



Opvoeden Waarom ouders zo bang zijn om risico te nemen

Tot je twaalfde in de bakfiets, mét een helm

Niet in je eentje buiten spelen, altijd een helm op, overal naartoe gebracht worden: in het moderne ouderschap wordt weinig aan het toeval óf het kind zelf overgelaten. Voeden we onze kinderen te beschermd op? En wat doet dat met een nieuwe generatie?



kinderen vaker buiten, was alleen naar school fietsen voor veel van hen normaal en hadden ouders niet voortdurend zicht op wat hun kroost uitspookte.

We zijn beschermender gaan opvoeden, en intensiever ook. Maar waar komt dat door? En, belangrijker, is het erg?

Toen we de vraag ‘voeden we tegenwoordig beschermender op?’ voorlegden aan Paroollezers, stroomden de reacties binnen. Een kind van 4 op een stepje met hand- en kniebeschermers en een helm op, wekte bij een lezer grote verbazing.

Ook anekdotes over grote kinderen die nog in buggy's of bakfietsen worden vervoerd, babyvalpakken met stootkussen voor het hoofdje (want stel je voor dat er een omkukelt) of het voortdurend monitoren van kinderen werden vol ontzetting ingestuurd. Net als de verbaasde opmerkingen over de vrijheid die we kinderen online gunnen terwijl ze in de echte wereld niets mogen.

Opvoeden is als het Nederlands elftal coachen: iedereen heeft er een mening over. En vroeger was alles beter.

Te zwaar en te stressvol

Discussies over opvoeden zijn van alle tijden, maar er is een nieuwe tendens gaande die beleidsmakers tot in de hoogste regionen zorgen baart. Afgelopen jaar waarschuwde de Amerikaanse ‘surgeon general’ Vivek Murthy – de belangrijkste arts verantwoordelijk voor de publieke gezondheid in de VS – in *The New York Times* dat ouders oververmoeid raken van te intensief ouderschap. *The hardest job in the world*, zoals opvoeden vaak wordt genoemd, zou inmiddels te zwaar en stressvol zijn. De oorzaak zocht deze vooraanstaande arts in iets wat ook in Nederland zichtbaarder wordt: de torenhoge verwachtingen die ouders ervaren – van zichzelf, en daardoor van hun kinderen. Want elk uur dat je in je kind investeert, kan potentieel positief uitwerken en bereidt die kinderen voor op een ‘succesvol’ leven in deze steeds hardere en individualistischere wereld.

Dreigt een kind het moeilijk te krijgen op school? Dan klopt moeder of vader meteen aan bij de leerkracht of wordt huiswerkbegeleiding ingevlogen. Ruzies met vriendjes lossen ouders op, school- en sportresultaten worden continu gemonitord en alleen op pad gaan wordt zo lang mogelijk uitgesteld.

Kinderen fietsen steeds minder zelf naar school, onder meer door de drukte in de stad. “Kinderen leren daardoor de stad niet kennen en kunnen niet zelfstandig beslissingen nemen over de manier waarop ze zich in die stad van

A naar B verplaatsen,” zei UvA-onderzoeker Jonne Silonsaari onlangs in deze krant.

Termen als helikopterouders, curlingouders en intensief ouderschap worden te pas en te onpas van stal gehaald als het gaat over de manier waarop een deel van de (rijkere of hoogopgeleide) ouders in de westerse wereld de kinderen opvoedt.

Hoge eisen

Stijn Van Petegem, klinisch psycholoog en onderzoeker aan de Université Libre de Bruxelles, werkt ruim tien jaar aan een onderzoeksproject over hedendaags opvoeden, het Europese onderzoeksproject SafeSorry, dat als doel heeft inzicht te krijgen in welke mate maatschappelijke factoren overbeschermend opvoeden in de hand werken.

Hij ziet een oorzaak achter de neiging om kinderen meer in bescherming te nemen: “We willen dat ouders betrokken zijn: tijd, geld en energie in hun kinderen steken. En die hoge eisen vertalen zich bij sommige ouders naar overbeschermd opvoeden.”

Sunna Veenstra (36) is moeder van twee jongens van 5 en 8 en woont in Amsterdam-Noord. “Ik ben niet heel beschermend, maar ik vind het soms wel moeilijk om mijn kinderen los te laten.” Dat komt ook door de manier waarop ouders op de hoogte worden gehouden, zegt ze. “Zelfs als je niet aanwezig bent op de plek waar je kind op dat moment is, op school, bij de sportclub of op een kinderfeestje, ben je er door alle appgroepen toch een beetje bij.”

Ze smeert boterhammen voor de kinderen, trekt ze thermokleding aan naar hockey en zet ze nog geregeld in de bakfiets, omdat de weg naar school een doorgaande bus- en autoroute is. Lachend: “Mijn tante zei laatst nog: die kinderen van tegenwoordig worden watjes op deze manier.”

Kloof

Psycholoog Van Petegem begrijpt wel waarom sommige ouders beschermend zijn. “We leven in een onzekere wereld, en via (sociale) media krijgen we steeds het idee dat de wereld een onveilige plek is. Er is ongelofelijk veel informatie beschikbaar en we weten steeds meer over de ontwikkeling van kinderen. Daarbij is de kloof tussen arm en rijk groter geworden. Het is niet gek dat ouders dan hun kinderen gaan pushen om de juiste diploma's te halen, om zo veel mogelijk kansen in het leven te krijgen.”

Het is allemaal begrijpelijk, maar niet zonder

‘Hoewel ons buurtje best rustig is, laten we de kinderen niet alleen naar de speeltuin gaan’

‘Mijn tante zei laatst nog: die kinderen van tegenwoordig worden op deze manier watjes’

Lorianne van Gelder
AMSTERDAM



De ouders van Eduard van Dam (35) zaten zelden met hem te spelen. Maar zelf zit hij geregeld op de grond met zijn kinderen te puzzelen of te tekenen. Als kind werd hij weleens naar de supermarkt gestuurd, maar zijn zoon van 7 laat hij dat nog niet doen. Ze wonen in een rustig stukje van De Pijp, maar iets weerhoudt hem ervan om zijn kinderen alleen op pad te laten gaan.

“Neem iets als fietsen. Ik wil dat ze dat doen maar de stad is ook enorm druk, dus we gaan vaak met de bakfiets. Met buitenspelen net zo, hoewel ons buurtje best rustig is, laten we ze niet alleen naar de speeltuin gaan.”

Van Dam is geen uitzondering onder moderne ouders. Pak 'm beet dertig jaar geleden speelden

Lees verder op pagina → 13

Vervolg van pagina → 11

risico. Kinderen hebben door de druk van hun ouders en de maatschappij meer faalangst, weten minder goed wat ze willen en zijn minder weerbaar, zag Van Petegem. Ze worden wel de pampers- of de pretparkgeneratie genoemd.

De cijfers spreken boekdelen: zelfs onder basisschoolleerlingen is de mentale gezondheid afgenomen. Een derde van de meisjes en 14 procent van de jongens in groep 8 ervaart tegenwoordig emotionele problemen, blijkt uit het Nederlandse Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)-onderzoek uit 2022. Dat is meer dan in 2017. Kinderen geven aan druk van school en ouders te voelen, al spelen de naweën van de coronacrisis ook een rol.

Paradoxaal genoeg kwam het intensief ouderen juist op in een tijd dat ouders, en dan vooral moeders, meer gingen werken. In 2011 brachten ouders ruim anderhalf keer meer tijd door met hun kinderen dan in 1980. Moeders besteedden bijna 14 uur per week aan de kinderen, vaders gemiddeld 6, bleek uit het SCP Gezinsrapport uit 2011. Meer werken is dus niet ten koste gegaan van de kinderen, maar wel van de vrije tijd van de ouders (vooral van de moeders).

'Parenting' – of 'ouderen', zo u wilt – is een werkwoord geworden. Ouders en kinderen hebben veel meer doelgerichte momenten van stimulans: muziekles, familiebezoek, samen lezen of spelen. Ironisch genoeg laat het ook de zelfoverschatting van ouders zien: alsof elk momentje samen een blijvende impact zal hebben op het kind.

Wachten op goedkeuring

Die drukke schema's zorgen er ook voor dat ondernemingszin verdwijnt, zegt Eveline Mulder-Bakker, (47) ouder van Sil van 10, uit Centrum. "Kinderen zijn tegenwoordig zo gewend dat elk moment wordt ingevuld, dat er zelden nog verloren uurtjes zijn waarin ze zelf iets moeten bedenken." Ze werkte zeventien jaar als leerkracht in het basisonderwijs en heeft sinds vier jaar een coachingpraktijk in het ondersteunen van ouders en kinderen.

Als coach merkt zij dat kinderen die bij haar op consult komen, voor bijvoorbeeld faalangst of boze buien, soms lang de tijd nodig hebben om los te komen van hun ouders. In haar praktijkruimte staan een poppenhuis, verkleedkleden, een stokpaard, knuffels en minitafelvoetbal.

Kinderen mogen kiezen wat ze willen doen, maar ze ziet ze steeds vaker twijfelen. "Alsof ze wachten op sturing of goedkeuring van hun ouders."

Vooropgesteld, zegt zij, is iedereen op een of andere manier wel beschermend. Zij zelf ook. "Ik smeet ook nog steeds het brood van mijn 10-jarige, door haast ingegeven."

Skipak aan voor kwartier buitenspelen

Wat haar opvalt op de verschillende scholen in de stad waar ze werkte is dat kinderen zelf thuis nog maar weinig hoeven te doen, waardoor ze zich ook niet verantwoordelijk voelen. "Als ze hun gymtas zijn vergeten, is het mama's schuld."

En niets wordt aan het toeval overgelaten. "Bij de kleuters worden ze ingepakt in skikleding in de winter. Voor een kwartiertje buitenspelen." Ook scholen zijn risicomijdender geworden: waar Mulder-Bakker vroeger met groep 5 dwars door de stad fietste op weg naar schoolkamp, worden kinderen nu gebracht tot aan de stadsgrens.

Met de oneindige mogelijkheden om je leven als ouder makkelijker te maken, kan vader Eduard van Dam enorm worstelen. "Er zijn zoveel technologische oplossingen, van smartwatches tot bakfietsen, waarmee je bij wijze van spreken elk risico zou kunnen uitbannen. Je moet bijna bewust het risico opzoeken met je kind."

Hij zoekt het zelf in de kleine dingen: "Het klinkt stom, maar ik laat soms expres het favoriete broodbeleg van de oudste opgaan, zodat hij ook met teleurstellingen leert omgaan en snapt dat niet alles eindeloos voorhanden is." Psycholoog Van Petegem vindt dat we meer voor ouders zouden moeten opkomen, in plaats van vingerwijzen met termen als 'helikopterou-

ders', of zeggen dat het je eigen probleem is 'omdat je toch zelf voor kinderen hebt gekozen'.

Het klopt dat Nederlanders minder kinderen zijn gaan krijgen, en dat er meer aandacht is voor het slagen van die paar kinderen in een gezin dan dat er vroeger was voor alle kinderen in de grote gezinnen uit de jaren vijftig. Maar dat zou nog altijd niet alle druk bij ouders moeten leggen. "We hebben de instelling dat als je kind het niet goed doet, de schuld bij jou ligt, de ouder. Terwijl er zo veel andere factoren van invloed zijn: de maatschappij, school, vrienden."

Wat hem betreft zou er vooral meer vertrouwen moeten zijn. "We moeten weer erkennen dat het een gedeelde verantwoordelijkheid is. Het is een enorm cliché maar 'it takes a village to raise a child.'"

Ook Sunna Veenstra vindt het soms veel, de druk die bij ouders wordt gelegd. "Ik moet er op school bovenop zitten, anders gebeurt het niet."

'We hebben de instelling dat als je kind het niet goed doet, de schuld bij jou ligt, de ouder'

'Terwijl er zo veel andere factoren van invloed zijn: de maatschappij, school, vrienden'

En ook daarbuiten is er zoveel informatie, advies, vergelijkingsmateriaal. Doe je het ooit goed? "Dan hoor je weer een podcast, waarin wordt gezegd dat je het anders moet doen, of zie je een post met tips op sociale media."

Amsterdamse kinderen

De onzekerheid die ouders ervaren is niet zo gek met die eindeloze bak informatie die online, via boeken en advies van anderen op hen afkomt. Maar positief gedraaid zijn ouders zich waarschijnlijk bewuster van hun handelen dan ooit.

Dat heeft ook gunstige effecten. Kinderen in Nederland geven aan goed met hun ouders te kunnen praten en Amsterdamse jongeren hebben meer vertrouwen in de toekomst dan hun leeftijdgenoten in de rest van het land, bleek uit de gezondheidsmonitor 2023 van de GGD Amsterdam.

En al die bescherming op stepjes en in het verkeer? Het is ook echt drukker geworden in Amsterdam. We wonen met meer mensen op hetzelfde aantal vierkante meters en het aantal voertuigen is met nieuwelingen als fatbikes en speedpedelecs ook alleen maar toegenomen.

Veenstra ziet ouderschap daarom nuchter in: "Ik denk dat ik mijn best doe. En ik weet zeker dat de kinderen ons later zullen vertellen wat we allemaal fout hebben gedaan. Maar dat hoort erbij."



→ Van boven naar beneden: Sunna Veenstra, Eduard van Dam en Evelien Mulder-Bakker. Veenstra: 'Ik moet er op school bovenop zitten, anders gebeurt het niet.'

FOTO'S NINA SCHOLLAARDT