

Moeders helpen gezinnen

‘De meeste mensen die zichzelf bij ons aanmelden doen dat op advies van hun verloskundige’



Wat als je als zwangere vrouw of kersverse moeder weinig mensen kent, de taal niet goed spreekt, beperkte financiële middelen hebt of de weg naar instanties niet weet? Dan liggen isolatie en stress op de loer, wat niet bevorderlijk is voor de gezondheid van moeder en kind. Daarom staan organisaties als Moeders van Rotterdam en Schilderswijk Moeders klaar voor gezinnen vanuit allerlei achtergronden, om hen een zo goed mogelijke start te geven. Dit artikel belicht hun verhalen uit de wijk.

Van isolement naar participatie

‘In 2013 signaleerde een aantal partijen – vooral vrouwen die in de wijk woonden rondom buurtcentrum De Mussen – dat er in de Schilderswijk in Den Haag een groep vrouwen in isolatie woonde’, vertelt Marian van Kleinwee. Zij is projectleider van Schilderswijk Moeders en Programmamanager Samen Kansrijk en Gezond in de Haagse Schilderswijk. ‘Die isolatie kan bijvoorbeeld voortkomen uit de situatie dat deze vrouwen het Nederlands slecht beheersen of dat zij in een relatie zitten waarin zij weinig bewegingsvrijheid hebben op basis van culturele aspecten. Het doel van Schilderswijk Moeders is het bereiken en empoweren van deze vrouwen, zodat zij meer regie krijgen over hun eigen leven. Wij willen hen helpen hoger op de participatieladder te komen.’

‘Onderaan leef je geïsoleerd’ legt Marian uit. ‘Een trede hoger doe je sociale contacten op, weer een trede hoger neem je deel aan activiteiten, daarna volgt vrijwilligerswerk en bovenaan de ladder heb je betaald werk.’ Klimmen op deze ladder blijkt

voor zwangere vrouwen in een kwetsbare situatie vaak een uitdaging. ‘Zij worden tijdens en direct na hun zwangerschap door de huisarts en de verloskundige gezien, maar als het kind eenmaal geboren is trekken deze vrouwen zich vaak terug. Het isolement duurt voort totdat het kind naar school gaat. In de tijd dat het kind tussen de nul en vier jaar oud is hebben zij vaak weinig contacten.’

Kwetsbare omstandigheden

Ook Moeders van Rotterdam heeft als doel de zelfredzaamheid van vrouwen te vergroten. Daarnaast willen zij moeders helpen hun stress te verminderen en laagdrempelige opvoedondersteuning aanbieden. Het programma Moeders van Rotterdam is in 2015 gestart door het Erasmus MC, de gemeente Rotterdam en Stichting De Verre Bergen.

‘De directe aanleiding van het programma waren de slechtere geboorte-uitkomsten in sommige wijken in Rotterdam’, vertelt Suzanne van Eijk, Teammanager van Moeders van Rotterdam. Het Erasmus MC heeft de onderliggende factoren

onder de loep genomen en ontdekt dat het in die wijken vaak armoede en de daaruit volgende stress zijn die tot complicaties of ongunstige gezondheidsresultaten tijdens of na de geboorte leiden. ‘We hebben het medisch en sociaal domein in Rotterdam samengebracht om op dat gebied verandering teweeg te brengen. Sinds 2022 zijn de coaches van Moeders van Rotterdam onderdeel van de Rotterdamse wijkteams. De groep die we helpen is heel divers, het enige criterium is dat de vrouw in Rotterdam woont en zwanger is, of kortgeleden is bevallen. Wel verkeren deze vrouwen allemaal in kwetsbare omstandigheden. Iemand verkeert voor ons in kwetsbare omstandigheden als diegene op meerdere terreinen ondersteuning nodig heeft, wat diverse oorzaken kan hebben.

Een deel van de moeders die we helpen is net statushouder geworden, maar beheerst de Nederlandse taal nog niet en is nog niet wegwijs in ons geboortezorgsysteem. Ook zijn er vrouwen die in armoede leven, met slechte huisvesting en financiële nood. Problemen die iedereen kunnen overkomen. Daarnaast helpen we vrouwen die voor de eerste keer zwanger zijn en moeder worden en zich erg onzeker voelen over het ouderschap, of over het opbouwen van een band met hun baby.’

‘De sleutel tot het succes is contact maken met een open houding’





Nikki Hesius is werkzaam bij het aanmeldpunt van Moeders van Rotterdam.

‘Vraag niet alleen hoe het gaat, maar bijvoorbeeld ook: kun je rondkomen?’

Ouders onder elkaar

De twee organisaties hebben vergelijkbare doelen, maar gaan op verschillende manieren te werk. Schilderswijk Moeders bestaat uit een groep vrijwillige ervaringsdeskundige vrouwen uit de Schilderswijk die een opleiding tot vertrouwenspersoon hebben gekregen. Er werken inmiddels 23 vrouwen uit 9 verschillende culturen. Marian van Kleinwee vertelt: ‘Zij gaan zelf op pad om contact te leggen met de doelgroep. Ze spreken ouders aan, bijvoorbeeld als ze hun kinderen ophalen van school en moeders zien die geen contact hebben met anderen. Dan maken ze een praatje en nodigen ze hen uit om in het buurthuis op de koffie te komen. Iedere maandag-

ochtend kunnen ouders langskomen en met de vrijwilligers en andere ouders praten, terwijl de kinderen spelen met het aanwezige speelgoed. Er is altijd een opvoedcoach aanwezig waaraan ouders vragen kunnen stellen. Naast de ontmoetingsplek hebben we ook De Mussen-oppas, die wordt gerund door vrijwilligers uit de wijk. We organiseren in het buurthuis namelijk veel activiteiten, zoals taalles of fietsles. Als de ouders daarmee bezig zijn kunnen de kinderen naar de oppas. Schilderswijk Moeders heeft twee keer per week spreekuur. Hier kunnen ouders terecht voor een luisterend oor of met hulpvragen, zoals het lezen van een brief of het

maken van een afspraak bij een instantie. Wanneer er meer tijd nodig is voor een gezin, worden ouders aan een vaste Schilderswijk Moeder gekoppeld die ze langdurige, informele steun kan bieden en kan helpen bij het doorverwijzen naar professionele instanties. Als het nodig is gaat deze ook mee naar een afspraak.’

Aanmeldpunt

Moeders van Rotterdam werkt met coaches. Dit zijn professionals die hbo- of universitair opgeleid zijn op gebied van bijvoorbeeld pedagogiek of sociaal werk. Zij pakken de directe problematiek van de ouders aan, zoals moeilijkheden rondom financiën, woonomgeving, of stabiliteit. Daarnaast kijken zij ook naar interactie tussen moeder en kind: heeft de moeder ondanks de stress voldoende ruimte om er voor het kind te zijn? Nikki Hesius was eerst zelf coach, maar werkt inmiddels bij het aanmeldpunt van Moeders van Rotterdam. Ze vertelt: ‘Mensen kunnen zichzelf aanmelden bij ons aanmeldpunt, maar meestal worden zwangeren – uiteraard met toestemming van henzelf - aangemeld via een verloskundige, gynaecoloog of huisarts die bepaalde problematiek heeftesignaleerd. Als iemand bij ons is aangemeld volgt er zo snel mogelijk een triage door mij of een van mijn collega’s, want iedere week kan tellen als je zwanger bent. We nemen telefonisch contact op met de zwangere om de hulpvragen globaal in kaart te brengen en overleggen wanneer nodig met betrokken zorg- of hulpverleners. We voeren dit

‘Er werken inmiddels 23 vrouwen uit 9 verschillende culturen’

zorgvuldig uit om te voorkomen dat zwangeren van het kastje naar de muur worden gestuurd.’

Aan de hand van deze triage wordt de moeder gekoppeld aan een passende interventie voor zwangeren van het Centrum voor Jeugd en Gezin, Humanitas of Moeders van Rotterdam. Vervolgens monitort het aanmeldpunt het verloop van de aanmelding. Bij Moeders van Rotterdam betekent dat dat een coach in eerste instantie naast de vrouw gaat staan en haar zo veel mogelijk ontzorgt. Vervolgens worden zaken voorgedaan, waarna ze samen aan de slag gaan en er uiteindelijk voor zorgen dat de moeders zichzelf zo veel mogelijk kunnen redden.

Contact leggen

Voor beide organisaties is de sleutel tot het succesvol helpen van de doelgroepen duidelijk: contact maken met een open houding. Bij Schilderswijk Moeders speelt de herkenning een grote rol. Marian legt uit: ‘Onze vrijwilligers zijn bijna allemaal zelf ook moeder en weten hoe het is om in een land te komen waar je de taal niet spreekt en de weg niet kent. Zij kennen problemen als eenzaamheid en werkloosheid en hebben zich vaak uit een moeilijke positie onttrokken. Zij doen dit werk vrijwillig, omdat ze anderen die in die positie terecht zijn gekomen willen helpen. Dat schept een vertrouwens-

band. Ze komen achter de voordeur en vormen een verbindende schakel tussen de gezinnen in de wijk en de professionele hulpverlening.’

Bij Moeders van Rotterdam geeft de diepgaande toewijding van de coaches de doorslag. Suzanne vertelt: ‘De coaches komen thuis bij moeders op de bank zitten, helpen om de huisarts te bellen en gaan mee naar afspraken. Ze zorgen dat mensen op

de plekken komen waar ze moeten zijn. Dat geeft veel vertrouwen, waardoor het voor ouders makkelijker wordt om ook in het vervolg hulp te vragen.’ Helaas lukt het niet altijd om iedereen te helpen. Nikki vult aan: ‘Er kloppen ook veel moeders aan die problemen met huisvesting hebben. Daar hebben we geen adequate oplossing voor, we kunnen problemen als het huizentekort niet oplossen. We kunnen ze alleen wegwijs maken in het systeem en tips geven. Toch kan het ook dan waardevol zijn dat iemand de complexiteit van de situatie erkent en hen zo goed mogelijk wil helpen.’ ↩

Tips voor de verloskundige

Verloskundigen kunnen een belangrijke rol spelen in het verbinden van moeders in kwetsbare omstandigheden met Moeders van Rotterdam, Schilderswijk Moeders of met andere sociale organisaties. Suzanne raadt daarom aan: ‘Vraag niet alleen hoe het gaat, maar bijvoorbeeld ook: kun je rondkomen? Spelen er andere problemen? De meeste mensen die zichzelf bij ons aanmelden - dat is ongeveer een derde van het totaal - doen dat op advies van hun verloskundige.’

Marian roept verloskundigen daarnaast op om contact te zoeken met de informele steunsystemen in hun omgeving. ‘Probeer lijntjes te leggen en zorg dat je weet wat het sociale aanbod is in de buurt. Wij leggen bijvoorbeeld in sommige praktijken folders neer, zodat mensen ons weten te vinden. Het is goed om de afstand tussen verschillende instanties zo klein mogelijk te maken. Je zou als verloskundige bijvoorbeeld bij een contactmoment met ‘de moeders’ over je werk kunnen vertellen. Of misschien kun je zelfs je praktijkruimte in een buurthuis vestigen, om het nog laagdrempeliger te maken. Door gebruik te maken van samenwerkingsverbanden bereiken we zoveel mogelijk mensen die hulp kunnen gebruiken.’