Bed, Bath, and Beyond

Natuurinterventies ter ondersteuning van het gezinsleven in de Nederlandse vrouwenopvang en maatschappelijke opvang.

Elise Peters



Gezinsleven onder druk

Wanneer gezinnen in de opvang wonen, kan het gezinsleven onder druk staan. Opvangplekken zijn klein, de kamers zijn gehorig, er is vaak onrust en rommel, gezinnen delen faciliteiten zoals een badkamer of keuken met andere gezinnen, er zijn vaste regels en routines waar het gezin zich aan moet houden en er zijn weinig plekken waar kinderen kunnen spelen. In eerder onderzoek hebben ouders al verteld dat dit hun gezinsfunctioneren beperkt en frustreert.[1] Dat is een probleem, omdat het de bedoeling is dat een opvang een veilige basis is voor gezinnen van waaruit ze een zelfstandig leven opnieuw kunnen opbouwen. Als de opvang juist stress geeft, zal dat niet goed lukken.

1. Alleyne-Green et al., 2019; Azim et al., 2019; Bradley et al., 2018; Glenn & Goodman, 2015; Glumbíková et al., 2019; Holtrop et al., 2015; Mayberry et al., 2014; Pable, 2012; Sylvestre et al., 2018; Walsh et al., 2010; Walsh et al., 2009

Natuur als oplossing?

Als mogelijke oplossing voor dit probleem, zijn de branchevereniging voor opvang Valente, IVN en Stichting Kinderpostzegels Nederland het project Huisje Boompje Beestje gestart. In het project zijn natuurrijke plekken op opvanglocaties aangelegd, zoals een kinderboerderij, een natuurrijke speelplek of een moestuin. Verschillende onderzoeken hebben al laten zien dat natuur stress kan verlagen bij volwassenen en dat kinderen in een natuurrijke plek goed kunnen spelen.[2] In dit proefschrift kijk ik wat natuur kan betekenen voor het gezinsfunctioneren van gezinnen in de opvang.

2. Dankiw et al., 2020; Fyfe-Johnson et al., 2021; Marselle, 2019; Ulrich et al., 1991







Welke voordelen heeft natuur volgens professionals?

Het onderzoek is gestart door samen met professionals uit de opvang te verkennen welke voordelen natuur heeft voor het gezinsondersteunende werk. Dat onderzochten we met actieonderzoek.

> ‘Je merkt dat er even geen zorgen zijn. En dat is toch wel waardevol op een plek als deze.’ — persoonlijk begeleider bij Emergis

Pedagogisch professionals zetten de natuur in bij hun dagelijkse werk met gezinnen en schreven hun ervaringen op. Vervolgens deelden zij hun ervaringen in bijeenkomsten met andere pedagogisch professionals en onderzoekers. Professionals leerden zo van elkaar en deden samen nieuwe ideeën op.

Onderzoekers verzamelden tegelijkertijd praktijkverhalen die lieten zien hoe professionals natuur in hun werk inzetten en welke werking zij daarvan zagen.
Uit de analyses kwamen verschillende thema's naar voren die we uit eerder onderzoek ook kennen, zoals natuur als een fijne speelplek en natuur als een plek voor stressreductie. Maar pedagogisch professionals noemden nog wat anders, waar eerder onderzoek nog niet op was gericht: zij benoemden natuur als ondersteunende plek voor ouderschap. In verschillende praktijkverhalen beschreven professionals dat zij zagen dat ouders zich meer verbonden voelden met hun kind, zich competenter voelden als ouder, en meer autonomie ervaarden in hun ouderschap.







Aanzet om meer onderzoek te doen

Verbondenheid, competentiebeleving en autonomie worden psychologische basisbehoeften genoemd.[3] We weten dat alle ouders zich soms meer verbonden voelen met hun kind en soms minder, dat ouders soms voelen dat ze autonoom kunnen zijn in hun ouderschap en soms niet, en dat ouders zich soms competent voelen als opvoeder en soms niet. Maar we weten nog niet welke omstandigheden ouders helpen om vervulling van hun psychologische basisbehoeften te vinden. In vervolgonderzoek wilden we graag weten of ouders meer vervulling van hun psychologische basisbehoeften ervaren als ze in de natuur zijn, dan als ze in de binnenruimte van de opvang zijn zoals op hun kamer.

3. Brenning et al., 2017; Ryan & Deci, 2017

Natuur en vervulling van de psychologische basisbehoeften?

Ervaren ouders meer vervulling van hun psychologische basisbehoeften als ze in de natuur zijn, dan als ze in de binnenruimte van de opvang zijn? We onderzochten deze vraag met een quasi-experiment onder 160 ouders en met een casusexperiment onder drie ouders. Als ouders binnen in de opvang waren en als ze in de natuur waren, namen we een vragenlijst af die hun psychologische basisbehoeften in kaart brengt. De twee studies lieten hetzelfde patroon zien. Ouders ervaarden een klein beetje meer vervulling en een klein beetje minder frustratie van hun psychologische basisbehoeften wanneer ze in de natuur waren, dan wanneer ze binnen in de opvang waren. In het casusexperiment hebben we ook gekeken of ouders zich meer tevreden voelden over hun leven, en of zij meer signalen lieten zien van welbevinden als ze in de natuur waren. Dat zien we niet, maar er is meer onderzoek nodig om die uitkomst te kunnen begrijpen.







Een belangrijke bevinding

Hoewel we maar een kleine verbetering zagen in de psychologische basisbehoeften wanneer ouders in de natuur zijn, is het inzicht wel belangrijk voor praktijk. Uit eerder onderzoek weten we dat ouders meer welbevinden ervaren en positiever interacteren met hun kinderen wanneer hun psychologische basisbehoeften vervuld zijn.[4] Daarom is het belangrijk om manieren te kennen waarop ouders tot vervulling kunnen komen. Het is mooi om te weten dat zoiets eenvoudigs als een natuuractiviteit aan ouders een manier biedt om vervulling van hun basisbehoeften te vinden. Professionals kunnen dat inzicht gebruiken bij de begeleiding van ouders door hen uit te nodigen voor en te stimuleren tot het doen van natuuractiviteiten.

4. Brenning & Soenens, 2017; Brenning et al., 2017; Jungert et al., 2015; Mabbe et al., 2018; Slobodin et al., 2020; Van Der Kaap-Deeder et al., 2019

Laagdrempelig te gebruiken

Het interessante aan natuuractiviteiten is dat ze heel geschikt zijn om dagelijks te doen. Dat stelt ouders in staat om de positieve werking van een natuuractiviteit dagelijks te ervaren, waarmee de dagelijkse kleine werkingen toch een belangrijk effect kunnen hebben. Het is daarbij interessant dat het geen extra tijd van professionals hoeft te vragen om deze activiteit met gezinnen te doen. Professionals hebben laten zien dat zij natuuractiviteiten kunnen doen tijdens hun gewone dagelijkse werk, bijvoorbeeld door gesprekken buiten te voeren of methodische gezinsbegeleiding te geven in de natuur. Zo hoeft het inzetten van natuuractiviteiten geen extra tijd te kosten, maar kan wel extra voordelen bieden. Bovendien zullen sommige gezinnen ook goed in staat zijn om na stimulans of begeleiding zelf natuuractiviteiten te ondernemen, wat het een zeer laagdrempelig interventie maakt.







Hoe kiest een professional een natuuractiviteit?

Als het werken met natuur standaard wordt in de opvang, moeten professionals ook de vaardigheden en kennis hebben om natuur professioneel in te zetten. Het kan helpen om te weten welke keuzes andere professionals maken wanneer zij een natuuractiviteit faciliteren voor een gezin. Om erachter te komen hoe professionals natuuractiviteiten kiezen, hebben we een 146 professionals gevraagd om praktijkbeschrijvingen te maken van momenten waarop zij met een gezin een natuuractiviteit deden. Door daar gericht naar te kijken en verschillen en overeenkomsten te zoeken, kwamen we te weten dat professionals specifieke keuzes maakten. Professionals bevorderden dat kinderen afwisselden tussen zelf op verkenning uitgaan en terugkeren naar de ouder als veilige basis.

Bij het bevorderen van deze interactie gebruikten professionals de natuur als een plek met ontspannende en bekrachtigende werking voor ouders, bijvoorbeeld door een plek te kiezen waar ouders zich op hun gemak voelden, rust vonden en tot ontspanning kwamen. Ook gebruikten professionals de natuur als een rijke plek voor het spel van kinderen, bijvoorbeeld door naar een plek te gaan waar een kind interessant speelmateriaal kon vinden, zoals

> ‘Ze wilden niet meer weggaan en langer blijven genieten van de vrijheid in de kinderboerderij.’ — groepswerker bij Arosa

zand en water of klimbomen. Op een heel praktisch niveau maakten zij keuzes op acht dimensies om goed aan te sluiten bij wat paste bij een gezin, door bijvoorbeeld dicht bij de opvang te blijven of juist ver weg te gaan, of door mee te gaan als begeleider of het gezin juist zelfstandige tijd te geven.









Nieuwe denkrichtingen

Behalve dat deze studies inzicht geven over de impact van natuuractiviteiten op de basisbehoeften van ouders in de opvang en richting geven in wat professionals concreet in de begeleiding van ouders kunnen doen, geven de studies ook nieuwe denkrichtingen. De studies laten zien dat de fysieke plek waar ouders zijn, ofwel binnen in de opvang, ofwel in de natuur, samenhangt met de psychologische basisbehoeften van ouders. De fysieke omgeving waar het ouderschap plaatsvindt, doet er blijkbaar toe. Dat maakt het interessant om vaker de vraag te stellen wáár het gezinsleven plaatsvindt. Zou de fysieke omgeving een mogelijke verklarende factor zijn voor verschillen in hoe gezinnen functioneren? Zou de fysieke omgeving een prominentere rol kunnen hebben in de begeleiding van gezinnen? Dat zijn nu mooie invalshoeken voor vervolgonderzoek.

Lees meer

Wil je meer over dit onderzoek weten of het hele proefschrift lezen? Scan dan deze QR-code.

‘Er is niets mis mee om een boom als vriend te hebben.’ — Bob Ross

Nederlandse samenvatting van het proefschrift *Bed, Bath, and Beyond: Nature Interventions to Support Family Life in Dutch Women’s Shelters and Shelters for Homeless Families* door Elise Peters.

Foto’s
Allard de Witte in opdracht van Stichting Kinderpostzegels Nederland en rechtenvrije stockfoto’s.

Vormgeving
Bureau Merkwaardig