

Familiegroepsplan

Voor wie?

Voor alle gezinnen geldt dat er goede en minder goede tijden zijn. Als het wat minder gaat, is het niet altijd duidelijk hoe je dit kunt veranderen. Wanneer je er als gezin alleen niet meer uitkomt, zullen de mensen om je heen vaak graag willen meedenken. De ervaring leert dat hulp vanuit het netwerk erg helpend kan zijn, vooral omdat het netwerk blijft, terwijl professionele hulpverleners weer weggaan. De eerste stap, namelijk met anderen delen dat er een probleem is, kan moeilijk zijn. Toch blijkt het in veel gevallen de moeite waard. Er komen vaak goede ideeën boven en hulp kan uit verrassende hoeken komen.

Per 2015 hebben ouders bij problemen in de opvoeding het recht om een eigen plan te maken: een familiegroepsplan. Ouders kunnen samen met de mensen die het belangrijk vinden dat het goed met hen en de kinderen gaat, werken aan oplossingen. Als daarbij ook professionele hulpverlening nodig is, kan de hulpverlener vervolgens dit plan als uitgangspunt nemen.

Wat is een familiegroepsplan?

Een familiegroepsplan is een plan dat een gezin samen met familie, vrienden en anderen uit hun omgeving maakt om een probleem aan te pakken. In dat plan kunnen ouders aangeven hoe ze zelf de situatie voor hun kind(eren) willen verbeteren. Daarin staat bijvoorbeeld:

Wat is de belangrijkste vraag?

Wie willen we betrekken bij de aanpak van de vraag?

Wat kunnen we met behulp van mensen uit onze omgeving doen?

Welke professionele hulp en ondersteuning hebben we nodig?

Het gezin is vrij om dit op hun eigen manier te doen, ook eventueel later in het proces.

Ondersteuning bij het opstellen van het plan

Uiteraard kunnen ouders zelf mensen uit hun omgeving uitnodigen voor een bijeenkomst om een plan te maken. Als het nodig is, kan de gemeente dit faciliteren, bijvoorbeeld door een ruimte beschikbaar te stellen.

Ouders kunnen ook een professional vragen om hen te helpen bij het opstellen van een plan met het netwerk. De professional kan hen bijvoorbeeld ondersteunen bij het organiseren of begeleiden van de bijeenkomst. Uitgangspunt is dat de regie bij ouders blijft. Via het CJG kunnen ouders in contact komen met iemand die hierbij kan helpen.

Als er al een hulpverlener, arts of professional bij het gezin betrokken is, kan die een rol spelen door bijvoorbeeld informatie te geven over de problemen die zij zien of over de hulp die zij eventueel kunnen bieden. Ze zijn echter niet aanwezig bij de bijeenkomst. Die is alleen voor het gezin en het netwerk.

Voorbeelden van deze werkwijze zijn de Eigen Kracht-conferentie, Eigen Plan en het Familiegroepsplan.

Meer informatie vindt u op www.eigen-kracht.nl, www.eigen-plan.nl en www.familiegroepsplan.nl

Concrete stappen om een familiegroepsplan te maken

1. Deel je zorgen met mensen die dichtbij je staan. Mensen die het belangrijk vinden dat het goed met jou en je gezinsleden gaat. Vraag deze familie, vrienden en/of andere bekenden om met je mee te denken over oplossingen.
2. Vraag of de mensen die je uitnodigt ook willen nadenken wie er nog meer kunnen meedenken. Hoe groter de groep, des te meer denkkraft en hoe beter de oplossingen!
3. Wie kan er voorzitter zijn als jullie samen een plan maken? Het is prettig als iemand de afspraken op papier zet en ervoor zorgt dat iedereen de kans krijgt om te zeggen wat hij of zij wil.
4. Welke informatie hebben jullie nodig om met elkaar tot goede oplossingen te komen? Dat kan informatie zijn over een ziekte of aandoening, over vormen van hulp of over wat er al geprobeerd is.
5. Zijn er hulpverleners of andere professionals betrokken bij de situatie? Vraag of ze informatie willen delen of kennis willen maken met de mensen om je heen.
6. Bereid een duidelijke vraag voor waar jullie met elkaar over gaan nadenken. Bijvoorbeeld: 'Wat is er voor nodig dat onze zoon met autisme zelf naar school kan fietsen?' 'Wat is ervoor nodig om een opname van onze zoon te voorkomen?' of 'Hoe zorgen we ervoor dat ouder(s) duidelijker grenzen stellen?'.
7. Kom bij elkaar op een moment waarop jullie ruim de tijd hebben. Spreek niet af hoe lang het mag duren. Jullie zijn pas klaar als er een plan is waar iedereen het mee eens is.
8. Begin jullie bijeenkomst met kennismaken en het delen van informatie. Wat is er precies aan de hand? Is de vraag voor iedereen helder? Wat is er al gebeurd?
9. Maak daarna met elkaar een plan met oplossingen. Het plan geeft antwoord op de vraag van de bijeenkomst. Spreek duidelijk af wie wanneer wat doet en hoe de communicatie met elkaar moet lopen.
10. Spreek af wanneer jullie elkaar weer zien om te bespreken hoe het gaat met de uitvoering van het plan.
11. Spreek af wat jullie doen als de situatie verandert of als dingen anders gaan dan is afgesproken. Wie trekt er bijvoorbeeld aan de bel?
12. Is er professionele hulp nodig? Vraag om deze hulp (bijvoorbeeld bij het CJG) en breng de hulpverlener op de hoogte van jullie plan. Zo weet de hulpverlener wat hij moet doen en gaat hij of zij niet zelf iets voor jou bedenken.
13. Schrijf alle afspraken in jullie familiegroepsplan. Wat jullie gaan doen, wie het doet en wanneer dat gebeurt. Loop aan het eind de afspraken nog eens door met elkaar en als iedereen het ermee eens is, zet iedereen zijn naam erop. Jullie plan is af!
14. Eén persoon zet het plan in de computer en stuurt het naar alle aanwezigen. Stuur het ook naar betrokken hulpverleners, als die er zijn.

Een familiegroepsplan zorgt ervoor dat ouders de baas blijven over wat er aan de hand is en hoe ze dat gaan oplossen. Het plan is de eerste stap.

Evaluatie familiegroepsplan

Niets ligt vast in het leven. Er gebeuren soms dingen waardoor alles anders wordt. Dan past het plan niet meer. Het betekent niet dat het plan slecht was of dat een plan van een hulpverlener beter was geweest. Het betekent dat het tijd is voor een nieuw plan of een aanpassing van het bestaande.

Aanbod CJG Staphorst

Medewerkers van het CJG kunnen met ouders meedenken over de manier waarop ze tot een plan kunnen komen.

Bijvoorbeeld door:

- De netwerkbijeenkomst te organiseren of te begeleiden.
- Meedenken met de inhoud van het familiegroepsplan, of over het komen tot een goede vraag.
- Ouders in een gesprek helpen om het netwerk in kaart te brengen en om deze mensen te betrekken.
- Het CJG kan eventueel ook een ruimte ter beschikking stellen.