



Voor u uitgestippeld...

## Individualistische cultuur is een belangrijke voorspeller van 'ouderschaps burn-out'

Gelezen door Roselin van der Torren en Merian Bouwmeester

***Een 'ouderschaps burn-out' (parental burnout) heeft grote gevolgen voor het welzijn en de ontwikkeling van kinderen. Een grote internationale studie toont aan dat bij een 'individualistische' cultuur de prevalentie en ernst van een ouderschaps burn-out hoger is en dat de invloed van cultuur groter is dan gezinsfactoren en arbeidsstatus. Ouders in Nederland, een individualistisch land, lopen dus risico op ouderschaps burn-out en beschermende maatregelen kunnen beter op collectief dan op individueel niveau gezocht worden.***

### ◉ **STIP: wat lezen wij?**

We lazen het artikel *Parental burnout around the globe: a 42-country study* van auteurs Isabelle Roskam en maar liefst 94 collega's, gepubliceerd in *Affective Science* in 2020. De auteurs deden onderzoek naar ouderschaps burn-out, een zorgelijke staat waarbij een vader of moeder een intense vermoeidheid voelt in relatie tot het ouderschap, een emotionele distantie van de kinderen en een verlies van plezier en effectiviteit in de rol van ouder. De auteurs beschrijven de prevalentie (het vóórkomen) van ouderschaps burn-out in een groot aantal landen over de wereld en relateren dit aan de culturele waarden per land.

### Hoe gingen de onderzoekers te werk en wat vonden ze?

De onderzoekers hebben gegevens verzameld over meer dan 17.000 ouders uit 42 landen. Deze ouders waren verspreid over alle continenten en verschillend in economische en socio-culturele achtergrond, om een zo breed mogelijke populatie te verkrijgen. De data werd verzameld voordat Covid-19 opkwam. Ze beschrijven in het artikel duidelijk hoe ze zijn omgegaan met de verschillende culturen; zo wordt per land beschreven welke aanpak voor data-verzameling geprefereerd werd om zo uniform mogelijke resultaten te verkrijgen. In de methoden en tabellen wordt ook uitgebreid benoemd hoe ze de data gecorrigeerd hebben voor confounders (bijvoorbeeld sample size verschillen tussen landen, overrepresentatie van moeders, informatiebias) en hoe ze de statistische modellen gecorrigeerd hebben voor confounders (bijvoorbeeld sociodemografische factoren).

Om de prevalentie en ernst van ouderschaps burn-out te bepalen werd gebruik gemaakt van een gevalideerde vragenlijst, de parental burnout assessment (PBA). De prevalentie van alle landen ligt tussen de 0% en 8%, met de meeste landen <2% en een paar landen >5%. De ernst van een ouderschaps burn-out lag tussen de 9 en 40 (PBA-schaal); dat lijkt klinisch relevant.

De culturele waarden werden onderzocht en beschreven volgens de zes dimensies van Hofstede's culturele waarden, waarbij elke dimensie een getalscore krijgt tussen 0 en 100. De zes culturele waarden zijn: 'power distance' (in hoeverre inwoners verwachten en accepteren dat macht ongelijk verdeeld is), 'individualism' (voorkeur voor losse sociale netwerken, minder collectiviteit), 'masculinity' (voorkeur voor prestaties, heldendom, assertiviteit en materiële winst

als maat voor succes), 'uncertainty avoidance' (in hoeverre inwoners ongemak ervaren bij onzekerheid), 'long-term orientation' (toekomstperspectief) en 'indulgence' (in hoeverre de maatschappij vrij vermaak en plezier toestaat). De Hofstede's culturele waarden zijn een gestandaardiseerde methode om landen te vergelijken.

Om de prevalentie van burnout te associëren met de culturele waarden werd een multilevel statistisch model gebruikt. Dit liet zien dat de waarde 'individualism' een ouderschaps burn-out goed kan voorspellen, beter zelfs dan sociodemografische factoren als gezinslast, percentage betaald werk en economische gelijkheid tussen landen.

### Hoe verklaren de auteurs de bevindingen?

De auteurs zijn voorzichtig in het speculeren over mogelijke mechanismen die individualisme en ouderschaps burn-out aan elkaar linken. Ze benoemen wel dat in Euro-Amerikaanse landen het ouderschap onder druk staat. Ze suggereren ook, gegeven deze correlatie, dat het versterken van het sociale netwerk een mogelijke route is om de druk op ouders te verminderen. Hierbij wordt Polen (een individualistisch land) als voorbeeld genoemd, waar een recente wetenschappelijke publicatie liet zien dat de beschikbaarheid van een sociaal netwerk een sterke beschermende factor is voor ouderschaps burn-out.

### ◉ **STIP: wat kan de JGZ hiermee volgens de Stippel-Brigade?**

De resultaten laten zien dat ouders ook in Nederland risico lopen op een ouderschaps burn-out omdat Nederland een individualistisch land is. Voor JGZ-professionals in de spreekkamer is het van belang om bedacht te zijn op het risico op ouderschaps burn-out in onze maatschappij. We kunnen ons allemaal voorstellen dat demografische variabelen zoals leeftijd, geslacht en buurt een rol spelen bij een ouderschaps burn-out, net als factoren als gezinssamenstelling, aantal kinderen en leeftijd van het jongste kind. Maar omdat deze 'klassieke' risicofactoren minder goed het ontstaan van zo'n burn-out voorspellen dan de mate van individualisme in onze samenleving hoeven deze factoren niet altijd een rol te spelen.

Om een ouderschaps burn-out te helpen voorkomen kunnen we met ouders meedenken over het versterken van hun sociale netwerk. Wederzijdse steun en solidariteit en aandacht voor goed genoeg ouderschap kunnen ouders mogelijk behoeden voor een ouderschaps burn-out. Voor beleidsmedewerkers is het relevant om na te denken hoe onze culturele waarden doorwerken in beleid en hoe collectieve beschermende elementen ingebracht kunnen worden om ouders te ondersteunen.

### ◉ **STIP: ook nog wetenswaardig...**

- Van 4 t/m 8 oktober 2021 is het de Week van de Opvoeding, mogelijk een mooi moment om aandacht aan dit onderwerp te besteden binnen de organisatie of met ouders.
- In de NCJ richtlijn [Ouder-Kind relatie \(2021\)](#) is informatie te vinden over het belang van emotionele beschikbaarheid van ouders voor hun kind.
- Inspiratie: YouTube filmpje [Buffers in ouderschap](#) & podcast [Schaduwkanten van ouderschap](#).

### ◉ **STIP: verantwoording**

**Titel:** Parental burnout around the globe: a 42-country study

**Auteurs:** Isabelle Roskam, Moïra Mikolajczak, et al.

**DOI-code:** 10.1007/s42761-020-00028-4

**Tags:** #burnout, #ouderschap, #cultuur, #opvoeding