



Participatie van ouders in integrale gezondheids- aanpakken

TIPS VOOR PROFESSIONALS



PARTICIPATIE VAN OUDERS IN INTEGRALE GEZONDHEIDS- AANPAKKEN

Het programma Gezonde Toekomst Dichterbij richt zich op het versterken en verbeteren van de gezondheid van gezinnen in achterstandssituaties. In heel Nederland ondersteunt GTD 46 projecten. De leiders van deze projecten hebben veel vragen over hoe zij gezinnen goed kunnen betrekken. De klankbordgroep van GTD is met 12 projectleiders in gesprek gegaan en heeft tips en adviezen gegeven, die we verzameld hebben in deze gids.

Verschillende vragen

Projectleiders hadden hele verschillende vragen. Wat zijn bijvoorbeeld drijfveren en barrières voor gezinsleden (vooral ouders) om mee te doen aan projecten? En als ze meedoen, wat zijn dan hun ervaringen? Hoe kunnen we ouders het beste benaderen en hoe bereik je ook de ouders in 'stille armoede'? En hoe zit het met een vergoeding? Ten slotte zijn veel tips en adviezen gegeven voor het omgaan met ouders - en dan vooral moeders - in projecten.

Dit boekje vat alle adviezen, tips en verklaringen die de klankbordgroep gaf samen, om ook andere geïnteresseerde projectleiders en professionals op weg te helpen.

Parvin Rahimi, Sanne Waagen, Rafaella van den Bosch, Risma Soekhie, Marcella van Vloten (klankbordgroep Gezonde Toekomst Dichterbij) en Barbara Groot (VUmc)



INHOUD

1

Drijfveren en barrières om mee te doen aan projecten

p.6

2

Kanalen om ouders te bereiken

p.8

3

Ervaringen van ouders als ze meedoen in projecten

p.10

4

Waardering en vergoeding voor meedoen

p.12

5

Bewustzijn, houding en gedrag van projectleiders

TIPS en adviezen

p.14

6

Algemene adviezen en tips

p.16

Colofon

p.18

1

DRIJFVEREN EN BARRIÈRES OM MEE TE DOEN AAN PROJECTEN

Drijfveren om wel mee te doen

Ouders doen mee omdat:

- “Ik me gehoord voel”
- “Ik me iets waard voel”
- “Ik beloond word”

Barrières om niet mee te doen

Teveel kopzorgen....

‘Ik ben al bij dat jullie iets doen voor mijn kinderen. Laat mij maar even met rust. Ik ben heel druk in mijn hoofd, heb teveel stress om mee te doen aan iets.’

Niet overtuigd...

- Waarom zou ik meedoen? Ik ben niet overtuigd dat het relevant, aantrekkelijk of passend voor mij is.
- Ik besteed mijn tijd liever op een andere manier. (Vrijtijdsbesteding is in verschillende culturen anders)
- Ik word niet overtuigd / enthousiast van degene die me vraagt om mee te doen.

Praktisch

Ik kan de bus naar het project niet betalen van mijn € 50,- in de week.

participatie van ouders
GEZIN DE TOEKOMST DIGTERBUJ

Angst, boosheid, onzekerheid, onverschilligheid, onbegrip

- Ik durf niet (of schaam me).
- Ik voel me gepasseerd omdat je mijn kind betreft, zonder het mij te hebben gevraagd.
- Ik ben onzeker.
- Ik word alleen maar ‘gebruikt’ voor onderzoek, maar het levert mij niets op.
- Ik word altijd ‘gebruikt’... dus laat me. Nu doe ik niet meer mee.
- Instanties houden zich niet aan hun afspraken. Waarom zou ik meedoen?
- Ik begrijp het niet (vanwege taalproblemen).



“Ik heb geen zin” is soms ook een reden die ouders kunnen aanvoeren. Er zit vaak achter dat antwoord een wereld aan andere dingen. Zeker als je dit niet goed onder woorden kan brengen in het Nederlands.



2

KANALEN OM OUDERS TE BEREIKEN

(Semi-) Formele kanalen

- Allerlei organisaties die al contact hebben met gezinnen: welzijnsorganisaties, scholen, kinderdagverblijven, consultatiebureaus, voorscholen, kerken, verenigingen, buurtplatforms, buurthuizen en koffiekamers op school, etc.
- De voedselbank is een hele goede plek om mensen in 'stille armoede' te ontmoeten (in persoon of via prikbord).

Via moeders onderling of projectmedewerker

- Deur-tot-deur door ervaringsdeskundige / buurtbewoner die (betaald of uit overtuiging) meedoet
- Via via: ouders die wel mee willen doen, kunnen anderen stimuleren.
- Informeel aanspreken op de gang (10-min gesprekjes)

Aandachtspunt

Instanties als GGD of (academische) medische instellingen hebben soms een negatieve bijklink voor ouders. De connotatie is: 'Ze oordelen', 'Is er iets mis met mijn kind'.... Of.. "Doe ik iets verkeerd? Kan ik niet goed zorgen voor mijn eigen kind?" Houd hier rekening mee bij het benaderen van ouders.



“Als ik zo'n mail krijg met de vraag of ik mee wil doen, dan denk ik: heb je er weer zo één... nee, daar reageer ik vaak niet op”



participatie van ouders

GEZOINDE TOEKOMST DICHTERBIJ

Do's

- Maak persoonlijk contact / via via
- Maak er een feestje van voor ouders en kinderen waar bijvoorbeeld iedereen wat lekkers meebrengt.
- Steek positief in: laat zien wat het voor voordeel heeft voor het kind. Wijs op de extra aandacht die kinderen krijgen
- Benut bestaande Facebookgroepen
- Vraag wie wil helpen bij activiteiten van het kind, bijvoorbeeld als vrijwilliger
- Denk goed na over: 'wat levert het de moeder/vader op'?
- Blijf dichtbij het spel van kinderen (spelothek, luchtkussen op straat)
- Organiseer een activiteit samen met het kind (voor positieve ontwikkeling van het kind)

Don'ts

- Ga uit van 'wij' en niet 'jij'
- Vermijd jargon en wollig taalgebruik: wees helder en onomwonden
- Benader ouders niet in wachtkamers van bijv. consultatiebureaus. Het is daar te hectisch.
- Ontwikkel geen nieuwe app (er zijn er al heel veel!)
- Begin niet met een mailtje of een app maar zorg voor een echte ontmoeting bij het eerste contact.
- Zorg dat filmpjes en foto's over je project of activiteit passend zijn voor de doelgroep en niet te elitair overkomen.

3

ERVARINGEN VAN OUDERS ALS ZE MEEDOEN IN PROJECTEN

negatief

Boosheid en teleurstelling

Het delen van je ervaringen en het inzetten ervaringen kan ook boosheid oproepen: jouw situatie wordt niet opgelost.

Frustratie

Het kan zijn dat mensen die meedoen gefrustreerd raken of op onbegrip stuiten. Het kan zijn dat mensen elkaar willen helpen, maar dat de anderen zo vastgeroest zijn dat ze het niet aan kunnen. De helper wordt dan teleurgesteld.

Spanning

Er zijn veel verschillen tussen mensen die meedoen aan projecten. Er is dus niet per definitie begrip voor elkaar of saamhorigheid. Dit kan onderling spanningen opleveren. Begrip voor elkaars situatie is soms lastig.

participatie van ouders

GEZONDE TOEKOMST DICHTERBIJ

positief

Gezelligheid

Als er een goede sfeer en gezelligheid is, komen ouders graag terug.

Afleiding

Meedoen aan een activiteit met andere ouders zorgt ervoor dat je afleiding van je problemen hebt en even aan andere dingen denkt.

(Financiële) Beloning

Je krijgt een vergoeding, waar je weer dingen van kunt kopen die je blij maken. Of een andere waardering waar je blij van wordt. Zie meer bij 'Beloningen en vergoedingen' (p. 12-13)

Meer zelfvertrouwen

Het kan je een goed gevoel geven als je kennis gehoord en benut wordt. Hierdoor groeit je zelfvertrouwen.

“Soms krijg je door mee te doen het besef dat je weinig weet of soms ook meer weet dan je denkt. En dat meedoen je mogelijkheden geeft om je wereld te vergroten”



4

WAARDERING EN VERGOEDING VOOR MEEDOEN

Diverse opties

De klankbordgroepleden geven aan dat er meerdere opties zijn om waardering uit te spreken of ouders te vergoeden voor hun inzet:

- Een waardebon
- Indien relevant qua leeftijd kind: luiers
- Een goody-bag met relevante producten
- Iets kleins/lekkers dat mensen verbindt (samen een gebakje eten).

Een beloning moet ook een beetje 'leuk' zijn voor jezelf (een extraatje), niet alleen 'groente en fruit'...

Vrouwen vonden het bijvoorbeeld heel leuk om een fotoportret te krijgen. Dat is voor hen vaak te duur. Ook worden opgemaakt vonden ze heel leuk. Een bon voor een geurtje doet wat voor vrouwen. Of een uitnodiging voor Dress for Succes (winkel waar je setje kleding voor sollicitatie kan uitzoeken). Dit vergroot het zelfvertrouwen.

Bij langer durende participatie

Denk ook bij langer durende participatie aan bijvoorbeeld een bewijs van deelname of certificaat. Als iemand wordt gezien in wat hij of zij kan en een zetje krijgt in de goede richting (of als contacten worden ingezet om iemand verder te helpen) kan dat veel betekenen voor iemands persoonlijke ontwikkeling.



participatie van ouders

GEOZINDE TOEKOMST.DICHTERBUJ

Aandachtspunten

In een aantal projecten werd ook gespeeld met een 'verloting' of cash vergoedingen. Hier is de klankbordgroep niet enthousiast over:

“Tets verloten is armoe, niet overtuigend: je bent niet zeker van de vergoeding van je tijd”

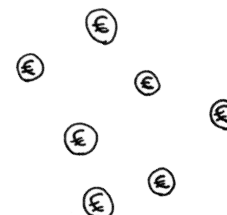
“Geld geven als vergoeding roept vernedering op en voelt als chantage”

Maak het praktisch en haalbaar, geef bijvoorbeeld niet een bon voor een sauna 200 km verderop. De hoge reiskosten zorgen dat je er nooit kunt komen.

Wat doen deelnemers met een VVV-bon?

- Kleren kopen bij C&A
- Boodschappen bij Deen
- Cadeautjes voor feestdagen / kinderen
- Op de lange duur: koelkast, oven, tablet voor kind voor school, weekendjes weg.

“Een cash vergoeding verdwijnt in de huishoudpot, waardoor je er zelf niet van kunt genieten”



5

BEWUSTZIJN, HOUDING EN GEDRAG VAN PROFESSIONALS

Wees je ervan bewust dat ...



... de groep 'gezinnen in armoede' divers is.

Niet iedereen vindt hetzelfde onderwerp interessant.

... als je het zelf niet hebt meegemaakt, je vaak niet weet hoe het is.

... mensen graag 'uit de hulp' willen. Liefst niet nog langdurig verbonden zijn aan instanties die 'om hen heen zich bemoeien met hun leven'.

... als je kinderen iets leert over gezonde voeding, de ouders geconfronteerd worden met hun vragen, zoals: ik wil dit, ik moet dat... Dat kost geld. Dan moet je als ouder uitleg geven en dat kan pijnlijk zijn.

... kinderen teleurgesteld kunnen raken als hun ouders niet (kunnen) meedoen en de ouders van andere kinderen wel.

... je positie als (budget-)verantwoordelijke kan zorgen voor ongelijkwaardigheid ten opzichte van de moeders die meedoen.

... iedereen anders eet / kookt, dus laat mensen hun eigen gerechten maken.

... er culturele verschillen zijn in hoe mensen communiceren.

participatie van ouders

GEZONDE TOEKOMST DICHTERBIJ

Aandachtspunten voor je houding ...

- Wees niet te streng, maar ook niet te los - als je te flexibel bent, raak je mensen kwijt
- Een goede, losse, gezellige sfeer is belangrijk - gezelligheid is schaars
- Laat het niet 'te open' maar bied kaders - iemands hoofd loopt soms al over
- Wees blij met kleine successen en veranderingen!

Let op je gedrag ...

- In houding en taal zitten soms kleine nuances die maken dat je denkt: "Ah, daar komt weer zo iemand die mij wat komt vertellen..."
- Stem kledingstijl af en besef dat spulletjes (laptop, tas, opschrijfboekjes) en manier van lopen en houding iets zeggen over klasse. Gevoel van afstand kan ontstaan: "die komt uit een andere wereld; die begrijpt ons niet."
- Communiceer gelijkwaardig en vanuit wederzijds vertrouwen.
- Wees helder: 'Wat hebben ouders eraan als ze meewerken?' Wees helder in wat mogelijk is.
- Schep vertrouwen en geef ruimte.
- Werk stapsgewijs: eerst even koffie...
- Pas je taal aan als begeleider. Gebruik geen dure woorden.
- Let op met het inzetten van pers en media en bescherm de privacy van ouders en kinderen.



Gebruik niet in de eerste plaats het woord 'gezondheid'.

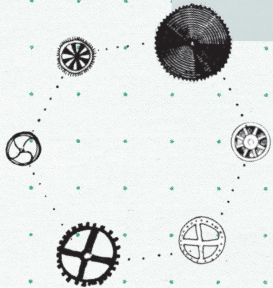
Organiseer iets via de kinderen.

Accepteer dat er soms grenzen zijn aan 'iemand in zijn kracht' zetten.



Vraag niet te veel van ouders.

Kijk altijd naar de achtergrond van een persoon (incl. stress).



Laat teksten altijd even aan iemand uit de doelgroep (of een klankbordgroep) lezen, voordat je ze verstuurt.

Betrek ervaringsdeskundigen bij het project en/of maatjes in de eigen taal.



participatie van ouders

GEOZINDE TOEKOMST.DICHTERBUJ

6

ALGEMENE ADVIEZEN EN TIPS

Bespreek dingen die relevant zijn, bijvoorbeeld welke kleding prettig is bij een zwemproject.

Ga het gesprek aan over wat kinderen leuk vinden (i.p.v. gezondheid).

Maak het ook mogelijk om voor een korte periode mee te doen. Deelname voor bijvoorbeeld 4 jaar is te lang en schrikt af.

Werk niet met (te lange en complexe) vragenlijsten en test ze vooraf bij ouders uit de doelgroep



Denk eens na hoe je ouders ook eigenaar kunt maken van de toekomst van hun kind: wat vinden zij belangrijk en hoe kunnen zij daaraan bijdragen?

“Eindelijk begrijpt iemand mij, eindelijk spreekt iemand mijn taal”



COLOFON

De klankbordgroep van FNO Gezonde Toekomst Dichterbij bestaat uit vijf moeders. Zij adviseren projectleiders, het programmabureau en alle overige geïnteresseerden vanuit hun ervaring als moeders die opkomen voor hun gezin.

Contact met de klankbordgroep:
info@fondsnutsohra.nl

fnozorgvoorkansen.nl/gezonde-toekomst-dichterbij/

Samenstelling

Parvin Rahimi, Sanne Waagen, Rafaella van den Bosch, Risma Soekhie, Marcella van Vloten (klankbordgroep Gezonde Toekomst Dichterbij) en Barbara Groot (VUmc)

Ontwerp en redactie

Marielle Schuurman (www.marielleschuurman.nl)



participatie van ouders

GEZONDE TOEKOMST DICHTERBIJ





gezonde toekomst
dichterbij

FNO

James Wattstraat 100
1097 DM AMSTERDAM

085 040 32 60

info@fondsnutsohra.nl

www.fnozorgvoorkansen.nl