

Sturen op Zelfsturing vanuit de menselijke maat

Stress-sensitief werken in de jeugdbescherming

De uitdaging

Gezinnen in de jeugdbescherming kampen vaak met chronische stress: financiële problemen, psychische klachten, pedagogische onmacht, verslaving of een combinatie hiervan. Deze stress belemmert het denk- en doenvermogen, vergroot onveiligheid en maakt verandering moeilijk. Professionals staan voor de taak gezinnen te ondersteunen – zonder nòg meer stress toe te voegen.

Wat is Sturen op Zelfsturing?

Sturen op Zelfsturing (SoZ) vanuit de menselijke maat is een stress-sensitieve gespreksmethodiek. De professional herkent stress-signalen en speelt hier gericht op in, met als doel gezinnen te versterken in hun eigen kracht en probleemoplossend vermogen.

De aanpak combineert inzichten uit de psychologie en gedragswetenschap met motiverende en oplossingsgerichte gesprekstechnieken. Daarbij staat steeds centraal: hoe bedienen we in deze situatie de menselijke behoeften aan autonomie, betrokkenheid en competentie (ABC)?

Kernprincipes:

- Het gezin/familiesysteem staat centraal.
- Sterke punten en mogelijkheden worden bewust benut.
- Samenwerking tussen gezin, netwerk en professional wordt versterkt.
- De regie blijft zoveel mogelijk bij het gezin.

De menselijke maat in praktijk

De menselijke maat is méér dan een empathische houding en vraagt inzet op meerdere niveaus:

- **Professional** – werkt oordeelvrij, empathisch en gidsend. Laat regie waar mogelijk bij het gezin en gebruikt technieken als motiverende gespreksvoering, schaaltechniek en oplossingsgericht werken.
- **Manager** – creëert ruimte, vertrouwen en ondersteuning zodat professionals methodisch en stress-sensitief kunnen werken.
- **Organisatie** – borgt continuïteit, samenwerking en psychologische veiligheid. Voorkomt dat hulpverlening zelf een bron van stress wordt.
- **Beleid & maatschappij** – ondersteunt met realistische kaders, middelen en erkenning van de complexiteit van de jeugdbescherming.

Werkwijze

De methodiek doorloopt een proces in vier stappen:

1. **Verkennen** – situatie en doelen samen met het gezin in kaart brengen.
2. **Versterken** – sterke punten benoemen en benutten om doelen te bereiken.
3. **Oplossingsgericht werken** – zoeken naar haalbare manieren om obstakels te overwinnen.
4. **Evalueren** – regelmatig samen reflecteren en doelen bijstellen.

Bouwstenen van Sturen op Zelfsturing

- **Leefwereld centraal** – de behoeften van het gezin staan voorop, systemen passen zich aan.
- **Gidsende beroepshouding** – oordeelvrij, gelijkwaardig, bekrachtigend.
- **Passend gespreksdoel** – afgestemd op wat het gezin op dat moment kan en wil.
- **Effectieve gesprekstechnieken** – motiverende en oplossingsgerichte technieken, reflectief luisteren, schaaltechniek.
- **Praktische tools** – zoals praatplaten, methodiekkaarten en richtlijnen voor stress-sensitief schrijven.

Resultaten

- Gezinnen ervaren meer zelfvertrouwen en grip op hun situatie.
- Duurzame verandering: gezinnen nemen zelf regie.
- Verbeterde samenwerking binnen gezin en netwerk.
- Professionals werken consistent en effectiever.
- Professionals ervaren meer werkplezier, minder overbelasting.
- Positievare beeldvorming van de jeugdbescherming.

☞ Met Sturen op Zelfsturing vanuit de menselijke maat doorbreek je negatieve spiralen, vergroot je de kracht van gezinnen én versterk je de professional.