



Factsheet

Ouderschap in corona-tijden

Factsheet: Ouderschap in corona-tijden

Reflectie van ouders op het ouderschap, het (steun)netwerk, de school en de JGZ.

Covid-19 verraste ons allemaal. Elke ouder moest zich verhouden tot de coronacrisis en de coronamaatregelen. Tijd voor reflectie! Daarom gingen we in gesprek met ouders met kinderen van verschillende leeftijden over hun ouderschap en (steun)netwerk, en over hun ervaringen met de school en de JGZ tijdens de coronacrisis. We delen de meest opvallende bevindingen en adviezen uit deze gesprekken. We nodigen JGZ-organisaties uit om hierover in gesprek te gaan met ons of met ouders die met je eigen organisatie te maken hebben.

Ouderschap, werk en maatregelen

Een aantal geïnterviewde ouders gaf aan dat het ouderschap altijd lastig is, of er nou sprake is van een crisis of niet. De crisis gaf wel de gelegenheid om het er gemakkelijker over te kunnen hebben.

- Een aantal ouders gaf aan dat zij juist doordat zij al deze taken moesten combineren, gedwongen werden om een stapje terug te nemen en te kijken hoe het met henzelf en hun kinderen gaat. Wat heeft ieder van ons precies nodig?
- De meeste ouders gaven daarnaast aan dat de ervaring van de eerste lockdown maakte dat ze minder gericht waren op perfectie tijdens de tweede lockdown. Het berusten in de onvermijdelijkheid van de crisis helpt om het relaxter te ondergaan.
- Het thuiswerken zorgde bij sommige ouders voor een betere balans, waarbij ouders het prettig vonden hun kinderen thuis meer te kunnen zien.

“Ouder zijn is zo moeilijk en ingewikkeld en zo’n grote verantwoordelijkheid. je zou denken dat veel meer mensen daar meer over zouden praten. Iedereen praat over kinderen, maar nooit over moeilijke momenten.”

“Op tv kwamen herkenbare verhalen langs. Dan zag je zo’n vader die boos werd op zijn kind en dacht ik, hé dat hadden wij ook, terwijl zo’n kind er eigenlijk niet zoveel aan kan doen.”

Met name de ouders van hele jonge kinderen merkten dat de maatregelen hielpen om maatschappelijke druk te beteugelen.

- Kraamperiodes waren een stuk rustiger. Ouders waren meer thuis en er was minder “verplichte” kraamvisite. Hierdoor ervoeren ouders meer ruimte om hun kind te leren kennen en een gezin te vormen.
- Anderzijds misten ouders de gebruikelijke contacten met vrienden en familie en de op de kraamperiode gerichte activiteiten.
- Sommige ouders merkten dat minder prikkels bijdragend zijn aan de ontwikkeling als gezin, maar maakten zich zorgen over de maatschappelijke prikkels waar ze geen invloed op hebben en waar hun kind mee moet gaan dealen.

“Die eerste periode is heel erg intens en je wordt geleefd. De rust in die kraamperiode was voor ons heel erg welkom”

Er was bij de geïnterviewde ouders grote berusting over de maatregelen. Daar waar maatregelen de eigen grenzen raakten waren ouders in staat om de maatregelen in hun voordeel te interpreteren.

- Ouders die een baby kregen in deze periode kozen voor een “bubbel” met eigen sociale contacten, of dit nu wel of niet binnen de maatregelen paste.

- De eigen interpretaties en afwegingen bij de maatregelen zorgden ook voor irritatie en discussie onderling. Het zorgde voor problemen in het verantwoorden van regels naar de kinderen.

“Het is, zoals het is.”

(Steun)netwerk en school

De meeste ouders gaven aan contact te hebben gehouden met hun eigen netwerk van directe familieleden en vrienden en hier voldoende steun uit te halen.

- Online contact onderhouden bleek soms verrassend effectief en zorgde soms zelfs voor een hechtere relatie.
- Door het thuiswerk kwamen de relaties met directe omwonenden (buren) meer onder spanning te staan en werd de onderlinge verdraagzaamheid meer op de proef gesteld.
- Ouders maakten eigen keuzes in het bepalen van de sociale contacten tijdens de lockdowns. De regels vanuit de overheid waren daarbij vooral een richtlijn waar van afgeweken kan worden.

De lockdowns zorgden ervoor dat vooral de ouders van de schoolgaande kinderen het ouderschap als extra zwaar ervoeren vanwege de extra taak die ze erbij kregen: het onderwijzen van hun kinderen thuis naast hun eigen werkzaamheden.

Scholen vroegen veel begrip van ouders en ouders misten hierin wederkerigheid. Vooral in de eerste lockdown ervoeren ze de ondersteuning en de informatie vanuit scholen als rommelig. De GGD of JGZ werd hier nauwelijks bij betrokken. Tegelijkertijd zagen een aantal ouders ook voordelen in online onderwijs en contact met school.

- Een aantal ouders gaf aan dat hun kinderen zowel in de eerste als tweede lockdown niet naar school mochten, terwijl andere ouders de kinderen wel naar school mochten brengen. De ervaren willekeur hierin voelde oneerlijk.
- Als ouders door specifieke omstandigheden eigen keuzes maakten (zelfverkozen quarantaine bijvoorbeeld) dan troffen ze nogal eens gedoe met formele partijen (school, leerplicht).
- Thuisonderwijs bood ook voordelen. Sommige ouders gaven aan dat ze beter zicht kregen op de mogelijkheden van hun kinderen, ze beter konden aansluiten en ervoeren meer rust in het schoolwerk.
- Het online contact met school maakte het gemakkelijker voor beide ouders om in schoolgesprekken aan te sluiten (minder invloed op eigen tijd).
- Ouders van schoolgaande kinderen merkten niet de rol van de JGZ in de steun vanuit school. De JGZ werd niet actief betrokken door school of ouders en oplossingen werden op eigen manieren gevonden.

“Een puinhoop durf ik het wel te noemen, het was in ieder geval onduidelijk. De ouderapp ontplofte ook.”

JGZ

Ouders met jonge kinderen merkten betrokkenheid van de JGZ. Consulten vonden plaats en ouders hadden niet de indruk dat ze contacten gemist hebben.

- Ouders werden betrokken bij de keuzes in de aard van het contact (beeldbellen, telefonisch, fysiek). De uitbreiding van contactmogelijkheden bood voordelen voor ouders: online in gesprek kunnen gaan geeft minder regeldruk.
- Gevoel van regie over de contacten met de JGZ was een belangrijke indicator voor de mate van tevredenheid met de dienstverlening.

- Ouders ervaren consulten met de JGZ erg kindgericht en er werd door de ouders weinig aandacht voor ouderschap ervaren terwijl ouders daar wel behoefte aan hadden.
- Ouders misten specifieke corona-informatie tijdens de consulten. Allemaal hadden ze te maken met de maatregelen, maar allemaal zochten ze zelf hun oplossingen.
- De regels bij afspraken (één ouder, anderhalve meter) riepen irritatie op. Ouders wilden het liefst samen naar afspraken kunnen komen.
- Er was weinig aandacht voor gezinsfactoren die van invloed zijn op de kinderen. Aandacht voor stress, door corona of door heftige gebeurtenissen, kwam nauwelijks aan de orde.

"Zicht op de ouders hebben en hoe zij zich voelen is wel ook belangrijk, want zij zorgen uiteindelijk voor hun kindje"

"Je bent toch met zijn tweeën ouders? Mijn partner ziet andere dingen dan ik."

"Met alles dat we als gezin voor de kiezen kregen deze periode had ik het wel normaal gevonden als de JGZ hier in consulten naar zou vragen. Het heeft tóch invloed?"

"Hoe gaat het?" is een heel andere vraag dan 'Hoe gaat het met je' en dat is weer een heel andere vraag dan 'Hoe is het voor jou om ouder te zijn?'"

Aduies aan andere ouders:

- Niet te-perfect-willen-zijn helpt in het houden van balans.
- Rust en minder contacten heeft ook zo zijn voordelen. Het is prettig veel tijd met je kind door te kunnen brengen. Blijf momenten van samenzijn koesteren en organiseren.
- Wees actief in de dingen die je zelf belangrijk vindt. Als je echt samen naar een afspraak wilt is dat meestal wel te regelen. Vraag er naar.
- Maak gebruik van en vraag hulp als je dit als ouder nodig hebt.

"Het helpt echt als je erkent dat je dingen moeilijk vindt en het daar met iemand over hebt. Ik heb dat zelf ook gemerkt."

Aduies aan scholen:

- Behoud wat tijdens de corona-periode goed werkte. (Deels) online onderwijs kan een prima toevoeging zijn en helpt om het onderwijs nog passender te maken.
- Zorg voor contact(momenten) met (beide) ouders/kinderen. De online mogelijkheden bieden daarvoor meer flexibiliteit.
- Zorg voor wederkerigheid: merk ook de inspanning van ouders op en besteed daar aandacht aan.
- Weet de JGZ te vinden bij vragen over de gezondheid, de ontwikkeling of de aanwezigheid van kinderen.

"We hebben veel bewondering getoond voor de inspanningen van leerkrachten op scholen. Thuis was het nauwelijks te doen om alle ballen in de lucht te houden met werk, school en mantelzorg. Iets meer aandacht voor mijn inspanning had best gemogen".

Aduies aan JGZ:

- Pak je rol in een situatie zoals de coronacrisis en ondersteun scholen proactief. Zorg ervoor dat ze de JGZ kennen en weten wat je te bieden hebt.
- Blijf investeren in de relatie met ouders, ook als de kinderen naar school gaan.

- Sluit aan bij wat ouders in het hier en nu bezighoudt en nodig hebben. Vraag vooral ook naar hen als ouder.
- Heb aandacht voor het brede gezinsgebeuren en bespreek de onderlinge verbanden daarin.

“Het is raar dat, terwijl er zoveel gebeurde in ons gezin en de JGZ dat echt wel wist, ze daar eigenlijk nooit op doorvroegen”