

Veelgestelde vragen (FAQ's) van JOGG-regisseurs over partnerschap met ouders bij JOGG

Hoe ga je om met politieke druk? Partnerschap met ouders in de JOGG-aanpak heeft tijd nodig. Maar ondertussen moet je al wel stappen zetten als JOGG regisseur. Hoe dien je alle belangen?

- Zorg enerzijds voor activiteiten met snel zichtbaar resultaat en anderzijds voor activiteiten die meer tijd nodig hebben om tot gedegen resultaten te komen.
- Voorbeeld van een snelle zichtbare actie samen met ouders:
 - op de informatieavond van een basisschool in Apeldoorn gingen we met ouders en leerkrachten in gesprek over gezondheid en wat zij belangrijk vinden voor hun kinderen. Dit was de start van de gezonde school-aanpak en werd geïnitieerd vanuit JOGG. Gemeenten zijn blij met nieuwsberichten, berichten op sociale media en veel foto's en quotes van dit soort events. Het maakt zichtbaar wat JOGG in beweging zet. Helemaal mooi als een school en ouders er enthousiast over vertellen in berichten. Beter dan dat alleen de JOGG-regisseur dit zelf doet.
- Er is niets mis met een snelle zichtbare actie zoals bidons uitdelen of een watertappunt openen, als dat ingebed is in beleid. Als je daarbij vanaf het begin meteen met ouders optrekt in de brede aanpak.
- Overtuig de politiek ervan dat het voor structurele verandering noodzakelijk is om samen te werken met ouders. Hiervoor kun je de [argumenten](#) en [slides](#) uit deze toolkit gebruiken. Vertel hoe je de samenwerking met ouders gaat organiseren en wanneer je welke resultaten verwacht.
- Denk in 'partnerschap met ouders' vanaf het begin i.p.v. 'betrekken van ouders'. Als je ouders vanaf het begin laat meedenken en echt aansluit op hun wensen/behoefte, worden ze mede-eigenaar van de beweging. Bij 'betrokken worden' heb je het al voor ouders bedacht en dan is de gelijkwaardigheid zoek.

We merken dat er veel energie is bij professionals. Ze willen aan de slag! We willen ze enerzijds niet afremmen. Anderzijds willen we wel ouders op de juiste manier betrekken.

Maak de professionals enthousiast om meteen samen met ouders aan de slag te gaan. Een voorbeeld: als een school waterdrinkbeleid wil invoeren, inspireer professionals dan om eerst met ouders in gesprek te gaan over wat ze belangrijk vinden voor hun kind als het gaat om gezondheid. Welke mogelijkheden en belemmeringen ervaren ze? Wat levert stress op als het gaat om gezonde leefstijl? Hoe kunnen jullie hierin samenwerken? Kijk waar je elkaar vindt en hoe je elkaar kunt versterken. Je kunt met de professionals bedenken hoe en wanneer ze dat kunnen doen. Bijvoorbeeld tijdens de inloop (de tijd voorafgaand aan een bijeenkomst) er terloops over in gesprek gaan met ouders, tijdens oudergesprekken, een koffie-ochtend of een thema-avond.

Vaak zie je binnen een organisatie dat 1 of 2 mensen worden aangewezen om een bepaald project, bijvoorbeeld gezonde leefstijl, op te pakken. Dat zag ik ook bij een basisschool, waarvan twee personeelsleden bij de workshop over ouderpartnerschap aanwezig waren. Als dat niet verder wordt gecommuniceerd naar het voltallige team dan wordt die boodschap niet verspreid. Dat is jammer. Hoe kun je als JOGG-professional hen er wel bij betrekken?

Met de term 'partnerschap met ouders' bedoelen wij: 'Gelijkwaardige samenwerking met ouders, ofwel aansluiten bij de wensen, behoeften en mogelijkheden van iedere ouder. We hanteren het uitgangspunt dat het werken aan en het behouden van (een gezonde leefstijl en daarmee) een gezond gewicht thuis plezierig en ontspannen is voor iedere ouder en zijn of haar kind. Op die manier wordt gezorgd voor duurzaam gezond gedrag.'

jongeren op gezond gewicht



Er speelt vaak heel veel op een school, waardoor dit de praktijk is, waar je mee te maken hebt. Het is dan kijken wat er wel lukt. Dat vraagt om doorzettingsvermogen.

Je kunt aan deze mensen vragen wat hen zou helpen om hun collega's mee te nemen. Misschien kun je aanbieden een keer langs te komen om in een teambijeenkomst iets te vertellen en de collega's te enthousiasmeren. Misschien kun je in het team een [workshop](#) verzorgen over samenwerken met ouders aan gezonde leefstijl (met de GGD samen bijvoorbeeld). Probeer in ieder geval regelmatig contact te hebben met deze sleutelfiguren, om hen te helpen in de praktijk aan de slag te gaan en het warm te houden. Als zij kleine succeservaringen opdoen in de praktijk, kunnen ze die met het team delen. Leg de nadruk op het positieve, ook al is het klein. Een enkele succeservaring kan het verschil maken in het leven van een kind.

Soms is er gelegenheid om op grote schaal met ouders en professionals in gesprek te gaan over wensen en verwachtingen rond gezonde leefstijl, met professionele gespreksleiders. Vaak is dat echter niet zo. Wat zijn jullie ervaringen daarmee? Als je bijvoorbeeld bij een ouderkamer/ ouder koffie-uurtje aansluit?

Iedere gelegenheid waar je met ouders en professionals in gesprek kunt gaan over wensen, verwachtingen en samenwerken aan gezonde leefstijl is mooi en moet je benutten. Onze tip is om ervoor te zorgen dat er, naast ouders, ook altijd vertegenwoordiging is vanuit het team van school/opvang, zodat je de verbinding kunt maken. En het zich (mede)eigenaar voelen/verantwoordelijk voelen ook bij de school/kinderopvang ligt. Het werkt goed om de bijeenkomst vooral erg interactief te maken. Ga in gesprek over: wat vind je belangrijk als het gaat om gezondheid van je kind, wat gaat goed, waar loop je tegenaan, welke tips kunnen we elkaar geven. De meeste ouders vinden het erg prettig om over dit soort dingen met elkaar in gesprek te gaan en tips en ervaringen uit te wisselen. Probeer de aanwezige ouders te enthousiasmeren over een vervolg, waarbij ze andere ouders meenemen die er nu niet zijn.

Ik voel mezelf niet competent genoeg om scholing aan te bieden voor professionals over samenwerken met ouders. Zelf ben ik geen ouder dus kan ook niet uit persoonlijke voorbeelden putten. Een gemeente met voldoende budget kan Actief Ouderschap in huren, gemeenten met minder budget kunnen dit wellicht niet. Je moet je als JOGG regisseur wel sterk genoeg voelen om deze scholing te geven of een andere partner vinden die dat kan doen (CJG bijvoorbeeld).

Met de [tools zoals checklist en draaiboek](#) is het niet ingewikkeld om zelf een workshop over ouderpartnerschap te verzorgen. Je hoeft als JOGG-regisseur geen expert te zijn op gebied van ouderpartnerschap. Je maakt mensen bewust van het belang van samenwerken met ouders, van wat wel en niet werkt (rol stress bij ouders). Je zorgt voor uitwisseling van voorbeelden van wat er al goed gaat in de samenwerking met ouders en gaat in gesprek over hoe dat uitgebreid kan worden. Eventueel kun je de aanwezigen elkaar laten adviseren rond vragen en dilemma's. Als er vragen worden gesteld waar je geen antwoord op hebt, zeg je dat je het niet weet en dat je op zoek gaat naar een goed antwoord. Je komt er na afloop via mail of telefonisch op terug.

Met de term 'partnerschap met ouders' bedoelen wij: 'Gelijkwaardige samenwerking met ouders, ofwel aansluiten bij de wensen, behoeften en mogelijkheden van iedere ouder. We hanteren het uitgangspunt dat het werken aan en het behouden van (een gezonde leefstijl en daarmee) een gezond gewicht thuis plezierig en ontspannen is voor iedere ouder en zijn of haar kind. Op die manier wordt gezorgd voor duurzaam gezond gedrag.'

jongeren op gezond gewicht



Als we een ouderavond organiseren, komt er niemand. Ouders lijken echt niet betrokken. Dat motiveert niet echt om verder te gaan met ouders.

Geef niet op en leer ervan! Oordeel niet. Ga na waarom ouders er niet waren. Sluit het programma en het moment aan op de behoefte en mogelijkheden van de ouders die er niet waren? Zo niet, waar hebben zij dan wel behoefte aan? Wisten ze van de avond? Voelden ze zich er persoonlijk door aangesproken? Wat is het doel van de ouderavond, op welke andere manier kun je dat bereiken?

Een paar tips:

- Iedere ouder is betrokken bij zijn kind en wil het beste voor zijn kind.
- De meeste ouders hebben het druk met de combinatie van zorg voor de kinderen, werk en andere dingen. Helemaal als er veel speelt in een gezin. Als je wilt dat ouders komen bij een activiteit die je organiseert, moet deze concurreren met alle andere activiteiten in de drukke agenda. En er dus in positieve zin uitspringen. Wat levert het de ouders op om te komen? Zou iedere ouder het op dezelfde manier ervaren?
 - Is het leuk en ontspannend (of levert het misschien juist stress op en het gevoel dat je het niet goed doet als ouder?)
 - Zien ze direct het belang ervan in voor hun eigen kind
 - voelen ze zich welkom
 - voelen ze zich serieus genomen
 - voelen ze zich gewaardeerd
 - voelen ze zich gehoord
- Wat zou jij kiezen, als je moet kiezen tussen de door jou georganiseerde ouderbijeenkomst over leefstijl en bijvoorbeeld...
 - tijd en aandacht voor de kinderen na een drukke werkdag waarbij de kinderen naar de opvang waren
 - kind naar de sportclub brengen
 - je vaste sportavond
 - voetbalwedstrijd kijken van je favoriete club
 - werk
 - mantelzorg voor je moeder
- Zou je er oppas voor inhuren? Ook als je het misschien niet zo breed hebt?
- Het gaat om kwaliteit, niet alleen om kwantiteit. Als er 3 ouders waren, voor wiens kind je het verschil hebt gemaakt tijdens de bijeenkomst, is deze misschien wel heel succesvol, ook als je op 100 ouders gehoopt had.
- Denk na over hoe je ouders uitnodigt. Persoonlijk uitnodigen door school (leerkracht, directeur), kinderopvang (pedagogisch medewerker) afhankelijk waar de workshop wordt gegeven, werkt het beste. 'Je komt toch ook? Ik vind het heel belangrijk dat je erbij bent en te horen hoe jij erover denkt.' Alleen een briefje ophangen met 'beste ouders, kom naar de ouderavond over gezonde voeding' werkt niet. Daardoor voelt vrijwel niemand zich persoonlijk aangesproken.

Met de term 'partnerschap met ouders' bedoelen wij: 'Gelijkwaardige samenwerking met ouders, ofwel aansluiten bij de wensen, behoeften en mogelijkheden van iedere ouder. We hanteren het uitgangspunt dat het werken aan en het behouden van (een gezonde leefstijl en daarmee) een gezond gewicht thuis plezierig en ontspannen is voor iedere ouder en zijn of haar kind. Op die manier wordt gezorgd voor duurzaam gezond gedrag.'

We snappen dat we niet moeten beleren, maar uiteindelijk willen we ouders wel vertellen wat wel en niet goed is. Hoe doen we dat dan?

Helderheid over rollen is heel belangrijk. Jij hebt verstand van gezonde leefstijl en gezond gewicht. Ouders kennen hun kind het beste en willen het beste voor hun kind. Zij zijn primair verantwoordelijk voor de opvoeding. Blijf op je eigen speelhelft. Wees open, eerlijk en nieuwsgierig, ga in gesprek. Wat kun je van elkaar leren.

Hoe bereiken we de 'lastig bereikbare ouders'?

Denk niet in doelgroepen, maar in mensen. Juist mensen die te maken hebben met ingewikkelde omstandigheden, ervaren relatief veel stress. Zorg dus dat je zorgt voor ontspanning in plaats van dat je stress toevoegt, want anders bereik je een omgekeerd effect.

Hoe kun je zorgen voor ontspanning?

- Complimentjes geven
- Werken aan vertrouwen, tijd nemen om contact op te bouwen
- Kijk naar wat goed gaat en benoem dat, bouw dat uit
- Zet in op gezonde leefstijl en bewegen als vorm van ontspanning
- Denk na over taligheid van informatie. Welke ouder mis je hierdoor en wat doe je om deze toch te informeren? (Bijvoorbeeld vertellen, iemand laten vertalen, visueel maken, zie dit voorbeeld van een filmpje waarin kinderen hun ouders in hun eigen taal uitnodigen <https://www.facebook.com/kruisrak/videos/466633503461340/>).

Kijk ook eens op de wiki onder [het dossier lage ses](#).