



Niet kunnen trakteren

# Omgaan met kinderen in armoede

**In het welvarende Nederland groeit één op de dertien kinderen op in armoede. Deze kinderen ervaren vaak veel stress, wat hen belemmert in hun ontwikkeling. Zij krijgen daardoor niet dezelfde kansen als andere kinderen.**

TEKST ANNELIES KASSENBERG EN MARIËTTE LUSSE BEELD TOM VAN LIMPT

**P**rofessionals op scholen en in de kinderopvang kunnen armoede niet oplossen, maar kunnen wel veel voor deze kinderen en hun gezinnen betekenen. In dit artikel schetsen we de gevolgen voor kinderen die opgroeien in armoede en geven we praktische handvatten hoe professionals de kinderen en gezinnen kunnen signaleren, ondersteunen en stimuleren.

## Opgroeien in armoede

In 2021 groeiden in Nederland ruim 209.000 kinderen op in armoede (CBS, 2022). Dat is



Soms worden kinderen ziekgemeld op hun verjaardag om te vermijden dat er getrakteerd moet worden, want trakteren kost geld

gemiddeld één op de dertien, dus twee kinderen per klas. Hun ouders kunnen de eindjes niet of nauwelijks aan elkaar knopen door een laag inkomen, zelfs als ze werken. Bovendien worden ze soms geconfronteerd met opstapelende schulden en kunnen ze plotseling hun inkomen verliezen door ziekte, scheiding, ontslag of faillissement.

### De gevolgen van armoede

De omstandigheden waaronder kinderen in armoede opgroeien, zijn vaak niet optimaal. Zo ontbreken soms basale zaken, zoals een bed of is het niet zeker dat er altijd ontbijt is (Weel et al., 2022). Armoede maakt ook dat kinderen vaak niet mee kunnen doen. Er is geen geld voor sporten of voor feestjes. Ook de leefomstandigheden kunnen ongunstig zijn, zoals een woning die niet goed is geïsoleerd en te weinig ruimte biedt of een onveilige buurt met minder speelvoorzieningen. Kinderen die in armoede leven, hebben het daardoor vaak moeilijker.

**Armoede maakt ook dat kinderen vaak niet mee kunnen doen**

Als een gezin langere tijd weinig geld heeft, kunnen kinderen zich bang, onzeker en verdrietig voelen. Zij maken zich zorgen over de thuissituatie en voelen zich machteloos, omdat ze er niets aan kunnen veranderen. Dat kan zich ook fysiek uiten; kinderen krijgen dan hoofdpijn, buikpijn en zijn vaker moe. Ze denken vaak negatiever over hun leven en toekomst dan andere kinderen. Omdat hun leven minder stabiel en zeker is, is het lastiger voor hen om te geloven in een goede toekomst (Kinderombudsman, 2017). Kinderen in armoede hebben daarnaast vaak het gevoel niet mee te kunnen doen (sociale uitsluiting). Zij worden vaker gepest, omdat ze bijvoorbeeld 'verkeerde' kleding dragen. Of kunnen niet meedoen, omdat er geen geld is voor uitstapjes of een verjaardagscadeautje. Soms hebben ouders door de (geld)zorgen minder aandacht voor hun kinderen. In die gevallen kunnen de hechting van kinderen aan hun ouders en de relatie tussen ouders en kinderen onder druk staan (Kalthoff, 2018). Kinderen die in armoede opgroeien, hebben een groter risico op lagere schoolprestaties. Ouders ervaren veel stress als gevolg van de geldzorgen en kinderen pikken de stress van hun ouders op. De chronische stress die kinderen vervolgens zelf ervaren, zet de ontwikkeling van hun executieve functies (impulsbeheersing, emotieregulatie, besluitvorming, werkgeheugen) onder druk. Kinderen hebben daardoor minder ruimte in hun hoofd om zich te ontwikkelen, met als gevolg dat zij lager presteren op school dan zij onder gunstigere omstandigheden zouden doen. Als de stress lang duurt, werkt dit zelfs door tot in de volwassenheid, wat kan leiden tot een lager opleidingsniveau en het minder makkelijk vinden van een baan (NCJ, 2019). Opgroeien in armoede kan dus veel invloed hebben op de ontwikkeling en inclusie van kinderen. Dit heeft ingrijpende gevolgen voor hun toekomstkansen. ►