

# Hoe bereik je kwetsbare jonge ouders voor je ouder-baby groep?

## Tips en tricks uit de praktijk

In Tilburgs onderzoek deelden ervaren professionals in het sociale domein hoe zij de doelgroep bereiken en betrekken. Deze handige tips zijn in de eerste plaats bedoeld voor groepsbegeleiders, vaak welzijns-, buurt- of jongerenwerkers.

De tips zijn ook nuttig voor beleidsmedewerkers die een (nieuwe) ouder-baby groep in hun gemeente willen faciliteren.



## 1. Ouders vinden waar ze zijn

Het is soms even zoeken: wat werkt in mijn dorp of wijk?

Het belangrijkste is dat jouw organisatie herkenbaar is voor ouders en in de wijk aanwezig is. Ouders herkennen zich als jullie een afspiegeling zijn van de doelgroep (taal, cultuur, uit de wijk). Veel professionals gaan letterlijk de straat op in wijk, buurthuis, sportvereniging en supermarkt. Zorg voor een warme, uitnodigende website en locatie. Ook kun je af en toe iets organiseren waarvan je weet dat er in de wijk over gepraat zal worden.

- Via via werkt het allerbeste! Maak ex-deelnemers actief tot ambassadeur.
- 'Lok' ouders met actuele onderwerpen. Seksualiteit en relaties doen het ook goed.
- Werk aan vindbaarheid van de website (goede zoektermen).
- Ouders checken social media of het aanbod op de website nog actueel is.
- Als je vaders wilt bereiken: spreek ze aan op hún vragen en behoeften. Het gender-neutrale 'ouders' werkt niet.
- Investeer in samenwerking met potentiële verwijzers: de kerk, de voedselbank of de zorgketen: verloskundigen, consultatiebureau, huisarts, wijkteam, ziekenhuis. Kunnen jullie gezamenlijk het prenataal huisbezoek afleggen?
- Kun je samenwerken met scholen/ ROC, zodat moeders onder leestijd bijeen komen?

## 2. Aansluiten en meebewegen

Als ouders je hebben gevonden, is een warme, praktische en niet-oordelende benadering essentieel.

Het is belangrijk om niet af te wachten en ouders actief te benaderen. Ga bijv. op huisbezoek. Ga daarbij uit van hun vraag, niet van hun problemen - of van jouw aanbod. Geef erkenning voor hun situatie en voor wat er goed gaat, sluit aan bij hun cultuur/ achtergrond en start met praktische hulp. De meeste mensen willen zelf gedragsverandering en streven naar zelfontplooiing, werk of studie. Máár: daarvoor moet er stabiliteit zijn: huisvesting, geld, veiligheid.



- Door contact te hebben over 'normale' baby dingen, zoals rompertjes, ontstaat een andere band. Deel je eigen ervaringen/ twijfels, dat maakt je menselijk.
- Wees je bewust van hun angsten richting jeugdzorg ('die halen je kind weg') en hulpverlening in het algemeen. Deze zorgen kunnen aanhouden, ook na jaren.
- Spreek vaders aan op hun vaderschap (niet alle vaders zijn actief opvoeder).
- Als je 1-op-1 vertrouwen hebt gewonnen, kun je ze helpen naar de groep. Zorg (minstens de eerste 5 keer) dat ze uitgenodigd zijn, door een telefoontje of door ze op te (laten) halen. De bijeenkomst is anders zo vergeten.

## 3. Een actieve en veilige groep

Ouders voelen zich snel thuis als de sfeer vertrouwd is. De groep wordt een moment om naar uit te kijken.

Een vaste en ervaren groepsbegeleider is essentieel om de sfeer in de groep te bewaken. Ouders moeten hun verhaal kwijt kunnen zonder oordeel of angst voor uitsluiting. Het is belangrijk taboes te doorbreken, openheid te stimuleren en conflicten te laten uitpraten. Bij de instroom van nieuwe moeders kun je teambuilding activiteiten organiseren en ouders die al wat langer deelnemen een rol geven. Wijs bijv. een 'buddy' toe aan nieuwe moeders. Zorg hierbij dat de groep niet te groot wordt. In de praktijk is 10 de max - dit betekent actief managen van de uitstroom.

- Verdeel de groepen naar leeftijd; jonge moeders (tot 23 a 27 jaar) hebben andere behoeftes en vragen.
- Ook de locatie bepaalt de sfeer: investeer en maak het er gezellig en uitnodigend.
- Overweeg het regelen van oppas tijdens de bijeenkomst.
- Vrij gesprek kun je afwisselen met thema's, op vraag van de groep.
- Als je sprekers uitnodigt voor een thema: maak eerst kennis om te zien of het past.
- Stimuleer dat de moeders elkaar opzoeken buiten de groep (Whatsapp).
- Regel af en toe wat extra's: praktische spullen zoals (tweedehands) kleertjes, kindermeubilair, of een ervaring/ uitje. Misschien kan dit via donaties?
- Samen eten wordt extra gewaardeerd: één keer in de week niet de kosten en de stress van koken en boodschappen doen. En wél de gezelligheid: eten verbindt.

## 4. Drempels wegnemen

Maak het ze gemakkelijk om te komen

- Reizen is duur. Een groep in de wijk is dan ook het beste. Als dit niet lukt: kun je reiskosten vergoeden?
- Soms is het nodig het netwerk te betrekken, zodat moeders de ruimte voelen om mee te doen.
- In de meeste plaatsen is het hulpaanbod versnipperd. Maak helder wat jij wel en niet kunt bieden, en waar ze anders terecht kunnen met vragen. Help ze door het 'doolhof' en zorg voor een warme overdracht.
- Veel vaders werken overdag, en niet alle vaders houden van 'praten'. Faciliteer hen door 's avonds bijeen te komen. Sommige groepen zijn gemengd, maar meestal is er een apart aanbod voor vaders. Denk aan een activiteit/ sport, of iets doen samen met je kind.

