

Gezinnen steunen in moeilijke tijden

Voor sommige gezinnen breekt een moeilijke tijd aan. De kinderen zijn thuis, in veel gevallen zijn de ouders ook thuis. Geen school, geen clubs, geen hulp, geen netwerk.

STRESSFACTOREN binnen gezinnen tijdens Corona:

- *"Ons inkomen is onzeker, ik word ontslagen of mijn bedrijf gaat failliet."*
- *"Ik heb het zelf als ouder al lastig. Ik ben chronisch ziek, heb een licht verstandelijke beperking, een psychisch probleem of een verslaving. Ik krijg minder ondersteuning of kan niet aan middelen komen."*
- *"Wij hebben als ouders problemen in de relatie en onze ruzies nemen nu ernstige vormen aan."*
- *"Ik heb een kind met een extra zorgbehoefte, normaal krijg ik daar ondersteuning in dagbesteding en ondersteuning, nu valt dat weg en moet ik dat grotendeels zelf doen."*
- *"Ik red het draaiend houden van mijn gezin maar net met alle ondersteuning die ik uit mijn netwerk krijg. Nu valt mijn netwerk tijdelijk weg."*

Je kunt vast zelf nog een aantal redenen bedenken waardoor de stress oploopt binnen gezinnen. Een verhoogd stressniveau bij ouders en kinderen zijn 24 uur per dag thuis. Geen school, geen vrijetijdsbesteding, geen familie of vrienden waar ze even heen kunnen om te ontladen en te ontspannen. Het evenwicht raakt verstoort doordat beschermende factoren afnemen en risicofactoren toenemen. Het risico op kindermishandeling is komende periode verhoogd.

VRAGEN om gezinnen te STEUNEN:

1. Vraag naar KRACHTEN: "Wat gaat er goed bij jullie nu?"
2. Vraag naar ZORGEN: "Waar maken jullie je zorgen over?"
3. Vraag naar STRESS: "Waar heb je stress over?"
4. ERKEN: "Ik kan me voorstellen dat dat in deze tijd moeilijk is."
5. SCHAT IN: "Welke zorgen zijn zo ernstig dat we hierover verder praten?"
6. Help OPLOSSINGEN zoeken: "Heb je zelf al nagedacht over wat jullie kunnen doen?"
7. Geef ADVIES: "Zal ik met je meedenken en iets vertellen over...?"
8. Stimuleer HULP VRAGEN: "Wie zou jullie kunnen ondersteunen en wat kun je diegene vragen?"
9. Leid toe naar PROFESSIONELE HULP: "Zal ik met je meedenken over wie jullie kan ondersteunen?"
10. Onderneem ACTIE bij signalen van onveiligheid: Volg de meldcode en vraag advies bij Veilig Thuis of het team Aandachtsfunctionarissen Kwetsbare kinderen & Kindermishandeling.

Zorgen voor kinderen doen we samen!

Nathalie Sie

Procesadviseur Team Aandachtsfunctionarissen Kwetsbare kinderen & Kindermishandeling
GGD Hollands Midden