Dean Academie voor Sociale Studies
Voorzitter stuurgroep 3D onderzoeksproject
Hanzehogeschool Groningen

OUDERS STEUNEN EN VERSTERKEN BIJ DE OPVOEDING

Ouders spelen een belangrijke rol bij het creëren van ontwikkelkansen voor kinderen. Waar scholen, sociale en (gezondheids)zorg voorzieningen elkaar afwisselen, vormen ouders een constante factor in het leven van hun kinderen¹. Het gedrag, welzijn en de sociale omgeving van ouders zijn van invloed op het opgroeien van kinderen. In ieder gezin hebben ouders opvoedvragen. Veel gezinnen lossen deze opvoedvragen zelf, of met behulp van hun directe omgeving op². Ongeveer de helft van de ouders met een kind tussen de 1 en 15 jaar heeft wel eens zorgen over het kind of diens ontwikkeling en wil deze zorgen graag bespreken met iemand buiten het gezin^{3,4}.

Sommige ouders zijn bij de opvoeding belast met ongunstige omstandigheden zoals armoede, werkloosheid, psychische problemen of relatieproblemen, waardoor zij minder goed in staat om hun kinderen voor te bereiden en te ondersteunen bij hun ontwikkeling⁵. Onderzoek laat zien dat ouders die van weinig geld moeten rondkomen meer problemen ervaren met opvoeden, minder positief zijn over de opvoeding en daarbij meer stress ervaren⁶. Daarnaast ervaren lager opgeleide ouders, onafhankelijk van hun inkomen, de opvoeding vaak als minder positief en ook alleenstaande ouders, of ouders in nieuw samenstelde gezinnen ervaren relatief vaak problemen met opvoeding^{6,7}. Kwetsbare ouders zijn door lage gezondheidsvaardigheden minder goed in staat om de juiste ondersteuning te vragen en te ontvangen, maar hebben wél baat bij opvoedingsondersteuning.

Als we de ontwikkeling van kinderen willen bevorderen is het belangrijk ook te investeren in het welzijn en welbevinden van ouders. Onderzoek laat zien dat als ouders goed in hun vel zitten zij betere opvoeders zijn, wat bijdraagt aan het welzijn en de ontwikkeling van kinderen⁸. Met andere woorden: goede zorg voor ouders betekent goede zorg voor kinderen⁹. Goede zorg voor ouders betekent investeren in beschermende factoren voor ouders, namelijk een positief thuisklimaat, netwerkklimaat en levensvaardigheden van ouders^{10,11}. We weten dat kwetsbare ouders een combinatie van een goed sociaal netwerk en adequate professionele steun nodig hebben¹².

De afgelopen jaren is pedagogische preventie daarom steeds meer gericht op het vergroten van de zelfstandigheid en de opvoedingsvaardigheden van ouders¹³. Dit gebeurt door aan te sluiten bij hun hulpvraag en aandacht te hebben voor de al aanwezige persoonlijke vaardigheden en eigenschappen van ouders, door deze te benutten en te ontwikkelen. Preventieve opvoedinterventies hebben een positieve invloed op het opvoedgedrag van ouders én een positief en langdurig effect op het gedrag en de ontwikkeling van kinderen^{14,15,16}.

Jeugdprofessionals^a zijn zich bewust van het nut en de noodzaak ouders te versterken in hun opvoedvaardigheden. Op veel plaatsen wordt laagdrempelig ondersteuning aangeboden in kleine groepen; universeel (voor alle ouders en kinderen), selectief (voor ouders met een verhoogd risico) en geïndiceerd (voor ouders met een verhoogd risico of een beginnend probleem). De vraag is hoe je als jeugdprofessional de ondersteuning die je biedt zo goed mogelijk vorm en inhoud kunt geven. Wat is écht belangrijk? Wat stellen ouders op prijs en wat kun je beter laten?

^a Met jeugdprofessionals bedoelen wij de professionals die in het sociale domein werken met ouders en/of de jeugd.

Deze handreiking gaat over het bieden van opvoedingsondersteuning om ouders te versterken. Opvoedingsondersteuning is het bieden van steun aan ouders bij opvoeding en ouderschap om een optimale ontwikkeling van kinderen te bevorderen. Het is een verzamelbegrip voor preventieve activiteiten en interventies die tot doel hebben de opvoedingscompetenties van ouders te vergroten en de opvoedingssituatie te verbeteren^{17,18}. Het gaat daarbij om het voorkomen van problemen zoals kindermishandeling, leerproblemen, emotionele en gedragsproblemen en om het creëren van optimale omstandigheden zodat kinderen gezond, veilig en kansrijk kunnen opgroeien. Dit wordt ook wel preventief en omgevingsgericht handelen van jeugdprofessionals genoemd¹⁹. In deze handreiking staan praktische handvatten voor jeugdprofessionals die opvoedingsondersteuning (willen gaan) aanbieden of hun bestaande praktijk willen verbeteren^b.

3D onderzoek naar opvoedondersteuning

In drie sociale praktijken is kwalitatief onderzoek uitgevoerd naar de vraag wat jeugdprofessionals in de praktijk concreet doen om kwetsbare ouders te steunen en te versterken zonder te bevoogden. Wat zijn daarin de werkzame factoren die leiden tot steunende opvoednetwerken en een sterke ouderrol? Deze vraag is onderzocht vanuit drie perspectieven; jeugdprofessionals, ouders en vrijwilligers op drie verschillende plaatsen in het Noorden van het land: 1) Huiskamer Beijum in de stad Groningen (WIJ); 2) Voor- en Vroegschoolse Educatie en Opvoedondersteuning in de gemeente Hogeveen (Stichting Sociaal Werk Hogeveen); 3) Alleenstaande moedergroepen in de Oost Groningse gemeente Veendam (CJG, Compaen).

Gedurende twee jaar is onderzoek uitgevoerd naar het concrete handelen van de jeugdprofessionals en naar de beleefde effectiviteit ervan vanuit het perspectief van ouders, vrijwilligers en jeugdprofessionals.

^b Deze handreiking vormt een praktische aanvulling op de bestaande richtlijn opvoedondersteuning van het Nederlands Centrum Jeugdgezondheid (NCJ, 2013). Deze richtlijn geeft jeugdprofessionals in de JGZ aanwijzingen voor de keuze van signaleringsinstrumenten, de wijze van communicatie en besluitvorming met ouders in geval van zorgen of problemen over de opvoeding, de in te zetten interventieprogramma's en de te verwerven competenties.

We hebben dit op een kwalitatieve manier onderzocht door middel van Storytelling. We hebben verhalen opgehaald bij jeugdprofessionals, vrijwilligers en ouders uit drie praktijken. De praktijkvoorbeelden en tips in deze handreiking zijn ontleend aan deze verhalen van jeugdprofessionals, vrijwilligers en ouders uit de drie praktijken^c.

Uit het onderzoek binnen de drie praktijken (Groningen, Hoogeveen & Veendam) blijkt dat zes factoren van belang zijn voor het bieden van opvoedingsondersteuning aan ouders²⁰. Op het niveau van de jeugdprofessionals gaat het om 1) professionele vaardigheden, 2) bieden van structuur en 3) het creëren van groepsgevoel. Voor de deelnemende ouders zijn 4) de sociale contacten, 5) de ontspanning en 6) het leren van andere ouders belangrijk. De meeste van de gevonden algemeen werkzame factoren zijn in een eerder literatuuronderzoek van het NJi effectief gebleken. Opvoedingsondersteuning lijkt positieve effecten te hebben op de psychosociale gezondheid van ouders en kinderen en kan zo bijdragen aan het voorkomen van een problematische opvoeding of gedrags- en emotionele problemen bij kinderen. De algemeen werkzame factoren geven richting aan de uitvoering van opvoedingsondersteuning door (aankomende) jeugdprofessionals.

^c De citaten in deze handreiking zijn afkomstig van ouders, vrijwilligers en jeugdprofessionals uit de drie praktijken. Om herkenbaarheid te voorkomen zijn de citaten geanonimiseerd.

Leeswijzer

In de volgende zes hoofdstukken worden de verschillende werkzame factoren bij het bieden van groepsgerichte opvoedingsondersteuning besproken. Wat houdt de werkzame factor in? Waarom is deze belangrijk voor het slagen van de opvoedingsondersteuning? En hoe pak je dat als (aankomende) professional aan? In hoofdstuk 1 staat de rol en de houding van de professional en de vrijwilliger centraal. In de hoofdstukken 2 en 3 staat beschreven waar jeugdprofessionals bij het organiseren van de groepsbijeenkomsten rekening mee moeten houden. Hoofdstuk 2 gaat daarbij in op het balanceren tussen structuur en openheid en hoofdstuk 3 op het werken aan de groepsdynamiek en het creëren van groepsgevoel. In de hoofdstukken 4 tot en met 6 staan de opbrengsten voor ouders centraal. In hoofdstuk 4 het sociale netwerk van ouders, in hoofdstuk 5 het van elkaar leren en in hoofdstuk 6 de ontspanning van ouders. In hoofdstuk 7 komen de ervaring met je kind en een aantal praktische tips aan bod.



**Jeugdprofessionals
en vrijwilligers**

Sinds de transformatie in het sociaal domein staat het versterken van de sociale structuur in wijken en dorpen centraal in het werk van jeugdprofessionals. Deze nieuwe manier van werken wordt aangeduid als preventief én omgevingsgericht werken. Dit gebeurt in opvoedingsondersteuning door aan te sluiten bij de vraag van ouders en aandacht te hebben voor de al aanwezige persoonlijke vaardigheden en eigenschappen van ouders, deze te benutten en te ontwikkelen (preventief). Ook het vergroten van de eigen kracht bij kinderen en jongeren, zoals werken aan hun talentontwikkeling en weerbaarheid, is een vorm van preventief werken die bijdraagt aan het verminderen van problematische opvoedsituaties¹⁹. Daarnaast is het in kaart brengen van de omgeving en het betrekken van de omgeving bij de ondersteuning (omgevingsgericht) van belang, zodat er ondersteuning geboden kan worden die aansluit bij de behoeften, wensen en mogelijkheden van ouders, kinderen en jongeren. Preventief en omgevingsgericht werken vraagt van jeugdprofessionals dat zij integraal, generalistisch, interdisciplinair en outreachend werken²². Preventief en omgevingsgericht werken doet een beroep op (soms) nieuwe vaardigheden van jeugdprofessionals. Het gaat vaak om vaardigheden als luisteren, doorvragen, stimuleren, activeren, maar niet sturen. Geruststellen en normaliseren, een vertrouwensband opbouwen en naast ouders gaan staan. Ouders complimenteren en ervaringskennis bij ouders aanboren zijn ook vaardigheden. Beschikbaar zijn, maar ook grenzen aangeven is belangrijk. Samenwerken is ook van belang (omgaan met verschillen tussen jeugdprofessionals, ouders en kinderen, actief samenwerken met collega's en vrijwilligers). Soms kunnen ouders zelf in deze rol elkaar steunen bij de opvoeding door het bieden van een luisterend oor en het uitwisselen van ervaringen en tips is²³. Deze ouders fungeren als vrijwilliger bij het bieden van opvoedingsondersteuning. De hulpverlening kan gebruik maken van de ervaringsdeskundigheid van deze ouders²⁴.

Als er een stilte valt dan gooit de professional een balletje op. Zij is gewoon huppatee en we gaan ervoor. Zij zorgt er voor dat er ook positieve punten en oplossingen worden gezocht en ze houdt de groep rollende. Als zij er niet was geweest dan kwamen we niet echt tot een gesprek. Dan is het meer gezellig kletsen. Zij helpt ons om ons hart te kunnen luchten *[ouder]*.

WAAROM

De kwaliteit van de begeleider is in hoge mate bepalend voor de effectiviteit van groepsgerichte opvoedingsondersteuning²⁵. Uit onderzoek blijkt dat ook de kwaliteit van de relatie tussen de ouders en de professional in grote mate bijdraagt aan het veranderen van (opvoed) gedrag bij ouders^{21,26}. Het gaat om een basishouding: betrokken, transparant authentiek en empathisch, ook wel professionele nabijheid genoemd²⁷. Ouders waarderen het boven-dien als de jeugdprofessional normaliseert en hen het gevoel geeft dat ze geen 'geval' zijn.

De moeders hebben vertrouwen in mij omdat ze horen "die heeft ook wel het een en ander meegemaakt". Je kunt natuurlijk heel makkelijk met mensen praten die professioneel gezien dingen uit boekjes hebben geleerd en wat stage-ervaring op hebben gedaan. Maar je in iemand verplaatsen en advies geven komt uit je hart en uit je gevoel van wat jij hebt meegemaakt (vrijwilliger).

Ondersteuning hoeft echter niet alleen van jeugdprofessionals afkomstig te zijn. Uit onderzoek blijkt dat ouders meer behoefte hebben aan steun van andere ouders of familieleden dan van jeugdprofessionals⁷. Ouders doen graag een beroep op andere ouders voor praktische steun, bijvoorbeeld om een middag op de kinderen te passen. Veel terughoudender zijn ze met het inschakelen van andere ouders bij opvoedingsvragen²³.



Een aantal basisvaardigheden is belangrijk voor het bieden van groepsgerichte opvoedingsondersteuning.

Voor de professional:

- ... maak contact met ouders, nodig ze uit.
- ... bied een luisterend oor, maar vraag ook door.
- ... stel je open op, treed informeel in contact, en ga een band aan met ouders.
- ... normaliseer verschillen, geef complimentjes en stel ouders gerust.
- ... stel je betrokken op, denk mee en zoek zaken uit voor ouders.

Om preventief te werken versterkt de professional de eigen vaardigheden van ouders.

Voor de professional:

- ... ondersteun ouders door impliciete coaching en sturing, en laat tijdens de bijeenkomst voorbeeldgedrag zien.
- ... moedig ouders aan de activiteit ook thuis te doen.
- ... volg ontwikkelingen van deelnemers en toon interesse.
- ... laat deelnemers een eigen programma maken, of speel bij het verzinnen van activiteiten in op vragen en behoeften van deelnemers (wat zij leuk vinden, wat zij willen bespreken), blijf tijdens de uitvoering van het programma flexibel voor signalen vanuit de groep.
- ... open het gesprek, moedig deelnemers aan iets in de groep te vertellen en zorg ervoor dat iedereen de ruimte krijgt in te brengen.
- ... monitor het gesprek, stuur waar nodig bij en neem de tijd voor ingebrachte onderwerpen.



Daarnaast wordt de omgeving van ouders bij de ondersteuning betrokken.



Voor de professional:

- ... put bij het ondersteunen van ouders uit ervaringskennis van andere ouders, vrijwilligers of jezelf en zet zo ouders in hun kracht.
- ... werk samen met andere (jeugd)professionals, of schakel andere (jeugd)professionals in.

Suggestie^d:

Coaching vrijwilligers

Eén keer in de twee weken komen de vrijwilligers van de groep bij elkaar om de volgende punten te bespreken: hoe ging het de afgelopen keer? Hoe bereiden we volgende keer voor? Wat is de taakverdeling? Wat speelt er in de groep?

^d De suggesties in deze handreiking zijn opgehaald bij de drie praktijken.



Structuur

Om ouders te ondersteunen en tegelijkertijd de opvoedingsondersteuning laagdrempelig te houden is het belangrijk de juiste balans te vinden in het bieden van structuur en openheid. Structuur aanbrengen in de bijeenkomsten rond opvoedingsondersteuning houdt in dat er een aantal regels en afspraken gelden (bijvoorbeeld rondom respectvol gedrag) en er een programma is (door ouders zelf opgesteld of door jeugdprofessionals). Het vinden van de juiste balans heeft te maken met de mate waarin er ruimte is voor eigen inbreng en regie door ouders. Een te dwingende structuur kan sommige ouders afschrikken. Een professional die een volgende bijeenkomst vraagt of een activiteit thuis is uitgetrueerd, wordt door sommige ouders als controlerend ervaren. Ouders vinden het prettig als er enige mate van vrijheid is (bijvoorbeeld de mogelijkheid om af en toe niet te komen), de ruimte is om regels en afspraken in onderling overleg vast te leggen en samen het programma vorm en inhoud te kunnen geven. Ook het onderling verdelen van de taken binnen de groep hoort hierbij.

Hoe lang we met de 'Goed nieuws ronde' bezig zijn hangt ervan af. Als er iets naar boven komt waar een lang gesprek over komt, dan laten we ook zo de geplande activiteit voor wat het is. Als dat nodig is, dan is dat nodig. Soms is het belangrijker om een gesprek te hebben, omdat iemand ergens mee zit, dan de activiteit te doen (professional).

WE COMBINEREN
PRATEN
EN DINGEN
DOEN. VOOR IEDER
WAT WILS



WE HEBBEN
EEN PROGRAMMA,
MAAR VOLGEN OÖK
DE VRAAG VANUIT
DE GROEP



WAAROM

Het succes van opvoedingsondersteuning staat of valt met de motivatie van ouders om eraan deel te nemen. Eén van de belangrijkste theorieën over motivatie is de zelfdeterminatietheorie van Ryan en Deci²⁸ waarin onderscheid wordt gemaakt tussen intrinsieke en extrinsieke motivatie. Als ouders intrinsiek gemotiveerd zijn betekent dit dat zij uit zichzelf graag willen leren. Ouders die extrinsiek gemotiveerd zijn, nemen aan opvoedingsondersteuning deel als hen dat iets oplevert (hulp, ontspanning). Sommige ouders nemen zelf het initiatief om deel te nemen, terwijl andere ouders een zetje vanuit hun omgeving (bijvoorbeeld door een professional van het consultatiebureau of door een familielid) nodig hebben.

We besluiten alles samen. Welke activiteit vinden we leuk? Hebben we zelf ideeën? Er is niks wat eigenlijk niet leuk is, omdat we allemaal samen besluiten wat we gaan doen. De ene keer is dat knutselen en andere keer is het eten [ouder].

De wijze waarop een sociale jeugdprofessional een groep ouders begeleidt heeft grote impact op de motivatie van de ouders. Jeugdprofessionals kunnen de motivatie volgens de theorie van Ryan en Deci²⁸ stimuleren door 1) duidelijk structuur te bieden en 2) de autonomie van ouders te vergroten. Door ouders structuur te bieden helpen jeugdprofessionals ouders zich competent te voelen. Regels en afspraken geven ouders zekerheid en duidelijkheid. Als jeugdprofessionals daarnaast de autonomie van ouders ondersteunen, krijgen ouders het gevoel dat ze ertoe doen en ook zelf invloed hebben op de bijeenkomst en uitkomsten daarvan. Als de professional de regie over een aantal zaken bij ouders neerlegt, versterkt dat ouders en verhoogt het hun betrokkenheid.



HOE

Voor de professional:

- ...laat deelnemers een eigen programma maken, of speel bij het verzinnen van activiteiten in op vragen en behoeften van deelnemers (wat vinden zij leuk, wat willen zij bespreken).
- ...houd met het structureren van het programma rekening met de behoeften uit de groep (een impliciet programma of juist een duidelijk zichtbaar programma).
- ...blijf tijdens de uitvoering van het programma flexibel voor signalen vanuit de groep.
- ...volg ontwikkelingen van deelnemers en toon interesse.
- ...leg de activiteit uit en vul aan met tips of adviezen.
- ...zorg er (indien van toepassing) voor dat thema's in lijn zijn met bijvoorbeeld peuterspeelzaal of school en dat thema's feestelijk worden afgesloten.



Suggesties:

Vastleggen programma

Stel elk half jaar (in september en januari) een programma op met de groep(en) en bepaal een thema voor elke ochtend. Inventariseer welke onderwerpen de deelnemers willen bespreken. Streef naar een mix van opvoedkundige en financiële thema's, creatieve en sportieve activiteiten. Hanteer een budget voor externe sprekers. Niet elke ochtend wordt vastgelegd, er is ook vrije ruimte.

Opbouw

- ... Inloop (bv. 8.45- max. 9.15 uur).
- ... Start met koffie/thee, gesprek met elkaar over wat ouders bezig houdt (bijvoorbeeld om 9 uur).
- ... Eventueel 'Lucht je hart ronde': als ouders echt iets moeilijks met de groep willen delen.
- ... Daarna een 'Goed nieuws ronde': iedereen wordt gestimuleerd iets positiefs te vertellen. Doel: focus houden op de eigen kracht van deelnemers en het uitgangspunt dat er ondanks zware perioden altijd lichtpuntjes te vinden zijn.
- ... Thema van die dag (bespreking, knutselactiviteit, etc.).

Ideeën voor knutselactiviteiten

Op Pinterest (www.pinterest.nl) staan veel ideeën voor knutselactiviteiten. Voorbeelden zijn: kerststukjes, kaarsjes met foto-opdruk, traktaties voor de kinderen op school, paashazen, pepernotentaart. Iedere week is er iemand verantwoordelijk voor de aanschaf van de materialen. De materialen worden vaak bij de Action gehaald.



**Dynamiek &
groepsgevoel**

Voor het slagen van groepsgerichte opvoedingsondersteuning is de dynamiek in een groep van belang. Binnen een groep spelen zich allerlei sociale processen af. Als professional kun je inspelen op die processen om zo de vorming van een goede groeps sfeer (en een steunend netwerk, zie hoofdstuk 4) te bevorderen.

Een belangrijke waarde voor de samenwerking in een groep is gelijkwaardigheid. Afspraken over omgangsvormen en geen oordelen uitspreken over elkaar dragen bij aan het creëren van een veilige sfeer waar iedereen zich welkom voelt en zich durft te uiten. Omdat de samenstelling van een groep erg divers kan zijn, is het soms handig een groep te splitsen en groepen te maken waarbinnen bovenstaande waarden gerealiseerd kunnen worden. Als binnen een groep bijvoorbeeld ouders met een meer en minder problematische thuissituatie te maken hebben, zijn beide groepen ouders soms beter geholpen binnen een groep 'gelijkgestemden' waar de herkenbaarheid groter is. Deelnemers aan de groep moeten zich uiteindelijk onderdeel voelen van de groep en eigenaar van datgene wat daar plaatsvindt.

Als je er heen gaat, vind ik dat je mee moet doen. Dan moet je het niet de hele tijd ergens anders over hebben, de hele tijd het woord hebben of lawaai maken. Daarom hebben we regels opgesteld. Gezelligheid, naar elkaar luisteren en respect, eigenlijk de normale regels die iedereen heeft. De professional heeft dat op papier gezet met de hele groep en opgehangen. Zodat je kunt zien; je houdt je aan de regels. Aan de ene kant vind ik dat ook wel apart want je bent volwassen, maar waarschijnlijk is het nodig [ouder].



WAAROM

Alle ouders zijn kwetsbaar én hebben faalervaringen in hun ouderschap met de daarbij horende schuldgevoelens²⁸. “Groepsgerichte opvoedingsondersteuning werkt alleen in een cultuur van vertrouwen. Een kind grootbrengen zit dicht op iemands huid. Persoonlijker kun je bijna niet worden. Het is niet voor alle deelnemende ouders vanzelfsprekend om vertrouwelijk om te gaan met de informatie die zij krijgen als een andere ouder een inkijkje geeft in het vallen en opstaan op de ouderlijke werkvloer. Een sociale cultuur van roddel, achterklap en schaamte kan ouders in een isolement plaatsen. Maar ook met een cultuur van vertrouwen zijn er altijd ouders die ronduit onhandig zijn met contacten, die het te druk hebben met hun eigen leven, met bijbehorende narigheid, of die zich schamen en geen steun durven vragen²⁹”.

Mijn rol is dat ik alle ouders zie en dat ik alle peuters zie. Ik heb iedereen welkom en stel iedereen op zijn gemak. In een groep gebeurt er heel veel. Het zijn heel veel verschillende ouders. Ik heb een allochtone ouder, ik heb een ouder die op het niveau van een twaalfjarige functioneert, ik heb een ouder uit een wat lager milieu. Dat zit dan allemaal rond de tafel, en dat loopt niet allemaal vanzelf. Om die ouders tot een groep te maken en een groepsfeer te bereiken... Daar heb ik wel een hele belangrijke rol in [*professional*].

Een ouder die nieuw is in de groep kijkt op welke manier hij of zij erbij kan horen. Ouders hebben daarbij een voorkeur voor ‘gelijkgestemden’^{30,31}. De dynamiek en sfeer in de groep moet zo zijn dat ouders zich welkom en veilig voelen. Alleen dan kunnen ouders hun opvoedtwijfels en ervaringen delen⁴⁸. Het delen van ervaringen en inzichten biedt de mogelijkheid om met andere ogen naar de eigen situatie te kijken, of om tot andere inzichten te komen, of om de eigen situatie in een breder perspectief te plaatsen en te relativeren^{32,33}. Wanneer opvoeders hun verhaal bij elkaar kwijt kunnen, sterkt hen dat in het gevoel dat ze er niet alleen voor staan³⁴. Solidariteit tussen kwetsbare ouders wordt gestimuleerd door het organiseren van oudergroepen die eventueel een brug kunnen vormen naar hulpinstanties^{35,36}.

HOE

Voor de professional:

- ... zorg dat deelnemers (op tijd) naar de groep komen en houd het tegelijkertijd laagdrempelig.
- ... open het gesprek, moedig deelnemers aan iets in de groep te vertellen en zorg ervoor dat iedereen de ruimte krijgt in te brengen.
- ... houd aandacht voor de grootte en samenstelling van de groep en creëer met activiteiten een groepsband.
- ... maak de groeps sfeer en omgangsvormen bespreekbaar en maak deelnemers daarvan (mede)eigenaar (bijvoorbeeld door middel van groepsregels).

Suggesties:

Interculturele groepen

Laat ouders in tweetallen thema's voorbereiden op het gebied van religieuze feesten in de tijd dat deze plaatsvinden. Met hun eigen ervaringen en kennis, informatie van internet en eventueel advies van vrijwilliger/professional, vertellen ze hierover in de groep en ontstaat er een gesprek.

Bijvoorbeeld een Marokkaanse en een Irakese moeder vertellen samen over de Ramadan en het Suikerfeest of een Antilliaanse en Surinaamse moeder vertellen samen over hun katholieke feesten. Er ontstaat herkenning van religieuze gebruiken zoals bijvoorbeeld het vasten. Ook merken ouders dat godsdiensten meer gemeen hebben dan ze misschien verwachten.

Groepsapp

De groepsapp is een instrument om onderling snel en makkelijk informatie te delen. Bijvoorbeeld uitnodigingen voor de bijeenkomsten, leuke activiteiten voor kinderen, aanbiedingen, goedkope treinreizen, spullen die ouders over hebben, vragen over financiële regelingen.

Gespreksrondes

- ... 'Lucht je hart ronde': ouders kunnen iets wat hen dwars zit delen met de groep.
- ... 'Goed nieuws ronde': iedereen wordt gestimuleerd iets positiefs te vertellen.



**Steunend netwerk &
sociale contacten**

Een steunend netwerk betekent veel voor ouders die belast zijn. Ouders die net nieuw zijn in de buurt of alleen thuis met een kind vinden het prettig er even uit te zijn en ergens bij te horen. In de groep waarderen zij vooral het ontmoeten van andere ouders, het sociale contact, kletsen, de verbondenheid en wederkerigheid (delen van problemen, delen van talenten, delen van diensten, delen van materiaal).

Wat is nu precies een steunend netwerk? Het zijn mensen die ouders uit zichzelf een helpende hand reiken of op wie ouders makkelijk een beroep kunnen doen. Het kan familie zijn, of kennissen, burens, vrienden of schoolpleinmoeders of -vaders. Ze bieden steun uit voorzorg, als omstandigheden tegenzitten, maar ook als reactie op zichtbaar opvoedkundig falen. Steunen is niet iets wat vanzelfsprekend gebeurt. Het wordt aangeboden en aanvaard of afgeslagen, of het wordt gevraagd en al dan niet gegeven.

Steun kan bestaan uit:

- **Praktische hulp**
(uitwisselen van kleren, oppas in noodsituaties, of hand- en spandiensten bij wegbrengen en ophalen van kinderen)
- **Emotionele steun**
(steunen als het tegenzit, waardering als het goed gaat, luisterend oor)
- **Ontspanning**
(gezamenlijke uitstapjes naar een speelplaats/kinderboerderij, koffiedrinken, kletsen).



WAAROM

Interventies zijn effectiever wanneer de sociale netwerken van ouders, kinderen en jongeren worden geactiveerd⁴⁰. Naarmate ouders en kinderen over een hechter sociaal netwerk beschikken, is het voor hen gemakkelijker om hulp te vragen of anderen steun te bieden. Uit onderzoek blijkt dat emotionele steun van medeopvoeders ouders zelfvertrouwen geeft, praktische steun ouders helpt om de batterij weer op te laden en informationele steun (advies, uitwisselen van informatie en feedback) het probleemoplossend vermogen van ouders vergroot³⁸. Steun heeft een positieve invloed op het welbevinden van ouders³⁷. Uit onderzoek blijkt bijvoorbeeld dat ouders die terug kunnen vallen op hun sociale netwerk, minder stress ervaren bij het opvoeden van hun kinderen³⁹. Ouders die meer sociale steun ervaren zijn in het algemeen meer ontspannen in de opvoeding, hebben meer zelfvertrouwen en gaan positievere relaties aan in de opvoeding⁴¹.

Een sterk informeel netwerk, waaruit ouders steun ervaren, kan optreden als beschermende factor. Het verkleint de kans dat kinderen door risicofactoren in een onveilige of zorgelijke situatie terecht komen^{42,43,44}. Dit geldt voor gezinnen met en zonder veel problemen⁴⁵. Vooral bij gevallen waar kinderen een groot risico lopen voor een problematische opvoeding, kan een sterk informeel netwerk deze kinderen beschermen⁴².

HOE

Voor de professional:

- ... organiseer en stimuleer dat deelnemers elkaar kunnen helpen.
- ... bied ook zelf praktische hulp.
- ... bied ruimte voor het ontstaan van sociale contacten en gezelligheid in de groep.
- ... stimuleer het ontstaan van sociale contacten buiten de groep.



Suggesties:

Ruilbeurs

Organiseer één of twee keer per jaar een ruilbeurs. Bijvoorbeeld in april en november. In ieder geval voorafgaand aan Sinterklaas. Tijdens de ruilbeurs wordt kinderkleding, kleding voor de moeders, kinderspeelgoed en kinderboeken ingezameld (door de ouders zelf en door andere instellingen). De dag voor de beurs sorteren de professionals en de vrijwilligers de kleding en spullen op leeftijd. Het motto is geven en nemen. De ruil-beurs is gratis, maar iedere ouder moet zelf minimaal één kledingstuk of ander item inleveren.

Het is hier een moederkring maar daar buitenom ook je vriendenkring. Dat contact is er eigenlijk elke dag wel, bijvoorbeeld via de app. Straks, in de zomer, dan zijn we weer veel met elkaar samen en dan zit je buiten. We ondernemen dan niet echt dingen want niet iedereen heeft natuurlijk een auto. Maar we gaan wel samen barbecueën en komen bij elkaar op de koffie. Doordat je elkaar hier [op de groep] ontmoet kom je in gesprek. Ik blijf komen, want als ik niet naar de mensen toe ga, dan zie ik ze niet [ouder].

Er was een keer een mevrouw, die was net in de wijk komen wonen en die was haar sleutel vergeten dus die kon niet meer in haar huis. Niemand had een sleutel van haar want ze kende nog niemand. Toen kwam ze bij ons het gebouw binnen met haar kind. Toevallig kenden we nog wel iemand uit haar buurt die er ook was. Je koppelt ze aan elkaar en dat klikt meestal wel want ze hebben kinderen in dezelfde leeftijd. Nu hebben ze elkaars sleutel en letten ze op elkaars kinderen (*professional*).



Leren van elkaar

Alle ouders hebben kleine en soms grote zorgen rond de opvoeding van hun kind. Naast adviezen van jeugdprofessionals, zoals bijvoorbeeld via het consultatiebureau, hebben veel ouders behoefte aan de adviezen van mensen met dezelfde ervaringen als zichzelf. Bij groepsgerichte opvoedingsondersteuning wisselen ouders ervaringen uit, zoals “mijn zoon van 16 komt ’s avonds veel te laat thuis” en “mijn dochtertje van 6 plast nog in bed”. In de groep stellen ouders zich voor elkaar open en geven elkaar (opvoed)advies en tips. Door de samenwerking tussen ouders te versterken, leren ouders hun eigen capaciteiten aan te wenden, en versterken zij elkaars competenties. Zo komen ouders meer in hun kracht te staan.

Wat mij blij maakt zijn de adviezen. De levenservaringen van andere moeders die dezelfde problemen zijn tegengekomen. Het uitwisselen tussen de verschillende moeders. Die adviezen neem ik ook serieus. Dus ik voel me niet eenzaam en alleen met mijn probleem, want iemand die precies op mij lijkt heeft die problemen ooit ook meegemaakt. Dan denk ik, oh dat ga ik doen, dat ga ik zo aanpakken *[ouder]*.



WAAROM

Ouders zijn kieskeurig in de keuze van hun gesprekspartner wanneer zij willen praten over opvoeden. Zo komt uit een onderzoek van het Sociaal Cultureel Planbureau dat ouders vooral met kennissen en vrienden praten over opvoeden. Voor antwoord op opvoedingsvragen doen ouders niet zo snel een beroep op andere ouders²³. Wel blijken zij makkelijker een beroep te doen op andere ouders als het gaat om praktische steun, bijvoorbeeld om een middag op de kinderen te passen.

Ik vind het al opvoedondersteuning dat je het over bepaalde dingen zoals slaapproblemen hebt. Je kunt het ook op internet zoeken of een boekje lezen. Maar ik denk dat het het beste is dat mensen het van elkaar horen. Ervaringen, dat blijft toch meer hangen. Van elkaar leren en uitproberen (*professional*).

Kinderopvang, peuterspeelzaal, school en voorzieningen zoals consultatiebureaus/ jeugdgezondheidszorg die een kind regelmatig zien en die de ouders, de jeugdprofessional, of de leerkracht kennen, zijn belangrijke gesprekspartners. Maar ouders hebben het meest behoefte aan steun van andere ouders of familie dan van jeugdprofessionals⁷. Ouders vinden uitwisseling van ervaringen en onderlinge steun met andere ouders naar aanleiding van gewone, alledaagse opvoedervaringen belangrijk⁴⁶. Het draagt bij aan het normaliseren van opvoedzorgen. Daarnaast biedt het de mogelijkheid dat ouders zelf tot oplossingen komen, door het horen van ervaringen van andere ouders⁴⁷. Binnen sociale netwerken treden groepsgenoten op als rolmodel en voeren zij sociale controle uit³⁷. Door deel uit te maken van een groep leren ouders en kinderen over de gewoonten en gedragscodes van de groep.





Voor de professional:

- ... bereid een thema of activiteit voor waarbij ouders opvoedsituaties kunnen oefenen en met elkaar in gesprek kunnen raken.
- ... open het gesprek, moedig deelnemers aan iets in de groep te vertellen en zorg ervoor dat iedereen de ruimte krijgt in te brengen.
- ... monitor het gesprek, stuur waar nodig bij en neem de tijd voor ingebrachte onderwerpen.
- ... put bij het ondersteunen van ouders uit ervaringskennis van andere ouders, vrijwilligers of jezelf en zet zo ouders in hun kracht.
- ... maak de groepssfeer en omgangsvormen bespreekbaar en maak deelnemers daarvan (mede)eigenaar (bijvoorbeeld door middel van groepsregels).

Suggesties:

Vakantietips

Maak een boekje met vakantie-tips voor de kleine beurs (bijvoorbeeld met hulp van een vrijwilliger). Bespreek het boekje voor de zomervakantie met de deelnemers. Wissel aan de hand van het boekje ervaringen uit en voeg eventuele nieuwe tips toe aan het boekje.

Leren van elkaars feesten

Laat ouders in tweetallen over hun culturele feesten vertellen. Bijvoorbeeld een Mexicaanse ouder of vrijwilliger over de Dag van de Doden op 1 en 2 november en over het gebruik van de piñata op kinderverjaardagen. Nederlandse moeders/vrijwilligers vertellen over het Sinterklaasfeest.

Opvoedthema's

Voorbeelden van opvoedthema's die geschikt zijn voor groepsgerichte opvoedingsondersteuning zijn: grenzen stellen in de opvoeding, gezond eten, veilig internetgebruik, seksuele opvoeding van kinderen, draagdoeken, bedplassen, driftbuien en bewegen. Aanvullend kan het interessant zijn een kinderfysiotherapeut, een tandarts, verloskundige of een wijkverpleegkundige uit te nodigen. Voor financiële thema's valt te denken aan iemand van stichting Leergeld, stichting present, DUO (studieleningen) of een beleidsmedewerker SoZa over minimabeleidsregelingen.





Opladen & ontspannen

Eén van de belangrijkste argumenten van ouders om deel te nemen aan groepsgerichte opvoedingsondersteuning is de mogelijkheid even te kunnen ontspannen. Ouders geven aan druk te zijn (met gezin, werk, huishouden) en/of zorgen te hebben (echtscheiding, eenzaamheid, financiële problemen). In beide gevallen is de groep voor hen een manier om er even uit te zijn, tijd voor jezelf te hebben en de zinnen te verzetten. Ouders noemen de mogelijkheid om leuke activiteiten te doen (knutselen, koken, beautyactiviteiten) met andere ouders of met hun eigen kind of juist hun problemen delen als bron voor ontspanning. Door de ontspanning ontstaat ruimte om weer op te laden. Het geeft ouders energie om de opvoeding en de dagelijkse dingen weer aan te kunnen.

Ik hoor veel ouders die het druk hebben met werken. Dan hebben ze thuis het huishouden nog, of ze hebben meerdere kinderen waar ze het druk mee hebben. Het momentje samen met hun kind, samen knutselen dat schiet er een beetje bij in. Op deze manier heb je één keer in de week sowieso samen. Dan hebben ouders echt even die band met hun kind (*professional*)



WAAROM

Ouder van een kind zijn gaat gepaard met mooie momenten en met momenten van stress. Ouders moeten niet alleen opvoeden, maar ook andere ballen in de lucht houden, zoals hun partnerrelatie, werk, vrije tijd, sociale contacten en financiën¹⁰. Om de ontwikkeling van kinderen te bevorderen is het belangrijk ook te investeren in het welbevinden van ouders. Het welbevinden van de ouder gaat vooraf aan positieve aandacht voor het kind⁴⁸.

Ik ben dol op knutselen en ik vind het echt fijn om eventjes bezig te zijn en niet aan m'n thuissituatie te denken. Tijdens het knutselen zijn er meestal wel gesprekken, maar ik ben dan alleen maar gefocust op mijn knutselwerk (*ouder*).

Onderzoek laat zien dat als ouders goed in hun vel zitten, zij betere opvoeders zijn, wat bijdraagt aan het welzijn en de ontwikkeling van kinderen⁸. Het is daarbij van belang onderscheid te maken tussen individueel welbevinden en ouderschapsgerelateerd welbevinden van ouders¹⁰. Individueel welbevinden betekent: hoe gelukkig is een ouder met zichzelf en het leven en de vaardigheden om goed voor zichzelf te zorgen. Ouderschapsgerelateerd welbevinden betekent: de vrijheid die een ouder voelt om dingen te ondernemen (erop uitgaan, vrienden, tevredenheid opvoedvaardigheden). Beide aspecten werken door in hoe ouders opvoeden. Vanwege de stress en onzekerheid die ouders soms ervaren is het belangrijk ouders bewust te maken van goede ouderervaringen.



**Voor de professional:**

- ... laat deelnemers een eigen programma maken of speel bij het verzinnen van activiteiten in op vragen en behoeften van deelnemers (wat zij leuk vinden, wat zij willen bespreken).
- ... blijf tijdens de uitvoering van het programma open en flexibel voor signalen vanuit de groep.
- ... open het gesprek, moedig deelnemers aan iets in de groep te vertellen en zorg ervoor dat iedereen de ruimte krijgt in te brengen.
- ... creëer omstandigheden waarin ouders (eventueel samen met hun kind) een leuke tijd kunnen hebben.

Suggesties:**Verwenochtenden**

Organiseer één of twee keer per jaar een verwenochtend voor moeders. Inventariseer welke specialiteit elke moeder heeft (bijvoorbeeld schoudermassage, epilieren, opmaken, henna handtatoeage, gezichtsmasker geven). Huur eventueel een kapper in voor een klein bedrag of vraag stagiaires van opleidingen (schoonheidsspecialist, kapper). Richt de ruimte gezellig in; kleine tafels, ontspannende muziek, geurkaarsjes. Laat de moeders zelf een activiteit kiezen en wissel af. Ook de moeders die zelf iets doen, laten zich door anderen verwennen.

Schilderijen

Organiseer één of twee keer per jaar een schilderactiviteit. Deelnemers kunnen als thema iets schilderen waar zij een goed gevoel van krijgen. Dit kunnen ook teksten zijn. Schilder op kleine doeken. Bij de Action zijn materialen goedkoop aan te schaffen. Deelnemers nemen het schilderij na afloop mee naar huis.

Picknick in het park

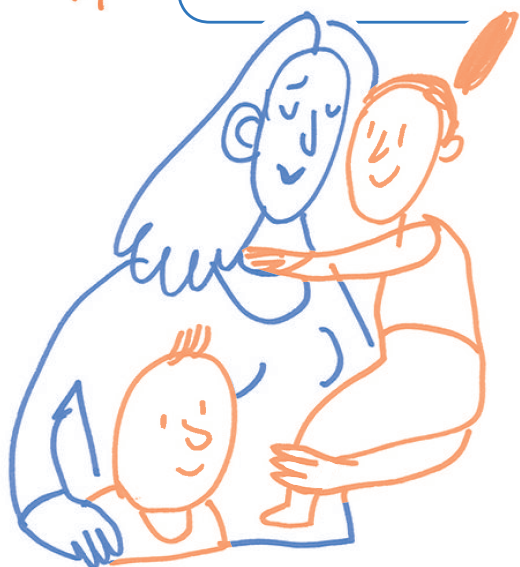
Organiseer als jaarafsluiting een picknick met de ouders en kinderen in een park (bijvoorbeeld op woensdagmiddag). Iedereen maakt iets te eten of te drinken, ingrediënten worden betaald door de organisatie. De vrijwilligers coördineren de middag.

Ontspannende sportactiviteiten

Ga sporten om deelnemers kennis te laten maken met verschillende sporten: yoga met een yogalerares, boksen in een sportzaaltje met een jongerenwerker, een wandeling, zumba met een lerares of met een beamer en een youtube-filmpje.

Oppas

Regel een oppas voor kinderen van de ouders, bijvoorbeeld in een naastgelegen ruimte. Vraag een ouder van een andere groep tegen een kleine vergoeding. Zo hebben de moeders de tijd voor zichzelf.





Ook belangrijk

ERVARING MET JE KIND

Ouders vinden het ook prettig om tijd samen met hun kind door te brengen en leuke, leerzame dingen te doen. Samen met andere ouders en kinderen nemen ze voor hun plezier deel aan de groep en oefenen ze met opvoedsituaties.

HOE

Voor de professional:

- ... inspireer, stimuleer en motiveer ouders om binnen de groep een activiteit met hun kind te ondernemen.
- ... bereid een thema of activiteit voor waarbij ouders opvoedsituaties kunnen oefenen en met elkaar in gesprek kunnen raken.
- ... ondersteun ouders door impliciete coaching en sturing, en laat tijdens de bijeenkomst voorbeeldgedrag zien.
- ... normaliseer verschillen, geef complimentjes en stel ouders gerust.
- ... laat deelnemers een eigen programma maken of speel bij het verzinnen van activiteiten in op vragen en behoeften van deelnemers (wat zij leuk vinden, wat zij willen bespreken), blijf tijdens de uitvoering van het programma open en flexibel voor signalen vanuit de groep.
- ... creëer omstandigheden waarin ouders (eventueel samen met hun kind) een leuke tijd kunnen hebben.
- ... moedig ouders aan de activiteit ook thuis te doen en schep hiervoor de voorwaarden.

Nu heb je gewoon even een momentje bij de groep dat je echt samen even weer wat doet met de oudste. Want thuis schiet dat er toch vaak bij in. Thuis is het dan; baby hier en baby daar. Nu hebben we echt weer even dat moment samen (ouder).



Suggesties:

Samen vieren

Vier Sinterklaas, Pasen, Kerst, Avondvierdaagse met elkaar.

Vragen over je kind

Voorbeeldvragen om met ouders in gesprek te gaan over hun kind:

- ... Wat is de mooiste eigenschap van je kind?
- ... Waar speelt je kind het liefste mee?
- ... Welke bijnaam geef je je kind weleens?
- ... Wat is de leukste vraag die je kind ooit heeft gesteld?
- ... Wat is het favoriete boekje van je kind?
- ... Wat is het leukste wat je kind vanochtend deed?

Diverse thema's

Leuke thema's voor bijeenkomsten voor ouders en peuters samen zijn: ik en mijn familie, feest, knuffels, wat heb jij aan vandaag?, reuzen en kabouters, eet smakelijk, taal, regen, vervoer, Pasen, Hatsjoe, oef wat warm, dit ben ik of ik ben bijna 4.



GESPREK AANGAAN

Er zijn verschillende manieren om het gesprek over het gezin aan te gaan.

- ... Je aan elkaar voorstellen en vertellen over je gezins-samenstelling (hoeveel kinderen/wonen ze samen/huisdieren)
- ... Aan elkaar vertellen welke kenmerken van jezelf (of je partner) je terug ziet in je kind.
- ... Vertel een goed advies dat je van iemand hebt gekregen over voor jezelf of voor je kind zorgen.
- ... Vertel eens iets over hoe je zelf als kind was (van die leeftijd). Misschien iets wat je ouders of broers/zussen tegen je hebben verteld.
- ... Vertel waarom je kind deze naam heeft gekregen en of er een speciale betekenis achter zit.
- ... Vertel een bijzondere gebeurtenis die je met je kind hebt meegemaakt.

HOE

Voor de professional:

- ... Kies een locatie dichtbij de woonomgeving van de ouders (loop- of fietsafstand).
- ... Kies een tijdstip dat ruimte laat voor contact met andere ouders.
- ... Sluit aan bij de wensen van ouders als het gaat om frequentie en duur van de bijeenkomsten.
- ... Vraag zo min mogelijk een vergoeding (gratis koffie, fruit, knutselmateriaal).
- ... Geef de ontvangst en groepsruimte een informele, gezellige uitstraling (geen balie, maar zitjes en speelgoed).
- ... Organiseer ouderactiviteiten en kinderactiviteiten in hetzelfde gebouw, zodat jeugdprofessionals makkelijker kunnen samenwerken.

De locatie is gewoon goed. Het is makkelijk en het is goed bereikbaar. Het voelt goed, het is gezellig. Het is een goeie plek. Dit is een hele open ruimte en er is veel licht en dan worden mensen meestal vanzelf ook wat opener [ouder].

**Gezond, kansrijk
en veilig opgroeien**

Opgroeien kunnen kinderen niet alleen. Zij hebben in de eerste plaats hun ouders nodig om hen te verzorgen, naar hen te luisteren, met hen te spelen, hen te coachen, te steunen, te adviseren en te corrigeren. Dat is niet altijd makkelijk voor ouders. Vooral niet onder lastige omstandigheden wanneer er bijvoorbeeld weinig financiële middelen zijn, ouders het opvoeden in hun eentje moeten doen, of zij zelf geen positieve opvoedvoorbeelden kennen. De meeste ouders leren het opvoeden gaandeweg. Maar sommige ouders kunnen een beetje ondersteuning goed gebruiken. Het onderzoek waarop deze handreiking is gebaseerd, laat zien dat ouders lichte groepsgerichte opvoedingsondersteuning erg waarderen²⁰. Zij geven aan te zijn gegroeid als ouder. Voor sommigen zelfs zo, dat zij andere ouders als ervaringsdeskundige kunnen helpen en adviseren in de rol van vrijwilliger.

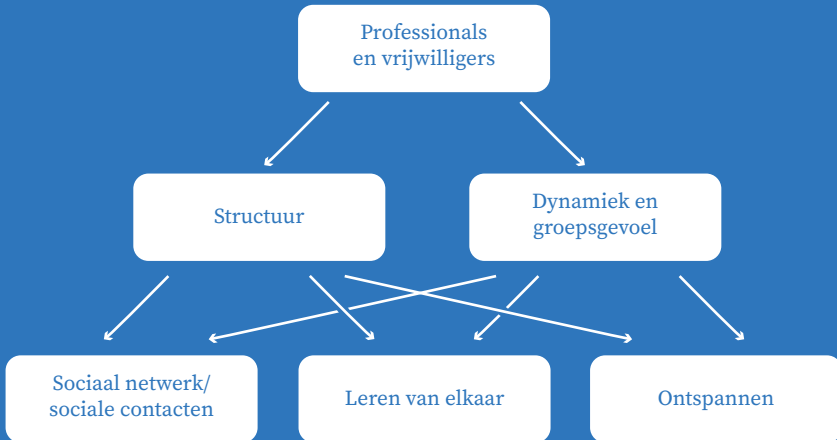
Concrete verhalen van ouders, jeugdprofessionals en vrijwilligers over hun ervaringen leren ons wat werkt bij opvoedingsondersteuning. Wat is belangrijk? Jeugdprofessionals die vraaggericht werken, structuur bieden en zorgen voor een goede groepsdynamiek maken dat de ouders graag komen en terugkomen. Het lijken op het oog geen grote, ingewikkelde dingen, maar uit de verhalen blijkt dat ze een grote kracht hebben. Een professional vertelt hierover het volgende: *“Je ziet iemand groeien, sterker worden. Moeders die dan op een gegeven moment de groep weer verlaten. Die zeggen: ik heb de boel weer op de rails, ik voel me weer goed, ik voel me weer happy, ik kijk weer naar de toekomst, mijn kinderen gaan lekker.”*

COCKTAIL

Deze handreiking laat zien dat zes factoren bepalend zijn voor het slagen van de groepsgerichte opvoedingsondersteuning. Factoren die te maken hebben met de houding van de professional, de wijze waarop handelingen uitgevoerd zouden moeten worden en de opbrengsten die dat genereert voor ouders. De ene factor is niet belangrijker dan de andere. In verschillende praktijken, met verschillende groepen ouders (en kinderen), met verschillende jeugdprofessionals (en vrijwilligers) blijken alle factoren waardevol. Bij het opzetten of uitvoeren van groepsgerichte opvoedingsondersteuning is dan ook een cocktail van de zes besproken factoren van belang. De factoren versterken elkaar.

Het onderstaande model laat zien hoe de factoren samenhangen.

- 1) Jeugdprofessionals en vrijwilligers die preventief en omgevingsgericht werken, zorgen voor
- 2) een passende structuur tijdens de bijeenkomsten en
- 3) een prettige dynamiek in de groep. Voor ouders leidt dat tot
- 4) een steunend netwerk en sociaal contact,
- 5) de mogelijkheid van elkaar te leren en
- 6) zich te kunnen ontspannen.



In de dagelijkse praktijk maken jeugdprofessionals geregeld afwegingen bij het bieden van opvoedingsondersteuning. Ook benoemen jeugdprofessionals de continue afweging die ze maken in het contact met ouders. Zij moeten de balans vinden tussen luisteren en activeren, of tussen sturen en ouders zelf laten bepalen. Is koffiedrinken en napraten over een tv-programma van gisteren voldoende of is het mogelijk om het gesprek te sturen richting een opvoedkwestie? Organiseer je als professional alles zelf of vraag je ouders om zelf inbreng te leveren? In de pedagogiek worden deze spanningsverhoudingen *pedagogische antinomieën* genoemd^{149 50}. Een antinomie is een spanningsverhouding tussen twee polen, die niet mag verdwijnen. Juist het telkens zoeken en vinden van de balans is een kunst en bepaalt de kwaliteit van de opvoedingsondersteuning. Zich bewust zijn van deze spanningsverhoudingen en deze weten te hanteren, zijn wezenlijke kwaliteiten van jeugdprofessionals.

Groepsgerichte opvoedingsondersteuning is maatwerk en zit vaak in kleine praktische zaken. Dat lijkt allemaal vanzelfsprekend, maar dat is het niet. We hopen met deze handreiking een bijdrage te leveren aan de invulling van het werk van sociale jeugdprofessionals en aan de opleiding van aankomende jeugdprofessionals. Want het is van groot belang dat (aankomende) jeugdprofessionals laagdrempelig en vraaggericht werken met ouders herkennen, kennen en ernaar weten te handelen.

- ¹ Lusse, M. (2015). Van je ouders moet je het hebben: Met ouders samen werken aan het toekomstperspectief van de jeugd in Rotterdam Zuid. Rotterdam: Hogeschool Rotterdam Uitgeverij.
- ² Hermanns, J. (2009). Het opvoeden verleerd. Amsterdam: Amsterdam University Press.
- ³ Glascoe, F. P. (2002). The Brigance infant and toddler screen: Standardization and validation. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 23(3), 145-150.
- ⁴ Reijneveld, S. A., de Meer, G., Wiefferink, C. H., & Crone, M. R. (2008). Parents' concerns about children are highly prevalent but often not confirmed by child doctors and nurses. *BMC Public Health*, 8(1), 124.
- ⁵ Leseman, P. P. M., & Van Tuijl, C. (2006). Cultural diversity in Literacy: Findings in Dutch studies. In S. B. Neuman, & D. K. Dickinson (Eds.), *Handbook of early literacy research*. Volume 2, 211-228. New York: The Guilford Press.
- ⁶ Snijders, J. (2006). Ouders en hun behoeften aan opvoedingsondersteuning: factsheet. Utrecht: NIZW Jeugd.
- ⁷ Egten, C. van, Zeijl, E., Nankoe, S. de, & Petronia, E. (2008). *Gezinnen van de toekomst. Opvoeding en opvoedingsondersteuning*. Den Haag: E-Quality/SC.
- ⁸ Samaroff, A. (2011). *The transactional model of development: How children and context shape each other*. Washington DC: American Psychological Association.
- ⁹ Gravesteyn, C. (2018). Ondersteuning van aanstaande ouders en versterking van de samenwerkingsrelatie. In: K. Emmerly & D. Luyten (Red.), *Partners in tijden van ouderschap* (285-297). Antwerpen: Garant.
- ¹⁰ Gravesteyn, C. (2019). Ondersteun je de ouder, dan ondersteun je het kind . *Tijdschrift Relatierecht en praktijk*, 4, 41-46.
- ¹¹ Ketner, S.L., Gravesteyn, C. & Verschuur, M.J. (2018). Transition to parenthood. It does not get easier the next time. Exploring ways to support wellbeing among parents with newborns, *Journal of Family Social Work*. DOI: 10.1 080/10522158.2018.1499063.

- ¹² Ayerle, G. M., Makowsky, K., & Schücking, B. A. (2012). Key role in the prevention of child neglect and abuse in Germany: continuous care by qualified family midwives. *Midwifery*, 28(4), 529-537.
- ¹³ Burggraaf-Huiskes, M. (2011). *Opvoedingsondersteuning als bijzondere vorm van preventie*. Bussum: Coutinho.
- ¹⁴ Kaminski, J. W., Valle, L. A., Filene, J. H., & Boyle, C. L. (2008). A meta-analytic review of components associated with parent training program effectiveness. *Journal of abnormal child psychology*, 36(4), 567-589.
- ¹⁵ Aar, J. van, Leijten, P., Orobio de Castro, B., & Overbeek, G. (2017). Sustained, fade-out or sleeper effects? A systematic review and meta-analysis of parenting interventions for disruptive child behavior. *Clinical Psychology Review*, 51, 153-163.
- ¹⁶ Yap, M. B. H., Morgan, A. J., Cairns, K., Jorm, A. F., Hetrick, S. E., & Merry, S. (2016). Parents in prevention: A meta-analysis of randomized controlled trials of parenting interventions to prevent internalizing problems in children from birth to age 18. *Clinical Psychology Review*, 50, 138-158. Doi:10.1016/j.cpr.2016.10.003.
- ¹⁷ Hermans, J. (1992). *Het Sociale Kapitaal van Jonge Kinderen*. Amsterdam: Universiteit van Amsterdam.
- ¹⁸ Janssens, J. (1998). *Opvoedhulp: doel, methoden en effecten*. Tijdschrift voor orthopedagogiek, 37.
- ¹⁹ Doornenbal, J., Kassenberg A., Polstra, L. & Wekker, C. (2015). Ervaringskennis en dilemma's van professionals in preventief en omgevingsrecht werken met ouders en kinderen. *Journal of Social Intervention: Theory and Practice*, 24(4), 3-22.
- ²⁰ Spruijt, E.R., Kassenberg, A., Petri, D., Tuinstra, J. & Doornenbal, J. (2019). Algemeen werkzame factoren in groepsgerichte opvoedsteun: Ervaringen van ouders, vrijwilligers en jeugdprofessionals.
- ²¹ Ince, D. & Udo, N. (2018). *Opvoedsteun. Wat werkt?* Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut.

- ²² Arum, S. van, & Schoorl, R. (2015). Sociale (wijk)teams in vogelvlucht. State of the art najaar 2014 [Social teams in a nutshell. State of the art Autumn 2014]. Utrecht: Movisie.
- ²³ Kesselring, M., de Winter, M., Horjus, B., van de Schoot, R., & van Yperen, T. (2012). Do parents think it takes a village? Parents' attitudes towards nonparental adults' involvement in the upbringing and nurture of children. *Journal of Community Psychology*, 40(8), 921-937.
- ²⁴ Werst, R. & Wijman, N. (2014). Een sociaal spinnenweb. Den Bosch: Avans Hogeschool.
- ²⁵ Kumpfer, K.L. (1999). Strengthening America's families: Exemplary parenting and family strategies for delinquency prevention—User's guide. Washington, DC: Department of Justice, Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention.
- ²⁶ Watson, J., White, A., Taplin, S. & Huntsman, L. (2005). Prevention and Early Intervention. Literature Review. NSW Department of Community Services.
- ²⁷ Driesen, I., & Besselink, P. (2016). On normalizing and moralizing. The effective factors in support for families with multiple problems. *Journal of Social Intervention: Theory & Practice*, 25, 39-57.
- ²⁸ Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- ²⁹ Hoek, M. & Miley, H. (2015). Ouderschapsgroei en bufferprocessen. Amsterdam: SWP.
- ³⁰ Bolt, L. (2000). Sociale Erfenissen. Oriëntaties van ouders bij het opvoeden. Delft: Eburon.
- ³¹ Buysse, A. (2008). Opvoedingsondersteuning. Ondersteuning van gezinnen vandaag: een onderzoek. Gent: Universiteit Gent.
- ³² Guest, E. M., & Keatinge, D. R. (2009). The value of new parent groups in child and family health nursing. *The Journal of Perinatal Education*, 18(3), 12-22.

- ³³ Hoek, (2012). Hoe een CJG buffers van ouderschap kan versterken.
- ³⁴ Leeuwen, K. van (2010). Dialoogmoment ontmoetingsplaatsen (Studierapport). In N. Travers & S. Strynckx (Eds.), *Ontmoetingsplaatsen. Eindverslag dialoogmoment* (pp. 3-16). Brussel: EXPOO.
- ³⁵ Nys, K. (2010). Groepswerk met ouders in perspectief: hoe kwetsbare ouders elkaar steun bieden. *Ouderschapskennis*, 13(1), 195-208.
- ³⁶ Vanhee, L., Laporte, K., & Corveleyn, J. (2001). *Kansarmoede en opvoeding: wat de ouders erover denken*. Leuven: Garant.
- ³⁷ Baartman, H. (2010). Ouderschap en de betekenis van solidariteit om je heen. *Ouderschapskennis*, 13, 182-194.
- ³⁸ Andresen, P. A., & Telleen, S. L. (1992). The relationship between social support and maternal behaviors and attitudes: a meta-analytic review. *American Journal of Community Psychology*, 20(6), 753-774.
- ³⁹ Garbarino, J., & Sherman, D. (1980). High-risk neighborhoods and high-risk families: The human ecology of child maltreatment. *Child Development*, 51(1), 188-198.
- ⁴⁰ Hermans, J., Öry, F. & Schrijvers, G. (2005). *Helpen bij opgroeien en opvoeden: eerder, sneller en beter. Een advies over vroegtijdige signalering en interventie bij opvoed- en opgroei problemen*. Utrecht: Inventgroep.
- ⁴¹ Doorten, I., & Bucx, F. (2011). Steun voor ouders bij de opvoeding: de rol van sociale netwerken, formele instanties en de buurt. In F. Bucx (red), *Gezinsrapport 2011: Een portret van het gezinsleven in Nederland* (pp. 180-196). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- ⁴² Houkes, A., & Kok, L. (2009). *Effectiviteit informele netwerken*. Amsterdam: SEO Economisch onderzoek.
- ⁴³ Vos, H. D., Glebbeek, A. C., & Wielers, R. J. J. (2009). Overheidsomacht in de jeugdzorg: Een pleidooi voor omwegbeleid. In K. V. Beek (Ed.), *Investeren rondom Kinderen*. 142-161. Den Haag: RMO.
- ⁴⁴ Mutsaers, K., & Berg, T. (2010). *Risicofactoren en beschermende factoren voor kindermishandeling*. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut.

- ⁴⁵ Bartelink, C. (2012). Wat werkt bij het versterken van het sociale netwerk van gezinnen? Utrecht: Nederlands Jeugd Instituut.
- ⁴⁶ Bucx, F. (2011). Gezinsrapport 201: Een portret van het gezinsleven in Nederland. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- ⁴⁷ Jansen, W. et al. (2015). Effectiviteit Opvoedingsonder Zekerheid-interventies: Kennisbevordering over de effectiviteit van interventies rondom opvoedingsonzekerheid (preventief en lichte problematiek). Consortium Integratie Kennisbevordering Effectiviteit.
- ⁴⁸ ZonMw (2018). CenteringParenting vergroot gemeenschapsgevoel. Geraadpleegd van <https://publicaties.zonmw.nl/resultaten-uit-de-jeugdgezondheidszorg/centeringparenting-vergroot-gemeenschapsgevoel/>
- ⁴⁹ Doornenbal, J. (2007). Ploegen en bouwen. De brede school als open leergemeenschap. Hanzehogeschool Groningen (lectorale rede).
- ⁵⁰ Meijer, W. (1996). Stromingen in de pedagogiek. Baarn: Intro.

Deze handreiking is tot stand gekomen met financiële steun van ZonMW in het kader van het programma ‘Effectief werken in de jeugdsector’.

November 2019

Auteurs:

Annelies Kassenberg

Dorien Petri

Rosanne Spruijt

Jeannette Doornenbal

Jolanda Tuinstra

Deelnemende praktijken voor opvoedingsondersteuning:

WIJ Beijum

SWW Hoogeveen

Compaen/ C/JG Veendam

Vormgeving en opmaak:

the creative hub, Powered by Canon

