

— Handreiking Centrale zorgverlener (CZV) KnGG

De rol van de centrale zorgverlener binnen Kind naar Gezonder Gewicht (KnGG)

Centrale zorgverleners spelen een sleutelrol in de begeleiding van gezinnen naar een gezondere leefstijl. Door oog te hebben voor de bredere context en de structurele beperkingen waarmee gezinnen te maken hebben, kunnen centrale zorgverleners binnen de KnGG-aanpak effectiever handelen. Het versterken van vertrouwen, culturele sensitiviteit, belangenbehartiging en een realistische benadering van gedragsverandering draagt bij aan een duurzame en succesvolle ondersteuning van gezinnen op weg naar een gezondere leefstijl.

Vertrouwen als basis

Een sterke vertrouwensrelatie tussen centrale zorgverleners en gezinnen is essentieel voor een succesvolle aanpak. Wanneer er vertrouwen is, kunnen gevoelige thema's zoals overgewicht en (multi)problematiek makkelijker besproken worden. Zowel zorgverleners als gezinnen ervaren vertrouwen als een cruciale eerste stap—een basisvoorwaarde voordat andere onderwerpen aangepakt kunnen worden. Door op deze manier te werken, ontstaat een veilige basis waarin gezinnen zich vrij voelen om hun werkelijke behoeften en uitdagingen te delen.

Zo werk je aan vertrouwen:

- Neem de tijd voor kennismaking en het opbouwen van een band.
- Zorg voor gelijkwaardigheid: werk naast het gezin, niet erboven.
- Ga op huisbezoek om de leefomgeving en routines van het gezin te leren kennen. Zo ontstaat ruimte voor open en eerlijke gesprekken.
- Bied structurele ondersteuning en toon oprechte interesse en empathie, zonder oordeel.
- Ondersteun bij het herstellen van vertrouwen richting instanties. Veel gezinnen hebben een verminderd vertrouwen in zorginstanties en/of de overheid; de centrale zorgverlener kan hierin een bemiddelende en drempelverlagende rol vervullen.

(Culturele) sensitiviteit

Gezinnen hebben uiteenlopende (culturele) achtergronden en voedingsgewoonten. Aansluiten bij hun leefwereld verhoogt de kans op duurzame verandering.

Zo werk je aan culturele sensitiviteit:

- Luister, zonder oordeel, naar eet- en leefgewoonten.
- Vermijd algemene aannames over eet- en leefgewoonten op basis van cultuur; stel gerichte vragen om te achterhalen wat er echt speelt binnen het gezin
- Ga uiterst zorgvuldig om met taalgebruik en meetmomenten, vermijd stigmatiserende woorden als 'dik' of 'te zwaar' en beperk wegen/meten tot wat echt nodig is.
- Maak afspraken met alle betrokken zorgverleners over een respectvolle, cultureel sensitieve benadering en spreek elkaar hierop aan.

Belangenbehartiging tussen medisch en sociaal domein

Herhaaldelijk wegen en ongevoelig taalgebruik door zorgprofessionals kan schadelijk zijn voor het welzijn van een kind. In het medische domein kan meten en wegen soms teveel nadruk krijgen, terwijl sociale- en omgevingsfactoren juist van grote invloed zijn. Als centrale zorgverlener sla je een brug tussen gezinnen en zorgsystemen. Je beschermt hen tegen benaderingen die té medisch of sturend zijn.

Pak dit aan door:

- Begeleid gezinnen bij doorverwijzingen en bied aan mee te gaan naar afspraken. Dit kan drempelverlagend werken.
- Wijs medische zorgverleners op sociale factoren die medische keuzes beïnvloeden, zoals stress of armoede.
- Geef sociale informatie concreet door, bijvoorbeeld door niet alleen een "moeilijke thuissituatie" te benoemen zodat de andere professional concrete informatie krijgt om aansluitende hulpverlening te kunnen bieden.
- Gebruik sensitieve taal en attendeer ketenpartners hierop. Vermijd onnodig wegen en meten en maak vooraf duidelijke afspraken hierover met (medische)ketenpartners.
- Werk actief samen met medische professionals, sluit aan bij overleggen en onderhoud contact.
- Spreek ketenpartners aan als gemaakte afspraken niet worden nagekomen en schaal op naar de projectleider als dat nodig is.

Realistische benadering van gedragsverandering

Gedragsverandering lukt alleen als de aanpak past bij de situatie van het gezin.

Help gezinnen door:

- Rekening te houden met stress, geldzorgen en leefomstandigheden. Wat van buitenaf irrationeel kan lijken, is vaak een logisch gevolg van de situatie waarin een gezin zich bevindt.
- Te kiezen voor kleine, haalbare stappen, in plaats van grote, ingrijpende veranderingen.
- Doelen te koppelen aan dagelijkse routines, zodat verandering makkelijker vol te houden is.