

Preventieve opvoedsteun werkt

Home-Start zet getrainde vrijwilligers met opvoedervaring in om ouders al in een vroeg stadium te steunen bij hun alledaagse vragen over opvoeden. Voor ouders is dit een laagdrempelige en informele vorm van hulp. De opvoedsteun is vraaggericht en werkt preventief. Professionals kunnen doorverwijzen naar Home-Start.

Gerda Groen

De draaglast van gezinnen is groot. Er moeten immers veel ballen in de lucht worden gehouden. Het zijn vaak burens, vrienden, familie of een ouder van school die hulp bieden. Als dit netwerk te klein of al overvraagd is, kan een beroep worden gedaan op vrijwilligers van Home-Start. Zij hebben ervaring met opvoeden, krijgen regelmatig een training en worden professioneel begeleid door een coördinator. De vrijwilligers werken vraaggericht en gaan vertrouwelijk om met informatie die de ouders geven. Ze bezoeken ouders elke week thuis en kunnen contact houden via telefoon of videoapps. Tijdens de begeleiding wordt het de ouders duidelijk dat ze niet de enigen zijn die opvoedvragen hebben en dat ze er niet alleen voor hoeven te staan. De opvoedsteun door vrijwilligers is gelijkwaardig en informeel.

Portret van moeder Thin

Thin is hoogzwanger van haar derde kind. Ze komt uit Myanmar en heeft behoefte aan contact. 'Hoe zal het zijn als ik straks de baby krijg zonder mijn familie?' Thin vertelt over haar ervaringen:

"Over een paar weken komt er een baby bij. Ik ben zo benieuwd hoe het dan zal zijn. Wij wonen sinds een paar jaar in Nederland omdat het in Myanmar onveilig is. We zijn ontzettend dankbaar voor alles hier. Ook voor de vrijwilliger van Home-Start die

'Ondersteuning van een Home-Start vrijwilliger is gelijkwaardig en informeel'

hier sinds kort komt. Mijn man werkt fulltime en ik richt me vooral op de kinderen. Ze zijn acht en twee jaar oud. En binnenkort komt er dus een baby. Ik heb mijn handen vol aan de opvoeding, de zwangerschap, het leren van de taal en het begrijpen hoe het hier werkt."

"Als Karin hier op vrijdag komt, heb ik weer even wat lucht. Het is een geruststelling dat zij er is. Ik kan gezellig met haar praten en ze helpt ons vaak met het lezen van brieven van de overheid. Ook ondersteunt ze ons met het huiswerk van onze oudste dochter. Dankzij Karin zijn haar schoolprestaties echt

omhoog geschoten. De juf heeft er zelfs over geschreven in haar rapport, ze is echt onder de indruk."

"Wij hebben goed contact met onze burens, maar kennen verder niet zo veel mensen in Nederland. Onze familie woont ook niet hier, dat vind ik wel een gek idee nu met de baby op komst. Wij zijn gewend dat de hele familie erbij betrokken is. Het is een hele geruststelling dat ik wel dingen kan delen met Karin. Ze is als een tante voor onze kinderen. Wij zijn allemaal zo blij met haar."

Ervaringen Karin

Dankzij een training over leiderschap kwam Karin bij Home-Start terecht. "Een dag per week mensen blij maken geeft mij een heel goed gevoel." Karin doet haar verhaal uit de doeken: "Ik werk in de chemische industrie, een echte mannenwereld. Al langere tijd wist ik dat ik ook iets sociaals wilde doen. In de coronatijd ben ik begonnen met een cursus inspirerend leider-





schap. We keken naar mensen als Mandela en Ghandi en kregen ook opdrachten. Eén daarvan gaf me het laatste zetje. We moesten iets doen voor een ander. Al zoekend kwam ik terecht bij Home-Start.”

“Wat me aan Home-Start aansprak, is dat je anderen echt kunt ‘empoweren’ om hun eigen kracht te vinden. Ook vind ik het heel leuk om met kinderen om te gaan. Het gezin van Thin is het eerste waar ik aan ben gekoppeld. Ze kunnen vooral wat steun gebruiken bij hun inburgering en het huiswerk van hun dochter. Ik merk nu al dat ik het heel waardevol vind. Een dag per week mensen blij maken geeft een heel goed gevoel. Je kunt heel veel betekenen door er alleen maar te zijn, heb ik gemerkt.”

Preventief en laagdrempelig

Home-Start is er graag vroeg bij om alledaagse opvoedvragen te normaliseren, klein te houden en te voorkomen dat die uitgroeien tot grotere problemen. Daarom wordt het programma voor opvoedsteun standaard gegeven aan ouders met jonge kinderen van 0 t/m 6 jaar en ook al tijdens de zwangerschap. Het programma wordt door 163 gemeenten aangeboden aan gezinnen met jonge kinderen.

Alle professionals die werken met gezinnen kunnen, in overleg met de ouder, doorverwijzen naar Home-Start. Ook kan een ouder zich rechtstreeks

aanmelden, een indicatie is niet nodig. De coördinator beslist of een gezin in aanmerking komt voor ondersteuning. De problematiek moet niet te complex zijn en de ouder moet er zelf achterstaan.

Steun van Home-Start kan een ouder bijvoorbeeld verwachten bij vragen als: Huilt de baby veel? Hebben je kinderen vaak ruzie? Luistert je kind niet? Is het rommelig rond etenstijd? Situaties waarover alle ouders wel eens vragen hebben. Door de inbreng van de eigen ervaring sluit de vrijwilliger goed aan en voelt de ouder zich gehoord. Wanneer blijkt dat de problemen toch complexer zijn, gaat de coördinator samen met de ouders op zoek naar passende hulpverlening.

Sterke basis

Preventie werkt het beste als kinderen en jongeren een sterke basis hebben, staat in de publicatie ‘Potentie van preventie’ van het Nederlands Jeugdinstituut¹. Dit betekent voldoende steun van ouders en medeopvoeders, zoals familie, vrienden, buurtgenoten, vrijwilligers, kinder- en jongerenwerkers, leerkrachten en pedagogisch medewerkers. Een sterke basis betekent ook dat ouders met eenvoudige opvoedvragen makkelijker terecht moeten kunnen bij medeopvoeders. De kans dat kinderen en jongeren gezond, veilig en kansrijk opgroeien wordt vergroot door sociale binding, erkenning, waardering voor positief

gedrag, steun van belangrijke volwassenen en basisvoorzieningen in de omgeving.

De opvoedsteun geeft ouders weer zelfvertrouwen, waardoor ze zichzelf beter voelen. Dat merken de kinderen ook, want bij hen zie je dat hun opstandige of angstige gedrag vermindert. Dit wijzen onderzoeken naar Home-Start uit. Ook na het vertrek van de vrijwilliger werkt de steun door². Tot oktober 2024 gaat de Universiteit van Amsterdam nieuw onderzoek doen naar de vraag ‘Wat werkt het beste om ouders en kinderen informeel te ondersteunen?’³

Kansrijke coalities

Het vrijwilligerswerk kost een gezin niets. Home-Start traint en begeleidt de vrijwilligers die een jaar lang wekelijks langskomen. De gemeente betaalt voor de steun gemiddeld tweeduizend euro per gezin per jaar. Per jaar worden ruim 3.000 gezinnen ondersteund. In steeds meer gemeenten is er inmiddels ook opvoedsteun voor ouders met kinderen vanaf 7 jaar. Home-Start doet mee aan de ‘Kansrijke Start’-coalities in gemeenten. Het programma wordt wereldwijd in meer dan twintig landen aangeboden. In Nederland is Home-Start opgenomen in de Databank Effectieve Jeugdinterventies. ●

Ga voor meer informatie naar home-start.nl

Bij dit artikel horen drie referenties; deze zijn op te vragen via vroeg@dgcommunicatie.nl

auteursinformatie

Drs. Gerda Groen(info@home-start.nl) is de programmaleider van Home-Start in Nederland.

