




Power colleges

Ouders met ingrijpende jeugdervaringen
27 februari 2024
Edith Geurts



Welkom!

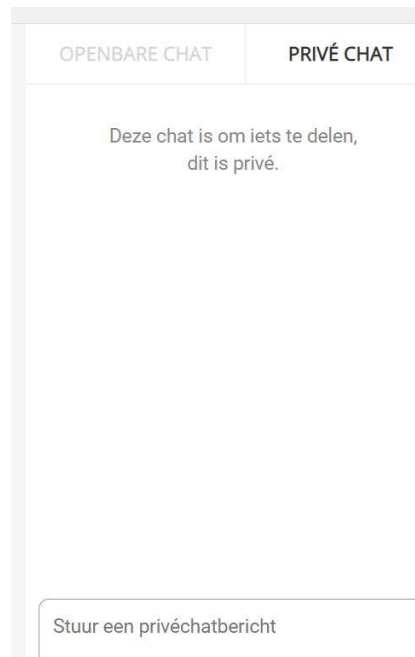
Problemen met het beeld en/of geluid?

1. Controleer je internetverbinding
2. Ververs de pagina (links bovenin naast de URL) 
3. Gebruik Chrome als webbrowser

Hulp nodig? Gebruik de **PRIVE CHAT** om met de moderator te chatten.

Vragen aan de gastspreker?

Via de **OPENBARE CHAT** kun je vragen stellen over het webinar. Iedereen kan deze vragen zien. In de laatste 5 minuten van dit Power College geeft Christa Nieuwboer antwoord op meest gestelde vragen. Antwoorden op overige vragen worden binnen 24 uur gepubliceerd op www.ncj.nl/power-colleges.



Nederlands
Centrum
Jeugdgezondheid



AUGEO FOUNDATION

Ouderschap en opvoederschap



Ouderschap

Iets dat je **bent**; de rest van je leven verantwoordelijk voor je kind.



Opvoederschap

Iets dat je **doet**. Een taak die je kunt delen met andere opvoeders.



Ouderschap maakt krachtig & kwetsbaar

Iedere ouder wil het beste voor zijn/haar kind

het kan voor alle ouders lastig zijn



Het beste **willen**, wil niet zeggen dat het beste **doen** ook altijd lukt.

Ouders in Nederland:

- 91% vindt ouderschap zwaar
- Meer dan de helft voelt zich onzeker
- 67% durft geen hulp te vragen

Ouders met ingrijpende jeugdervaringen



60-70%
dus niet!

Meer informatie:

<https://www.ugeo.nl/nl-nl/themas/trauma-en-stress/>

<https://www.ncj.nl/onderwerpen/stress/early-life-stress/>

De relatie tussen het brein van ouders en hun kinderen

VOLWASSENEN

BREINBIJSLUITER



OVER STRESS, TEGENSLAG EN VEERKRACHT

Oudertaken voor gezond en veilig opvoeden

Veilig opgroeien

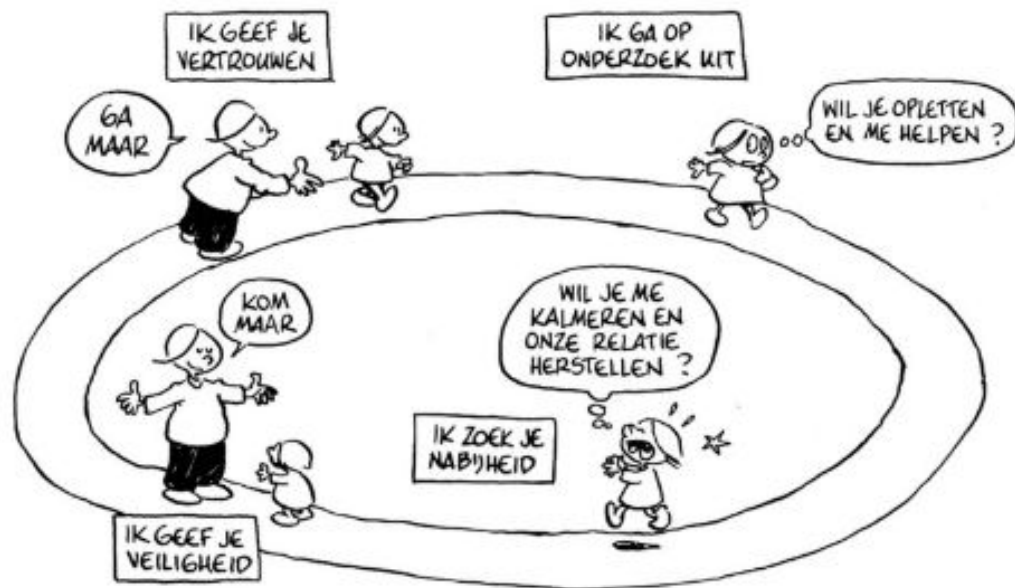


De 5 basisbehoeften van elk kind

1. Veilige hechting
2. Autonomie
3. Realistische grenzen
4. Vrijheid van expressie
5. Spontaniteit en spel

<https://www.augeomagazine.nl/on-veiligheid/interview-marilene-de-zeeuw>

① CIRKEL VAN VEILIGHEID EN VERTROUWEN



© Powell, B. e.a. (2013). *The Circle of Security Intervention*. New York: Guilford Publications.
In het Nederlands vertaald en bewerkt door M. de Zeeuw & C. Brok (2013).

De onzichtbare koffer van ouders

Overtuigingen en verwachtingen over:

- Jezelf
- Anderen
- De wereld

Positief én negatief



7 buffers tegen intergenerationale overdracht

- 

Factor 1 een stabiele, betrouwbare partner kiezen ↓
- 

Factor 2 de eigen traumatische jeugdervaringen verwerken ↓
- 

Factor 3 een loyaal en steunend sociaal netwerk hebben ↓
- 

Factor 4 reële en gepaste verwachtingen koesteren ↓
- 

Factor 5 goede keuzes maken ↓
- 

Factor 6 kunnen omgaan met stress en tegenvallers ↓
- 

Factor 7 geluk hebben ↓

Ouderschap versterken



Geef ouders informatie over effect van eigen ACEs op opvoeding



Heb oog voor de kwetsbaarheid en complexiteit van ouderschap



Help stressfactoren voor ouders reduceren



Bied sociale en praktische steun aan ouders



Zorg voor passende hulp aan ouders met eigen ACEs



Help ouders opvoedvaardigheden ontwikkelen



Draag bij aan een maatschappij die solidair is met ouderschap

Take home

- Ouderschap maakt kwetsbaar – voor ouders met ingrijpende jeugdervaringen nog net iets meer
- Stress-sensitieve benadering van ouders van belang
- Help ouders manieren te zoeken om zich te ontspannen – ook in hun ouderschap
- Help ouders te durven leren!

Volgende powercollege:

- 25 maart 14 uur: over gevoelens van stress verminderen en emotieregulatie

Meer informatie

Kijk op www.ncj.nl/power-colleges voor:

- 'on demand' terugluisteren van alle NCJ power colleges
- antwoorden op veelgestelde vragen
- de presentaties en inspiratie

Contactpersonen



NCJ

Ellen-Joan Wessels

Adviseur

ejwessels@ncj.nl

06 - 13 27 67 62



Augeo Foundation

Edith Geurts

Inhoudsdeskundige

veilig opgroeien

edith@augeo.nl

06 – 12 53 69 27