

## Heeft u ook kinderen?

### Meer informatie

#### Ondersteuning aan ouders

- Informatiemateriaal "Kipzivero-reeks"
- [www.kopopouders.nl](http://www.kopopouders.nl), website voor ouders met veel stress, psychische en/of verslavingsproblemen

#### Ondersteuning aan kinderen

- Vertrouwenspersoon (school, schoolmaatschappelijk werk, jeugdgezondheidszorg, huisarts etc.)
- KOPP/KVO cursus
- Informatiemateriaal "Kipzivero-reeks"

#### Websites voor kinderen en jongeren

- [www.jong030.nl](http://www.jong030.nl)
- [www.kindertelefoon.nl](http://www.kindertelefoon.nl)
- [www.kopstoring.nl](http://www.kopstoring.nl)
- [www.jong-zorgen.nl](http://www.jong-zorgen.nl)
- [www.familievan.nl](http://www.familievan.nl)
- [www.drankjewel.nl](http://www.drankjewel.nl)

#### Websites voor professionals

- [www.jeugd gezin utrecht.nl](http://www.jeugd gezin utrecht.nl)
- [www.trimbos.nl](http://www.trimbos.nl)
- [www.overbelastejongeren.nl](http://www.overbelastejongeren.nl)
- [www.indigo.nl](http://www.indigo.nl)

1,6 miljoen kinderen heeft een ouder met **psychische ziekte** en/of **verslaving**



Ruim 1 miljoen kinderen **ontwikkelt zelf** op latere leeftijd **problemen**



Jonge mantelzorgers hebben een **verhoogde kans** op problemen



Kinderen op het **spreekuur?**  
**Vraag verder!**



### Colofon

#### Uitgave

2012, GG&GD Utrecht en Achmea

#### Auteur

Pauline van der Loo

#### Ontwerp en opmaak

Tappan, Den Haag

#### Druk

Ricoh

#### Met dank aan

Altrecht GGZ, Indigo, Centrum Maliebaan, vertegenwoordiging vanuit de huisartsenkring Utrecht, Bureau Jeugdzorg Utrecht, Kathinka Bruinsma, Jelle van der Meer en Lucia Tielen

Utrecht gezond! Gemeente Utrecht en Achmea werken samen aan een betere gezondheid voor Utrechters.  
[www.utrechtgezond.nl](http://www.utrechtgezond.nl)

**Bezoekadres** Ravellaan 96, Utrecht

**Postbus** 8406, 3503 RK Utrecht

**Telefoon** 030 - 286 59 63 **Fax** 030 - 286 59 90

**E-mail** [info@utrecht.nl](mailto:info@utrecht.nl)

**www.utrecht.nl**

Kinderen van ouders met psychische ziekte en/of verslaving zijn kwetsbaar. Aandacht voor deze groep kinderen is nodig! Daarom is deze handreiking voor u ontwikkeld in het kader van Utrecht gezond!

Deze handreiking is bedoeld om u handvatten te bieden zodat u, in het gesprek met cliënten, de invloed van de situatie op de kinderen bespreekbaar kunt maken. En om uw cliënten te kunnen ondersteunen in het dagelijks leven met hun kinderen. Zo worden kinderen vroegtijdig en beter ondersteund en krijgen zij minder lichamelijke- en/of psychische klachten. Ondersteunen bij ouderschap is in het belang van cliënt en kind. Als hulpverlener kunt u daarin van grote betekenis zijn.

### Waarom vraag ik mijn cliënten naar hun kinderen?

- Ouderschap is een van de sociale rollen die cliënten vervullen. Iedere ouder wil dat het goed gaat met zijn of haar kind!
- U wilt dat uw cliënt zo normaal mogelijk kan functioneren in de samenleving, opvoeden van kinderen is daar een essentieel onderdeel van (net zoals relatie, werk etc.). Ondersteunen bij ouderschap is in het belang van cliënt en kind.
- Vanwege alle risico's die we kennen, hebben we zorg om de ontwikkeling van de kinderen van onze cliënten.
- Praten over ouderschap met cliënten maakt deel uit van het beleid van de organisatie of uw eigen werkwijze. Wees daarin duidelijk naar uw cliënt.
- Ouders denken vaak dat jonge kinderen niets merken, maar zij voelen juist wel veel.

### Hoe kan ik mijn cliënten vragen naar hun kinderen?

Basisvragen (vaak standaard vraag bij intake)  
Leg altijd uit waarom u naar de kinderen vraagt!

- Heeft u ook kinderen?
- Hoe is uw gezinssituatie/ gezinssamenstelling?
- Hoe gaat het met uw kinderen? Is dat anders dan voorheen?

### Aanvullende vragen om verder te praten:

- Weten de kinderen van uw situatie?
- Hoe reageren uw kinderen op uw situatie thuis, op school en in de vrije tijd? (geen verschil, boos, verdrietig, steunend, angstig, lastig, teruggetrokken, naar binnen of naar buiten gericht?)
- Ziet u daarin verandering t.o.v. bijvoorbeeld een half jaar geleden?
- Helpt uw kind in huis, zorgt uw kind voor u? Hoe gaat het daarmee om?
- Vertellen anderen wel eens over hoe het met uw kinderen gaat? Bijvoorbeeld school, kinderopvang, familie etc. Wat vertellen zij? Wat vindt u daarvan?

### Verder vragen over: ouderschap

- Welke veranderingen heeft uw situatie op uw ouderschap, manier van opvoeden/omgaan met uw kind?
- Hoe is dat voor u?

- Heeft u behoefte om nog eens verder te praten over hoe het met uw kinderen gaat en hoe u daarmee om kunt gaan?

### Hoe kan ik mij opstellen in het gesprek? Tips:

- Leg altijd uit waarom u vraagt naar de kinderen: ouders willen graag dat het goed gaat met hun kind. De eigen situatie kan gevolgen hebben voor de kinderen. Daarin kunt u de ouder ondersteunen. Dit hoeft niet gelijk, maar kan ook later in de contacten met de ouder.
- Zorg dat u steunend bent naar de ouder.
- Ga naast de ouder staan.
- Oordeel niet, geef niet aan wat u goed of fout vindt.
- Problematiseer niet onnodig.
- Is de cliënt er nog niet aan toe om over het ouderschap te praten, kom er later in de contacten altijd weer op terug.
- Geef ouders informatie mee! (zie ook informatie voor ouders)

### Wat weten we over ouders met psychische ziekte en/of verslaving hoe zij t.o.v. ouderschap staan?

- Ouders willen het beste voor hun kind.
- Zij zijn vaak onzeker over hun rol als ouder.
- Er is angst voor het verliezen van het kind.
- Ouders denken vaak dat kinderen niets in de gaten hebben.

### Voor huisartsen geldt: u ziet ook kinderen van ouders met een psychische ziekte en/of verslaving op het spreekuur met eigen lichamelijke en/of psychische klachten. Hoe kunt u daarmee omgaan?

Geef een kind de ruimte om zijn verhaal te doen.

Vraag hoe het met hem gaat, en vraag door!

Enkele voorbeeldvragen zijn:

- Wanneer of hoe merk jij dat het niet zo goed gaat met je vader of moeder?
- Stel, dat een vriendje vraagt wat er met je vader/ moeder aan de hand is, wat zou jij dan zeggen?
- Mijn ervaring is dat kinderen altijd proberen hun ouder te helpen als het niet goed gaat. Hoe doe jij dat?
- Vraag jij je wel eens af of de ziekte erfelijk is?
- Heb je iemand op school of elders die met je kan praten over hoe het met jou gaat?

## Hoe kan ik mijn cliënten ondersteunen?

### Vragen naar kinderen en ouderschap

#### 1. Basisvragen (vaak standaardvraag bij intake)

- Heeft u ook kinderen?
- Hoe is uw gezinssituatie gezinssamenstelling?
- Ja Breng de situatie verder in kaart, stap 2
- Nee Onderstaande niet van toepassing

#### 2. Stel aanvullende vragen om verder te praten (zie pagina 2):

Is de situatie duidelijk en heeft cliënt behoefte om nog eens verder te praten over hoe het met de kinderen gaat en hoe daarmee om te gaan?

- Ja Ga verder naar stap 3
- Nee Kom later in het hulpverleningsproces terug op de vraag.

### Eigen netwerk mobiliseren

#### 3. Breng het eigen netwerk met de cliënt in kaart.

Bijvoorbeeld door te vragen: "Wat heeft geholpen dat u tot nu toe de zorg voor uw kinderen voor elkaar kreeg of vol kon houden?" Belangrijk voor de ouders:

- Als ouder hoeft u niet alles alleen te kunnen, schakel gerust anderen in.
- Zorg voor regelmaat voor uw kind.
- Informeer de school.

Schat in of dit voldoende ondersteunend is?

- Ja Vraag er in een later moment in de behandeling opnieuw naar.
- Nee Ga verder naar stap 4

### Ontlasten van ouders in de opvoeding

#### 4. Breng samen met de cliënt de mogelijkheden in kaart om de cliënt te ontlasten in de dagelijkse zorg voor en om de kinderen.

Denk daarbij aan: kinderdagverblijf, peuterspeelzaal, kinderkamp, sport, scouting, leuke dingen met vrienden. Voor de kinderen is dit vaak afleiding en een positieve ervaring.

Ga verder naar stap 5.

### Ontlasten van kinderen in de zorg

#### 5. Bespreek met de cliënt of de kinderen behoefte hebben aan contact met anderen om te praten over de situatie van de ouder.

Bijvoorbeeld een vertrouwenspersoon op school, familielid, andere kinderen, het steunpunt Mantelzorg

of lotgenoten via websites. Kinderen moeten hiervoor toestemming geven. Preventieve activiteiten en KOPP/ KVO-cursussen voor kinderen en jongeren worden georganiseerd door Indigo en Centrum Maliebaan, vaak in samenwerking met welzijnsorganisaties.

#### 6. Schat in of stap 4 en 5 voldoende ondersteunend zijn.

- Ja Vraag er in een later moment in de behandeling opnieuw naar.
- Nee Ga verder naar stap 7

### Preventieve ondersteuning

#### 7. Heeft cliënt contact met professionals of vrijwilligers waar een vertrouwensband of positieve ervaring mee is?

Denk daarbij aan huisarts, jeugdgezondheidszorg, schoolmaatschappelijk werk? Met hen kan altijd een afspraak worden gemaakt om mee te denken.

Schat in of dit voldoende ondersteunend is?

- Ja Vraag er in een later moment in de behandeling opnieuw naar.
- Nee Ga verder naar stap 8

#### 8. Informeer de cliënt over mogelijke, laagdrempelige, preventieve ondersteuning aan ouders.

Enkele voorbeelden zijn Indigo preventieve opvoedondersteuning voor cliënten en het Opvoedbureau.

Schat in of dit voldoende ondersteunend is?

- Ja Vraag er in een later moment in de behandeling opnieuw naar.
- Nee Ga verder naar stap 9

### Jeugdzorg

#### 9. Is er sprake van problematiek bij de kinderen en jongeren?

Het kan dan gaan om zowel problemen bij de kinderen die naar buiten gericht zijn of meer naar binnen gericht.

Schakel dan de huisarts, jeugdgezondheidszorg of Bureau Jeugdzorg in.

Bespreek altijd de angst voor het inschakelen van hulp.

### Veiligheid

Indien u zorgen heeft over de lichamelijke of psychische veiligheid van het kind: overleg altijd met de aandachtsfunctionaris kindermishandeling in het kader van de Meldcode Huiselijke Geweld en Kindermishandeling!