



Universiteit  
Leiden  
The Netherlands

## **Bouwen aan veerkracht van jonge kinderen met kindgerichte ondersteuning**

Teeffelen, H.R. van; Vrijhof, C.I.; Vink, R.; Pal, S. van der; Klein Velderman, M.

### **Citation**

Teeffelen, H. R. van, Vrijhof, C. I., Vink, R., Pal, S. van der, & Klein Velderman, M. (2026). Bouwen aan veerkracht van jonge kinderen met kindgerichte ondersteuning. *Vakblad Vroeg*, 44(2), 12-15.

Version: Publisher's Version

License: [Leiden University Non-exclusive license](#)

Downloaded from:

**Note:** To cite this publication please use the final published version (if applicable).

# Bouwen aan veerkracht van jonge kinderen met kindgerichte ondersteuning

Hannah van Teeffelen, Claudia Vrijhof, Remy Vink,  
Sylvia van der Pal & Mariska Klein Velderman

**Ingrijpende gebeurtenissen en ongunstige opgroeiomstandigheden kunnen de kansen van kinderen bedreigen. Vroegtijdige ondersteuning bieden is dan belangrijk. Maar wat werkt om de veerkracht en het welzijn van jonge kinderen in ongunstige omstandigheden te vergroten? Onderzoek van TNO wijst op drie centrale bouwstenen van effectieve kindgerichte ondersteuning voor de allerjongsten: psycho-educatie, sociale steun, en zogenaamde 'activiteiten ter vergroting van het interventie-effect'.**

#### **WANNEER ZIJN OPGROEIOMSTANDIGHEDEN ONGUNSTIG?**

In Nederland groeit een groot aantal kinderen op in ongunstige omstandigheden. Zo groeien naar schatting jaarlijks 127.000 kinderen op in gezinnen waar kindermishandeling voorkomt<sup>1</sup>, maken 86.000 kinderen een scheiding mee<sup>2</sup> en hebben 671.000 kinderen ouders met een psychische aandoening en/of een verslaving<sup>3</sup>. In hun eerste jaren leren kinderen relaties op te bouwen en om te gaan met emoties. Hun ontwikkeling kan negatief beïnvloed worden door dit soort ingrijpende gebeurtenissen en ongunstige omstandigheden, omdat deze een rol spelen bij zowel emotionele als gedragsproblemen bij kinderen<sup>4,5,6</sup>. Tijdige en passende ondersteuning kan in veel situaties helpend zijn<sup>7</sup>. Denk bijvoorbeeld aan

ondersteuning van het kind in een groep met andere kinderen die soortgelijke ervaringen hebben. Maar wat maakt deze ondersteuning effectief?

#### **DE ESSENTIE VAN EFFECTIEVE KINDGERICHTE ONDERSTEUNING**

In de Databank Effectieve Jeugdinterventies van het Nederlands Jeugdinstituut<sup>8</sup> zijn meerdere methoden opgenomen om kinderen in ongunstige situaties of met beginnende emotionele of gedragsproblemen gericht te ondersteunen. De methoden zetten in op beschermende factoren en het actief versterken van de veerkracht en het welzijn van het kind zelf<sup>9</sup>. Vaak zijn deze methoden gericht op een specifieke groep kinderen die te maken hebben met specifieke omstandigheden (zoals verslaving of scheiding van ouders) en is er niet voor elk kind en elke situatie een passende interventie. In de afgelopen jaren is het besef gegroeid dat het realistisch noch wenselijk is om voor elk type ingrijpende gebeurtenis of ongunstige omstandigheid een interventie te ontwikkelen, onderzoeken, implementeren en borgen in de praktijk. In plaats daarvan kan gekeken worden naar de gemeenschappelijke kern van erkende interventies<sup>9</sup>. Door gemeenschappelijke bouwstenen van erkende jeugdinterventies te onderzoeken kunnen ondersteuningsmethoden 'eenvoudiger' (door ontwikkeld, onderzocht en toegepast worden.

#### **ONDERZOEK NAAR DE KERN VAN EFFECTIEVE ONDERSTEUNING**

Eerder onderzoek naar bouwstenen van kindgerichte ondersteuning heeft zich vooral gericht op sociale vaardigheidstrainingen voor kinderen, veelal ouder dan acht jaar<sup>10</sup>. Daarnaast is er ook onderzoek gedaan naar de effectiviteit van opvoedinterventies, met de ouders van het kind als primaire doelgroep<sup>11</sup>. Over de bouwstenen van kindgerichte methoden voor ondersteuning van kinderen jonger dan 8 jaar is minder bekend. Daarom stond in onderzoek van TNO<sup>12</sup> de volgende vraag centraal: *wat zijn de bouwstenen, ook wel kernelementen genoemd, in erkende interventies die gericht zijn op het vergroten van de veerkracht en het welzijn van kinderen van 4 tot 8 jaar die opgroeien in ongunstige omstandigheden of beginnende psychosociale problemen vertonen?* Zes interventies, opgenomen in de Databank Effectieve Jeugdinterventies, zijn onder de loep genomen. Dit zijn: *Dappere Dino's*<sup>13</sup> en *Stoere Schildpadden*<sup>14</sup> voor kinderen met gescheiden ouders, *FIJN: VRIENDEN!*<sup>15</sup> voor kinderen met depressieve en/of angstsymptomen, *Tijd voor Toontje*<sup>16</sup> voor kinderen die huiselijk geweld hebben meegemaakt, *Piep zei de Muis*<sup>17</sup> voor kinderen in gezinnen van ouders met psychische en/of verslavingsproblematiek en *WRITEJunior*<sup>18</sup> voor kinderen met posttraumatische stresssymptomen. De handleidingen van deze

*Er bestaat geen universele aanpak die voor ieder kind passend is*

methoden zijn systematisch geanalyseerd en er zijn interviews uitgevoerd. Per methode is zowel één van de interventieontwikkelaars, als één van de professionals die de methoden in praktijk uitvoeren, geïnterviewd. Ook deze interviews zijn systematisch geanalyseerd. Dit werd gedaan met behulp van de categorisering van bouwstenen gebruikt in het bovengenoemde onderzoek naar kernelementen van sociale vaardigheidstraining<sup>10</sup>, aangepast voor gebruik in de doelgroep van dit onderzoek. Dit betekent dat in de analyse door TNO kernelementen in zes categorieën centraal stonden:

1. gericht op het overbrengen van onderbouwde kennis, ofwel psycho-educatie;
2. psychofysieke elementen, zoals ontspanningsoefeningen;
3. uitvoeren van vaardigheden, zoals oefenen met problemen oplossen;
4. emoties en cognities, zoals activiteiten gericht op het herkennen en begrijpen van emoties;
5. sociale steun, bijvoorbeeld activiteiten gericht op het versterken van de eigenwaarde van de kinderen; en
6. activiteiten ter vergroting van het interventie-effect, bijvoorbeeld herhaling van geleerde informatie of het belonen met een sticker voor getoonde inzet. Hoewel de zes interventiemethoden verschillen in doelgroep en aanpak, bleken met

name drie kernelementen steeds terug te keren: psycho-educatie, sociale steun en het vergroten van het interventie-effect.

### **PSYCHO-EDUCATIE: VAN GEVOEL NAAR BEGRIP**

Wat gebeurt er? Wat voel ik? Voor jonge kinderen zijn dit vaak vragen zonder antwoorden. Psycho-educatie helpt hen om de situatie waarin ze zich bevinden en de gevoelens die ze ervaren te herkennen en te verwoorden. In alle zes onderzochte methoden vormt psycho-educatie een stevig fundament. Kinderen krijgen uitleg over gevoelens en de impact daarvan. Dit gebeurt op een speelse manier, bijvoorbeeld via verhalen, spellen of met behulp van handpoppen of andere visuele hulpmiddelen. Zoals een ontwikkelaar in het interview aangaf: “Psycho-educatie is een indirecte manier om in gesprek te komen over de thematiek.” [die centraal staat in de trainingssessie, bijvoorbeeld over gevoelens over scheiding] Psycho-educatie neemt een belangrijke plaats in, zowel in de theorie (de interventiehandleidingen) als in de dagelijkse praktijk (interviews met professionals). De kennisoverdracht biedt een essentieel startpunt voor verdere oefening: je moet eerst begrijpen wat er met je gebeurt, voordat je ermee kunt omgaan.

### **SOCIALE STEUN: DE KRACHT VAN HERKENNING EN VERBINDING**

Als een kind weet: *ik ben niet de enige*, gebeurt er iets fundamenteels. Kinderen ervaren herkenning en steun van leeftijdsgenoten en begeleiders. Ze delen ervaringen, herkennen zichzelf in anderen en bouwen aan (zelf) vertrouwen. Lotgenotencontact helpt gevoelens van eenzaamheid te verminderen en vergroot de veerkracht van jonge kinderen. Een veilige groeps sfeer zorgt voor een klimaat waarin elk kind zich gezien en gehoord voelt. Volgens de professionals is dit minstens zo belangrijk als de inhoudelijke thema's. Zoals een uitvoerder zei: “Eigenlijk zou je ieder kind lotgenotencontact gunnen.” In vrijwel elk interview kwam naar voren hoe groot het belang van gedeelde ervaringen in een veilige groep is. Kinderen herkennen zich in elkaars verhalen. Die herkenning haalt de angel uit het idee dat zij ‘anders’ en dus ‘niet goed’ zijn. Sociale steun blijkt daarmee een belangrijke factor in het geheel. Die steun vind je terug in allerlei aspecten van de interventies: elkaar helpen en troosten, elkaar complimenten geven, of gewoon samen plezier maken.

### **VERGROTEN VAN HET INTERVENTIE-EFFECT: VAN LEREN NAAR TOEPASSEN**

Hoe zorgen professionals ervoor dat de jonge kinderen die deelnemen aan een methode het geleerde ook echt meenemen, vasthouden en toepassen in hun dagelijks leven? Dat is de kern van het derde terugkerende kernelement: het vergroten van het interventie-effect.

Een kind tussen de vier en acht jaar zal de eerste keer niet alles onthouden

*Als een kind weet: ik ben niet de enige, gebeurt er iets fundamenteels*

# *Psycho-educatie helpt jonge kinderen om de situatie waarin ze zich bevinden en de gevoelens die ze ervaren te herkennen en te verwoorden*

wat er in de methode aan bod komt. Herhaling is een onderdeel van het kernelement *Vergroten van het interventie-effect* en helpt om de informatie te verankeren. Veel methoden starten met bespreken van de vorige sessie(s), en eindigen met een samenvatting van de nieuwe informatie. Ook krijgen de kinderen soms huiswerkopdrachten, zodat het geleerde nog eens in een andere situatie wordt toegepast of bijvoorbeeld met een ouder of verzorger wordt geoefend. Daarnaast speelt conceptualiseren een grote rol. Een jong kind heeft soms moeite met het begrijpen van abstracte begrippen. Daarom worden nieuwe concepten op toegankelijke manieren aangeboden, zoals met een verhaal of een metafoor. Een ontwikkelaar verwoordde het zo: “Werken met metaforen is echt belangrijk. Als het persoonlijk te confronterend is, kun je er niet over praten. Maar via een schildpadje of een plaatje lukt dat wel.”

## **THEORIE VERSUS PRAKTIJK: EEN KOMPAS VOOR HET VERGROTEN VAN VEERKRACHT**

Uit het onderzoek blijkt dat dezelfde set bouwstenen naar voren komt in de handleidingen en interviews. Wel zijn er accentverschillen; waar de handleidingen van de interventies vooral de nadruk leggen op psycho-educatie en het versterken van het interventie-effect, benadrukken (uitvoerende) professionals juist het belang van sociale steun.

Dit verschil is waardevol, omdat het laat zien dat theorie en praktijk elkaar aanvullen. Wie ondersteuning biedt aan jonge kinderen met ingrijpende gebeurtenissen of in ongunstige opgroeiomstandigheden, doet er dus goed aan om aandacht te hebben voor tenminste deze drie ingrediënten: psycho-educatie, sociale steun en het vergroten van het interventie-effect. Deze bouwstenen zijn toepasbaar in uiteenlopende contexten, van jeugdzorg en onderwijs tot de thuissituatie. Hoewel de resultaten consistent wijzen op de relevantie van deze kernelementen, is verder onderzoek nodig om causale verbanden en de (mate van) effectiviteit van deze kernelementen in dit type kindgerichte methoden voor jonge kinderen beter te begrijpen.

## **GEEN RECEPT, WEL RICHTING**

Er bestaat geen universele aanpak die voor ieder kind passend is; dit onderzoek biedt geen kant-en-klaar recept. De bevindingen uit dit onderzoek geven wel handvatten aan beleidsmakers, professionals én ouders om jonge kinderen in ongunstige omstandigheden te ondersteunen. De onderzochte kindgerichte methoden laten zien dat het waardevol is om ook met kinderen in gesprek te gaan over wat zij voelen en meemaken, en hen te leren woorden te geven aan hun gevoelens. Ook blijkt het belangrijk te zijn dat de kinderen steun ontvangen vanuit hun systeem, zowel van leeftijdsgenoten als van volwas-

senen. In het onderzoek van TNO<sup>12</sup> zijn primair ouder-/gezinsgerichte interventies buiten beschouwing gelaten. Dat neemt niet weg dat in de onderzochte kindgerichte interventies ouder(s)/ verzorger(s) op verschillende manieren betrokken worden, bijvoorbeeld middels nieuwsbrieven, ouderbijeenkomsten, intake- en eindgesprekken. Aandacht voor het systeem van het kind binnen kindgerichte interventies lijkt dan ook van belang en waar nodig kunnen kindgerichte interventies in combinatie met ouder-/gezinsgerichte ondersteuning worden aangeboden. Ten slotte blijkt het behulpzaam om het geleerde te verankeren door herhaling, oefening en metaforen die aansluiten bij hun belevingswereld. Door deze elementen bewust mee te nemen in de begeleiding van deze jonge doelgroep, kunnen professionals bijdragen aan het versterken van veerkracht en welzijn van jonge kinderen in de context van ingrijpende gebeurtenissen en ongunstige opgroeiomstandigheden.

## OVER DE AUTEURS:

Hannah R. van Teeffelen, promovenda bij de Universiteit Leiden, Afdeling Klinische Psychologie

Claudia I. Vrijhof, Remy Vink, Sylvia van der Pal, Mariska Klein Velderman- onderzoekers bij het cluster ‘Weerbare Jeugd en Ouderschap’ binnen de expertisegroep Child Health van TNO Mariska Klein Velderman<sup>1</sup>  
contactpersoon: claudia.vrijhof@tno.nl

## REFERENTIES

