



Tips

Praten met ouders is soms een heidens karwei

Stap drie van het meldcode-stappenplan, 'Praat met ouders of verzorgers', is misschien wel de lastigste. Want hoe voer je een open gesprek met ouders van wie je het gedrag sterk afkeurt? En wat doe je met je eigen angst voor agressie? Ouderschaps- en communicatiedeskundige José Koster deelt haar ruime ervaring op dit gebied.

Auteur: José Koster

Je komt voor nogal wat dilemma's te staan bij een oudergesprek over vermoedens van geweld of verwaarlozing. Je wilt en moet het kind beschermen maar: hoe kaart je je zorgen aan bij de ouders zonder hen te verliezen, of het voor het kind alleen maar erger te maken? En wat doe je met je eigen emoties rondom de ouders, als je bijvoorbeeld bang voor hun agressie bent? De meldcode helpt je om zorgvuldig te handelen, maar het gesprek aangaan over vermoedelijke kindermishandeling is daarmee nog altijd geen sinecure. Je kunt niet zomaar even je vermoeden droppen om er later een keer op terug te komen. Maar hoe pak je het dan wel goed aan?

Maak verbinding met de ouder

Je vraagt ouders om zich te openen voor iets wat ze waarschijnlijk liever niet onder ogen zien. Ouders weten doorgaans zelf heel goed dat het slaan of verwaarlozen van een kind niet kan en dat zij verantwoordelijk zijn voor het welzijn van hun kind. Je wilt dat ze bereid zijn om naar jou te luisteren en te reflecteren op het eigen, onverantwoordelijke gedrag - om vervolgens een verandering in gang te zetten. Dat is nogal wat!

Om falend opvoederschap te kunnen aankijken en bespreken, moet de ouder zich bij jou zó veilig voelen dat hij of zij een stap uit de comfortzone durft te zetten. Dit vraagt van jou als professional dat je uiterst sensitief bent voor de kwetsbaarheid van de ouder, ook al vertoont die ouder agressief of defensief gedrag. En dat je steeds op zoek gaat naar wat de ouder nodig heeft om zich veilig te voelen. Alleen als jij je verbindt met de ouder achter de opvoeder zal de ouder zich durven verbinden met jou én met zichzelf.

Het is belangrijk om heel duidelijk te zijn over je vermoedens en er niet omheen te draaien. De toon is hierbij cruciaal. Pak je de verkeerde toon, dan sta je voor je het weet tegenover de ouder. Houd steeds in je achterhoofd dat elke ouder een goede ouder wil zijn. Dat helpt je om je toon zacht te kunnen houden. Benoem dat je je ook zorgen maakt over de ouder.

Durf daarvoor tijdens een gesprek het kind-perspectief even los te laten en zeg: 'Hoe is het voor je om dit van mij te horen?', 'Waar loop jij tegenaan in de opvoeding?', 'Hoe is het om ouder te zijn van dit kind?', 'Wat roept het kind bij je op?' 'Op welke momenten wordt het je te veel?'. Vanuit de verbinding met de ouder kun je dan verder praten over het kind en de mogelijke consequenties.

Bang zijn is niet onprofessioneel

Het kan heel spannend zijn om je vermoedens te bespreken met een ouder. Hoe zal hij of zij reageren? Zal de ouder agressief worden? Stel dat jouw woorden een vecht-, vlucht- of bevriesreactie oproepen en je straks tegenover een brullende tijger of onbereikbare struisvogel komt te zitten? Dat is funest voor de vertrouwensband en misschien uiteindelijk ook voor het kind, dat straks thuis weer samen is met de ouder.

De spanning bij jou kan zo groot zijn, dat je verkramp het gesprek in gaat. Je verkeert dan zelf eigenlijk ook in je overlevingsstand en kunt alleen nog maar denken aan dat wat je besproken moet

hebben. Echt contact maken en oog hebben voor wat de ouder nodig heeft om zich veilig te voelen, wordt dan heel moeilijk.

Bovendien is angst besmettelijk. Sterke emoties pikken we 'onder water' van elkaar op, ze resoneren. Neem jij angst mee in het gesprek dan zal de angst van de ouder, die er heus ook al is, versterkt worden. En zo kom je samen ongemerkt in een 'angstbubbel' terecht.

Jouw angst zal de angst van de ouder versterken

Dat je als professional angst kunt voelen, is dus begrijpelijk, maar eruit stappen is noodzakelijk. Dat doe je zo:

- **Herken de angst en spanning bij jezelf.** Wat gebeurt er in je lijf? In je hoofd? Dit vraagt moed en voelt vaak kwetsbaar.
- **Besef dat angst voelen niet zwak of onprofessioneel is.** Zie het zo: angst is een menselijke emotie. Een professional die angstgevoelens voor zichzelf durft te erkennen en kan ombuigen, weet uit ervaring dat dit niet makkelijk is en kan daardoor met meer mildheid naast ouders staan van wie hij datzelfde proces verwacht. Soms is beseffen dat je het spannend vindt al voldoende en helpt het je om uit de angst te kunnen stappen.
- **Lukt het je niet zelf om uit de angst te stappen, vraag dan hulp.** Zo houd je het contact met de ouder zuiver. Steun kun je vragen aan een collega, leidinggevende of supervisor. Door middel van coaching of intervisie kun je binnen een veilige sfeer vraagstukken en problemen die zich voordoen in contacten met ouders onder de loep nemen. Je kunt onderzoeken waarom jij door bepaald gedrag éxtra geraakt wordt. Wat zegt dat over de ouder? En wat zegt dat over jezelf? Zo kun je je emoties hanteerbaar maken en groeien in je deskundigheid
- **Zeg tegen de ouder(s) dat je het spannend vindt.** Die opmerking zou zomaar een sleutel kunnen zijn naar verbinding!

Weerstand en overdrachtsprocessen

Ouders die hun kind mishandelen of verwaarlozen kunnen een sterke weerstand bij ons oproepen. Het raakt ons diep, we voelen afschuw. Logisch, want we voelen ons verantwoordelijk voor de veiligheid van het kind.

Wat ook meespeelt is dat we ons vanuit onze eigen kind-ervaringen kunnen identificeren met een kind in een beangstigende situatie. Iedereen heeft zich vroeger weleens in meer of mindere mate onveilig gevoeld. We plakken onbewust direct ons eigen verlangen naar veiligheid en geborgenheid op de ouder die daar niet aan voldoet naar zijn kind, en kunnen zonder dat we het doorhebben razendsnel in de dader-slachtoffer-dynamiek schieten.

Deze zogenaamde overdrachtsprocessen staan de verbinding met de ouder flink in de weg. Overdrachtsprocessen spelen altijd. Het is nooit de vraag óf die overdracht speelt, het is de vraag hóé

die zich aandient en hoe jij je daar als professional van vrij weet te spelen.

Ook hierbij geldt dat het herkennen en erkennen bij jezelf een essentiële competentie is om professioneel en verbindend te kunnen werken met ouders in heel ingewikkelde, beladen situaties. En, opnieuw, je moet natuurlijk de moed hebben om te vragen om inter- of supervisie bij hardnekkige en intense overdrachtsgevoelens. Soms is het ook verstandig om een collega te vragen een case over te nemen.

Uitgaan van goede intenties

Er kunnen talloze redenen zijn waarom een ouder niet het beste, maar misschien eerder het slechtste doet. Soms weet een ouder niet wat het beste is, heeft hij het zelf als kind niet meegekregen. Of de ouder weet het eigenlijk wel, maar het lukt gewoon niet omdat er veel grote en kleine zorgen zijn, of omdat er een ander kind is dat alle aandacht vraagt vanwege een handicap of gedragsproblemen. Misschien heeft de ouder zelf wel 'iets' wat in de weg staat. Zo zijn er allerlei redenen waardoor ouders niet in staat zijn om hun kinderen het beste te bieden.

Het beste voor je kind *willen* is helaas ook niet hetzelfde als het beste *doen*. In deel 1 van haar tiendelige *Handboek Methodische Ouderbegeleiding* stelt dr. Alice van der Pas dat ouderschap een 'Besef van verantwoordelijk-zijn' impliceert. Daarmee doelt ze op het diepe verlangen een goede ouder te zijn. Dat gaat over intentie en verlangen. Niet over gedrag. Niet elke ouder kent en neemt zijn verantwoordelijkheden, zegt Van der Pas.

De aanname dat elke ouder het beste *wil*, heb je volgens Alice van der Pas nodig wanneer je met ouders werkt die gedrag vertonen waarmee je je op geen enkele manier kunt identificeren en waarvan je direct in de weerstand schiet. Die aanname helpt je om je te kunnen openen en verbinding tot stand te brengen. Ze helpt je om je te identificeren met de goede intentie, ook al zag je die niet direct.

Een ouder die zijn kind opsluit, roept afgrijzen op, daardoor ga je 'dicht'. Maar als je bedenkt dat ook deze ouder het aller-, allerbeste *wil*, en dat het moeilijk moet zijn voor de ouder dat dat niet lukt, kun je compassie voelen en je wellicht oprecht interesseren voor het verhaal van de ouder.

Het beste voor je kind willen, is helaas niet hetzelfde als het beste doen

Vanuit die open houding kun je als het ware een spoor leggen in de goede richting. Met 'jij wilt als ouder natuurlijk ook het beste voor je kind' doe je impliciet een beroep op het verlangen een goede ouder te zijn. Je bevestigt dat hij of zij 'de goede intentie' wel in huis heeft en ook het goede zal kunnen gaan doen. De ouder, die zich hoogst waarschijnlijk een falende of zelfs slechte ouder zal voelen, kan hierdoor vertrouwen krijgen in jouw bedoelingen. Hij of zij zal begrijpen dat je naast hem wilt staan om samen op pad te gaan naar verbetering.

Pijnlijk verleden

De ouders van nu waren twintig, dertig jaar geleden misschien zelf kinderen die het moeilijk hadden, bij wie hulpverlening en omgeving het hart vasthielden. Ouders die als kind mishandeld zijn, nemen zich vaak sterk voor: ik zal dat nooit doen bij mijn kind, mijn kind zal het beter hebben. Maar wat als je jezelf op een dag aantreft in een situatie waarin ook jij je kind slaat? Doordat je nooit hebt geleerd je emoties te reguleren en kinderen nu eenmaal, dat weten we allemaal, ook het bloed onder je nagels vandaan kunnen halen? Een ooit zelf mishandelde en nu zelf mishandelende ouder is zo gezien misschien wel dubbel slachtoffer.

Dit besef kan je helpen om je hart voor de mishandelende ouder te openen. In de ouder kan nog altijd dat beschadigde kind van vroeger schuilgaan, dat behoefte heeft aan zorg en begrip. Verwoord dit ook naar de ouder toe: 'Ik maak me zorgen om jou, het moet voor jou als ouder heel pijnlijk zijn om je kind pijn te doen. Ik kan mij niet voorstellen dat dat is wat je wilt.'

Bagage waar je niet zonder kunt

Werken met ouders is soms een heidens karwei. Van professionals wordt maar verwacht dat ze dit kunnen zonder dat er in opleidingen aandacht is voor kennis over de psychologie van ouderschap en de ingewikkeldheid van de dynamiek tussen ouders en professionals. Deze kennis is een voorwaarde om goed beslagen ten ijs te komen. Niet dat je het gedrag van ouders moet vergoelijken omdat je begrijpt hoe kwetsbaar ouderschap per definitie is, maar om het noodzakelijke, ingewikkelde gesprek te kunnen voeren zonder de ouder kwijt te raken. Zonder deze bagage kun je je onthand en dus onveilig voelen, en dat heeft direct zijn weerslag op de ouder en dus ook op het kind. Dat kind heeft baat bij een ouder die zich veilig en gedragen voelt.

José Koster



José Koster (47) is ouderschaps- en communicatiedeskundige en traint professionals in de omgang met ouders. Ze baseert haar kennis op het werk van Alice van der Pas en Daniël Stern en past onder andere NLP, Transactionele Analyse (TA) en Systeemtheorie toe.

Daarnaast is ze coördinator van [Home-Start](#) in Amsterdam en trainer van het programma [Het Begint Bij Mij](#). Zie ook josekoster.nl.

