





**Opvoeden is steun bieden en controle  
uitoefenen: van allebei kan je te veel doen**

# **ALS MAMA OF PAPA BIG BROTHER WORDT**

Sommige ouders hebben het moeilijk om hun kind voldoende vrij te laten in een wereld die gevaarlijk en hard lijkt. Wanneer wordt een beschermende opvoeding te controlerend? En welke rol spelen digitale tools als gps-tracking daarin?

**Judith Stegen**

**A**ls de kleine Marie een kat achterna loopt in de speeltuin, verliest haar moeder haar even uit het oog. Ze raakt compleet in paniek. Gelukkig vindt een buurtbewoner dochterlief snel terug. Maar wat als het de volgende keer echt misgaat? Maries mama besluit om haar kind op te geven voor een beloftevolle trial van het bedrijf Arkangel. Via een hersenimplantaat kan ze niet alleen altijd Maries locatie en gezondheidsdata volgen, maar ook meekijken met alles wat haar dochter ziet. Situaties die haar dochter angst aanjagen, zoals een blaffende hond, blurt ze gewoon weg. Zo wordt Marie in haar jeugd nooit blootgesteld aan gevaar. Maar dat heeft catastrofale gevolgen als ze jongvolwassen wordt.

Dit is natuurlijk geen waargebeurd verhaal, maar een aflevering uit de dystopische fictieserie *Black Mirror*. Een monitoringsysteem zoals Arkangel bestaat niet, al zijn er heel wat ouders die hun kind digitaal in de gaten houden. Helikopterouders worden ze genoemd. En zo'n beschermende opvoeding kan veel meer omvatten dan de locatie van je kind opvolgen.

### **Stress en onzekerheid**

'Overbeschermende ouders bieden hun kind een mate van bescherming die niet past bij het ontwikkelingsniveau van hun kind', vertelt Stijn Van Petegem. Hij is ontwikkelingspsycholoog aan de Universit  Libre de Bruxelles en hoofdonderzoeker van het internationale project Safesorry, dat de maatschappelijke context van overbeschermend opvoeden onderzoekt. 'Overbescherming kan zich op verschillende manieren manifesteren. Je wil bijvoorbeeld vermijden dat je kind wordt blootgesteld aan elke mogelijke vorm van stress of on-

zekerheid. Maar ook emotioneel kan je overbeschermend zijn, bijvoorbeeld door je sterk te bemoeien met alles wat er op school gebeurt.'

Savannah Boele, postdoctoraal onderzoeker pedagogiek aan de Erasmus Universiteit Rotterdam, vult aan. 'Bij opvoeden zijn er twee belangrijke dimensies: steun bieden en controle uitoefenen. Van allebei kan je te veel doen. Bijvoorbeeld onnodig helpen met een huiswerkopdracht die daags nadien af moet zijn, waardoor je tiener de volgende keer niet beter leert te plannen. Bij controle moet je denken aan het stellen van te veel regels, wat de autonomie van het kind ondermijnt. Ook digitaal meekijken met alles wat je kind online doet of zijn locatie volgen, valt daaronder.'

Het project Safesorry doet onderzoek naar overbeschermend opvoeden in negen Europese landen en Australië. Het onderzoek loopt nog, maar uit de Vlaamse dataset blijkt dat ouders de autonomie van hun kind goed ondersteunen, en relatief laag scoren op overbescherming en overbetrokkenheid. 'Ook in andere landen zien we dat het best meevalt', zegt van Petegem. 'Toch heerst het idee dat overbeschermend opvoeden veel voorkomt. Er wordt soms zelfs over een epidemie gesproken. Daar wijzen onze data absoluut niet op.'

Waar komt het idee van de alomtegenwoordige helikopterouder dan vandaan? 'Er wordt veel gesproken over opvoeding in het algemeen. Er

bestaan sterke verwachtingen over hoe je je kind hoort op te voeden. Betrokkenheid is belangrijk. Dat discours kan een verklaring bieden voor de grote aandacht voor overbescherming. De zaak is waarschijnlijk genuanceerder. We spreken eerder over gradaties. Binnen bepaalde domeinen, zoals schoolzaken, zijn ouders meer betrokken. In andere domeinen dan weer wat minder.'

### **Digitale surveillance**

Dat ouders sterk betrokken zijn bij de schoolprestaties van hun kind, blijkt uit cijfers van Boeles onderzoek *Tracking Teens* uit 2025 onder ruim 525 Nederlandse ouders. 96 procent van hen kijkt mee naar schoolprestaties via een online schoolportaal zoals Magister, de Nederlandse tegenhanger van het Vlaamse Smartschool. In datzelfde onderzoek stelde Boele vast dat tweederde van de ouders hun kind, in de leeftijd tussen elf en achttien jaar, weleens volgt via een gps-tracker of locatie-app. In 2020 was dat nog maar een derde. Harde cijfers over het gebruik van locatietracking in Vlaanderen zijn er nog niet.

Kinderen ervaren die digitale 'surveillance' door hun ouders niet per definitie als negatief. Uit het *Tracking Teens*-onderzoek blijkt dat zeven op de tien jongeren het 'heel erg oké' vinden dat ouders hun schoolprestaties in de gaten houden. Voor het tracken van locatie

**'Er wordt soms over een overbeschermingsepidemie gesproken. Daar wijzen onze data absoluut niet op'**



ligt de tolerantie wat lager, al vindt 39 procent dat nog helemaal oké. Hetzelfde beeld komt naar voren uit onderzoek van sociaal wetenschapper Julie Dereymaeker (UGent), die diepte-interviews had met negen- tot twaalfjarigen. Paradoxaal genoeg gaven kinderen in dat onderzoek aan dat het locatiedelen met hun ouders hen juist meer autonomie gaf. Een soort 'ruildeal' waarbij kinderen ook van hun ouders verwachten altijd beschikbaar te zijn.

'Tieners delen hun locatie niet alleen met hun ouders, maar ook met elkaar. Bijvoorbeeld via SnapChat. Voor die generatie is het heel normaal om je locatie te delen, ook met je ouders. Hoewel niet alle tieners het fijn vinden, zal die technologie zich blijven ontwikkelen. We moeten onderzoeken hoe we ze kunnen inzetten zonder dat ze de ontwikkeling in de weg staat', besluit Boele.

### Competitie

Waarom voelen ouders de nood om hun kind digitaal te volgen of in andere domeinen erg beschermend te zijn? Naar individuele oorzaken is

al heel wat onderzoek gedaan. 'Het kan voortkomen uit de angst van de ouder. Bijvoorbeeld omdat je heel bang bent dat je kind iets overkomt. Tieners met wie het in het dagelijks leven slecht gaat, lijken overbescherming uit te lokken. Negatieve gevoelens van het kind gaan vooraf aan het overbeschermende opvoedgedrag', vertelt Boele. Het bestaan van digitale tools geeft ouders meer mogelijkheden om hun kind in de gaten te houden en ze faciliteren de bezorgdheid. 'Neem de platforms waarmee ouders de schoolprestaties van hun kind kunnen bijhouden. Die geven enorm veel informatie. Ik kan me voorstellen dat je daardoor als ouder sneller bezorgd wordt en je meer met schoolzaken gaat bemoeien.'

Safesorry probeert die individuele beweegredenen te overstijgen en focust op de bredere, maatschappelijke context van overbeschermend opvoeden. Er zijn al enkele tendensen duidelijk. Ouders voelen de druk om het goed te doen en ervaren competitie met andere ouders. 'Er bestaan ontzettend veel opvattingen over opvoeden', zegt Van Petegem.

In een aflevering van de serie *Black Mirror* zien we hoe een meisje een chip ingeplant krijgt zodat haar moeder kan meekijken met alles wat ze ziet en beleeft.

'Nog voor de geboorte horen ouders – vooral moeders – al wat ze wel en niet moeten doen. Dat komt deels door alle onderzoeken in de ontwikkelingspsychologie. Vroeger werd het woord *parenting* in het Engels nauwelijks gebruikt. Het is pas vanaf de jaren 1970 sterk in zwang geraakt. Ouders krijgen ook minder kinderen, waardoor ze als een soort project worden gezien. Dat legt de lat voor de ouders hoger. Daarbovenop komen nog zelfverklaarde experts en ideaalbeelden op sociale media.'

'We leven ook met het neoliberale ideaal, waarbij je verantwoordelijk bent voor je eigen geluk. Dat idee vind je ook in opvoeding terug. De rol van de ouders is relatief beperkt, er spelen veel meer factoren een rol, en toch kijken we bij moeilijkheden naar de ouders. Opvoeden is veel meer een individuele taak geworden. Het sociale netwerk rond kinderen is kleiner geworden. Hulp vragen is misschien een teken dat je gefaald hebt.'

Ook grote maatschappelijke thema's spelen een rol, gaat Van Petegem voort. 'We horen veel dramatische boodschappen over de wereld die naar de knoppen gaat: AI, oorlogsdreiging, klimaatverandering. Zulke onderwerpen wekken gevoelens van onzekerheid op. Dat heeft een impact op het socialiseren van kinderen in die veranderende wereld.' Uit de Safesorry-studie naar ouderlijke betrokkenheid blijkt dat Vlaamse ouders zich het meest zorgen maken over inkomensongelijkheid. 'Als ouders bezorgd zijn over jobzekerheid, kunnen ze hun kind pushen naar richtingen waarmee je geld kan verdienen. Dat kan invloed hebben op de opvoeding.'

### Verwende kinderen

Worden kinderen die nooit hun eigen problemen moeten oplossen

later verwende of onzelfstandige volwassenen? Een voor de hand liggende gedachte, maar wetenschappelijk onderzoek kan de langetermijnevolgen van een overbeschermende opvoeding lastig bestuderen. Er spelen veel factoren mee en het is moeilijk om mensen gedurende lange tijd op te volgen. 'Als je autonomie als kind te veel ondermijnd wordt, is dat niet goed voor je zelfstandigheid en veerkracht als je volwassen bent. Dat kan de kans op mentale problemen vergroten. Maar daarnaar is nog niet veel onderzoek gedaan. Veel data zijn er niet', legt Boele uit.

Over de effecten op korte termijn bestaat wel onderzoek, onder meer binnen Safesorry. 'Jongeren die overbeschermend opgevoed worden, voelen zich wat meer verloren en weten minder goed waar ze naartoe willen. Als ouders altijd problemen uit handen hebben genomen, is het moeilijker om doelen te stellen of door te zetten bij tegenslagen', legt Van Petegem uit.

Voorts vonden grote meta-studies een verband tussen overbescherming en een lager mentaal welzijn, zoals

## Vier op de tien tieners vindt het 'helemaal oké' als hun ouders hen volgen met trackers

depressie en angst bij kinderen. Dat zie je bij verschillende culturen, genders en leeftijden. Maar het effect was relatief klein, waardoor je moeilijk kan stellen dat de twee sterk met elkaar samenhangen of dat het een het ander veroorzaakt. Ook hier speelt de kip-of-eivraag: veroorzaken ouders die gevoelens bij hun kind door een te beschermende opvoedingsstijl of voeden ouders van angstige kinderen hen gewoon wat beschermender op? 'Soms is overbescherming een reactie op hoe het met het kind gaat', zegt Boele. Bovendien spelen ook veel andere omgevingsfactoren een rol, zoals de schoolomgeving of vriendschappen.

### Onveilige wereld?

Als een heftig incident het nieuws domineert, zoals een jong meisje dat

Julie Lejeune en Mélissa Russo waren slachtoffers van seriemoordenaar Marc Dutroux. Hij heeft het idee dat een vreemd persoon per definitie gevaarlijk en niet te vertrouwen is, gevoed.

van haar fiets werd gesleurd, kan dat bij ouders en kinderen angst aanwakkeren. Hoe ga je daarmee om? 'Het is logisch dat je ervan schrikt en dat je als ouder wat alerter wordt. Toch is het belangrijk om het risico realistisch te blijven inschatten: een misdrijf is vreselijk, maar wel uitzonderlijk. De angst mag er natuurlijk zijn. Praat er ook over met je tiener. Het is normaal als die dan eventjes niet meer alleen op straat durft te zijn. Als het de balans maar niet blijvend verstoort', zegt Boele.

In Vlaanderen heeft de zaak-Marc Dutroux veel invloed gehad op de angsten van ouders en kinderen. Het nieuws over de gruwelijke kinderverdwijningen wordt vaak als keerpunt gezien. 'Vanaf dat moment werden kinderen minder vrij gelaten. Dutroux heeft het idee van *stranger danger*, het idee dat een vreemd persoon per definitie gevaarlijk en niet te vertrouwen is, zeker gevoed', zegt Van Petegem. 'Ik begrijp dat die gevoelens er zijn, maar toch is het goed om het nieuws in een context te plaatsen en angst niet als enige raadgever te gebruiken.'

Hoe weet je als ouder nu of je goed bezig bent? Of juist te controlerend bent? 'Pols zeker hoe je kind die bescherming zelf beleeft. Als ouder wil je je kind misschien beschermen en altijd dicht bij je houden. Maar je kind kan juist een zetje nodig hebben om een stap vooruit te zetten. Het kan wrang voelen, maar soms moet je je kind aanmoedigen: 'Allez, je kan het!' ■

