



Ouders van álle leerlingen betrekken bij een gezonde leefstijl? Het kan!

Scholen en ouders worden steeds vaker als partners bij gezonde leefstijlthema's gezien. Maar hoe bereik je als school die ouders die de kennis rond deze thema's het hardst nodig hebben en bij wie laaggeletterdheid vaak ook een rol speelt? Met blijvende aandacht en creatief denken, stelt Hans Christiaanse, voorheen schooldirecteur, nu accounthouder Alles is Gezondheid en adviseur Tel mee met Taal. Coryke van Vulpen (projectleider jeugd bij Pharos) en Rebecca Beck (adviseur jeugd bij Kenniscentrum Sport) vroegen welke adviezen hij voor scholen heeft om álle ouders te betrekken.



Vlnr: Coryke van Vulpen, Hans Christiaanse en Rebecca Beck

Opvoeding en onderwijs zijn een verantwoordelijkheid van ouders en scholen samen. Zij zijn partners als het om gezonde leefstijlthema's gaat (Onderwijsraad 2010). Als scholen gesprekken met ouders, spreekuren of ouderavonden over een gezonde leefstijl organiseren, komen echter niet alle ouders hier op af. De zogenoemde 'moeilijk bereikbare ouders', die de kennis het hardst nodig hebben, worden vaak niet bereikt.

'Maar ze zijn wel te bereiken! Dat ze niet komen opdagen, wil niet zeggen dat deze ouders niet betrokken en ongeïnteresseerd zijn,' stelt Hans Christiaanse. 'Vaak speelt laaggeletterdheid een rol. Uit cijfers (Algemene Rekenkamer 2016) blijkt dat 2,5 miljoen van de Nederlandse bevolking laaggeletterd is en moeite met lezen en schrijven heeft. Om alle ouders te betrekken bij een gezonde leefstijl van leerlingen, is het belangrijk om laaggeletterde ouders te herkennen. Creatief denken en blijvende aandacht zijn vervolgens de sleutels om te bouwen aan een relatie met alle ouders.'

Sta open voor signalen en herken laaggeletterde ouders

Laaggeletterde ouders hebben moeite met het begrijpen van (nieuws)brieven en de schoolwebsite, met het invullen van formulieren en met het helpen bij huiswerk-opdrachten. Om ook deze ouders te bereiken, is het belangrijk om open te staan voor signalen die kunnen wijzen op laaggeletterdheid. Laaggeletterdheid komt meer voor onder mensen met een lage sociaaleconomische status. Deze ouders komen vaak niet op door de school georganiseerde bijeenkomsten en reageren meestal niet op brieven.

'Tijdens een ouderbijeenkomst op school vroegen we ouders op geeltjes te schrijven hoe ze thuis hun kind stimuleren tot een gezonde leefstijl. Bij een aantal ouders bleven de geeltjes leeg. Dit was voor mij een belangrijk signaal', vertelt Hans Christiaanse over zijn tijd als schooldirecteur. 'Omdat ik al lange tijd goed contact met ze had en ik aan een relatie met ze had gebouwd, vertrouwden ze me toe dat ze niet konden schrijven. Docenten sprongen hier meteen op in door ze te helpen met het opschrijven van wat zij noemden. Dat ouders naar de bijeenkomst komen en dit eerlijk durven te vertellen, toont hoeveel stappen de school al zette.' Christiaanse benadrukt het belang van een warme, veilige sfeer met openheid voor het betrekken van alle ouders.

Bouw aan een relatie

'De binding tussen ouders en school is de basis voor het bereiken van resultaat met laaggeletterde ouders,' vervolgt Christiaanse. 'Investeer in de onderlinge relatie en het vertrouwen met alle ouders. Door te werken aan een gevoel van gelijkwaardig partnerschap durven ouders eerder te bellen als ze de brief vanuit school niet begrijpen. Het trekken van een streep bij de voordeur tot waar ouders mogen komen of een visie dat ouders snel de deur uit moeten, omdat de school 'geen café' is, dragen hier niet aan bij.'

Christiaanse vertelt: 'Ik wilde de deur wijd open zetten. Dat vraagt tijd en masseren van je docententeam. Een ieder moet investeren in de relatie. Als directeur stond ik bij de deur om ouders en kinderen welkom te heten. We gaven ouders complimenten als ze thuis hun kind geholpen hadden met huiswerk of als hun kind leuke kleding aan had. Dit gedrag levert veel op.'

Hij vertelt over een leerkracht in groep acht die alle ouders af en toe opbelde om ze iets leuks te vertellen wat die dag had plaatsgevonden of om een mooie eigenschap van de leerling te benoemen. 'Een positief gesprek dat weinig tijd kost kan van grote invloed zijn op de relatie met ouders.' Ook vertelt hij over een VMBO-school in Rotterdam waarbij ouders, leerlingen en mentor voor de start van elk schooljaar een gesprek hebben. In deze gesprekken gaat het over de vakantie en licht de mentor de schoolregels toe. Maar hij bespreekt ook hoe leerlingen, ouders en mentor het contact met elkaar onderhouden en hoe ze handelen bij probleemgedrag. Leerlingen hebben hierdoor niet minder problemen op school, maar problemen worden wel sneller opgelost. De mentor heeft immers een gezicht bij de ouder en er zijn duidelijke afspraken aan de voorkant gemaakt en vastgelegd in een contract.

'Scholen hoeven zich niet aan te passen,' vervolgt Christiaanse. 'We moeten een open en onderzoekende houding hebben, waarin we ouders het gevoel geven welkom te zijn en waarin we niet meteen oordelen en oplossingen zoeken. Een bewuste houding van leerkracht en directeur opent de samenwerking.'

Wees creatief

Christiaanse erkent dat het voor laaggeletterde ouders vaak lastig is om foldermateriaal te begrijpen. Hij benadrukt het belang om op een creatieve manier op zoek te gaan naar alternatieve manieren om laagopgeleide ouders te bereiken. Zo liet hij leerlingen op het schoolplein met een megafoon de weekmededelingen oplezen en zette hij betrokken ouders in als ambassadeur om andere ouders te enthousiasmeren voor een bijeenkomst. Ook introduceerde hij huisbezoeken op zijn school in de Schilderswijk van Den Haag. Hij vertelt daarover: 'Het kost veel tijd, maar het levert ook veel op voor de relatie met ouders en voor de kennis die je krijgt over de gezinssituatie van de leerling.'

Verder adviseert hij te kiezen voor interactieve vormen waarbij leerlingen en ouders zelf mee kunnen denken. Zo organiseerde hij enkele jaren geleden samen met leerlingen opvoeddebatten op het voortgezet onderwijs rondom verschillende thema's. De opkomst van ouders was hoog. Leerlingen dachten mee over de organisatie en over de thema's die aan bod moesten komen. Tijdens de debatten zelf gingen de leerlingen hier met ouders over in gesprek. 'Ouders leren veel van elkaar en van de leerlingen. Ze helpen elkaar met tips. Daarbij is het belangrijk om in te spelen op thema's die ouders interesseren. In Groningen organiseerde ik ouderkamers waarbij een GGD-medewerker ouders hulp bood op het gebied van bijvoorbeeld huisvesting of schuldenproblematiek. Hierdoor kregen we als school makkelijker toegang tot ouders en kwamen met hen in gesprek over hun kinderen. In deze gesprekken is het belangrijk om je te richten op wat ouders kunnen en de nadruk te leggen op plezier. Vergeet niet dat sommige ouders nare ervaringen hebben gehad met onderwijs. Laat ze daarom zien dat onderwijs ook leuk is.'

Christiaanse geeft aan dat sommige ouders, met name met een migrantenachtergrond, niet of nauwelijks onderwijs genoten hebben. 'In Den Haag zochten we bewust naar de verleiding en koppelden we taallessen aan taallessen om deze ouders de Nederlandse taal, maar ook vaardigheden aan te leren. Veel ouders zijn niet bekend met de rol die ze spelen in de ontwikkeling van hun kinderen. Bij veel laaggeletterde ouders zie je bijvoorbeeld dat ze (huiswerk)taken van kinderen overnemen in plaats van ze te helpen met verbale ondersteuning. Docenten en andere experts kunnen ouders uitleggen en laten zien hoe ze met hun kinderen kunnen praten en omgaan en wat dat hen oplevert in plezier, relatie en ontwikkeling van het kind. Laat ouders bijvoorbeeld zien wat het oplevert als ze regels stellen. Er ontstaat een fijne sfeer, omdat er duidelijkheid bestaat over wat wel en niet mag. Belangrijk is wel dat je je acties als school gezamenlijk uitdraagt en het niet bij eenmalige activiteiten blijft.'

Heb blijvend aandacht

Om werkelijk succesvol te zijn, moet het werken aan ouderbetrokkenheid beklijven en niet eenmalig zijn. Hans Christiaanse noemt de zogenaamde ouderoutines. Dat zijn herkenbare, terugkerende, betekenisvolle activiteiten die het onderwijs inzet met een vooraf bepaalde bedoeling om ouderbetrokkenheid te vergroten en de ontwikkeling van kinderen te stimuleren. Christiaanse benadrukt hierin het belang van 'welkom heten': 'Ouders moeten het gevoel hebben dat ze welkom zijn op school en in de klas. Er zijn leerkrachten die aan het begin van het schooljaar alle ouders uitnodigen. Tijdens deze gesprekken vragen ze ouders naar eigenschappen van het kind, waar ze trots op zijn bij het kind en hoe ze met hun kind omgaan. Door ouders nadrukkelijk uit te nodigen als gelijkwaardige partner, leren leraren veel over het gedrag van de leerling. Ouders kennen immers als geen ander hun kind.'

Meer tips en kennis?

Wilt u als directeur of docent ook alle ouders betrekken bij gezonde leefstijlthema's op uw school? Op de website van de [Gezonde School](#) leest u meer over [ouderbetrokkenheid](#). U vindt ook tips over het betrekken van laaggeletterde ouders.

Gebruikte literatuur:

- Onderwijsraad (2010). *Ouders als partners. Versterking van relaties met en tussen ouders op school*. Den Haag: Onderwijsraad
- Algemene Rekenkamer (2016). *Aanpak van laaggeletterdheid*. Den Haag: Algemene Rekenkamer