



AUGEO FOUNDATION

Augeo Magazine **Editie 19 – juni 2020** **Sociale steun**

Een stabiel sociaal netwerk is de belangrijkste beschermende factor tegen het ontstaan van kindermishandeling. Daarnaast helpt het schadelijke gevolgen voorkomen. Maar wat verstaan we onder sociale steun? Wie kan het bieden? En waarom is het helpend? Daarover gaat dit nummer.

Inhoud

Voorwoord

**Bouwen aan een
stevig netwerk**

•••• 1 ••••



Achtergrond

**Hoe sociale steun
het verschil kan
maken**

•••• 2 ••••



Interview

**‘Kinderen hebben
vaak meer aan hun
netwerk dan aan een
therapeut’**

•••• 3 ••••



Reportage

**‘Als anderen over
hun trauma
vertellen, wil je dat
zelf ook doen.’**

•••• 4 ••••



In de praktijk

**Ouders steunen
ouders bij
opvoedproblemen**

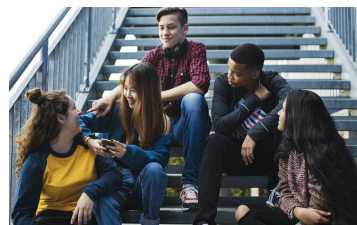
•••• 5 ••••



Interview

**‘Sociale steun
biedt tegenwicht
voor wat jongeren
thuis meemaken’**

•••• 6 ••••



Ervaringsverhaal

**‘Ik was 11 en had
opeens geen vader
meer’**

•••• 7 ••••



Interview

**‘We willen zoveel
mogelijk
familieleden vinden
voor uit huis
geplaatste kinderen’**

•••• 8 ••••



Uitgelicht

**Sociale steun in 7
soorten en maten**

•••• 9 ••••



Over Augeo

**Samen geven we
kindermishandeling
geen toekomst**

•••• 10 ••••





Voorwoord

Edith Geurts

Hoofdredacteur
Augeo Magazine

[Leestijd: 1,5 minuut](#)

Bouwen aan een stevig netwerk

Erbij horen, gezien worden, waardering krijgen, weten dat er tenminste één persoon is die van jou houdt en er voor jou is. We zijn sociale wezens en hebben anderen nodig om te kunnen functioneren en ons te kunnen ontwikkelen. Zonder sociale contacten kwijnen we weg.

Zeker in tijden van tegenslag en moeilijkheden zijn relaties en steun, zowel van de mensen in onze directe omgeving als van professionals, van levensbelang. Dat geldt ook voor gezinnen waar geweld en verwaarlozing spelen of het risico daarop groot is. Uit onderzoek weten we immers dat sociale steun een van de belangrijkste beschermende factoren is tegen het ontstaan en zich herhalen van kindermishandeling. En dat het ernstige schade als gevolg daarvan kan helpen verminderen of zelfs voorkomen. Met het bouwen van een stevig netwerk om deze kinderen en gezinnen heen, kunnen we een hoop ellende voorkomen. Op korte en lange termijn.

Sociale steun kan enorme impact hebben, juist in deze tijd

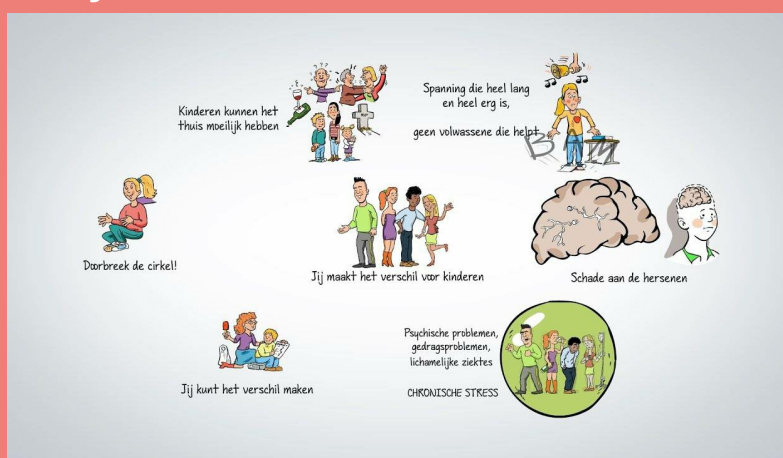
Een editie over sociale steun stond al langer op het verlanglijstje van onze redactieraad. Het is zo'n mooi en hoopgevend thema. Het laat zo goed zien dat een klein gebaar enorme impact kan hebben op het leven van een kind. Het thema past in deze tijd extra goed: een rondwarend coronavirus en een lange zomervakantie voor de deur maakt steun aan kinderen en gezinnen in kwetsbare omstandigheden nog urgenter.

Dan heb ik het over gezinnen die nu nog geïsoleerder leven dan voor de maatregelen, die nog meer stress ervaren, al zo lang zo dicht op elkaars lip zitten, en waar misschien

werkeloosheid, armoede of verslavingsproblemen spelen. Voor de kinderen van deze gezinnen is de zomervakantie altijd al lang en stressvol, maar na deze geïsoleerde maanden niet te overzien zo lang.

In dit nummer lees je alles over sociale steun: wat het inhoudt, hoe je het kunt bieden en welke effecten dat kan hebben. Hopelijk inspireert het je om zowel als professional als in je rol als buur, familielid of kennis kinderen in je omgeving steun te bieden. Het is nu nog een beetje meer nodig dan anders.

Dit doet gebrek aan steun met kinderen. Bekijk de animatie:





Achtergrond

Hoe sociale steun het verschil kan maken

Wie kunnen een gezin waar huiselijk geweld speelt of dreigt sociale steun bieden? En op welke manier kun je als professional dat netwerk mobiliseren? 'De bemoeienis van derden luistert nauw.'

Auteur: Ditty Eimers, Edith Geurts

Leestijd: 5 minuten

‘Dat mijn schoonmoeder onze kinderen zo vaak heeft opgevangen toen mijn man werkloos thuiszat en ik een lichte depressie had, heeft ons echt door die moeilijke periode heen geholpen. Ik weet niet of we het er anders zonder kleerscheuren vanaf hadden gebracht.’

Ouders hebben mensen om zich heen nodig voor een luisterend oor, advies of concrete steun. Dat geldt voor álle ouders. Maar sociale steun— van burens, familie, vrienden en anderen in de directe omgeving— is ook een van de belangrijkste factoren bij het voorkomen van (herhaling van) kindermishandeling, wijst onderzoek uit. De kans dat (opvoedings)problemen uit de hand lopen is kleiner als een gezin omringd is door een sociaal en actief netwerk dat het praktisch en emotioneel ondersteunt.

Vaker in isolement

Bij veel gezinnen waarin kinderen mishandeld, verwaarloosd of seksueel misbruikt worden, ontbreekt een stabiel netwerk van mensen die sociale steun kunnen bieden. Uit onderzoek blijkt dat deze ouders niet alleen minder contact hebben met familieleden, burens of vrienden. Zij kijken ook anders aan tegen het contact dat ze wél hebben: ze wantrouwen de mensen om hen heen, vinden dat ze worden tegengewerkt of voelen zich aan hun lot overgelaten.

Met name ouders die hun kinderen verwaarlozen zijn bijna altijd sociaal geïsoleerd. Ook bij seksueel misbruik speelt sociale isolatie vaak een rol. Ouders die hun kind fysiek mishandelen, hebben vaak nog wel een beperkt sociaal netwerk. Maar ze hebben daar zo vaak conflicten mee, dat ze sociale contacten eerder als last dan als steun ervaren.

Opvoeding ligt gevoelig

Ouders blijken dus lang niet altijd gediend van sociale steun. Vooral als die gepaard gaat met commentaar op hun manier van opvoeden. Dat heeft vaak te maken met de toon en intentie van de ander, blijkt uit promotieonderzoek van sociaal pedagoog Marije Kesselring (2016), waarvoor zo’n elfhonderd ouders antwoord gaven op de vraag: in hoeverre onderschrijft u het oude Afrikaanse gezegde *it takes a village to raise a child*?

‘Ouders geloven niet dat zij het monopolie hebben op de opvoeding van hun kind,’ vertelde Kesselring in de Volkskrant, ‘maar de bemoeienis van derden luistert nauw. Eén moeder zei: “Ik wil een tip, geen preek.”’ Waarom ligt dat zo gevoelig? ‘Opvoeden is tegenwoordig vooral een individueel project dat móét lukken. Opmerkingen erover voelen al snel als een aanval op de ouder,’ aldus Kesselring.

‘Bij deze ouders heb je vaak te maken met wantrouwen naar buitenstaanders’

Dat geldt nog meer voor gezinnen waar huiselijk geweld of kindermishandeling speelt. ‘Bij deze ouders heb je ook vaak te maken met wantrouwen naar buitenstaanders,’ aldus Majone Steketeer, bijzonder hoogleraar Intergenerationele overdracht van geweld in gezinnen aan de Erasmus Universiteit Rotterdam. Bovendien schamen zij zich vaak voor hun omstandigheden, wat de drempel om steun te

zoeken of te aanvaarden verhoogt.

Kijken met wat afstand

Steketee is een van de weinigen die onderzoek doet naar sociale steun in gezinnen waar huiselijk geweld speelt. In een nog niet gepubliceerd onderzoek is uitdrukkelijk gevraagd naar de rol van informele hulp in deze gezinnen. Steketee: 'Daarin zagen we dat die erg belangrijk is. Ouders zoeken vooral steun bij hun familie; zowel emotionele als praktische. In geval van partnergeweld gebeurt dat vaak pas als de partner al weg is bij de gewelddadige echtgenoot.'

Maar ook in de fase ervoor, dus voordat een van de partners besluit om de gewelddadige situatie te ontvluchten, kan contact met iemand buiten het gezin van groot belang zijn: een buurvrouw die het geschreeuw hoort, een vriendin, een vertrouwenspersoon.

Steketee: 'Slachtoffers van partnergeweld zitten vaak zo in de overlevingsstand dat ze niet doorhebben dat het geweld steeds erger wordt. Ook hebben ze de neiging om te bagatelliseren wat er gebeurt. Een buurvrouw of iemand anders die wat verderaf staat, kan helpen om tot inzicht te komen en de knoop door te hakken: dit is niet normaal, dit kan niet langer, de maat is vol.'

Liever geheimhouden

Een sociaal netwerk helpt niet alleen de ouders beter omgaan met stress en moeilijkheden. Sociale steun kan er ook voor zorgen dat kinderen minder lijden onder problemen thuis en de gevolgen van kindermishandeling. Een betrouwbare volwassene in het leven van een mishandeld kind kan het verschil maken zegt de Amerikaanse kinderpsychiater en hersenspecialist Bruce Perry in een [interview](#) in dit magazine.

'Jongeren praten het liefst met hun ouders, om te vertellen hoe het voor hen is geweest'

Om steun te kunnen geven, moet de omgeving van een kind wel op de hoogte zijn van zijn omstandigheden. Dat is lang niet altijd het geval. Jongeren die te maken hebben met huiselijk geweld, vinden het erg moeilijk om hun geheim te delen, blijkt uit Steketees onderzoek. Ook bij hen speelt schaamte een grote rol. Steketee: 'Ze willen wel praten over wat er is gebeurd, maar het liefst met hun ouders, om te vertellen hoe het voor hen is geweest.'

Oudere broers en zussen durven ze vaak ook wel in te lichten, net als opa's en oma's. Of een oom of tante waar ze een goede band mee hebben. Vooral om hun hart te luchten. Tegen anderen houden ze liever hun mond.

Meer initiatief nemen

Kwetsbare kinderen zullen zelf dus uit schaamte of onwetendheid niet zo snel om sociale steun vragen.

Omdat die zo belangrijk is, zouden mensen om hen heen, zoals docenten en sportleraren, maar ook mensen uit hun directe omgeving, op dit gebied veel meer initiatief moeten nemen, vindt Steketee.

Ook als een gezin professionele hulp krijgt, is steun van het sociale netwerk belangrijk, benadrukt Steketee. Daarbij gaat het vaak om praktische steun, bijvoorbeeld bij het vinden van huisvesting en het oplossen van schulden. 'Maar emotionele steun staat voorop. Dat de buitenwereld erkent hoeveel leed gezinsleden is aangedaan, is voor de meeste slachtoffers het allerbelangrijkst.'

Drempelverlagende vragen

Als professional, maar ook als vrijwilliger of direct betrokkene bij een gezin waar problemen spelen is het belangrijk je te realiseren dat het sociale netwerk een cruciale en eigen rol heeft voor het gezin. Daarom is het belangrijk dat professionals die een gezin ondersteunen, helpen om de drempel te verlagen, zodat gezinsleden gestimuleerd worden om contact te zoeken met mensen om hen heen. Vragen die ouders kunnen helpen om te bedenken wie sociale steun zou kunnen bieden zijn bijvoorbeeld: welke mensen om jullie heen vinden het belangrijk dat het goed gaat met jullie kind? Bij wie kun je terecht voor praktische hulp, troost en steun? Hoe zou je deze persoon kunnen vragen om je hierbij te helpen? Voor blijvend succes moeten gezinnen een beroep kunnen doen op een sociaal netwerk van familie en vrienden.

Eigen Kracht Conferentie

Er bestaan verschillende methoden die professionals helpen om het sociale netwerk van een gezin te activeren. Een voorbeeld daarvan is de Eigen Kracht Conferentie. Daarbij stellen familieleden, burens en vrienden samen een plan op om problemen op te lossen. Het gezin nodigt mensen uit die willen helpen. Een betrokken burger die het gezin niet kent, coördineert en begeleidt de bijeenkomsten. Professionals zijn niet betrokken bij de plannen die het gezin maakt. Zij adviseren wel bij de uitvoering. Deze Eigen Kracht Conferenties lijken net zo goed te werken als de reguliere hulpverlening.

'Professionals gaan na verloop van tijd weer weg, familie en vrienden blijven'

'Als zo'n conferentie slaagt, kan het effect veel duurzamer zijn dan de bemoeienis van hulpverleners,' zegt Steketee. 'Professionals gaan na verloop van tijd weer weg, familie en vrienden blijven.'

Steketee plaatst wel een kanttekening. 'Stel dat in een gezin machtsongelijkheid en controle is: durven gezinsleden dan eerlijk te vertellen wat er aan de hand is? En zo niet, breken de andere deelnemers daar dan doorheen?' Volgens Steketee moet er meer onderzoek worden gedaan naar effectieve methoden om het netwerk van kwetsbare gezinnen te activeren.

Een buurvrouw en een oom vertellen hoe zij steun bieden aan een kind in hun omgeving:



Bronnen

- C. Bartelink, E. Verheijden, *Wat werkt bij het versterken van het sociale netwerk van gezinnen?*, Nji (2015)
- I. ten Berge, A. Addink, M. de Baat, C. Bartelink, J. van Rossum, A. Vinke, *Stoppen en helpen. Een adequaat antwoord op kindermishandeling*, Nji/SWP (2012)
- D. Ince, T. van Yperen, M. Valkestijn, *Top tien beschermende factoren. Voor een positieve ontwikkeling van jeugdigen*, Nji (2018)
- M. Kesselring, M. de Winter, T. van Yperen, S. Lecluijze, *Partners in Parenting: An Overview of the Literature on Parents' and Nonparental Adults' Perspectives on Shared Responsibilities in Childrearing*, *Social Science*, 4(1), 69-96 (2016)
- M. Lünemann, B. Tierolf, M. Steketeer, *Wat als het geweld niet stopt? Een longitudinale studie naar de langere termijn gevolgen van partnergeweld en kindermishandeling voor kinderen*, Verwey-Jonker Instituut (2020)
- T. Pels, K. Lünemann, M. Steketeer, *Opvoeden na partnergeweld. Ondersteuning van moeders en jongeren van diverse afkomst*, Van Gorcum (2011)

Vier soorten sociale steun

In de literatuur worden vier vormen van sociale steun aan kinderen en hun ouders onderscheiden.



Van **emotionele steun** is sprake als iemand antwoord geeft op vragen, of ingaat op twijfels en problemen. Een buurman of een vriend biedt bijvoorbeeld troost, een luisterend oor of is aanwezig voor een praatje of een wandeling.



Praktische steun kan op allerlei manieren geboden worden, al naar gelang de behoefte van een gezin: de buurvrouw past elke woensdag op de kinderen, of haalt hen op uit school, een vriend brengt regelmatig een pan soep of helpt in de huishouding.



Bij de derde vorm, **informatieve ondersteuning**, krijgen ouders of kinderen advies, informatie of feedback waardoor zij bijvoorbeeld beter begrijpen wat er aan de hand is of beter weten hoe ze iets op een andere manier kunnen doen. Gezinsleden kunnen informatieve steun ook vragen aan hulpdiensten, zoals De Luisterlijn of De Kindertelefoon.



Tot slot is er **normatieve ondersteuning**: als iemand gedragsnormen en modellen van gewenst gedrag stelt. Denk bijvoorbeeld aan een oma die met haar zoon praat over zijn alcoholgebruik en de agressie in zijn gezin.

A close-up, slightly low-angle portrait of a young girl with dark, curly hair. She is smiling broadly, showing her teeth. The background is a soft, out-of-focus green, suggesting an outdoor setting. The lighting is natural and warm.

Interview

‘Kinderen hebben meer aan hun netwerk dan aan een therapeut’

Wie getraumatiseerde kinderen écht wil helpen, moet investeren in hun naaste omgeving, zegt de Amerikaanse kinderpsychiater en hersenspecialist **Bruce Perry**. Augeo Magazine beeld-interviewde hem in zijn kantoor in Houston.

Auteur: Ditty Eimers

[Leestijd: 5,5 minuten](#)

De gedachte dat kinderen van zichzelf veerkrachtig genoeg zijn om akelige gebeurtenissen te boven te komen, is hardnekkig. 'Maar het is volslagen nonsens,' zegt Bruce Perry, grondlegger van de ChildTrauma Academy in Houston, Texas. De afgelopen dertig jaar heeft de internationaal vermaard kinderpsychiater duizenden getraumatiseerde kinderen gezien. Over de meest gangbare therapieën is hij somber. 'Daar knappen kinderen meestal niet van op.' Maar er is volgens hem altijd hoop voor kinderen bij wie het stresssysteem chronisch overgevoelig is door verwaarlozing of mishandeling. Als een paar betrokken volwassenen om hen heen maar de goede dingen doen. Geduld, voorspelbaarheid, liefdevolle zorg en een kind echt zien en aanmoedigen, dáár draait het om, zegt hij. 'Zo kun je ervoor zorgen dat hun hersenen weer een beetje anders geprogrammeerd worden.'

Waarom richt u zich steeds meer op het sociale netwerk van getraumatiseerde kinderen?

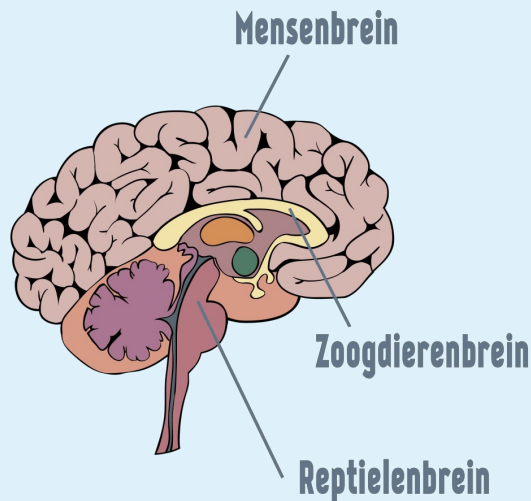
'Omdat steeds weer blijkt dat steun van de naaste omgeving een buffer kan zijn tegen de gevolgen van kindermishandeling. Dat heeft alles te maken met veerkracht, dus het vermogen om met tegenslag om te gaan. Een kind bouwt veerkracht op door kleine, overzichtelijke uitdagingen aan te gaan: nieuwe woordjes leren op school, voor het eerst een koprof oefenen. Een andere belangrijke voorwaarde voor veerkracht ontwikkelen is dat je je verbonden en gesteund voelt door mensen in je omgeving. En veerkracht is een fantastisch reddingsvest waarmee je traumatische ervaringen goed kunt overleven.'

Kunnen kinderen die langdurig mishandeld zijn ook veerkracht ontwikkelen?

'Doordat zij te veel nare ervaringen hebben gehad, is hun stresssysteem vaak overactief geworden. Dan kunnen kleine, spannende dingen al leiden tot extreme reacties. Een kind met een overactief stresssysteem kan bijvoorbeeld al op tilt slaan als het een voorleesbeurt krijgt. Maar het mooie is dat mensen in de omgeving dat kind kunnen helpen om te kalmeren en weer vertrouwen te krijgen in zichzelf. Ook als de eigen ouders daar niet toe in staat zijn. Zo kan een getraumatiseerd kind toch veerkracht ontwikkelen.'

Hoe stimuleer je veerkracht bij een getraumatiseerd kind?

'Bij deze kinderen voeren de onderste delen van het brein, waar de primitieve overlevingsfuncties zich bevinden, steeds de boventoon. Omdat hun hersenen in de overlevingsstand staan, hebben ze nauwelijks grip op hun emoties, gedrag en gedachten. Als je hun veerkracht wilt stimuleren door ze iets te laten doen wat ze spannend vinden, heeft het weinig zin om op ze in te praten. Je moet er eerst voor zorgen dat ze zich kalm en veilig voelen en uit de overlevingsstand komen.'



***'Pas als een kind
vertrouwen in je krijgt, is
het in staat om een
redelijk gesprek te
voeren'***

Dat kun je bijvoorbeeld doen door samen te wandelen of te rennen, te zwemmen, muziek te beluisteren, een massage te geven. Als ze rustiger worden, staan deze kinderen meer open om contact met je te maken. Dat kan door ze met veel geduld en empathie uit te nodigen om hun gevoelens te tonen. Pas als dat contact er is en ze vertrouwen in je krijgen, zijn ze in staat om een redelijk gesprek te voeren en na te denken over hun eigen gedrag. En uiteindelijk toch iets te doen wat ze voorheen niet durfden.'

Een kind van 10 heeft vast een andere benadering nodig dan een 3-jarige?

'Zeker, en bij deze kinderen is het ingewikkelder inschatten wat de beste benadering is doordat traumatische ervaringen de normale ontwikkeling verstoren. Een kind van 10 kan sociale vaardigheden hebben op het niveau van een 2-jarige, en een cognitief niveau van een kind van 8. Als leerkracht, oma of sportcoach moet je oog hebben voor hoe een kind op verschillende terreinen functioneert en je gedrag en verwachtingen daarop afstemmen.'

Kunnen niet-professionals die ontwikkelingsniveaus wel inschatten?

'Als je een kind goed kent, kom je een eind door goed te kijken. Verder onderzoek kan natuurlijk ook helpen. Als een kind bij ons traumacentrum in behandeling komt, maken we een profiel van zijn hersenontwikkeling en andere aspecten van zijn ontwikkeling. Voor mensen in het sociale netwerk maken we een eenvoudiger versie, zodat zij weten: dit kan het kind aan, en dit heeft het nodig. We geven ook voorlichting over trauma's. Ik hoor vaak dat die informatie het contact makkelijker maakt doordat het de omgeving helpt om niet te veel van een kind te verwachten.'

Kan therapie een getraumatiseerd kind niet helpen?

'In de Verenigde Staten wordt bij deze kinderen vooral cognitieve gedragstherapie toegepast. Die is

gericht op het bovenste deel van het brein, terwijl bij kinderen met trauma's de lagere delen van het brein het meest zijn aangetast. Zoals gezegd zijn de hogere hersendelen vaak minder actief. Via cognitieve therapie kun je die lagere hersendelen uiteindelijk wel bereiken, maar dat duurt lang. Vaak veel langer dan het aantal therapieessies dat wordt vergoed. Dus die behandelingen zijn inefficiënt.

Het effect van wat ik als therapeut in een uur per week met een kind doe, haalt het niet bij wat volwassenen in de directe omgeving teweeg kunnen brengen.

Zij hebben veel vaker contact met een kind. In plaats van kinderen therapie te geven, kun je beter investeren in de volwassenen om hen heen.'

Hoe investeert uw traumacentrum in het sociale netwerk rondom kinderen?

'We richten ons vooral op het trainen van dat netwerk door kennis te verstrekken over de ontwikkelingsfase en het gedrag van het kind, zodat de omgeving het kan begrijpen. En we laten zien hoe het netwerk onderling contact kan houden. Als iedereen weet wat een kind nodig heeft en met elkaar communiceert over hoe het kind zich ontwikkelt, kun je veel bereiken.

We hoeven geen nieuwe netwerken rond getraumatiseerde kinderen te bouwen. Op een school waar we werkten waren zo'n zestig geweldsincidenten per jaar. Een jaar na de introductie van onze methode Neurosequential Model of Therapeutics was dat aantal gedaald tot vierentwintig en de schoolprestaties waren aanzienlijk verbeterd. Die trend zien we op alle scholen waar we actief zijn. Dat sterkt mij in de gedachte dat we ons voordeel kunnen doen met de systemen die er al zijn.'

Horen sport- en andere vrijetijdsclubs ook bij het sociale netwerk?

'Ja, die zijn enorm belangrijk. Het is hoog tijd dat sportclubs, scouting en andere clubs getraumatiseerde kinderen beter gaan begrijpen. Nu worden ze er vaak uitgegooid omdat ze het niet goed doen, zich "misdragen". Net als op school.

We trainen sportcoaches, zodat ze zich realiseren dat deze kids worstelen met aan trauma gerelateerde problemen. In plaats van ze te straffen en te *shamen*, gaan de coaches door de training meer begripvol reageren.

'Ergens bij horen, telt misschien wel het meest voor een kind'

Ik herinner me een meisje dat meer dan vijf pleeggezinnen en acht scholen had gehad. Ze wist niet hoe ze contact moest maken en had geen vriendinnen. Uiteindelijk kwam ze in een pleeggezin dat haar begreep. Ze was goed in voetbal en haar coach wist hoe hij met haar moest omgaan. Na een jaar hoorde ze erbij in haar team. Ze bloeide helemaal op. Ergens bij horen, telt misschien wel het meest voor een kind.'

Waarom worden leeftijdgenoten dan niet vaker ingezet?

'De omgeving is vaak bang om klasgenoten en vrienden te vragen om een kind te helpen. Begrijpelijk:

hun invloed op beschadigde kinderen kan ook negatief zijn, bijvoorbeeld als ze het kind gaan pesten of uitsluiten. Maar als een getraumatiseerd kind omarmd wordt door leeftijdgenoten en onderdeel wordt van een groep, zou dat weleens een van de krachtigste mechanismen voor herstel kunnen zijn.'

Voor kinderen is hun school heel belangrijk. Hoe betrekt u die erbij?

'Met ons team geven we regelmatig voorlichting aan schoolklassen. "Dit meisje had waarschijnlijk geen lieve mama en papa, waardoor ze niet weet hoe ze vrienden moet maken," vertellen we bijvoorbeeld. Wat dan gebeurt is wonderbaarlijk: klasgenoten behandelen zo'n meisje niet langer als paria, maar werpen zich op als haar beschermers. Ik weet niet of dat goed is. Ik weet wel dat we meer onderzoek moeten doen naar de rol van leeftijdgenoten. Daar zit waarschijnlijk een enorm potentieel.'

U bent ook voor hulp aan de ouders van getraumatiseerde kinderen.

'In de VS is een beweging die ervoor pleit om ouders, ook als zij hun kind mishandelen, bij de behandeling van het kind te betrekken. Want zij hebben vaak zelf ook een geschiedenis van akelige jeugdervaringen. Ik vind dat we meer tegemoet moeten komen aan hun behoeften aan hulp bij het verwerken van hun trauma's, maar ook bij verslavingen en dergelijke. Dus ouders helpen zodat zij hun kinderen kunnen helpen. Een van de problemen is dat de hulpverlening aan ouders en kinderen gescheiden georganiseerd is. Wat mij betreft zouden we kinderen en ouders in dezelfde instelling moeten behandelen.'



Dr. Bruce D. Perry is kinder- en jeugdpsychiater, Senior Fellow bij de ChildTrauma Academy en universitair hoofddocent bij het Baylor College of Medicine. Hij is auteur van *De jongen die opgroeide als een hond* en *Het liefdevolle brein*, naast meer dan honderd wetenschappelijke publicaties. Ook is hij internationaal bekend als expert op het gebied van trauma en verwaarlozing bij kinderen en jongeren.

Op basis van neurobiologische inzichten ontwikkelde hij het Neurosequential Model of Therapeutics (NMT). Op de website van Neurosequential Network is een serie webinars te zien waarin Perry vertelt over [COVID-19 en de relatie met stress en trauma](#).

Vanaf de geboorte ontwikkelen de hersenen zich van binnen naar buiten.

Eerst ontwikkelt zich de hersenstam. Dit is ons **instinctieve reptielenbrein**. Het zorgt ervoor dat we in leven blijven door het aansturen van belangrijke lichamelijke functies zoals beweging van de spieren, hartslag, ademhaling, spijsvertering en het gebruik van de zintuigen. Het primitieve brein zorgt ook dat het lichaam zich klaar maakt om te vechten, vluchten of bevriezen op het moment dat er gevaar dreigt.

Vanaf ongeveer 9 maanden ontwikkelt zich het **emotionele, zoogdierenbrein**. Dit brein is betrokken bij emoties, motivatie en herinneringen. Het zorgt voor controle over emoties en gedrag en voor het aangaan van gezonde relaties.

Tot ongeveer je 25^e ontwikkelt het **denkende, mensenbrein** zich. Dit brein zorgt dat een kind kan leren, nadenken, reflecteren en plannen en maakt dat een kind taal en moraal kan ontwikkelen.

Door de relatie met ouders en andere opvoeders ontwikkelen kinderen hersenverbindingen die het mogelijk maken om anderen te vertrouwen, hun eigen emoties te reguleren, van anderen te houden. Veel gebruikte verbindingen worden sterker, niet gebruikte verbindingen sterven af.

Hoe vaker een ervaring herhaald wordt, des te sterker de verbindingen. Als een kind niet heeft geleerd dat het zijn opvoeders kan vertrouwen, ontwikkelen deze verbindingen onvoldoende en kost het in een nieuwe situatie meer tijd voordat de hersenen gaan leren dat een nieuwe opvoeder wel te vertrouwen is.



Reportage

‘Als anderen over hun trauma vertellen, wil je dat zelf ook doen’

Na een traumatische ervaring in de jeugd kan het heel louterend zijn om daarover te praten met mensen die weten wat je hebt meegemaakt.

Daarom sloten Jeroen en Bo, die allebei seksueel misbruikt zijn, zich aan bij een lotgenotengroep.

Auteur: Annemarie van Dijk

[Leestijd: 6 minuten](#)

'Ik durfde nooit met mijn rug naar de deur te staan. Had paniekaanvallen en driftbuien. Om mijn gevoelens te onderdrukken, ging ik extreem veel sporten. Mijn ouders vertelde ik niets, ik wilde ze niet belasten met mijn verdriet.'

Op zijn 7e is Jeroen (30) meerdere keren seksueel misbruikt. Twintig jaar lang zweeg hij erover. Hij functioneerde, maar zat vanbinnen vol pijn en verdriet. 'De muur die ik om me heen bouwde werd steeds hoger. Ik was een enorme control freak, ik denk dat ik niet nog een keer de controle wilde kwijtraken. Dat maakte het beginnen van nieuwe dingen lastig. Zoals het aangaan van een relatie. Ik had totaal geen zelfvertrouwen. Ook op school had ik het moeilijk. Ik wilde nergens over praten en trok mezelf terug. Als ik een afspraak had, zei ik die vaak af met een smoes omdat ik er enorm tegen opzag.'

Een van zijn beste vrienden bleek ook slachtoffer te zijn van seksueel misbruik en herkende bij Jeroen wat er speelde. De vriend vertelde veel baat te hebben bij een lotgenotengroep. 'Toen hij erover begon, brak ik. Ik besepte dat ik hulp moest zoeken, anders hoefde het voor mij niet meer.' Jeroen was 27 toen hij voor het eerst hulp kreeg. Eerst individueel, daarna in een groep.

'Ik kon nachtenlang niet slapen. Zó spannend vond ik het om me te moeten blootgeven'

Bo (26) had in haar jeugd jarenlang te maken met seksueel misbruik. Therapie bij een psycholoog hielp haar wel van haar paniekaanvallen af, maar ze bleef zich alleen voelen. Ze hoopte te kunnen leren van andere slachtoffers van seksueel geweld en meldde zich aan bij een lotgenotengroep. 'Voorafgaand aan de eerste sessie kon ik nachtenlang niet slapen van de zenuwen. Zó spannend vond ik het om me te moeten blootgeven.'

Maskers af

Jeroen en Bo namen allebei deel aan een lotgenotengroep van Blauwe Maan, een instantie die in de regio Midden-Brabant professionele hulp biedt na seksueel misbruik. Bo zit nog steeds in een groep. Ze vindt er veel herkenning, zegt ze. 'Dat ik me altijd alleen voelde, kon ik eerder niet uitleggen aan anderen. Ik snapte het zelf nauwelijks. Tijdens de sessies voelde ik steeds: dit heb ik ook! En als anderen hun verhaal vertellen, wil je dat zelf ook doen, uit een soort respect voor hen. Er gebeurt iets met je, waardoor je je masker afzet.'

'Om maar niet te hoeven focussen op mijn gevoelens, zorgde ik heel goed voor anderen'

In de eerste sessie dacht Bo nog: met mij gaat het beter dan met de rest. Maar de tweede keer was een soort klap in haar gezicht, er kwam zo veel boven. 'Ineens werd ik me bewust van mijn overlevingsstrategieën. Zo zorgde ik erg goed voor anderen om me maar niet te hoeven focussen op mijn eigen gevoelens. En ik deed altijd vrolijk, waardoor niemand aan me merkte dat het helemaal niet goed ging. Door die overlevingsstrategieën kon ik "gewoon" leven, maar ondertussen kwam ik mijn gevoelens niet onder ogen. Om die te verwerken, moest ik ze gaan voelen. Daar probeer ik nu elke dag bewust mee bezig te zijn. Soms gaat er een beerput aan verdriet, boosheid en onbegrip open.'

Sterk voelen

Ook voor Jeroen was de groep als een warm bad van herkenning. 'Ik begon te begrijpen dat het normaal was hoe ik reageerde op het misbruik. Terwijl ik bang was dat de anderen me zouden uitlachen, gebeurde dat helemaal niet. Heel vaak hoorde ik: "O ja? Bij jou ging dat dus ook zo?" Toen ik vertelde dat ik last had van woedeaanvallen, herkenden ze dat ook. Net als dat ik niemand meer vertrouwde, en zeker geen mannen.'

'Ik kan nu over het misbruik praten zonder dat het me emotioneel uitput'

Het was daarnaast goed om te horen hoe anderen ermee omgingen. Je leert veel van elkaar in zo'n groep. Het is ook fijn om anderen te helpen. Dat geeft me een sterk gevoel.' Zelf leerde hij vooral dat hij mag voelen wat hij voelt. 'Soms komen de oude gevoelens ineens boven maar even later zakken ze ook weer. Ik kan er nu makkelijker over praten zonder dat het me emotioneel uitput.'

Niet gek

‘Contact met lotgenoten kan inderdaad helpen bij het verwerkingsproces,’ vertelt Els Coenen die lotgenotengroepen begeleidt bij Blauwe Maan. ‘Ze wisselen ervaringen uit en luisteren naar elkaars verhalen.’ Coenen vindt het elke keer weer bijzonder om een groep te begeleiden. ‘Deelnemers zijn dankbaar dat ze anderen treffen met dezelfde soort ervaring. Ze voelen: ik ben dus toch niet gek, ik heb het me niet ingebeeld. Of: nu snap ik mijn rare gedrag. Lotgenoten nemen dingen makkelijk van elkaar aan, sneller dan als ze informatie krijgen van een professional. Ze vertrouwen elkaar en leren van elkaar. Er wordt trouwens ook gelachen hoor, en de groepsleden leren de betrekkelijkheid van dingen inzien.’

Veel deelnemers bij Blauwe Maan volgen eerst een individueel hulptraject. Voordat ze in een groep worden ingedeeld wordt een intakegesprek gevoerd. Daaruit moet blijken of ze over hun ervaringen kunnen vertellen en in staat zijn om te luisteren naar verhalen van anderen. Coenen: ‘Bij psychiatrische problemen of verslaving is iemand niet altijd geschikt voor een deelname aan een groep. Anderen kunnen zich er onveilig door voelen.’

Achter tafels

‘Tijdens de sessies zitten we in een kring, soms achter tafels omdat dat voor veel mensen veiliger voelt,’ vertelt Coenen. ‘In de eerste sessie maken we afspraken over de privacy: alles wat ter sprake komt, blijft in de groep. Het is belangrijk dat iedereen elkaar kan vertrouwen en zich veilig voelt. In de sessies daarna gaan we aan de slag met de persoonlijke verhalen van de deelnemers en de invloed en gevolgen van het seksueel misbruik.’

‘Bij seksueel misbruik gaat het altijd om geschaad vertrouwen in volwassenen of in de maatschappij’

Weer later onderzoeken de lotgenoten wat dit betekent voor het zelfbeeld, zelfvertrouwen en ieders identiteit. Ze bespreken thema’s die voor vrijwel iedereen herkenbaar zijn, zoals schuld, schaamte, grenzen aangeven, overlevingsstrategieën, intimiteit en zelfbeeld.

Coenen: ‘In de kern gaat het bij seksueel misbruik altijd om geschaad vertrouwen. Iemand heeft geen vertrouwen meer in volwassenen of in de maatschappij. Dat heeft invloed op alles: het zelfbeeld, de ontwikkeling, de slaap en de relaties in het verdere leven. Ook kan iemand angsten ontwikkelen.’

Schaamte

Coenen deelt theorie over de thema's, waardoor deelnemers beter kunnen plaatsen waarom ze voelen en reageren zoals ze dat doen. De theorie is door Blauwe Maan samengesteld op grond van relevante literatuur. Daarnaast doen de groepsdeelnemers oefeningen. Coenen: 'Daarmee leren ze grenzen aangeven. En contact- en balansoefeningen kunnen het vertrouwen in zichzelf en anderen vergroten.'

Bij het thema schaamte bijvoorbeeld krijgen de deelnemers de huiswerkopdracht: zet op papier wat het woord schaamte voor je betekent. De sessie erna wordt dit met elkaar gedeeld. Coenen: 'Ook praten de deelnemers in tweetallen over overlevingsstrategieën: welke hebben je geholpen en welke heb je niet meer nodig?'

Begeleidersrol

De groepsbijeenkomsten van Coenen verlopen niet volgens een vast programma. De deelnemers geven de beurt aan elkaar door en reageren op elkaar. De deelnemers komen tot ontdekkingen door de input van de anderen.

'Als begeleider moet je kunnen luisteren en aanvoelen hoe ver je kunt gaan'

Coenen zorgt dat iedereen zich gezien en gehoord voelt en dat de sfeer veilig blijft. 'Als begeleider moet je kunnen luisteren en aanvoelen hoe ver je kunt gaan. Het duurt weleens een tijdje voordat de leden van de groep zich durven openstellen. Dat is prima, iedereen verwerkt het in zijn eigen tempo. Dat proces heeft tijd nodig.'

Sturing van een begeleider is fijn, vindt deelnemer Bo. 'Een begeleider heeft een belangrijke rol, maar die moet deelnemers wel de ruimte geven. Van een andere praatgroep begreep ik dat de deelnemers soms in hun verhaal werden onderbroken door praktische zaken als tijd. Terwijl het heel naar is om te worden afgekapt terwijl je voor het eerst in je leven durft te praten over wat je is overkomen.'

Niet alleen

Bo is enthousiast over wat de groepssessies voor haar hebben betekend. Ze voelt zich wat minder alleen. Bo: 'Wat ons is overkomen, is niet te accepteren. Het enige wat je kunt, is proberen ermee te leven. Daarover praten in zo'n veilige omgeving helpt echt, zeker omdat de meesten er nog nooit over hebben gesproken in hun leven. Dat geeft vertrouwen in de goedheid van instanties en misschien zelfs wel van de mens. Er is namelijk een groot gevoel van respect, liefde en trots tussen alle deelnemers.' Bo hoopt dat vergelijkbare initiatieven ook elders zullen ontstaan: 'In mijn groep zitten mensen uit alle delen van het land omdat er in de buurt geen groepen zijn.'

Jeroen heeft tegenwoordig minder last van paniek en woedeaanvallen. Hij zou misschien ooit wel zelf een groep willen begeleiden, als ervaringsdeskundige. Om anderen te laten weten: je hoeft het niet alleen te doen.

Meer informatie

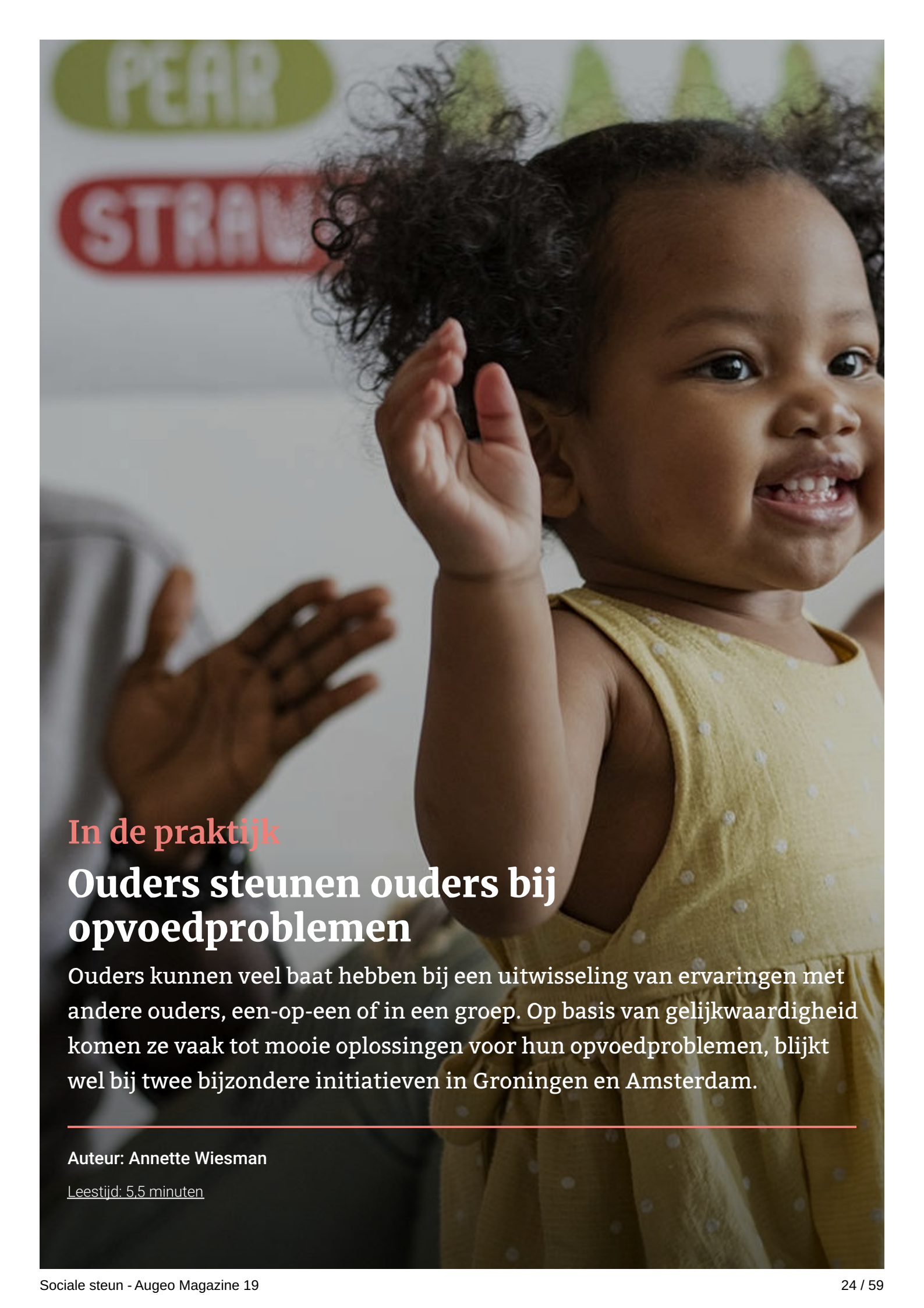
[Blauwe Maan](#) biedt professionele hulp na onvrijwillige seks, seksueel misbruik of seksueel grensoverschrijdend gedrag. Slachtoffers zelf, maar ook ouders en partners kunnen er terecht voor vragen en ondersteuning. Blauwe Maan heeft lotgenotengroepen voor meiden (16-30 jaar), vrouwen, mannen en gemengd (mannen en vrouwen).

Ook andere instellingen organiseren lotgenotengroepen voor mensen die als kind seksueel misbruik hebben meegemaakt.

Bijvoorbeeld:

[Stichting Revief](#) staat voor 'kracht in kwetsbaarheid'. Revief organiseert dagen waarin lotgenotencontact voor mensen die als kind seksueel misbruikt zijn centraal staat.

[De Academie voor Herstel en Ervaringsdeskundigheid](#) zet zich in voor volwassen slachtoffers van kindermishandeling en biedt verschillende activiteiten op het gebied van lotgenotencontact aan.



In de praktijk

Ouders steunen ouders bij opvoedproblemen

Ouders kunnen veel baat hebben bij een uitwisseling van ervaringen met andere ouders, een-op-een of in een groep. Op basis van gelijkwaardigheid komen ze vaak tot mooie oplossingen voor hun opvoedproblemen, blijkt wel bij twee bijzondere initiatieven in Groningen en Amsterdam.

Auteur: Annette Wiesman

[Leestijd: 5,5 minuten](#)

Een moeder die door een licht verstandelijke beperking tegen allerlei problemen in de opvoeding van haar kinderen aanloopt. Ze staat er alleen voor: haar kinderen heeft ze gekregen bij twee verschillende, afwezige vaders.

Of de vader van een zoon die regelmatig door andere kinderen wordt gepest en zijn kind dagelijks huilend ziet thuiskomen. Hij adviseert zijn zoon om de zwakste van zijn aanvallers 'total loss te slaan.'

Beide ouders hadden baat bij advies van ervaringsdeskundigen. De moeder meldde zich aan bij het initiatief Moeders Informeren Moeders (MIM) en kreeg bezoek van twee vrijwilligers die haar opvoedadviezen gaven, mee uit wandelen namen en hielpen bij het invullen van formulieren.

De vader nam deel aan een opvoeddebat voor migrantenvaders bij Trias Pedagogica, advies- en trainingsbureau voor vaderschap, opvoeding en interculturele pedagogiek, waar andere vaders uit zijn groep hem adviseerden te gaan praten met de ouders van de pestkoppen of het probleem aan te kaarten bij de leerkrachten op school.

Het zijn maar twee voorbeelden van de hoe sociale steun tussen ouders kan helpen bij opvoedproblemen. Uit onderzoek blijkt dat een sterk sociaal netwerk de kans op opvoedproblemen verkleint.

Moederhulp

Zo'n 160 Groningse moeders met jonge kinderen krijgen ongeveer tweemaal per maand bezoek van een van de vijftig vrijwilligers die zijn aangesloten bij Moeders Informeren Moeders. Deze organisatie werkt volgens een methode die werd ontwikkeld voor de jeugdgezondheidszorg. De MIM-vrijwilligers zijn zelf opvoeders en worden geïnstrueerd over de do's en don'ts van het ondersteunen. Julliet Schreuder, MIM-coördinator in Groningen: 'Meestal probeer ik moeders met dezelfde ervaringen aan elkaar te koppelen, zoals bij financiële problemen of een postnatale depressie.' Door de coronacrisis liggen de huisbezoeken stil. 'Onze vrijwilligers hebben contact via WhatsApp of videobellen, of ze gaan samen wandelen.'

De cliënten komen veelal binnen via consultatiebureaus. 'Als een jeugdverpleegkundige opmerkt dat een moeder vaak langskomt omdat ze onzeker is, attendeert ze haar op MIM,' zegt Schreuder. Het gaat vaak om moeders die een klein sociaal netwerk hebben, onzeker zijn over de opvoeding of slechte ervaringen hadden in hun jeugd en daarom behoefte hebben aan positieve opvoedvoorbeelden, legt Schreuder uit. Voor echt complexe gevallen, waarin er meerder langdurige problemen tegelijkertijd spelen, is MIM niet geschikt.

Vrijwilligers maken vaak makkelijker contact dan professionals, denkt Schreuder

Maar er is ook een categorie moeders die pertinent geen professionals maar wel vrijwilligers in huis wil. Vrijwilligers maken vaak makkelijker contact, denkt Schreuder. 'Dat komt vooral doordat professionals

met doelen werken, waardoor er van alles móét. Vrijwilligers komen vaak beter toe aan luisteren. Dan komt soms pas boven tafel welk ander probleem onder de hulpvraag zit.'

Migrantenvaders

Vaders zeggen vaak dat ze zich negatief bejegend voelen, alsof het nóóit goed is wat ze doen, zegt Abdel Mehraz, oprichter van Trias Pedagogica. 'Daarom zeg ik altijd: ik leer van jullie en jullie van elkaar. Ik zit daar niet als deskundige te vertellen hoe het moet, hoogstens draag ik wat theorie aan. Oplossingen worden altijd door de deelnemers ingebracht.'

Een voorbeeld? 'Een vader gooide thuis regelmatig met spullen. De andere deelnemers adviseren hem om voortaan even buiten een rondje te lopen, bij wijze van time-out.' Door ervaringen met elkaar te delen, beseffen de vaders ook dat ze niet de enige zijn die worstelen. En dat er niet één juiste manier van opvoeden bestaat, ziet Mehraz.

'Soms ontstaat er een mooie discussie tussen voor- en tegenstanders'

Soms helpt hij de groep een handje. Zoals toen Syrische vaders aanstoot namen aan de seksuele voorlichting op Nederlandse scholen. Mehraz legde uit dat scholen verplicht zijn om voorlichting te geven en toen was het even stil. 'Toen stond een vader op die zei: "En waarom ook niet?" Een ander sloot zich erbij aan, waardoor er zowel voor- als tegenstanders waren. Dat werd echt een mooie discussie.'

Vaderliefde

Trias Pedagogica is opgericht vanwege een persoonlijke behoefte van Mehraz: hij voelde zich als kind niet begrepen door zijn vader. Na zijn studie pedagogiek ging hij werken bij GGD in de Utrechtse wijk Kanaleneiland, waar hij Marokkaanse vaders probeerde te bereiken. Dat kostte moeite, niemand wilde meedoen. Tot een Marokkaanse organisatie hem uitnodigde om langs te komen. Na aanvankelijke scepsis kreeg Mehraz de vaders in de zaal om door te vertellen over het moeizame contact met zijn vader: 'Je weet dat hij van je houdt, maar waarom laat hij dat niet zien?' De thema's die daar toen aan bod kwamen, gebruikt Mehraz nog steeds in zijn 'opvoedebatten'. 'We bespreken onderwerpen als: wat betekent vaderschap en hoe voed je op tussen twee culturen?'

Ook zijn er verdiepende bijeenkomsten, zoals over 'gevoelens en intimiteit', een andere term voor seksualiteit, en 'huiselijk geluk', oftewel huiselijk geweld voorkomen. Daarbij komt onder anderen een professional van Veilig Thuis vertellen over hun werkwijze. 'Beide partijen leren van elkaar. Professionals horen hoe hun hulp wordt ervaren en vaders begrijpen dat kinderen pas onder toezicht geplaatst worden als er sprake is van structurele onveiligheid. Daardoor zien ze de ander niet meer als vijand, maar als partner.'

Excuses

De vaders die bij Trias Pedagogica komen, zijn zelf veelal met harde hand opgevoed. Van de opvoedebatten leren ze dat er andere manieren zijn om grenzen te stellen. Neem bijvoorbeeld die hoogopgeleide Afghaanse vader van een zoon van 12. Mehraz vroeg hem tijdens de laatste bijeenkomst wat hij geleerd had. 'Hij vertelde dat hij altijd door zijn vader naar beneden gehaald was. Om hard te worden. Hij wist dat als hij doorging met zijn gebruikelijke manier van opvoeden, zijn zoon zou ontsporen. Hij zei: "Ik heb mijn zoon mijn excuses aangeboden. Wat ik hier geleerd heb, ga ik mijn hele leven meenemen." Dat emotioneerde me wel.'

Maar niet alle problemen zullen in de groep besproken worden. Mehraz: 'Bij gevoelige thema's mogen de vaders ons altijd apart benaderen. Bij lichte problematiek kunnen wij helpen, anders verwijzen we door, naar de schuldhulpverlening bijvoorbeeld, of de ggz.'

Wat kunnen professionals van vrijwilligers leren?

De geïnterviewden hebben 4 tips:

- 1. Luister goed.** Soms zeggen mensen iets anders dan ze bedoelen.
- 2. Wissel groepswork en individuele gesprekken af.** Individuele gesprekken voor extra informatie; groepswork voor de onderlinge dynamiek.
- 3. Ieders waarden moeten gerespecteerd worden.** De ene ouder stuurt zijn kinderen om zeven uur naar bed, de ander om tien uur. Probeer niet overal iets van te vinden, tenzij welzijn en veiligheid in het geding zijn.
- 4. Stel je niet steeds op als deskundige,** maar laat ook jezelf en je persoonlijke ervaringen zien.

Seksualiteit heet hier 'gevoelens en intimiteit', het thema huiselijk geweld noemen ze 'huiselijk geluk'

Netwerken vergroten

Hoewel het bij Moeder Informeren Moeders vooral draait om een-op-eencontact, brengen ze ook daar cliënten samen. Sinds kort gebeurt dat in kleine appgroepjes. In Groningen hebben ze er inmiddels 22, geordend op voertaal of thema. Hoewel ze elkaar aanvankelijk niet kennen, delen de moeders hun problemen al snel met elkaar, merkt Schreuder. 'Ze spreken ook live af. Zo vergroten ze hun netwerk snel.'

'Als ik moeders met elkaar zie praten, zeg ik: "Hebben jullie al telefoonnummers uitgewisseld?"'

Daarnaast zijn er maandelijks MIM-bijeenkomsten met koffie en thee. 'Als ik moeders met elkaar zie praten, zeg ik: "Hebben jullie al telefoonnummers uitgewisseld?" Soms moet je ze een beetje op gang helpen.'

Het gebeurt weleens dat een vrijwilliger merkt dat er grotere problemen in een gezin spelen. Dan staat er bijvoorbeeld dagelijks een grote afwas en staan er dertig lege wijnflessen in de keuken. Schreuder bekijkt dan of er extra gezinshulp nodig is of bijvoorbeeld financiële hulp. Of er gaat een tweede vrijwilliger meedraaien. 'Als er na een paar maanden nog steeds geen ritme in komt, gaan we kijken of we de moeder kunnen doorverwijzen naar het maatschappelijk werk.'

Grenzen bewaken

MIM-vrijwilligers vinden het fijn om te merken dat ze met hun ervaring zo veel verschil kunnen maken. Maar valkuilen zijn er ook. Ten eerste is er de veelgemaakte fout van beginnende ervaringsdeskundigen, waarbij ze ervan uitgaan dat wat zij zelf meegemaakt hebben, ook voor de ander zal gelden. 'Je kunt wel goede voorbeelden geven, van jezelf, van familie of anderen, maar uiteindelijk bepaalt de moeder zelf hoe ze de opvoeding invult.'

Een andere valkuil is over je grenzen gaan. In bijeenkomsten voor de vrijwilligers wordt daar aandacht aan besteed. Uiteindelijk is het aan henzelf. 'Een van onze vrijwilligers gaat bij één adres regelmatig oppassen, heeft er laminaat gelegd en is zelfs een crowdfundingactie voor de moeder gestart.'

Bedankt

Schreuder vertelt tot slot over een gezin dat zich bij hen had aangemeld. Beide ouders waren beschadigd door hun verleden. 'Ze hadden smet- en pleinvrees en zaten in een sociaal isolement. Er was geen contact met familie, en beiden waren werkloos. Alleen de twee MIM-vrijwilligers waren welkom. Zij namen de kinderen regelmatig mee naar buiten.' Dat is uiteindelijk heel goed gegaan.

'Als het na een halfjaar of jaar echt beter gaat met een gezin, dan horen we vaak: "Bedankt, het was leuk, maar ik kan het nu zelf."'

Trias Pedagogica is een adviesbureau voor vaderschap, opvoeding en interculturele pedagogiek. Het geeft oudertrainingen over taboegevoelige onderwerpen. Daarnaast biedt het individuele ondersteuning aan ouders en deelt kennis en ervaring met andere professionals. De door Trias Pedagogica ontwikkelde methodiek voor opvoedsteun aan migrantenvaders is onderbouwd en beschreven door het Verwey Jonker Instituut.

Moeders Informeren Moeders (MIM) is ontwikkeld voor de jeugdgezondheidszorg en versterkt de zelfredzaamheid en het sociale netwerk van moeders. De methode wordt landelijk gebruikt in verschillende gemeenten. Doelgroep zijn vrouwen die voor het eerst moeder worden en onzeker zijn over de opvoeding en een klein sociaal netwerk hebben. De vrijwilligers, ervaren moeders, bezoeken de moeder wekelijks of maandelijks tot het kind ongeveer 2 jaar is. Ook zijn er ontmoetingsgroepen voor MIM-moeders.



Interview

‘Sociale steun biedt tegenwicht voor wat jongeren thuis meemaken’

Juist kwetsbare jongeren hebben de steun van betrouwbare volwassenen hard nodig. Krijgen ze die niet, dan kun je hun netwerk versterken door aan te sluiten op hun leefwereld, zegt **Streetcare-medewerker Kim Jolink**. ‘Zeker ook online.’

Auteur: Carolien Drijfhout

[Leestijd: 5,5 minuten](#)



Kim Jolink is werkzaam als Streetcare-medewerker bij XLGroup Streetcare in het Limburgse Echt-Susteren. Voorheen werkte ze tien jaar in het jongerenwerk bij een reguliere welzijnsorganisatie.

Als je jeugdzorgwerker bent in een instelling kan het lastiger zijn om sociale steun te bieden. Bekijk [de video](#) waarin Kim daarover vertelt.

Waarom is sociale steun een belangrijke pijler in het werken met kwetsbare jongeren?

‘Jongeren zitten midden in een fase van identiteitsontwikkeling. De weg naar volwassenheid brengt veel vragen en onzekerheden met zich mee. In die zoekende fase zijn sociale basisbehoeften als erbij horen, goedkeuring en veiligheid ongelofelijk belangrijk. Dat geldt des te meer voor jongeren die thuis mishandeld of verwaarloosd worden. De basis die stabiel en steunend zou moeten zijn, is voor hen structureel instabiel en onveilig. En de boodschap die zij meekrijgen, is dat ze er niet mogen zijn. Het tegenovergestelde van sociale steun, zou je kunnen zeggen.

Deze jongeren hebben als geen ander betrouwbare, volwassen steunfiguren nodig om zich aan te kunnen spiegelen, maar ook voor die onmisbare boodschap: ik zie jou, jij mag er zijn. Sociale steun biedt een soort tegenwicht voor het nare dat zij thuis meemaken.’

Jullie hangen een bepaalde filosofie aan. Welke?

‘Met XLGroup Streetcare bieden we in Roermond en Echt-Susteren individuele, laagdrempelige en intensieve begeleiding aan jongeren die dreigen af te glijden. We werken volgens de [presentiebenadering van Andries Baart](#) en proberen voor jongeren met multiproblematiek de kloof tussen hun leefwereld en de systeemwereld te dichten. We zitten midden in een pilot met de gemeenten, waarbij we niet werken vanuit een indicatie maar juist vanuit de leefwereld en de relatie met de jongere.

In de praktijk betekent het dat wij zijn waar de jongeren zijn. Ik breng dus letterlijk veel tijd op straat door. Ik knoop gesprekjes aan en zorg dat ik een vertrouwd gezicht word. Insteek van de pilot is jongeren beter te ondersteunen, onder andere door sterk in te zetten op sociale steun, en tegelijk de kosten van de jeugdhulp te drukken.

Doordat jongeren ons kennen of via via over ons horen, is de drempel laag. Ze komen vaak rechtstreeks naar ons toe wanneer ze thuis of op school vastlopen. Of ze komen via het Centrum voor Jeugd en Gezin en het reguliere jeugd- en jongerenwerk.’

Jullie zetten sterk in op sociale steun. Waaruit bestaat die voor jou?

'Voor mij gaat het erom dat ik de jongere echt zie, er voor hem ben en hem een gevoel van veiligheid geef. Dat kan met een luisterend oor, maar ook door samen dingen te doen en betrokken te zijn bij zijn dagelijks leven. In de hulpverleningswereld zijn we vaak geneigd meteen met doelen aan de slag te gaan, maar voor mij is het contact een doel op zich.

'Aansluiten bij de leefwereld doe ik door samen een potje FIFA te spelen, te koken of een terrasje te pakken'

Het begint met te laten zien: ik ben er voor jou. Aansluiten bij de leefwereld doe ik door samen een potje FIFA te spelen, te koken of een terrasje te pakken: daardoor ontstaat connectie. Geforceerd een een-op-eengesprek voeren werkt bijna nooit.

Met de band die je samen opbouwt, creëer je een veilige plek waar de jongere zich kan laten zien en mag zijn wie hij is. Als jongerenwerker hoor je wat er speelt in zijn leven, of waar hij goed in is of warm voor loopt; daar kun je op inspelen. En – als dat nodig is – kun je het hebben over het gedrag en daar grenzen aan stellen. Want ik geloof er heilig in dat begrenzen uiteindelijk nodig is om gezonde ontwikkeling verder te bevorderen. Grenzen geven ook veiligheid.'

Hoe stel jij je op tegenover jongeren?

'Ik probeer in het contact zoveel mogelijk "echt" te zijn. Natuurlijk heb ik als Streetcare-medewerker een rol, maar in die rol ben ik mezelf. Want een jongere voelt het meteen als ik een toneelstukje opvoer. Bovendien: als ik niet mezelf ben, waarom zou die ander dan zichzelf zijn?

Vaak helpt het mij om te bedenken: hoe zou ik dit bij een vriend aanpakken? Het informeel houden, werkt toch het beste. Daardoor valt voor mij onder sociale steun ook dat ik even een appje stuur naar een jongere, als die iets heeft doorgemaakt: "Hee, hoe is het nu met je?" Soms doe ik dat heel bewust 's avonds, zodat de cliënt ziet dat hij of zij niet alleen tussen negen en vijf belangrijk is.'

Sociale steun verlenen kan dus ook prima online?

'Ja, via WhatsApp ben je op een laagdrempelige manier heel betrokken. Niet iedere jongere heeft behoefte aan wekelijks afspreken, maar een appje is eigenlijk altijd welkom. Als er iets met ze is, sturen jongeren ook vaak makkelijker een berichtje dan dat ze bellen. Door zelf te appen maak je jezelf voor jongeren heel benaderbaar.

'Al chattend en gamend kun je heel laagdrempelig polsen hoe het met de jongere gaat'

Jongeren zijn steeds meer online, en dus ben ik dat ook. Ik ben actief op Facebook, Instagram, Snapchat en TikTok, mijn collega's zitten ook op Fortnite en FIFA. Het is een ideale manier om zichtbaar te zijn en tegelijk de leefwereld van een jongere te volgen. Het geeft je een heel goed beeld van hoe het echt met hem of haar gaat. Al chattend en gamend kun je heel laagdrempelig ook even polsen hoe het gaat.

Ook is een post op social media bij mij al vaak een mooi aanknopingspunt geweest voor verdere hulp en steun. "Hee, ik zag je post over je zieke oma. Hoe is het voor jou?" of: "Wat stom dat je vakantie niet doorgaat! Hoe vind je dat?" Ik gebruik online wel echt als aanvulling, want het kan *face to face*-contact niet vervangen. Dat merkte ik ook tijdens de corona-lockdown. Digitaal mis je toch het complete plaatje.'

Ouders zijn belangrijke steunverleners. Hoe betrek je hen?

'Zelfs wanneer ouders de oorzaak zijn van de onveiligheid, blijven jongeren op zoek naar hun erkenning en bevestiging. Daar waar het kan, probeer ik de verbinding met de ouders terug te vinden. Bijvoorbeeld door samen met een jongere te koken voor het gezin en zo iets positiefs te brengen in de relatie.

Als de ouders te onveilig zijn, kunnen andere volwassenen de steunende rol overnemen. Vaak is er wel een oma of tante, docent, buurman of sporttrainer met wie de jongere een klik heeft. Het kan eigenlijk iedere volwassene zijn bij wie de jongere oprechte aandacht ervaart.'

Hoe versterk je de steun door het informele netwerk?

'Zodra er een aanknopingspunt is, betrek ik het netwerk erbij. Als ik bijvoorbeeld een jongere hoor praten

over een bepaalde tante, stel ik voor haar de volgende keer mee te vragen voor een terrasje. Met z'n drieën hebben we dan een gesprekje over iets wat de jongere bezighoudt, of over de familie. Maakt niet uit wat, want ook hier is het contact op zich het doel. Vaak helpt het om de band te versterken en— in dit geval— de tante er bewust van te maken dat ze een belangrijke rol heeft in het leven van de jongere en als steunfiguur misschien nog meer kan betekenen.

Andere keren leg ik het contact met school, bijvoorbeeld als een jongere voor de derde keer klaagt over een bepaalde leraar. "Joh, zullen we volgende week even samen met die docent gaan zitten?" Mijn ervaring is dat het echt helpt.

Ik werk met jongeren in een vertrouwensrelatie en zie het als mijn verantwoordelijkheid om die vertrouwde context uit te breiden met ooms, tantes, leraren en voetbalcoaches... Die volwassenen worden dan ook vertrouwde personen die sociale steun kunnen bieden.'

Leeftijdgenoten zijn heel belangrijk voor jongeren. Kunnen zij ook sociale steun bieden?

'Zeker, vrienden zijn een heel waardevolle bron van sociale steun. Jongeren gaan zich steeds meer richten op de wereld buiten thuis en vrienden spelen daarin een grote rol. Jongeren die vanuit huis erkenning en bevestiging missen, zullen dit des te meer zoeken bij leeftijdgenoten.

Maar er kleeft wel een risico aan. Namelijk dat jongeren vanuit die behoefte om gezien te worden, kiezen voor vrienden die uiteindelijk ongezond voor ze zijn. Want kwetsbare jongeren hebben vaak minder goed geleerd voor zichzelf op te komen en hun grenzen te bewaken; ze zijn daardoor ook kwetsbaar in vriendschappen. Ze verbinden zich sneller aan jongeren die bijvoorbeeld crimineel gedrag vertonen of overlast veroorzaken.

Ik probeer in het straathoekwerk altijd zicht op de vrienden te krijgen en contact met hen te maken. Voor jongeren is die peergroep zo ontzettend belangrijk. Door jongeren op een positieve manier aan elkaar te verbinden, help je hen elkaar tot steun te zijn. Dat kan ontzettend waardevol zijn.'

Online steun bieden: zo doe je dat

Via de online leefwereld kun je jongeren bereiken en steunen bij hun ontwikkeling naar volwassenheid. Deze tips helpen je op weg:

1. **Volg een jongere op de kanalen waar hij het meest actief is** . Het geeft veel inzicht in wat hem bezighoudt en wat hij belangrijk vindt.
2. **Begeef je op de meest gebruikte social media onder jongeren:** Whatsapp, Snapchat, Youtube, Instagram, Facebook en TikTok.
3. **Wees je er bewust van of anderen kunnen meekijken.** Whatsapp is een prima kanaal om een persoonlijke vraag te stellen, een afspraak te plannen of aandacht te geven aan iets dat een jongere heeft meegemaakt. Op een online profiel als op Facebook of Instagram betekent sociale steun eerder die like of positieve reactie onder een post, waarmee je laat zien dat je betrokken bent.
4. **Besef dat de onlinewereld publiek domein is.** De meeste social-platforms zijn niet AVG-proof. Houd daarom rekening met wat je deelt: geen privacygevoelige of vertrouwelijke informatie. Maak geen foute grapjes en ga niet publiekelijk in discussie.
5. **Wees persoonlijk en zorg dat je herkenbaar bent in de manier waarop je jezelf online presenteert.** Doe online (niet) wat je offline ook (niet) zou doen.
6. **Voor professionals is het raadzaam om een zakelijk profiel te gebruiken,** zodat je privé en werk gescheiden houdt en duidelijk is vanuit welke van de twee je reageert.
7. **Hoe waardevol online steun ook is, het kan live contact niet vervangen.** Zelfs – of misschien wel juist– jongeren die voortdurend digitaal aanwezig zijn, hebben behoefte aan echt contact.

Meer inzichten over werken in de online leefwereld van jongeren? Ga naar de publicatie [Online jongerenwerk](#) van de NJI.



Ervaringsverhaal

‘Ik was 11 en had opeens geen vader meer’

Abdeljabar Marbah (39) groeide op zonder zijn vader en met een weinig beschikbare moeder. Maar bij zijn voetbalvereniging in Rotterdam-Zuid ontmoette hij volwassenen die er wel voor hem waren. Inmiddels is hij assistent-trainer bij Jong Oranje maar ook een steunfiguur voor kinderen zoals hij zelf was.

Auteur: Mariëlle van Bussel / Fotografie: Elizabeth Wattimena

[Leestijd: 4,5 minuten](#)

'Ik vergeet het nooit meer. Het was de dag nadat we thuiskwamen van een vakantie in Marokko. Mijn ouders, mijn vier jongere broertjes en zusjes en ik. "Ik ga terug naar Marokko," zei mijn vader plotseling. Hij had al vaker gezegd dat hij naar zijn vaderland wilde, maar ik geloofde nooit dat hij dat zou doen. Die keer vertrok hij echt. En ook meteen. Ik was 11 en had opeens eigenlijk geen vader meer. Heel af en toe ontmoetten we hem als we in Marokko waren, maar in Nederland hoorden we nooit iets van hem.

Ik had het er moeilijk mee, moest het verlies verwerken. Ondertussen nam ik als oudste kind de vaderrol op me. Mijn moeder is analfabeet, heeft suikerziekte en bronchitis, ze kon niet werken. We moesten dus leven van een uitkering. Er was geen geld voor vakantie of een sportclub, terwijl ik zo graag op voetbal wilde. Dat was mijn grootste hobby, ik was altijd met een bal op straat te vinden.'

Goede voorbeeld

'In onze achterstandswijk in Rotterdam-Zuid heb ik genoeg jongeren zien afglijden. Tegen mezelf zei ik altijd: ik moet een voorbeeld zijn voor mijn jongere broertjes en zusjes. Als ik foute dingen ga doen, doen zij het ook. Dat wil ik mijn moeder niet aandoen.

Het was best lastig, omdat ik geen vader had, geen rolmodel. En mijn moeder was niet in staat om ons te begeleiden, doordat ze het te druk had met het opvoeden van vijf kinderen. Dus samen dingen doen, knutselen of huiswerk maken gebeurde niet.

Alleen met de gymleraar op de Nelson Mandelaschool, mijn basisschool, kon ik mijn zorgen delen. Zelfs toen ik al van die school af was. Ik was bang dat ik het niet zou redden in de maatschappij, wist niet welke opleiding ik moest gaan volgen. Dat besprak ik dan met hem. Nog steeds zijn we vrienden, maar we werden ook collega's, want ik werk inmiddels als Pabo-stagiair op dezelfde school.

'Mijn moeder dacht dat overgaan voldoende was. Dat ik tegelijkertijd afzakte naar de mavo, besepte ze niet'

Maar mijn prestaties op de middelbare school werden minder. Huiswerk maken lukte niet. Mijn moeder wist niet beter dan dat overgaan voldoende was. Maar dat ik overging en tegelijkertijd afzakte van de havo/vwo naar de mavo, besepte ze niet. Ik miste wel iemand die mij een schop onder mijn kont gaf, zodat ik beter mijn best zou doen.'

Niks aan je hoofd

'Omdat mijn broertje goed kon voetballen, wilde ik geld sparen zodat hij lid kon worden van een voetbalclub. Vanaf mijn 12e werkte ik daarvoor op woensdagmiddag en zaterdagochtend op de markt. Toen ik het geld bij elkaar had, ben ik voor mezelf gaan sparen.

Op mijn 16e kon ik eindelijk zelf op voetbal. Elke zaterdagochtend smeerde ik broodjes voor mijn broertje en mezelf, samen gingen we naar de club. Ik zag alle kinderen met hun ouders komen, wij kwamen alleen.

Maar wat heeft de voetbalclub me goed gedaan. Ik hoorde ergens bij, we trainden en speelden in een

competitie. Hier had ik al die jaren van gedroomd en voor geknokt. *You made it*, heb ik vaak tegen mezelf gezegd. Linksom of rechtsom, het was gelukt. Wat was ik trots op mezelf, meer dan dat eigenlijk. Emotioneel. Het voelde goed om bezig te zijn. Ik kon eindelijk mijn zorgen opzijzetten, ik werd gezien. Plezier hebben, nieuwe vrienden maken, niks aan je hoofd.'

'Kijk naar mij'

'Vooral de trainer van mijn broertje heeft ervoor gezorgd dat ik me thuis voelde bij Spartaan '20, dat ik een van hen was. Ik kon altijd met hem praten, ook over dingen die thuis speelden. Zelf begon ik daar niet over, maar hij vroeg het gewoon: hoe gaat het eigenlijk met je?'

Bij de voetbalclub vond ik het zo leuk om betrokken te zijn dat ik ook vlagger werd bij wedstrijden en begeleider van mijn broertjes team. Later ben ik zelf een team gestart en heb daar cursussen voor gevolgd. Zo ben ik stapje voor stapje opgeklommen tot trainer van het hoogste zaalvoetbalteam van Feyenoord. Inmiddels ben ik assistent-trainer bij Jong Oranje. Tegen de leerlingen op school benadruk ik altijd dat alles mogelijk is. Ook als je denkt dat het níet mogelijk is. "Kijk naar mij," zeg ik dan.'

Competitie

'Omdat ik weet hoe belangrijk een sportclub kan zijn voor kinderen, ben ik als vrijwilliger aan de slag gegaan bij Feyenoord. Er zijn veel kinderen die niet kunnen sporten. Omdat er geen geld is, of omdat er andere problemen spelen. De organisatie #KrachtvanFeyenoord helpt kinderen niet alleen om te gaan sporten, maar ook op het gebied van onderwijs en werk.'

Zelf houd ik me bezig met de Feyenoord Street League, een straatvoetbalcompetitie tussen verschillende wijken van Rotterdam. Ik ben trainer/begeleider van het team uit de Afrikanerwijk. Elke zondag spelen de kinderen wedstrijden. Daarnaast kunnen ze punten verdienen met maatschappelijke bezigheden. Een pleintje schoonmaken, een spelletje spelen met bejaarden, een workshop bijwonen over pesten. Het team dat aan het einde van het seizoen de meeste punten bij elkaar heeft gesprokkeld, is winnaar van het 'Geen woorden maar daden'-klassement.'

'De kinderen zijn van de straat af en hun bezigheden geven hen een gevoel van eigenwaarde'

Ik zie dat deze competitie veel doet met de kinderen. Ze zijn niet alleen van de straat af, maar het geeft ze ook een gevoel van eigenwaarde. Dat voelde ik ook toen ik eindelijk op voetbal kon. Met het Feyenoord-logo op het shirt stralen ze trots uit. Kinderen die in eerste instantie alleen maar het bejaardenhuis bezochten om punten te scoren, zien later in dat ze daarmee ook een oudere blij hebben gemaakt. Het werkt als een eyeopener.'

Kansen grijpen

'De kinderen zien me als een vertrouwenspersoon. Ze vertellen bijvoorbeeld dat er thuis veel ruzie is, of dat mama om elf uur 's avonds nog niet thuis is. Soms bezoeken we een wedstrijd van het Nederlands elftal. Het komt dan wel voor dat kinderen niet opgehaald worden als we 's avonds terugkomen. Dan

breng ik ze thuis en spreek de ouders erop aan. Omdat ik in dezelfde wijk woon, ken ik de ouders goed. Ik bel ze ook weleens op om te vragen hoe het gaat. Als ik onveilige situaties zie, meld ik die bij Veilig Thuis.

Kinderen nemen mijn adviezen vaak aan. Dat komt niet alleen doordat ik zelf een moeilijke jeugd heb gehad, maar ook doordat het uit mijn hart komt. Ik vind het belangrijk om ze vertrouwen te geven door zelf mijn beloften na te komen. Als ik zeg dat we morgen gaan trainen, dan ben ik er ook. Zij komen blij naar het veld toe, het is hun wekelijkse hoogtepunt. Ben ik er niet, dan is hun vertrouwen geschaad.'

Meer informatie

#KrachtvanFeyenoord wil via sociaal-maatschappelijke programma's op het gebied van sport, onderwijs en werk mensen in beweging brengen en zo bijdragen aan een betere toekomst van de supporters en van de inwoners van Rotterdam.



Interview

‘We willen zoveel mogelijk familieleden vinden voor uit huis geplaatste kinderen’

De Amerikaanse jeugdbeschermer **Kevin Campbell** is de bedenker van Family Finding, een methode om uit huis geplaatste kinderen te herenigen met hun familie. Hij kreeg zelfs voor elkaar dat alle Amerikaanse pleegkinderen er recht op hebben. ‘Zij hebben hun familie keihard nodig.’

Auteur: Ditty Eimers

[Leestijd: 5 minuten](#)



Kevin Campbell is internationaal bekend als grondlegger van Family Finding, een zuster-aanpak van Signs of Safety, een ook in de Nederlandse jeugdzorg veel gebruikte wijze om te werken aan de veiligheid voor kinderen.

Op een dag kon Kevin Campbell het niet meer aanzien. Steeds weer zag hij jongeren die kort nadat de pleegzorg was gestopt verslaafd raakten, in de psychiatrie belandden, afgleden tot crimineel of als jonge ouder opnieuw te maken kregen met jeugdbescherming. Campbell: 'Die vicieuze cirkel moest stoppen!'

Hij was toen al ruim twintig jaar manager bij een pleegzorginstelling. Ook had hij talloze pleegkinderen tijdelijk opgenomen in zijn eigen gezin. 'Uiteindelijk kon ik niet anders dan toegeven dat de meeste kinderen niet beter worden van pleegzorg of van plaatsing in een instelling,' vertelt hij tijdens een videocall vanuit zijn huis in Seattle.

Campbell is internationaal bekend als grondlegger van Family Finding. Hij besloot uit te zoeken of hij pleegkinderen in contact kon brengen met hun eigen familie: grootouders, ooms, tantes, neven en nichten. Liefst ruim voordat ze op eigen benen moesten staan of ter adoptie werden voorgedragen. 'Zodat ook deze kinderen kunnen profiteren van de langdurige, diepgaande band die alleen familie kan bieden.'

In 2008 kreeg Campbell voor elkaar dat het Amerikaanse Congres een wet aannam die ieder uit huis geplaatst kind recht geeft op de twee onderdelen van Family Finding: een intensieve zoektocht naar familieleden en een strategie om samen met de opgespoorde familie een plan te maken om voor dat kind te gaan zorgen.

Waarom werd u door collega's voor gek verklaard toen u begon met Family Finding?

'Bijna iedereen vond het een zinloze exercitie. "Deze kinderen zijn niet voor niets uit huis geplaatst. Ze hebben geen familie die zich om hen wil bekommeren." Maar ik zag om me heen voorbeelden van eerder uit beeld geraakte grootouders, ooms en tantes die zich het lot van pleegkinderen wel degelijk aantrokken. En ook in het buitenland waren inspirerende voorbeelden te vinden, zoals de succesvolle acties om weeskinderen na de genocide in Rwanda onder te brengen bij familieleden.

'Ik dacht: als het Rode Kruis dit kan, dan moet het ons toch ook lukken?'

Ik ging te rade bij het Rode Kruis. Hun uitgangspunt is: ieder kind heeft familie nodig. Zij starten voor elk alleenstaand vluchtelingenkind een wereldwijde zoekactie naar familie. Dat levert vrijwel altijd contacten op met familieleden die iets voor zo'n kind willen betekenen. Ik dacht: als het onder zulke moeilijke omstandigheden kan, dan moet het ons toch ook lukken?

Family Finding gaat natuurlijk niet alleen over het opsporen van familieleden. Het doel is om een kring te vormen van verwanten die bereid zijn een kind en, als dat mogelijk is ook zijn biologische ouders, langdurig ondersteuning te bieden.'

Waarom is het herstel van familiebanden zo belangrijk voor uit huis geplaatste kinderen?

'Dat je er mag zijn en dat anderen er ook onvoorwaardelijk voor jou zijn, is voor iedereen belangrijk. Maar juist uit huis geplaatste kinderen hebben dat keihard nodig. Veel van hen hebben trauma's, bijvoorbeeld doordat ze thuis geweld hebben meegemaakt, of uit huis zijn geplaatst zonder te begrijpen waarom. Weer deel uitmaken van het sociale netwerk van de familie, kan helpen om gezond te blijven. Uit onderzoek blijkt steeds duidelijker dat het gevoel "nergens bij te horen" de gezondheid van uit huis geplaatste kinderen beschadigt: geestelijk, maar ook lichamelijk.'

Hoe vinden jullie de familieleden van deze kinderen?

'Op allerlei manieren: via contacten, sociale media, door huis aan huis aan te bellen... De kinderen dragen vaak mensen aan en de ouders ook. Het belangrijkste is dat je niemand bij voorbaat uitsluit. Er wordt vaak gedacht: we moeten mensen vinden die geschikt zijn om voor dit kind te zorgen. Nee! Het gaat erom zoveel mogelijk familieleden te vinden. Zonder vooroordelen over hun mogelijke bijdrage. Kinderen dragen ook vaak andere volwassenen aan die goed voor hen waren, zoals leerkrachten en sportcoaches.'

Zijn kinderen niet bang om opnieuw teleurgesteld te worden?

'Veel kinderen zijn bezorgd. Ze hebben gelijk, want ze hebben geen controle over de volwassenen in hun leven. Daarom is het belangrijk eerlijk te zijn. Dat hun ouders een leven van strijd hebben gehad, dat het niet goed gaat met hun grootouders, maar dat je misschien toch van ze kunt houden. We laten zien dat er vaak ook anderen zijn bij wie je terecht kunt. Onze ervaring is dat er altijd wel een familielid is dat er voor een kind wil zijn.'

Hoe reageren familieleden die verder weg staan?

'Ik ben zelden mensen tegengekomen die niet willen helpen als ze horen dat een kind uit de familie het moeilijk heeft. Als we een bijeenkomst beleggen, beginnen we niet met de vraag wie permanent voor een kind wil zorgen. Dat is een te grote verantwoordelijkheid. We vragen wat de aanwezigen willen en kunnen bijdragen. Iedereen kan iets kleins doen, daarom werkt zo'n netwerk zo goed.'

Wat vindt u het belangrijkste succes van Family Finding?

'Dat een aanzienlijk deel van de kinderen bij familie gaat wonen. Maar het "helen van de familie" is de allerbelangrijkste uitkomst. De kinderen komen vaak uit families die veel hebben meegemaakt, zoals armoede, verslaving en geweld. Daardoor kunnen de familieleden ver van elkaar verwijderd raken. De mensen die we bij elkaar brengen kunnen weer het gevoel krijgen dat ze bij de familie horen. Dat ze gerespecteerd worden en kunnen uiten waar ze jarenlang last van hebben gehad.'

‘Het gaat erom dat familieleden zich gezien voelen. Pas daarna komen ze in actie’

De kern van Family Finding is Family Seeing, zeg ik vaak. Het gaat erom dat familieleden zich gezien voelen. Pas daarna komen ze in actie. We sporen mensen dan aan kleine stappen te zetten: de een gaat met een kind naar de dierentuin, de ander nodigt hem uit om te komen eten. De derde gaat met de moeder mee naar een mentorgesprek.’

Maar stel dat een jeugdwerker een bepaald familielid niet vertrouwt?

‘Als we alleen op veiligheid zouden letten, zouden we mensen uitsluiten die een belangrijke rol in de familie spelen. Jeugdwerkers moeten erkennen dat er twee waarheden zijn. Er zijn familieleden die niet goed waren voor kinderen. Maar er is ook een andere waarheid: deze familieleden kunnen herstellen en betere opvoeders worden. Investeren in het familienetwerk is bovendien de enige manier om te voorkomen dat problemen zich in elke nieuwe generatie blijven herhalen.’

Is Family Finding ook relevant voor kwetsbare kinderen die nog thuis wonen?

‘Ik zou graag zien dat iedere jeugdwerker die een gezin begeleidt, andere familieleden uitnodigt om mee te denken en zo mogelijk ook mee te zorgen. In iedere familie zijn mensen te vinden die niet zijn aangetast door trauma’s of erfelijke aandoeningen. Zij zijn vaak bereid om mee te helpen om een kind of de ouders langdurig te ondersteunen.’

De resultaten van twintig jaar Family Finding zijn matig positief.

‘Dat heeft alles te maken met de manier waarop Family Finding wordt ingezet. Vaak worden externe ‘family finders’ ingehuurd. Als jeugdwerkers zelf familieleden benaderen en vertrouwen in hen uitstralen, krijgt de familie ook vertrouwen in hen. Gebeurt dat door derden, dan haken familieleden vaak af; ze voelen zich afgewezen of genegeerd.’

In Nederland vinden we het lastig om de familie te betrekken. Begrijpt u waarom?

‘Ik ken jullie situatie een beetje doordat ik trainingen heb gegeven in Nederland. Als buitenstaander viel mij op hoe hard er wordt gewerkt in de jeugdzorg. Dat is een manier van leven, een overtuiging. Maar hoe kijkt zo’n hardwerkende prof aan tegen mensen die minder hard werken?, vroeg ik me af. Veel ouders worden daardoor niet goed begrepen, vrees ik.’

‘Nederlandse jeugdzorg is vergaand geprofessionaliseerd. Overal is een functionaris voor. Dat maakt familieleden machteloos’

Daar komt bij dat de Nederlandse jeugdzorg vergaand is geprofessionaliseerd. Alles is geregeld, overal

is een functionaris voor. Dat maakt familieleden machteloos. Juist in die omstandigheden vraagt het moed van professionals om familieleden meer bij het werk te betrekken: het is altijd verleidelijk om te denken dat je het beter weet. Ik hoop dat Nederlandse professionals die gedachte opzij durven te zetten.'

Bekijk onderstaande video waarin Kevin Campbell vertelt over Family Finding en de zuster aanpak Signs of Safety



Uitgelicht

Sociale steun in 7 soorten en maten

Informele steun aan kinderen en ouders wordt door ons hele land, op allerlei manieren gegeven. We belichten een aantal mooie initiatieven, gerangschikt naar type steun en de doelgroep.

Auteur: Annette Wiesman, Edith Geurts, Roely Drijfhout / Illustraties: Viduals

Leestijd: 2 minuten per blokje

Steun bij opvoeden door vrijwilligers

Ouders die door omstandigheden steun willen bij de opvoeding, kunnen terecht bij vrijwilligers die vanuit hun eigen ervaring meedenken of een handje helpen.



Home-start

'Na de bevalling kreeg ik lichamelijke klachten en liep het niet goed meer op mijn werk,' vertelt Anastasia. 'Ook werd ons dochtertje in een half jaar tijd twee keer in het ziekenhuis opgenomen. Ze at en sliep niet goed. Een luisterend oor over de opvoeding kon ik goed gebruiken.' Anastasia kwam in contact met Home-Start, waar ze werd gekoppeld aan vrijwilliger Willemien (79).

'Willemien kon goed relativeren en feedback geven. Ze bracht ook veel gezelligheid mee, mijn dochtertje noemt haar inmiddels zelfs oma. Dankzij onze gesprekken zag ik in dat ik een andere baan moest gaan zoeken. Die heb ik gevonden.'

Home-Start werkt met getrainde vrijwilligers, die zelf ook ervaring hebben met opvoeden. Zij bieden steun bij alledaagse, lichte opvoedvragen. Door te luisteren, maar ook met tips over praktische zaken, samen iets ondernemen met de kinderen en advies over de administratie. Ook kunnen vrijwilligers helpen bij het opbouwen van een sociaal netwerk.

Home-Start wordt in 161 gemeenten aangeboden door verschillende organisaties. Het kernprogramma is bedoeld voor gezinnen met kinderen tot 7 jaar. In steeds meer gemeenten wordt Home-Start ook ingezet voor gezinnen met kinderen vanaf 7 jaar.

Andere vormen van steun bij opvoeden door vrijwilligers:

Humanitas biedt verschillende programma's aan waarbij vrijwilligers ouders ondersteunen. Humanitas Home-Start is voor gezinnen met opgroeiende kinderen, Humanitas BOR (Begeleide Omgangsregeling) voor gezinnen in echtscheiding, Humanitas Steun aan ouders (voor gezinnen met kinderen tot en met 12 jaar), Humanitas Wel Thuis (voor gezinnen met een ondertoezichtstelling of dreigende uithuisplaatsing) en Humanitas Gezinsondersteuning (met kinderen tot 23 jaar).

Oudergroepen Geweldloos Verzet zijn bedoeld voor ouders en opvoeders die zich machteloos voelen

bij de opvoeding van hun kind. Doel van het programma is opvoeders sterker te maken, waardoor ze krachtiger stelling kunnen nemen tegen ongewenst gedrag op een geweldloze en de-escalerende manier.

Bij **Moeders informeren Moeders (MIM)** bieden ervaren moeders andere moeders opvoedondersteuning, gezondheidsvoorlichting of een steuntje in de rug. In huisbezoeken, groepsbijeenkomsten en online wisselen moeders ervaringen en informatie uit, tot het kind 2 jaar is. Lees ook het [artikel](#) verderop in het magazine.

Bij **Samen Oplopen** lopen een gezinsvrijwilliger én een professionele hulpverlener sámen op met gezinnen en ondersteunen ze in de volle breedte van het leven. De gezinsvrijwilliger denkt en doet mee met allerlei zaken binnen het gezin, met de ouders én de kinderen, geeft sociale steun en is de 'andere' volwassene die goede gewoonten kan aanleren aan ouders en kinderen en helpt zo de veerkracht te versterken. Als het nodig is kan de professionele coördinator extra ondersteuning geven of nauw samenwerken met hulpverleningsinstanties. Zo vermindert de stress in gezinnen en groeien kinderen en jongeren tot 23 jaar beter op.

Online of telefonische steun voor ouders

Online en telefonisch contact kunnen een laagdrempelige manier zijn voor ouders om advies in te winnen, hulp te vragen of om gewoon even stoom af te blazen. Ook deze initiatieven werken meestal met vrijwilligers.



De Oudertelefoon

Ontstaan vanuit de verbazing dat er nog geen hulplijn voor ouders bestond: de Oudertelefoon. Vier vrienden en oud-collega's van De Nationale DenkTank (een stichting waar jaarlijks 20 academici een maatschappelijk probleem te lijf gaan) besloten in maart 2020, tijdens de Corona-crisis, die dan maar zelf op te zetten. 'Het viel ons op dat veel ouders onder verhoogde druk staan door de combinatie van thuis werken, zorgen en onderwijs faciliteren', zegt mede-initiatiefnemer Rolien Sandelowsky. De Oudertelefoon hoopt het taboe op hulpvragen door ouders te doorbreken. 'Iedere ouder verdient ondersteuning en een luisterend oor. Niet alleen in tijden waarin we collectief meer onder druk staan, maar het hele jaar door. We zitten allemaal wel eens met de handen in het haar, en dat niets is om je voor te schamen.'

Bij De Oudertelefoon (085-1304658) kunnen opvoeders anoniem terecht met al hun opvoedvragen en gezinskwesties, ook als ze alleen even hun verhaal kwijt willen. Getrainde vrijwilligers voeren de gesprekken vanuit de oplossingsgerichte gespreksmethodiek. Maandag t/m vrijdag tussen 09.00-15.00 en donderdagavond tussen 19.00-22.00. [Chatten](#) kan ook.

Andere vormen van online en telefonische steun bij opvoeden:

Bij **De Oudertelefoon** (tel. 085-130 46 58) kunnen opvoeders anoniem terecht met al hun opvoedvragen en gezinskwesties, ook als ze alleen even hun verhaal kwijt willen. Getrainde vrijwilligers voeren de gesprekken vanuit de oplossingsgerichte gespreksmethodiek. Bereikbaar op werkdagen tussen 9.00 en 15.00 uur en donderdagavond tussen 19.00 en 22.00 uur. [Chatten](#) kan ook.

Villa Pinedo richt zich in de eerste plaats op kinderen van gescheiden ouders, maar de organisatie heeft ook [aanbod voor de ouders](#). Op het [forum voor ouders](#) beantwoordt het jongerenteam van Villa Pinedo hun vragen en geeft advies. Ook is er een online training waarin ouders leren kijken door de ogen van hun kind.

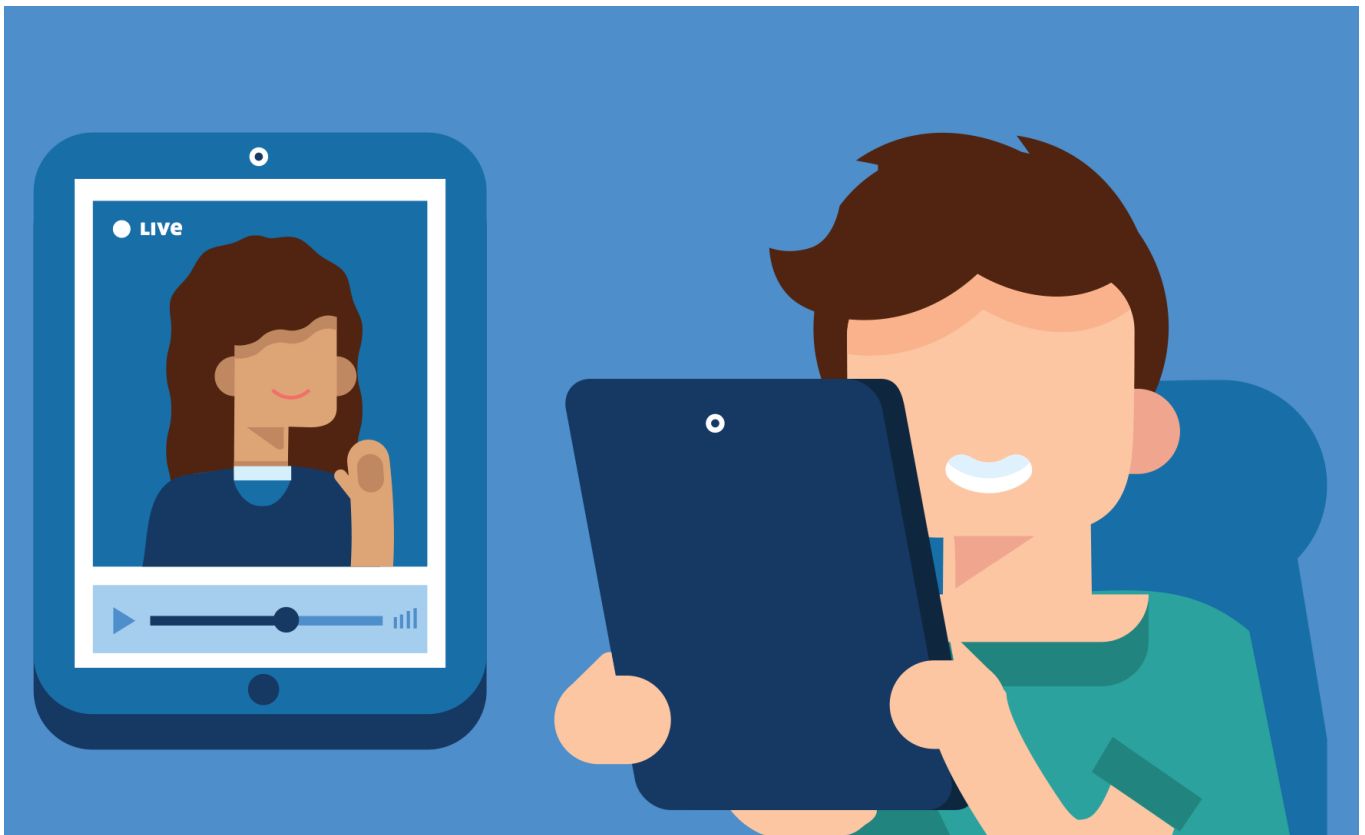
KopOpOuders.nl is er voor ouders die last hebben van stress, psychische problemen of een verslaving. De site biedt informatie en tips over ouderschap, een online groepscursus waaraan anoniem kan worden deelgenomen, een online zelfhulp cursus met of zonder begeleiding en ervaringsverhalen van ouders.

De Luisterlijn biedt dag en nacht een luisterend oor. Wie gewoon even zijn verhaal kwijt wil kan tussen 10.00 en 22.00 uur bellen met 0900-0767, [chatten](#) of mailen naar ehulp@luisterlijn.nl. De Luisterlijn wordt bemand door vijftienhonderd vrijwilligers.

Online of telefonische steun voor kinderen

Kinderen vinden het vaak prettig om gebruik te kunnen maken van online of telefonisch advies. Anoniem, met een ervaringsdeskundige die hun situatie herkent. Iedereen kent De Kindertelefoon, maar welke opties

zijn er nog meer?



Villa Pinedo

'Ik heb me best eenzaam gevoeld toen mijn ouders gingen scheiden. Ik vond dat ik me groot moest houden voor mijn ouders, maar ik had niet het gevoel dat er iemand voor mij was.' Arne (26) is ervaringsdeskundige vrijwilliger bij [Villa Pinedo](#). Hij is online buddy voor kinderen in dezelfde situatie. 'Ik ben er voor hen, luister naar hun verhaal en geef soms advies.' Buddy Anouk (21) vult aan: 'Soms is het alsof ik met mijn 11-jarige zelf praat. Dat helpt me bij de verwerking van mijn eigen verleden. Want ik zou het destijds ook heel erg fijn gevonden hebben om iemand te hebben die naar mij luisterde.'

Veel kinderen van wie de ouders uit elkaar gaan of al gescheiden zijn, hebben de behoefte om daar met iemand over te praten. Bij Villa Pinedo zijn kinderen met gescheiden ouders de experts. De community is een plek waar ze ervaringen kunnen uitwisselen. Kinderen en jongeren tussen 10 en 23 jaar kunnen via de MyBuddy App gekoppeld worden aan een buddy die daarvoor trainingen heeft gevolgd en begeleid wordt door de organisatie. Er zijn ongeveer 350 buddy's.

Andere vormen van online en telefonische steun voor kinderen en jongeren:

TEJO Nederland helpt jongeren (10-20 jaar) die een probleem hebben waar ze over willen praten, maar niet met hun ouders. De vrijwilligers hebben een professionele achtergrond als psycholoog of pedagoog. Telefoon: 06-53 93 70 99 of 0113-85 33 08.

MIND Young is er voor jongeren vanaf 16 jaar met psychische klachten zoals angst en somberheid. Elke woensdag plaatst het team van MIND Young Studio een nieuwe video op [Youtube](#). Contact met Mind kan telefonisch: 0900-1450 (tussen 0.00 en 22.00 uur), Whatsapp: 06-13 86 38 03 (tussen 9.00 en

17.30 uur) of via de [chat](#).

Bij **Fier** kan iedereen vanaf 6 jaar anoniem chattend zijn of haar verhaal delen over bijvoorbeeld ongewenste aanrakingen, seksueel misbruik, pestgedrag, geweld, bedreigingen of discriminatie. Fier is bereikbaar op maandag t/m vrijdag van 19.00 tot 6.00 uur en op zaterdag, zondag en feestdagen van 20.00 tot 6.00 uur.

Centrum Seksueel Geweld is er voor wie kortgeleden te maken heeft gehad met seksueel geweld. Kinderen en jongeren kunnen veilig en anoniem contact zoeken door te bellen: 0800-0188 (24/7) of te [chatten](#) op werkdagen tussen 16.00 en 6.00 uur en in het weekend tussen 20.00 en 6.00 uur.

Opvang van kinderen door vrijwilligers

Voor ouders die af en toe een time-out nodig hebben omdat het gezinsleven een te zware tol eist, zijn er vrijwilligers die opvang bieden aan de kinderen.



MeeleefGezin

Mark (43) kende als kind geen geborgenheid: zijn vader had een alcoholprobleem en zijn moeder een borderlinestoornis. Ook na hun scheiding konden ze hem weinig aandacht geven. Toen hij kinderen kreeg met Loes, was hij bang dat de geschiedenis zich zou herhalen. Hij gebruikte veel medicatie en sliep slecht, waardoor de verzorging van hun oudste kind in het gedrang kwam. 'Dankzij het meeleefgezin waar onze oudste zoon naartoe gaat, kan ik af en toe tot rust komen,' vertelt hij. 'Ik gun

mijn kind een andere jeugd dan ik heb gehad.' Zijn vrouw vult aan: 'Mark kan nu veel beter zorgen voor de kleinste en zit beter in zijn vel.'

Stichting MeeleefGezin is er voor ouders met psychische problemen. Een ander gezin vangt hun kind regelmatig op. Hierdoor krijgt het kind aandacht, terwijl de ouders kunnen bijtanken. MeeleefGezin richt zich op kinderen die bij aanvang niet ouder dan 4 jaar zijn, omdat dan de basis wordt gelegd voor de ontwikkeling van het kind. MeeleefGezin is actief in vijf regio's.

Mail: info@meeleefgezin.nl

Andere vormen van opvang voor kinderen:

Steunouder Nederland biedt kinderen een of twee dagdelen per week een gastvrij thuis. Dat kan bij een gezin zijn, een echtpaar of een alleenstaande. Een steunouder biedt praktische steun, maar kan ook de zorg voor een kind delen met de ouders. Steunouders is actief in 21 gemeenten verspreid over Nederland.

Stichting Buurtgezinnen koppelt overbelaste gezinnen aan een steungezin in de buurt. Het steungezin is er om het kind te helpen en de ouders te ontlasten. Lees meer over Buurtgezinnen in dit [artikel](#) dat eerder verscheen in Augeo Magazine.

Steun door migrantenorganisaties

Opvoedondersteuning door migrantenorganisaties heeft als voordeel dat deze organisaties specifieke groepen ouders kunnen bereiken.

Medewerkers kennen de culturele codes en het netwerk rond het gezin.



Al Amal

Een Eritrese vrouw die in Nederland de weg niet weet en zich hier ook niet verstaanbaar kan maken, krijgt zogenaamde duizend dagen-hulp van een vrijwilligster van Al Amal in Utrecht, die ze 'ma'maatje' noemt. Ze begrijpen elkaar goed. 'Mijn ma'maatje was de enige die bij mijn bevalling aanwezig was,' zegt de vrouw. 'En ze legt me uit wat ik moet doen en hoe het in Nederland werkt. Zonder haar zou ik verloren zijn.'

Al Amal probeert het welzijn van bewoners met een migratieachtergrond te verbeteren, vooral op het gebied van gezondheid, opvoeding, (sociale) veiligheid en praktische zelfredzaamheid.

Veel van hun vrijwilligers spreken een tweede taal: Turks, klassiek of Marokkaans Arabisch, of Berbers. Ze draaien spreekuren in de wijken, voor mensen met lichte hulpvragen. Die contacten kunnen leiden tot een huisbezoek als er ook andersoortige vragen zijn, zoals over de opvoeding van de kinderen.

Daarnaast is er het programma De eerste duizend dagen, waarbij vrijwilligers gezinnen begeleiden vanaf de zwangerschap, als ze een klein netwerk hebben of de Nederlandse taal niet spreken. 'In eerste instantie proberen we hulpvragen door vrijwilligers te laten oplossen, maar als dat niet lukt, schakelen we onze professionele gezinsbegeleiders in,' vertelt bestuurder Anissa Akhry. 'Ook verwijst Veilig Thuis gezinnen naar ons door.'

Andere migrantenorganisaties die steun bieden:

In het project **Schilderswijk Moeders** ondersteunen twintig getrainde vrouwen uit de Haagse wijk andere moeders bij het invullen van formulieren, financiële vragen, schulden, opvoedingsproblematiek, maar ook als ze te maken hebben met huiselijk geweld. Geïsoleerde vrouwen worden gestimuleerd om deel te nemen aan cursussen en vrijwilligerswerk.

Het doel van de Haagse **Stichting Avrasya** is het bevorderen van de emancipatie, integratie en participatie van met name Nederlands-Turkse vrouwen in de Nederlandse samenleving. Naast gezelligheidsactiviteiten is er een maatschappelijk spreekuur en een langlopend project over huiselijk geweld en eerwraak.

Stichting Sabiel in Ede stimuleert de ontwikkeling van kinderen en jongeren uit niet-westerse gezinnen thuis, op school en in hun sociale omgeving. De stichting biedt hen praktische kennis en vaardigheden met bijvoorbeeld taallessen. Voor de ouders is er voorlichting en worden er opvoedcursussen gegeven, en moeders worden gestimuleerd in hun zelfbewustzijn en zelfbeschikking.

Veel vrouwen uit de doelgroep van **Stichting Nisa for Nisa** in Amsterdam lopen aan tegen problemen in de relatie, in de opvoeding, geldproblemen of gezondheidsproblemen. Als die niet met de medewerkers of vrijwilligers kunnen worden opgelost, mogen deze vrouwen een beroep doen op getrainde vrijwilligers die ze langduriger ondersteunen en helpen bij het vinden van de gepaste hulpverlening of instantie.

Maatjes voor kinderen

Kwetsbare kinderen voelen zich vaak enorm geholpen als ze een tijdje optrekken met een maatje. Dat kan op verschillende vlakken.



Humanitas Jongerenmaatjes

Toen Isabella's moeder ziek werd, volgde een heftige periode. Dat leidde op school soms tot ruzies. Via via kwam Isabella terecht bij Humanitas Jongerenmaatjes. Vera, studente maatschappelijk werk en dienstverlening, werd haar maatje. Ze gingen theedrinken bij de Hema, naar de bioscoop, de stad in of

aten pannenkoeken. 'Juist het ongedwongen contact zorgde ervoor dat ik Isabella kon helpen,' vertelt Vera. 'Ze had veel meegemaakt en kon haar verhaal bij mij kwijt. Ze had het heel erg nodig om elke week even stoom af te blazen. Daardoor ontplofte ze ook niet meer op school, in het contact met de juf en de kinderen.'

Een [Humanitas Jongerenmaatje](#) is er voor kinderen en jongeren die thuis in een lastige situatie zitten of die gewoon behoefte hebben aan gezelschap. Gezelligheid en vertrouwen zijn belangrijk. Een kind spreekt een keer per week of twee weken met een maatje af om iets leuks te gaan doen. Een Jongerenmaatje loopt ongeveer een jaar lang met een kind mee. Humanitas Jongerenmaatjes wordt op verschillende plekken in het land aangeboden.

Andere voorbeelden van maatjesprojecten voor kinderen:

Bij **School's Cool** wordt een mentor gekoppeld aan een scholier. Deze vrijwilliger biedt het kind bijvoorbeeld steun bij de overgang van het basisschool naar het voortgezet onderwijs. De mentoren komen wekelijks maximaal anderhalf uur bij de leerling thuis.

Via **New@Home** krijgen jonge nieuwkomers (12-20 jaar) een schooljaar lang een maatje met wie ze wekelijks afspreken en activiteiten ondernemen. De maatjes zijn getrainde vrijwilligers (18-30 jaar). Het project, dat in meerdere gemeenten wordt uitgevoerd, moet bijdragen aan maatschappelijke participatie en het vergroten van het sociaal netwerk van jonge nieuwkomers.

Big Brothers Big Sisters ondersteunt in drie grote steden kwetsbare kinderen en jongeren door hen te koppelen aan een volwassen vrijwilliger, Big Brother of Big Sister genoemd. Zij ondernemen samen een jaar lang wekelijks leuke en interessante activiteiten. BBBS zit in [Amsterdam](#), [Rotterdam](#) en [Utrecht](#).

Meer informatie over maatjesprojecten?

Op de website [Maatjes gezocht](#) van het Oranjefonds staat een overzicht van alle maatjesprojecten. Er kan gezocht worden per thema of regio. Meer weten over hoe je succesvol een maatjesproject opzet? Lees dit [artikel](#) van Sociale Vraagstukken.

Buurtgerichte steun

Een laagdrempelige manier om een diverse groep ouders te bereiken is buurtgerichte steun, waarbij ouders opvoedtips uitwisselen en tegelijk een netwerk met elkaar opbouwen.



Wijkacademies Opvoeden

'Hoe ga je ermee om als je kind snel boos is?' De oudergroep luistert naar Khadija, een van de deelnemers aan de **Wijkacademie Opvoeden**. Ze is geboren in Marokko, groeide op in Leiden en heeft een dochter van 9. 'Ga je terugschreeuwen? Dat is óók communicatie. Als je iets op een positieve manier vertelt, gaat het misschien beter.'

Eens per twee weken praat deze groep ouders uit de Slaaghwijk in Leiden over zaken waar ze in de opvoeding tegenaan lopen. Dat levert veel op, volgens Khadija. 'Soms durf je problemen met je kinderen niet te benoemen. Hier hoor je dat veel meer ouders die problemen hebben. Want als je kinderen krijgt, krijg je er geen gebruiksaanwijzing bij.'

Ook de buurtgerichte insteek spreekt haar aan. 'We kijken hoe we samen de buurt een beetje mooier en veiliger kunnen maken. Met name voor kinderen, maar ook voor onszelf.'

Bij de Wijkacademies Opvoeden kiezen ouders samen belangrijke thema's om in de wijk aan de orde te stellen en proberen ze andere ouders en bewoners daarbij te betrekken. De projecten duren drie tot vier jaar. De ouders geven het thema opvoeden zelf vorm. Er zijn inmiddels 22 Wijkacademies Opvoeden actief of actief geweest, verspreid over Leiden, Utrecht, Den Haag en Amsterdam. Voor het opzetten van nieuwe Wijkacademies is een [online cursus](#) beschikbaar bij Movisie Academie. De Wijkacademies worden gecoördineerd door Stichting BMP.

Andere vormen van buurtgerichte steun:

In het kader van **Opvoeden samen in de buurt** experimenteerden de West-Friese gemeenten Hoorn en Opmeer in proeftuinen met het versterken van de pedagogische *civil society*. Insteek: hoe kun je als gemeente de opvoedkracht van een buurt, wijk of dorp stimuleren, zonder te veel over te nemen? Bekijk de [animatiefilm](#).

In Zaanstad ondersteunt **Raaz** jongeren die een lokaal initiatief willen opzetten en de jongerenadviesraad van de gemeente. De organisatie vormt een brug tussen gemeente, lokale instellingen en jongeren.

Het gebouw van **Jongerencentrum Level Z** in Zwolle werd ontworpen op een bijzondere manier. De gemeente bepaalde het budget, maar het ontwerp was het product van jongeren uit de wijk en de architect. Het jongerencentrum streeft naar volledige jongereninspraak. Er wordt gewerkt volgens de ABC-methode (Actie, Beslissen, Communicatie op maat). Dat leidde in de Zwolse Vinex-wijk Stadshagen tot beduidend minder overlast.

Over Augeo

Augeo Foundation wil dat kinderen met liefde en in veiligheid opgroeien. Daarom versterken we professionals, beleidsmakers en vrijwilligers om kindermishandeling en huiselijk geweld zo snel en doeltreffend mogelijk aan te pakken.

Met online scholing en ervaringen van de Jongerentaskforce versterken we professionals. We organiseren steun voor kinderen, en doen samen met gemeenten onderzoek naar de aanpak van kindermishandeling.

Samen geven we kindermishandeling geen toekomst.



AUGEO FOUNDATION

Aan dit nummer werkten mee:

- Hoofdredacteur en coördinatie: Edith Geurts
- Teksten: Mariëlle van Bussel, Annemarie van Dijk, Carolien Drijfhout, Ditty Eimers, Edith Geurts, Annette Wiesman
- Advies: Mariëlle Bahlmann, Ingrid ten Berge, Lidy Boone, Marjon Donkers, Roely Drijfhout, Daphne Drost, Anneke Janssen, Marjolijn van de Merwe, Maryse Nijhof, Elle Struijf
- Beeld: Hüsne Afsar, AdobeStock, [Viduals](#), Elizabeth Wattimena
- Eindredactie: Hanneke Karssen
- Ontwerp en opmaak: NR Grafisch Ontwerp
- Uitgever: Augeo Foundation

De kinderen op de foto's zijn modellen, tenzij anders vermeld.





