

In contact met ouders

Empowermentgericht adviseren bij opvoedvragen

Christa Nieuwboer



Noordhoff Uitgevers

Eerste druk

In contact met ouders

Empowermentgericht adviseren

bij opvoedvragen

Christa Nieuwboer

Eerste druk

Noordhoff Uitgevers Groningen/Houten

Ontwerp omslag: G2K (Groningen-Amsterdam)
Omslagillustratie: Stocksy 485504 Daniil Nevsky
Cartoons: Auke Herrema

Eventuele op- en aanmerkingen over deze of andere uitgaven kunt u richten aan:
Noordhoff Uitgevers bv, Afdeling Hoger Onderwijs, Antwoordnummer 13, 9700 VB
Groningen, e-mail: info@noordhoff.nl

Aan de totstandkoming van deze uitgave is de uiterste zorg besteed. Voor informatie die desondanks onvolledig of onjuist is opgenomen, aanvaarden auteur(s), redactie en uitgever geen aansprakelijkheid. Voor eventuele verbeteringen van de opgenomen gegevens houden zij zich aanbevolen.

0 / 15



© 2015 Noordhoff Uitgevers bv Groningen/Houten, The Netherlands.

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden veelevoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Voor zover het maken van reprografische veelevoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h Auteurswet 1912 dient men de daarvoor verschuldigde vergoedingen te voldoen aan Stichting Reprorecht (postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.reprorecht.nl). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten Organisatie, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-pro.nl).

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without the prior written permission of the publisher.

ISBN (ebook) 978-90-01-86523-8
ISBN 978-90-01-86522-1
NUR 847

Inhoud

Inleiding 5

DEEL 1

Achtergronden 9

1 Opvoedvragen en opvoedingsondersteuning 11

- 1.1 Vragen over opgroeien en opvoeden 12
 - 1.2 Opvoedvragen: zijn er antwoorden? 14
 - 1.3 Ouders en hun netwerk 17
 - 1.4 Grip op opvoedvragen 21
 - 1.5 De dynamiek van hulp vragen en hulp bieden 25
 - 1.6 Invloed en empowerment 27
 - 1.7 Van opvoedvraag naar opvoedkracht 33
- [Samenvatting 36](#)

2 De empowermentcyclus 39

- 2.1 Ouders in hun kracht, steun overbodig? 40
 - 2.2 Het empowermentproces begrijpen 42
 - 2.3 De beroepskracht als gids in het empowermentproces 48
 - 2.4 De empowermentcyclus als verkenninginstrument 52
 - 2.5 De empowermentcyclus als veranderingsinstrument 55
 - 2.6 De empowermentcyclus als evaluatie-instrument 60
 - 2.7 Het meten van empowerment 61
 - 2.8 Een empowermentgerichte attitude 63
- [Samenvatting 65](#)

DEEL 2

De toolbox 67

3 Tools voor de jeugdprofessional 69

- 3.1 Tools voor het verkennen van de opvoedvraag 70
 - 3.1.1 Tool Empowermentcyclus 70
 - 3.1.2 Tool Verhaalanalyse 71
 - 3.1.3 Tool Erkennen 72
 - 3.1.4 Tool Opvoedbalans 73
 - 3.1.5 Tool Ontwikkelingsverloop 74
 - 3.1.6 Tool Ernst van de opvoedsituatie 75

- 3.2 Tools voor het oplossingsgericht benaderen van de opvoedvraag 77
 - 3.2.1 Tool Positie van het kind 77
 - 3.2.2 Tool Positie van de ouder 78
 - 3.2.3 Tool Uitdagen in plaats van eisen stellen 80
 - 3.2.4 Tool Opvoedkompas 82
- 3.3 Tools voor het mobiliseren van netwerken 85
 - 3.3.1 Tool Het netwerk in beeld brengen 85
 - 3.3.2 Tool Ecogram en genogram 86
 - 3.3.3 Tool Een goede ondersteuningsvraag formuleren 88
 - 3.3.4 Tool Het inschakelen van groepen 89
 - 3.3.5 Tool Het benutten van online sociale netwerken (social media) 90
 - 3.3.6 Tool Op zoek naar een passende opvoedcursus 90
 - 3.3.7 Tool Het benutten van online hulpverlening 92
 - 3.3.8 Tool Nog meer vormen van netwerkondersteuning 93
- Samenvatting 94

4 Adviezen over opvoedvaardigheden 97

- 4.1 Contact maken 98
- 4.2 Gedrag voorschrijven 103
- 4.3 Gedrag afleren 108
- 4.4 Gedrag negeren 113
- 4.5 Gedrag aanleren 118
- Samenvatting 125

Literatuur 126

Over de auteur 131

Register 132

Inleiding

Er zijn waarschijnlijk niet méér opvoedvragen dan enkele decennia geleden, maar het wordt wel gewoner om er advies over te vragen of er informatie over op te zoeken. Ouders richten zich daarbij allereerst op hun partner en op de beroepskrachten die toch al in beeld zijn bij de opvoeding van hun kind, zoals de huisarts, de kinderleidster of de mentor. Ondanks dat deze beroepskrachten meestal niet geschoold zijn in het adviseren van ouders, ligt de verantwoordelijkheid om gehoor te geven aan de ouders allereerst bij hen.

Dit boek wil zulke beroepskrachten inzicht en tools geven om op opvoedvragen in te gaan en de kracht van ouders te versterken. Het is dan ook geschreven voor beroepskrachten die direct contact met ouders hebben en die een steeds belangrijker rol gaan spelen in het opvangen van de eerste vragen waar ouders tegenaan lopen: de kinderleidster, de leerkracht, de trainer van de sportclub, de huisarts, de sociaal verpleegkundige of jeugdverpleegkundige op het consultatiebureau, de buurthuiswerker, de maatschappelijk werker, de intern begeleider, de jeugdwerker, de opbouwwerker, de straatcoach, de pedagogog-online.

Dit boek gaat niet over vaste protocollen, maar over het aangaan van het gesprek met ouders - en dat is een bewuste keuze. Niet dat er een gebrek aan dergelijke instrumenten is: in de *Richtlijn Opvoedingsondersteuning* (Prinsen e.a., 2012) wordt gesproken over tachtig protocollen en richtlijnen voor het professioneel ondersteunen van de opvoeding. Deze kunnen alle hun nut hebben en toch kunnen ze afleiden van een belangrijke eerste voorwaarde: de aandacht die een professional heeft voor de ouder en de ouder die zich gezien en gehoord voelt. Enkele gewaardeerde eigenschappen van de beroepskracht zijn bijvoorbeeld: eerlijkheid, het hebben van ervaring, betrouwbaarheid, geïnteresseerd zijn, vriendelijkheid en openheid (zie bijv. Speetjens e.a., 2009; Van Yperen, 2010).

Toch is er een belangrijk verschil tussen een aardige buurvrouw of tante die al deze eigenschappen bezit, en de beroepskracht die reageert op een opvoedvraag. Je hebt hierin als sociale professional een rol die verder gaat dan het geven van je mening of het delen van ervaringen. Tegelijkertijd wordt niet van je verwacht dat je een speciale opleiding in pedagogische advisering hebt gevolgd. Dit boek geeft je een handreiking om professioneel en systematisch op vragen over de opvoeding in te kunnen gaan. Daarbij staat centraal wat het vragen om advies of hulp eigenlijk inhoudt en waar mogelijke aangrijpingspunten zijn om meer grip op de situatie te krijgen.

In dit boek worden empowerment en empowermentgericht werken dan ook niet als een methodiek neergezet, maar als een hulpmiddel om te begrijpen

wat het is als iemand zich onmachtig voelt om een opvoedvraag zelf te beantwoorden, hoe hij of zij langzamerhand weer meer invloed op de situatie kan krijgen, eventueel met inschakeling van hulpbronnen – en hoe je als beroepskracht dit proces van eigen kracht bij ouders kunt ondersteunen.

Samen met de ouder naar nieuwe mogelijkheden zoeken, zodat er meer zelfvertrouwen, inzicht en vaardigheden ontstaan, heeft vooral te maken met een goed begrip van zo'n veranderingsproces, en niet met het afnemen van een vragenlijst, het navragen van de hele opvoedhistorie of het geven van veel tips. Dit boek helpt je om contact te maken met ouders en samen tot de kern van de zaak te komen: van onbegrip naar meer grip.

In deel 1 van dit boek wordt een beeld geschetst van ouders en hun opvoedvragen, inzicht geboden in het proces van hulp vragen en hulp bieden, waarna de ondersteunende rol van de sociale professional om bij te dragen aan meer empowerment wordt uitgewerkt.

In deel 2 vindt de beroepskracht tal van tools waarmee heel praktisch invulling kan worden gegeven aan het ondersteunen van ouders in het verhelderen en het progressiegericht benaderen van de vraag, het versterken van netwerken en het adviseren over opvoedvaardigheden.

In dit boek zijn onderdelen uit het boek 'Niet achter het behang, maar wat dan' (van dezelfde auteur) herschreven en verwerkt.



DEEL 1

Achtergronden

- 1 Opvoedvragen en opvoedingsondersteuning 11**
- 2 De empowermentcyclus 39**

Welke opvoedvragen hebben ouders en wanneer zoeken ze professionals uit voor een advies? In het eerste hoofdstuk wordt een beeld geschetst van opvoedvragen in Nederland in deze tijd, de vele beroepskrachten waar ouders in de loop van het opgroeien van hun kinderen mee te maken krijgen en de brede verantwoordelijkheid van deze grote beroepsgroep om ouders te ondersteunen in de opvoeding.

In het tweede hoofdstuk bieden we de sociale professionals die met opvoedvragen van ouders geconfronteerd worden inzicht in het proces van empowerment: wat betekent het voor ouders om de onmacht van een opvoedvraag te ervaren en hoe kun je ouders helpen weer grip te krijgen op een lastige opvoedsituatie? Je maakt kennis met de empowermentcyclus als een goed onderbouwd werkmodel waarmee je de kracht van ouders kunt versterken.



1

Opvoedvragen en opvoedingsondersteuning

- 1.1 Vragen over opgroeien en opvoeden**
- 1.2 Opvoedvragen: zijn er antwoorden?**
- 1.3 Ouders en hun netwerk**
- 1.4 Grip op opvoedvragen**
- 1.5 De dynamiek van hulp vragen en hulp bieden**
- 1.6 Invloed en empowerment**
- 1.7 Van opvoedvraag naar opvoedkracht**

Iedere ouder heeft vragen over opvoeden. In dit hoofdstuk zullen we eerst een schets geven van vragen over opvoeden die in Nederland leven. Vervolgens kijken we naar de manieren waarop ouders naar antwoorden en adviezen zoeken, en naar de netwerken van ouders. Als professional ben je onderdeel van zulke netwerken, waardoor je regelmatig met ouders en hun vragen in contact komt. We gaan in op hoe je opvoedvragen kunt begrijpen, wat het betekent om om hulp te vragen en om hulp te bieden, en hoe het stellen van een vraag de eerste stap kan zijn om weer grip en invloed op een opvoedsituatie te krijgen.

1.1 Vragen over opgroeien en opvoeden

Opvoeden is bijna de gewoonste en meest alledaagse zaak van de wereld. Gezinnen doen het goed. Dat blijkt uit cijfers van de Jeugdmonitor (2014). Vrijwel alle ouders geven aan dat hun kind kerngezond is (93%). Jongeren komen relatief weinig in aanraking met politie (2%) of jeugdzorg (3%). Ondanks de bijbehorende hormonale achtbaan scoren jongeren gemiddeld een mooie 7,6 op psychosociaal welbevinden. Kinderen vinden zelf de manier waarop ze opgevoed worden niet erg problematisch (Distelbrink e.a., 2010) en vrijwel alle ouders (97-98%) vinden dat ze goed in staat zijn om voor hun kinderen te zorgen (Bucx & De Roos, 2011).

Toch kun je deze cijfers ook anders lezen en interpreteren. Het gaat bij 2% om zo'n honderdduizend jongeren en dat is toch een groep om rekening mee te houden. Het aantal telefoontjes over kindermishandeling neemt toe, en elk kind dat mishandeld wordt is er één te veel (Huiselijk geweld, 2015). Uit een Amerikaans onderzoek (Palsson, 2014) bleek dat ouders meer met hun smartphone of tablet bezig zijn dan met hun kroost, en dat daardoor het aantal ongelukjes met jonge kinderen de laatste jaren aanzienlijk toeneemt. Steeds meer jeugd met een licht verstandelijke beperking wordt opgevangen in residentiële zorg (Woittiez e.a., 2014). Het zal je kind maar zijn.

Overigens hebben alle ouders wel eens vragen over opgroeien en opvoeden en geeft ongeveer de helft van de ouders aan dat opvoeden moeilijker is dan ze van tevoren hadden verwacht (Bucx & De Roos, 2011) – en dat is van alle tijden. In de twintigste eeuw werd het zelfs zo'n belangrijk thema geacht, dat er een hele professionaliseringsindustrie omheen tot stand kwam. Er kwamen experts, studies, instituten en talloze handboeken over opvoeden (Bakker e.a., 2006). Vervolgens kwamen er kritische geluiden over de onzin van opvoedadviezen door deskundigen: ze zouden elkaar toch allemaal maar tegenspreken, niet onderbouwde visies prediken, de lat veel te hoog leggen en ouders onzeker maken (bijv. Davis, 2012; Van der Veer, 2011).

Gaat het nu goed of slecht met het opvoeden in Nederland? Als je leest wat er allemaal mis kan gaan zou je bijna denken dat het moeilijk is: opvoeden! Terwijl er toch massaal kinderen worden geboren en opgevoed, en we leven in een land waar het welvaarts- en beschavingsniveau hoog is. Hoe moeilijk kan het dan zijn?

Het is van belang om te onderkennen dat opvoedvragen heel gewoon zijn. Zodra het eerste kind in hun armen ligt, realiseren vrijwel alle ouders zich dat ze eigenlijk zo weinig weten over dat kleintje, over het huilen en welke verzorging een baby nodig heeft – en dergelijke vragen blijven tot het kind volwassen is (en misschien zelfs daarna), met in iedere fase andere kwesties en twijfels. Loopt jouw peuter al? Gamet jouw puber ook zo veel? Is het normaal dat mijn kind nog niet ...? Het zijn alledaagse vragen van ouders, waar sommigen gemakkelijk overheen stappen en anderen wel wat ondersteuning bij kunnen gebruiken. Opvoeden hoeft niet moeilijk te zijn, maar om te voorkomen dat het moeilijk wordt, is het goed als ouders anderen kunnen vinden, die met hen mee willen denken: familie, vrienden, en eventueel ook professionals.

Soms piekeren ouders echt over de opvoeding en maken zij zich zorgen over het opgroeien van hun kind. In een klein deel van die situaties zijn die zorgen terecht. Vragen stellen is dan de eerste stap om iets van een ander terug te horen, iets te leren: zou jij je óók zorgen maken? Of: is dit nog normaal?

CASUS: GEK OP GAMES

Hans, de vader van Chris:

'Mijn zoon van 11 jaar computert ontzettend veel. Als we ergens op bezoek gaan, speurt hij als eerste de kamer rond of er een computer is of een PlayStation. Hij praat ook over niets anders, hij wil alle games uitleggen. Hij is een echte expert. Na school tot het avondeten zit hij erachter. Hij heeft een computer op zijn eigen kamer. Als wij hem stimuleren iets anders te gaan doen, doet hij dat wel, hij zit bijvoorbeeld op voetbal en speelt wel eens met andere kinderen basketbal op het veldje. Hij laat de hond uit, als we hem dat vragen. Maar de computer is zijn grote liefde – ik ben bang een beetje 'te groot'. Andere dingen interesseren hem niet. Op school gaat het trouwens wel goed, hij gaat naar het vwo. Maar het lijkt me niet gezond dat die jongen opgaat in de games.'

Richtvragen:

Wat weet jij over (on)verantwoord internetgebruik?

Wat weet jij over rsi bij kinderen?

Zoek informatie op <http://mijnkindonline.nl>

Het is belangrijk dat ouders beroepskrachten tegenkomen die aandacht hebben voor hun specifieke vraag, hen zo mogelijk geruststellen en hen ondersteunen. Zij verwachten en hopen onder andere dat de drempel laag is, dat er vrijelijk gesproken mag worden over opvoedzaken en dat er niet direct een registratie plaatsvindt (Prinsen e.a., 2012). Registratie van jeugdhulp of opvoedingsondersteuning (bijv. Verwijsindex risicjongeren, 2015; www.ddjgz.nl) is niet onomstreden, omdat dit de privacy van gezinnen kan schaden.

De basishouding van een hulpverlener, bijvoorbeeld in een wijkteam, bestaat onder andere uit nieuwsgierig zijn, investeren in contact, aandachtig aanwezig zijn, een voorbeeldfunctie vervullen en dicht bij jezelf blijven (Van Rooij, 2014). Dit staat in contrast met de expert die specialistische en 'betere' kennis heeft dan de opvoeder en die met talloze tips komt voor 'de juiste aanpak', en die daardoor overigens ook in conflict kan komen met andere experts in het wijkteam. Ieder heeft immers vanuit zijn eigen deskundigheid zijn eigen visie op de situatie (zie ook: Keinemans e.a., 2015). Ook daarom is het goed om eerst maar eens terug te gaan naar de kern: een 'expert in opvoeden' anno 2015 kan goed luisteren en sluit met kleine beetjes extra kennis aan op wat de ouder al doet, kan en wil.

FIGUUR 1.1 Nederlandse jeugd in 2014

| | Aantallen | Percentages |
|---------------------|------------|-------------|
| Bevolking Nederland | 16.800.000 | 100% |
| 0 tot 4 jaar | 711.973 | 4,2% |
| 4 tot 12 jaar | 1.524.144 | 9,1% |
| 12 tot 15 jaar | 613.957 | 3,6% |
| 15 tot 18 jaar | 592.728 | 3,5% |
| 0 tot 18 jaar | 3.442.802 | 20,5% |

Bron: CBS Statline, 2014

In Nederland maakt de jeugd onder 18 jaar ongeveer een vijfde van de hele bevolking uit (figuur 1.1) en er zijn zo'n 2,3 miljoen huishoudens met kinderen.

1.2 Opvoedvragen: zijn er antwoorden?

Opvoeding is een uiterst relevant thema. Gezinnen worden wel eens de 'hoeksteen van de samenleving' genoemd: het gezin als een essentieel onderdeel waarvan alle andere delen van de samenleving afhankelijk zijn. De Raad voor Europa heeft in 2006 aanbevolen dat overheden de verantwoordelijkheid moeten nemen om 'de essentiële rol van gezinnen en de ouderrol te onderkennen en de nodige voorwaarden te scheppen voor positief opvoeden in het belang van het kind' (Hermanns, 2014).

Maar waarom bemoeien de overheden zich eigenlijk met de opvoeding? Hieronder ligt de gedachte dat de jeugd de toekomst heeft. Als de jeugd alle kansen krijgt om gezond en welvarend op te groeien, dragen zij als volwassenen bij aan een maatschappij waarin waarden als participatie, solidariteit en verantwoordelijkheid centraal staan. De jeugd zal dan graag mee willen doen bij het opbouwen en in stand houden van een samenleving waarin het goed leven is.

Samenleving

Toch is opvoeden een omstreden onderwerp. Onze maatschappij stelt hoge eisen aan het begeleiden van een opgroeiend individu. Er zijn enigszins tegenstrijdige beelden van waar een kind aan moet voldoen: grappig - maar niet te brutaal, rustig - maar niet te verlegen, slim - maar geen nerd, vriendelijk - maar op zijn hoede, niet te dik - en ook niet te dun... Nederlandse ouders vinden over het algemeen dat zij zelf hun kinderen prima opvoeden (Speetjens e.a., 2009).

Ondanks dit stoere zelfbeeld is het reëel om te constateren dat opvoedvragen op veel verschillende niveaus gewoon bestaan. En gelukkig maar, want dat betekent dat het opgroeien van kinderen ons wat kan schelen.

Opvoedvraagstukken

Opvoedvragen spelen zich af op verschillende niveaus en hebben meerdere aspecten. De maatschappij kent opvoedvraagstukken, zoals rond veiligheid op het internet, goede sociale omgang, welvaartsverschillen, alcohol- en drugsgebruik. De school komt opvoedkwesties tegen rond bijvoorbeeld faalangst, concentratieproblemen, pesten en ouderparticipatie. De sporttrainer wordt geconfronteerd met conflicten rond groepsprocessen, prestatiedruk en dopinggebruik. Ouders zelf vertellen dat zij gedurende het opgroeien van hun kinderen regelmatig opvoedvragen hebben (NJI, 2014a; Hermanns & Sleeboom 2014; Van Yperen, 2009b). En zo heeft elke opvoeder wel z'n

Opvoedkwesties

Opvoedvragen

thema's waar hij over na moet denken en op moet reageren. De verschillende niveaus waarop een opvoedvraag benaderd kan worden heten macro-, meso- en microniveau (naar: Bronfenbrenner, 1979).

Wat een opvoedvraag in een specifiek gezin lijkt, heeft vaak veel meer aspecten in de bredere context van het gezin. In de Nederlandse samenleving lijkt het steeds meer geaccepteerd dat opvoedvragen normaal zijn, en zelfs als een teken van kracht en 'goed opvoeden' beschouwd worden. Het stellen van een vraag opent de dialoog met anderen. We delen dezelfde zorgen en samen weten we méér.

Macro-, meso- en
microniveau

1

TIP

Allerlei dingen die mis kunnen gaan in het opvoeden zijn benoemd in een systeem, de classificatie van de aard van de problematiek van cliënten in de jeugdzorg (CAP-J) (Nji, 2014a). Deze classificatie is ook beschikbaar als app.

Classificatie

Maar is opvoeden eigenlijk niet gewoon iets heel individueels? Want wat al dat onderzoek naar opvoeding en opvoedingsondersteuning de afgelopen jaren heeft opgeleverd is dat het in elk geval om een uiterst complex proces gaat. Het welslagen of mislukken van opvoeding – en alle gradaties daartussen – worden namelijk bepaald door tal van factoren: temperament, opvoedstijlen, opvoedcompetenties, overgangspriodes, maatschappelijke eisen, culturele afkomst, ontwikkelingsproblemen, plaats in de kinderrij, opvoeddoelen, wijze van hechting, de partnerrelatie, de sociaaleconomische status, de gezinsvorm, pedagogische visie... en zo zijn er nog veel meer factoren te identificeren (Belsky, 1984). Je kunt je niet aan de indruk onttrekken dat bij geen enkele ouder-kinddyade de precieze combinatie van factoren hetzelfde is of zelfs ook maar gedurende twintig jaar stabiel is. Hoe krijg je daar ooit grip op?

Factoren

Het woord opvoedvraag suggereert wellicht dat er een opvoedantwoord is, maar dat is door de veelzijdigheid van al die invloedrijke factoren meestal niet zo simpel. Elk kind is uniek en elke opvoeding is dan ook een proces dat voortdurend in beweging is, waarin steeds opnieuw keuzes gemaakt moeten en kunnen worden.

Opvoedvraag
Opvoedantwoord

Er komt nog een veranderende factor bij: de maatschappij. Opvoedvragen zijn in de loop van de tijd wat veranderd, met name na de babytijd. Er was al erg veel informatie beschikbaar over de verzorging van baby's en het opvoeden van peuters, vanuit de gedachte dat een goed begin het halve werk is. Maar de onzekerheid van ouders wordt ook bepaald door de ontwikkelingen in de maatschappij. Vragen over media-opvoeding (voortschrijdende digitalisering) en echtscheiding (voortschrijdend individualisme) zijn de afgelopen decennia toegenomen. Opvoedvragen variëren daarom van 'met hoeveel maanden kan ik beginnen met vaste voeding' tot 'mijn kind drinkt stiekem met zijn vrienden'. Niet alle ouders vinden zulke vragen belastend, en als ze dat toch vinden, hebben ze nog niet altijd behoefte aan steun (Speetjens e.a., 2009). Mochten ze toch steun ontvangen, dan zijn er thema's waarin ze zich nog niet voldoende geholpen voelen, zoals bijvoorbeeld mediagebruik (Hermanns & Sleeboom, 2014). Deze onvervulde behoefte aan opvoedingsondersteuning lijkt meer voor te komen bij ouders van kinderen boven twaalf jaar dan bij ouders van kinderen onder twaalf jaar. Er is traditioneel ook minder opvoedsteun voor ouders van pubers beschikbaar.

Onvervulde
behoefte aan
opvoedings-
ondersteuning

CASUS: IN EEN DIP*De ouders van Liam:*

Liam (15) heeft veel moeite met zijn profielkeuze op de middelbare school. Hij wilde altijd in een laboratorium gaan werken, maar door tegenvallende cijfers voor scheikunde en wiskunde haalt hij de norm waarschijnlijk niet om NG of NT te kunnen kiezen. Hij heeft er moeite mee om een andere toekomst voor zich te zien en baalt er enorm van. De laatste maanden trekt hij zich steeds meer terug en wil er niet meer over praten. De ouders van Liam maken zich zorgen over zijn houding. Hij lijkt vaak neerslachtig en gedeprimeerd.

Richtvragen:

Wat weet jij over neerslachtigheid en depressiviteit bij jongeren?

Wat weet jij over prestatie- en keuzedruk bij jongeren?

Zoek informatie over dit soort klachten bij jongeren op www.pratenonline.nl/ jongeren en www.dejeugdprofessional.info, zoekwoord Depressie

Opvoeden is een private en een publieke zaak. Hoe het politiek en persoonlijk opvoedingsdomein in elkaar grijpen blijkt bijvoorbeeld uit de wetten die de laatste jaren zijn opgesteld om alcoholgebruik van jongeren in te dammen, uitmondend in de campagne Nix18. De wet ondersteunt de ouders die het moeilijk vinden om een grens te stellen en te handhaven, maar er zijn ook ouders die deze bemoeienis niet op prijs stellen, vooral niet als deze normatief is (Speetjens e.a., 2009). Opvoeden is een belangrijk thema, van het maken van beleid in de Tweede Kamer tot het vaststellen van regels in de huiskamer.

Er zitten dus algemene aspecten aan opvoeden, maar ook individuele. Dit blijkt ook uit de opleiding van beroepskrachten die met opvoeders te maken krijgen. Hoewel we best weten dat ieder mens uniek is, hebben we ook de neiging om richtlijnen en gemiddelden (het 'normale') als uitgangspunt te nemen. Onderzoek levert toch algemene kennis over trends op, wat kan leiden tot praktisch te hanteren hulpmiddelen, of het nu om de groeicurve gaat op het consultatiebureau (zie Groeigids), om de hoogte van het zakgeld (zie Nibud) of de BMI-index (zie Voedingscentrum).

Maar dan komen er ouders met opvoedvragen op je pad en je merkt dat je ook niet alle antwoorden kant-en-klaar hebt. De vragen blijken een emotionele lading te hebben die niet zomaar weg is na het geven van wat informatie. Antwoorden die 'standaard' lijken te zijn, passen niet bij dit gezin: anders hadden ze wel voldoende antwoorden gevonden op het internet. Zij vragen iets anders van je, maar wat?

Je zou op basis van het voorgaande kunnen zeggen dat er bij een opvoedvraag geen standaard opvoedantwoord is. Iedere combinatie van een ouder en een kind vertelt een nieuw verhaal. Jouw belangstelling voor dat unieke verhaal vormt de kern van de manier waarop je ouders kunt ondersteunen.

1.3 Ouders en hun netwerk

Zwanger worden is in Nederland vanwege het gebruik van anticonceptie over het algemeen een bewuste keuze. Er wordt vaak van tevoren over gesproken met familie, vrienden, vriendinnen, en wellicht ook al met de huisarts. Op internet vinden de aanstaande ouders informatie over het slikken van foliumzuur en verminderde vruchtbaarheid bij roken (bijv. Thuisarts, 2014). Al vóór de zwangerschap komen aanstaande ouders op deze manier in aanraking met allerlei informele en formele hulpbronnen.

Onder informele hulpbronnen vallen alle mensen die steun en informatie kunnen geven vanuit een persoonlijke band: bekenden. De hulp die zij bieden bestaat bijvoorbeeld uit ervaringsverhalen ('toen ik zwanger was van mijn tweede...') en praktische hulp, zoals helpen oppassen of boodschappen doen. Ook vrijwilligers behoren tot de informele hulpbronnen. Denk bijvoorbeeld aan buddy's in ondersteuningsprogramma's (bijv. Home-Start). Online forums en discussiegroepen behoren ook tot deze categorie hulpbronnen. Hier kunnen ouders steun vinden bij andere ouders met vergelijkbare ervaringen, zoals bij Ouders Online (divers), 1Ouder (alleenstaande ouders) of meer specifiek, zoals Oudervereniging Balans (bij ontwikkelingsstoornissen).

Beroepskrachten vormen de groep van de formele hulpbronnen; zij hebben immers een opleiding genoten en het is hun taak om hun vakkennis up-to-date te houden en door te geven aan ouders. Ook zijn zij meestal getraind in gesprekstechnieken en het bieden van steun.

Soms lopen deze twee soorten hulpbronnen enigszins door elkaar. Een tante weet precies hoe inbakeren moet, want dat deed ze veertig jaar geleden altijd met haar huilbaby en het hielp echt. Andersom kan een sociaal verpleegkundige zelf in een vechtscheiding zitten en in die situatie even niets hebben aan al haar professionele bagage. Op internet vind je vaak websites waar ouders zowel professionele informatie en advies kunnen krijgen, maar waar ze ook ervaringen kunnen uitwisselen met andere ouders (Nieuwboer & Fukkink, 2015).

Informele
hulpbronnen

Formele
hulpbronnen



Formele netwerk Het formele netwerk rond ouders is feitelijk heel groot. Als we naar de levensloop van een kind kijken, kunnen we dat netwerk in kaart brengen. Een gemiddeld startend gezin heeft met tientallen professionals te maken gedurende het opgroeien van een kind, van verloskundige tot een mentor op de middelbare school. Jij bent misschien één van die professionals. Beroepskrachten die wel met kinderen werken, maar geen specifieke taak hebben in de opvoedingsondersteuning worden wel eens gerekend tot het informele netwerk (Speetjens e.a., 2009). In dit boek rekenen we hen echter tot het formele netwerk: zij hebben een professionele taak te vervullen en de band die zij met gezinnen hebben is niet persoonlijk.

Ouders zijn juist vooral tevreden over de formele steun die zij ontvangen van beroepskrachten die zij in het dagelijks leven toch al tegenkomen, zoals bijvoorbeeld de medewerkster van de kinderopvang, de leerkracht van de basisschool en de sporttrainer. Maar ook kan er een beroep gedaan worden op instanties die hiervoor beschikbaar zijn: een consultatiebureau, Centrum voor Jeugd en Gezin en Bureau Jeugdzorg. Dit hangt meestal samen met de ernst van de problematiek en niet met het ontbreken van steun uit het sociale netwerk. De tevredenheid over die hulp is niet altijd hoog. Hoe complexer de opvoedproblematiek, des te minder ondersteuning echt iets kan oplossen (Doorten & Bucx, 2011). Er wordt dan ook flink ingezet op preventie: als steun en advies in een vroeg stadium geboden kan worden, zal dit ernstiger problemen, die nog maar moeilijk te hanteren zijn, voorkómen.

Preventie

Gespecialiseerde zorg moet er eigenlijk alleen maar zijn voor de gezinnen die het zonder dergelijke hulp niet zelf aankunnen. Het is opvallend dat een derde van de ouders die nu zulke hulp ontvangen, aangeven dat lichtere hulp voldoende was geweest (Bot e.a., 2013).

Waarborgstaat

De Nederlandse maatschappij is aan het veranderen van een verzorgingsstaat naar een waarborgstaat (Verkooijen e.a., 2014), waarin de zorg voor mensen die dat echt nodig hebben geborgd wordt – maar waarin de lichtere zorg en hulp meer wordt overgelaten aan particulier initiatief. Daar tussenin zit de grote groep beroepskrachten die dagelijks met kinderen en gezinnen werken. Op hen zal naar verwachting dan ook een toenemend beroep worden gedaan.

Kwetsbare groepen

In het formele netwerk is nog een interessante dynamiek gaande. Hulpverleners zijn vaak geneigd om een cliënt door te verwijzen naar een andere hulpverlener: iemand met specifieke expertise of een passend soort behandeling. Het gevolg daarvan is dat ouders/gezinnen soms vooral relaties onderhouden met professionals, waarbij het contact logischerwijze instrumenteel en tijdelijk is, en veel minder met 'gewone mensen', die wellicht ook hulp, advies en steun kunnen bieden, al is het maar een luisterend oor of een arm om de schouder. Vooral bij kwetsbare groepen in de samenleving, die bovendien redenen hebben om niet zomaar iedereen te vertrouwen, zoals vluchtelingen, lijkt dit fenomeen op te treden (Logger & Kamperman, 2009). Hulpverleners houden soms de situatie in stand dat er geen informeel netwerk ontstaat, en voelen zich niet verantwoordelijk voor het helpen creëren ervan. Nu het aantal vluchtelingen, met hun gezinnen, in Nederland weer enorm stijgt (zie Nieuwsuur, 2015), is dit een aandachtspunt.

----- OEFENING 1.1 SOCIOGRAM

Maak een sociogram van alle betrokkenen in het formele netwerk van ouders, vanaf de kinderwens totdat het kind 21 jaar oud is. Neem een concreet gezin dat je kent als uitgangspunt en breng de betrokkenen in beeld. Tel na het maken van het sociogram het aantal hulpbronnen op waar ouders hoe dan ook mee te maken krijgen (bijv. de leerkrachten in het basisonderwijs, gezien de Leerplicht) en waar ze mogelijk mee te maken krijgen als ze daarvoor kiezen (bijv. de sporttrainer) of als er iets mis gaat (bijv. de wijkagent). Vergelijk verschillende sociogrammen met elkaar om na te gaan of je nog iets gemist hebt. Met hoeveel professionals komt een gezin gemiddeld in aanraking?

Je kunt als een variant hierop ook een gezin in een bijzondere situatie als uitgangspunt nemen, bijvoorbeeld een vluchtelingengezin uit Syrië.

De grootte van het informele netwerk rond ouders is veel meer afhankelijk van het gezin zelf. Wie van betekenis kunnen zijn voor een gezin, en wie ouders dus zelf als mogelijke hulpbronnen beschouwen, kan in overleg verkend worden. Uit onderzoek blijkt wel dat ouders zich bij opvoedvragen bij voorkeur tot hun partner, vrienden en familie wenden (Winnubst e.a., 2014). Ruim een op de tien ouders heeft een paar keer per week of zelfs dagelijks contact met zijn of haar eigen ouders, schoonouders, vrienden of kennissen over de opvoeding van de kinderen, bijna een kwart heeft hierover een paar keer per maand contact (Doorten & Bucx, 2011). Uit hetzelfde onderzoek blijkt dat ouders die geen beroep doen op het netwerk, zich doorgaans wat zekerder voelen over de opvoeding. Ouders die onzekerder zijn en minder tevreden over hun functioneren als opvoeder, zijn ook minder tevreden over de steun die zij ontvangen en geven vaak aan behoefte te hebben aan meer ondersteuning.

**Informele
netwerk**

Een hulpbron die soms formeel en soms informeel kan zijn, is het internet. Hierop is heel veel peer support te vinden in de vorm van forums, ervaringsverhalen en contact met lotgenoten; er is ook veel professionele hulp beschikbaar in de vorm van informatieve pagina's, e-mailconsult, tests, online cursussen en chathulp. Het onderscheid tussen informele en formele hulp op internet is voor de gebruiker soms moeilijk te maken (Nieuwboer, 2014; Nieuwboer & Fukkink, 2015).

Internet

Het internet wordt door ouders wel gezien als een waardevolle bron van informatie. Meer dan de helft van de ouders gebruikt het wel eens om antwoorden of adviezen te vinden (Speetjens e.a., 2009; Winnubst e.a., 2014).

Op het internet vinden ouders met een opvoedingsvraag bijvoorbeeld:

- algemene opvoedsites
- specifieke, themagerichte sites
- ervaringen en adviezen van andere ouders
- mailen, chatten of videobellen met een beroepskracht
- animatie- en instructiefilmpjes
- zelftests
- huiswerkopdrachten
- mogelijkheden voor het uploaden van eigen filmpjes, bijv. voor feedback
- online cursussen

Ook op een andere manier grijpen formele en informele netwerken soms in elkaar. Professionals hebben de taak, of kunnen de taak op zich nemen, om een informeel netwerk te creëren en te faciliteren. Denk bijvoorbeeld aan een ouderavond op het kinderdagverblijf of de school, of het oprichten van een opvoedpraatgroep (bijv. Opvoedparty). Als hierin voldoende ruimte wordt geboden voor onderlinge uitwisseling, kunnen informele netwerken van mensen ontstaan die elkaar kunnen ondersteunen (Verkooijen e.a., 2014). Daarnaast kan een beroepskracht een ouder ook individueel helpen om zijn netwerk te ontwikkelen. In dit boek worden hiervoor enkele tools aangereikt en worden specifieke vormen van netwerkversterking beschreven (zie paragraaf 3.3).

Verstoorde netwerken

Ten slotte kan er ook sprake zijn van verstoorde netwerken. Niet iedereen komt uit een warm nest en familiebanden lijken steeds lossier te worden. Bijna 40% van de volwassenen heeft geen contact meer met één of meerdere familieleden (Netwerk Notarissen, 2014). Het onderhouden van contact is dan ook een kwetsbaar proces dat om specifieke sociaal-communicatieve vaardigheden vraagt, waarin acceptatie, veiligheid en het stellen van grenzen centraal staan (Lohuis e.a., 2008).

Morele oordelen

Juist als het over opvoeden gaat, kan dit gevoelig liggen. De morele oordelen binnen families over opvoeden komen veel harder aan dan van buitenstaanders, vooral als je er bewust voor hebt gekozen oude familiepatronen te doorbreken. Desondanks zien de meeste opvoeders hun eigen ouders toch wel als een belangrijke steun en toeverlaat in het opvoeden, al was het maar vanwege allerlei praktische zaken, zoals oppas, breng- en haalmomenten en feestdagen (Bucx, 2011). Je mag er als opvoedingsondersteuner echter nooit zomaar van uitgaan dat, alleen omdat iemand een broer, oma of tante heeft, er ook direct sprake is van informele steun: dit hangt af van de kwaliteit van de onderlinge relatie en de vraag wat mensen elkaar durven vragen en kunnen bieden.

Familiepatronen

CASUS: FAMILIEBANDEN

Bart, de vader van Pien en Kai:

Bart vertelt met enige aarzeling dat hij niet de biologische vader is van 'zijn' kinderen, Pien (5) en Kai (4). Hun biologische vader, Dennis, is overleden. De kinderen weten dit echter nog niet, Pien was één en Kai nog niet geboren toen het gebeurde. Bart kreeg een halfjaar daarna een relatie met Stefanie. Omdat de kinderen zo jong waren, is er eigenlijk nooit met hen over gesproken en zij weten dan ook niet dat Bart niet hun biologische vader is. Stefanie houdt zo'n gesprek ook tegen: zij wil liever niet herinnerd worden aan die gebeurtenissen en stopt het zelf weg. Bart vindt het echter steeds moeilijker worden. Kort geleden was hij op een begrafenis en sindsdien kan hij alleen nog maar denken aan wat er gebeurt als zijn kinderen er na zijn dood achter komen dat hij hun vader niet was. Uit respect voor Stefanie heeft hij tot nu toe zijn mond gehouden. Ook is hij wel wat bang voor de reactie van zijn kinderen. Stel dat ze boos op hem zijn, hem minder waard zullen vinden, hem zullen afwijzen... Bart draait maar rondjes in zijn hoofd en komt er niet mee verder. Hij kan bij niemand terecht, zelfs niet bij zijn eigen vrouw.

Richtvragen:

Wat weet je over familie(ver)banden en op welke leeftijd kinderen zich daarvoor gaan interesseren?

Hoe zou je Bart en Stefanie kunnen helpen om de onderlinge familierelaties op een positieve manier, progressiegericht te benaderen?

Verdiep je in familiebanden en verzwegen geheimen, bijvoorbeeld op de website: www.psychologiemagazine.nl, dossier Familiebanden.

Ouders die vragen hebben, zoeken steun en antwoorden meestal in de directe kring van bekenden, of ze nu een informele of een formele relatie met hen hebben: samen vormen zij de pedagogische civil society (NJI, 2015a). De mede-opvoeders (kinderleidsters, leerkrachten, docenten) lijken hierbij een belangrijke rol te spelen, maar wel vinden ouders de adviezen die zij van hen krijgen vaak ontoereikend (Doortjen & Bucx, 2011). Deze beroepskrachten zijn dan ook vaak niet toegerust om op opvoedvragen in te gaan: het is niet hun primaire taak om ouders te ondersteunen. Sterker nog, zij zouden zelf wel wat ondersteuning kunnen gebruiken om deze bijkomende rol op een goede manier te kunnen invullen. Gezien het feit dat ouders hen een belangrijke rol toedichten in de ondersteuning van de opvoeding, is dit een relatief nieuwe en uitdagende opdracht voor alle professionals die met kinderen en gezinnen werken.

De steun die mensen elkaar kunnen geven kan worden ingedeeld in de vijf categorieën die zijn genoemd in figuur 1.2 (naar: Cutrona & Suhr, 1992; Nieuwboer, 2014).

FIGUUR 1.2 Voorbeelden van soorten steun

| | |
|------------------|---|
| Informatie | Nieuwe kennis of opties aanbieden, zoals informatie over opvoedstijlen, of suggesties doen voor passende opvoedvaardigheden. |
| Praktische steun | Oppassen, boodschappen doen, speelafspraken maken, iets aan elkaar uitlenen. |
| Waarderingssteun | Erkenning bieden over de intenties van de ouder, begrip tonen voor zijn/haar inzet, ingaan op de doelen van de ouder. |
| Emotionele steun | Begrip tonen voor de moeilijkheden die een ouder ervaart, maar ook meeleven met de blijde momenten. Complimenten geven voor de aanpak en hoe iemand zich door een lastige periode heen slaat. |
| Netwerksteun | Verwijzen naar informele en formele hulpbronnen in de omgeving van de ouder, op micro-, meso- en macroniveau. |

1.4 Grip op opvoedvragen

Zou het geen goed idee zijn om gewoon alle ouders naar een oudercursus te sturen?

Waarschijnlijk niet, en wel om dezelfde redenen als hiervoor genoemd zijn: bij opvoedvragen voldoen geen standaard antwoorden en elk verhaal is uniek. Hermanns (2014) geeft aan dat oudercursussen vaak niet van de doelen van de ouders uitgaan. Als ouders wordt gevraagd naar wat zij in hun gezinsleven het liefst zouden veranderen, dan gaat het over geld, de huishoudelijke taakverdeling, huisvesting, sociaal isolement of echtscheiding. Oudercursussen zetten vaak sterk in op het aanleren van opvoedvaardigheden (bijv. Triple P),

hoewel er uitzonderingen zijn voor specifieke, kwetsbare doelgroepen (bijv. Themis). Opvoedcursussen zijn sowieso niet de eerste keuze van ouders zelf. Ouders doen liever een beroep op de professionals die zij in het dagelijks leven rond het opgroeien van hun kinderen toch al tegenkomen.

CASUS: EEN GEKKE KOMKOMMER!

Latifa, de moeder van Reda:

Reda (2) kan het in de supermarkt enorm op een krijsen zetten. Latifa vertelt dat tijdens een van de bijeenkomsten van de opvoedcursus Themis. Ze is niet de enige, blijkt al snel: meer van de vrouwen in de cursus hebben zulke situaties meegemaakt. In deze cursus staat het uitwisselen van ervaringen centraal, om op die manier van elkaar te leren. Latifa vertelt hoe ze boodschappen doet: Reda moet in de kinderwagen blijven zitten en zij doet alle boodschappen in het mandje of een tas, achter zijn rug om. Voor Reda is dit een onduidelijke situatie: een winkel staat vol prachtig verpakte spulletjes en hij mag nergens aankomen en alleen maar stil zitten. Latifa ziet als enige alternatief om Reda te laten rondlopen. Maar dat wil ze niet, want dan pakt hij alles, laat dingen vallen, gaat door de winkel rennen. Door dit verhaal voor te leggen aan de rest van de groep en de begeleidster komen er nieuwe ideeën op tafel: je kunt een kind één boodschap vast laten houden, of actief naar een bepaald product dat hij lekker vindt laten zoeken, zoals een komkommer. Het helpt ook als hij een complimentje krijgt wanneer de komkommer 's avonds wordt opgegeten.

De begeleidster gebruikt dit voorbeeld ook om het gesprek over opvoedstijlen nog wat uitdagender te maken. Stel dat je kind een tomaat pakt in plaats van een komkommer, wat zouden de moeders dan doen? Vrijwel allemaal zouden ze een beetje boos worden, de tomaat uit de handen van het kind pakken en het kind corrigeren: 'Dát is toch geen komkommer!' De begeleidster legt een andere mogelijkheid voor. Wat zou er gebeuren als je in plaats daarvan zou reageren met: 'Hé, dát is een gekke komkommer!' Iedereen moet lachen en merkt dat dit een heel ander effect heeft dan corrigeren. Samen bespreken ze hoe ze dit kunnen toepassen in verschillende opvoedsituaties.

Richtvragen:

Wat weet je over de peuterpuberteit en de opvoedbalans?

Wat weet je over verschillende opvoedcursussen die in Nederland worden aangeboden?

Verdiep je in de didactische principes van participatief werken bij moeilijk leerbare doelgroepen van opvoedcursus Themis: www.themis-opvoeden.nl.

De vragen die ouders stellen aan professionals liggen direct in het verlengde van het contact dat ze met elkaar hebben rond het opgroeien van hun kind. Ouders zien hen als (misschien wel net iets competentere) mede-opvoeders. Uit een groot aantal onderzoeken is de volgende top 5 van onderwerpen af te leiden waarop opvoedvragen van ouders betrekking hebben (Speetjens e.a., 2009):

- 1 algemene ontwikkeling van kinderen, gezondheid en kinderziektes
- 2 gedrag van kinderen, met name moeilijk en ongehoorzaam gedrag

- 3 grenzen stellen, luisteren en gehoorzamen, corrigeren en straffen
- 4 sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen, zelfvertrouwen, onzekerheid en (faal)angst bij kinderen
- 5 algemene opvoedingsvragen en -vaardigheden

Daarnaast zijn er problemen in opvoedsituaties die een grote impact kunnen hebben op de gezinssituatie: de geestelijke gezondheid van ouders, relatieproblemen, echtscheiding, werkloosheid, financiële problemen, culturele verschillen, spanningen in de samenleving, mogelijk zelfs radicalisering. Sociologen spreken wel eens over de 'vloeibare samenleving', waarin vaste kaders, waarden en normen zijn verdwenen, langdurige relaties en (arbeids)contracten zeldzaam zijn geworden, en oppervlakkige plezierprikkelers langdurige verantwoordelijkheden vervangen (zie bijv. Bauman, 2011). Zingevingsvragen zijn misschien wel actueler dan ooit.

Vloeibare
samenleving

Zingevingsvragen

Een van de duidelijkste thema's waarin al deze moderne dilemma's een rol spelen, is mediagebruik: door de alomtegenwoordigheid van internet en handige apparaten als smartphones en tablets is de communicatie met en tussen kinderen aan het veranderen en verandert hun leef- en belevingswereld. De nieuwe technologieën bieden allerlei kansen, bijvoorbeeld toegang tot informatie, uitwisseling van ervaringen, creativiteit, nieuwe vormen van ondernemerschap en burgerlijke solidariteit. Maar ook risico's dienen zich aan, zoals internet- of gameverslaving, cyberpesten, seksueel grensoverschrijdend gedrag, internetcriminaliteit en concentratieproblemen. Een kenniscentrum zoals Mijn kind online (<http://mijnkindonline.nl>) speelt hierin een belangrijke rol. Op de website bij dit boek vind je een uitgebreide lijstje van kenniscentra die tot doel hebben (wetenschappelijke) kennis over specifieke opvoedthema's te verspreiden.

Vaak worden drie aspecten van de opvoeding onderscheiden (Bucx & De Roos, 2011; Nieuwboer, 2014, zie Figuur 1.3):

- 1 cognitieve aspecten
- 2 affectieve aspecten
- 3 gedragsmatige aspecten

Aspecten

Ad 1 Cognitieve aspecten

Onder cognitieve aspecten vallen de opvoedingsdoelen en -oriëntaties van ouders: welke doelen stellen zij zichzelf en welke eigenschappen willen zij dat hun kinderen later bezitten? De vijf fundamentele opvoedingsoriëntaties – autonomie, assertiviteit, sociaal gevoel, conformiteit en prestatie – staan soms op gespannen voet met elkaar. Vinden ouders het belangrijk dat hun kind zich individueel sterk ontwikkelt en dat het goed presteert, maar ook sociaal is en zich aanpast aan de maatschappij? Wordt assertiviteit op prijs gesteld en geduid als mondigheid, of wordt tegenspraak ervaren als brutaliteit? Ouders kunnen hierin botsen met anderen, met elkaar, en soms met het kind zelf. Bij dit soort vragen is het belangrijk om in te gaan op de onderliggende intenties en doelen van ouders: het helpen verhelderen hiervan is vaak een vorm van informatiele steun en waarderingsteun. In paragraaf 3.1.3 en 3.2.2 geven we tools om hen hierin te ondersteunen.

Opvoedings-
oriëntaties

Ad 2 Affectieve aspecten

De affectieve kant van het opvoeden gaat over de beleving. Zijn ouders tevreden met hoe het gaat of ervaren zij veel stress? Hoe is het met hun

Zelfvertrouwen Transitieperiodes

zelfvertrouwen als opvoeders gesteld? Met name transitieperiodes (bijv. de geboorte van het eerste kind, verhuizing, nieuwe baan, begin van de adolescentiefase, scheiding) hebben invloed op de vraag of ouders zich competent voelen om goed op te voeden. Ouders hebben in zo'n geval vooral geruststelling nodig dat ze het goed genoeg doen: emotionele steun en waarderingssteun spelen hierin een belangrijke rol. Voor tools die hieraan tegemoet komen, zie paragraaf 3.1.5 en 3.2.1.

Ad 3 Gedragmatige aspecten

Ten slotte is er het gedragmatige aspect van het opvoeden: welke concrete strategieën hanteren ouders bij het opvoeden? Welke opvoedvaardigheden kennen ze en passen ze toe? Zien zij opvoeden als het begeleiden van kinderen naar volwassenheid, en weten ze dan hoe zij die rol kunnen invullen? Of zien zij opvoeden vooral als controle en correctie, en kunnen zij daarvoor passende acties vinden? Hierin is informatiele steun van groot belang, maar om effectief te kunnen zijn moet dit wel aansluiten bij waarderingssteun: wat de ouders willen bereiken is richtinggevend voor de vaardigheden die zij bereid zijn te leren (en dus ook kunnen leren). Zie voor de tools die hierbij kunnen helpen: paragraaf 3.1.4, 3.2.3 en 3.2.4).

Opvoedvaardigheden

FIGUUR 1.3 Aspecten in opvoedvragen

| | |
|-----------------------|--|
| Cognitieve aspecten | Ouders ervaren een spanning tussen elkaar en anderen, of tussen hun ideaal en de werkelijkheid, als het gaat om het streven naar autonomie, assertiviteit, sociaal gevoel, conformiteit of prestatie. |
| Affectieve aspecten | Ouders vinden het opvoeden moeilijker dan gedacht en hebben soms het gevoel de opvoeding te weinig in de hand te hebben. Ze voelen zich niet altijd competent genoeg. |
| Gedragmatige aspecten | Ouders focussen sterk op een specifieke dimensie van het opvoeden (bijv. ondersteunen, controleren óf structureren) of kennen maar een beperkt aantal opvoedtechnieken en merken dat die tekortschieten. |

Gebaseerd op: Bucx & De Roos, 2011

OEFENING 1.2 SOORTEN OPVOEDVragen

Schrijf per leeftijdsgroep vijf onderwerpen op waar ouders opvoedvragen over kunnen hebben. De leeftijdsgroepen zijn:

- baby's en dreumesen (0-1,5 jaar)
- peuters (1,5-4 jaar)
- kleuters (4-6 jaar)
- schoolkinderen (7-12 jaar)
- pubers (12-17 jaar)
- vroeg-volwassenen (18-21 jaar)

Vergelijk de lijstjes met die van anderen en maak samen één totaaloverzicht. Maak per persoon een kopie en markeer vervolgens over welke onderwerpen jij voldoende denkt te weten om een ouder op een professionele manier te kunnen adviseren. Zijn dat maar weinig onderwerpen? Dat kan kloppen. Het is belangrijk dat je je realiseert dat jouw professionaliteit misschien helemaal niet bestaat uit deskundigheid over ál die tientallen onderwerpen, maar uit iets heel anders. Daarover gaat hoofdstuk 2.

1.5 De dynamiek van hulp vragen en hulp bieden

Hoewel alle ouders wel eens vragen hebben, is het niet zo gemakkelijk om ook daadwerkelijk op zoek te gaan naar hulp of advies. De paradoxale boodschap die onze maatschappij luid en duidelijk afgeeft is dat mensen op eigen kracht en samen oplossingen moeten bedenken. Dat kan het stilhouden van twijfels in de hand werken. Het woordje 'samen' in de zin hierboven valt soms bijna in het niet, als er zo veel nadruk wordt gelegd op het 'zelf doen'. Dat opvoeden iets is wat je zelf moet doen, is toch al een overtuiging die diep in de Nederlandse cultuur lijkt ingebakken (Van der Klis, 2011). En dat niet alleen. Uit onderzoek blijkt dat in Nederland allochtone ouders als opvoeders meer onzekerheid en problemen kennen dan autochtone ouders (Pels e.a., 2009). Ze hebben geen andere of meer specifieke vragen over opvoeding (met uitzondering van zaken die met religie te maken hebben), maar ze ervaren vooral minder steun. Ze zijn onbekend met het aanbod, ervaren een taalbarrière of andere praktische bezwaren, zien hulp zoeken als een taboe en nemen zelf minder snel het initiatief (Broek e.a., 2010).

Paradoxale boodschap

Het vragen om hulp wordt dan ook meestal ervaren als een zwaktebod. Je geeft ermee aan dat je het niet helemaal zelf aankunt, je bent kwetsbaar en toont een zekere mate van afhankelijkheid van anderen. Het gaat gemakkelijker als de vragen praktisch zijn: een uurtje oppassen, een kleine boodschap als je ziek bent. De intimiteit van de vraag bepaalt in hoge mate of we die stellen en we willen vooral niemand tot last zijn (Verkooijen e.a., 2014). Bovendien overschrijden we met een opvoedvraag een grens tussen ons eigen domein en dat van een ander: we laten iemand achter onze voordeur kijken.

Bij sommigen is er de vrees voor het oordeel van anderen: juist over opvoeden kan zo verschillend worden gedacht. In families kan dit extra gevoeligheden opleveren, zoals conflicten over bemoeienis van de schoonmoeder of de tante die het altijd beter weet. Vooral als er redenen zijn om de opvoeding heel anders te willen aanpakken dan de eigen ouders, is de hulp uit familiekring soms niet eens welkom.

Vrees voor het oordeel

Ook speelt soms de angst voor een gedwongen interventie vanuit een gemeente of jeugdzorginstantie, zoals een uithuisplaatsing. Professionals worden niet altijd ervaren als de hulpverleners die zij eigenlijk zouden moeten zijn. Bij conflicterende belangen kan de situatie erg ingewikkeld worden en bovendien kunnen professionals langs elkaar heen werken (Rijksoverheid, 2011).

Angst

En ten slotte zijn sommige ouders eenvoudigweg hulpmoes: ze zijn al zo vaak van het kastje naar de muur gestuurd, dat ze geen vertrouwen meer hebben in het systeem. De decentralisatie van de (jeugd)zorg, die in 2015 is ingegaan, moet hier oplossingen voor bieden door samen met een gezin aan één plan te werken, met één beroepskracht als aanspreekpunt.

Hulpmoes

Hoe het ook zij, het vragen om hulp is niet eenvoudig en stuit op belemmeringen, zoals gevoelens van schaamte en trots, en het niet willen toegeven van kwetsbaarheid. Linders (2010) noemt deze verschijnselen vraagverlegenheid, het terughoudend zijn in het stellen van de vraag, en acceptatieschroom, het terughoudend zijn in het aannemen van hulp of advies. Beide zorgen ervoor dat mensen niet al te hulpbehoevend willen lijken.

Vraagverlegenheid
Acceptatieschroom

Het hulp bieden is echter niet minder lastig. Praktische belemmeringen zoals tijdgebrek en afstand spelen een rol. Iedereen heeft het druk en er lijkt meer vraag dan aanbod voor praktische zaken zoals opvang. Als je vaak iets voor een ander doet, kun je je gaandeweg wat zwaarder, en soms onevenredig zwaar belast voelen: alles komt op jou neer. Je begint aan vrijwilligerswerk met het idee iets te willen betekenen voor anderen, maar als jouw hulp onvervangbaar dreigt te worden zit er toch iets scheef. Een van de belangrijkste redenen waardoor mensen teleurgesteld raken in het doen van vrijwilligerswerk of het bieden van informele steun, is het gebrek aan wederkerigheid (De Boer & De Klerk, 2013): er komt zo weinig voor terug. Dit ligt trouwens in verschillende relationele verhoudingen anders. Familie en naasten zijn verbonden met zgn. 'strong ties', terwijl buurtgenoten en vrijwilligers verbonden met zgn. 'weak ties' (Granovetter, 1973). Hoewel de communicatie met mensen met de sterke banden vanzelfsprekender is, is deze tegelijkertijd minder bestand tegen verandering en kwetsbaarder voor breuken. Familieleden kunnen uiterst loyaal zijn tegenover elkaar en alles geven, maar doen dat vaak ook uit plichts- en schuldgevoel of eenvoudigweg 'omdat het zo hoort'. Mensen kunnen hierdoor zwaar (over)belast raken, zoals vaak bij mantelzorgers het geval is. Dit stelt de band, hoe sterk ook, op de proef, zeker in een geïndividualiseerde samenleving. De communicatie met mensen met de zwakke banden is vrijblijvender en diffuser. Toch kunnen zulke connecties er nu juist voor zorgen dat veel mensen informatie of steun met elkaar delen en dat er altijd iemand beschikbaar is, zoals in online sociale netwerken (Nieuwboer & Fukkink, 2015). Degenen die een vrijwillige inzet tonen, zijn soms in staat een intensievere band op te bouwen en hebben meer veerkracht, en zo zijn soms de zwakke verbanden de belangrijkste. Toch blijkt uit recent onderzoek van het Sociaal en Cultureel Planbureau dat ook hier het gebrek aan tijd, wederkerigheid of dankbaarheid de relaties danig onder druk kan zetten (De Boer & De Klerk, 2013). Linders (2010) noemt de terughoudendheid van hulpbieders die hieruit voort kan komen handelingsverlegenheid: men wil wel helpen, maar biedt geen hulp aan uit angst zich te verplichten. Echter, het woord handelingsverlegenheid wordt vaak gebruikt voor een gebrek aan kennis of vaardigheden. Daarom spreken wij liever over verplichtingsangst. Voor een schematische weergave van de begrippen, zie figuur 1.4.

FIGUUR 1.4 Belemmerende factoren in de dynamiek van hulp vragen en bieden

| Hulp vragen | Hulp bieden |
|--|---|
| Vraagverlegenheid Acceptatieschroom | Handelingsschroom Verplichtingsangst |

Gebaseerd op: Linders, 2010

Al met al speelt er dus een soms subtiel en soms openlijk machtsverschil tussen degene die hulp behoeft en degene die hulp kan bieden. Er zijn ongeschreven en intuïtieve sociale codes in het spel om het proces van solidariteit voor iedereen plezierig te houden en om ieder in zijn waarde te laten (zie o.a. Tjong Tjin Tai, 2005 en Komter, 2010). Onder de juiste voorwaarden zijn we namelijk graag bereid iets voor een ander te doen (De Boer & De Klerk, 2013). Deze voorwaarden zijn in figuur 1.5 samengevat.

Strong ties
Weak ties

**Handelings-
verlegenheid**

**Verplichtings-
angst**

Sociale codes

FIGUUR 1.5 Gezonde voorwaarden voor het vragen en bieden van hulp

| Hulp vragen | Hulp bieden |
|---|----------------------------------|
| De vraag is concreet | Een haalbaar verzoek inwilligen |
| De vraag is doelgericht | Het verzoek is af te ronden |
| Het verzoek is vrijblijvend | Het verzoek is niet verplichtend |
| Het verzoek om advies/hulp is tijdelijk | Het verzoek is begrensd |
| Een wederdienst beloven | Wederkerigheid ervaren |

CASUS: ALWEER SPELEN?

Gülçan, moeder van Kemal:

Moeder Gülçan vertelt dat haar zoontje Kemal van 5 jaar sinds vier maanden naar een nieuwe basisschool gaat. Door een verhuizing is deze school veel dichterbij hun huis. Maar Gülçan vindt het moeilijk om aansluiting te vinden op die school. Kemal wordt nooit uitgenodigd om ergens te komen spelen. Sommige kinderen zitten op clubjes of op zwemmen; Gülçan heeft daar geen geld voor. Bij het afhalen blijft ze meestal in de auto wachten tot Kemal uit school komt. Kemal vindt het op school erg leuk. Hij zegt dat hij op het schoolplein veel met andere kinderen speelt. Maar na school zit hij zich thuis voor de tv of met de tablet te vervelen. Gülçan voelt zich nogal buitengesloten en maakt zich zorgen over hoe het nu verder moet.

Gülçan heeft de neiging om af te wachten tot iemand anders het initiatief neemt of tot Kemal uit zichzelf speelafspraken gaat maken. Dat kun je van een kind van 5 jaar in een vreemde situatie nog niet verwachten. Na wat doorpraten blijkt ook dat Gülçan op het schoolplein heeft gezien dat alleen kinderen vanaf groep 6 dat helemaal zelf doen. De autonomie van een kind van 5 hoeft nog niet zo ver ontwikkeld te zijn. Hij is hierin nog afhankelijk van het initiatief van zijn moeder. Dus wat kan zij zelf doen?

Zij kan de leerkracht bijvoorbeeld vragen een brugfunctie te vervullen door Gülçan te helpen contact te leggen met andere ouders. Het lijkt haar het mooist als Kemal één keer per week ergens kan spelen en er ook één keer per week iemand bij hem komt spelen. Na het gesprek realiseert ze zich dat ze dat beter kan omdraaien: eerst zelf kinderen uitnodigen, en daarna komen de uitnodigingen voor Kemal waarschijnlijk vanzelf. Ze kan ook op zoek naar subsidieregelingen voor clubs of sporten voor kinderen in de gemeente. Ze moet haar zorg proberen om te zetten in een concrete vraag om hulp en zelf de eerste stappen zetten.

Richtvragen:

Wat weet je over kinderen en speelafspraken?

Wat weet je over gemeentelijke stimuleringsregelingen voor sport en cultuur?

Wat vind je van een website als www.mijnkameraadje.nl?

1.6 Invloed en empowerment

Naast het vragen en bieden van hulp speelt er nog iets anders mee: de vraag of de situatie eigenlijk wel veranderbaar is. Als hier geen duidelijk antwoord op is, kan een interactie rond hulp heel uitputtend en frustrerend zijn.

rend worden. Er zijn situaties die verbeterd kunnen worden, situaties die moeilijk blijven en waar blijvende ondersteuning of hulp nodig is, en er zijn ook situaties die ondanks alle hulp toch verslechteren. Soms weet je vooraf niet waar je aan begint en of je wel invloed op de situatie kunt uitoefenen. Dit alles is geen reden om geen hulp te vragen of te bieden, maar wel om goed in te (blijven) schatten wat er gebeurt en wat het nu werkelijk van alle betrokkenen vraagt. In het eerste gedeelte van deze paragraaf gaan we in op het herkennen van opvoedvragen, waarop je wel gelijk invloed kunt hebben. In het tweede gedeelte leggen we uit wat empowerment te maken heeft met het uitoefenen van invloed, en onder welke termen en vormen we empowerment tegenkomen in het domein van zorg en welzijn.

Invloed

Veel opvoedvragen zijn tijdelijk, simpelweg omdat ze leeftijds- en fasegebonden zijn. Met andere woorden, ze hangen samen met het feit dat het kind simpelweg nog niet toe is aan datgene wat de ouder van hen verwacht. De meeste kinderen worden uiteindelijk zindelijk, leren zelfstandig naar school fietsen en krijgen wat vrienden. Je zou kunnen zeggen dat er aan vragen op dit gebied dan ook niet al te zwaar getild moet worden. De enige hulp die nodig is, is wat geruststelling, aanmoediging om het eens rustig af te wachten en te kijken of rijping (dat wil zeggen de natuurlijke ontwikkeling van het kind, zie Vervae, 2003) er vanzelf voor zorgt dat het probleem verdwijnt. Het kind groeit erover heen, is misschien wat later dan anderen, of later dan zijn ouders hadden gehoopt, maar eigenlijk is er niets bijzonders aan de hand.

Het is goed dat er zo veel voorlichting beschikbaar is voor ouders, van dr. Spock tot Ouders Online, want alleen al aan de indeling van zulke materialen kun je zien dat een kind specifieke fases doorloopt: de termen baby, dreumes, peuter, kleuter, schoolkind, puber en jongvolwassene zijn gemeengoed geworden. Het lijkt enerzijds aannemelijk dat ouders minder vragen aan professionals hebben, omdat ze veel antwoorden zelf kunnen vinden. Anderzijds zouden ouders ook juist onzekerder kunnen worden, omdat ze zich méér afvragen of het gedrag of de ontwikkeling van hun kind wel binnen de normale marges valt.

Dat ouders tegenwoordig zelf zo veel afweten van opvoeden wordt ook wel proto-professionalisering genoemd, een term van socioloog De Swaan (2004), die dezelfde tendens beschrijft in verband met medische kennis. De vraag om beroepsmatige hulp is in de loop der jaren, ondanks de proto-professionalisering, wel toegenomen. Andersom lijken groepen ouders die weinig kennis hebben van ontwikkelingspsychologie ook nauwelijks een beroep te doen op professionals op dit gebied. Ze zijn zich wellicht niet bewust van wat een kind op een bepaalde leeftijd moet kunnen. Dit kan signalering en vroegtijdige interventie in de weg staan.

De problemen die namelijk wel langdurig of blijvend zijn, kunnen vaak het beste vroegtijdig gesignaleerd en aangepakt worden. Op die manier krijgen kinderen met ontwikkelingsstoornissen en -achterstanden de beste hulp en kunnen de problemen zelf of de effecten ervan beperkt of voorkómen worden. Ook andere factoren die het gezin beïnvloeden, zoals werkloosheid, ziekte of gebrek aan woonruimte, moeten bij voorkeur niet te lang voortduren, zodat de negatieve gevolgen ervan meevallen en geen schade veroorzaken bij een volgende generatie.

Over het algemeen heeft Nederland een sterk solidariteitsbeginsel, dat echter aan het verschuiven is. Er was tientallen jaren lang een door de overheid georganiseerde solidariteit: burgers betalen belasting en een deel daarvan wordt uitgekeerd aan kwetsbare groepen en geïnvesteerd in sociale voorzieningen en welzijnswerk. Wat betreft het recht op uitkeringen blijft dit basisprincipe bestaan. Wel komt er nu een sterk accent te liggen op onderlinge solidariteit: een oproep aan (plaatselijke) bedrijven, organisaties en vrijwilligers om wat voor een ander te doen (Meijs & van Vliet, 2014). Er wordt hoe dan ook een zwaarder beroep gedaan op het bieden van onderlinge hulp, ook als het gaat om problemen die wat langer duren. Een deel van de preventie komt daardoor in de handen van burgers te liggen. Nog een reden waarom de rol van professionals die in aanraking komen met gezinnen (maar geen zorgend beroep hebben), ook op dit vlak belangrijker aan het worden is!

Soms zijn psychosociale problemen van heel jonge kinderen voorspellers van probleemgedrag op latere leeftijd en in de volwassenheid (Pharos, 2015). Kinderen met een niet-westerse achtergrond hebben meer en ernstiger psychosociale problemen dan de autochtone jeugd. Zij en hun ouders maken minder gebruik van de vrijwillige zorg, zoals opvoedingsondersteuning, en zijn oververtegenwoordigd in de zwaardere zorgvormen. Mede daarom is bij migrantenjeugd vroegtijdig signaleren en zo nodig interveniëren belangrijk. Er zijn diverse onderzoeken gedaan naar risicofactoren als voorspellers voor onder andere internaliserend of juist crimineel gedrag (Hermanns e.a., 2005b; Ministerie van Binnenlandse Zaken en Koninkrijksrelaties, 2010). Daar staat tegenover dat er ook zicht is op beschermende factoren. De bekendste zijn: een hoge intelligentie, positieve zelfwaardering, een 'gemakkelijk' temperament, goede opvoedingsvaardigheden en adequate supervisie van de ouders/verzorgers. Hulp zal dan ook gericht moeten zijn op het versterken van die beschermende factoren. Dit boek is daar een voorbeeld van. Echter, niet al die factoren zijn beïnvloedbaar en er is niets zo teleurstellend dan heel hard aan verandering te werken terwijl dat uitzichtloos is.

Opvoedsituaties, waarin weinig verandering te verwachten is, vergen een wat andere benadering. Het opvoeden van een kind met een meervoudige handicap is en blijft nu eenmaal een zware taak. Een fatale ziekte is onafwendbaar. Een vluchtelingengezin blijft altijd enigszins onwettelijk. Hoewel de situatie misschien niet veranderbaar is, valt vaak nog wel te beïnvloeden hoe men er zo goed mogelijk mee kan omgaan, zelf en eventuele gezinsleden. Zo zijn er uitstekende programma's om kinderen te helpen met rouwverwerking (www.achterderegenboog.nl), met echtscheiding (kiesvoorhetkind.nl), of een ouder met psychische problemen (www.familievan.nl). Deze programma's richten zich op het omgaan met problemen, in plaats van het oplossen ervan.

Iedereen die om hulp vraagt of een vorm van hulp aanbiedt, of dat nu is als individu of bij het ontwikkelen van een programma of interventie, moet zich afvragen welke factoren van de situatie waarin verbetering wordt gezocht, beïnvloedbaar zijn en welke niet. Soms zijn factoren wel beïnvloedbaar en worden ze niet benut. Soms wordt er veel inzet gepleegd op factoren die helemaal niet beïnvloedbaar zijn (zie ook: Van Yperen & Veerman, 2008). Het is niet nodig om alle beïnvloedbare factoren ook daadwerkelijk te benutten.

**Solidariteits-
beginsel**

**Psychosociale
problemen**

Risicofactoren

**Beschermende
factoren**



OEFENING 1.3 BEÏNVLOEDBARE FACTOREN

Een groep jongens van 13-16 jaar maakt de wijk onveilig. De jongens hangen rond op straat, roken, drinken, gebruiken drugs en ze bedreigen of intimideren voorbijgangers. Als je je verdiept in de verschillende factoren in het micro-, meso- en macrosysteem van deze situatie, kun je diverse factoren identificeren die beïnvloedbaar zijn en andere factoren die niet beïnvloedbaar zijn. Breng deze in beeld, discussieer erover en plaats ze in een vakje als jullie een besluit hebben genomen in welke categorie de factor valt. Kies welke beïnvloedbare factoren je zou willen benutten om de situatie te verbeteren en leg per factor uit waarom dit volgens jullie nodig en mogelijk is.

| | Beïnvloedbaar | Niet beïnvloedbaar |
|---------------|---------------|--------------------|
| Benutten | | |
| Niet benutten | | |

Empowerment

Empowerment

De mate van invloed die je op een situatie hebt hangt ook nauw samen met het begrip empowerment. Volgens Cattaneo & Chapman (2010) is empowerment de toename van invloed die je uitoefent in sociale relaties op welk niveau dan ook: van dyadische interacties (mens-mens) tot interacties tussen personen en systemen (bijv. individu-overheid).

CASUS: ONMACHT IN DE OPVOEDING

Nina, de moeder van Lisa:

Nina schrijft dat haar oudste dochter (3) twee ‘gezichten’ heeft. Thuis en spelend op straat is ze snel boos, ze schreeuwt, doet brutaal, commandeert en is niet voor rede vatbaar. Op het kinderdagverblijf is ze allerliefst en doet ze heel erg haar best, ze is sociaal, houdt rekening met andere kinderen, heeft veel spelideeën en vindt het geweldig om te helpen. Ook thuis wil Lisa alles zelf doen. Maar dat mag niet altijd, zoals met een mesje snijden. Als haar ouders een grens aangeven is het huis te klein. Nina wordt er verdrietig en boos van. Ze is snel geërgerd en heeft weinig geduld meer. Ze wil al dat gedoe en die strijd niet. Haar man trekt het zich minder aan. Nina probeert wel positieve aandacht aan Lisa te geven, maar Lisa kan opeens weer ‘ontploffen’. Dat vindt ze oneerlijk. Lisa’s driftbuien kunnen wel 45 minuten duren, vaak meerdere keren per dag. Als uiterste middel hebben Nina en haar man Lisa onder de koude douche gezet. Dat werkte een of twee keer en daarna ook niet meer. Het aantal incidenten blijft toenemen. De opvoedonmacht begint zulke dramatische vormen aan te nemen, dat de ouders van Lisa tot kindermishandeling overgaan. Ook als zij dit zelf nog gewoon ‘opvoeden’ noemen, gaat het te ver om een kind onder de koude douche te zetten. Maar nog erger: nu dit niet meer werkt, welke middelen hebben de ouders dán nog?

Het is van belang dat een moeder als Nina weet dat je driftbuien moet proberen te voorkómen. Het stoppen van een driftbui als die eenmaal bezig is, is onbegonnen werk. Ook is het goed om driftbuien te interpreteren als een

drang naar meer autonomie, meer invloed, meer macht. Een pittig kind van 2 voelt feilloos aan wanneer haar autonomie op het spel staat en zal het verdedigen alsof haar leven op het spel staat. Het lijkt op een echte machtsstrijd: hard tegen hard. En naarmate het kind aan de 'winnende' hand lijkt te zijn, neemt de onmacht bij de ouders toe.

Alleen ouders kunnen deze cirkel doorbreken, en dat doen zij door de strijd uit het domein van de macht, en naar het domein van de empowerment te brengen. Empowerment is de invloed die je uitoefent in sociale relaties, waarbij de sociale relaties gerespecteerd worden en niet afgebroken, zoals bij een machtsstrijd.

Wat Lisa, nu zij wat groter wordt, nodig heeft aan invloed is zo gek nog niet: zij kan heel goed meehelpen in de keuken, alleen niet met een scherp mes. Een verbod werkt als een rode lap op een stier. Diverse andere opvoedtechnieken, zoals betrekken, verantwoordelijkheid geven, keuzes voorleggen, fantasie gebruiken en af en toe ook negeren of een time-out bieden kunnen verlichting geven in zo'n geladen situatie. Ook ervaren de ouders dan dat zij veel meer invloed hebben op de situaties dan alleen maar het kind onder een koude douche zetten! Hoewel alleen negeren zeker geen oplossing is, is het vanuit een ontwikkelingsgericht perspectief duidelijk dat Lisa meer ruimte nodig heeft dan ze nu krijgt. Ze is een peuter en heeft op een bepaalde manier recht op verzet en boosheid. Dat hoort bij haar leeftijd. Zij moet ontdekken waar haar invloed en macht ligt – en waar niet. Daar heeft ze standvastige – maar beheerste – ouders bij nodig, die haar binnen grenzen laten experimenteren en die grenzen niet te strak neerzetten.

Richtvragen:

Wat weet je over oorzaken van kindermishandeling en wat wordt eronder verstaan?

Wat weet je over de samenhang tussen onmacht en empowerment?

Zoek informatie over de Meldcode Kindermishandeling op:

www.rijksoverheid.nl, onderwerp Huiselijk geweld.

Empowerment kent vele definities en toepassingen en dit wordt nu juist als een van de kenmerken van het begrip gezien: het is een flexibel begrip dat in elke situatie een andere betekenis kan hebben. Voor iemand met schizofrenie is het misschien: acceptatie door haar buurvrouw, waardoor ze zich niet hoeft te schamen voor een psychose. Voor een werknemer is het wellicht: de teamleider ziet zijn kwaliteiten en talenten, zodat hij zich kan ontwikkelen. Een alleenstaande moeder voelt zich gesteund door de zekerheid van een maandelijks toelage: ze is daardoor in staat luiers te kopen voor haar tweeling. En een gezin dat het niet ruim heeft is dolblij met een afgedankte kindervan, waardoor ze samen de stad in kunnen.

Al deze situaties hebben gemeenschappelijk dat mensen zich in staat voelen iets te bereiken, wat niet zo vanzelfsprekend voor ze is. Ze zijn daar zelf toe in staat of ze worden daartoe in staat gesteld door anderen. Soms maken ze daarbij gebruik van hulpbronnen, zoals het recht op bijstand of een winkel met tweedehands spulletjes van Emmaus (emmaus.nl). Het kan ook gaan om informele hulpbronnen, zoals de bereidwillige buurvrouw of een familielid. En natuurlijk kan het ook gaan om intrinsieke krachtbronnen: competenties die iemand zelf heeft of ontwikkelt.

Enkele begrippen die raken aan empowerment worden hierna toegelicht. De rode draad is steeds: het vergroten van de invloed die mensen hebben.

In de hulpverlening en geestelijke gezondheidszorg (GGZ) wordt vaak gesproken over cliëntparticipatie. Hiermee wordt bedoeld dat cliënten zelf actief beslissen over en bijdragen aan hun behandeling. Meijer (2010) licht toe dat dit zich in de loop van de jaren heeft ontwikkeld tot het ontstaan van zelfhulpgroepen, de inzet van ervaringsdeskundigen en projecten die door beroepskrachten en cliënten samen worden ontwikkeld.

Cliënten kunnen zelf en samen ook heel veel bereiken, en ook kunnen vrijwilligers een belangrijke rol spelen in het ondersteunen van ouders in moeilijke opvoedsituaties. Een goed voorbeeld hiervan is Home-Start, waarin ervaren en getrainde vrijwilligers ondersteuning, praktische hulp en vriendschap aan ouders met jonge kinderen bieden. Op scholen (BO en VO) gaat ouderparticipatie over medezeggenschap en betrokkenheid van ouders bij de kinderen die op school zitten: ouderraden, medezeggenschapsraden en inloopmiddagen zijn hier uitingsvormen van.

Veel vormen van participatie zijn echter (door beroepskrachten en overheden!) opgezet vanuit de gedachte dat het nu eenmaal verplicht is. Er is een patiëntenraad, een medezeggenschapsraad, een cliëntenraad – en ‘iemand moet het doen’. Meijer wijst er dan ook op dat cliëntparticipatie in organisaties een complex proces is. De grootste valkuil is, dat er niet meer wordt gesproken en gehandeld vanuit de doelen van de cliënten, maar dat de cliënt en ervaringsdeskundige worden ingekapseld in de bestaande structuren, en vooral ook in de knel komen te zitten vanwege de bezuinigingsdruk in zorgbiedende organisaties. Deze organisatiedruk is er met de decentralisaties in de zorg anno 2015 niet minder op geworden en participatie wordt vaak als doel op zich gepresenteerd. Dit is echter pas kansrijk als het ook daadwerkelijk aansluit bij het empowermentproces van individuele mensen en de doelen die zij hebben. Wie praat er nog echt over waar het om gaat: veiligheid, gezondheid, goede zorg, kansen voor iedereen? In veel organisaties is de spanning nog altijd voelbaar en lijken de belangen soms nog te-gengesteld: ouders met kritische vragen worden ervaren als ‘lastig’, cliënten die hun afspraken niet nakomen als ‘moeilijk leerbaar’. Wat feitelijk ervaren wordt is dat de doelen niet geëxpliciteerd worden. Ook hier is het van het grootste belang dat je het samen eens wordt over waar je samen (of apart) voor staat: er kan eindeloos gepraat worden over de verkoop van kroketten op school, maar als je samen staat voor een gezonde leefstijl van de jeugd, dan komt die gezonde kantine er!

**Cliënt-
participatie**

**Zelfhulpgroepen
Ervarings-
deskundigen
Vrijwilligers**

Belangen

Doelen

Sociale inclusie

Sociale inclusie lijkt een beetje op participatie en gaat eveneens over het meedoen in de maatschappij. De term inclusie wordt gebruikt om aan te geven dat er een actieve rol is weggelegd voor de ‘anderen’ in de maatschappij. Het wordt ook wel een ‘opdracht aan de samenleving’ genoemd (Wilken, 2015) om kwetsbare of andersoortige groepen burgers te accepteren en mee te laten doen in activiteiten, besluitvormingsprocessen en het vormen van beleid. Een probleem met de term is dat het nu juist per definitie mensen of groepen mensen als kwetsbaar bestempelt en de meerderheid de macht in handen lijkt te geven om hen wel of niet op te nemen. En zo is er ook een onoplosbaar debat over integratie en assimilatie: in hoeverre vereist het deelnemen aan de maatschappij ook dat iemand zich aanpast aan de heersende of dominante cultuur, normen en waarden, handelwijze enzovoorts? Je zou zeggen dat empowerment inhoudt dat het indi-

vidu anders mag zijn dan anderen en dat hij in zijn 'eigen kracht' mag staan. De samenleving kent echter als vanzelfsprekend dynamieken en groepsprocessen die sociale vergelijking en aanpassingsdruk veroorzaken, waardoor individuen in de knel komen: pesten is aan de orde van de dag. Als individuen zich samen in hun 'anders-zijn' kunnen organiseren, creëren zij een nieuw machtsblok waar aandacht voor kan komen: zij kunnen een emancipatiebeweging op gang brengen. Een goed voorbeeld hiervan is de LHBT-beweging, die staat voor gelijke rechten voor lesbiennes, homo's, biseksuelen en transgenders. Voor jongeren zijn de websites www.gaystraight-alliance.nl en www.gayandschool.nl beschikbaar.

Sociale
vergelijking

Aanpassingsdruk

1

Er is niet voor niets een verbinding tussen empowerment en actieve deelname aan de samenleving. De oorsprong van het begrip ligt immers in het streven naar emancipatie van de arme en onderdrukte bevolking in Brazilië, vijftig jaar geleden. Het dom houden van mensen, extern aangestuurd onderwijs en een machtsmonopolie van de staat houden elkaar in stand. Mensen leren veel sneller lezen en schrijven als zij dat doen aan de hand van kernwoorden die voor hen van wezenlijk belang zijn: het 'brood' dat zij eten, de 'waterbron' die is vervuild, of de 'boete' die de politie int. Met andere woorden: ze gaan dan ervaren dat ze door te leren doelen kunnen gaan nastreven die eerder buiten hun bereik lagen. Dat motiveert. In al deze verbindingen tussen empowerment en de maatschappij is het van belang om nog eens te herhalen wat Freire aangaf: geen maatschappelijke participatie zonder individuele autonomie (Freire, 1970; Claessen, 1998). Ze gaan samen.

Emancipatie

Individuele
autonomie

De vraag is dan nog waar het initiatief ligt. Moeten de heersende structuren (de overheid, de hulpverleners) toegang bieden tot de macht, door goed onderwijs te bieden, door goed te luisteren, een platform te bieden voor medezeggenschap en het delen van ervaringen? Of moeten individuen zichzelf gaan emanciperen, hun rechten opeisen, ruimte innemen? Interessant genoeg is dit precies de achterliggende gedachte achter de decentralisaties van de zorg: mensen moeten zelf aangeven wat ze nodig hebben, en organisaties beloven daarop in te spelen (Paes, 2010). Of dit daadwerkelijk zo zal gaan is de vraag. Niet iedereen kan zelf aangeven wat hij nodig heeft. En organisaties zijn lang niet allemaal klaar voor de cultuuromslag die dit van hen vraagt. Kwetsbare groepen zouden wel eens nóg kwetsbaarder kunnen worden (De Winter, 2015).

Cultuuromslag

Het werkelijk streven naar participatie hangt dan ook nauw samen met empowerment en kan niet zonder. Het moet gaan om de doelen van de cliënt of de hulpvrager en de toename van invloed die daarin besloten ligt. Hij of zij komt immers pas in beweging als er een betekenisvol eindpunt is om naar toe te gaan, en als daar acties bij horen die haalbaar en uitvoerbaar zijn, en die leiden tot succeservaringen. Hier komen invloed en empowerment dus bij elkaar. 'Niets motiveert een cliënt meer dan succesvol kunnen handelen' (Logger & Kamperman, 2009)!

Succeservaringen

1.7 Van opvoedvraag naar opvoedkracht

Eerder werd al gesteld dat het stellen van een vraag niet duidt op zwakte maar juist op kracht. Dit gedachtegoed, dat iets jonger is dan de empowermentbenadering in opvoedingsondersteuning, maar toch ook al een traditie van 25-30 jaar heeft, is in opleidingen en nascholingen voor hulpverlening

in het sociaal domein breed geaccepteerd. Het kent veel verschillende benamingen en accenten, zoals: oplossingsgericht, doelgericht, opbrengstgericht, resultaatgericht, progressiegericht begeleiden of coachen. De namen zeggen het al: de begeleiding is gericht op iets in de toekomst. Dit komt natuurlijk goed overeen met het stellen van doelen, en dat is dan ook een gemeenschappelijke noemer van deze benaderingen. Bovendien zijn ze niet onderling exclusief, integendeel, ze putten vrijelijk uit elkaars werkvormen, modellen en stappenplannen.

Progressiegericht begeleiden

Perspectiefwisseling

Hulpverleningsgesprek

Het gaat vooral om een perspectiefwisseling. Het praten over problemen, achtergronden, hoe het zo gekomen is, het doorvragen op gevoelens en hoe erg het is, is in deze benaderingen niet aan de orde. Het gaat vooral om een blik vooruit, het benoemen van kansen, het voorleggen van verschillende opties, het versterken van competenties, het identificeren van hulpbronnen en het creëren van mogelijkheden. Kortom, het gemiddelde hulpverleningsgesprek van nu klinkt heel anders dan dat van enkele jaren geleden (Jeugdwet 2015).

De tools die in het tweede deel van dit boek worden aangeboden geven concrete mogelijkheden om een opvoedvraag vanuit deze benadering te bekijken en te bespreken. Ouders met opvoedvragen hebben namelijk zelf nogal eens de neiging om deze vanuit de probleemkant te benaderen (anders hadden ze geen hulp nodig) en het is dan ook handig om de eerste beginselen van het krachtgericht denken direct bij het luisteren en reageren op de ouder toe te passen. In dit boek behandelen we drie van zulke beginselen:

- 1 Neem het perspectief van het kind in.
- 2 Neem het perspectief van de ouder in.
- 3 Daag het kind op een positieve manier uit.

Ad 1 Neem het perspectief van het kind in (zie ook paragraaf 3.2.1)

Je hoort het verhaal achter een opvoedvraag meestal van de opvoeder. Maar hoe ervaart het kind de situatie eigenlijk? Kinderen vinden het misschien zelf helemaal geen probleem (wat is er mis met hard schreeuwen of niks terugzeggen?), ze krijgen toch hun zin (ook al is het met vervelend gedrag), of ze hebben het gevoel er niets aan te kunnen doen (er worden te hoge eisen gesteld). Is hen eigenlijk wel iets gevraagd, is het probleem met hen gedeeld? Wie heeft het probleem?

Dit roept de vraag op vanaf welke leeftijd je een opvoedsituatie met kinderen zelf kunt bespreken. Dat kan al veel eerder dan veel ouders verwachten. Het is belangrijk dat zij zich realiseren dat 'bespreken' niet de enige optie is. Ze kunnen ook het perspectief van het kind innemen door op de grond te gaan liggen of rond te kruipen door de woonkamer. Als ze dat doen, zullen ze zien waarom een stopcontact zo'n aantrekkingskracht uitoefent op een tweejarige. Of waarom het kind zich steeds aan het tafelkleedje optrekt. Of hoe intimiderend het is als een volwassene hoog boven een kind uittorent en tegen hem staat te schreeuwen. Het perspectief van het kind innemen kan dus heel leerzaam zijn, vooral in situaties waarin ouders het gedrag van het kind niet begrijpen.

Vanaf het moment dat kinderen zich redelijk goed kunnen uitdrukken, kunnen ouders hen ook duidelijk en eenvoudig uitleggen wat zij van hen verwachten. Dat kunnen kinderen niet raden. Kinderen kunnen hun eigen ontwikkeling niet overzien en zijn dus werkelijk niet in staat om te begrijpen waar volwassenen hen naar toe willen hebben. Met het geven van een dui-

delijke instructie, die ook uitvoerbaar is door het kind, kunnen al veel misverstanden en conflicten voorkómen worden.

Kinderen die het gevoel hebben nooit iets goeds te kunnen doen of die niet op een haalbare manier worden uitgedaagd, zullen zich daarnaar gedragen. Zij weten werkelijk niet waarom hun moeder altijd met stress aan tafel zit omdat het eten wel weer moeizaam zal gaan. Dit is de fase waarin een moeder aan een kind kan vragen: vertel jij maar eens hoeveel worteltjes jij gaat opeten: 2 of 3? Zo'n heel andere benadering geeft lucht en ruimte voor initiatief. Een kind van 2-3 jaar zal meestal nog niet op het idee komen dat het ook nog tegen het aanbod in kan gaan: keuzes zijn heel interessant voor een kind en geven hem/haar het gevoel serieus genomen te worden. Als opvoedingsondersteuner is het een van je taken om een stem te geven aan het vaak onmondige kind. Dat wil niet zeggen dat het kind overal zijn zin in krijgt en alles voor het zeggen heeft; het wil wel zeggen dat je voldoende weet over de ontwikkeling van kinderen om te weten wanneer een kind overvraagd of gekwetst wordt. Of, positiever gezegd: om te weten hoe kinderen opgroeien en daarbij gemotiveerd kunnen worden.

Ad 2 Neem het perspectief van de ouder in (zie ook paragraaf 3.2.2)

Een van de kanten van ouderschap is de intentie van de ouder, en die is vrijwel altijd positief en sterk. Vaak wordt in een ondersteuningsvraag benoemd wat niet goed gaat. Dat veronderstelt een visie op wat wel goed zou zijn. Vrijwel alle ouders hebben een tijd gehad dat zij met warmte en liefde dachten aan het opvoeden van kinderen. De realiteit valt soms tegen en de idealen van toen lijken misschien voor ouders met veel opvoedproblemen illusies. 'Ik vraag me soms af, waarom ik eigenlijk kinderen wou', spreekt een moeder in al haar onmacht uit. Zulke intenties of diepere doelen spelen een belangrijke rol in het empowermentproces dat je begeleidt. Zo schuilt er achter een alledaagse doelstelling die een ouder heeft, en waar hij op stukloopt omdat het maar niet wil lukken, vaak een diepere wens of intentie. De kamer van dochterlief van 15 blijft maar een zootje, en er is elke week ruzie over opruimen, waarna haar ouders maar weer klagen en morrend wat orde scheppen. Maar waarom moet er eigenlijk opgeruimd worden? Dieperliggend vindt haar vader misschien dat dat hoort bij zelfstandigheid. Misschien is het dan verstandig te spreken over de mate van zelfstandigheid van zijn dochter en hoe dat gestimuleerd kan worden, en niet over de zoi op haar kamer. Is dat dan nog steeds een belangrijk issue? En wat is dan de handigste aanpak, met het oog op een toenemen van zelfstandigheid en verantwoordelijkheid?

Ad 3 Daag het kind op een positieve manier uit (zie ook paragraaf 3.2.3)

Kinderen groeien op. Ze ontwikkelen zich allemaal van een weerloze baby tot een individu met een eigen wil en een eigen leven. Ergens tussen de klacht 'de kamer van mijn dochter is een puinhoop' en de tijd dat ze een baby was, moeten momenten gelegen hebben waarin de dochter iets werd bijgebracht over opruimen. Hoe zagen die momenten eruit? Is het iets wat voldoende positieve aandacht heeft gekregen? Of is het altijd al gepaard gegaan met gemopper en stress? Kan het misschien alsnog een keer op een positieve manier benaderd worden?

Er is veel bekend over wat 'leren' is, maar ouders zijn het zich vaak niet bewust dat zij een begeleidende rol hebben in het leerproces van hun kinderen. Ouders denken soms dat zij alleen een corrigerende rol hebben. Als je in een casus ziet dat ouders eisen stellen aan hun kinderen of moeite heb-

ben met hun gedrag, heb je een ingang om hen van die andere taak bewust te maken. Vaak zijn ouders die alleen nog maar corrigerend bezig zijn, ook niet tevreden over hun eigen opvoedvaardigheden. Ze voelen aan dat ze op het verkeerde spoor zitten, maar kunnen het andere spoor niet (meer) vinden. Als dus uit de opvoedvraag blijkt dat ouders eisen aan hun kind of aan zichzelf stellen en daarbij vooral benadrukken wat niet goed gaat, is het goed om deze eisen te herformuleren als uitdagingen (zie ook: Furman, 2006).

Op het moment dat je de onderliggende verwachting benoemd hebt, kun je je afvragen: kan dit kind (met deze leeftijd, deze mogelijkheden en beperkingen) dit leren? Of moeten we het doel wat kleiner maken, beter te bereiken? Bijvoorbeeld: 'mijn kind kan goed met conflicten omgaan'. Dit is een hoge verwachting, zelfs voor volwassenen is dat moeilijk. Er is ook discussie over mogelijk: wat is goed met conflicten omgaan? Er valt misschien een concreter tussendoel te formuleren: als mijn kind boos is, lost hij dat met woorden op/telt hij tot tien/trekt hij zich even terug. Het is belangrijk om, zodra dit mogelijk is, een dergelijk doel te formuleren samen met het kind – of de ouders te stimuleren dit met hun kind te bespreken.

Door deze drie onderliggende principes toe te passen bij het beluisteren van een opvoedvraag komen er nieuwe mogelijkheden in beeld. Ouders zullen merken dat er een ander denkspoor vrijkomt, dat mogelijkheden biedt. Het gaat niet meer over de problemen zelf, maar over de mogelijkheden om daar anders naar te kijken. Vaak zullen ouders zich nog wel afvragen hoe dat dan allemaal moet, maar het begin is er: van opvoedvraag naar krachtvraag!

SAMENVATTING

In dit hoofdstuk is verkend dat vragen over opgroeien en opvoeden niet nieuw zijn, maar wel aandacht vragen. Opvoedvragen hebben naast een individueel aspect ook een gemeenschappelijk en maatschappelijk aspect, en we zijn er samen verantwoordelijk voor.

Ouders vinden allerlei hulpbronnen in hun informele en formele netwerken. Ouders komen veel beroepskrachten tegen aan wie ze opvoedvragen kunnen voorleggen. Deze beroepskrachten zijn echter meestal niet geschoold in het adviseren bij opvoedvragen.

Dit boek laat zien dat opvoedvragen en -thema's afhankelijk zijn van de leeftijdsfase van kinderen en de kenmerken van het opgroeien in de moderne Nederlandse samenleving. Op het vragen om hulp en het bieden van hulp liggen taboes en ze beïnvloeden onderlinge relaties. Hoewel er altijd risico- en beschermende factoren meespelen tijdens het opgroeien, zijn deze niet altijd allemaal beïnvloedbaar.

De begrippen participatie, empowerment en eigen kracht worden verschillend gebruikt en een operationalisering in de opvoedingsondersteuning is hard nodig. Met het stellen van een opvoedvraag laat de ouder zien open te staan voor nieuwe perspectieven op de situatie. Dat is dus een teken van kracht en nieuwe mogelijkheden.

Met deze achtergrondinformatie heeft de beroepskracht een begrippenka-der gekregen waardoor opvoedvragen op een positieve manier benaderd kunnen worden, in contact met ouders.