



Videohometraining, ook dat is het CJG

'Stomme rotmoeder, je begrijpt mij ook nooit'

"Als je een puppie neemt, dan is het normaal dat je op cursus gaat. Maar het opvoeden van je kind moet je blijkbaar maar gewoon kunnen." Er rust nog een taboe op het invoeren van hulp bij de opvoeding, merkt Aukje van de Arend, wijkverpleegkundige en videohometrainer van Icare. Ze kijkt – met camera – mee als ouders te maken hebben met kinderen met een flinke eigen wil. Ook bij moeder Ilja.

"Toen ons tweede kind geboren werd, zagen we onze dochter veranderen. Ze was jaloers, vroeg de hele dag om aandacht. Begon haar broertje te pesten. Ik kon haar eigenlijk geen moment meer alleen laten. Toen de juf op school een opmerking maakte, was voor mij het moment gekomen dat ik wist dat ik dit niet meer alleen wilde oplossen. Dit gedrag past gewoon helemaal niet bij mijn dochttertje."

Hulp zoeken

Waar moet je heen als je niet meer weet wat je met het gedrag van je kind aan moet? Goede adviezen kun je van iedereen krijgen, maar ze zijn niet altijd bruikbaar. Ilja voelde zich niet begrepen door de reacties uit haar omgeving: "Als ik er met vriendinnen over sprak, dan vroegen ze mij of ik het soms niet aankon. Maar het daar gaat het niet om. Ik wilde begrijpen wat er in dat koppie omging."

Videohometraining

Via de juf kwam Ilja bij Aukje terecht, die voorstelde om videohometraining in te zetten: "Het is een mooi middel om ouders te laten zien wat er gebeurt in hun gezin. Gemiddeld filmen we drie keer tien minuten, per keer 5 tot 10 minuten. We kijken dan samen de film terug en bespreken wat goed gaat en wat anders kan. Met de tips gaan ouders aan de slag. Het uit-



Foto: Gerlinde Schrijver

gangspunt van videohometraining is de kracht van ouders."

Aandacht vragen, aandacht geven Ouders hebben vaak vrees voor de camera, vertelt Aukje: "Jezelf terug zien op de film, dat is niet altijd leuk." Ilja kan er over meepraten. Ze vond het confronterend, maar ook erg leerzaam om te zien wat er gebeurde: "Mijn dochttertje stelt mij een gewone vraag, ik reageer met 'nee' en ik draai me om en ga direct

verder met waar ik mee bezig was. Zij begint vervolgens haar broertje te pesten en heeft daarmee mijn aandacht weer." Het gaat om de balans tussen aandacht vragen en geven, legt Aukje uit: "Je kind zien, je kind horen en het geven van bevestiging. Non verbaal gebeurt er heel veel tussen opvoeder en kind, maar dat zie je niet als je er onderdeel van uitmaakt. Bijvoorbeeld: hoe zit je aan tafel? Als er een baby bij is,

dan zitten ouders vaak schuin, met de rug half naar de kleuter. Het kind wordt niet gezien en gaat dan proberen om aandacht te krijgen. Als je dat patroon weet te doorbreken, dan kom je in een positieve spiraal terecht, waardoor samen aan tafel eten weer fijn en gezellig wordt."

Serius nemen

Op tijd hulp vragen kan veel leed voorkomen, daar zijn Aukje en Ilja het over eens. Ilja: "Ik heb twee en een half jaar doorgemodderd. Als je kind tegen je roept: 'stomme rotmoeder, je snapt me ook nooit!' terwijl je alles voor je kind wilt doen en van alles hebt geprobeerd, dan is het echt

Videohometraining, ook dat is het CJG

De hulp van Icare met de methode van de videohometraining, ook dat valt onder de reikwijdte van het CJG. Meer Informatie over videohometraining van Icare is op te vragen via (0900) 8833 en te vinden op www.icare.nl.

niet leuk meer. Nu gaat het super. Ik kan het iedereen aanraden, maar wacht niet zolang als ik heb gedaan. Het is zo fijn om te praten met iemand die er verstand van heeft en je probleem serieus neemt."

Centrum voor Jeugd en Gezin Zwolle

'Mijn dochter is te dik'. 'Ik word elke dag gepest door kinderen uit mijn klas.' 'Ik ga scheiden, maar weet niet hoe ik er met mijn kinderen over moet praten' 'Ik zou wel eens met andere ouders willen praten over de omgang met onze puberkinderen' 'Ik spijbel veel, want ik haat school.' Dit zijn maar een paar voorbeelden van opvoed- en opgroevragen waarmee ouders, jongeren en kinderen binnenkort terecht kunnen bij het Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG).

In Zwolle start in 2010 in vier wijken een inlooppunt CJG. Dit is een herkenbare, laagdrempelige plek midden in de wijk in een gebouw waar iedereen, jong en oud, nu al makkelijk binnenloopt, zoals in een Buurtcentrum, een Brede School of Consultatiebureau.

De gemeente Zwolle, Icare, GGD, Dimence, TRAVERS, MEE IJsseloevers en Bureau Jeugdzorg hebben daarvoor de handen ineen geslagen en zorgen er samen voor dat je zonder afspraak direct in gesprek kan met een hulpverlener of jongerenwerker. De CJG-medewerkers blijven niet achter hun bureau zitten, maar zoeken ook de mensen op in de wijk, op scholen, in het jongeren centrum of bijvoorbeeld de peuterspeelzaal. Er zijn dus meer instanties en professionals betrokken bij het CJG. Die samenwerking moet voorkomen dat kleine problemen groter worden en als het nodig is de hulpvragers snel en makkelijk terecht kunnen bij de juiste instantie.

Meer weten?

Kijk op www.cjgz zwolle.nl of in deze Wijzer waar regelmatig informatie over het CJG verschijnt zoals waar en wanneer het eerste inlooppunt opent.

