



hogeschool
Leiden

Aandacht voor ouderschap

Het versterken van de eigen kracht van ouders:
wat, waarom, welke, hoe?

Susan Ketner, ketner.s@hsleiden.nl
Expertisecentrum Jeugd, Lectoraat Ouderschap en Ouderbegeleiding

Parenting is as
crazy as
circumnavigating
the globe without
a map . . . but, oh,
what a journey!

by emily @ netherREALlifestyle.com

Wie ben ik?

DOCHTER

BAASJE VAN LUNA

ZZP-ER

VRIENDIN

PARTNER VAN FERDI


ONDERZOEKER LECTORAAT
OUDERSCHAP EN
OUDERBEGELEIDING

MOEDER VAN ANNA

LID
PARTICIPATIERAAD
LEIDSCHEMENDAM-
VOORBURG

DOCENT
HOGESCHOOL
LEIDEN

GODSDIENST-
WETENSCHAPPER



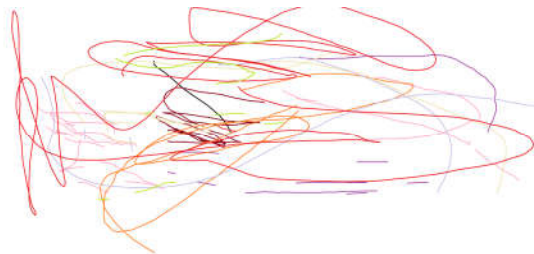
Lectoraat Ouderschap en Ouderbegeleiding



3

Speerpunten lectoraat

- Ouderlijk welzijn: www.leukervoorlater.nl
- Levensvaardigheden: trainingen en vragenlijst
- Ouderbetrokkenheid: maatwerk op scholen
- Partnerrelatie: OuderTeam.nu



4

Aandacht voor ouderschap

- WAT is ouderschap?
- WAAROM investeren in ouders?
- WELKE factoren spelen een rol?
- HOE investeren in ouders?



Hoe beleven ouders ouderschap?

Ouderschapsbeleving	Mee eens Moeders	Mee eens Vaders
Tevreden over opvoeding		
Goed in staat om voor kinderen te zorgen		
Ouderschap is moeilijker dan ik dacht		

Hoe beleven ouders ouderschap? (Gezinsrapport, 2011)

Ouderschapsbeleving	Mee eens Moeders	Mee eens Vaders
Tevreden over opvoeding	96%	97%
Goed in staat om voor kinderen te zorgen	97%	98%
Ouderschap is moeilijker dan ik dacht	58%	50%

Wat is ouderschap?



Waarom investeren in ouders?

Welzijn ouder (>> opvoedgedrag)>> welzijn en ontwikkeling van kinderen (o.a. Sameroff, 2011)

Kortom:

POSITIEF OUDERSCHAP GAAT VOORAF AAN POSITIEF OPVOEDEN

Let op:

- Welzijn gerelateerd aan ouderschap ('ik vind mijzelf een goede ouder')
- Individueel welzijn ('het gaat goed met mij als persoon')



Hoe te investeren in welzijn van ouders?

Risicofactoren: vermijden, verminderen

Beschermende factoren: investeren, versterken





Beschermende factoren

- Individuele factoren
 - Kennis
 - Levensvaardigheden
 - Voorbereid voelen
- Thuisclimaat
 - Partnerrelatie
 - Taakverdeling
- Netwerkklimaat



Beschermende factor: Kennis

- Kennis van "normale" ontwikkeling kind (bijv. Opvoedcanon)
- Zorg voort:
 - Anticiperen
 - Zekerheid, zelfvertrouwen
- Effect:
 - Positieve invloed op ouder-kind interactie
 - Positieve invloed op stimuleren kind
 - Zelfbeheersing van ouder én kind



Individuele factoren:
kennis



Beschermende factor: Levensvaardigheden

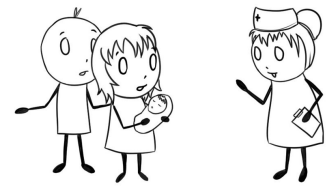
- *Zelfbewustzijn*: Bouwen aan eigenwaarde en zelfvertrouwen, zelfcontrole, zelfevaluatie, opstellen van doelen;
- *Zelfmanagement*: Omgaan met boosheid en stress, verdelen van de tijd, copingsvaardigheden, beheersen van impulsen, ontspannen;
- *Maatschappelijk bewustzijn*: Empathie, actief luisteren, herkennen en erkennen van individuele verschillen en verschillen tussen groepen;
- *Relatievaardigheden*: Relatie met de kinderen en partner, onderhandelen, omgaan met conflicten, weerstand bieden aan groepsdruk, netwerken, motivatie;
- *Verantwoordelijke besluitvorming*: Verzamelen van informatie, kritisch denken en evalueren van consequenties en acties.



Beschermende factor: Voorbereid voelen

- 1/3 van de ouders voelt zich voorbereid, 1/3 helemaal niet!
- Voorbereiding belangrijk, want:
 - Anticiperen mogelijk
 - Vergroot vertrouwen en ouderlijke effectiviteit (Bandura)
 - Copingsstrategieën aanpassen
- Effect: komt kind(eren) ten goede
- Mannen en grootouders minder voorbereid

1. "Wait, you're just sending us home with this baby? Alone?!"



Voorbereid zijn als ouders: OuderTeam.nu

TWEE OUDERS
ÉÉN TEAM

Voor informatie over het programma voor (aanstaande) ouders zie:
www.hsleiden.nl/ouderteam



Contactgegevens: ouderteam@hsleiden.nl



Beschermende factor: Thuisklimaat

- Partnerrelatie: toename conflicten bij geboorte kind
 - Risicofactoren:
 - Problemen voordat er kinderen zijn
 - Niet (kunnen) communiceren
 - Geen realistische verwachtingen / beelden over ouderschap
 - Weinig tijd / aandacht voor elkaar
- (Tevredenheid over) taakverdeling



hogeschool
Leiden

Beschermende factor: Netwerkklimaat

- Ouders hebben behoefte aan steun vanuit directe omgeving, steun vanuit directe omgeving is effectief
 - Knelpunten
 - Geen netwerk hebben
 - Netwerk wordt kleiner als er kinderen komen
 - Wel een netwerk, maar niet (durven) gebruiken
 - Zelf- en samenredzaamheid vraagt best veel van ouders
- Professionals als sparring-partner



hogeschool
Leiden

Hoe: Oudergerichte kijk

- Ouders:
 - Geven les op de moeilijkste school van de wereld, krijgen geen handboek mee en leren met vallen en opstaan
 - Zijn kwetsbaar
 - Leggen de lat vaak erg hoog
 - Willen gehoord worden en serieus genomen worden
- Professionals:
 - Zijn zich bewust van eigen beelden en aannames over ouderschap
 - Gaan naast de ouder staan in plaats van tegenover de ouder
 - Praten ouders geen schuldgevoel aan
 - Schrijven ouders niet de les voor

Hoe: Van zeggen hoe naar zorgen dat

- Zie ouders als méér dan opvoeders
- Heb oog voor het welzijn van ouders
- Begin op tijd met investeren (ouderschaps gym?)
- Versterk beschermende factoren
 - Netwerkklimaat
 - Thuis klimaat (o.a. partnerrelatie)
 - Individuele factoren (o.a. levensvaardigheden van ouders)
- ...
- ...

Went to doctor for fatigue, forgetfulness and inability to concentrate, and I was diagnosed with Motherhood.

Parenting without a sense of humor is like being an accountant who sucks at math.

“There’s no way to be a perfect mother, but a million ways to be a good one”.
- Jill Churchill

There is no such thing as a perfect parent
So just be a real one.

hogeschool Leiden

Verder lezen:

- Gravesteijn, C. (2015). *Ouderschap in ontwikkeling. De kracht van alledaags ouderschap*. Amsterdam: Uitgeverij SWP.
- Gravesteijn, C. & Aartsma, M. (Red) (2015). *Meer dan opvoeden. Perspectieven op het werken met ouders*. Bussum: Coutinho.
- Pas, A. van der (2017). Aanmelding, onderzoek en de adviesfase. *Handboek methodische ouderbegeleiding (deel 4 – 5)*. Amsterdam: Uitgeverij SWP.
- Remmerswaal, P., de Gouw, A. (2017). *Snap jij die ouders? Basisboek professioneel werken met ouders*. Amsterdam: SWP.