

Derde peiling Balansmeter: Heb het erover!

Door Yvonne Vanneste en Ingrid Staal

Het NCJ heeft samen met de jeugdgezondheidszorg (JGZ) en haar netwerkpartners voor de derde keer op rij een peiling gedaan onder ouders naar de balans die zij ervaren in hun ouderschap tijdens de coronacrisis. Deze derde peiling, met behulp van de Balansmeter, vond plaats van 10 februari tot 3 maart 2021. De resultaten van de peiling zijn door middel van groepsbijeenkomsten en interviews besproken met JGZ-professionals en managers en met verschillende gemeenten. Daarbij stond de volgende vraag centraal: wat staat ons als jeugdgezondheidszorg, nu en in de toekomst, te doen om ouders te ondersteunen en te helpen hun balans te behouden?

De resultaten van de derde peiling

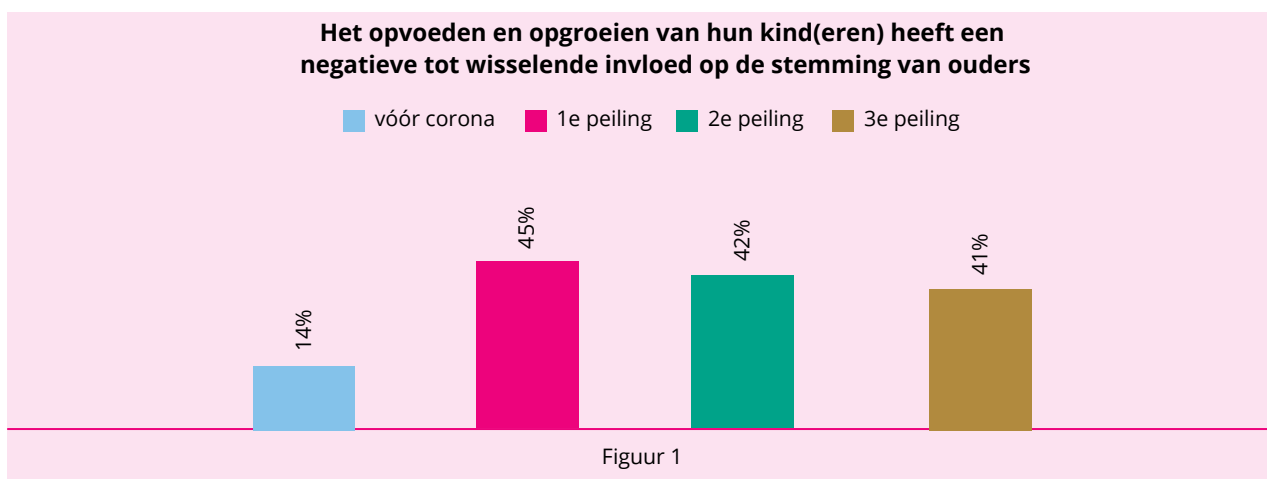
In totaal hebben 700 ouders de derde peiling van de Balansmeter ingevuld. Ten opzichte van de periode vóór corona is de negatieve invloed van het opvoeden en opgroeien van hun kind(eren) op hun stemming tijdens de coronacrisis groot. Ouders ervaren minder informele steun en meer dan de helft van de ouders geeft aan matig tot ernstig uit balans te zijn.

Enkele opvallende cijfers

We gaan in op een aantal opvallende cijfers en vergelijken deze met de eerdere peiling voor en tijdens de coronacrisis. Je vindt een totaaloverzicht van de cijfers in de presentatie 'Hoe beleven ouders het opvoeden tijdens de coronacrisis? Drie peilingen met de balansmeter.'

Invloed op de stemming van ouders

In onderstaand figuur is te zien dat bij de 3de peiling nog steeds 41% van de ouders aangaf dat het opvoeden en opgroeien van hun kind(eren) een negatieve (frustratie, teleurstelling) invloed heeft op hun stemming (voormeting: 14%; 1ste peiling: 45%; 2de peiling: 42%). Ten opzichte van de 1ste en ook 2de peiling tijdens de coronacrisis lijkt het opvoeden en opgroeien van hun kinderen een iets minder negatieve invloed te hebben op de stemming van ouders. Mogelijk dat gewenning aan de situatie thuis ten tijde van corona hiervoor een verklaring is als ook het vooruitzicht op vaccinaties en daarmee de hoop en verwachting op versoepelingen. Echter, ten opzichte van de periode voor corona blijft de negatieve invloed van het opvoeden en opgroeien van hun kind(eren) op hun stemming groot.

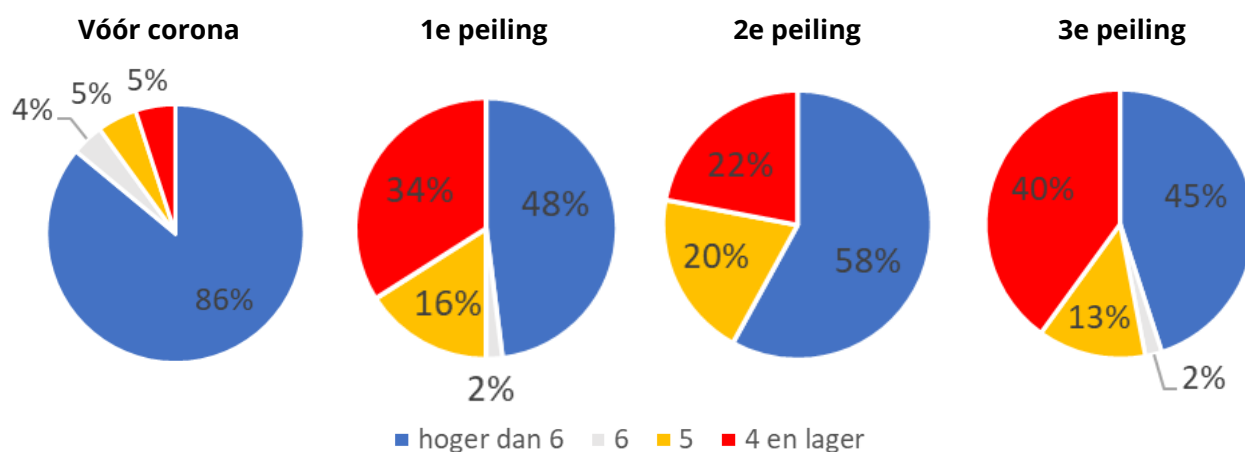


Informele steun

In de peilingen met de Balansmeter zien we terug dat het percentage van de ouders dat matig tot weinig informele steun ervaart (van partner, familie, vrienden, burens) varieert tussen 36% (2de peiling) en 39% (1ste en 3de peiling). Vóór corona was dit 17%. Dit betekent dat vóór de coronacrisis 1 op de 6 ouders matig tot weinig informele steun ervaren en dat dit tijdens de coronacrisis voor 1 op de 3 ouders geldt. Terwijl het belang van informele steun groot is (SCP, 2021) en in coronatijd steeds opnieuw wordt bevestigd, lijkt tijdens de coronacrisis de door ouders ervaren informele steun juist afgenomen.

Nog steeds disbalans

Van de ouders geeft 40% hun balans een echte onvoldoende (cijfer 4 of lager). Ter vergelijking: bij de 1ste peiling gaf 34% van de ouders hun balans een 4 of minder. In het figuur zien we het percentage ouders dat een 6 of hoger scoort (ruim voldoende), een 6 (net aan voldoende); een 5 (onvoldoende) en 4 of lager (echte onvoldoende) scoort op vraag 8 van de Balansmeter: Hoe was de afgelopen maand de balans tussen alles wat opvoeden van je vraagt (je draaglast) en wat je aan kunt (je draagkracht)? Ouders geven hun antwoord op een schaal van uit balans tot goed in balans.



De jeugdgezondheidszorg kan het verschil maken! - wat staat ons nu te doen?

De resultaten van de peiling zijn besproken met JGZ-professionals en managers en met verschillende gemeenten, zowel door middel van groepsbijeenkomsten als interviews. Daarbij stond de vraag centraal wat ons te doen staat als jeugdgezondheidszorg, nu en in de toekomst, om ouders te ondersteunen en te helpen hun balans te behouden. De resultaten van de Balansmeter zijn volgens JGZ-professionals heel herkenbaar en geven weer wat zij dagelijks ervaren, zien en meemaken.

Initiatieven door de JGZ

Tijdens de coronacrisis zijn er door de jeugdgezondheidszorg vele initiatieven gestart om ouders waar mogelijk te ondersteunen. Van een aantal initiatieven wordt zo goed gebruik gemaakt dat er tijdens de bijeenkomsten werd geopperd om deze initiatieven ook na de coronacrisis te behouden. Een belangrijke boodschap is steeds: 'Kijk, leer van en deel met elkaar!' We gaan in op een aantal van deze initiatieven.

Heb het erover - Inzet Balansmeter

Geef ouders de kans om over de impact van corona op hun stemming en hun balans na te denken en erover in gesprek te gaan. De Balansmeter kan hierbij worden ingezet als handig instrument. De Balansmeter helpt ouders om met elkaar in gesprek te gaan, zo blijkt uit reacties van ouders bij de ontwikkeling van de Balansmeter* en uit spontane reacties van ouders die de Balansmeter tijdens de peilingen hebben ingevuld, en om als professional met de ouders in gesprek te gaan. Wanneer ouders uit balans zijn, helpt het om samen te exploreren waar hun invloed ligt: Waar heb je wel grip op? Wat kun je nu wel nog doen en organiseren? En wie of wat heb je daarvoor nodig? Wat helpt je om je balans te herstellen? En als ouders zich wel (weer) in balans voelen: Wat helpt hen daarbij? En hoe kan de opgedane ervaring de ouders in een vergelijkbare situatie ook helpen? Meerdere JGZ organisaties zijn inmiddels gestart met het inzetten van de Balansmeter. Er wordt momenteel onderzocht welke mogelijkheden er zijn om de Balansmeter en andere in de JGZ gebruikte gespreksmethodieken aan elkaar te verbinden en door te ontwikkelen, zodat er een gesprekskader is om over de bevindingen van de Balansmeter samen met ouders door te praten.

Pedagogische spreekuren

In meerdere gemeenten zijn, met hulp van extra financiering, online pedagogische spreekuren gestart door de JGZ, als aanvulling op de dienstverlening tijdens de coronacrisis. Aan de hand van de Triple P-systematiek worden 1-8 gesprekken aan ouders aangeboden.

Er wordt hier steeds meer gebruik van gemaakt, met name in de avonden: in sommige gemeenten wordt er sinds januari 2021 zelfs een verdubbeling van de aanmeldingen gezien.

Webinars

Omdat fysieke groepsactiviteiten niet konden plaatsvinden, werden extra webinars voor ouders gegeven. Deze zijn overweldigend bezocht, met verwijzingen vanuit de JGZ, scholen, kinderopvang en jeugdzorgteams. Ook werden er radioprogramma's en online workshops ontwikkeld, als ook het digitale-schoolplein-gesprek, waar ouders elkaar kunnen ontmoeten.

Het contact met ouders en jongeren

Omdat er tijdens de coronacrisis minder fysieke contactmomenten mogelijk zijn tussen de JGZ en ouders en jongeren, zet de JGZ in op het bereiken van ouders en jongeren op alternatieve manieren, via bijvoorbeeld social media, regionale dagbladen, webinars, chat en digitale spreekuren. Ook is het contact tussen de JGZ en de scholen in vele regio's geïntensiveerd. Er zijn bijvoorbeeld berichten via nieuwsbrieven van de scholen gedeeld met contactinformatie van de JGZ, hoe de JGZ momenteel bereikbaar is en met welke vragen ouders en jongeren bij hen terecht kunnen. Daarnaast ondersteunt de JGZ ook scholen zelf bij vragen en angsten die er spelen rondom corona.

Je Brein de Baas?!

Speciaal voor middelbare scholen is het lespakket 'Je brein de baas' ontwikkeld, dat bestaat uit lessen en een ondersteuningsbrief voor ouders. Het lesmateriaal ondersteunt docenten om met leerlingen het gesprek te voeren over het effect van corona, stress, gevoelens en de werking van het brein. Alle JGZ-organisaties kunnen daarmee naar de scholen. Het lespakket is gratis verkrijgbaar sinds 9 april.

Deltaplan

De resultaten van de peiling zijn ingebracht bij VWS om ook ouders als belangrijke partner in het opgroeien van de jeugd mee te nemen in het Deltaplan en andere landelijke initiatieven. Mede op basis van deze resultaten heeft de Groeigids extra geld gekregen om de capaciteit uit te breiden en de chatfunctie ook in de avonden en weekenden aan te kunnen bieden.

Initiatieven in jouw regio

Ben je benieuwd naar welke initiatieven er in jouw regio zijn? Neem dan contact op met je eigen JGZ-organisatie.

Hoe nu verder? - Een aantal suggesties voor het 'nieuwe' normaal na corona

Wat 'na corona' ook mag betekenen, er zal nog jarenlang een mate van 'nasleep' zijn in gezinnen. Alle reden dus om de vinger aan de pols te houden en het onderwerp balans bespreekbaar te houden. Kortom: 'Heb het er over!'. De Balansmeter kan standaard voorafgaand aan het contact met ouders ingezet worden om het gesprek erover gemakkelijker aan te kunnen gaan.

Verdere adviezen:

- Blijven werken met online pedagogische spreekuren. Ook online advies voor jongeren bv (met een echt 'mens' achter het scherm en geen chatfunctie) is mogelijk een essentieel onderdeel van de gevraagde doorkijk.
- Voor een deel van de kinderen was thuis onderwijs juist fijn of is de drempel om (weer) naar school te gaan alleen maar groter geworden. Ook hierover is het belangrijk om het gesprek aan te gaan. Niet alleen met de kinderen en ouders, maar zeker ook met de scholen. Waar zitten mogelijkheden, waar zit ruimte voor maatwerk?
- Heb extra aandacht voor kinderen en jongeren die niet naar school komen. Probeer samen met hen de onderliggende reden te achterhalen en zoek - indien gewenst ook samen met de jeugdarts - naar oplossingen. De inzet van M@ZL is hierbij helpend.
- De professionals zien momenteel meer complexe situaties en geven meer kortdurende zorg ter overbrugging, vanwege bijvoorbeeld de wachttijden in de jeugd-GGZ. Dit leidt tot een taakverzwaring. Het is belangrijk om ook de balans van onze professionals in de gaten houden.

- De Balansmeter kan ook gebruikt worden om een beeld te krijgen van een buurt, wijk of gemeente, zodat de gemeente weet waar eventuele extra inzet gewenst is, nu en 'na corona'.
- Ga (vervolgens) in gesprek met gemeenten. Laat zien dat aandacht voor (de balans van) ouders van groot belang is (neem de cijfers uit de presentatie van deze peilingen met de Balansmeter mee) en gebruik bovenstaande adviezen en voorbeelden vanuit de JGZ om te laten zien hoe de JGZ een deel van de oplossing kan zijn.

Over de Balansmeter

Wat is de Balansmeter?

De Balansmeter is een korte vragenlijst met 8 vragen die laat zien hoe ouders van kinderen hun eigen draaglast (wat opvoeden van je vraagt) en draagkracht (wat je aankunt) beoordelen. Het streven vanuit het NCJ was zoveel mogelijk ouders oproepen om hun ervaring te delen door de Balansmeter digitaal en anoniem in te vullen. Het invullen van de Balansmeter was tijdens de eerste peiling mogelijk vanaf 19 mei tot en met 9 juni 2020, in de tweede peiling vanaf 16 september tot en met 7 oktober 2020 en de derde peiling vanaf 10 februari tot en met 3 maart 2021. Oproepen voor het invullen van de Balansmeter zijn vooral via social media gedaan. De gemiddelde invultijd was 2 minuten.

De validiteit van de Balansmeter

*De Balansmeter (van Stel, de Ru, van Driessche, Staal, 2017) is ontwikkeld en uitgebreid onderzocht als onderdeel van een overkoepelend onderzoeksproject van de SPARK (ZonMw project 729300101). Eerste uitkomsten geven aan dat de interne consistentie van de vragen in de Balansmeter goed is, en dat de uitkomsten van de Balansmeter significant samenhangen met de overall risico-inschatting van de SPARK (Staal e.a., 2011, 2013, 2015, 2016; van Stel e.a, 2012). Vanuit dit onderzoeksproject beschikken we over de hierboven gepresenteerde data voor Corona, deze Balansmeters zijn ingevuld in 2018-2019.

Achtergrondinformatie van de drie peilingen en de context

De 1ste peiling (19 mei-9 juni 2020) vond plaats op het moment dat de maatregelen vanuit de eerste lockdown werden versoepeld, zoals het weer gefaseerd openstellen van scholen. In de weken voorafgaand aan de peiling waren de scholen gesloten en kinderen, jongeren en hun ouders vooral op elkaar aangewezen. Een 2de peiling (16 sept-7 okt 2020) vond plaats op het moment dat de maatregelen weer werden aangescherpt, maar de scholen open bleven en we achteraf gezien uit een relatief gunstige zomerperiode kwamen. En een 3de peiling (10 febr-3 maart 2021) op het moment dat opnieuw een lockdown van kracht was, met de beperking van 1 bezoeker per huishouden en avondklok, vanwege dreiging derde golf en angst voor de Engelse variant. Maar ook het heropenen van de basisscholen vanaf 8 februari en het deels heropenen van de middelbare scholen vanaf 1 maart.

De peilingen die tijdens de coronacrisis plaatsvonden kunnen zowel onderling als met de beschikbare data van de tijd voor corona worden vergeleken.