



schakelNIEUWS

46

NIEUWSBRIEF - WELZIJNSSCHAKELS VZW - JAARGANG 11 - NR 46 - VERSCHIJNT DRIEMAANDELIJKS - P209822 - JUNI JULI AUGUSTUS 2012



welzijnsschakels

ELKE SCHAKEL TELT

Maatschappelijk kwetsbare ouders met tieners praten samen over opvoeding

Ouders

**NU IK AL JAREN WAAK OVER
DE RAADSELS DIE IK HEB GEMAAKT,
SLAAP IK WEER VAKER THUIS.**

**NU ZE ALS RAADSEL GROEIEN UIT DE
KAMERS
EN VERDWIJNEN IN STRATEN WAAR IK
NIETS MEER HOOR,
SLAAP IK WEER VAKER THUIS.**

**NU ALLEEN HET SLAPEN NOG OVER
MIJ WAAKT,
HOOR IK HOE WAAKZAAM
OOK ZIJ IN DE KAMERS STONDEN
TE LUISTEREN NAAR MIJN BESTAAN.**

Bernard Dewulf, stadsdichter

Ouders, grootouders, leerkrachten en andere opvoedingsverantwoordelijken kunnen op vele manieren ondersteuning krijgen bij het opvoeden. Door het bijwonen van informatie-avonden bijvoorbeeld, het lezen van brochures en websites of door een bezoek te brengen aan de opvoedingswinkel. Maar de ervaring leert dat ouders ook gewoon graag met andere ouders van gedachten wisselen over de opvoeding en de ontwikkeling van kinderen en jongeren. Daarom hebben de VCO (Vlaamse Coördinatoren Opvoedingsondersteuning van het Agentschap Jongerenwelzijn), Welzijnsschakels, de

Gezinsbond en het TAO (Team Advies en Ondersteuning) de krachten gebundeld.

In de vijf Vlaamse provincies is er de voorbije maanden een oudergespreksgroep opgestart waar maatschappelijk kwetsbare ouders met tienerkinderen elkaar kunnen ontmoeten. Ze kunnen er op een fijne manier over hun twijfels en problemen of net over de positieve kanten van hun ouderschap praten. Er zijn oudergespreksgroepen in Bree, Buizingen, Ieper, Lint en Wichelen. Vanaf 2013 kunnen er wellicht ook in andere gemeenten oudergespreksgroepen met kansarme ouders van start gaan.

Heb je interesse om een oudergespreksgroep op te starten?

Neem dan zeker contact op met

hanne.geukens@welzijnsschakels.be

Enkele maanden geleden...

gingen vijf Welzijnsschakels verspreid over heel Vlaanderen de uitdaging aan. Aarzelend en met de nodige twijfels en vragen zetten ze de eerste stappen in het organiseren van oudergespreksgroepen. Ieder op hun eigen, unieke manier, zoals dat gaat bij Welzijnschakels. Maar steeds met hetzelfde doel voor ogen: kansen geven aan ouders om elkaar te ontmoeten en ervaringen te delen over het opvoeden van hun kinderen. Er werden tandems gevormd met een gespreksleider en een opgeleide ervaringsdeskundige. Zij bereidden zich voor om een jaar lang de ervaringsuitwisseling tussen ouders mogelijk te maken.

Ondertussen zijn de oudergespreksgroepen gevormd en de eerste bijeenkomsten achter de rug. We horen overal enthousiaste geluiden en stuk voor stuk zijn de Welzijnsschakels overtuigd van het nut van deze oudergespreksgroepen. En stilaan worden nu ook plannen voor de toekomst gemaakt. Wat na dit jaar? Hoe werken we verder?

In deze aflevering van Schakelnieuws willen we andere Welzijnsschakels mee op stap laten gaan met de vijf Welzijnsschakels. Beluister hun verhalen en wie weet krijg je zin om ook een oudergespreksgroep op te starten.

December 2011: De opwarming.

De vrijwilligers, de gespreksleider en de opgeleide ervaringsdeskundige leren elkaar kennen. Ze maken afspraken, bereiden de bijeenkomsten voor, en hier en daar zetten ze de dromen op papier. Maar de moeilijkste opdracht wacht nog: ouders werven!

‘Persoonlijke contacten leveren het meest op. Niet iedereen leest folders. Het is niet vanzelfsprekend om aan zo’n project deel te nemen, mensen hebben drempelvrees. De folder is een goed hulpmiddel. Het is goed als mensen die op veel plaatsen tegenkomen. Dat zorgt voor de herkenbaarheid maar het is niet dé ingangspoort. Ouders die al deelnemen, zouden op een enthousiaste manier over het project kunnen vertellen. Dat zal meer motiveren.’ (Bree)

‘We hebben opnieuw dezelfde mensen aangesproken die in oktober de eerste bijtanksessie met de Gezinsbond hebben gevolgd. Dat waren vijftien ouders. De eerste bijeenkomst zijn er maar vijf komen opdagen. De tweede bijeenkomst waren we met meer, elf deelnemers.’ (Ieper)

Januari - februari 2012: Uit de startblokken.

De eerste bijeenkomsten gaan van start. Groepen van 8 tot 10 ouders worden gevormd. Ouders leren elkaar kennen. De vrijwilligers van de Welzijnsschakels zorgen ervoor dat de ouders zich welkom voelen.

‘Het zaaltje is altijd klaar als het oudergespreksgroep is. De koffie staat dan klaar en de koekjes. Mensen voelen zich direct goed bij het binnenkomen. Ze voelen zich welkom.’ (Bree)

‘We voorzien ook iets hartigs voor de ouders want sommigen hebben op dat uur nog niet gegeten.’ (Lint en Kontich)

‘Het is heel leuk dat alles hier klaar staat als wij (de tandem) aankomen. Dat is een echte ver-

Op stap met de welzijnschakel van Bree, Lint en Kontich, Ieper, en Wichelen



ademing. De vrijwilligers zorgen voor de locatie, voor de ouders. Wij moeten enkel denken aan het inhoudelijke. Dat geeft veel ruimte en rust. Het is een goede verdeling van de taken.’ (tandem Lint en Kontich)

‘Je voelt de warmte, de betrokkenheid. Jullie doen dat met een warm hart. Het is niet verwonderlijk dat de mensen zich hier zo goed voelen.’ (Ieper, over de vrijwilligers)

De gespreksleider en de opgeleide ervaringsdeskundige leiden de gesprekken. Ze werken met het beeld van de boom om mensen aan te zetten om op een leuke manier hun ervaringen te delen.



‘We hebben met het beeld van de boom gewerkt als methode om iedereen de kans te geven zich voor te stellen. Er waren bomen getekend en opgehangen. Ouders

konden daaruit kiezen en de eigen boom verder afwerken om zichzelf voor te stellen’ (Wichelen)

‘Eén van de allochtone ouders had een mooie appelboom getekend en had daarbij gezegd: “Een appelboom groeit overal, hij is universeel. Je kan mij verplaatsen.”’ (Lint en Kontich)

Ook de manier waarop de gespreksleider en de opgeleide ervaringsdeskundige de gesprekken leiden, zorgt ervoor dat ouders zich goed voelen en daardoor groeit het vertrouwen in de groep.

‘De gespreksleider is hier niet om ouders dingen te leren. Het is dus geen schoolse manier van werken. Ze is hier om samen dingen te doen, om zelf ook stukken uit haar privéleven te delen. Daardoor merken ouders dat ze niet de enigen zijn met problemen.’ (Bree)

‘Ik neem de voorbereiding elke keer mee, maar ik laat ouders de richting kiezen.’ (Bree)

‘Het is een goeie tandem. Dat gevoel komt terug in de groep. Ze krijgen heel de groep mee.

Interview Breese ouders!

In de Breese Schakel ging eind januari een oudergespreksgroep van start. Zij kwamen inmiddels drie keer samen met de groep. Marleen en Nadine, twee enthousiaste deelnemers aan het project vertellen mij hoe ze de gespreksgroep ervaren.

Marleen, hoe heb je deze oudergespreksgroep leren kennen?
Karin van de Breese Welzijnschakel sprak er ons over aan. Ik was zo enthousiast dat ik nog mee flyers ben gaan ronddelen.

Nadine, wat dacht je toen je voor het eerst van deze oudergespreksgroep hoorde?
Misschien kan ik wat ik weet en wat ik ervaren heb ook delen met iemand anders zodat ook zij iets van mij kunnen leren. Ik vind het leuk om ervaringen uit te wisselen, om te leren van elkaars ervaringen.

Wat vind je goed aan deze oudergespreksgroep?
Het is leuk! Er is altijd een luisterend oor, iedereen luistert naar elkaar. We zijn nog maar drie keer samengekomen, maar we hebben intussen al heel veel geleerd. Je hoort de verhalen van anderen en je bent blij dat je niet alleen bent met je problemen. Op een



ander is het ook zo, daar zijn ook moeilijkheden bij het opvoeden. Het zijn niet helemaal dezelfde situaties, maar op verschillende manieren voel je dat je toch niet alleen bent. Het doet ook goed dat we geen afkeuring krijgen. Je krijgt de bevestiging dat je ook nog dingen goed doet. Zo krijg je een goed gevoel. Dat je het toch niet zo slecht doet als ouder.

Wat zou nog beter kunnen in de groep? Hoe zou jij dat doen? Is er iets wat je mist?
We missen alleen wat meer deelnemers, voor de rest is het perfect. We hebben een vrijwilliger van de Gezinsbond, een ervaringsdeskundige, luisterende oren, koffie, thee en koekjes. We zijn nu met zes maar niet iedereen kan elke keer komen. We hebben deze maand wel nog een instapdag, misschien komen er zo nog twee mensen bij, want we zijn zelf nog mensen aan het aanspreken. Maar eigenlijk vinden we dat wanneer iemand een probleem

heeft, die ook bij ons terecht moet kunnen. Je verhaal eens kunnen doen en ervaringen uitwisselen kan vaak heel goed doen. Ook al kan die persoon maar één keer komen, dan hebben we toch iemand kunnen helpen. En wie één keer komt, komt meestal terug.

Wat vind je van de begeleiding en van de manier van werken van deze oudergespreksgroep?
Goed, uitstekend zelfs! We werken met een boom als rode draad doorheen de sessies. Zo maakten we een stamboom, we tekenden onze eigen boom, we kregen kernwoorden zoals zelfvertrouwen, gevoeligheid. Die moesten we verklaren voor onszelf, en daarna moesten we wat best bij ons past in de boom zetten.



‘Als er aangevoeld wordt dat er iets mis is, dan bellen wij de ouders op.’ (Wichelen)

‘Voor de bijeenkomst sms’en naar de ouders werkt goed. Ze kijken er naar uit en vragen altijd: “Je smst toch zeker op tijd, hé!”’ (Lint en Kontich)

Op dit moment hebben de Welzijnsschakels nog veel bijeenkomsten voor de boeg.

‘We moeten het project ook tijd durven geven. Mensen in armoede krijgen nog vaak het gevoel dat wij hen willen helpen. Geef ouders dus tijd om de werkwijze te leren kennen zodat het vertrouwen kan

Er is ook veel ruimte voor wat ons bezighoudt, bijvoorbeeld het ongeval met de skibus, problemen met broodjes op school... Het delen van onze verhalen wordt zo goed begeleid dat het niet te emotioneel is, we moeten het achteraf niet verwerken. We zijn zelf al wel veel gewoon, maar we worden zeer goed begeleid. Er is ruimte voor emoties, een lach en een traan. En we nemen op tijd onze pauze.

Denk je als je thuis bent nog eens terug aan de oudergespreksgroep?
‘Ja!’ zeggen ze alle twee volmondig. Het gebeurt wel eens dat iemand in de groep vertelde over een bepaalde situatie en dat kort daarna thuis hetzelfde gebeurt.

[vervolg →](#)

Niemand kruipt in zijn schulp.’ (Wichelen)

Wanneer het gesprek dreigt stil te vallen, vertelt de opgeleide ervaringsdeskundige haar verhaal en komen ze wel weer op gang.’ (Ieper)

‘Ouders hebben hier al zulke diepe momenten meegemaakt. Er groeit iets.’ (Lint en Kontich)

Wanneer het tijd is om naar huis te gaan...

Tussen de bijeenkomsten houden de vrijwilligers contact met de ouders. Ze herinneren de ouders aan elke bijeenkomst met smsjes, ze contacteren ouders die niet meer komen en bellen ouders op wan-

neer ze voelen dat ze het moeilijk hadden tijdens de bijeenkomst.

‘Ouders waren na de sessie moeilijk buiten te krijgen. Ze bleven napraten...’ (Bree)

‘Iemand was tijdens de bijeenkomst heel emotioneel en ik zat daarmee. Ik heb haar ‘s avonds nog eens gebeld en ze stelde me gerust want ze zei dat ze er heel veel deugd van had gehad.’ (Ieper)

‘Ik breng altijd drie ouders na de bijeenkomst met de auto terug naar huis. De ouders zeggen dan dat het heel wat betekent dat ze zo veel mogen vertellen. Het doet vooral goed dat ze dat kunnen doen.’ (Lint en Kontich)

groeien. We moeten ook duidelijk maken dat oudergespreksgroepen niet per se gaan over problemen maar dat het ook gewoon leuk is om andere ouders te ontmoeten.’ (Bree)

Ongetwijfeld kunnen ze ons binnen een paar maanden nog veel meer vertellen over de oudergespreksgroepen. Ook nieuwsgierig naar het vervolg? Kom dan zeker naar de signaaldag in december waar we de vrijwilligers, de gespreksleiders, de opgeleide ervaringsdeskundigen en de ouders ‘live’ kunnen beluisteren en met hen in gesprek kunnen gaan.

Hanne

vervolg interview

'Ook mijn grote kinderen vragen naar wat er gezegd werd, wat we geleerd hebben', zegt Marleen. En Nadine vervolgt: 'De volgende dag speelt de film nog eens af, dan neem ik er onze papieren nog eens bij om na te kijken wat er gezegd is. We denken ook vaak, dit of dat had ik ook nog kunnen zeggen in de groep. Soms schrijf ik dat dan ook op voor de volgende keer.'

Nadine, wat was voor jou het mooiste moment tot nu toe?

Er zijn al zo veel mooie momenten geweest, ik heb er altijd een goed

gevoel bij.

Onze verhalen zijn gelijklopend omdat we allebei een kind hebben met ADHD. Andere moeders hebben een ander verhaal, waar we ook veel van leren. De dag dat we kunnen zeggen dat we onze opvoedingsproblemen onder controle kunnen houden, dat zou een heel mooi moment zijn. Maar we zijn er nog niet.

Het is iets te vroeg om te zeggen dat er al iets veranderd is, daarvoor zitten we nog in een te vroege fase. We hebben wel al veel geleerd uit wat de andere deelnemers doen en zeggen.

Uitnodiging signaaldag

Een jaar lang brengen vijf Welzijnsschakels ouders samen om met elkaar in gesprek te gaan rond opvoeden.

Samen met de vrijwilligers van deze Welzijnsschakels, de gespreksleiders, de opgeleide ervaringsdeskundigen en de ouders uit de groepen willen

we op de signaaldag onze ervaringen delen. Wat heeft dit jaar ons geleerd? Wat zijn de sterktes van dit project? Wat zijn aandachtspunten voor de toekomst?

De officiële uitnodiging krijgen jullie nog maar zet het alvast in de agenda!



**WELZIJNSSCHAKELS ZIJN VAN HARTE UITGENODIGD
OP 6 DECEMBER VAN 13U TOT 17U EN/OF VAN 17U TOT 21U IN
CULTUREEL CENTRUM NOVA TE WETTEREN.**

Bijtanken over opvoeding

Wil je graag meer informatie?

tel. 02 507 88 93 of

bijtanken@gezinsbond.be

www.gezinsbond.be/bijtanken



Opvoeden is leuk, maar niet altijd even gemakkelijk. Alle ouders zijn wel eens ongerust. Alle ouders hebben twijfels over de opvoeding van hun kinderen.

Samen praten over opvoeding doet deugd. Je krijgt er nieuwe energie van. Je zit met dezelfde vragen. Je krijgt ook interessante tips van elkaar.

Wil je ook zo'n gesprek over opvoeding organiseren? Aan de Gezinsbond kun je een gratis begeleider vragen voor deze babbel! De begeleider luistert mee en zorgt ervoor dat iedereen zich goed voelt. Het gesprek vindt best plaats in een lokaal dat iedereen kent. In een gezellige kring, met koekjes en koffie in de buurt. Een boeiende babbel over opvoeding dus en nog wel in je eigen buurt!

Vzw Wieder en PWO Wetteren organiseerden vorig jaar elk een gespreksavond: Bijtanken over opvoeding.



TEKSTEN

Hanne Geukens, Marjan De Prins, Bart Derwael, Hannah De Smet

VORMGEVING

Grafische studio Welzijnszorg

FOTO'S

De Breese Schakel, Welzijnsschakel Ieper

DRUKWERK

Drukkerij Druk-In-De-Weer

VERANTWOORDELIJKE UITGEVER

Diederik Janssens
Welzijnsschakels vzw
Huidevettersstraat 165
1000 Brussel

WELZIJNSSCHAKELS VZW

Huidevettersstraat 165
T 02 502 55 75
F 02 502 58 09
info@welzijnsschakels.be
www.welzijnsschakels.be

