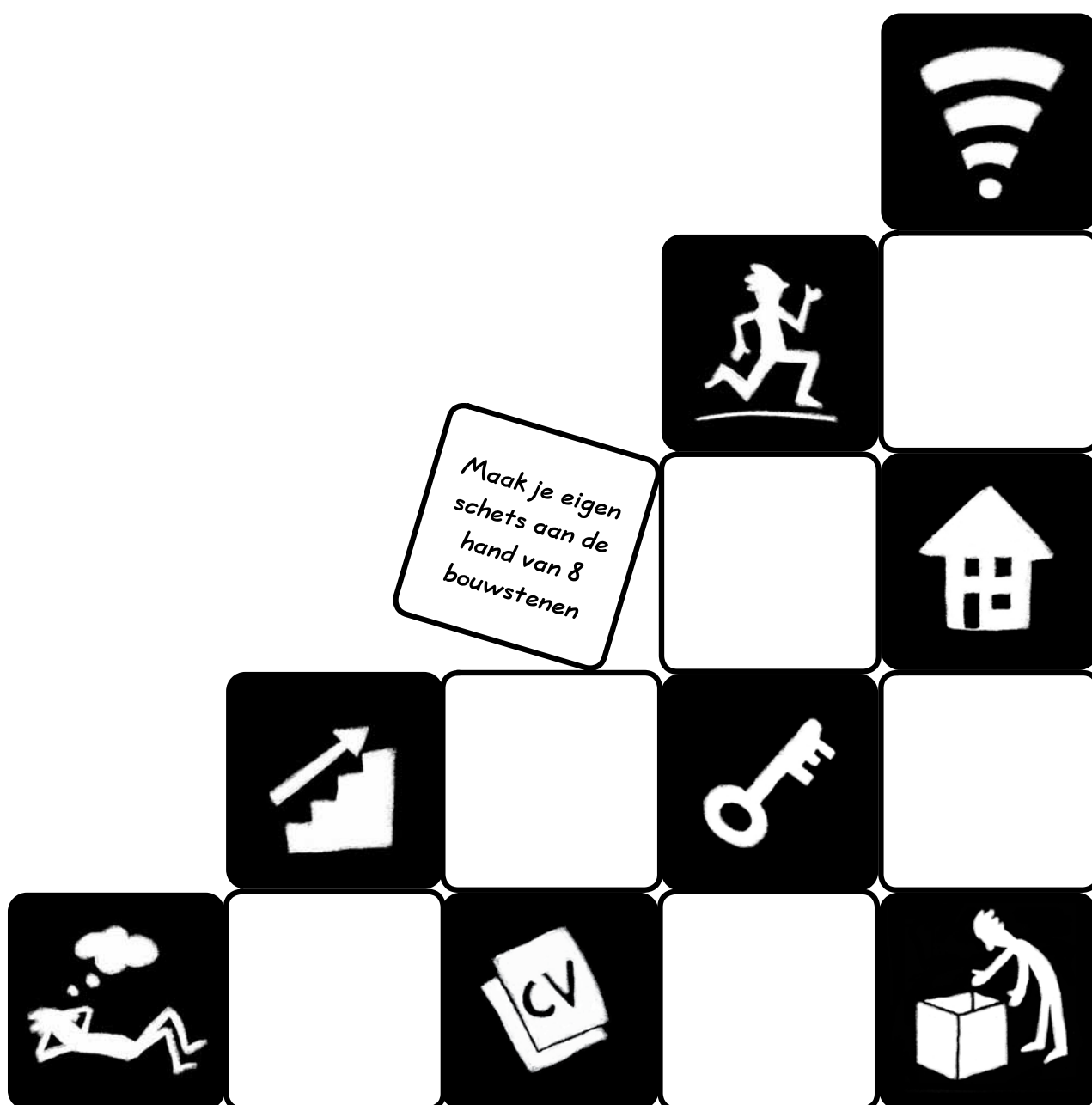


werkmap voor onthaalouders

BOUWEN AAN JE EIGEN DRAAGKRACHT



WAT IS HET PROJECT ONTHAALoudERS STERKER MAKEN?

In het project bouwen we aan een sterke gezinsopvang door te investeren in de voorbereiding op het beroep en de begeleiding van onthaalouders in het beroep.

Het project heeft twee doelen:

- Kandidaat onthaalouders ondersteunen door het maken van een Kennismakingstraject Gezinsopvang en het samenbrengen van startersinfo op www.gezinsopvanginfo.be
- Onthaalouders ondersteunen door het maken van hulpmiddelen voor begeleiders van onthaalouders: de werkmap 'Bouwen aan je eigen draagkracht' en inspirerende verhalen en materialen over netwerken van onthaalouders.

Het project loopt van januari 2011 tot december 2013. VBJK en CEGO realiseren het project in nauwe samenwerking met de sector. Dit project en product worden gefinancierd door het Europees Sociaal Fonds en de Vlaamse overheid.

MEER INFO?

Surf naar www.gezinsopvanginfo.be

VBJK, Vernieuwing in de Basisvoorzieningen voor Jonge Kinderen

www.vbjk.be

info@vbjk.be - tel: 0032 (0)9 232 47 35

CEGO, ExpertiseCentrum ErvaringsGericht Onderwijs

www.cego.be

cego@ppw.kuleuven.be - tel: 0032 (0)16 32 57 40

COLOFON

Titel: Bouwen aan je eigen draagkracht. Werkmap voor onthaalouders.

Auteurs: Sandra Van der Mespel (Red.), Brecht Peleman, Mieke Daems, Bart Declercq.

Gent, België, 2013

Eindredactie: Ankie Vandekerckhove

Vormgeving: Ciska De Ruyver (www.sterrenwekker.be)

Illustraties: Veerle Derave

V.U.: Jan Peeters, Raas Van Gaverestraat 67A, 9000 Gent

De werkmap is het resultaat van een verkennend onderzoek en ervaringen opgedaan binnen een piloottraject (dat liep van september 2012 tot december 2012). We bedanken graag de volgende organisaties voor hun medewerking:

De Blauwe Lelie Brugge, KAV, Landelijke Kinderopvang, PPJ, Reddie Teddy, Solidariteit voor het Gezin, Unieko, VCOK, Vlaams Welzijnsverbond, Voorzet, VVSG, Vzw VSPE.











vbjk

Vernieuwing in de
Basisvoorzieningen
voor Jonge Kinderen

Inhoud

Hoe ga je aan de slag met deze werkmap?	1
---	---

DEEL 1: BOUWSTENEN

 Bouwsteen 1: welbevinden in de job	5
 Bouwsteen 2: motivatie	9
 Bouwsteen 3: gezondheid en conditie	17
 Bouwsteen 4: sleutelvaardigheden	21
 Bouwsteen 5: ik en de jobinhoud	25
 Bouwsteen 6: gezin	37
 Bouwsteen 7: niet in je eentje	41
 Bouwsteen 8: vorming en ervaring	47

DEEL 2: SCHETS DRAAGKRACHT

DEEL 3: PERSOONLIJK ONTWIKKELINGSPLAN

HOE GA JE AAN DE SLAG MET DEZE WERKMAP?

Als onthaalouder zorg je samen met de ouders voor de opvoeding van hun kind. Dit is een mooie maar ook een uitdagende job. Je vervult verschillende rollen: kinderen opvoeden en verzorgen, samenwerken met ouders en de opvang organiseren. Vragen en problemen aanpakken, horen hier ook bij. Om alle taken, vragen of problemen te kunnen dragen, is het belangrijk dat je voldoende draagkracht hebt. Voor jou ligt je eigen werkmap met tal van oefeningen. Door deze oefeningen te maken, breng je in kaart wat nu jouw sterktes en aandachtspunten zijn. Dit is een vertrekpunt om tot actie te komen en je draagkracht te versterken.

Veel succes bij het in kaart brengen van je eigen draagkracht!

VOOR WIE IS DEZE WERKMAP?

Deze werkmap is voor kandidaat-onthaalouders en werkende onthaalouders.

BEN JE EEN KANDIDAAT-ONTHAALOUDEUR?



Dan onderzoek je in deze werkmap welke kansen en uitdagingen de job als onthaalouder voor jou op dit moment heeft. Zo kies je op een doordachte manier voor de job als onthaalouder. Beslis je om in de job te stappen? Dan heb je meteen een mooi vertrekpunt om jezelf verder te ontwikkelen als onthaalouder en je draagkracht te versterken.

BEN JE REEDS AAN DE SLAG ALS ONTHAALOUDEUR?

Dan onderzoek je in deze werkmap wat er voor jou op dit moment goed loopt in de job en met welke vragen of problemen je worstelt. Dit helpt je om in gesprek te gaan met je dienstverantwoordelijke of coach.

WAT VIND JE IN DEZE WERKMAP?

De draagkrachtmap bestaat uit 3 delen: de bouwstenen, de schets en het POP of persoonlijk ontwikkelingsplan.

Bouwstenen	De bouwstenen zijn zaken bij jezelf en in jouw omgeving die je steunen in je job of die de job lastig maken. In de map vind je voor elke bouwsteen een oefening. Er zijn telkens twee versies: één voor kandidaat-onthaalouders en één voor werkende onthaalouders. Maak de oefening bij de bouwsteen. Zo onderzoek je wat op dit moment jouw sterktes en aandachtspunten zijn.
Schets	<p>Op het Schets-werkblad maak je een overzicht van jouw sterktes en aandachtspunten bij de verschillende bouwstenen.</p> <p> wijst op je sterktes. Hierop kun je steunen als (toekomstige) onthaalouder.</p> <p> wijst op je aandachtspunten. Hieraan kun je sleutelen om je draagkracht te versterken.</p> <p>Het is letterlijk een schets: een niet-afgewerkte tekening, bedoeld om iets op een eenvoudige manier duidelijk te maken. Het toont hoe het nu loopt. Volgende maand kan het er al anders uitzien. Daarom is het zinvol om af en toe de oefeningen opnieuw te maken en te bespreken.</p>
POP	POP betekent: Persoonlijk OntwikkelingsPlan. In het POP bepaal je samen met jouw coach de acties die je de komende tijd wilt ondernemen om jezelf te ontwikkelen en je draagkracht te versterken.

HOE KUN JE DE MAP GEBRUIKEN?

Je kunt alleen aan de slag gaan met de oefeningen in de map. Maar het is nog interessanter om ook te praten over de oefeningen en jouw bevindingen. Dit kan je doen met collega-onthaalouders, een dienstverantwoordelijke (voor aangesloten onthaalouders) of een andere coach. Enkele voordelen zijn:

- Sterktes en aandachtspunten halen uit de oefeningen gaat makkelijker in gesprek met bijvoorbeeld een dienstverantwoordelijke of coach.
- Door te praten over de oefeningen, kom je soms nieuwe dingen over jezelf te weten.
- In gesprek met collega-onthaalouders krijg je concrete tips waarmee je onmiddellijk aan de slag kunt.
- Het is makkelijker om de schets met sterktes en aandachtspunten om te zetten in acties als je dit samen met iemand bespreekt.

WAT IS DRAAGKRACHT?

Draagkracht is je vermogen om alle taken, vragen of problemen in de job te kunnen dragen. Sommige elementen steunen je in de job, andere maken de job net lastig. De balans tussen beiden bepalen je draagkracht.

WAT HEEFT EEN INVLOED OP JE DRAAGKRACHT ALS ONTHAALOUDEUR?

Uit gesprekken met ervaren onthaalouders en uit onderzoek blijkt vooral dat deze elementen invloed hebben op je draagkracht als onthaalouder:

- De mate waarin jij je goed voelt (in de job)
- Je motivatie of jouw redenen om als onthaalouder te werken
- Je conditie en gezondheid
- Je persoonlijke kenmerken zoals je houding, je kijk op kinderen en ouders, kennis en vaardigheden, ...
- Je ervaring en opleiding
- De mate waarin de combinatie van job en privéleven vlot verloopt
- Je eigen netwerk of de mate waarin je steun vindt bij anderen

Dit zijn dan ook de bouwstenen in deze werkmap.

Elk van deze bouwstenen kunnen je steunen in je job. Enkele voorbeelden:

- Een opleiding over het begeleiden van jonge kinderen kan je sterker maken als onthaalouder.
- Als alle gezinsleden je job als onthaalouder als positief ervaren, dan maakt dit je werk vaak makkelijker.
- Als je een goed contact hebt met andere onthaalouders of met een coach, dan kan je daar terecht bij moeilijke situaties.

Tegelijkertijd kan elk van deze bouwstenen de job ook lastig maken. Opnieuw enkele voorbeelden:

- Geen ervaring en opleiding hebben in het begeleiden van jonge kinderen kan je onzeker maken.
- Soms vinden je studerende kinderen jouw job niet leuk omdat ze meer rust en privacy willen tijdens examenperiodes.
- Indien je niet voldoende steun hebt van een coach, worden moeilijke situaties soms erg zwaar.



BOUWSTENEN

De **bouwstenen** zijn zaken bij jezelf en in jouw omgeving die je steunen in je job of die de job lastig maken. Bij elke bouwsteen vind je een oefening. Zo onderzoek je wat op dit moment jouw sterktes en aandachtspunten zijn.

Dit zijn de bouwstenen:



1. Welbevinden in de job



2. Motivatie



3. Gezondheid en conditie



4. Sleutelvaardigheden



5. Ik en de jobinhoud



6. Gezin



7. Niet in je eentje



8. Vorming en ervaring



BOUWSTEEN 1: WELBEVINDEN IN DE JOB

HOE VOEL IK ME IN DE JOB OP DIT MOMENT?

Hoe jij je voelt in de job is een momentopname. Iedereen heeft momenten in zijn werk waarop hij zich meer of minder goed voelt. Toch is het belangrijk af en toe stil te staan bij de vraag hoe jij je voelt in de job. Want dit heeft invloed op je werk als onthaalouder. Een onthaalouder is meestal alleen met een groep kinderen. Zij of hij kan op moeilijke momenten niet onmiddellijk terecht bij een collega. Net daarom is zorg voor jezelf extra belangrijk als je werkt als onthaalouder.

In deze oefening onderzoek je hoe jij je op dit moment voelt in de job. Je gaat ook na welke situatie(s) je gelukkig maken in de job of waar je het lastig mee hebt.

Hoe maak je de oefening?



STAP 1: WELKE WOORDEN PASSEN BIJ JOUW GEVOEL OVER DE JOB?

Je ziet hiernaast verschillende woorden en uitdrukkingen. Denk terug aan de voorbije maand. **Welke woorden of uitdrukkingen passen het best bij jouw gevoel over de job op dit moment?** Duid aan of omcirkel wat bij je past. Je kunt ook zelf woorden of zinnen toevoegen.

STAP 2: IN WELKE SITUATIE?

Stel je bij de aangeduide woorden of uitdrukkingen de vraag: **in welke situatie(s) voel(de) ik me zo?** Schrijf de woorden die bij jou passen over onderaan het werkblad. Zoek voor elk woord een of meer situaties die hierbij passen. Beschrijf die kort. Deze situaties vormen een goed uitgangspunt om met jouw coach of andere onthaalouders te bespreken. Samen kan je dan zoeken naar manieren om je gevoel in de job op zo'n momenten te verbeteren of anders aan te pakken.

STAP 3: NAAR DE SCHETS

Noteer in de schets de belangrijkste resultaten uit de oefening. Deze 2 vragen helpen je hierbij.



Wat maakt jou gelukkig in de job?



Wat moet/kan voor jou veranderen om je goed te voelen in de job?

VOORBEELD SCHETS

Marta werkt al 9 jaar als onthaalouder. Ze heeft het gevoel dat ze meestal een goede band heeft met de kinderen. Sinds kort vangt ze een baby op die heel veel huilt. Het lijkt alsof ze er maar niet in slaagt om de baby een veilig gevoel te geven. Onlangs kreeg ze kritiek van een ouder. Die vond dat ze hun peuter te weinig stimuleert. Deze opmerking heeft haar hard geraakt. Door deze gebeurtenissen voelt ze zich terug heel onzeker in haar job: is ze eigenlijk wel een goede onthaalouder? 's Avonds voelt ze zich de laatste tijd vaak moe, maar 's morgens staat ze wel weer met hernieuwde energie klaar voor de kinderen.

1. WELBEVINDEN IN DE JOB



Wat maakt jou gelukkig in de job?

*Het plezier en de warme band met de kinderen.
Een goede nachtrust en een goede babbel.*



Wat moet/kan voor jou veranderen om je goed te voelen in de job?

*Wat extra steun in de situatie van de huilbaby.
Me minder van mijn stuk laten brengen als ouders een opmerking maken.*



Datum:



Oefening: Hoe voel ik me in de job op dit moment?



IN WELKE SITUATIE(S) VOEL(DE) JIJ JE ZO?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

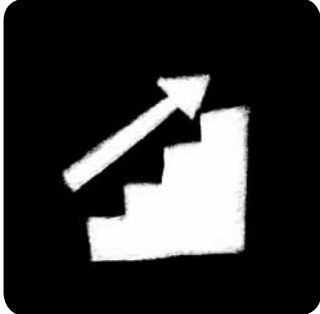
.....

.....

.....

.....





BOUWSTEEN 2: MOTIVATIE

WAAROM KIES IK VOOR DE JOB ALS ONTHAALOUDEUR?

Bij de start als onthaalouder koos je om één of meerdere redenen voor deze job. Dit bepaalt mee wat voor jou belangrijk is in de job. Wat jij belangrijk vindt, kan ook veranderen doorheen de tijd. Waarom kies je op dit moment voor de job? En wat zijn voor jou nadelen op dit moment?

Hoe maak je de oefening?



STAP 1: WAAROM KIES JE VOOR DEZE JOB?

Je leest hiernaast verschillende redenen om te werken als onthaalouder. Geef bij elke reden aan wat jij **op dit moment** over deze redenen vindt: belangrijk, zozo, niet belangrijk... Doe dit door de bollen in te kleuren: hoe belangrijker je de reden vindt, hoe meer bollen je kleurt. Is een reden voor jou helemaal niet belangrijk, dan laat je de bollen gewoon wit. Staat er een reden volgens jou niet in deze lijst? Vul die dan onderaan aan.

Omcirkel tot slot de drie belangrijkste redenen om te werken als onthaalouder.

STAP 2: NADELEN VAN DE JOB?

De job van onthaalouder heeft veel voordelen. Maar de job kan voor jou ook nadelen hebben. Ga na wat voor jou nadelen zijn van je job en hoe belangrijk deze zijn. 'Belangrijke' nadelen verdienen aandacht: die mogen namelijk niet te groot worden. Om gemotiveerd te blijven is het belangrijk dat de voordelen 'groter' blijven dan de nadelen.

Noteer de nadelen die jij belangrijk vindt.

TIP: De lijst in bijlage somt mogelijke voordelen en nadelen van de job op. Neem de lijst door en duid voordelen en mogelijke nadelen aan waarin je jezelf herkent.

STAP 3: NAAR DE SCHETS

Noteer in de schets de belangrijkste bevindingen uit de oefening. Deze vragen helpen je hierbij.



Wat zijn voor jou de belangrijkste redenen om te (blijven) werken als onthaalouder?



Wat zijn voor jou de belangrijkste nadelen van de job?

VOORBEELD SCHETS

Martine werkt 15 jaar als onthaalouder. Ze koos vroeger voor de job om de zorg voor hun eigen kinderen makkelijker te combineren met werk. Ondertussen zijn haar kinderen groot. Ze is de fiere grootmoeder van twee kleinkinderen. Ze houdt nog steeds van het werken met jonge kinderen. Maar ze vindt het ook belangrijk om het gezin van haar zoon te helpen. Ze wil graag één dag per week haar kleinkinderen ophalen van school en de avond met hen doorbrengen. Tegelijkertijd wil ze de ouders van de opvangkinderen niet in de steek laten.

2. MOTIVATIE



Wat zijn jouw redenen om te (blijven) werken als onthaalouder?

Werken met jonge kinderen.



Wat zijn voor jou nadelen van de job?

Mijn werk als onthaalouder is moeilijk te combineren met mijn rol als grootmoeder.



Datum:



Oefening: Waarom kies ik voor de job als onthaalouder?

Ik hou van het contact met andere mensen. 0 0 0 0

Ik ben thuis voor mijn gezin. 0 0 0 0

Ik kan overdag het huishouden doen. 0 0 0 0

Ik heb werkzekerheid. 0 0 0 0

Het is een beroep waarbij je veel zelfstandigheid hebt. 0 0 0 0

Ik werk graag met kinderen. 0 0 0 0

Deze job geeft me een goed inkomen. 0 0 0 0

Ik werk graag thuis. 0 0 0 0

Een andere reden: 0 0 0 0

Een andere reden: 0 0 0 0

DIT ZIJN VOOR MIJ NADELEN VAN DE JOB:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



EXTRA: Voordelen en mogelijke nadelen



Elke reden om te werken als onthaalouder houdt bepaalde voordelen maar soms ook nadelen in. Hieronder lees je per reden enkele voorbeelden. Je kunt de lijst ook zelf aanvullen.

1. Ik hou van het contact met andere mensen.

VOORDELEN

- Elke morgen en elke avond heb je contact met de ouders.
- Je ontmoet collega-onthaalouders.
- De contacten met de jonge ouders, houden je jong van geest.
- ...

MOGELIJKE NADELEN

- Je bent een groot deel van de dag alleen met de kinderen.
- Een gevoel van sociaal isolement is één van de meest genoemde redenen om te stoppen als onthaalouder.
- Ouders kunnen heel sterk verschillen van elkaar en van jezelf als persoon en opvoeder. Dit is uitdagend maar soms ook moeilijk.
- ...

2. Ik ben thuis voor mijn gezin.

VOORDELEN

- Je eigen kinderen leren speelgoed delen, leren zelfstandiger zijn en meer verantwoordelijkheid dragen.
- Je kan je kinderen thuis opvangen na school of als ze ziek zijn.
- Je kinderen krijgen meer speelkameraden.
- Je wordt zelfstandiger.
- ...

MOGELIJKE NADELEN

- Door de lange werkdagen kun je minder tijd met je gezin doorbrengen.
- Er is minder privacy voor het gezin.
- Je kunt je eigen kinderen niet zelf naar school brengen of afhalen.
- Je kan de deur van je bureau niet achter je dichttrekken en je werk tot de volgende dag vergeten.
- ...

3. Ik kan overdag het huishouden doen.

VOORDELEN

- Kinderen vinden het vaak fijn om samen met jou huishoudelijke taken te doen, bijvoorbeeld kleren in de wasmachine stoppen, kleren helpen aan een droogrek hangen, poetsen, enz.
- ...

MOGELIJKE NADELEN

- Onthaalouder zijn, is een volwaardige, echte job. Net zoals bij een andere job, betekent dit dat het huishouden grotendeels voor of na je werkuren (de opvanguren) gebeurt.
- ...



4. Ik heb werkzekerheid.

VOORDELEN

- Je moet geen bepaald diploma hebben.
- Er is veel vraag naar onthaalouders.
- Je krijgt de kans om ervaring op te doen en vorming of opleiding te volgen.
- ...

MOGELIJKE NADELEN

- Starten als onthaalouder vraagt veel investeringen. Je moet bijvoorbeeld je huis aanpassen en babybedjes en speelgoed aankopen. Je inkomen schommelt. Het wordt immers bepaald door het aantal kinderen dat je opvangt.
- Het is een veeleisende job. Vooral het begin is zwaar.
- ...

5. Het is een beroep waarbij je veel zelfstandigheid hebt.

VOORDELEN

- Werken als onthaalouder vergt veel zelfstandigheid: je kiest voor een groot deel zelf hoe je het doet.
- Je kan je laten begeleiden en ondersteunen.
- Je kunt zelf je opvanguren kiezen.
- ...

MOGELIJKE NADELEN

- Je bent alleen verantwoordelijk voor een groep kinderen. Dit kan zwaar wegen.
- Je bent afhankelijk van anderen: de kinderen en de ouders bepalen hoe je dag verloopt.
- De job biedt weinig flexibiliteit (of: je zit vast in een schema). Je kan bijvoorbeeld niet zomaar een dag vrijaf nemen.
- ...

6. Ik werk graag met kinderen.

VOORDELEN

- Onthaalouders die omwille van deze reden in de job stappen, beleven doorgaans veel plezier aan de job en leveren ook goede kwaliteit.
- Je bent actief bezig met de kinderen. Je speelt, danst en zingt met hen.
- Je ziet kinderen groeien van baby tot peuter. Je kan een belangrijke bijdrage leveren aan dit groeiproces.
- ...

MOGELIJKE NADELEN

- Een hele dag lang alleen instaan voor de opvang van een groep jonge kinderen kan zwaar zijn.
- Je kan de samenstelling van je groep niet volledig zelf bepalen. De groepsamenstelling (bvb. de leeftijd, de zorgbehoeften en het karakter van de kinderen) bepaalt sterk hoe vlot de opvang verloopt.
- Je werkt niet alleen met de kinderen maar ook met de ouders. Soms doen er zich ergernissen of conflicten voor met ouders.
- ...



7. Deze job geeft me een goed inkomen.

VOORDELEN

- Voor aangesloten onthaalouders zijn er enkele (fiscale) voordelen.
- Als zelfstandige onthaalouder bepaal je zelf je opvangprijs.
- Momenteel is er veel vraag naar kinderopvang.
- ...

MOGELIJKE NADELEN

- Je inkomen schommelt. Het is afhankelijk van het aantal kinderen dat je opvangt en dit is niet altijd vooraf te voorspellen.
- Je hebt geen bescherming als 'werknemer'.
- Als zelfstandige onthaalouder beheer je volledig zelf inkomsten en uitgaven.
- Je inkomen is afhankelijk van de vraag naar kinderopvang.
- ...

8. Ik werk graag thuis.

VOORDELEN

- Je 'verliest' geen tijd aan reizen of files.
- Je bent je eigen baas: je organiseert zelf het werk en kan in grote mate je eigen aanpak bepalen.
- Er zit veel variatie in je werk. Je hebt verschillende taken. De groep kinderen en ouders wisselt doorheen de tijd.
- ...

MOGELIJKE NADELEN

- Je kan de deur van je bureau niet achter je dichttrekken en je werk tot de volgende dag vergeten.
- Een hele dag thuis werken met een groep kinderen is soms eenzaam.
- De opvang van de kinderen zorgt voor meer rommel in huis. Je moet de inrichting ook aanpassen aan de opvang.
- ...





BOUWSTEEN 3: GEZONDHEID EN CONDITIE

HOE FIT EN GEZOND VOEL IK ME VOOR DE JOB?

Werken met jonge kinderen is zwaar voor je lichaam. In dit werk moet je vaak buigen, heffen, hurken en dragen. De meest voorkomende lichamelijke klachten bij mensen die in de kinderopvang werken, zijn klachten aan de rug, nek, schouders en armen. In deze oefening sta je stil bij jouw gezondheid en conditie in relatie tot de job. Zo kun je lichamelijke klachten bespreken en aanpakken.

Hoe maak je de oefening?



STAP 1: LICHAMELIJKE KLACHTEN IN KAART

Had jij in de afgelopen 12 maanden last van pijn tijdens het uitvoeren van je job? Ja?

Kleur deze lichaamsdelen op de figuur oranje indien je **soms** last hebt van pijn. Kleur rood als dit **vaak** voorkomt.

TIP: *Lichamelijke klachten kun je voorkomen door de juiste houding en een aangepaste inrichting.*

Informatie over hoe je jouw lichaam kunt sparen, vind je op www.gezinsopvanginfo.be

STAP 2: NAAR DE SCHETS

Noteer in de schets de belangrijkste resultaten uit de oefening. Deze 2 vragen helpen je hierbij.



Wat doe jij vandaag al om je lichaam te sparen?



Wat zijn jouw aandachtspunten of vragen over je gezondheid en conditie in relatie tot je job?

VOORBEELD SCHETS

Johan werkt als onthaalouder. In het verleden had hij last van rugklachten. Door te sporten en zijn houding aan te passen, zijn de klachten momenteel grotendeels verdwenen.

3. GEZONDHEID EN CONDITIE



Wat doe jij vandaag al om je lichaam te sparen?

Sporten. Ik let steeds goed op hoe ik kinderen op til.



Wat zijn jouw aandachtspunten of vragen over je gezondheid en conditie?

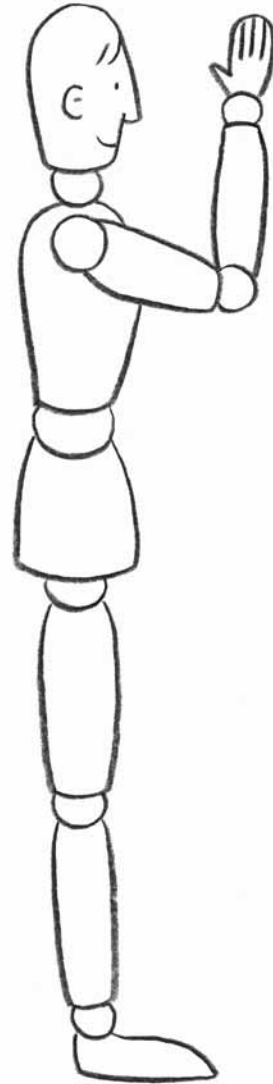
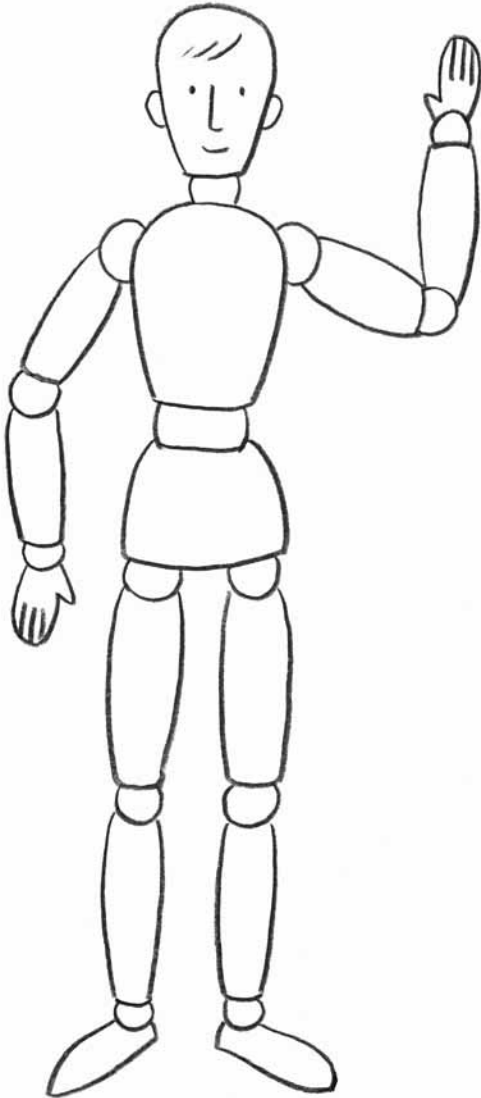
Kinderen verpamperen blijf ik lastig vinden voor mijn rug. Kan ik iets veranderen zodat dit minder lastig wordt?



Datum:



Oefening: Hoe fit en gezond voel ik me voor de job?







BOUWSTEEN 4: SLEUTELVAARDIGHEDEN

BEZIT IK DE SLEUTELVAARDIGHEDEN VAN EEN ONTHAALOUDE?

Wie je bent, je houding, je kijk op kinderen en ouders, je kennis en vaardigheden, bepalen mee de kwaliteit van je werk. Enkele kenmerken zijn extra belangrijk: ze zijn noodzakelijk voor een goede gezinsopvang. Men noemt dit ook wel de 'sleutelvaardigheden' van een onthaalouder. In welke mate zet jij vandaag de sleutelvaardigheden in? Waar kan je meer op gaan letten?

De sleutelvaardigheden van een onthaalouder:

- Betrokken zijn op kinderen.
- Goed zijn in communicatie.
- Een professionele houding hebben.
- Zelfstandig zijn.
- Met stress kunnen omgaan.
- Creatief zijn.

Hoe maak je de oefening?



STAP 1: IN WELKE MATE ZET JE DE SLEUTELVAARDIGHEDEN IN?

Lees de uitspraken bij de sleutelvaardigheden. Dit zijn voorbeelden van wat zo'n vaardigheid betekent voor je werk met kinderen en ouders.

In welke mate herken je jezelf in deze uitspraken? Kleur het aantal bollen dat het best bij jou past.

1 = helemaal niet, 2 = soms, 3 = meestal, 4 = bijna altijd.

Bedenk dan één of meerdere situaties die je zelf meemaakte en die jouw 'score' illustreren.

STAP 2: NAAR DE SCHETS

Noteer in de schets de belangrijkste resultaten uit de oefening. Deze 2 vragen helpen je hierbij.



Welke sleutelvaardigheden zet jij vandaag al sterk in?



Wat zijn jouw vragen of aandachtspunten na het maken van deze oefening?

VOORBEELD SCHETS

Eva schat in dat ze de sleutelvaardigheden 'betrokken zijn op kinderen' en 'een professionele houding' vandaag al goed beheerst. Ze leert vooral ook heel graag bij en gaat graag naar vormingen.

Wanneer ze zich aangevallen voelt door iemand, vindt ze het moeilijk om rustig te blijven. Ze klapt dan snel dicht of barst in tranen uit. Soms slaat ze ook wel eens in paniek als er veel tegelijkertijd op haar af komt.

4. SLEUTELVAARDIGHEDEN



Welke sleutelvaardigheden zet jij vandaag al sterk in?

Betrokken op kinderen.

Een professionele houding hebben: bijleren!



Wat zijn jouw vragen of aandachtspunten bij de sleutelvaardigheden?

Hoe pak ik conflicten met ouders aan?

Hoe maak ik een goede planning zodat de drukte me niet te veel wordt?



Datum:



Oefening: In welke mate zet ik de sleutelvaardigheden in?

Betrokken zijn op kinderen

0 0 0 0

- Ik zie wat kinderen boeit.
- Ik speel in op wat kinderen graag doen.
- Ik leg makkelijk contact met kinderen.
- Ik ga op een positieve manier om met kinderen.
- Ik vind het makkelijk om een vertrouwensrelatie op te bouwen met kinderen.
- Ik voel de noden van elk kind aan en doe er iets mee.
- Ik troost kinderen met verdriet.

Een voorbeeld:

.....

.....

.....

Goed zijn in communicatie

0 0 0 0

- Ik breng mijn eigen boodschap (mijn mening, informatie, gevoelens, vragen) duidelijk over naar anderen.
- Ik luister naar anderen.
- Ik laat me niet meeslepen in gesprekken en discussies.
- Ik leg makkelijk contact met anderen.
- Ik ga positief om met kritiek van anderen.

Een voorbeeld:

.....

.....

.....

Een professionele houding hebben

0 0 0 0

- Ik kom gemaakte afspraken na.
- Ik let spontaan op veiligheid, gezondheid en hygiëne.
- Ik neem verantwoordelijkheid voor eigen handelen en de gevolgen daarvan.
- Bij moeilijkheden of conflicten ga ik in gesprek met de betrokkene(n).
- Ik vertel persoonlijke informatie niet door.
- Ik kan zeggen wat ik (niet) goed onder de knie heb.
- Ik sta open voor feedback over mijn werking of aanpak.
- Ik zoek naar manieren om mijn werkwijze te verbeteren.
- Ik maak gebruik van de ideeën of kennis van anderen.

Een voorbeeld:

.....

.....

.....



Zelfstandig zijn

0 0 0 0

- Ik zie uit mezelf wat er moet gebeuren.
- Ik kan verschillende opdrachten tegelijkertijd uitvoeren.
- Ik reageer rustig op onverwachte of onaangename gebeurtenissen.
- Dankzij een goede planning kan ik drukke momenten goed doorkomen.
- Als er zich een probleem voordoet, dan pak ik dit aan.

Een voorbeeld:

.....

.....

.....

Met stress kunnen omgaan

0 0 0 0

- Ik kan werken onder druk (kinderen die tegelijk aandacht nodig hebben, noodsituaties, ...)
- Ik weet wat me stress geeft en hoe ik daar best mee omga.
- Ik kan me goed ontspannen, ook gedurende een werkdag.
- Ik neem signalen van mijn lichaam serieus.
- Ik kan mijn werk van me afzetten.
- Ik kan 'nee' zeggen als iemand me iets vraagt.
- Ik kan op een goede manier omgaan met gevoelens zoals boosheid, ongeduld of frustratie.
- Ik laat me niet makkelijk uit mijn lood slaan.

Een voorbeeld:

.....

.....

.....

Creatief zijn

0 0 0 0

- Ik zorg zelf voor oplossingen als er (kleine) problemen zijn.
- Ik bedenk leuke spelletjes of activiteiten voor kinderen.
- Ik zoek naar manieren om kinderen te betrekken bij dagelijkse activiteiten zoals tafel dekken, eten bereiden of de was doen.
- Ik ben best origineel.
- Ik kan een situatie of probleem door een andere bril bekijken.

Een voorbeeld:

.....

.....

.....



BOUWSTEEN 5: IK EN DE JOBINHOUD

WAAR BEN IK GOED IN? WAT BOEIT ME?

Een onthaalouder heeft verschillende rollen. Hij/zij is:



een verzorger van jonge kinderen,



een professionele opvoeder,



een opvoedingspartner van ouders,



een manager,



een netwerker en onderzoeker.

Om deze rollen goed uit te voeren, heb je bepaalde kwaliteiten en vaardigheden nodig. In deze oefening verken je de verschillende rollen. Waar ben jij goed in? Wat boeit je meer of minder?

Hoe maak je de oefening?



STAP 1: ELKE ROL ONDER DE LOEP

Op de volgende bladzijden vind je meer uitleg over de verschillende rollen van een onthaalouder. Je leest er welke kwaliteiten en vaardigheden bij de rol horen. Hoe zit het met jouw kwaliteiten en vaardigheden? Welke rol boeit je meer of minder? Duid aan op het werkblad, door de bolletjes in te kleuren zoals jij denkt dat het best bij je past. Onder elke vaardigheid staan voorbeelden die duidelijk maken wat er bedoeld wordt. Al je ideeën, vragen of opmerkingen kun je achteraan op het werkblad noteren.

Tip: Op de website www.gezinsopvanginfo.be vind je meer info over de verschillende rollen van een onthaalouder. Je kunt er interessante artikels, filmpjes of links over het beroep vinden.

STAP 2: NAAR DE SCHETS

Klaar met alle werkbladen? Leg dan alle werkbladen naast elkaar. Noteer in de schets de belangrijkste resultaten uit de oefening. Deze 2 vragen helpen je hierbij.



Wat zijn jouw talenten?

Je kunt je eigen talenten ontdekken door op de werkbladen te zoeken naar die delen van de job waarin je goed bent én die je boeien.



Wat zijn jouw leervragen?

Dit zijn de delen van de job waarin je jezelf op dit moment minder bedreven voelt maar waar je graag meer wilt over leren (die je dus wel boeien).

VOORBEELD SCHETS

Vera werkt sinds 3 jaar als onthaalouder. Na het maken van de oefening stelt Vera vast dat ze sterk is in plannen en organiseren. Daarnaast is ze iemand die graag op vorming gaat. Ze houdt van praten en discussiëren met anderen en legt makkelijk contacten.

Het samenwerken met ouders blijft ze soms moeilijk vinden. Haar ouders zijn een zeer gemengde groep. Soms vindt ze het moeilijk om het gedrag van een ouder te begrijpen. Ze wil dit wel graag beter doen.

5. IK EN DE JOBINHOUD



Wat zijn jouw talenten?

*Ik ben sterk in plannen en organiseren.
Ik ben een sociaal iemand en leer graag bij.*



Wat zijn jouw leervragen?

Hoe omgaan met verschillende ouders?



Datum:

Oefening: Waar ben ik goed in? Wat boeit me?
Onthaalouder als professionele opvoeder



o = soms o o = meestal o o o = bijna altijd

		hier ben ik goed in	dit boeit me
	<p>Je voelt aan wat kleine kinderen nodig hebben om zich veilig en goed te voelen.</p> <p><i>Als een baby huilt, troost je het door de baby dicht tegen jou te houden.</i></p> <p><i>Voor je een fopspeen van een kind wegneemt, leg je eerst uit dat het tijd is om de fopspeen weg te leggen en leg je de fopspeen samen weg.</i></p>	o o o	o o o
	<p>Je ziet en voelt aan wat een kind boeit. Je weet hoe je het kunt stimuleren in zijn of haar spel.</p> <p><i>Een baby die net kan kruipen, krijgt de kans om veel rond te kruipen.</i></p> <p><i>Voor een peuter die geïnteresseerd is in auto's bedenk je spelletjes met auto's.</i></p>	o o o	o o o
	<p>Je biedt allerlei spelletjes en uitdagende activiteiten aan.</p> <p><i>In een activiteit met klei ontdekken de kinderen hoe klei voelt en wat je ermee kunt doen.</i></p> <p><i>In de zomer spelen de kinderen met water buiten.</i></p>	o o o	o o o
	<p>Je speelt enthousiast mee met de kinderen.</p> <p><i>Je zingt liedjes met de kinderen of je proeft van de lekkere soep die ze maken.</i></p>	o o o	o o o
	<p>Je biedt de kinderen structuur aan, maar bent ook soepel om je aan te passen waar nodig.</p> <p><i>Elke dag heeft een vaste indeling. Zo lees je steeds een boekje wanneer de baby's slapen. Je hebt er geen moeite mee om deze indeling los te laten als het nodig is.</i></p> <p><i>Voor het slapen gaan, gebruik je een vast ritueel: eerst een verse luier, een slaapliedje zingen, een dikke knuffel en dan slapen.</i></p>	o o o	o o o

Dit zijn mijn ideeën, vragen of opmerkingen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....





.....

.....

.....



o = soms o o = meestal o o o = bijna altijd

		hier ben ik goed in	dit boeit me
	Kinderen krijgen de ruimte om hun eigen interesses te volgen en op ontdekking te gaan. <i>Kinderen die nood hebben aan beweging, kunnen regelmatig buiten spelen.</i> <i>Een kind dat niet wil meedoen met een activiteit, nodig je uit maar dwing je niet om mee te doen.</i>	o o o	o o o
	Je geeft uitleg aan kinderen bij wat er gebeurt en wat kan en niet kan in de opvang. <i>Tijdens het verluieren praat je met de kinderen, ook met de allerkleinsten.</i> <i>Je legt aan de kinderen uit dat ze niet met deuren mogen spelen omdat iemand zich zo kan pijn doen.</i>	o o o	o o o
	Je reageert op een positieve manier op ruzies of probleemgedrag bij kinderen. <i>Bij ruzies verwoord je de gevoelens van de kinderen. Je zoekt samen met hen naar een oplossing.</i> <i>Bij kinderen die vaak huilen, zoek je samen met de ouders uit hoe dit komt en wat je kunt doen.</i>	o o o	o o o
	Je zorgt voor sfeervolle en gezellige momenten in de opvang. Zo krijgen de kinderen een goede band met elkaar en met jou. <i>Het eten is een moment van gezellig samen zijn.</i> <i>Af en toe doe je eens samen zot met de kinderen.</i>	o o o	o o o

Dit zijn mijn ideeën, vragen of opmerkingen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

Datum:



Oefening: Waar ben ik goed in? Wat boeit me?
Onthaalouder als opvoedingspartner van ouders

o = soms o o = meestal o o o = bijna altijd

		hier ben ik goed in	dit boeit me
 <p>Je voedt samen met de ouders de kinderen op. Dit betekent dat je een respectvolle en open houding naar ouders hebt. Dit is niet altijd makkelijk want iedereen heeft zijn eigen gewoonten en ideeën over opvoeden. Je zoekt steeds naar manieren om rekening te houden met hun gewoonten en ideeën. Als dit niet kan, dan zoek je samen met hen naar een oplossing.</p> <p><i>De ouders van Jacob zijn vegetariërs. Ze willen dat ook Jacob vegetarisch eet. Je zoekt samen hoe Jacob bij jou op een gezonde manier vegetarisch kan eten.</i></p> <p><i>Abiba is 5 maanden. Haar moeder heeft de gewoonte om haar in een draagzak bij zich te dragen. Je respecteert dit en zoekt hoe je op jouw manier Abiba voldoende warmte en veiligheid kunt geven.</i></p>		o o o	o o o
 <p>Je spreekt met ouders over de dagelijkse ervaringen met hun kind. Je wisselt met hen informatie uit.</p> <p><i>Wanneer ouders hun kind komen halen, vertel je een leuke anekdote van de voorbije dag.</i></p> <p><i>Je toont ouders foto's van hun kind in de opvang.</i></p> <p><i>Als een kind minder goed eet, vraag je hoe het eten thuis verloopt. Je vraagt wat een ouder doet als hun kind niet wil eten.</i></p>		o o o	o o o

Dit zijn mijn ideeën, vragen of opmerkingen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....




.....

.....

.....



o = soms o o = meestal o o o = bijna altijd

		hier ben ik goed in	dit boeit me
 <p>Als onthaalouder krijg je af en toe te maken met moeilijke situaties. Je bent dan in staat om zorgen en problemen op een open en opbouwende manier met de ouder(s) te bespreken. <i>Je maakt je zorgen over een kind dat nog steeds niet zit. Je bespreekt je zorg met de ouders. Je ergert je aan ouders die steeds te laat komen. Je praat hierover met de ouders.</i></p>		o o o	o o o
 <p>Je voert een kennismakingsgesprek met nieuwe ouders. Hierin presenteer je jezelf, bespreek je hun vragen en verwachtingen en geef je hen de informatie die ze nodig hebben. <i>Je spreekt met nieuwe ouders af op een rustig moment en neemt uitgebreid de tijd om kennis te maken. Je laat hen de opvangruimtes zien. Je zorgt dat ze zich op hun gemak voelen om vragen te stellen.</i></p>		o o o	o o o
 <p>Voor de start van de opvang voorzie je een wenperiode waarin jij, het kind en de ouders elkaar leren kennen. <i>Je nodigt nieuwe ouders uit om voor de start van de opvang één of meerdere keren met hun kind op bezoek te komen. Ze snuiven er de sfeer op. Jij kunt dan goed kennismaken met hun kind. Je kijkt hoe de ouder zijn/haar kind troost, hoe de ouder zijn/haar kind eten geeft, wat het kind leuk vindt, enz.</i></p>		o o o	o o o

Dit zijn mijn ideeën, vragen of opmerkingen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

Datum:

Oefening: Waar ben ik goed in? Wat boeit me?
Onthaalouder als verzorger



o = soms o o = meestal o o o = bijna altijd

		hier ben ik goed in	dit boeit me
	<p>Je zorgt dagelijks voor gezonde voeding en aangename eetmomenten voor baby's en peuters.</p> <p><i>Je zorgt voor variatie in het menu: verschillende soorten groenten, vlees of vis wisselen elkaar af.</i></p> <p><i>Tijdens het eten praat je met de kinderen. Baby's eten volgens hun eigen ritme.</i></p>	o o o	o o o
	<p>Je verzorgt de kinderen. Je gebruikt deze momenten om kinderen even persoonlijk aandacht te geven.</p> <p><i>Tijdens het verluieren praat je met de kinderen.</i></p> <p><i>Je zet peuters op een positieve manier aan om op het potje te gaan.</i></p>	o o o	o o o
	<p>Je past de aanbevelingen over het voorkomen van wiegendood toe.</p> <p><i>Je kent de aanbevelingen om wiegendood te voorkomen.</i></p> <p><i>Tijdens de eerste dagen in de opvang ben je extra waakzaam.</i></p>	o o o	o o o
	<p>Je zorgt voor een veilige opvang door gevaarsituaties te voorkomen en permanent toezicht te houden.</p> <p><i>Je weet wat de meest voorkomende ongevallen bij jonge kinderen zijn. Je richt de ruimte zo in dat deze ongevallen zo veel mogelijk vermeden worden. Af en toe doe je een ronde door de opvangruimtes om te zien of er niks kapot is waaraan de kinderen zich kunnen bezeren.</i></p>	o o o	o o o

Dit zijn mijn ideeën, vragen of opmerkingen:

.....

.....

.....

.....

.....




.....

.....

.....



o = soms oo = meestal ooo = bijna altijd

		hier ben ik goed in	dit boeit me
	<p>Je past de basisregels van hygiëne toe en doet het nodige om infecties te voorkomen.</p> <p><i>Je wast je handen regelmatig en op een correcte manier. Knuffels en speelgoed worden regelmatig gewassen. Flesvoeding bereid je op een hygiënisch correcte manier.</i></p>	o o o	o o o
	<p>Bij ongevallen weet je hoe je het best reageert. Je kunt levensreddend handelen en EHBO bij jonge kinderen toepassen.</p> <p><i>Je reageert rustig en beslist of je de ouders, een arts en/of een verantwoordelijke moet verwittigen. Je weet hoe je een wondje correct ontsmet en verzorgt. Je weet wat je moet doen als een baby zich verslikt.</i></p>	o o o	o o o
	<p>Wanneer een kind ziek is, ben je in staat om ziekte te herkennen, de juiste zorgen toe te dienen en de ernst van de situatie in te schatten.</p> <p><i>Je weet op welke signalen je let om te zien of het ernstig is of niet. Je weet wanneer je een ziek kind wel of niet kunt toelaten. Je legt dit duidelijk uit aan de ouders.</i></p>	o o o	o o o

Dit zijn mijn ideeën, vragen of opmerkingen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Datum:

Oefening: Waar ben ik goed in? Wat boeit me? Onthaalouder als organisator



o = soms o o = meestal o o o = bijna altijd

		hier ben ik goed in	dit boeit me
	<p>Je vervult administratieve taken. Ben je een zelfstandige onthaalouder, dan sta je volledig zelf in voor de administratie.</p> <p><i>Je voert de boekhouding uit.</i></p> <p><i>Je sluit de nodige verzekeringen af.</i></p> <p><i>Je stelt uurroosters en vakantieregeling op.</i></p> <p><i>Je houdt zorgvuldig alle gegevens van elk kind bij.</i></p> <p><i>Je stelt facturen op en int betalingen.</i></p> <p>Ben je aangesloten bij een dienst, dan neemt de dienst een belangrijk deel van deze taken voor zijn rekening, zoals: overeenkomsten met ouders opstellen, prijs voor ouders berekenen en facturen innen, afsluiten van de nodige verzekeringen, enz. Jij staat dan bvb. in voor het bijhouden van prestatiestaten of werkfiches. Of je maakt met de dienst afspraken over uurrooster en vakantieregeling.</p>	o o o	o o o

Dit zijn mijn ideeën, vragen of opmerkingen:

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....



o = soms o o = meestal o o o = bijna altijd

		hier ben ik goed in	dit boeit me
	<p>Je zorgt voor een goede dag- en weekplanning. <i>Spel en rustmomenten wisselen elkaar af.</i> <i>Je organiseert de opvang 's morgens en 's avonds zodanig dat je voldoende aandacht kunt besteden aan kinderen en ouders bij breng- en haalmomenten.</i> <i>Je plant je dag en week zodanig dat je naast alle praktische taken ook tijd hebt om met de kinderen te spelen, een boekje te lezen of te knutselen.</i> <i>Als een nieuwe baby voor het eerst komt, pas je jouw planning aan zodat je de nieuwe baby extra aandacht kunt schenken.</i></p>	o o o	o o o
	<p>Je kent je eigen grenzen en bewaakt ze. <i>Je weet welke opvanguren in jouw situatie realistisch zijn.</i> <i>Je durft ouders op een respectvolle manier aan te spreken indien ze zich niet aan de afgesproken opvanguren houden.</i> <i>Je weet hoeveel baby's en peuters jij tegelijkertijd aankunt in de opvang. Je zorgt ervoor dat je hier niet over gaat.</i></p>	o o o	o o o

Dit zijn mijn ideeën, vragen of opmerkingen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

Datum:



Oefening: Waar ben ik goed in? Wat boeit me?
Onthaalouder als onderzoeker en netwerker

o = soms oo = meestal ooo = bijna altijd

		hier ben ik goed in	dit boeit me
	<p>Je evalueert regelmatig je eigen werking en functioneren. Op basis hiervan onderneem je actie om de werking en je eigen functioneren te verbeteren.</p> <p><i>'s Avonds neem je even de tijd om je werkdag te overlopen: Wat is er goed gelopen? Wat niet? Wat zou je anders kunnen aanpakken?</i></p> <p><i>Je maakt gebruik van werkinstrumenten die beschikbaar zijn om je eigen werking te evalueren, bijvoorbeeld de checklist Hygiëne in de opvang of de Ziko-Vo.</i></p> <p><i>Je praat af en toe met een coach of dienstverantwoordelijke. Je probeert om met hun bedenkingen en opmerkingen iets te doen.</i></p>	o o o	o o o
	<p>Je blijft bij door informatie over het beroep op te volgen.</p> <p><i>Je raadpleegt af en toe de website van Kind en Gezin.</i></p> <p><i>Je leest een tijdschriftartikel over een onderwerp dat je interesseert.</i></p> <p><i>Je neemt deel aan een informatieavond georganiseerd door de begeleidende dienst of een beroepsvereniging.</i></p>	o o o	o o o

Dit zijn mijn ideeën, vragen of opmerkingen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....



o = soms o o = meestal o o o = bijna altijd

		hier ben ik goed in	dit boeit me
	<p>Je blijft je verder ontwikkelen als onthaalouder. <i>Je volgt een vorming over kinderen stimuleren in hun taalontwikkeling.</i> <i>Je neemt deel aan een leergroep met andere onthaalouders.</i> <i>Je volgt een opleiding aan een Centrum voor Volwassenenonderwijs.</i></p>	o o o	o o o
	<p>Je legt en onderhoudt contacten met andere onthaalouders, coaches, specialisten, enz. Dit stelt je in staat om ervaringen uit te wisselen, advies te vragen, je eigen werk te evalueren, een luisterend oor te vinden, je kennis te vergroten, enz. <i>Je neemt deel aan een ontmoetingsmoment voor onthaalouders georganiseerd door het Lokaal Overleg Kinderopvang van jouw gemeente.</i> <i>Bij vragen of moeilijke situaties zoek je advies bij andere personen of organisaties.</i></p>	o o o	o o o

Dit zijn mijn ideeën, vragen of opmerkingen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



BOUWSTEEN 6: GEZIN

WAT ZIJN DE PLUS- EN MINPUNTEN VOOR MIJN GEZIN?

Deze oefening is in de eerste plaats bedoeld voor onthaalouders die een gezin of huisgenoot hebben en in hun eigen huis kinderen opvangen. Als je thuis kinderen opvangt, dan heeft je job invloed op jouw gezin, en omgekeerd. Welke plus- en minpunten heeft de opvang van kinderen voor jouw gezin?

Voor deze oefening ga je ook best in gesprek met je huisgenoten. Hoe ervaren zij de opvang? Ze zullen je heel wat waardevolle dingen kunnen vertellen. Spreken over de opvang kan er ook voor zorgen dat ze je blijven steunen in je werk.

Hoe maak je de oefening?



STAP 1: WELKE PLUS- EN MINPUNTEN ZIE IK?

Noteer de namen van je gezin of huisgenoten in het schema. Bekijk voor iedereen wat de plus- en minpunten van de opvang op dit moment voor hem of haar zouden kunnen zijn.

Bedenk ook wat er in de komende periode zal veranderen in je gezin. Denk bijvoorbeeld aan veranderingen in de werksituatie van je partner, de school / studies van je kinderen, geboorte van een kind of gezondheid van je eigen ouders. Zorgen deze veranderingen voor nieuwe plus- en minpunten?

STAP 2: WELKE PLUS- EN MINPUNTEN ZIEN MIJN HUISGENOTEN?

Ga hierna in gesprek met je huisgenoten. Vraag hen zelf wat zij op dit moment van de opvang vinden. Welke plus- en minpunten zien zij op dit moment? Aan welke oplossingen denken zij voor bepaalde minpunten? Vul hun info aan in het schema.

VOORBEELDEN

- *Dochter Ina: ze vindt het niet meer leuk dat ze haar kamer moet delen met opvangkinderen. Ze kan hier heel vervelend over doen.*
- *Zoon Junior: mijn zoon gaat binnenkort studeren aan de Hogeschool. Hij zal nood hebben aan rust in huis om zich te kunnen concentreren op zijn studies.*
- *Zoon Obain: vroeger vond hij de drukte van de opvangkinderen leuk. Intussen is hij al 11 jaar en nu ergert hij zich aan die drukte. Hij reageert soms boos of geïrriteerd op de kinderen.*
- *Partner en stiefdochter: onlangs is mijn nieuwe partner met zijn dochter bij mij komen wonen. Voor hen is het wennen dat er kinderen en ouders in ons huis rondlopen wanneer ze thuiskomen van het werk/school.*
- *Zoon Mevlüt: mijn zoon gaat soms spontaan met de kinderen spelen. Dat deed hij vroeger nooit. Hij en de kinderen genieten duidelijk van die momenten.*

STAP 3: NAAR DE SCHETS

Noteer in de schets de belangrijkste resultaten uit de oefening. Deze 2 vragen helpen je hierbij.



Wat zijn voor jou en je gezin op dit moment de belangrijkste pluspunten van de job van onthaalouder?



Over welke veranderingen of minpunten van de job voor je gezin, maak jij je het meest zorgen of heb je de meeste vragen?

VOORBEELD SCHETS

Adinda heeft twee kinderen, een peuter van tweeënhalf en een kleuter van 5 jaar. Ook de jongste start binnenkort op school. Haar man werkt in een ploegensysteem.

6. GEZIN



Wat zijn de pluspunten van de job voor je gezin?
*Mijn eigen kinderen opvangen tijdens schoolvakanties.
Speelkameraden voor de kinderen.*



Over welke veranderingen of minpunten heb jij vragen of maak jij je zorgen?
*Brengen en halen van de kinderen naar school.
Rust voor mijn gezin na school- en werkdag.*

Datum:



Oefening: Wat zijn de plus- en minpunten voor mijn gezin?

Wat zijn mogelijke oplossingen voor de minpunten?					
Deze plus- en minpunten zien mijn huisgenoten:					
Deze plus- en minpunten zie ik:					
Wie?					



Wie?	Deze plus- en minpunten zie ik:	Deze plus- en minpunten zien mijn huisgenoten:	Wat zijn mogelijke oplossingen voor de minpunten?



BOUWSTEEN 7: NIET IN JE EENTJE

BIJ WIE KAN IK TERECHT?

Als onthaalouder sta je meestal alleen voor een groep kinderen. Net daarom is het belangrijk om te kunnen steunen op andere mensen of organisaties. Denk bijvoorbeeld aan collega-onthaalouders, een coach of begeleidende dienst, professionele hulpverleners (bvb. een huisarts of een opvoedingswinkel), maar bijvoorbeeld ook familie, vrienden of kennissen. Bij sommigen vind je praktische hulp, anderen bieden een luisterend oor of geven bruikbare info of advies. Bij wie kan jij terecht in je job?



Hoe maak je de oefening?

STAP 1: BRENG IN KAART BIJ WIE JE TERECHT KUNT

Breng in kaart bij wie jij terecht kunt voor:

- praktische hulp,
- een luisterend oor,
- informatie, ideeën of advies.

TIP: In de EXTRA bij deze oefening vind je enkele voorbeeldsituaties. Op wie zou jij een beroep (kunnen) doen in deze situatie? Dit helpt je op weg bij het invullen van het schema.

STAP 2: WIE OF WAT STEUNT JOU HET MEEST IN JE JOB?

Van wie of welke organisatie ervaar jij de meeste steun in je job? Wie maakt voor jou echt een verschil in je job? Duid deze persoon of organisatie aan.

STAP 3: WELKE STEUN OF HULP MIS JE?

Overloop nu de verschillende soorten steun: praktische hulp, luisterend oor en informatie, ideeën of advies. Vind jij dat je bij voldoende mensen of organisaties terecht kunt? Ja? Kleur het gezicht dan groen. Neen? Kleur het gezicht dan oranje.

TIP: Denk terug aan problemen of situaties waarin je hulp of steun miste. Dit kan helpen om voor jezelf te ontdekken hoe je beter ondersteund kan worden in je job.

STAP 4: NAAR DE SCHETS

Noteer in de schets de belangrijkste bevindingen uit de oefening. Deze 2 vragen helpen je hierbij.



Welke personen of organisaties steunen jou sterk in je job?



Welke soorten steun of hulp mis je nog op dit moment?

VOORBEELD SCHETS

John is 2 jaar aan het werk als onthaalouder. In noodsituaties weet hij dat hij terecht kan bij zijn thuiswerkende buurvrouw. Hij heeft één keer op haar beroep moeten doen toen zijn eigen zoon dringend naar de dokter moest. Dit is toen goed verlopen. Daarnaast praat hij vaak met zijn partner over zijn vragen en twijfels in de job. Bij ernstige vragen over de ontwikkeling of gezondheid van een kind, doet hij ook wel eens beroep op zijn eigen huisarts. Hij zou graag eens meer met collega's willen praten over het werk. Soms mist hij advies van een specialist over hoe hij best reageert op bepaalde problemen.

7. NIET IN JE EENTJE



Welke personen of organisaties steunen jou sterk in je job?
Buurvrouw, partner, huisarts.



Welke soorten steun of hulp mis je nog op dit moment?
*Andere onthaalouders leren kennen om te praten over de job.
Een coach of organisatie vinden aan wie ik advies kan vragen.*



Datum:



Oefening: Bij wie kan ik terecht?



PRAKTISCHE HULP

Ik kan terecht bij:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



LUISTEREND OOR

Ik kan terecht bij:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



INFORMATIE, IDEEËN OF ADVIES

Ik kan terecht bij:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



EXTRA: Enkele voorbeeldsituaties



OP WIE DOE JIJ BEROEP IN DEZE SITUATIES?



PRAKTISCHE HULP:

- Eén van de opvangkinderen heeft na een valpartij een ernstige hoofdwonde. Je moet onmiddellijk met hem naar de dokter. Wie kan inspringen? Wie verwittigt de ouders?
- Je wilt graag een zandbak voor de kinderen maken in je tuin. Maar je bent zelf niet zo handig. Op wie doe je beroep?
- Je wilt graag eens met de peuters een verfactiviteit doen. Je wilt hier graag wat hulp bij. Aan wie vraag je dit?



EEN LUISTEREND OOR:

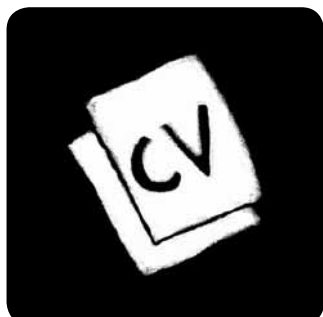
- Je hebt een 'depressieve' bui en je zoekt iemand om je op te beuren.
- Ouders zijn regelmatig te laat om hun kind op te halen. Je wil eens horen hoe andere onthaalouders dit aanpakken.
- Je vangt een huilbaby op. Dit is erg lastig. Bij wie kun jij je hart luchten?
- Het geeft je energie om te praten over de lusten en lasten van de job. Met wie doe je dit?



INFORMATIE, IDEEËN OF ADVIES:

- Een kind bijt andere kinderen. Je wil weten hoe je hier best op reageert. Bij wie kan je terecht?
- Je vindt dat een opvangkind niet goed ontwikkelt. Je weet niet goed hoe je dit aan de ouders vertelt. Wie kan je hierin helpen?
- Je zoekt inspiratie over activiteiten voor peuters. Waar of bij wie?
- Ouders vragen je om uitstel van betaling. Laat je dit wel of niet toe?
- Je wil graag eens weten wat je goed doet en wat je kunt verbeteren. Bij wie kun je terecht voor feedback?





BOUWSTEEN 8: VORMING EN ERVARING

WELKE VORMING EN ERVARING HELPT ME IN MIJN JOB?

Elke onthaalouder heeft een eigen 'rugzak' waaruit zij/hij kennis en ideeën kan halen voor de job. Je kunt die rugzak vullen door een vorming of opleiding te volgen. Dit is belangrijk, want door opleiding en vorming te volgen blijf je jezelf verder ontwikkelen. Ook je werk- en levenservaringen vullen jouw rugzak. Ben je actief geweest in de jeugdbeweging, dan leerde je er een groep kinderen enthousiasmeren. Heb je zelf kinderen, dan maak je af en toe wel eens gebruik van je eigen ervaring als ouder. Werk je als vrijwilliger mee in een vereniging of de plaatselijke wereldwinkel, dan heb je misschien nuttige ervaring in het samenwerken met anderen. Ook deelnemen aan een werkgroep of leergroep met collega-onthaalouders kunnen je rugzak vullen. Welke vorming, opleiding of ervaring zit er in jouw rugzak?

Hoe maak je de oefening?



STAP 1: WAT ZIT ER IN JOUW RUGZAK?

Breng in kaart welke ervaring, vorming en opleiding al in jouw rugzak zit.

Een voorbeeld:

Deze vorming of ervaring zit in mijn rugzak:
Vorming over Ziko-Vo.

Wanneer vond dit plaats? Geef een datum, jaartal of periode.
2009

Wat leerde ik?
Sindsdien neem ik de tijd om af en toe eens aan de kant te gaan zitten om goed te kijken naar een bepaald kind. Ik praat meer met ouders over waarmee hun kind bezig is bij mij.

TIP: Volg je later een opleiding of doe je een nieuwe ervaring op, van belang voor de job van onthaalouder? Vul dit dan aan in je map. Voeg ook de bewijsstukken (bvb. vormingsattesten, diploma's, ervaringsbewijzen) toe aan deze map. Zo heb je op elk moment een goed overzicht van je vorming en ervaring van belang voor de job.

STAP 2: NAAR DE SCHETS

Noteer in de schets de belangrijkste bevindingen uit de oefening. De volgende 2 vragen helpen je hierbij.



Welke vorming, opleiding of ervaring helpt jou als onthaalouder vandaag het meest?



Welke kennis of ervaring wil je nog toevoegen aan je rugzak? Aan welke opleiding, vorming of ervaring heb jij als onthaalouder het meest nood?

VOORBEELD SCHETS

Samira bleef enkele jaren thuis om voor haar eigen kinderen te zorgen. Ook de kinderen van haar zus kwamen gedurende 2 jaar 3 dagen in de week bij haar. Deze ervaring heeft haar geholpen toen ze als onthaalouder aan de slag ging. Ze weet bijvoorbeeld goed wat kleine kinderen leuk vinden en hoe ze hen kan troosten. Maar het werken met ouders was voor haar helemaal nieuw. Ze heeft er echt nood aan om hier meer over te weten.

8. VORMING EN ERVARING



Welke vorming of ervaring helpt jou vandaag het meest?

Ervaring met eigen kinderen en de opvang van de kinderen van mijn zus.



Aan welke vorming of ervaring heb jij het meest nood?

Vorming over communiceren met ouders.



Datum:



Oefening: Welke vorming en ervaring helpt me in mijn job?

Deze vorming of ervaring zit in mijn rugzak:

.....

Wanneer vond dit plaats? (Geef een datum, jaartal of periode.)

.....

Wat leerde ik?

.....

.....

.....

Deze vorming of ervaring zit in mijn rugzak:

.....

Wanneer vond dit plaats? (Geef een datum, jaartal of periode.)

.....

Wat leerde ik?

.....

.....

.....

Deze vorming of ervaring zit in mijn rugzak:

.....

Wanneer vond dit plaats? (Geef een datum, jaartal of periode.)

.....

Wat leerde ik?

.....

.....

.....



Deze vorming of ervaring zit in mijn rugzak:

.....

Wanneer vond dit plaats? (Geef een datum, jaartal of periode.)

.....

Wat leerde ik?

.....

.....

.....

Deze vorming of ervaring zit in mijn rugzak:

.....

Wanneer vond dit plaats? (Geef een datum, jaartal of periode.)

.....

Wat leerde ik?

.....

.....

.....

Deze vorming of ervaring zit in mijn rugzak:

.....

Wanneer vond dit plaats? (Geef een datum, jaartal of periode.)

.....

Wat leerde ik?

.....

.....

.....



SCHETS

Op het **Schets-werkblad** maak je een overzicht van jouw sterktes en aandachtspunten bij de verschillende bouwstenen.



wijst op je **sterktes**. Hierop kun je steunen als (toekomstige) onthaalouder.



wijst op je **aandachtspunten**. Hieraan kun je sleutelen om je draagkracht te versterken.

Het is letterlijk een schets: een niet-afgewerkte tekening, bedoeld om iets op een eenvoudige manier duidelijk te maken. Het toont hoe het nu loopt. Volgende maand kan het er al anders uitzien. Daarom is het zinvol om af en toe de oefeningen opnieuw te maken en te bespreken.

SCHETS DRAAGKRACHT

Naam

Datum

Feedback begeleider

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



ons
Onthaalouders
Sterker Maken

1. WELBEVINDEN IN DE JOB



☆ Wat maakt jou gelukkig in de job?

.....
.....
.....

✎ Wat moet / kan er veranderen om je goed te voelen in de job?

.....
.....
.....

2. MOTIVATIE



☆ Wat zijn jouw redenen om te (blijven) werken als onthaalouder?

.....
.....
.....

✎ Wat zijn voor jou nadelen van de job?

.....
.....
.....

3. GEZONDHEID EN CONDITIE



☆ Wat doe jij vandaag al om je lichaam te sparen?

.....
.....
.....

✎ Wat zijn jouw aandachtspunten of vragen over je gezondheid?

.....
.....
.....

4. SLEUTELVAARDIGHEDEN



☆ Welke sleutelvaardigheden zet jij vandaag al sterk in?

.....
.....
.....

✎ Wat zijn jouw vragen of aandachtspunten bij de sleutelvaardigheden?

.....
.....
.....

5. IK EN DE JOBINHOUD



☆ Wat zijn jouw talenten?

.....
.....
.....

✎ Wat zijn jouw leervragen?

.....
.....
.....

6. GEZIN



☆ Wat zijn de pluspunten van de job voor je gezin?

.....
.....
.....

✎ Over welke veranderingen of minpunten heb je vragen?

.....
.....
.....

7. NIET IN JE EENTJE



☆ Welke personen / organisaties steunen jou in je job?

.....
.....
.....

✎ Welke soorten steun of hulp mis je nog op dit moment?

.....
.....
.....

8. VORMING EN ERVARING



☆ Welke vorming / ervaring helpt jou nu het meest?

.....
.....
.....

✎ Aan welke vorming of ervaring heb jij het meest nood?

.....
.....
.....



POP

POP betekent:

Persoonlijk OntwikkelingsPlan. In het POP bepaal je samen met jouw coach de acties die je de komende tijd wilt ondernemen om jezelf te ontwikkelen en je draagkracht te versterken.

MIJN PERSOONLIJK ONTWIKKELINGSPLAN

De schets is nu klaar. Je hebt een overzicht van je sterktes en uitdagingen als onthaalouder. In deze stap ga je op basis van de schets acties plannen om als onthaalouder je draagkracht te versterken. Dit doe je best in samenspraak met een begeleider. Hij/zij kan je helpen om gepaste acties te kiezen en te formuleren.

Hoe maak je de oefening?

STAP 1: WAT WIL JE BEREIKEN?

In de schets heb je verschillende aandachtspunten opgeschreven. Welke aandachtspunten wil je het komende jaar eerst aanpakken? Maak keuzes! Je kunt niet alles tegelijkertijd aanpakken.

Noteer het aandachtspunt dat je kiest in je persoonlijk ontwikkelingsplan (POP) bij 'Doel'.

Beschrijf het aandachtspunt als een doel: wat wil je precies bereiken?

STAP 2: ACTIES FORMULEREN

Wat ga je hiervoor doen? Zoek op welke manier je aan de slag kunt gaan om je doel te bereiken.

Verschillende acties zijn mogelijk. Denk bijvoorbeeld aan:

- praten met of stage doen bij een onthaalouder,
- opleiding of vorming volgen,
- extra informatie verzamelen en doornemen,
- aansluiting zoeken bij een netwerk van onthaalouders,
- met je gezin oplossingen bedenken voor knelpunten,
- experts raadplegen.

Schrijf de acties die je kiest op in het POP.

STAP 3: ACTIES PLANNEN

Maak je acties concreter door een planning op te stellen: wanneer ga je welke actie ondernemen? Zorg voor een haalbare planning.

STAP 4: WAT HEB JE NODIG?

Bedenk welke steun of middelen je nodig hebt om de acties uit te voeren. Deze vragen kunnen je helpen:

- Hoeveel tijd vraagt dit? Hoe ga je hiervoor tijd vrijmaken?
- Met wie kun je tussendoor praten om vragen of problemen bij de uitvoering van je acties te bespreken?
- Zijn er kosten verbonden aan het uitvoeren van de acties?

STAP 5: HOE EVALUEREN?

Plan met wie en wanneer je jouw POP zult bespreken. Dit motiveert om echt werk te maken van je acties.

Zo maak je ook de tijd om je acties te evalueren, aan te passen of nieuwe acties te kiezen. Enkele vragen die je dan kunt stellen, zijn:

- Heb ik de acties kunnen uitvoeren? Waarom wel of niet?
- Ben je tevreden over het resultaat van de acties?
- Neen? Wat is dan de oorzaak? Hoe kan het anders of beter?

Datum:

Mijn Persoonlijk OntwikkelingsPlan

DOEL

Wat wil je bereiken?

.....
.....
.....
.....
.....

ACTIE(S)

Welke stappen ga je zetten?

.....
.....
.....
.....
.....

PLANNING

Wanneer ga je de actie(s) uitvoeren?

.....
.....
.....
.....
.....

WELKE ONDERSTEUNING OF MIDDELEN HEB JE NODIG?

Denk bijvoorbeeld aan: tijd die je hiervoor zelf moet voorzien, inschrijvingsgeld voor een opleiding of cursus, leermiddelen zoals een tijdschrift, boek of studiepakket, ...

.....
.....
.....
.....
.....

EVALUATIE

Met wie en wanneer evalueer je de acties?

.....
.....
.....

DOEL

Wat wil je bereiken?

.....

.....

.....

.....

.....

ACTIE(S)

Welke stappen ga je zetten?

.....

.....

.....

.....

.....

PLANNING

Wanneer ga je de actie(s) uitvoeren?

.....

.....

.....

.....

.....

WELKE ONDERSTEUNING OF MIDDELEN HEB JE NODIG?

Denk bijvoorbeeld aan: tijd die je hiervoor zelf moet voorzien, inschrijvingsgeld voor een opleiding of cursus, leermiddelen zoals een tijdschrift, boek of studiepakket, ...

.....

.....

.....

.....

.....

EVALUATIE

Met wie en wanneer evalueer je de acties?

.....

.....

.....

In deze werkmap vind je als (toekomstige) onthaalouder tal van oefeningen. Deze helpen je om je eigen draagkracht te onderzoeken: hoe voel jij je in je job? Wat loopt goed op dit moment? En wat verdient aandacht? Het resultaat van de oefeningen is een schets van jouw sterktes en aandachtspunten en een actieplan. **Een mooi vertrekpunt om te bouwen aan je eigen draagkracht!**

