



Perfectionistische ouders, kwetsbare kinderen?

Overbescherming als teken van de tijd

Overbeschermende ouders krijgen de laatste jaren volop aandacht in de media. Ouders lijken zich overmatig te bemoeien met de kinderopvang of met de tijdsbesteding en het huiswerk van hun pubers. Overbeschermde kinderen ontwikkelen zich op langere termijn vaak in een extreme richting: ze geloven dat ze niets kunnen of juist dat ze onoverwinnelijk zijn. Toch vindt het Nederlands Jeugdinstituut het te ver gaan om overbescherming als een vorm van kindermishandeling te beschouwen. Ouders en kinderen hebben meer aan professionals die overbescherming signaleren en ouders helpen om in de opvoeding een evenwicht te vinden tussen veiligheid en vrijheid.

Overbescherming: opvoeding uit balans

Overbescherming is een overdreven reactie van ouders op de gevaren die hun kinderen lopen als ze de wereld gaan ontdekken. In de media duiken de laatste jaren termen op als 'hyperouders', 'überopvoeders' of 'paranoid parents'. Die termen suggereren dat er iets met ouders aan de hand is en dat hun rol in de opvoeding van hun kind op zijn minst uit balans is. Overbescherming is geen nieuw verschijnsel, maar wordt al vanaf de eerste helft van de vorige eeuw als complicatie in de opvoeding opgemerkt.

Hoe het precies komt dat ouders in de huidige maatschappij gaan overbeschermen en om hoeveel ouders het gaat, is nog onvoldoende onderzocht. Wetenschappers zijn het er wel over eens dat overbeschermende ouders doorschieten in het toezicht op hun kinderen.

Overbeschermende ouders stellen te veel grenzen, nemen hun kinderen te veel uit handen en hebben te weinig oog voor de ontwikkeling en

autonomie van hun kinderen. Daardoor ontnemen zij hun kinderen de mogelijkheid om zelf fouten te maken en daarvan te leren.

Een belangrijk kenmerk van overbescherming is dat de mate van bescherming die een ouder geeft niet past bij de ontwikkeling en de leeftijd van het kind. Overbescherming blijkt het meest voor te komen in de peutertijd en in de puberteit. Dat zijn uitgerekend de twee leeftijdsfasen waarin kinderen het juist nodig hebben om op onderzoek uit te gaan, hun grenzen te verkennen en fouten te maken.

Het is niet verwonderlijk dat overbeschermend gedrag van ouders tegenwoordig vooral in de kinderopvang aan het licht komt. Daar botsen de opvoedingsprincipes rond beschermen en loslaten het hardst op elkaar. Leidsters merken dat sommige ouders overal gevaar in zien, vooral in bezigheden die voor peuters normaal zijn zoals klimmen, rennen en overal aan zitten. Ook verbieden sommige ouders de leidsters om hun kind in de zandbak te laten spelen en komen ze verhaal halen als hun kind ruzie heeft gehad met een ander kind. Overbeschermende ouders vertrouwen anderen de opvoeding van hun kind eigenlijk niet toe, maar moeten wel als ze buitenshuis willen werken.

In de puberteit houdt overbescherming vaak in dat ouders zich te veel met de vriendschappen en prille relaties van hun kind bemoeien of dat ze voortdurend controleren of ze hun huiswerk af hebben of daar hulp bij nodig hebben. Niet voor niets wordt voor zulke ouders in de Verenigde Staten de term 'helicopterouder' gebruikt: ze cirkelen als het ware voortdurend boven hun kinderen om ze in de gaten te houden.

Verstoorde ontwikkeling door overbescherming

Overbescherming kan voor kinderen desastreuze gevolgen hebben. Hun ontwikkeling verloopt op alle fronten niet optimaal omdat ze niet de kans krijgen te ontdekken wat ze zelf kunnen.

Uit ontwikkelingspsychologisch onderzoek (Riksen-Walraven, 2000) is bekend wat kinderen in hun eerste levensjaren nodig hebben voor hun welzijn en ontwikkeling, ook gelet op het functioneren op latere leeftijd. Op basis daarvan heeft Marianne Riksen-Walraven in 2000 vier basisdoelen voor de opvoeding geformuleerd die zowel voor het gezin als voor de kinderopvang gelden:

1. het bieden van emotionele veiligheid;
2. gelegenheid tot het ontwikkelen van persoonlijke competenties;
3. gelegenheid tot het ontwikkelen van sociale competenties;
4. het overdragen van normen en waarden ofwel: cultuur.

Om deze doelen te kunnen halen, moeten opvoeders kinderen fysieke, emotionele, mentale en sociale ruimte bieden en tegelijkertijd grenzen stellen aan hun gedrag.

Als kinderen al vanaf hun geboorte te veel beschermd worden, raakt eerst hun lichamelijke ontwikkeling verstoord. Kinderen die te weinig kansen krijgen om zelf te bewegen en de mogelijkheden van hun lichaam te ontdekken, lopen het risico een bewegingsachterstand te krijgen (Pijl, 2007). Bovendien leren peuters die weinig lopen, klimmen en aanraken niet goed hoe ze risico's moeten inschatten. Een kind dat nooit uit een klimrek valt, leert ook niet hoe hij dat de volgende keer kan voorkomen. Om iets te leren, moeten kinderen dus de kans krijgen om te oefenen. Doen ze dat niet, dan neemt het risico op ongelukken op termijn eerder toe dan af. Dat geldt bij uitstek in de puberteit, maar dan niet alleen op lichamelijk gebied, maar ook emotioneel, intellectueel en sociaal. Een jongere die niet leert zelfstandig zijn huiswerk te doen of zijn vriendschappen en relaties te kie-

zen, komt later in zijn leven onvermijdelijk alsnog in de problemen.

Overbeschermende ouders geven hun kinderen voortdurend de boodschap dat de wereld onveilig is en dat ze altijd op hun hoede moeten zijn. Nog schadelijker is dat een kind daardoor het gevoel kan krijgen dat zijn ouders geen vertrouwen in hem hebben. Want hoe kan een kind in zichzelf leren geloven als hij het gevoel heeft dat zijn ouders niet in hem geloven? Overbeschermde kinderen ontwikkelen zich vaak op de langere termijn in een extreme richting: ze geloven dat ze niets kunnen of juist dat ze onoverwinnelijk zijn.

Overbezorgde ouders en controle

Dat er tegenwoordig ouders zijn met de neiging tot overbescherming heeft alles te maken met hun eigen ambities en hun kijk op de samenleving. Ouders zijn meestal overbeschermend uit liefde en zorgzaamheid in combinatie met angst. Met kenmerken van het kind die het kwetsbaarder maken dan gemiddeld heeft die angst weinig te maken: opvallend genoeg zijn ouders van kinderen met een chronische ziekte of een lichamelijke of verstandelijke beperking zich vaak wel bewust van het risico op overbescherming.

Overbescherming kan daarnaast samenhangen met een autoritaire opvoedingsstijl waarin ouders controle belangrijker vinden dan warmte. Deze ouders zitten hun kinderen niet te dicht op de huid uit bezorgdheid, maar vanuit de wil het kind te sturen in de gewenste richting. In dat geval bestaat het risico op lichamelijke en emotionele verwaarlozing.

Tegenwoordig willen overbeschermende ouders vooral voorkomen dat hun kind iets naars meemaakt en willen daarom alles voor hem regelen. Ze zijn zich er meestal niet van bewust dat zij hun kind daarmee tekort doen. Soms zijn ze in een vicieuze cirkel beland omdat hun kind bijvoorbeeld een motorische achterstand heeft opgelopen doordat hij niets zelf mocht ontdekken. In de ogen van zijn ouders heeft hij echter nog meer bescherming nodig omdat hij die motorische achterstand heeft.

Huidige hoge verwachtingen en angst

De vraag is hoe het komt dat sommige ouders tegenwoordig zo bang zijn voor alles wat hun kind kan overkomen dat ze het niet de kans geven om te leren zich daartegen te verweren. De overmaat aan kennis over risico's in de opvoeding is maar een gedeeltelijke verklaring, want dan zouden ouders ook op de hoogte moeten zijn van de risico's van overbescherming. Hoge verwachtingen van het ouderschap en van de maakbaarheid van kinderen spelen vermoedelijk ook een rol. Ouders rekenen het zichzelf aan als ze niet het maximale uit hun kind halen.

Daarnaast zijn er ouders die met argusogen naar de samenleving kijken omdat ze die gevaarlijk, hard en individualistisch vinden. Zij worden voortdurend in hun angst en wantrouwen bevestigd door berichten over verkeers- en speelongelukken, ontvoeringen, mishandelingen en geweldsincidenten. Ook al is de kans dat het hun eigen kind overkomt klein, ze nemen liever het zekere voor het onzekere en proberen elk risico voor hun kind uit te sluiten.

Veiligheid en ruimte in evenwicht

Overbeschermende ouders weten niet hoe vrij ze hun kind kunnen laten zonder dat ze daar door anderen op worden aangekeken. Het kan voor ouders moeilijk zijn om te zien dat hun

kind pijn lijdt of verdriet heeft en zich tegelijkertijd te realiseren dat hun kind juist daardoor kan groeien en zelfstandiger worden. De vraag is hoeveel ruimte ze hun kind kunnen geven zonder het echt in gevaar te brengen.

Het Nederlands Jeugdinstituut vindt het belangrijk dat professionals deze vragen van ouders serieus nemen, overbescherming signaleren en de motieven van ouders proberen te begrijpen. Het heeft geen zin om ouders op een beschuldigende toon te benaderen als ze het beste met hun kind voor hebben. Het gaat erom dat overbeschermende ouders zelf inzien wat hun kind nodig heeft om zich evenwichtig te ontwikkelen. Die discussies kunnen plaatsvinden op school en in de kinderopvang, bij gesprekken tussen ouders en professionals, en tijdens besprekingen van professionals onderling.

Bronnen

- Geurts, E. (2010), 'Overbescherming, een vorm van kindermishandeling?', in: J. van der Ploeg en R. de Groot (red.), 'Kindermishandeling: een complex probleem'. Antwerpen/Apeldoorn, Garant, p. 89-106
- Pijl, M. (2007) Bewegingsachterstand door overbescherming, GPD. www.mandypijl.nl/artikelen/motoriek.pdf.
- Riksen-Walraven, J.M.A. (2000) Tijd voor kwaliteit in de kinderopvang. Amsterdam: Vossiuspers AUP.

Het Nederlands Jeugdinstituut is het landelijk kennisinstituut voor jeugd- en opvoedingsvraagstukken. Het werkterrein van het Nederlands Jeugdinstituut strekt zich uit van de jeugdgezondheidszorg, opvang, educatie en jeugdwelzijn tot opvoedingsondersteuning, jeugdzorg en jeugdbescherming evenals aangrenzende werkvelden als onderwijs, justitie en internationale jongerenprojecten. Voor vragen of advies kunt u contact opnemen met het Nederlands Jeugdinstituut via de afdeling Communicatie (030) 230 63 49. Of kijk op onze website www.nji.nl.