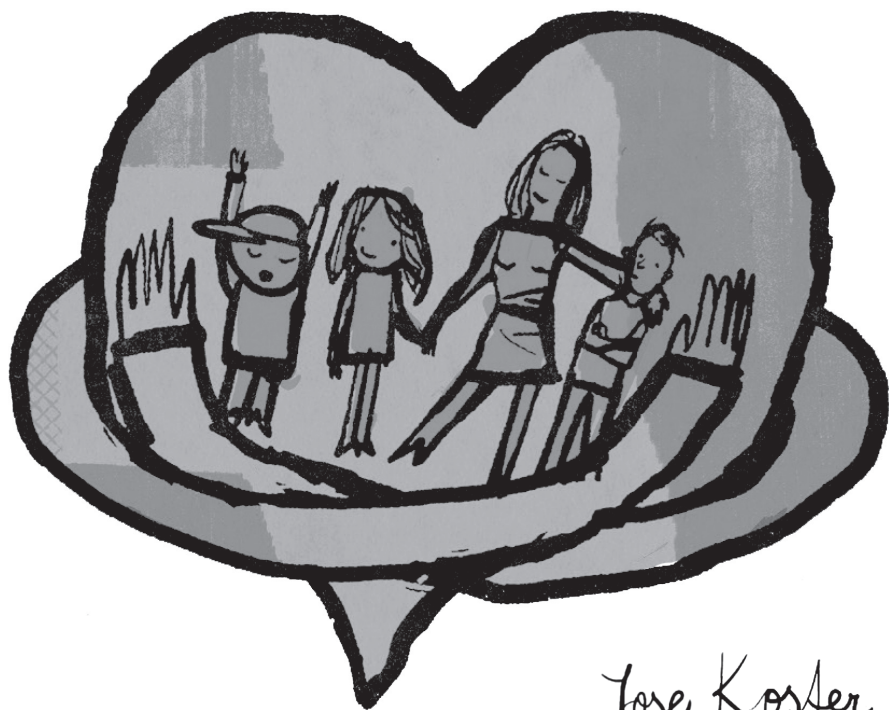


OUDERS BEGRIJPEN

Werken in verbinding met ouders én jezelf



Jose Koster

OUDEERS BEGRIPEN

Werken in verbinding met ouders én jezelf

José Koster

ISBN 978 90 8560 420 4

NUR 854 / THEMA JMF

© 2025 Uitgeverij SWP Amsterdam

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd bestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet toegestaan.

All rights are reserved, including those for text and data mining, AI training and similar technologies.

Inhoud

Inleiding	7
Waarom dit boek?	7
Voor wie is dit boek bedoeld?	10
Wat mag je verwachten van dit boek?	10
Hoe is dit boek opgebouwd?	12

HOOFDSTUK 1

Werken met ouders	15
Wat is ouderbegeleiding?	17
Wat is psychosociale hulp?	21
Aandachtspunten professionele nabijheid	27

HOOFDSTUK 2

Waarom is werken met ouders complex?	30
Meer dan woorden: de diepere lagen van communicatie	30
Neuro Linguïstisch Programmeren (NLP) als communicatiemodel	31
Overdracht	38
Soorten overdracht	39
Tegenoverdracht	46
Factoren die overdracht bevorderen en condities die overdracht oproepen	51
Vijf hechtingsstijlen	56
Loyaliteit	68
Overdracht tussen professional en ouder	72
Zorgen om een kind	74
Hoe stap je uit de (tegen)overdracht?	77
Feedback	81
Intervisie en supervisie	82

HOOFDSTUK 3

Ouderschap: een transformatie	86
Fasen van transitie naar ouderschap	88
Transitie naar ouderschap: vier centrale thema's	96
Onderzoek naar vaderschap en medeouders	97
Postnatale depressie	98
Ouderschapsgroei	103
Groeien als ouder is geen vrije keuze	109

HOOFDSTUK 4

Werken met ouders vanuit de ouderbegeleidende positie	112
De schroomdrempel	112
Een methodiek voor het werken met ouders	113
Opvoederschap versus ouderschap	116
De ouderbegeleidende positie: een kruk met drie poten	129
Poot 1: besef van verantwoordelijk-zijn	131
Ouderschap: invloeden en omstandigheden	135
Poot 2: ouderschap maakt kwetsbaar	146
Rouw en verlies	156
Poot 3: de ouder is eindverantwoordelijk en dus opdrachtgever	162
De vierde poot onder de kruk?	170

HOOFDSTUK 5

Concrete handvatten en tips voor gesprekken met ouders	172
Motiverende gespreksvoering - Wat is het?	174
Handvatten uit de motiverende gespreksvoering	175
Oplossingsgericht coachen - Wat is het?	184
Het ProToPlaSMa-model van Van der Pluijm	185
Reflecteren op je professionele handelen	198
Handvatten om te reflecteren op je professionele handelen	199

Dankwoord	207
------------------	------------

Literatuurlijst	209
------------------------	------------

Inleiding

Waarom dit boek?

Als jij als beroepskracht met kinderen werkt, doe je dat waarschijnlijk vanuit een oprecht verlangen om bij te dragen aan hun ontwikkeling. Je wil dat kinderen opgroeien tot gezonde, sociale en veerkrachtige mensen. Waarschijnlijk ben je goed toegerust om kinderen binnen jouw domein te begeleiden, met oog voor hun specifieke ontwikkelbehoeften en uitdagingen.

Als vanzelfsprekend wordt van je verwacht dat je effectief kunt communiceren met de ouders van deze kinderen, vaak zonder dat je daarvoor echt bent opgeleid. Je zult ouders moeten informeren over de stappen die hun kind doormaakt. Je zult moeten samenwerken bij ontwikkel- en opvoedvragen, en soms ook zorgen moeten bespreken wanneer je signaleert dat het niet goed gaat. Zeker wanneer je vermoedt dat een ouder niet kan bieden wat in jouw ogen nodig is voor het kind en jij je zorgen maakt, vraagt dat veel van je communicatievaardigheden, afstemming én innerlijke houding.

Een goede samenwerking met ouders is belangrijk, dat weet iedereen. Maar in de praktijk blijkt die samenwerking vaak lastiger dan gedacht. Gesprekken kunnen stroef verlopen, de afstemming kan moeizaam zijn, en soms ontstaat er spanning zonder dat je precies weet waarom. Voordat je het weet sta je tegenover elkaar, in plaats van naast elkaar.

Veel professionals ervaren de contacten met ouders als een van de meest complexe onderdelen van hun werk. En dat is niet zo vreemd. Want hoe blijf je in verbinding met ouders die een negatieve reactie bij je oproepen? Hoe blijf je open, ook als je zelf wordt geraakt? Hoe geef je ruimte aan ouders van wie je schrikt, of met wie het maar niet lukt om samen te werken, hoezeer je ook je best doet? Ga er maar aan staan!

Werken in verbinding met ouders vraagt veel van jou als professional. Volgens Alice van der Pas, grondlegger van de ouderschapstheorie, sta je met lege handen wanneer je alleen kennis hebt over kinderen en hoe je met ouders in gesprek gaat. Natuurlijk is die kennis waardevol, maar inzicht in de psychologie van ouderschap is minstens zo belangrijk. Begrijpen wat het betekent om ouder te zijn, en om je onvoorwaardelijk en tijdloos verantwoordelijk te voelen voor een kind, is essentieel om kwetsbare gesprekken met ouders te kunnen voeren én om beter te begrijpen wat hen raakt en beweegt. Zeker bij opvoedkeuzes die voor jou misschien ongebruikelijk, onbegrijpelijk of zelfs schadelijk lijken.

Daarnaast helpt het om zicht te hebben op wat zich onder de waterlijn van de communicatie afspeelt: in de dynamiek van het gesprek, in de vaak onbewuste emoties van de ouder én van jouzelf, én in hoe die elkaar beïnvloeden. Pas wanneer je die onderlaag herkent en begrijpt, ontstaat er ruimte voor wederzijds begrip en échte ontmoeting. En dan kun je werken in verbinding – met de ouder én met jezelf.

Zelf ontdekte ik de ouderschapstheorie van Alice van der Pas min of meer bij toeval. Ik was op dat moment zelf ouder (zowel stief- als biologische moeder) en ik kende het gevoel van worstelen. Ik wilde het goed doen, maar voelde me vaak tekortschieten. Ouderschap riep gevoelens bij mij op die ik nog niet eerder had leren kennen: onzekerheid, twijfel, schaamte en zelfafwijzing. Gevoelens waar ik niet trots op was. Soms vond ik het ouderschap prachtig en betekenisvol, maar soms ook verwarrend, zwaar of zelfs verschrikkelijk. Over dat soort gevoelens werd nauwelijks gesproken in mijn omgeving. Ik veroordeelde mijzelf en vroeg me af wat er mis was met mij. Pas toen ik leerde dat deze emoties heel normaal zijn en niets afdoen aan de liefde voor je kinderen, of aan het diepe besef én verlangen om verantwoordelijk te zijn, kon ik me opnieuw verbinden met mijzelf. Dat gaf lucht. En doordat ik mijzelf met meer mildheid kon zien, ontstond er als vanzelf ook meer ruimte om mijn kinderen écht te zien en er werkelijk voor hen te zijn.

De ouderschapstheorie raakte mij diep. Als ouder, omdat ik me eindelijk begrepen voelde. Maar ook als professional, omdat ik ineens zoveel beter begreep hoe diep ouderschap gaat, hoe kwetsbaar het maakt, en hoeveel invloed dat heeft op het welzijn van een ouder en op het contact met professionals. Ik kreeg zicht op wat er onder de oppervlakte kan spelen in

de relatie met ouders – en besepte hoe weinig we daar eigenlijk over leren in onze opleidingen. Ik ontdekte dat er een schat aan inzichten en kennis bestaat over ouderschap en alles wat daarbij komt kijken, maar dat die kennis bij veel professionals én ouders nauwelijks bekend is. Dat is wat ik wilde veranderen met dit boek.

Ik ben me gaan verdiepen in de psychologie van ouderschap. Daarna volgde ik opleidingen die mij leerden over de binnenwereld van de mens en ik verdiepte me in hoe mensen met zichzelf en met anderen communiceren. Ik leerde hoe we beelden van onszelf en anderen vormen en hoe alles wat we van generatie op generatie meekrijgen, invloed heeft op wie we zijn en hoe we naar de wereld om ons heen kijken. Ik wilde weten hoe je hardnekkige patronen kunt doorbreken en hoe je je steeds weer kunt verbinden met jezelf, je autonomie, en hoe je vandaaruit opener, oprechter en ethischer in contact kunt zijn met anderen.

Ik werkte met ouders in uiteenlopende situaties en in verschillende rollen: als leerkracht in het basisonderwijs, projectleider in de taal- en opvoedingsondersteuning, (master) trainer van het transformatieprogramma *Het Begint Bij Mij* en als coördinator van Home-Start. In al deze functies ontmoette ik ouders in zeer diverse omstandigheden, soms bij hen thuis, soms in groepsverband, vaak op momenten dat ze uit balans waren en behoefte hadden aan steun. Ik werkte met ouders uit verschillende culturen en sociaaleconomische achtergronden: vaders in de gevangenis, tienermoeders, ouders van uit huis geplaatste kinderen, maar ook met ouders in ogenschijnlijk bevoorrechte situaties. Ik ontdekte dat ook zij worstelden en behoefte hadden aan inzicht in hun innerlijke ouderschapsprocessen. En natuurlijk leerde ik het meest in mijn eigen rol als (stief) moeder en later ook als pleegouder.

Nu, als trainer, ouderbegeleider, coach en supervisor, geef ik deze kennis door, in de hoop dat het anderen helpt meer ruimte te maken voor de kwetsbaarheid van ouderschap. Niet als een vastomlijnd model, maar als een uitnodiging om te kijken, te begrijpen en te verbinden. Een waardevolle schat die ik graag op een laagdrempelige en begrijpelijke manier wil delen met iedereen die met ouders werkt, én met ouders zelf, om hen te helpen de verbinding met zichzelf en met elkaar te versterken. Want dáár liggen de kansen voor positieve verandering.

Voor wie is dit boek bedoeld?

Dit boek is voor iedereen die wil leren werken in verbinding met ouders én zichzelf. Of je nu jeugdarts, leerkracht, pedagogisch medewerker, ambulant hulpverlener, klassenassistent, maatschappelijk werker, gezinscoach of orthopedagoog bent, dit boek biedt waardevolle inzichten aan iedereen die met ouders werkt.

Het is ook bedoeld voor studenten die zich voorbereiden op een beroep binnen het werkveld van kind en gezin. Het kan helpen om al vroeg kennis te maken met de complexiteit van het werken met ouders en de dynamieken die je als toekomstige professional zult tegenkomen.

Misschien ben je net begonnen en zoek je houvast, of werk je al jaren met ouders en merk je dat gesprekken soms vastlopen. Misschien raken gesprekken je, verwarren ze je of maken ze je moe, en wil je beter begrijpen wat er onder die interacties schuilgaat.

Hoewel dit boek in de eerste plaats voor beroepskrachten is geschreven, geloof ik dat het ook aan ouders zelf veel kan bieden. Het helpt jou als ouder om beter te begrijpen wat ouderschap op emotioneel, relationeel en praktisch niveau met je kan doen, en hoe kwetsbaar dat kan maken. De praktische handvatten in dit boek kunnen je daarnaast helpen wanneer je gesprekken met professionals als lastig ervaart!

Of je nu professional, ouder, of allebei bent, dit boek nodigt je uit om met meer mildheid, nieuwsgierigheid en openheid te kijken naar ouderschap en de ontmoeting met de ander. Het biedt inzicht en handvatten om je staande te houden in de dynamieken die onder de waterlijn van ouder-contacten spelen en om de verbinding te herstellen wanneer deze dreigt te verdwijnen.

Wat mag je verwachten van dit boek?

Met dit boek wil ik je niet vertellen hoe het moet. Ik wil je uitnodigen om anders te kijken – naar ouders, naar jezelf, en naar wat er tussen jullie gebeurt. Je vindt uitleg, inzichten en voorbeelden die helpen om ouder-

schap beter te begrijpen. En ook erkenning voor de complexiteit van het werken met ouders, juist omdat er zo snel spanning kan ontstaan in de relatie zodra het over een kind gaat.

Ik heb geprobeerd complexe theorie toegankelijk te beschrijven en uitleg af te wisselen met voorbeelden uit de praktijk. Je zult stukken tegenkomen die informatief zijn, maar ook reflectief of herkenbaar. Er zit ruimte in dit boek: om het op jouw manier te lezen, in jouw tempo, vanuit jouw positie als professional of als ouder. De hoofdstukken zijn zo geschreven dat je ze ook los van elkaar kunt lezen – al raad ik je natuurlijk aan om het boek van kaft tot kaft tot je te nemen.

Mijn hoop is dat dit boek je aan het denken zet, tot mildheid uitnodigt, en je helpt om steviger én met meer compassie van mens tot mens aanwezig te zijn in gesprekken met ouders, en met jezelf. Dat het je helpt te herkennen wat er onder de oppervlakte speelt bij de ouder en in de relatie tussen jullie, en hoe je stevig met beide benen op de grond kunt blijven staan, zonder jezelf te verliezen in heftige emoties. Ouderschap gaat immers vaak over het verdragen van het niet-weten, onzekerheid en complexiteit. Dit geldt ook voor jouw werk als professional: vaak maken juist het niet-weten, het samen zoeken en het delen van die onzekerheid de ontmoeting krachtig.

Je hoeft het niet met alles eens te zijn. Je mag twijfelen, vragen stellen, je eigen ervaringen ernaast leggen. Dit boek wil geen oordeel geven, maar openen, zodat jij de ruimte vindt om je eigen manier te ontwikkelen van in contact zijn met ouders, én met jezelf.

Ik pretendeer ook niet volledig te zijn met dit boek. Er is zoveel waardevols geschreven over ouderschap en professionele relaties. Wat je hier leest, is mijn selectie: een samenvatting van theorieën en inzichten die mij persoonlijk hebben geraakt, geholpen en gevormd. Niet omdat die de enige waarheid zijn, maar omdat ik geloof dat mijn selectie een betekenisvol vertrekpunt kan zijn om verder te kijken, te voelen en te begrijpen. Ik hoop dat het een aanzet vormt voor je eigen onderzoek en verkenning, en dat je nieuwe inzichten zult ontdekken die jou verder helpen in je werk en je professionele en persoonlijke ontwikkeling.

Hoe is dit boek opgebouwd?

Het boek bestaat uit vijf hoofdstukken, die elk een ander aspect belichten van het begrijpen van ouderschap, het werken met ouders, en het vinden van je eigen autonomie en positie als professional.

De hoofdstukken zijn opgebouwd uit theoretische toelichting, praktijkvoorbeelden, reflectievragen en soms ook oefeningen. Je kunt het boek op je eigen manier lezen: van begin tot eind, of door in te zoomen op een hoofdstuk dat op dat moment bij je past.

Hoofdstuk 1 vormt het fundament. Hierin verken ik wat ouderbegeleiding eigenlijk is – en wat het onderscheidt van opvoedondersteuning, waarmee het in de praktijk vaak wordt verward. Ook lees je over de betekenis van professionele nabijheid in het contact met ouders: hoe dichtbij kun of mag je komen? En wat vraagt dat van jou als mens en als professional?

Hoofdstuk 2 gaat dieper in op de vraag *waarom* het werken met ouders vaak als zo complex wordt ervaren. Je leest over communicatie die zich onder de oppervlakte afspeelt, over overdracht en tegenoverdracht, hechtingspatronen en loyaliteit. Dit zijn thema's die vaak onzichtbaar meespelen in oudercontact, maar des te krachtiger doorwerken in de relatie.

In hoofdstuk 3 staat ouderschap zelf centraal: als proces van groei, verandering en betekenisgeving. Wat gebeurt er met iemand als hij of zij een ouder wordt? Welke identiteitsvragen en emoties kunnen hierbij ontstaan? Je leest over de transitie naar het ouderschap, verlies, kwetsbaarheid en de binnenwereld van ouders in al zijn diversiteit en complexiteit.

In hoofdstuk 4 introduceer ik de ouderbegeleidende positie: het hulpmiddel dat Alice van der Pas ontwikkelde om de verbinding met ouders steeds opnieuw te kunnen herstellen wanneer die onder druk komt te staan. Deze positie wordt verbeeld als een kruk met drie poten, waarbij elke poot staat voor een basisaanname over ouderschap. Het zitvlak van de kruk staat symbool voor de noodzakelijke reflectie die jou als professional helpt om steeds opnieuw die professionele positie in te nemen.

Hoofdstuk 5 biedt je concrete handvatten voor gesprekken met ouders. Je leest over elementen uit de motiverende gespreksvoering, oplossingsgericht coachen en manieren om te reflecteren op je eigen handelen. Het hoofdstuk geeft géén volledige methode of training, maar reikt enkele bouwstenen aan die je kunnen helpen om het gesprek gelijkwaardiger, opener en zorgvuldiger te voeren – ook wanneer het lastig wordt.

Ik nodig je uit om het boek op je eigen manier te gebruiken en het te laten werken voor jouw praktijk, jouw vragen en jouw ontmoeting met ouders.

Werken met ouders

Wanneer je werkt met kinderen, krijg je te maken met hun ouders. Of je nu leerkracht, opvoedondersteuner, verloskundige, pleegouder, jeugdarts, logopedist of jongerenwerker bent. Maar ook als wijkagent, vioollerares en kickbokstrainer ontmoet je de ouders van de kinderen. In welke mate en/of hoedanigheid dan ook: elke professionele betrokkenheid bij een kind leidt direct tot een (al dan niet intensieve) verstandhouding met hun ouders.

Als professional ben je een specialist in je vakgebied en doorgaans is jouw kennis afgestemd op de ontwikkeling van kinderen. Je weet precies wat zij nodig hebben om goed groot te worden. Dit kan verschillende vormen aannemen: als opvoedadviseur of jeugdpsycholoog heb je inzicht in de ontwikkelingspsychologie; als jeugdverpleegkundige richt je je op hun gezondheid en (sociale) veiligheid; en als leerkracht beschik je over de didactische vaardigheden om leerstof in behapbare stukjes aan te bieden, zodat een kind leert lezen, schrijven of een bal in het doel schoppen.

Ooit heb je vanuit passie een vak gekozen en stond je in de startblokken om een bijdrage te leveren aan het goed groot brengen van kinderen. Met jouw specialistische kennis over kinderen als basis wordt als vanzelfsprekend verwacht dat je hierover ook effectief met ouders kunt communiceren. Dit kan gaan om het afleggen van verantwoording over de vorderingen en het ontwikkelingsproces van het kind, maar ook om het bespreken van zorgen om erger te voorkomen. Misschien is het voeren van gesprekken met ouders bij vragen en zorgen zelfs wel de essentie van jouw werk.

Het is opmerkelijk dat veel professionals die werken met jeugd, gezinnen en het opvoeden en onderwijzen van kinderen, vaak gesprekken met ouders moeten voeren zonder gedegen en genuanceerde kennis over ouderschap of adequate training in oudercommunicatie. Hoewel opleidingen doorgaans enige aandacht besteden aan gesprekstechnieken, zoals het brengen van

slecht nieuws, kent elke professional de ervaring dat er in een *split second* spanning kan ontstaan in de relatie met ouders. Vaak heb je dan geen idee wat er eigenlijk aan de hand is. Waarom reageert die ouder plotseling zo geïrriteerd of waarom klappt hij volledig dicht, waardoor elk contact onmogelijk wordt?

‘Pff... die ouders... Doe mij maar een klas vol kinderen met lastig gedrag of een stoornis, maar laat die ouders alsjeblieft thuis! Ze zijn veeleisend, dwingend en geven mij enorm veel stress. Ik loop leeg op die gesprekken!’

Zonder gedegen kennis van de psychologie van ouderschap en handvatten om in verbinding met ouders te blijven, sta je als professional met lege handen, stelt Alice van der Pas in de ouderschapstheorie die zij beschreef in haar tiendelige serie *Handboeken Methodische Ouderbegeleiding* (1993-2017).

Werken met ouders is complex omdat er veel belangen spelen en het sterke emoties kan oproepen, zowel bij de ouder als bij de professional. Er is immers altijd een kind in het spel! Ouders kunnen soms om ogenschijnlijk kleine zaken buitenproportioneel reageren. Een boodschap die jij luchtig bedoelt, kan compleet verkeerd vallen. Sommige ouders lijken elk redelijk gesprek te vermijden. En wat doet dat vervolgens met jou? In hoeverre voel jij je dan nog gezien en serieus genomen in jouw professionele intenties? Voor je het weet sta je, ondanks al je inspanningen, tegenover een ouder of zelfs boven hen, in plaats van naast hen. Zo raak je verstrikt in dader-slacht-offerdynamieken waar je niet eenvoudig uitkomt. En daar sta je dan met jouw deskundige blik, gesprekstechnieken en goede bedoelingen...

Kennis van de psychologie van ouderschap, de dynamieken in communicatie en de randvoorwaarden voor het verbinding maken met de ouder én met jezelf is dan ook geen overbodige luxe, maar een eerste voorwaarde om respectvol en ethisch te kunnen werken. Zonder verbinding bereik je niets en zal geen enkele ouder, waar jij bij bent, in kwetsbaarheid willen onderzoeken waar hij of zij tekortschiet in het opvoeden. Terwijl durven kijken naar je blinde vlekken en mogelijk zelfs naar je falende opvoedgedrag nu juist de sleutel is voor verandering en verbetering.

Het is, in het belang van de kinderen, essentieel om te begrijpen wat ouderschap inhoudt en waarom ouderschap zo kwetsbaar maakt. Het is nodig om te beseffen dat het werken met ouders ook veel emoties bij jou kan oproepen en te begrijpen hoe dat komt. Dat het inspanning vergt om de verbinding niet te verliezen. Het is professioneel om jezelf als instrument te leren kennen, zodat je jezelf steeds opnieuw kunt openstellen wanneer je emotioneel afsluit. Dit stelt je in staat om te werken vanuit een respectvolle benadering; in verbinding met de ouder én met jezelf. Bovendien houdt dit je gezond en vitaal en blijft je werk je passie in plaats van een uitputtingsslag.

Wat is ouderbegeleiding?

Vaak wordt gedacht dat 'ouderbegeleiding' en 'opvoedondersteuning' hetzelfde zijn. Het zijn echter twee heel verschillende werkwijzen. Door gaans blijkt dat wat als ouderbegeleiding wordt aangeboden, in de praktijk eigenlijk opvoedondersteuning is. Het is dus belangrijk om te weten wat precies het verschil is.

Opvoedondersteuning

Opvoedondersteuning bestaat uit al die activiteiten die tot doel hebben de opvoedingssituatie van kinderen te verbeteren door ouders te voorzien van kindgericht advies. Het heeft tot doel de opvoeders te helpen opvoeden (Hermans, 1992). Hierbij staan het belang en de beleving van het kind centraal. Opvoedondersteuning kan worden geboden omdat:

- a Een ouder zelf vastloopt met een kind op 'de ouderlijke werkvloer' (Van der Pas, 2013) en behoefte heeft aan advies, hulp of handvatten om de eigen opvoedcompetenties te verbeteren, met als doel rust in huis te brengen.
- b Professionals zich zorgen maken over de veiligheid of gezondheid van een kind en menen dat een ouder niet voldoende opvoedkennis en -vaardigheden heeft om een gezond opvoedklimaat te kunnen bieden. Vaak is er dan sprake van drang- of dwangmaatregelen, opgelegd door behandelaars of de rechter. Ouders zijn het hiermee niet altijd eens.