

Opvoedingsondersteuning bij ouders van adolescenten

Handvatten van een CLB-medewerker

Chris Vervaeet



*Opvoedingsondersteuning: bespreken wat het voor ouders betekent als hun pubers zich losmaken.
(Foto Phillip Pilz)*

Chris Vervaeet is orthopedagoge en werkt in het VCLB Gent. Daar was ze lang verbonden aan enkele BuSO-scholen type 3. De laatste jaren werkt ze als leerlingenbegeleider met leerlingen uit SYNTRA en een school voor beroepsonderwijs. In haar CLB-werk specialiseerde Chris zich in de begeleiding van psychosociale problemen bij pubers.

Voor een kwaliteitsvolle leerlingenbegeleiding is een goede samenwerking met ouders onontbeerlijk. Iedere CLB-medewerker is het daarover eens. Opvoedingsondersteuning kan een onderdeel van die samenwerking zijn. Vanuit mijn ervaringen in het CLB met het ondersteunen van ouders in de opvoeding van hun kinderen, biedt dit artikel een overzicht van waardevolle methodieken en aandachtspunten. De focus ligt daarbij op opvoedingsondersteuning bij ouders van pubers.

I. Wat is opvoeden?

Opvoeden vindt plaats in een relatie tussen het kind of de jongere, de ouders en de omgeving. De jongere is aanwezig met zijn mogelijkheden, beperktheden en verlangens. De ouders staan voor een

aantal waarden, beschikken over kennis en vaardigheden, hebben een eigen opvoedingsgeschiedenis en koesteren eigen verwachtingen. De omgeving is het gezin, de familie, de buurt, de school, het vrijetijdsmilieu en ook alle maatschappelijke ontwikkelingen. Die omgeving beïnvloedt de normen en waarden en kan meer of minder steun bieden aan de ouders. Maatschappelijke evoluties zoals de noodzaak van een tweeverdienershuishouding en het wegvallen van het sociaal netwerk waarop ouders een beroep kunnen doen, spelen ook een rol in het opvoedingsproces. Al deze kenmerken van ouder, kind en omgeving beïnvloeden mekaar voortdurend (www.opvoedingstelefoon.be; Dewitte, 2012).

In het opvoedingsproces worden normen en waarden doorgegeven, van generatie

Opvoedingsondersteuning bij het gezin van Amra

Amra is een zeventienjarig meisje. Ze heeft een oudere zus en een jongere broer. De oom meldt Amra bij mij in het CLB aan. Zijn vraag is of het CLB kan nagaan of Amra, net als haar vader, lijdt aan schizofrenie. Hij maakt zich zorgen omdat Amra 's avonds laat thuis komt, vaak spijbelt en niet meer praat met haar familie. Verkenning van de situatie leert dat Amra's vader inderdaad ernstige psychiatrische problemen heeft. Die problemen begonnen toen hij vanuit Marokko naar België kwam, op zoek naar een beter leven. Vader ervaart veel steun van zijn moeder en zijn broer. De moeder van Amra heeft eveneens een Marokkaanse achtergrond. De oudste zus van Amra blijkt erg loyaal te zijn aan haar moeder in haar manier van kleden en in haar vrijetijdsbesteding. Amra, als tweede dochter, wil meer vrijheid om zich te kleden zoals haar klasgenoten en om uit te gaan. Amra's jongere broer lijkt thuis de vaderrol over te nemen. Hij berispt zijn zus. Hij slaat haar soms als ze te laat thuiskomt of als ze moeder te weinig helpt in het huishouden.

In deze situatie wendde ik de werkwijze van het 'Positief heroriënteren' aan. Ik nodigde alle betrokkenen (Amra, moeder, oom, zus, broer) uit voor een individueel gesprek en daarna volgde een groepsgebesprek. Thema's die aan bod kwamen, waren: benoemen van feiten die aanleiding geven tot conflicten, plaats geven aan emoties die met de conflicten gepaard gaan, speuren naar uitingen van loyaliteit tussen Amra en haar ouders (die anders zijn voor de oudste zus), bespreken van de opvoedingssituatie van Amra's moeder in haar gezin van herkomst en hoe dit doorwerkt in haar huidige gezin, zoeken naar een evenwicht tussen begrenzen en loslaten, beroep doen op hulpbronnen. Vanuit de verbondenheid tussen de gezinsleden werd iedereen aangesproken op zijn verantwoordelijkheid. In de loop van het gesprek werd het voor de oom duidelijk dat de vraag over 'schizofrenie' voor Amra niet aan de orde was. Haar oom verwoordde dit door te zeggen dat hij Amra beter begreep. Haar moeilijk gedrag was niet te wijten aan een psychische ziekte, maar was een reactie op de specifieke thuissituatie.

We maakten afspraken over omgangsvormen tussen de gezinsleden, over opnieuw leuke dingen doen met de twee zussen, over plaats en uur van uitgaan voor Amra, over aanwezigheid op school en over de rol van Amra's broer. Ook haar vader nam een (beperkt) engagement op. Amra kon enkele uren per week terecht in het gezin van oom, waar ze graag verbleef. Toen ik na zes weken een opvolging deed bij alle betrokkenen, bleek dat de situatie voor iedereen duidelijk verbeterd was. Op school bleek dat Amra niet meer afwezig was. Ze kwam wel nog enkele keren te laat.

op generatie. Dit gebeurt al doende (bv. door respect en aandacht voor iets te tonen, door enthousiast of kwaad te zijn bij een gebeurtenis, door verhalen te vertellen). Waarden worden bijvoorbeeld doorgegeven als jongeren met hun ouders praten over een beroepskeuze, als men in het gezin reageert op nieuwsfeiten of op een peetsituatie, als kinderen merken dat hun ouders belangeloos zorgen voor een buur die ziek is.

In een goede opvoedingssituatie heeft de ouder (of andere opvoeder) voeling met de belevingswereld en noden van het kind. Tegelijk reageert hij ook vanuit zijn eigen ervaring, normen, waarden en betekenisverlening. Kinderen worden dan uitgenodigd zich te verrijken aan het contact met de ouder. Kinderen

participeren aan menselijke praktijken, zij doen mee, doen na of doen anders. Uit die confrontatie ontstaat dialoog.

Opvoeden is dus een dialogisch proces (Van de Velde, 2013). Opvoeden is existentieel bezig zijn: de opvoeder presenteert zichzelf en zijn visie op de wereld aan de jongere.

Onze kijk op opvoeden: kanttekeningen

• Enge definitie

Opvoeden is iets complex. Een opvoedingssituatie kan dus niet zomaar opgedeeld worden in segmenten en kan ook niet herleid worden tot technische kwesties (bv. hoe beloon ik

best?). Toch lijkt het er vandaag op dat we opvoeden enger omschrijven: opvoeding lijkt vooral te gaan over het stimuleren van de ontwikkeling van kinderen. Dit idee is terug te vinden in magazines, op websites en vormingsavonden voor ouders. Daarbij worden lijsten opgesteld met gedragingen en vaardigheden die passen bij een bepaald ontwikkelingsstadium. Die ontwikkelingspsychologische gegevens worden als objectief en algemeen geldend voorgesteld. Bovendien zet men vaak een psychiatrische bril op om naar gedrag te kijken: humeurig zijn wordt 'neigen naar depressie', druk wordt 'hyperactief'.

De vraag naar 'welke waarden vind ik belangrijk om door te geven' wordt vervangen door technische vragen als 'hoe stimuleer ik de ontwikkeling? hoe zorg ik voor een goed eetpatroon? hoe praat ik met mijn tiener?'. Door die evolutie lijkt opvoeding iets te zijn waarvoor men informatie nodig heeft. Opvoeden moet gebeuren vanuit 'kennis' (Ramaekers, 2009; Ramaekers & Suissa, 2010).

• Individueel

Naast het herleiden van opvoeden tot technische kwesties, zien we dat opvoeden ook herleid wordt tot een individueel project. In het huidige neoliberale denken verdwijnt de gemeenschapsethiek en staat de competitie voorop (Verhaeghe, 2012; van Oudenhove & Wazir, 2006; Lammertyn, 2010). De verliezers krijgen als boodschap dat ze zich te weinig inzetten en dus zelf schuldig zijn aan hun mislukking (Verhaeghe, 2012). Dit gebeurt ook in het opvoedingsproces.

Wanneer kinderen zich succesvol ontwikkelen, steken ouders de pluimen op hun hoed. Wanneer de opvoeding faalt, bijvoorbeeld in een kansarm gezin, wordt eveneens gekeken naar de individuele ouders als oorzaak van de problemen. Hier dringt zich een brede maatschappelijke analyse op. De zorg rond opvoeding moet gedeeld worden door een warme en ondersteunende samenleving. Opvoeden heeft immers ook een belangrijk impact op het functioneren van die samenleving (Haerden, 2012).

Uitgangspunt bij opvoedingsondersteuning is de verbondenheid tussen ouder en kind (Foto Scott Liddell)



2. Wat is opvoedingsondersteuning?

Opvoeden verloopt niet altijd makkelijk. Ouders zoeken soms steun bij familie of vrienden. Vaak helpt dat om weer greep te krijgen op de situatie. In andere gevallen is het onvoldoende of krijgen ouders kritiek uit hun omgeving.

Een vraag voor opvoedingsondersteuning komt er wanneer de draaglast de draagkracht overschrijdt. Aan de draaglast is meestal weinig te veranderen. Het verhogen van de draagkracht is een van de belangrijkste doelstellingen van opvoedingsondersteuning (www.opvoedingstelefoon.be). Indien ouders zich sterker en competentier voelen, worden ze betere opvoeders (cfr. de empowermentgedachte).

Opvoedingsondersteuning bestaat uit alle activiteiten die de opvoedingssituatie van kinderen helpen verbeteren (www.opvoedingstelefoon.be). Opvoedingsondersteuning is de laagdrempelige, gelaagde ondersteuning van opvoedingsverantwoordelijken in de opvoeding van kinderen (decreet opvoedingsondersteuning, 2007).

Essentieel bij opvoedingsondersteuning is dat de ouder en de begeleider gelijkwaardige partners zijn. De begeleider stelt zich niet op als 'expert', als iemand die 'meekijkt over de schouder van de ouder' of als iemand die 'dingen wil aanleren'. Ouders en begeleider moeten kunnen dialogeren en kritisch reflecteren op concrete menselijke ervaringen. Dit geldt in het bijzonder voor een (CLB-)begeleiding waarbij de ouders niet zelf de vraag stellen naar ondersteuning, maar waar zij aangesproken worden door de begeleider naar aanleiding van problemen.

Opvoedingsondersteuning en opvoedingshulp

De ernst van de vragen die ouders hebben over hun opvoedingssituatie kan verschillen. Kousemaker en Timmers-Huigens (1985) onderscheiden vier types van gezinssituaties:

- Gezinnen met een gewone opvoedingssituatie: het opvoedingsproces verloopt harmonieus. De ouder heeft soms behoefte aan informatie, ondersteuning of ervaringsuitwisseling.

- Gezinnen met een opvoedingsspanning: de ouders ervaren ongerustheid en onzekerheid over het eigen handelen. Hun eigen netwerk is beperkt.
- Gezinnen met een opvoedingscrisis: de mate van spanning neemt toe, de ouders voelen zich niet meer competent. Er is nog weinig ruimte voor het kindperspectief en het eigen netwerk is onvoldoende.
- Gezinnen met opvoedingsnood: er worden hardnekkige en complexe opvoedingsproblemen ervaren. De balans tussen risico- en protectieve factoren is ernstig verstoord.

Opvoedingsondersteuning richt zich tot gezinnen in een gewone opvoedings-situatie en in een opvoedingsspanning.

Gezinnen in een opvoedingscrisis bevinden zich in een schemerzone. Wanneer er sprake is van een opvoedingsnood is doorverwijzing naar intensievere en/of gespecialiseerde opvoedingshulp aangewezen. In de praktijk blijkt dat deze hulp vaak niet voorhanden is binnen een redelijke termijn, of voor sommige ouders onbetaalbaar is. Het CLB verdient zeker een plaats in de opvoedingsondersteuning (zie het artikel 'Help me opvoeden – Opvoedingsondersteuning in het CLB' in dit nummer).

3. Een kader voor opvoedingsondersteuning

Opvoedingsondersteuning gebeurt wanneer ouders en begeleider een metapositie innemen: men kijkt vanop afstand naar de opvoedingssituatie. Wanneer ouders praten over hun functioneren, denken ze al meteen na over de opvoedingssituatie. Men kan praten over waarnemingen, verwachtingen, over wat wel en niet goed gaat (Van der Pas, 2006).

Uitgangspunt voor deze gesprekken zijn de diepe liefde en existentiële verbondenheid (loyaliteit) die bestaat tussen ouder en jongere. Wanneer de begeleider daarop appel doet, leidt dit vaak tot deblokking van vastgelopen situaties. De verbinding tussen ouder en jongere verstevigen is een belangrijke doelstelling.

Hoe kan opvoedingsondersteuning verlopen? Hierna worden aandachtspunten en methodieken besproken voor de begeleider die aan opvoedingsondersteuning doet. Zij beogen allen om ouders sterker te maken in de opvoeding van hun jongere.

3.1 Ouders ondersteunen in hun kracht

Bij opvoedingsondersteuning is het belangrijk dat de begeleider zich richt op het bewust worden en op het aanwakkeren van de krachten van de ouders. De

ouder moet als een goede ouder bejegend en benoemd worden. Ouders ondersteunen kan door actief te luisteren. Dit uit zich door aandacht te hebben voor de vragen en emoties van de ouders. Erkenning geven voor hun draaglast is de sleutel tot ontvankelijkheid.

Het is helpend om niet enkel aandacht te hebben voor klachten, maar ook te focussen op momenten waarop het beter gaat en te kijken of ouders daar iets mee kunnen doen. Dit is 'oplossingsgericht luisteren'. Erkenning geven voor de competenties en inzet van de ouders, complimenten geven... is daarbij cruciaal. De begeleider probeert te achterhalen wat de vraagstelling van de ouder zelf is en werkt dan verder vanuit de doelstellingen van de ouder (De Jong & Berg, 2005). Genieten van wat zich aandient in de opvoedingssituatie wordt vaak onderbelicht.

Het begrip 'goed genoeg ouderschap' onderstreept dat ouders niet perfect zijn. Een begeleider kan bespreken dat het oké is wanneer goede, aangename ervaringen een overwicht hebben op slechte, onaangename ervaringen. Door dit aan te geven kan men onnodige schuldgevoelens bij de ouders vermijden (De Belie & Van Hove, 2005). Het komt ook voor dat ouders de situatie moeilijk aankunnen omdat ze gebrek aan vreugde hebben in hun leven. Op zoek gaan naar wat ouders vreugde biedt, is een belangrijk hulpmiddel (Van den Bergh, 2010).



Valkuilen:

- **Ongevraagd advies.** Begeleiders zoeken soms meteen naar een oplossing of geven meteen advies. Op die manier geeft de begeleider de boodschap dat hij weet hoe het moet (Van den Bergh, 2010). Ongevraagd advies geven en kritiek uiten beschadigt niet alleen het zelfwaardige gevoel van de ouders, maar het kwetst hen op een dieper niveau, namelijk in de existentiële verbondenheid met hun kind.
- **Goedkeuren.** Opvoedingsgedrag proberen begrijpen is niet hetzelfde als goedkeuren. Wanneer ouders zich pedagogisch onverantwoord opstellen, moet de begeleider dat bespreken. Hij kan hen bijvoorbeeld vragen of dit gedrag tot oplossingen leidde en hoe ze het in de toekomst kunnen voorkomen.
- **Negatief oordeel.** De ondersteuner kan het (onbewust) opnemen voor de kinderen, tegen de ouders. Ouders voelen het meteen als men negatief naar hen kijkt. Dit kan doorwerken in het contact met hun kind. Ook wanneer ouders erg negatief spreken over hun kind, realiseert de begeleider zich best dat het net deze moeders of vaders zijn die extra aandacht nodig hebben (Van den Bergh, 2010).

3.2 Typisch ouderlijke vaardigheden bespreken

Een gesprek over typisch ouderlijk gedrag zoals hulp en structuur bieden of belonen en straffen kan een aspect zijn van opvoedingsondersteuning. Bij de bespreking ervan kan de begeleider zich richten op het verhogen van inzicht bij de ouders, eerder dan op het formuleren van adviezen. Elementen van typisch ouderlijk gedrag die aan bod kunnen komen zijn:

- **Aanwezig zijn voor de jongere.** De mate waarin ouders aanwezig zijn voor hun kinderen kan verschillen. Ouders kunnen de boodschap geven dat ze er onvoorwaardelijk zijn voor hun kinderen, ook bij tegenslagen of wanneer het gedrag van hun kind niet voldoet aan hun verwachtingen. Dit biedt aan het kind veiligheid en geborgenheid en is een voorwaarde voor ontwikkeling.
- **Hulp bieden** (Dewitte, 2012). Het is goed om stil te staan bij de vraag welke hulp aangewezen en gepast is bij dié jongere in dié situatie (bv. welke hulp is nodig

wanneer mijn zoon gepest wordt?). Hulp bieden betekent ook de jongere blijven steunen als het fout gaat. Een ouder kan bijvoorbeeld vragen wat zijn kind nodig heeft om de draad weer op te nemen na een slecht examen.

- **Aandacht geven** (Van den Bergh, 2010). Voor ouders van pubers is het erg belangrijk dat zij weten hoe hun puber denkt en voelt. Dit kan door onbevooroordeeld te luisteren en interesse te tonen in de leefwereld van hun kind. Dit geeft aan ouders meer rust dan wanneer ze zich controlerend opstellen.
- **Begrenzen en verantwoordelijkheid geven** (Van den Bergh, 2010). Jongeren vragen grenzen. Het geeft een gevoel van veiligheid als ouders aangeven in welke buurt en tot hoe laat ze kunnen uitgaan. Welke grenzen best gesteld worden, moet individueel bekeken worden. Er kan onderhandeld worden met de jongere, bijvoorbeeld over huishoudelijke taken, kledij, orde, uitgaan.

Bijvoorbeeld: als ouders vragen hebben over het uur van thuiskomen van hun zoon, kunnen ze overwegen hoeveel verantwoordelijkheid hij kan nemen. Vragen die de begeleider kan stellen zijn: 'Heeft uw zoon goede vrienden? Hoe zien zijn vrienden hem? Kan hij verantwoordelijkheid nemen? Hoe doet hij dat? Zijn daar voorbeelden van? Hoe doet uw zoon het in andere middens (school, jeugdbeweging, sportclub)? Kan je onderhandelen met hem?'

Soms is het nodig dat ouders een toegeving doen, zodat de jongere aansluiting vindt bij zijn vriendenkring. Ouders moeten proberen grenzen te trekken, ook al is het niet zeker dat het lukt. Indien het niet lukt, is het soms beter om los te laten. We hopen dan dat het verantwoordelijkheidsgevoel van de jongere wakker wordt.

Ouders leven soms met het misverstand dat hun zoon of dochter ongelukkig is als hij of zij niet altijd tevreden is. Dit leidt ertoe dat ouders proberen elke frustratie voor de jongere te vermijden of dat ze altijd vriendschappelijk willen omgaan met hun kind. Te toegevend zijn komt ook voor in echtscheidingsituaties. De ouder is bang dat de jongere voor de andere ouder zal kiezen.

- **Eisen stellen** (Van den Bergh, 2010). Eisen stellen is erg belangrijk. Er wordt in opvoedingsituaties vaak te weinig geëist. Wanneer jongeren moeilijk hun weg vinden in het leven, tot de middag in bed liggen, zich niet presenteren op het sollicitatiegesprek... is dit mogelijk een aanwijzing dat ze 'te zacht' werden opgevoed. Ouders kunnen wel degelijk eisen dat hun kinderen af en toe meehelpen of dat hun rapport goed is. Ze hoeven het niet erg te vinden als hun zoon of dochter eens door de regen moet fietsen. Jongeren zullen ook in hun later leven met (hoge) eisen worden geconfronteerd.

- **Positief bekrachtigen en sanctioneren** (Peeters, 1995; Van den Bergh, 2010). Ouders kunnen aan hun zoon of dochter de boodschap geven dat ze bepaald gedrag weten te appreciëren (bv. huishoudelijke hulp bieden, zich inzetten voor iets, verwittigen als ze later thuis zullen zijn dan verwacht). Dit kan gebeuren door zowel materiële beloningen (geld, tv-uren, uitgangsuren) als niet-materiële beloningen (schouderklopje, knipoog). Om bepaald gedrag af te leren kunnen ouders sanctioneren. De jongere ondervindt dan de negatieve gevolgen van zijn gedrag (bv. als de was niet in de wasmand ligt, wordt die niet gewassen; als schoolgerief vergeten wordt, dan moet de ouder dit niet nabrengen).

Soms is het nodig te sanctioneren. Daarbij is het te vermijden dat straffen escaleren en dat de sfeer verzuurt. Wanneer ouders aanvankelijk nee zeggen op een vraag van de jongere, maar toch toegeven wanneer de jongere blijft zeuren, dan wordt aangeleerd dat zeuren loont. Ook het aandacht geven aan negatief gedrag kan op zich bekrachtigend werken. Het is belangrijk als begeleider deze processen te herkennen en eventueel te bespreken met de ouders.

- **Samen problemen oplossen.** In een begeleidingsgesprek met ouders kan men nagaan of en op welke manier zij samen met hun jongere overleggen en zo mogelijk samen beslissen wat te doen. Dat kan samen geëvalueerd en eventueel bijgestuurd worden (Adriaenssens, 2006).
- **Structuur bieden, monitoring.** (Peeters, 1995). De manier waarop ouders

structuur bieden kan besproken worden. Ouders weten waar hun zoon/dochter is, met wie, hoe lang, welke activiteiten ze ondernemen.

3.3 Informatie geven over de puberteitsperiode

De centrale opgave voor de puber is zich losmaken van zijn ouders en de eigen identiteit vinden. Die identiteit uit zich in een stijl van leven, in de keuze van de partner, vriendenkring, beroep. De opvoedingsondersteuner kan aan ouders informatie geven over de puberteit als ontwikkelingsfase.

Het ontwikkelen van de **eigen identiteit** gebeurt in verbondenheid met de omgeving, in eerste instantie met de ouders. In de puberteit ontwikkelt zich naast de verticale loyaliteit naar de ouders toe een horizontale loyaliteit naar leeftijdsgenoten. In een opvoedingssituatie kan dit spanning geven. Het is belangrijk om in gesprekken met ouders ruimte te laten voor die ontwikkelende horizontale loyaliteit (bv. waarom is het zo belangrijk voor uw dochter dat ze meekan op weekend met haar vrienden?). Jongeren willen/moeten zich losmaken van hun ouders en zetten zich af tegen regels en gewoonten. Dit wordt door de ouders dikwijls ervaren als ondankbaar en respectloos zijn. Inzicht in de krachten die hier spelen kan ouders helpen om dit gedrag anders te kaderen.

Van problemen in de puberteit wordt verwacht dat ze ook vanzelf weer gaan verdwijnen. Het blijft wel noodzakelijk om na te gaan of het probleemgedrag te situeren is binnen een normale ontwikkeling. Agressief gedrag bijvoorbeeld, dient men niet te tolereren.

De **neuropsychologie** vraagt aandacht voor de specifieke hersenontwikkeling bij pubers. Tijdens de puberteit talmt het brein om te volgroeien in de prefrontale cortex. Er is een onbalans: de emoties zijn al op stoom, maar de controle daarop is nog niet af. De opvoeding moet dus nog een hele tijd de taak van de prefrontale cortex ondersteunen of overnemen. Dit gebeurt door te helpen met plannen (bv. van schooltaken) en met vooruitzien (bv. om de gevolgen te overzien van gedragingen). Belangrijk zijn voldoende slaap, voldoende beweging, gezonde voeding. Deze



*Zoeken naar wat jongeren 'geven' kan voor ouders helpend zijn.
(Foto Kayla Thrift)*

informatie kan helpend zijn voor ouders (Adriaenssens, 2006).

Daarnaast kan ook besproken worden wat het voor ouders betekent als hun pubers zich **losmaken**. Ouders kunnen teleurgesteld zijn omdat ze geen leuke dingen meer samen doen. Ze moeten hun verwachtingen bijstellen. Sommigen maken een rouwproces door wegens het 'verliezen' van hun zoon of dochter (Van den Bergh, 2010).

Doordat pubers grenzen uitdagen en experimenteren, lijken ze vooral uit op hun eigen voordelen. Daarbij is het **'geven'** van adolescenten minder zichtbaar. Samen met de ouders zoeken naar wat hun zoon of dochter 'geeft' kan erg helpend zijn. Jongeren maken bijvoorbeeld andere keuzes dan hun ouders als het gaat over mode, muziek, omgangsvormen. Wanneer het echter gaat over morele waarden, maatschappijopvattingen, schoolkeuze, beroepskeuze, dan stellen ze zich vaak zeer loyaal op. Het overnemen van waarden van de ouders is geven aan de ouders. Wanneer jongeren de sociale vaardigheden die ze thuis leren, toepassen in het contact met vrienden, dan is dit ook een daad van geven aan hun ouders. Moeilijk gedrag stellen kan ook een poging zijn om te 'geven' aan de ouders. Bijvoorbeeld: wanneer ouders negatief staan tegenover de school, kan het storend gedrag van hun zoon een uiting zijn van loyaliteit aan zijn ouders. Jongeren 'geven' soms ook wanneer ze via hun gedragsproblemen proberen om hun gescheiden ouders opnieuw met elkaar in contact te brengen.

3.4 Opvoedingsachtergrond van ouders bespreken

Als begeleider kan men met ouders bespreken wat ze uit hun eigen achtergrond willen meenemen en of er zaken zijn die ze willen vermijden. In situaties waarbij de ouders blind en doof zijn voor de belangen van hun zoon of dochter kan het verhelderend zijn om na te gaan waar de gekwetstheid van de ouder zit. Ondervond de ouder onrecht in zijn gezin van herkomst? Hoe was dat voor de ouder? Hoe zou het voor hun dochter zijn om onrecht te ervaren? (Lantsoght, 2003) Op het eerste gezicht lijkt dit een thema dat eerder thuishoort in een therapeutisch gesprek. Toch is het mijn ervaring dat het aansnijden van dit onderwerp resulteert in een grote betrokkenheid van de ouders.

Recent is er ook aandacht voor ambivalente gevoelens bij de ouders. Moeders en vaders voelen liefde voor hun kind, maar soms ook haat of wanhoop. Het is goed om ruimte te bieden om deze gevoelens te verkennen. Ze kunnen te maken hebben met zich machteloos voelen, willen controleren, maar ook met stress of uitgeput zijn. Het is belangrijk om na te gaan wat die gevoelens betekenen voor de ouder. Ze kunnen te maken hebben met de relatie tot hun eigen ouders (Weille, 2011).

Het is niet zo dat er telkens therapie nodig is wanneer ouders een moeilijke jeugd hadden. Als men goede ouderervaringen kan duiden, dan is dit een buffer tegen de eventuele gevolgen van niet-verwerkte pijn en roulerende rekeningen uit het verleden.

Van der Pas schrijft daarover: 'Oud zeer hoeft niet allemaal te worden rechtgezet, wanneer iets beters in de plaats komt.' (Van der Pas, 2006, p. 159)

Door intergenerationeel te werken, kan je als begeleider ook de krachten present stellen die in de familie aanwezig zijn. Vragen die daarbij helpen, zijn: 'Wat zou je graag terugzien van jezelf bij je dochter? Wie is je voorbeeld?'

3.5 Hulpbronnen inschakelen

Als begeleider kan men aan ouders vragen bij wie ze terecht kunnen als ze het moeilijk hebben. Soms blijken ouders erg geïsoleerd en moet men op zoek gaan naar wie hen kan steunen. Soms willen of durven ouders geen hulp vragen, uit schaamtegevoel of omdat ze niet willen leunen op anderen. Het kan gaan om praktische hulp of om het inschakelen van iemand (leerkracht, familie, vrienden, buur) die de jongere eens aanspreekt over de opvoedingsspanning in het gezin. Voor een alleenstaande moeder kan het goed zijn om beroep te doen op een man (bijvoorbeeld een familielid) om haar zoon mee te begeleiden en misschien een identificatiefiguur te zijn.

Het kan helpend zijn als ouders een klankbord vinden om eens te kunnen 'ventileren'. Dan lukt het beter om hun frustraties af en toe in te slikken en minder

te 'zagen'. 'Zagen' helpt immers niet bij pubers. Pubers weten wel wat hun ouders belangrijk vinden (Dewitte, 2012).

3.6 Bij doorverwijzing hulp bieden

Soms is opvoedingsondersteuning ontoereikend en is er opvoedingshulp nodig. De problemen vragen dan een intensievere aanpak in gespecialiseerde hulpverlening.

Bronnen die bij doorverwijzing zinvol kunnen zijn:

- **www.groeimee.be:** op deze website staat een schat aan informatie over verschillende pedagogische vragen. Onder 'rubrieken' en 'ondersteuning in je buurt' vindt men contactgegevens van begeleiders en therapeuten.
- **www.keerkring.be** en **www.opvoedings-telefoon.be:** op deze websites kan men terecht voor een spreekuur voor ouders, oudergroepen, vorming op maat en de opvoedingstelefoon.
- **www.triplep.be:** website over het 'Positive Parenting Program', het zogenaamde Triple P-programma. De methodiek is grotendeels leertheoretisch geïnspireerd. Triple P biedt trainingen aan om ouders en hulpverleners kennis en vaardigheden aan te leren. De opleidingen zijn duur en bieden daardoor geen antwoord aan kansarme gezinnen.
- **www.expoo.be:** expertisecentrum opvoedingsondersteuning van de Vlaamse overheid.

In geval van verontrusting kan men zich wenden tot de gemandateerde voorzieningen (vertrouwenscentra kindermishandeling, ondersteuningscentrum jeugdzorg) in de integrale jeugdhulp.

Bij een verwijzing is het belangrijk de consequenties goed af te wegen. Het gevaar bestaat dat er bij gespecialiseerde hulp door een vergrootglas wordt gekeken naar het gedrag en dat de jongere het gevoel krijgt dat er iets ernstigs aan de hand is met hem. Dan vergroot men de kans op ontwikkeling van moeilijk gedrag.

3.7 Gespreksmethodieken

Naast handvatten over de inhoud van gesprekken bij opvoedingsondersteuning, zijn er ook enkele gespreksmethodieken die ik zinvol vind:

- **Socratische vragen stellen** (Appelo, 2011; Van den Bergh, s.d.). Socratische vragen zijn zeer goed bruikbaar in een proces van opvoedingsondersteuning. De bedoeling daarbij is om door specifieke vraagstelling het inzicht bij de ouders te verhogen.

Voorbeelden van socratische vragen zijn: 'Werkt dat bij u? Denkt u dat er veel gezinnen zijn waar het altijd harmonie is? Is uw zoon werkelijk de ganse dag brutaal? Zijn er ook goede momenten? Wat is voor u een 'goede moeder'? Moet uw kind altijd gelukkig zijn? Moet u uw puber vooral goed controleren?'



Het feit dat ouders hun opvattingen onder woorden moeten brengen, kan helpen om tot een doorbraak te komen. Een inzicht dat op die manier tot stand komt, dragen ze langer mee.

- **Positieve heroriëntering.** Positieve heroriëntering is een methodiek waarvan de principes en uitgangspunten waardevol kunnen zijn bij opvoedingsondersteuning. Elementen als empowerment, bouwen op loyaliteiten, coaching, dialoog, verantwoordelijkheid nemen, hulpbronnen inschakelen... komen allen aan bod in een proces van positief heroriënteren.

De basisidee van positieve heroriëntering is dat de oplossing van problemen die zich voordoen tussen mensen, bij die mensen zelf ligt. Men werkt met sterktes en krachten, veeleer dan te focussen op tekortkomingen. Essentieel is dat alle betrokkenen hun verantwoordelijkheid nemen. Bij positieve heroriëntering gaat men samen op zoek naar de kern van de hulpvraag, naar wat er nodig is, en hoe ze hier (samen) een antwoord kunnen op bieden. Het richt zich op dat wat de betrokkenen (bv. ouders en jongere) met elkaar verbindt. Daarbij is het belangrijk om de idee los te laten dat er hulpverlening of therapie nodig is en onbevooroordeeld te luisteren naar de betrokkenen. Positieve heroriëntering richt zich op de diepere waarden van het leven zoals trouw, loyaliteit, moed, rechtvaardigheid, engagement, geduld. Een crisis wordt beschouwd als een kans op verandering.

Positieve heroriëntering verloopt via een aantal stappen (assessmentgesprek, cirkelgesprek, monitoring, afronding) waarbij de begeleider als moderator in de gesprekken optreedt. Het hanteren van deze methodiek vergt een specifieke vorming (zie bv. www.ligand.be). Het herstelgericht werken steunt op dezelfde principes (zie Debonnet, 2013).

4. Opvoedingsondersteuning: meer dan tips & tricks

Opvoeders willen doorgeven wat voor hen een goed en waardevol leven is. Dit gebeurt in dialoog met de jongeren en met wat zij wezenlijk belangrijk vinden. Het verloop en de uitkomst zijn onvoorspelbaar:

Een kader voor opvoedingsondersteuning: overzicht

- ouders ondersteunen in hun kracht
- typisch ouderlijke vaardigheden bespreken: aanwezig zijn voor de jongere, hulp bieden, aandacht geven, begrenzen en verantwoordelijkheid geven, eisen stellen, positief bekrachtigen en sanctioneren, samen problemen oplossen, structuur bieden, monitoring
- informatie geven over de puberteitsperiode
- opvoedingsachtergrond van ouders bespreken
- hulpbronnen inschakelen
- bij doorverwijzing hulp bieden
- gespreksmethodieken

Opvoedingsondersteuning is coachen om het dialogisch proces tussen ouders, jongeren en de context te versterken. Het is dus meer dan het aanbieden van tips en tricks om het gedrag van jongeren in een bepaalde richting te sturen. Ouders komen vooral op het spoor van oplossingen als de opvoedingsondersteuner appel doet op de loyaliteit met hun jongere, hun krachten bevestigt, samen met hen kijkt naar de opvoeding vanuit een metapositie en helpt om hulpbronnen aan te wenden.

De praktijk leert dat het met ouders afspreken van zeer concreet omschreven gedrag niet altijd werkt. Het dagelijkse opvoeden is immers complexer dan men kan voorzien. Voorbeelden waardoor afspraken over concreet gedrag niet lukken of ouders andere stappen zetten dan afgesproken, zijn: iemand wordt ziek, familie of vrienden beïnvloeden het gedrag, feestdagen die een onverwachte wending geven, de jongere wordt verliefd. Deze zaken zijn moeilijk voorspelbaar en geven telkens weer een andere dynamiek. Daarom is het mijns inziens bij opvoedingsondersteuning waardevoller om ondersteunend te werken en klemtoon te leggen op de loyaliteit tussen ouders en jongere. Dat leidt soms vanzelf tot actie.

Ondersteunen van de kracht van de ouder en werken naar verbinding tussen jongere en ouder zetten de ouders aan tot actie om de situatie te verbeteren. Begeleiders kunnen daarbij bespreken welke factoren inwerken op het gedrag of waar aanknopingspunten zijn tot verbetering. De thema's die in dit artikel werden beschreven, zijn daarbij richtinggevend.



Reacties op dit artikel zijn welkom via chris.vervaet@vclbgent.be.

REFERENTIES

- ADRIAENSSENS, P. (2006). *Praten met je tiener. De stap van discussiëren naar onderhandelen*. Tielt: Lannoo.
- APPELO, M. (2011). *Socratisch motiveren*. Amsterdam: Boom.
- DE BELIE, E., & VAN HOVE, G. (2005). *Ouderschap onder druk*. Antwerpen/Apeldoorn: Garant.
- DEBONNET, M. (2013). Herstelgericht werken in Technisch Atheneum Heule. *Caleidoscoop*, jg. 25(1), 25-32.
- Decreet houdende de organisatie van opvoedingsondersteuning (13 juli 2007).
- DE JONG, P., & BERG, I.K. (2005). *De kracht van oplossingen. Handwijzer voor oplossingsgerichte gesprekstherapie*. Lisse: Harcourt.
- DEWITTE, I. (2014). *Moelijk maar niet onmogelijk: Opvoeden van pubers*. Brussel, Vormingsdag Expoo, 2012-06-14.
- HAERDEN, H. (2012). *Nadenken over opvoeding*. Antwerpen/Apeldoorn: Garant.
- KOUSEMAKER, N., & TIMMERS-HUIGENS, D. (1985). Pedagogische hulpverlening in de eerste lijn. *Tijdschrift voor Orthopedagogiek*, XXIV, p. 549-565.
- LAMMERTYN, F. (2010). Laatmoderneit en de zorg voor welzijn. Over de impact van recente maatschappelijke veranderingen op de vraag naar en het aanbod van zorg. *Tijdschrift voor Welzijnswerk*, jg. 34, nr. 307.
- LANTSOGHT, K. (2003). *Vorming contextuele hulpverlening*. VCLB Gent (+videomateriaal, interview E.M. Vanden Eerenbeemt).
- PEETERS, J. (1995). *Moelijke Adolescenten*. Leuven/Apeldoorn: Garant.
- RAMAEKERS, S. (2009). Moeten ouders de opvoeders van hun kinderen zijn? *Power Alert*, jg. 35, nr. 4, 8-17.
- RAMAEKERS, S., & SUISSA, J. (2010). Wanneer is 'goed' ook 'goed genoeg'? Enkele kanttekeningen bij de verwetenschappelijking van de ouder-kindrelatie. *Signaal*, 72, 4-21.
- VAN DEN BERGH, D. (s.d.). *Pedagogisch adviseren in theorie en praktijk, vanuit een systemische, interactieele en pedagogische visie*. vzw De Keerkring Sint-Niklaas.
- VAN DEN BERGH, D. (2010). *Opleiding Pedagogisch Adviseren*. vzw De Keerkring Sint-Niklaas.
- VAN DER PAS, A. (2006). *Ouderbegeleiding als methodiek. Handboek methodische ouderbegeleiding 1*. Rotterdam/Amsterdam: SWP.
- VAN DE VELDE, D. (2013). *Op schouders van ouders. Het opvoedingsgebeuren tussen wens en realiteit*. Antwerpen/Apeldoorn: Garant.
- VAN OUDENHOVE N., & WAZIR, R. (2006). *Newly Emerging Needs of Children*. Antwerpen/Apeldoorn: Garant.
- VERHAEGHE, P. (2012). *De neoliberale waanzin. Flexibel, efficiënt en ... gestoord*. Paul Verbraekenlezing, VUB Press.
- WILLE, K.L. (2011). Ouderschap en ambivalentie: liefde en woede. *Systeemtheoretisch bulletin*, jg. 29(3), 221-241.