

Methodie-bescrijving

# Spiegeltrajecten en Kansrijke Start

Luisteren naar ouders en  
andere opvoeders in de wijk

De basis voor een betere samenwerking



## Inhoudsopgave

Inleiding - leeswijzer .....	5
<b>1 Wat is de bedoeling van een spiegeltraject? .....</b>	<b>6</b>
Wat is een Spiegeltraject? .....	7
Wat maakt dat een spiegeltraject werkt? .....	11
Wat levert een spiegeltraject op? .....	13
<b>2 De acht stappen in een spiegeltraject kort beschreven .....</b>	<b>18</b>
<b>Stap 1</b> Doel en strategie bepalen .....	20
<b>Stap 2</b> Comittment met belangrijke partners .....	21
<b>Stap 3</b> Werkgroep vormen .....	24
<b>Stap 4</b> Thema, ouders en toehoorders kiezen .....	26
<b>Stap 5</b> Spiegelbijeenkomst praktisch voorbereiden .....	28
<b>Stap 6</b> De Spiegelbijeenkomst .....	36
<b>Stap 7</b> Terugkombijeenkomst: Van luisteren naar samen betekenis geven ...	42
<b>Stap 8</b> Terugkoppeling met de ouders: Is er goed geluisterd? .....	44
Tot slot .....	45

## Inleiding - leeswijzer

Deze methodebeschrijving is gebaseerd op de jarenlange ervaringen die er vanuit Pharos is opgedaan met de organisatie van spiegeltrajecten. Trajecten samen met partners uit verschillende gemeenten en in samenwerking met vaders, moeders en andere opvoeders.

Deze methodebeschrijving is de geupdate versie van een werkboek uit 2024. De lessen die we afgelopen jaar hebben geleerd tijdens tien spiegeltrajecten met de coalities Kansrijke Start uit de gemeenten Almelo, Almere, Apeldoorn, Den Haag en Zeist zijn in deze versie verwerkt. Deze gemeenten hebben binnen het project OOK in balans, gewerkt aan een sterkere inclusievere pedagogische basis.

We hebben in plaats van een werkboek gekozen voor een methodebeschrijving en deze bestaat uit drie delen. In het eerste deel beschrijven we het wat en het waarom van een spiegeltraject en een aantal essentiële werkende principes. In het tweede deel beschrijven we acht stappen van een spiegeltraject. Het derde deel is een los deel en dit heeft meer de vorm van een werkboek. Hierin staan checklists en werkvormen die helpen tijdens de stappen van het spiegeltraject.

Pharos kan je helpen bij de organisatie van een spiegeltraject. Dat een goede voorbereiding essentieel is, is een belangrijke les uit eerdere trajecten. Deze methodebeschrijving en het werkboek helpen bij die zorgvuldige voorbereiding.

Lees meer over spiegeltrajecten:  
[kansrijkestart.pharos.nl/spiegeltrajecten](https://kansrijkestart.pharos.nl/spiegeltrajecten)



# 1 Wat is de bedoeling van een spiegeltraject?



## Wat is een Spiegeltraject ?

### Directe feedback van ouders – Deep listening

Een spiegeltraject is een verbindend proces waarin ouders en professionals samenwerken aan betere ondersteuning tijdens de eerste 2000 dagen van een kind. Centraal staan ouders die in ingewikkelde omstandigheden opvoeden. Een spiegelgesprek vormt een belangrijk onderdeel: ouders delen tijdens dit gesprek hun ervaringen met opvoeding en ontvangen ondersteuning, terwijl zorgverleners en beleidsmakers luisteren. Ouders zitten in een halve kring met hun rug naar het publiek, zodat zij niet worden afgeleid. Voor toehoorders biedt dit de kans om echt te luisteren, te worden geraakt, en inzichten mee te nemen in hun werk. Deze vorm van *deep listening* sluit goed aan bij ouders bij wie vertrouwen en welbevinden onder druk staan.

Het spiegelgesprek wordt geleid door een speciaal hiervoor opgeleide gespreksleider. Zij stelt de ouders één voor één een vraag. De vragen zijn van te voren ingeleverd door de toehoorders. De ouders krijgen de ruimte om die vraag op hun eigen manier te beantwoorden. De gespreksleider vat het antwoord van de ouder uitgebreid samen. Ouders kunnen daardoor aanvullen of corrigeren.

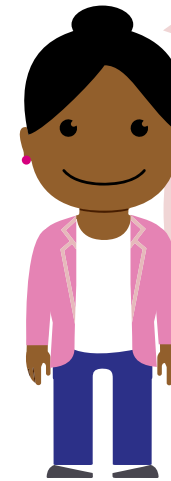
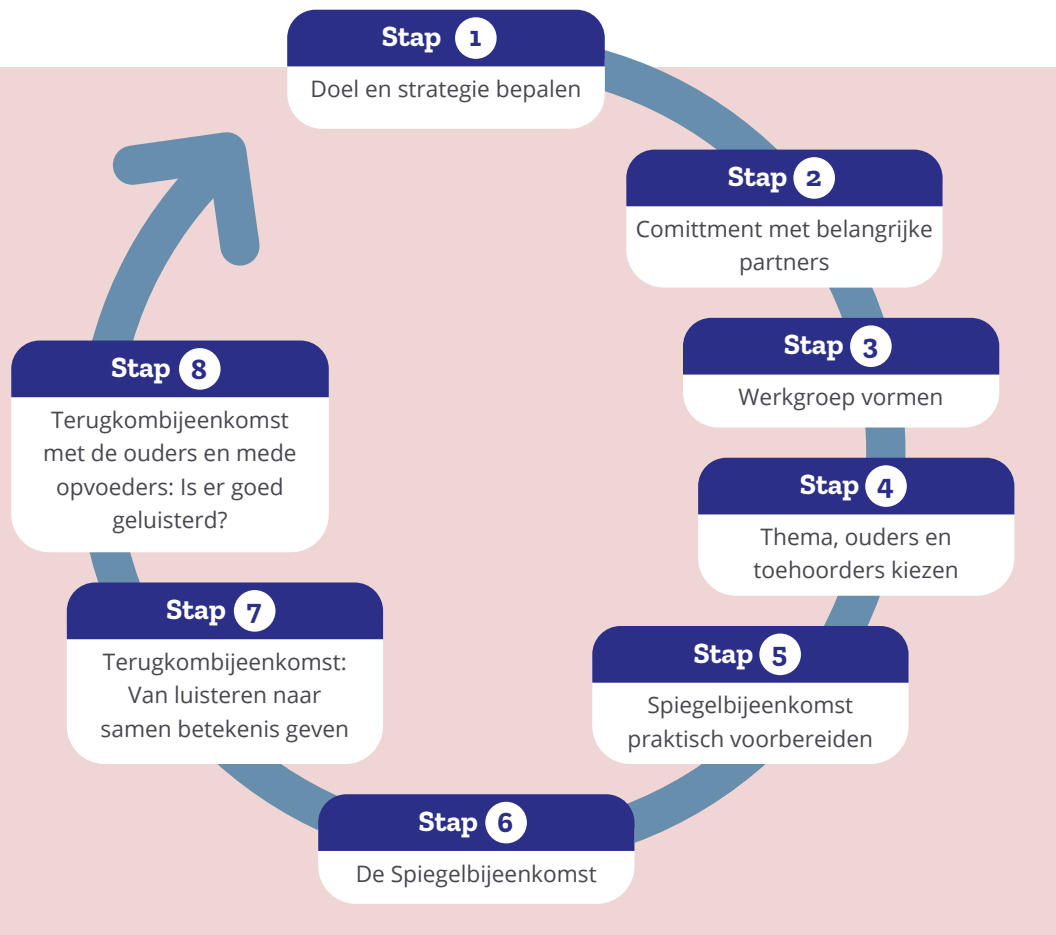
Het spiegelgesprek werkt verbindend en is de motor van meer samenwerking met als doel het welbevinden van ouders te verbeteren, binnen Kansrijke Start.

“Ik herinner me nog letterlijk wat deze vader een jaar geleden vertelde in het gesprek. Het kwartje viel en we hebben onze werkwijze daarna aangepast.”

*Projectleider Kansrijke Start  
Leidschendam -Voorburg*

## Samenwerkingstraject tussen ouders en professionals

De spiegelbijeenkomst maakt deel uit van een cyclisch traject met acht stappen, waarin ouders en professionals geleidelijk dichterbij samenwerking komen. Doordat de gespreksvorm past bij ouders in kwetsbare situaties, voelen zij zich gehoord. Dat gegeven is het vertrekpunt om met deze ouders over te gaan tot het ontwerpen van activiteiten die aansluiten bij de wensen van ouders. Of om aanpassingen te doen in bestaande zorg. Door actieve ouders, die dat willen, al samenwerkend te blijven betrekken bij het vervolg, krijgen zij meer inzicht in hoe zorg en ondersteuning werken. En zo sluit ook de zorg beter aan.



“Het is goed dat professionals de info uit eerste hand meekrijgen. Je kunt een folder maken waarin je schrijft dat ouders belangrijk zijn, maar dat heeft niet hetzelfde effect. Er is niks zo mooi als dat je zelf iets hoort en het klikt in je hoofd. Het verhaal horen van ouders zelf is het beste om het tussen de oren te krijgen.”

*Programmamanager  
Gezonde en Kansrijke Start,  
GGD Amsterdam*

## Een verbetering voor ouders en opvoeders met weinig vertrouwen

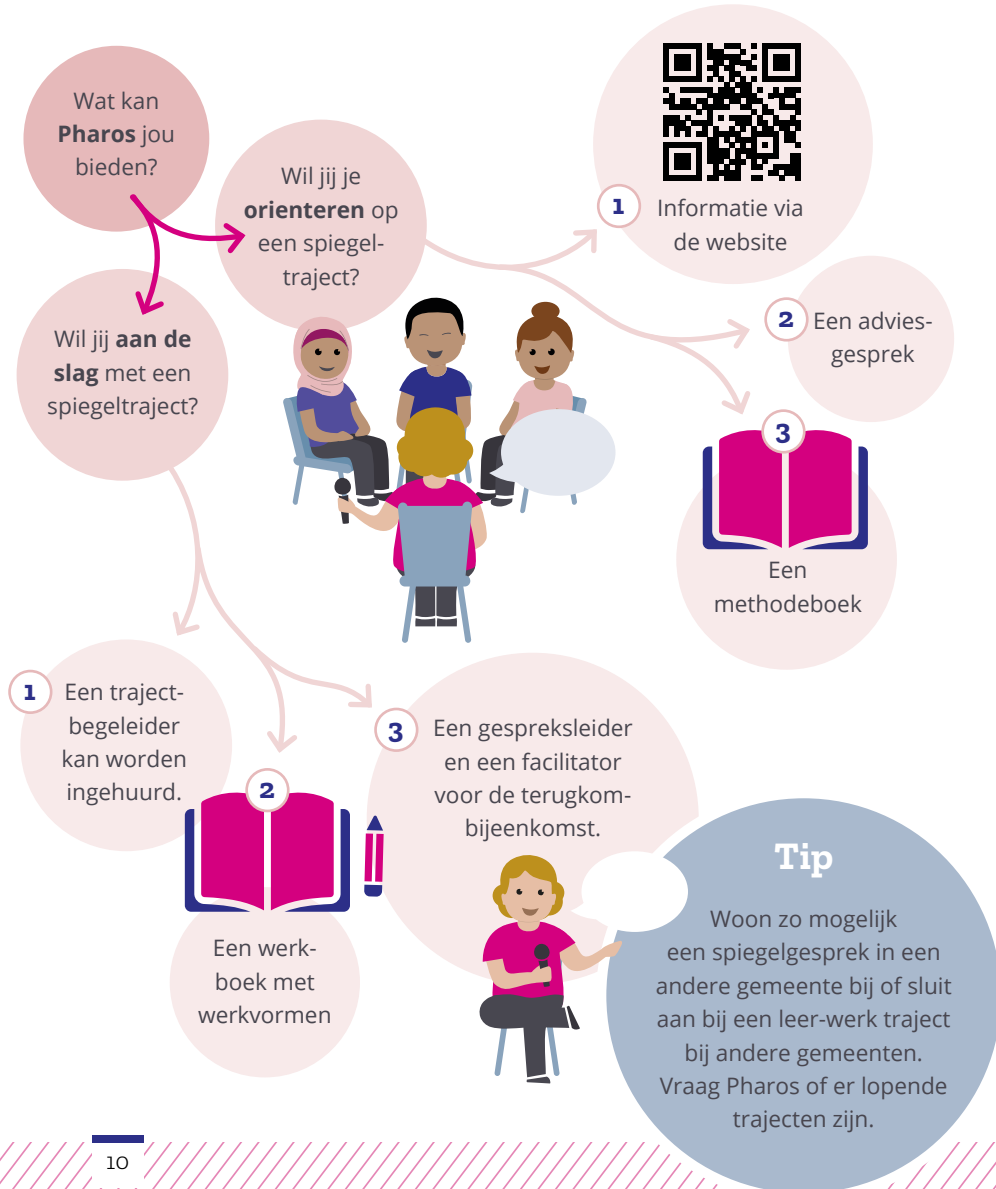
Een spiegeltraject helpt dus om te onderzoeken of ondersteuning aansluit bij wat ouders nodig hebben. We weten dat de ouders die ondersteuning het hardste nodig hebben, het minst gebruik maken van de mogelijkheden die er al zijn. Vertrouwen en vindbaarheid spelen beiden een rol. Zorgvuldige samenwerking met ouders in een spiegeltraject, vergroot het vertrouwen en draagt bij aan het welbevinden van ouders. De opbrengsten kunnen worden gebruikt in Kansrijke Start en eventueel ander gemeentelijk beleid, waardoor ervaringen uit de wijk directer worden meegenomen. Samenwerking met informele en welzijnspartijen is hierbij belangrijk. Het traject stimuleert een duurzame beweging richting bottom-up werken en een inclusieve pedagogische basis.

## Beproefde methode binnen Kansrijke Start

Een spiegeltraject bestaat uit acht stappen en werkt wanneer er voldoende tijd is, goede voorbereiding plaatsvindt en er volgens vaste principes met ouders wordt samengewerkt. Diverse coalities hebben hiermee ervaring opgedaan; zij merken dat het traject energie en verbinding oplevert en helpt om los te komen van de dagelijkse routine. Het draagt bij aan duurzamer, vraaggerichter werken.

## Hulp bij organisatie en zelf leren toepassen

Pharos kan coalities ondersteunen bij het organiseren van een spiegeltraject en bij het verbinden van coalities die hiermee werken. In de praktijk leren partners gaandeweg om het traject vaker zelf uit te voeren. Daarmee groeit het netwerk en wordt luisteren naar inwoners meer vanzelfsprekend in beleid en praktijk.



## Wat maakt dat een spiegeltraject werkt ?

In 2025 hebben vijf gemeenten met coalities Kansrijke Start tien spiegeltrajecten ingezet. Pharos onderzocht welke mechanismen en randvoorwaarden helpen om via deze trajecten stappen te zetten in de samenwerking met ouders. Scan de QR code om meer te lezen over dit project.



### 1 Een coördinerend duo dat het proces overziet

Een spiegeltraject is mensenwerk: het kost energie en levert energie op. Daarom is een trekkersduo belangrijk dat het proces bewaakt en de bedoeling helder houdt. Vaak gaat het om iemand met een praktische, motiverende rol en iemand die meer de beleidsmatige kant overziet en de uitkomsten kan vertalen naar de gemeentelijke praktijk.

### 2 Starten vanuit visie in plaats van uitvoering

Voor de start is het waardevol stil te staan bij het doel: een spiegeltraject is een middel om verandering te stimuleren of te verdiepen. Naast praktische organisatie draait het om een duurzaam, gelijkwaardig partnerschap tussen professionals en ouders. Het traject is geen eenmalig project, maar een manier om het perspectief van ouders structureel te verankeren in de lokale samenwerking.

### 3 Gezamenlijk commitment en gedeelde visie

Een effectieve inzet vraagt om commitment van alle betrokken partners. Wanneer beleidsmakers, professionals en ouders bijdragen aan een gedeelde visie op ouderschap en het welzijn van gezinnen, ontstaat een open omgeving waarin ouders hun ervaringen willen delen. Dit legt een basis voor betere ondersteuning, wederzijds begrip en een duurzame inbedding van de opbrengsten in de praktijk.



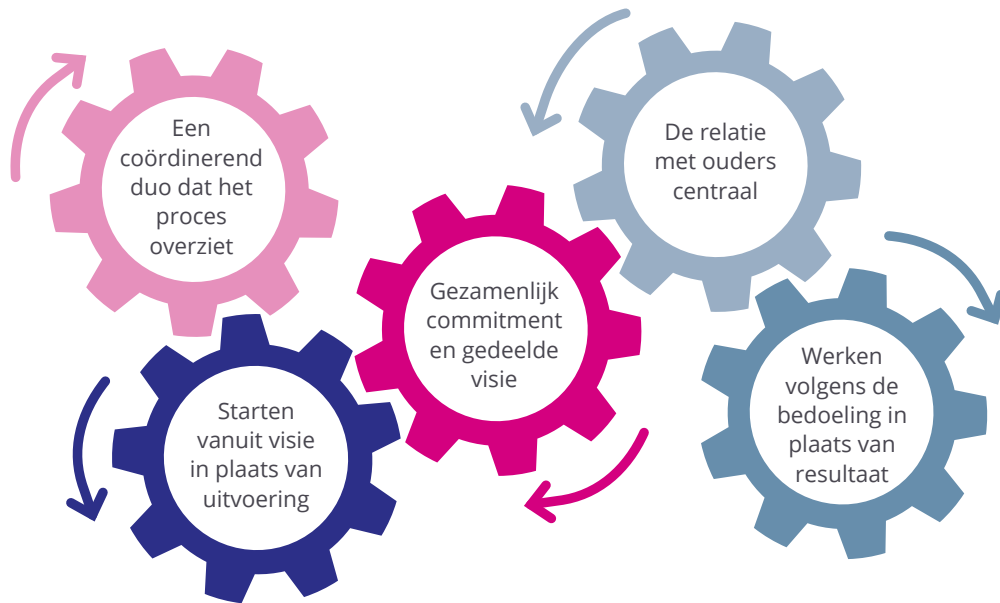
#### 4 De relatie met ouders centraal

De samenwerking met ouders staat altijd centraal. Vertrouwen opbouwen vraagt dat professionals voorafgaand aan en ook ná het spiegelgesprek zorgvuldig contact houden en ouders informeren over vervolgstappen. Het helpt om verwachtingen uit te spreken en te beseffen dat samenwerken met ouders vooral relationeel is. Door van 'hoofd naar hart' te verbinden, voelen ouders zich echt gehoord en blijft het contact betekenisvol.



#### 5 Werken volgens de bedoeling in plaats van resultaat

Het succes van een spiegeltraject zit niet in een vooraf bepaald resultaat, maar in het trouw blijven aan de bedoeling: deep listening. Professionals zijn open aanwezig tijdens het gehele traject en het gesprek. Ze laten hun doelen los en geven ouders ruimte om het gesprek te bepalen. En bij de terugkombijeenkomsten staat samenwerking, gelijkwaardigheid, wederkerigheid en vertrouwen centraal. Dat leidt vaak tot onverwachte, waardevolle inzichten die helpen om beter aan te sluiten bij ouders in het dagelijkse werk en beleid.



## Wat levert een spiegeltraject op?

Een spiegeltraject kent verschillende uitkomsten op verschillende niveau's. Zoals gezegd is een spiegeltraject niet een eenmalige activiteit.

### Meer zicht op wat ouders en opvoeders nodig hebben in hun eerste 2000 dagen

We weten dat juist ouders die steun het hardst nodig hebben, vaak het slechtst toegang hebben tot passende zorg. Tegelijkertijd staat door individualisering en maatschappelijke ontwikkelingen – zoals digitalisering, sociale media, armoede en discriminatie – opvoeden steeds meer onder druk. Het huidige preventiemodel, dat vooral is gericht op één-op-één zorg, sluit niet goed aan bij alle ouders. Ouders in kwetsbare omstandigheden worden bovendien minder bereikt met onderzoek, waardoor innovaties onvoldoende worden afgestemd op hun behoeften en kansengelijkheid blijft bestaan.

“Er zijn echt wel mooie dingen uitgekomen, hele concrete praktische dingen. Uiteindelijk doen we nu niets meer zonder ouders.

*Projectleider Kansrijke Start Almere*

Spiegelgesprekken bieden direct inzicht in wat deze ouders nodig hebben. Ouders voelen zich gehoord, ze vinden het waardevol om hun verhaal te vertellen en om ervaringen van anderen te horen; soms ontstaan ter plekke nieuwe contacten. De gesprekken geven inzicht in hoe ouders de opvoeding ervaren: veel voelen zich eenzaam en zoeken contact met andere ouders. Ook ervaren sommigen de zorg als te geprotocolleerd. Door de directe vorm van feedback zijn professionals vaak geraakt. Ze krijgen meer begrip voor de ouders. Dit helpt professionals om in actie te komen, om het zelf morgen anders te doen en om samen met ouders en ervaringsdeskundigen te werken aan ondersteuning die beter aansluit bij de wensen van ouders.

## Gezien en gehoord worden als ouder

Laura kijkt met trots terug op haar deelname aan de spiegelgesprekken. Het gaf haar de kans om haar verhaal te delen en andere ouders te laten zien dat ze niet alleen zijn.

Op de vraag van een professional aan het einde van de avond hoe vaders het gesprek zelf hebben ervaren, zijn ze erg positief. Ze kenden elkaar niet van te voren maar het blijkt erg fijn om ervaringen over het vaderschap te delen met leeftijdsgenoten.

*Laura's boodschap aan professionals:*

“Luister écht naar ouders, neem hun zorgen serieus en verwijfs ze niet zomaar door. Als je ze niet kunt helpen, zorg dan dat ze bij de juiste persoon terecht komen.”

*Argyl:*

“Ik voel me niet meer alleen. Ik ben niet de enige die bepaalde dingen heeft gemist.”

*Ikram:*

“Ik vond het geweldig. Ik heb nu het gevoel dat ik ook meetel als vader.”

Lees hier meer over wat ouders zeggen tijdens de spiegelgesprekken en hoe zij erop terugkijken.



Lees hier meer over wat vier vaders vertelden tijdens een gesprek.



## Een gedragen verander-agenda Kansrijke Start

Een concrete uitkomst van een spiegeltraject is een agenda of actieplan gemaakt door ouders/ opvoeders en professionals. Bij een spiegeltraject zijn veel mensen betrokken: ouders en opvoeders, maar ook een diverse groep professionals die samen rondom gezinnen werkt. De samenkomst tijdens een bijeenkomst met het gesprek werkt vaak verbindend, mede doordat deelnemers samen eten en elkaar beter leren kennen. Dit geeft ook vaak energie aan het vervolg.

Na de bijeenkomst met het spiegelgesprek volgen nog twee bijeenkomsten die doorgaans veel energie opleveren: een terugkombijeenkomst waarin een voorstel voor verbetering wordt uitgewerkt, en een sessie waarin ouders hierop feedback geven. Dit leidt tot een gezamenlijk opgestelde veranderagenda van ouders en professionals, die bijvoorbeeld kan worden opgenomen in plannen binnen Kansrijke Start.

## De start van inclusief co-creëren: samenwerken met ouders

Gaandeweg het spiegeltraject wordt duidelijk hoe waardevol het is om de werelden van professionals, ervaringsdeskundigen en ouders samen te brengen. Er ontstaat meer begrip voor elkaars perspectieven, en het traject vormt vaak een opstap naar verdere samenwerking tussen beleid, uitvoering en ouders. Een logisch vervolg is daarom inclusief co-creëren, oftewel het samen ontwikkelen van verbeteringen.

Co-creëren is een actieve manier van samenwerken met de mensen die een product, dienst of aanpak gaan gebruiken. Pharos definieert het als het samen maken van iets – waarbij niet alleen het eindresultaat telt, maar vooral ook de weg ernaartoe. Dit ‘samen maken’ kan gaan om zeer verschillende uitkomsten: een app, een activiteit, een zorgdienst, maar ook gezamenlijke inzichten, kennis of waarden.

## Nieuwe activiteiten ter versterking van de inclusieve pedagogische basis

De opbrengsten uit spiegeltrajecten kunnen direct worden omgezet in concrete verbeteracties, activiteiten of interventies. Soms is co-creatie een logische tussenstap, maar vaak sluiten gewenste acties al aan bij bestaande initiatieven. Door samenwerking met partners in het welzijnsdomein, zoals opbouwwerk of ouderinitiatieven, kunnen uitkomsten snel worden opgepakt.

Voorbeelden uit eerdere spiegeltrajecten zijn:

- Het opzetten van een ouderklankbordgroep
- Het inrichten van een toegankelijke ouderkamer
- De ontwikkeling van een begrijpelijke sociale kaart
- Het organiseren van oudergroepen zoals een New Mum Club of Vaderkracht (bijeenkomsten voor ouders georganiseerd door ouders)
- Trainingen voor professionals over samenwerken met ouders

## Visievorming op een inclusieve pedagogische basis

Een spiegeltraject levert waardevolle input voor een gedeelde visie op ouderschap en een inclusieve pedagogische basis. Zo'n visie helpt richting geven aan Kansrijke Start en aan samenwerking met partners in het jeugd- en welzijnsdomein. Om tot een heldere visie te komen zijn wel gezamenlijke, concrete stappen nodig. Denk aan een gesprek over waarden die belangrijk zijn in jouw gemeente als het gaat om opvoeden en opgroeien; het vastleggen van brede doelstellingen die je samen beoogt en een lange termijn visie.

In een inclusieve pedagogische basis voed je samen op: volwassenen werken gezamenlijk aan het opgroeien van kinderen. Door met elkaar te verkennen wat je belangrijk vindt voor kinderen, ouders en opvoeders, worden onderliggende overtuigingen zichtbaar en ontstaat meer samenhang binnen de coalitie. Dit verdiept het gesprek, je gaat verder dan technische afspraken en maakt samenwerking makkelijker, omdat er meer vertrouwen, energie en duidelijkheid ontstaat over wat nodig en passend is.

“Uit het gesprek bleek dat moeders graag van elkaar willen leren. Dat past goed bij de ideeën die het opbouwwerk al had voor de New Mum Club, voor moeders met een pasgeboren kind.”

*Projectleider Den Haag*



## 2 De acht stappen in een spiegeltraject kort beschreven

Het spiegeltraject bestaat uit acht stappen. De ervaring heeft geleerd dat je tijdens vijf voorbereidende bijeenkomsten een stappenplan kan doorlopen en dat je daarmee de afspraken scherp krijgt. De stappen lopen soms door elkaar uiteraard. Houd er rekening mee dat in de voorbereidende fase de werving veel tijd vraagt. Hoe zorgvuldiger de voorbereiding hoe beter het traject uiteindelijk verloopt.

De stappen kun je zetten met behulp van een trajectbegeleider van pharos en de inzet van verschillende werkvormen en tools.



## Stap 1 Doel en strategie bepalen

Het lijkt vanzelfsprekend: de eerste stap is het bepalen van het doel. Maar in de praktijk lopen verwachtingen vaak uiteen. Daarom begin je het traject met een eerlijk gesprek over wat je samen wilt bereiken – niet alleen tijdens het spiegelgesprek, maar juist ook daarna. Denk daarbij aan de korte én de lange termijn. Misschien wil je op korte termijn dat ouders zich gehoord voelen en dat professionals ouders beter centraal stellen. Op langere termijn wil je dat het aanbod in de gemeente echt bijdraagt aan het welbevinden van gezinnen. En als stip aan de horizon: een duurzame samenwerking met ouders en opvoeders.

Het helpt om te onderzoeken of er al een visie op opvoeden en opgroeien bestaat, of op een pedagogische basis. De doelstellingen van het spiegelgesprek kunnen daar mooi op aansluiten.

Je wilt met elkaar bereiken dat ouders zich onderdeel voelen van Kansrijke Start, en dat juist de ouders die het hardst ondersteuning nodig hebben daar ook daadwerkelijk baat bij hebben. Het spiegeltraject is daarvoor een concreet middel. Misschien wil je zelfs dat deze manier van werken structureel wordt. In dat geval is een eerste traject vooral ook een kans om al doende te leren: een investering in vakmanschap, in samenwerken, en in een cultuur van luisteren én terugkoppelen.

Wat belangrijk is: het gesprek mag geen eenmalig 'luistermoment' zijn. Ouders raken teleurgesteld wanneer ze niet weten wat er met hun verhaal gebeurt. Kijk dus vooruit. Maak vooraf helder dat wat er uit het traject komt, ook daadwerkelijk een vervolg krijgt – samen met hen.

Tijdens het traject ontdek je telkens nieuwe inzichten. Daarom is het verstandig om regelmatig te checken of het doel nog klopt, of dat de koers bijgesteld moet worden.

### Tip 1

#### Bewaak de bedoeling

Het gaat om vertrouwen en verbinding. Het spiegeltraject is geen doel op zich; het dient de relatie tussen ouders en professionals.

### Tip 2

#### Wees open over mogelijke uitkomsten

De resultaten staan nooit vooraf vast. Bedenk wel wat je wilt leren van ouders – dat bepaalt wie je uitnodigt.

### Tip 3

#### Zie het als een leerervaring

Het organiseren van een spiegeltraject kost tijd, maar het levert veel op. Hoe vaker je het doet, hoe natuurlijker het wordt. Betrek daarom een partij die deze rol vaker kan oppakken en investeer eventueel in de juiste training voor de gespreksleider.

## Stap 2 Comittment met belangrijke partners

In stap twee staat de samenwerking met partners centraal. In deze stap werk je aan commitment: het vertrouwen dat partners geven om het spiegeltraject mee vorm te geven én om na afloop echt iets met de uitkomsten te doen.

Meestal heb je één of twee trekkers nodig als aanjagers die ook mee uitvoeren. Zij vormen samen met een kleine werkgroep de motor. Maar voor een goede organisatie heb je meer handen en vooral verschillende perspectieven nodig. Denk aan partners die toehoorders kunnen werven, of professionals, ervaringsdeskundigen en vrijwilligers die al samenwerken met ouders in kwetsbare posities. Zij zijn al in contact met ouders, die mogelijk hun verhaal willen delen. Na het spiegelgesprek komt het erop aan: de werkgroep vraagt de toehoorders om mee te denken, stil te staan bij wat ouders hebben

verteld en samen te werken aan verbeterplannen. Vaak ontstaat er dan spontaan een gemengde groep van ouders en professionals die de verbeterwensen samen verder brengt. Dat is precies waar je het voor doet.

En om die verbeteringen ook echt uit te kunnen voeren, heb je commitment nodig van diverse partners. Partners die snappen wat de waarde van samenwerken met ouders is en die bereid zijn tijd, ruimte en invloed in te zetten. Het helpt enorm als dit commitment al aan de voorkant is uitgesproken – bijvoorbeeld via de coalitie Kansrijke Start of een ander partnerschap in de gemeente. Het lukt dan ook beter om toehoorders vanuit verschillende posities te betrekken: beleidsmakers en managers die randvoorwaarden kunnen creëren, uitvoerend professionals die directe feedback krijgen op hun werk, én partijen die dicht bij ouders en opvoeders staan. Vooral die laatste groep – welzijn, sleutelpersonen, informele zorg – maakt vaak hét verschil. Zij blijven namelijk vaak betrokken als het gaat om het realiseren van de verbeteringen waar ouders om vragen.



### Tip 1

#### **Betrek bestuurders vanaf het begin**

Een spiegeltraject laat zien hoe beleid uitpakt in het dagelijks leven van inwoners. Nodig daarom ook een wethouder uit. Zijn of haar commitment geeft kracht aan het vervolg en helpt verbeteringen echt van de grond te krijgen. Denk aan portefeuilles jeugd, leefomgeving, gezondheid of welzijn. In Apeldoorn was de wethouder aanwezig bij de start: het paste in de bestaande agenda over het versterken van ouderschap.

### Tip 2

#### **Zorg voor de juiste betrokkenen en toehoorders**

Wie je aan tafel hebt, bepaalt het effect van het traject. Denk goed na wie er nodig zijn. Betrek partners uit verschillende domeinen – beleidsmakers, professionals, welzijn, sleutelpersonen én ouders. Enthousiasmeer hen om als toehoorder te komen luisteren bij het gesprek en mee te doen aan vervolgbijeenkomsten. Hoe breder het perspectief, hoe sterker het vervolg. Zorg in ieder geval dat er mensen uit het welzijn en opbouwwerk aansluiten!

### Tip 3

#### **Prikkel partners, informeer hen en vraag hen stelling te nemen**

Voordat mensen hun commitment geven is het goed om hen aan het denken te zetten. Geef een korte presentatie over het spiegeltraject en combineer dit met een interactieve werkvorm bijvoorbeeld met stellingen over ouderschap en Kansrijke Start. Dat helpt partners om de urgentie te voelen en actief bij te dragen.

### Tip 4

#### **Maak commitment zichtbaar én vier het**

Laat partners gezamenlijk een visie of intentie ondertekenen. Vier dat moment – al is het symbolisch. Een taartje, een bijzondere naam voor het traject... zulke kleine rituelen versterken verbinding en betrokkenheid. In Zeist werd er bij de ondertekening een speciaal gebakken taartje gegeten, met de projectnaam erop.

### Tip 5

#### **Houd het eenvoudig: al doende leren**

Als je de eerste keer een Spiegeltraject organiseert, laat het proces niet vastlopen door te veel voorbereiding. Een spiegeltraject ontstaat in het doen. Vertrouw op het lerend vermogen van de groep – dat is juist de kracht van deze aanpak.

## Stap 3 Werkgroep vormen

### Een werkgroep die werkt

Bij het vormen van de werkgroep is het belangrijk om meteen stil te staan bij de verschillende rollen. Vaak sluit de lokale trekker van Kansrijke Start aan – iemand die tijd heeft, overzicht houdt en zaken kan organiseren. Ook is het fijn als iemand vanuit beleid meekijkt, zodat de uitkomsten van het traject goed landen binnen de gemeente. Denk aan een werkgroep van ongeveer vijf of zes leden.

Daarnaast is er één rol die essentieel is: iemand die makkelijk en op een betrokken manier contact legt met ouders. Iemand die samenwerkt met ouders of veel ouders kent of snel vertrouwen kan opbouwen. Deze persoon is de schakel tussen ouders en professionals en helpt bij het vinden van ouders die hun ervaringen willen delen.

De werkgroep maakt niet alleen keuzes in de voorbereiding; ze blijft belangrijk tot het eind. De werkgroepleden betrekken andere professionals waar nodig en helpen de uitkomsten verder brengen in de praktijk en beleid. Tijdens de eerste bijeenkomst nemen we uitgebreid de tijd om te bespreken wat een spiegeltraject precies inhoudt en hoe het spiegelgesprek verloopt. Dat geeft rust, duidelijkheid en een gedeeld vertrekpunt.

### Wie zitten er in de werkgroep?

Denk bij de samenstelling aan een mix van mensen bijvoorbeeld managers en/of uitvoerenden uit de zorg en sociaal domein zoals:

- Verloskundigen en kraamverzorgenden
- JGZ-artsen en verpleegkundigen
- VoorZorg verpleegkundigen
- Opvoedadviseurs
- Welzijnswerkers en kinderwerkers
- Jeugdhulpverleners
- Coördinatoren van vrijwilligersorganisaties
- Maatschappelijk werkers

### De gespreksleider en de trajectbegeleiding

Pharos levert een opgeleide gespreks- en trajectbegeleider.

De rol van gespreksbegeleider is cruciaal voor de veiligheid en kwaliteit van het gesprek.

De gespreksleider heeft specifieke vaardigheden.

- Hij / zij is getraind als begeleider van spiegelbijeenkomsten
- Vat de antwoorden van ouders zorgvuldig en uitgebreid samen waardoor er rust ontstaat
- Reageert neutraal en stuurt niet richting oplossingen
- Is opgeleid om samen te werken met een tolk.
- Sluit aan bij het taalgebruik en de wijze van communiceren door ouders.

De gespreksleider zorgt ervoor dat ouders zich gehoord voelen en dat professionals écht kunnen luisteren.

#### Tip 1

#### Planning

Start als werkgroep met het opstellen van een planning en bepaal de periode voor het spiegelgesprek en de terugkombijeenkomst, zodat deze kan worden voorgelegd aan de coalitie Kansrijke Start.

#### Tip 2

#### Laat werkgroep lid meedenken

Laat het werkgroep lid dat veel met ouders samenwerkt meedenken over geschikte en minder geschikte periodes (minder geschikt bijvoorbeeld: tijdens ramadan, kerst of de zomervakantie).

#### Tip 3

#### Stem de planning af

Stem de planning ook af met de gespreksbegeleider.

## Stap 4 Thema, ouders en toehoorders kiezen

In deze stap bepaal je met de werkgroep welk thema centraal staat tijdens het spiegelgesprek. Het gekozen thema bepaalt welke ouders je uitnodigt. Neem daarom de tijd om met elkaar te bespreken waar jullie écht nieuwsgierig naar zijn. Wat willen jullie begrijpen over Kansrijke Start? Doen jullie de juiste dingen voor de juiste ouders?

Kies een thema dat richting geeft, maar niet zo smal is dat ouders alleen technisch kunnen reageren. Ouders moeten vooral vanuit hun eigen ervaring kunnen vertellen, zodat je ook blinde vlekken hoort.

Voorbeelden van thema's en vraagstukken zijn:

- Hoe ervaren ouders en opvoeders in kwetsbare omstandigheden de eerste 1000 /2000 dagen van hun ouderschap?
- Hoe ervaren vaders de start van hun vaderschap?
- Hoe ervaren grootouders met jonge kleinkinderen hun betrokkenheid bij het gezin van hun kinderen?
- Hoe is het voor nieuwkomers om kinderen te krijgen in Nederland en om te wonen in onze gemeente?

### Welke ouders nodig je uit?

De scherpte zit niet alleen in het thema, maar vooral in wíe je uitnodigt. Ouders zijn de experts tijdens het spiegeltraject. Het zijn ouders die leven in kwetsbare omstandigheden: ouders die de taal niet altijd beheersen, de weg moeilijk vinden of veel hebben meegemaakt en wiens welbevinden onder druk staat. Ouders bij wie vertrouwen broos is.

### Van wie wil je écht het verhaal horen?

Er zitten ongeveer vijf tot acht ouders in de binnenring. Ouders met vergelijkbare omstandigheden, maar ieder met hun unieke verhaal. Het spiegeltraject als methode is juist voor deze ouders ontwikkeld:

mensen die niet snel hun mening geven of die niet gewend zijn om uitgebreid hun verhaal te delen zijn ook van harte welkom. Daarom is het belangrijk dat er gelijkwaardigheid is in de groep. Iedereen moet op zijn eigen manier kunnen vertellen – met tolk, met ondersteuning, of gewoon in eigen tempo.

### En wie nodig je uit als toehoorders?

Als het thema en de doelgroep helder zijn, kun je samen bepalen welke toehoorders aansluiten. Dit zijn de mensen die later verdergaan met de inzichten, dus betrek hen breed en bewust. Denk aan beslis-sers, uitvoerders én mensen die voorwaarden kunnen scheppen om verbeteringen mogelijk te maken. Kies toehoorders die je persoonlijk kan uitnodigen, en die je makkelijk enthousiast krijgt.

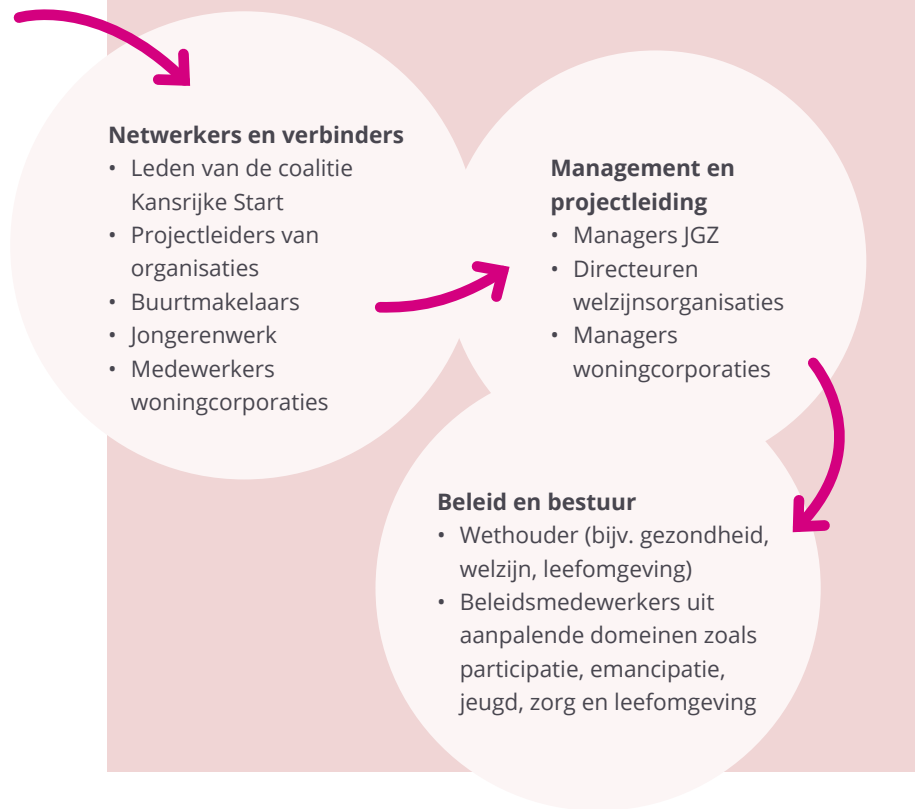
Hieronder vind je een overzicht van mogelijke toehoorders:

#### Informele ondersteuners

- Ervaringsdeskundige ouders
- Gezinsondersteuners
- Maatjes in de eerste 1000 dagen (zoals Home-Start, Samen Oplopen)
- Sleutelpersonen
- Voorlichters eigen taal en cultuur
- Vrijwilligers in welzijn of de bibliotheek

#### Formele zorg- en welzijnsprofessionals

- Verloskundigen, gynaecologen, kraamverzorgenden
- JGZ-artsen en verpleegkundigen
- Opbouwwerkers
- Pedagogische medewerkers kinderopvang en voorschool
- Opvoedadviseurs
- Welzijnswerkers en kinderwerk
- Jeugdhulpverleners
- Psychologen
- POH's in de huisartsenpraktijk
- Huisartsen
- Coördinatoren vrijwilligersorganisaties
- Bibliotheekmedewerkers
- Schuldhulpverleners
- Maatschappelijk werkers



## Stap 5 Spiegelbijeenkomst praktisch voorbereiden

In deze stap verdeel je de taken met elkaar voor de organisatie van de bijeenkomst.

### Drie belangrijke bijeenkomsten om te plannen

- Plan de datum voor de spiegelbijeenkomst (het spiegelgesprek). Hou daarmee rekening met tijden die gunstig zijn voor ouders (werk, schooltijden, vakanties, religieuze feestdagen etc.).

- Plan meteen een datum en locatie voor de terugkombijeenkomst. Dit is de bijeenkomst waarbij professionals aan de slag gaan met een verbeterplan. Zorg dat er niet langer dan 3 weken tussen beide bijeenkomsten zit. Als het spiegelgesprek in de ochtend plaatsvindt, dan kan je ook direct na het spiegelgesprek de terugkombijeenkomst met professional plannen.
- Plan ook een datum en wijze van terugkoppeling aan de ouders. Je koppelt aan hen terug wat de professionals als verbeter agenda hebben uitgewerkt. De ouders krijgen de ruimte om feedback te geven op die agenda en ze kunnen aangeven of en hoe zij betrokken willen blijven.

### Het programma van de bijeenkomsten

Een spiegelbijeenkomst duurt tussen de 3,5 en 4 uur afhankelijk van informele deel waarbij er samen wordt gegeten of informeel wordt nagepraat. Het programma van de spiegelbijeenkomst is als volgt opgebouwd: (zie voor meer info onder stap 6)

30 / 60	minuten	kennismaking ouders en gespreksbegeleider met eten of koffie / thee
30 / 60	minuten	Inloop voor de professionals met koffie/thee of eten
90 / 120	minuten	Spiegelgesprek
30 / 60	minuten	Informeel napraten/ samen eten

Een terugkombijeenkomst duurt tussen de 90 en 120 minuten. Het programma ziet er zo uit:

30	minuten	inloop
15	minuten	welkom en kennismaking
20	minuten	stilstaan: bij wat ons heeft geraakt?
10	minuten	verzamelen: van wat we feitelijk hebben gehoord?
25	minuten	in dialoog: wat staat ons te doen?
15	minuten	stemmen: Een top 10 van agendapunten
5	minuten	afsluiting: wat ga je morgen anders doen?

## Geschikte locaties

- Regel een locatie, een plek waar de ouders bekend en op hun gemak zijn en waar eventueel ook hun kinderen kunnen worden opgevangen. Vaak is een buurthuiskamer of een buurthuis een geschikte plek.
- Zorg dat er een microfoon en versterker beschikbaar zijn op die plek.
- Bespreek met elkaar of je ook samen wil eten, en hoe je dat wil organiseren. Eten werkt vaak verbindend. Maar niet alle locaties zijn geschikt.
- Regel ook meteen een locatie voor de terugkombijeenkomst. De ouders zijn hier niet bij aanwezig.
- Het is misschien leuk om de terugkoppeling aan ouders te geven op je eigen werkplek. Zodat ze ook een kijkje achter de schermen krijgen.

## Werk goed met elkaar uit hoe je ouders gaat werven

Een spiegelgesprek is een kans voor ouders om hun ervaringen te delen en om gehoord te worden. Maar omdat het onbekend is voor ouders kost het werven vaak veel tijd. Het is belangrijk om de juiste ouders te bereiken en hen te motiveren om mee te doen. Dat doe je vaak samen met anderen. Het doel is om een evenwichtige groep ouders te hebben. Al tijdens het werven werk je aan het versterken van het vertrouwen van ouders. Ga zorgvuldig met hen om.

### Tip 1

#### Stel een gelijkwaardige groep van vijf tot acht ouders samen

Kijk goed of de ouders die je spreekt ook daadwerkelijk behoren tot de groep die je wilt bereiken. Het is makkelijk om taalvaardige en weerbare ouders te vinden, maar voor hen zijn de spiegeltrajecten niet primair bedoeld. Werf dus ouders die minder bekend zijn met het opvoedingsaanbod in de wijk. Denk aan ouders bij wie het hulpaanbod niet aansluit, die minder snel op zoek gaan naar ondersteuning omdat ze teveel stress ervaren of geen vertrouwen hebben in het bestaande aanbod. Juist zij kunnen *eye openers* bieden in wat nodig is in de wijk.

### Tip 2

#### Maak tijdens de werving gebruik van bestaande activiteiten en ontmoetingsplekken

Sluit aan bij activiteiten waar ouders al komen, zoals koffieochtenden of buurtbijeenkomsten. Dit maakt het makkelijker om ouders te benaderen die anders misschien niet snel zouden deelnemen.

### Tip 3

#### Verlaag drempels voor deelname

Ouders kunnen praktische of emotionele drempels ervaren om deel te nemen. Onderzoek deze tijdens de werving. Bespreek bijvoorbeeld met hen hoe andere ouders zich gehoord voelden na een spiegelgesprek. Dit kan hen geruststellen en motiveren om mee te doen.

## Voorbeeld

Een vader die door een werkgroep lid op straat werd benaderd voor deelname aan een spiegelgesprek vertelde dat hij een jaar geleden voor zijn eigen voordeur was mishandeld. Hij voelde zich daardoor onveilig in zijn buurt. Hij wilde voor het spiegelgesprek niet 's avonds naar het buurthuis komen. Hij voelde zich te kwetsbaar en twijfelde of hij over straat durfde.

De buurtmakelaar werd door de werkgroep betrokken en zij zag hoe belangrijk het gesprek voor hem kon zijn. Ze, besloot hem persoonlijk op te halen. Ze reed hem van huis naar het buurthuis, zodat hij zich veilig voelde en welkom.

Voor deze vader was het spiegelgesprek de eerste keer in lange tijd dat hij weer samen met anderen aan tafel zat om te eten, zonder zich angstig of ongemakkelijk te voelen. Tijdens het gesprek deelde hij zijn verhaal over hoe de onveiligheid in zijn buurt zijn leven en de opvoeding van zijn kinderen beïnvloedde. Zijn verhaal werd echt gehoord. En de toehoorders gaven in de terugkombijeenkomst terug dat zij zich meer bewust waren van de impact van onveiligheid op straat op de opvoeding.

## Praktische stappen voor het werven van ouders

- **Maak een eenvoudige flyer voor het spiegelgesprek**  
Gebruik begrijpelijke taal en zorg ervoor dat de voordelen van deelname duidelijk zijn. Werk samen met ervaringsdeskundigen om de boodschap goed over te brengen. Zet alle praktische informatie op de flyer.
- **Nodig ouders ruim van te voren uit**  
Zorg dat je goed contact houdt met de ouders die naar het gesprek komen. Zorg dat zij zich goed geïnformeerd voelen, en bespreek praktische zaken met hen. Nemen ze bijvoorbeeld kinderen mee? Voorafgaand aan de bijeenkomst met het spiegelgesprek is er een samenzijn met de ouders en de gespreksleider. Zij eten bijvoorbeeld samen en zij legt dan nog eens aan de ouders uit hoe het gesprek gaat.
- **Nodig ouders ook direct uit voor de terugkoppeling**  
Communiceer duidelijk dat ouders na het spiegelgesprek nog een terugkoppeling krijgen vanuit de professionals en dat zij inspraak krijgen in het plan na afloop.
- **Bespreek welke vergoeding ouders krijgen**  
Maak afspraken over een passende vergoeding voor de ouders die deelnemen aan het gesprek.
- **Bepaal welke ouders je wilt uitnodigen**  
In de werkgroep is het thema al vastgesteld en welke ouders je wil spreken. Denk nog eens verder na over welke ouders je wilt bereiken zodat je goed instructies kan geven aan degenen die gaan werven, bijvoorbeeld op basis van:
  - Leeftijd van de kinderen
  - Komen de ouders wel of juist niet uit dezelfde wijk
  - Fase van het ouderschap
  - Opleidingsachtergrond, etc.
- **Gebruik bestaande contacten**  
Benader mensen die al een vertrouwensband hebben met ouders in de wijk. En betrek mensen die al een centrale rol spelen in de gemeenschap, zoals vrijwilligers, brugfunctionarissen, sleutelpersonen of buurtfiguren. Zij kunnen ouders persoonlijk benaderen en uitnodigen.

- **Mondeling werven werkt het beste**  
Mondelinge werving heeft meer effect dan schriftelijke werving (zoals e-mails of advertenties). Vraag professionals of vrijwilligers die ouders al kennen om het gesprek aan te gaan.
- **Maak eventueel gebruik van een instructie voor degenen die helpen met werven**  
Een instructie die helpt om te werven helpt je als werkgroep om goed uit te leggen wat je van mensen vraagt.
- **Bouw vertrouwen op**  
Werven is een kans om vertrouwen op te bouwen. Werf dus vanuit de relatie.
- **Gebruik een interactieve kaart**  
Houd bij waar je ouders hebt ontmoet en waar je nog meer contacten kunt leggen. Dit helpt je gericht te werven.

Met deze stappen kun je ouders effectief en persoonlijk werven voor het spiegelgesprek. Zorg ervoor dat je hen goed voorlicht en dat ze zich welkom voelen om hun verhaal te delen.

Dit sjabloon kan je helpen bij de werving van de ouders en opvoeders. Er is ook een digitale versie beschikbaar.

Waar kun je ouders ontmoeten?

Waar kan je in contact komen met ouders in de wijk? Vul je ideeën, namen, adressen etc. in en print de kaart.

Scholen

Schoolplein

Volkstuinen

Buurtgebonden sociale media

Sportverenigingen

Speeltuin

Zwembad

Voetbalveldje

Consultatiebureau

Kinderopvang

Kerk, moskee, tempels etc.

Zelforganisatie (bv. migranten)

Bibliotheek

Taallessen

Buurthuis

Dit kaartje hoort bij het workshopplan in 6 stappen samenwerken met ouders in de wijk

PHAROS

## Werven en voorbereiden van toehoorders en ophalen van vragen

Zoals aangegeven bij stap 4, is het belangrijk dat er een diverse groep toehoorders aanwezig is bij het spiegelgesprek en de terugkombijeenkomst. Denk hierbij aan zo'n 30 tot 40 toehoorders bij het gesprek zelf en ongeveer 20 bij de terugkombijeenkomst. Het doel is om mensen vanuit verschillende disciplines en met verschillende verantwoordelijkheden te betrekken. Dit kunnen beleidsmakers, managers en mensen die zorg, steun of hulp verlenen zijn. Zorg in ieder geval dat er een ervaringsdeskundige ouder (of meerderen) aanwezig zijn. Hoe je toehoorders uitnodigt:

- **Start met je eigen netwerk**

Begin met de mensen die je als werkgroepleden al kent. Als dat nodig is, benader ze persoonlijk. Grijp terug op eerder gemaakte afspraken en het commitment dat er is om het traject te organiseren.

- **Zorg voor een breed bereik**

Zorg ervoor dat alle leden van de *Coalitie Kansrijke Start* aanwezig zijn. Denk daarnaast out-of-the-box: ook mensen van woningcorporaties, participatie, of directieleden kunnen waardevolle toehoorders zijn.

- **Maak een duidelijke uitnodigingstekst voor professionals**

In de uitnodiging moet het doel en het thema van het spiegelgesprek helder zijn. Vertel wat toehoorders kunnen verwachten, zoals:

- Toehoorders kunnen **geen vragen** stellen tijdens het gesprek; het is belangrijk dat ze **aandachtig luisteren**.
- Na afloop kunnen ze **geen verdiepende vragen** stellen aan ouders. Het doel is om de ouders ruimte te geven om hun verhaal te doen zonder extra druk.
- **Voorbereiding:** Vraag hen om vóór het gesprek **vragen in te dienen** die ze aan de ouders willen stellen. Dit verhoogt hun betrokkenheid.
- Tijdens de **terugkombijeenkomst** is er ruimte om te reflecteren op het gesprek.
- Mocht er behoefte zijn om later verder te praten met de ouders, dan kunnen ze dit voorstellen aan de werkgroep, die dit dan met de ouders afstemt.

- Vaak is er een **informele gelegenheid** direct na het gesprek om met ouders door te praten, zonder druk.
- Het traject is een stap-voor-stap proces om de samenwerking met ouders in kwetsbare situaties te verbeteren.

- **Vragen vooraf inleveren**

Vraag toehoorders om **vooraf vragen in te leveren**. Dit verhoogt hun betrokkenheid en zorgt ervoor dat hun vragen goed aansluiten bij het thema. Het helpt ook om de vragen in **eenvoudige taal** te formuleren, zodat ze goed begrijpbaar zijn voor de ouders.

Controleer als werkgroep goed of de vragen de verschillende domeinen weerspiegelen, zowel het **medische als het sociale domein**.

### Voorbeelden van vragen die je aan ouders kan stellen

- Wat vinden ouders van de wijk?
- Wat vinden ouders van de ondersteuning in de wijk?
- Waar halen ouders steun vandaan?
- Op welke plekken komen zij graag, met en zonder kinderen?
- Wie hebben ouders nodig om te denken aan een gezonde toekomst voor hun kinderen?
- Wanneer voelen ouders zich goed geholpen door een zorgverlener?
- Welke tips hebben ouders voor professionals, managers en beleidsmakers?

We gingen de wijk in en spraken ouders aan op verschillende plekken. We nodigden ze uit voor het gesprek en een ontbijt in het huis van de wijk na de start van de scholen. Uiteindelijk hadden we op de ochtend zelf, meer deelnemers dan dat er plek was.

*Projectleider Kansrijke Start  
Den Haag*

Met een persoonlijke en duidelijke benadering van de uitnodigingen zorg je ervoor dat de juiste toehoorders zich betrokken voelen en goed voorbereid zijn om te luisteren en nieuwe inzichten op te doen.

## Stap 6 De Spiegelbijeenkomst

Deze stap gaat over de bijeenkomst waarbij het gesprek wordt uitgevoerd. Zorg dat er een goed draaiboek is en check of alle praktische zaken goed geregeld zijn. Houd steeds voor ogen hoe je het voor ouders zo prettig mogelijk maakt. Een goede voorbereiding draagt bij aan een veilige omgeving voor de ouders.

### Tip 1

#### Een geluidsinstallatie met een microfoon is echt cruciaal

De ouders zitten met hun rug naar de toehoorders. Vaak zijn ze zonder microfoon slecht te verstaan. Het lijkt een klein detail maar het is noodzakelijk dat er een goed werkende microfoon aanwezig is. Zonder microfoon kan het hele gesprek mislukken.

### Tip 2

#### Zorg voor een gezellige ruimte

Zorg ervoor dat ruimte gezellig is en groot genoeg is voor het opstellen van de halve kringen met stoelen. Vermijd een klinische of formele ruimte. Het moet een beetje als thuis voelen voor de ouders. Bij het klaarzetten van de stoelen kan je kijken of je dat deel van de ruimte gezellig kan aankleden met planten of bloemen.

### Tip 3

#### Aparte ruimte om kennis te maken

Zorg dat er een aparte ruimte is waar ouders met de gespreksleider kunnen kennismaken en rustig kunnen praten.

### Tip 4

#### Samen eten is een verbindend onderdeel van de bijeenkomst

Kijk of je een bijdrage kan leveren aan een lokaal bedrijfje in de wijk door bij hen een bestelling te plaatsen.



### Het klaarmaken van de ruimte

De opstelling van stoelen tijdens de spiegelbijeenkomst De ouders zitten in een halve kring rond de gespreksbegeleider, zoveel mogelijk met de rug naar de toehoorders. Daaromheen zitten de toehoorders in verschillende rijen. En zorg dat de toehoorders zo weinig mogelijk in de gezichten van de ouders kijken. Check de geluidsinstallatie samen met de gespreksbegeleider. Ga ook na of de notulist aanwezig is.

## Onderdelen van de spiegelbijeenkomst

### 1. Ontvangst - Warm welkom en landen in de ruimte

Bij binnenkomst worden ouders en toehoorders opgevangen door een gastvrouw of -heer. Zij wijzen de weg naar koffie, thee, garderobe, het eten en kinderopvang. Zorg dat de ouders echt goed worden opgevangen en dat ze naar de gespreksleider worden verwezen. Terwijl toehoorders binnen druppelen, heeft de gespreksleider tijd om met de ouders kennis te maken en kort toe te lichten hoe het spiegelgesprek werkt. Ze legt ook de gesprekstechniek uit en de reden van die techniek. Dat zij neutraal reageert en uitgebreid samenvat.

#### Belangrijk in deze fase:

- Extra uitleg waarom juist deze groep ouders is uitgenodigd.
- Check van taalniveaus; zo nodig schuift een tolk dicht bij een ouder aan.
- Uitleggen dat er een verslag wordt gemaakt maar dat inwoners niet herleidbaar zijn.
- Toestemming vragen voor fotografie.
- Houd rekening met een ruime inlooptijd voor ouders, maar start wel zo punctueel mogelijk voor de professionals.



### 2. Welkom - Nog één keer het doel scherp

#### De procesbegeleider opent officieel de bijeenkomst.

Hierbij wordt helder uitgelegd:

- Dat we komen luisteren naar de ervaringen van ouders over hun eerste 1000 (of 2000) dagen.
  - Dat professionals en beleidsmakers aanwezig zijn om te leren en zich te laten inspireren.
  - Dat toehoorders niet reageren tijdens het gesprek en geen vragen stellen. En dat dit ook na afloop niet de bedoeling is.
  - Dat hun vragen vooraf zijn verzameld en door de gespreksleider worden ingebracht.
  - Daarna geeft zij het woord aan de gespreksleider
- Het doel: ouders centraal, toehoorders in de luisterstand.

### 3. Het Spiegelgesprek - 90 minuten echt luisteren

Ouders zitten in de binnenste halve kring, toehoorders in de buitenste kring. Ouders zitten bewust met de rug naar de toehoorders om afleiding te minimaliseren.

De gespreksleider bewaakt de sfeer, veiligheid en gelijkwaardigheid, en let op het volgende:

#### Wat de gespreksleider doet:

- Spreekt geheimhouding af: wat gedeeld wordt, wordt niet herleidbaar naar buiten gebracht.
- Benadert ouders als deskundigen van hun eigen leven, hun welzijn, hun ouderschap en wijk.
- Stelt ouders om de beurt eenzelfde vraag.
- Geeft iedere ouder tijd en ruimte om te antwoorden.
- Reageert neutraal en vat uitgebreid samen in de woorden van de ouders.
- Voorkomt dat ouders tezeer op elkaar reageren of dat er discussies ontstaan.
- Verweeft vooraf ingebrachte vragen in het gesprek, maar volgt altijd het verhaal van de ouders.
- Vraagt ouders aan het eind van het gesprek hoe zij deelname hebben ervaren.
- Breekt aan het eind van het gesprek de kring open. Ouders zien dan de toehoorders.

### Hoe het gesprek start:

Met een eenvoudige, open vraag, zoals:

“Hoe gaat het met jullie? Hoe ervaren jullie het ouderschap en het leven in de wijk?”

Van daaruit ontvouwt zich het gesprek. Niet alles hoeft besproken te worden – de ouders bepalen het tempo.

### 4. Eerste reacties - Kort, luisterend en respectvol

#### Wat de procesbegeleider doet:

- Bewaakt de tijd: maximaal 90 minuten.
- Geeft na afloop als eerste een reflectie hoe het voor haar was om te luisteren
- Bedankt de ouders expliciet voor hun openheid.
- Geeft twee of drie toehoorders heel kort het woord. Hij of zij vraagt hoe het was om te luisteren en bewaakt dat er geen oplossingen of adviezen worden gegeven. De ouders moeten met een gevoel van erkenning naar huis gaan.
- Bewaakt dat er niet opnieuw een vraaggesprek ontstaat tussen toehoorders en de ouders. De ouders hebben 90 minuten zich kwetsbaar opgesteld en het is nu niet het moment om door te vragen. De reacties zijn welkom bij de terugkombijeenkomst.
- Er is een uitzondering: Soms kan een overgeslagen vraag wel gesteld worden.
- Een andere uitzondering: soms willen ouders zelf nog meer delen, kijk dat wat passend is, soms kan dan kan daar een ander moment voor worden gecreeerd. Soms willen ouders dat alle toehoorders zich voorstellen.

### 5. Terugkombijeenkomst en terugkoppeling ouders - opvolgen van de nieuwe inzichten

De procesbegeleider licht toe wanneer de terugkombijeenkomst plaatsvindt. Dit kan direct aansluitend zijn of op een later moment. Hier staan toehoorders stil bij wat hen heeft geraakt en denken zij verder over wat zij hoorden, zonder dat er druk op ouders komt te liggen. Er wordt ook verteld wanneer en hoe ouders terugkoppeling ontvangen over wat er met hun input gebeurt.

### 6. Informeel samenzijn - Ontmoeten en even landen

Na afloop is er vaak nog behoefte om samen te zijn, iets te drinken of samen te eten als dat niet voorafgaand aan de bijeenkomst is gedaan. Dit moment is waardevol: professionals ontmoeten ouders, er ontstaan zachte gesprekken en er wordt vaak nog lang nagepraat. Soms worden hier belangrijke verbindingen gelegd voor het vervolgtraject.

### In het kort – De flow van de bijeenkomst

1. **Ontvangst** – landen, kennismaken, toelichten, tolken regelen.
2. **Welkom** – doel, opzet en spelregels toelichten.
3. **Spiegelgesprek (90 min.)** – ouders vertellen, professionals luisteren.
4. **Eerste reacties** – kort en respectvol.
5. **Vooruitkijken naar de vervolg bijeenkomsten** – vervolg met professionals en ouders
6. **Informeel moment** – ruimte voor ontmoeting.

#### Het gesprek zelf duurt 90 minuten.

Soms wordt terugkombijeenkomst meteen na afloop van de spiegelbijeenkomst gepland.

## Stap 7 Terugkombijeenkomst: Van luisteren naar samen betekenis geven

De terugkombijeenkomst wordt begeleid door een facilitator van Pharos. Het is het moment waarop professionals, vrijwilligers en partners *samen* terugkijken op wat ouders tijdens het spiegelgesprek hebben gedeeld. Het is een bijeenkomst waarin gevoelens ruimte krijgen, inzichten worden geordend en eerste stappen voor verbetering worden bepaald. Altijd met één uitgangspunt: *we blijven zo dicht mogelijk bij de woorden van de ouders.*

### Doel van de bijeenkomst

- Samen ophalen hoe ouders in kwetsbare omstandigheden hun eerste 2000 dagen ouderschap (hebben) ervaren.
- Deze ervaringen een plek geven in plannen en activiteiten van Kansrijke Start.
- Het traject gebruiken als beginpunt voor duurzame samenwerking met (aanstaande) ouders.

### Hoe we werken

De bijeenkomst duurt ongeveer 90 minuten. We werken in een open, actieve sfeer, met kringgesprekken, brainstormen en het bundelen van inzichten. Iedereen doet mee, luistert aandachtig en helpt elkaar om de stem van ouders centraal te blijven houden.

#### 1. Wat heeft je geraakt?

We starten met het hart: het delen van emoties en indrukken. In tweetallen vertellen deelnemers wat hen het meest raakte in het spiegelgesprek. Daarna delen een paar mensen dit in de kring. Doel: ruimte maken voor gevoel, zodat we daarna ons gevoel beter kunnen parkeren, en met een helder hoofd kunnen kijken naar wat ouders écht hebben gezegd.

#### 2. Wat heb je gehoord?

We inventariseren met sticky notes wat volgens de aanwezigen goed gaat en wat ouders als moeilijk ervaren.

Daarna clusteren we deze opmerkingen tot overzichtelijke thema's. Een 'waarschuwer' bewaakt dat we dicht bij de woorden van ouders blijven en niet invullen vanuit onze eigen aannames.

#### 3. Wat gaan we doen?

Per thema bedenken we oplossingen, ideeën of verbeteracties. Eerst individueel. Daarna bekijken we de opbrengst samen. We ordenen de suggesties, verdiepen ze, en bespreken de verschillende opvattingen van de deelnemers.

Denk aan vragen als:

- Wanneer werkt deze oplossing goed?
- Zijn er nog kleinere stapjes die we eerst moeten zetten?
- Wat vinden we van deze oplossingen, zijn er ook andere ideeën hierover?
- Welke voorwaarden zijn nodig?
- Wanneer zou het niet werken?

Daarna prioriteren we met stickers: welke acties zijn het meest urgent, haalbaar en betekenisvol?

#### 4. Wat doe jij morgen al anders?

In een korte 'pop-up'-ronde deelt wie wil welke kleine, concrete stap hij of zij meteen kan zetten in het eigen werk.

### Afsluiting

We eindigen met een korte terugblik op wat we hebben opgehaald en wat de vervolgstappen zijn.

De werkgroep verzamelt alle acties om ze later verder uit te werken tot een plan dat teruggaat naar ouders.

## Stap 8 Terugkoppeling met de ouders: Is er goed geluisterd?

De terugkoppeling van de uitkomsten met ouders is een **cruciale stap** in het spiegeltraject. Het is belangrijk om deze bijeenkomst op tijd te plannen. Juist in deze fase kan het vertrouwen van ouders verder groeien—maar het kan ook onder druk komen te staan. Daarom is het van groot belang om open, concreet en zorgvuldig terug te koppelen wat er met hun verhalen is gedaan.

Een directe en tastbare overdracht helpt daarbij. Tijdens de terugkombijeenkomst zijn er grote flappen gevuld en is er een lijst met prioriteiten opgesteld. Door deze materialen letterlijk mee te nemen naar de ouders, laat je zien: *“Dit is wat we gehoord hebben, dit is wat we ermee gedaan hebben.”* Ouders kunnen daarop reageren, en alle reacties zijn welkom. Hun feedback maakt het beeld completer en versterkt de samenwerking.

Neem bij voorkeur mensen uit de werkgroep mee, of andere betrokken professionals of ervaringsdeskundigen. Zij kunnen vertellen wat de inzichten bij hen hebben losgemaakt, en welke stappen zij al in gang hebben gezet.

Sommige ouders zijn na het spiegelgesprek zo gemotiveerd dat ze graag willen blijven meedenken of meedoen met de coalitie Kansrijke Start. Het is goed om hierop voorbereid te zijn. Kijk welke bestaande organisaties in het sociaal domein hierin een rol kunnen spelen en hoe ouders op een passende manier kunnen blijven aansluiten.

## Tot slot

Het spiegeltraject heeft geen duidelijk einde; het is een cyclisch proces en vooral een manier van samenwerken. Voor de werkgroep is het daarom essentieel om de inzichten uit het traject goed terug te koppelen aan de coalitie Kansrijke Start, bij voorkeur samen met ouders. Blijf vervolgens met elkaar in gesprek over de uitvoering van de gezamenlijke agenda die uit de spiegelgesprekken voortkomt. Nieuwe ideeën werk je in co-creatie met ouders uit. Zo laat je zien dat luisteren niet stopt bij één bijeenkomst, maar juist het begin is van blijvende verbetering.

Ga je aan de slag met spiegeltrajecten? Dan is er nog een derde deel: een werkboek met werkvormen en checklists beschikbaar. Vraag ernaar bij Pharos.

## Colofon

2026, Pharos, expertisecentrum Gezondheidsverschillen

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar worden gemaakt door druk, fotokopie of microfilm of op een andere wijze zonder voorafgaande schriftelijke toestemming.

'Spiegelbijeenkomsten en Kansrijke Start' is ontwikkeld door Pharos.

Auteurs:

Jenny Bosman

Marjolein Keij

Taynara Krämer

Marjolijn van Leeuwen

Ontwerp en opmaak:

studioBoven grafisch ontwerp

### Pharos

Arthur van Schendelstraat 600

Postbus 13318

3507 LH Utrecht

Telefoon 030 234 9800

