

## Tekst José Koster

### Home-Start Jubileum Mini-Symposium: 10 Jaar Home-Start in Amsterdam met als thema: 'Verbinding als Interventie.'

'Verbinding als interventie' voor het verstevigen van de eigen kracht. Maar wat is dat eigenlijk, *verbinding*? En hoe belangrijk is het?

Wij zijn hier vandaag samen omdat wij ons allemaal, als professional of vrijwilliger, betrokken voelen bij het welzijn van ouders: we werken *mèt* of *vóór* ouders. Dat doen we omdat we ergens allemaal weten dat ouderschap niet niks is. Het is een grote en soms zware taak. In ons leven vervullen we vele rollen. We zijn partner, broer of zus, vriendin, buurman, medewerker, collega, klant, leidinggevende en ga zo maar door.

Van alle rollen die we kennen is er geen enkele zo kwetsbaar als die van ouder. Want ook al zijn we zo bevlogen in ons werk, willen we met heel ons hart een goede vriend zijn en zijn we vol idealen een goede buur, niets voelt verantwoordelijker dan ouderschap.

Als ouder weet je je ten diepste verantwoordelijk voor een kind. Voor de rest van je leven zit je er aan vast. Alice van der Pas beschrijft in haar ouderschapstheorie dat we aan moeten nemen dat elke ouder een 'Besef van Verantwoordelijk-zijn' heeft. Elke ouder wil het beste voor zijn kind. Ze doelt daarmee op een diep weten en beschrijft nadrukkelijk dat dat niet hetzelfde is als je *verantwoordelijkheden kennen*. Het beste voor je kind willen is iets anders dan je verantwoordelijk gedragen. Soms weet je niet wat dat is, hoe dat moet, of soms weet je het wel, maar lukt het niet. Soms heb je grote zorgen of ben je uitgeput vanwege ziekte of overbelasting.

Dat is dus nogal wat: je voelt je ten diepste verbonden met je kind, je wilt het aller, aller beste, maar hoe moet dat eigenlijk? Geen kind wordt geboren met een handleiding. En als je het dan al weet, hoe krijg je het dan voor elkaar? Is dat wat je doet goed genoeg? Het kan natuurlijk altijd beter.....Elke ouder kent deze worstelingen, klein of groot. En dat maakt ouderschap zo uiterst kwetsbaar.

Wie met ouders werkt, werkt dus met kwetsbaarheid. Het is belangrijk dat wij dit voortdurend in ons bewustzijn hebben.

Ouders hebben een 'Besef van Verantwoordelijk-zijn'. Ik durf inmiddels te stellen dat dat geldt voor *alle* ouders. Soms is dit besef onzichtbaar en zelfs niet toegankelijk door ernstige psychiatrische problematiek of verslaving, maar ik geloof dat, diep van binnen, *élke* ouder het beste wil voor zijn kind. Ik heb er inmiddels al vele mogen ontmoeten. Niet alleen door mijn werk bij Home-Start, maar ook door mijn werk met tienermoeders, ouders van zorg-intensieve kinderen, moeders in sloppenwijken en vaders in de gevangenis, zowel in Nederland als in Zuid Afrika. Hoe verhard mensen soms ook kunnen zijn, hoe lelijk ze zich soms ook kunnen gedragen: gaat het over hun kind, dan gaat er meteen iets open en is het verlangen 'het beste te willen' bijna aanraakbaar. Dan blijkt hoe kwetsbaar zij zich voelen in hun ouderschap. Ook die moeder die altijd zo schreeuwt tegen haar kinderen en ze soms gewoon alleen achterlaat. Ook die stoere vader met tatoeages die ooit een moord pleegde.

Wanneer wij ons als mensen kwetsbaar voelen en het even niet meer weten, kunnen we het gevoel hebben los te staan van al die anderen, die het allemaal wel lijken te weten. De wereld lijkt dan vol met mensen met zelfvertrouwen die precies weten wat ze moeten doen, en hoe.

Ouders die het gevoel hebben de balans kwijt te zijn ervaren al snel dat zij afgesneden zijn van de ouder-gemeenschap. Ben ik wel een goede ouder? Ik ben moe, ik word soms zo boos, zien anderen de fouten die ik maak? Ik vind mijn kind niet altijd leuk, soms vraag ik mij zelfs af waarom ik er aan begon.

Bij anderen lijkt het of het ze zo makkelijk af gaat, dat ouderschap. En als het bij jou dan niet vanzelf gaat, als je het gevoel hebt dat je verdrinkt in de behoefte van de kinderen, je de dag door akkert, je extra zorgen hebt om een partner met een handicap, een kind met een stoornis of jij zelf maar niet lijkt te herstellen van een postnatale depressie, of als die derde roze wolk je de neus uit komt en je je soms af vraagt wie jij zelf ook alweer weer was...

Het programma Home-Start ontstond omdat de oprichtster, Margret Henderson, ontdekte dat veel ouders met jonge kinderen worstelen met deze vragen. Deze worstelingen blijken universeel. Niet het even niet weten of de handelingsverlegenheid bleek het probleem, maar het *alleen* zijn in dit 'niet weten' nekt. De angst om anders te zijn dan de rest, of de (eigen) overtuiging dat je faalt en niet voldoet.

Margret ontdekte dat contact en uitwisseling met andere ouders de druk van de ketel haalde, waardoor ouders zich weer 'ouder' konden gaan voelen: "Oh... Jij ook? Ik ben dus normaal!" Door het uitspreken van onzekerheden, het delen van het gevoel soms maar wat aan te klooien en aan te modderen, en de gevoelens van schuld en schaamte daarover, kan een nieuw gevoel van verbinding met de ouder-gemeenschap ontstaan, en daardoor ook weer verbinding met jezelf. Margreth ontdekte dat ouders enorm opknapt van de gelijkwaardige gesprekjes - veel meer dan van adviezen of voorzieningen. Na verloop van tijd vonden ze een nieuwe balans en vaak kwam er dan pas dan ook weer ruimte voor (het soms broodnodige) advies en heel gerichte praktisch ondersteuning.

De sleutel van Home-Start ligt in het menselijke: in het maken van nieuwe verbindingen. Bij Home-Start leren we vrijwilligers in de basistraining dat Verbinding het grootste cadeau is, en dat je dat geeft wanneer je vrijwillig, vanuit je hart, iemand wekelijks bezoekt. Dàt je komt, waardoor je impliciet zegt: "Ik bekommer mij om jou".

Niet eenvoudig, want oh, wat willen we graag iets doen, iets oplossen en doelen bereiken. Dat is zo menselijk, maar soms zit het hem nu juist niet in het *doen*, maar in het *laten*. De kracht zit in het er gewoon *zijn* en delen van mens tot mens: "Ik ken ook het klappen van de zweep".

Home-Start vrijwilligers verbinden zich met iemand en met iemands lot. "Jij doet ertoe". Dat te voelen, daar knapt een mens pas echt van op.