

Ouder-kind relatie centraal: waarom eigenlijk?

Bij de Gordontrainingen voor ouders staat een gezonde, plezierige ouder-kind relatie centraal. Waarom eigenlijk? Divers wetenschappelijk onderzoek laat het belang hiervan zien. Een ontspannen en positieve ouder-kindrelatie heeft een positief effect op de ontwikkelkansen voor kinderen, bevordert een veilige hechting en helpt om gedragsproblemen te voorkomen. (Marsman, Oldehinkel, Orme & Buitelaar, 2012; Schwartz et al., 2009; Prinzie, Stams & Hoeve, 2008; Dekovic, Janssens & van As, 2003; Dishion 2005; De Waal 2002).

Belangrijke ingrediënten voor het bereiken van een gezonde ouder-kind relatie zijn: Een responsieve houding, respect voor de autonomie, duidelijke communicatie en effectieve conflictoplossingsstrategieën. In dit artikel worden dit nader toegelicht.

Responsiviteit als basis

Om een goede relatie op te bouwen, is het van belang dat opvoeders 'sensitief responsief' zijn. Dit betekent dat opvoeders de signalen van het kind opmerken, deze correct interpreteren en er adequaat en passend op reageren. Zij zien het als het kind sip kijkt en weten dat het kind daarmee aangeeft behoefte te hebben aan contact of aan een andere vorm van emotionele ondersteuning. Sensitieve responsiviteit wordt algemeen erkend als een basaal aspect van het gedrag van de opvoeder in interacties met kinderen vanaf de geboorte (Bornstein, Tamis-Lemonda, Hahn & Haynes, 2008; de Kruif et al., 2007). Helmerhorst, Riksen-Walraven, Vermeer, Fukkink, & Tavecchio, 2014; Bornstein et al., 2008; Eshel, Daelmans, Cabral de Meno & Martines, 2006; De Waal 2002).

Een sensitieve houding van de opvoeder beschermt de kinderen tegen stress en bevordert de veilige gehechtheidsrelatie (de Kruif et al., 2007) Het biedt emotionele veiligheid en bevordert sociale, verbale en intellectuele mogelijkheden (Bornstein et al. 2008).

Autonomie: ruimte geven

Kinderen hebben diverse behoeften. Een belangrijke behoefte van kinderen is de behoefte aan autonomie. Dit betekent dat kinderen ruimte nodig hebben: om iets uit te proberen, zelf iets te ondernemen, zelf problemen op te lossen, eigen oplossingen en ideeën te hebben. Af en toe 'loslaten' komt de drang van het kind naar zelfstandigheid ten goede, almede de relatie tussen ouder en kind. Daarentegen heeft intrusiviteit, dat wil zeggen een opdringerige interactiestijl, een negatief effect (de Kruif et al., 2007). Ouderlijke intrusiviteit wordt geassocieerd met lagere ontwikkelingsuitkomsten en lager cognitief presteren (Klein & Feldman, 2007).

Communicatie heeft een sleutelrol

Opvoeden vindt plaats via communicatie. De wijze van communiceren heeft een groot effect op de relatie tussen ouder en kind. Waylen (2008) stelt zelfs dat de communicatie tussen ouders en kind een sleutelrol speelt bij het bewerkstelligen van de rol van de familie als beschermende factor.

Communicatie van hoge kwaliteit levert een bijdrage aan de gezondheid en welbevinden van kinderen (Steinberg, 2002, Molcho, 2007, Woodward, 2003). Verder blijken jongeren met ouders die beschikken over betere communicatievaardigheden beter te herstellen van een stressvolle interactie (Afifi, Granger, Denes, Josep & Aldeis, 2011).

Factoren die de communicatie tussen opvoeders en kinderen vergemakkelijken zijn: 'een interactieve communicatiestijl waarbij de ouder en het kind zich vrij voelen om onderwerpen in te brengen, effectieve niet-beoordelende vorm van luisteren en een ouder die gezien wordt als betrouwbaar' (Tamara, 2008). Daarentegen kunnen verwarrende of tegenstrijdige boodschappen bij het kind leiden tot onbegrip, misverstanden of verzet. Dat geldt des te meer voor communicatie op negatieve wijze.

Dreigen, (ver)oordelen, het geven van bevelen, moraliseren, beschuldigen, sarcasme, preken, beleren, kleineren, vergelijken ('kijk eens naar je broertje') en uitschelden beïnvloeden de ouder-kindrelatie negatief (Davidson & Wood, 2004; Gordon, 2000). Zowel insensitieve communicatie door de ouder, als ook inadequate conflictoplossingsstrategieën hangen samen met een slechte ouder-kindrelatie (Juffer, Bakermans-Kranenburg & Van IJzendoorn, 2008; Lemmens, 2011). Andersom wordt vertrouwen geassocieerd met gezonde ouder-kindrelaties (Kerr, 1999).

Conflicten effectief oplossen

Conflicten treden op in elke opvoedsituatie. Bijvoorbeeld als de ouder en het kind strijdige behoeften hebben. De wijze van conflictoplossing kan de ouder-kindrelatie beïnvloeden. Georgiou & Fanti (2013) geven aan dat ouder en kind gezamenlijk hun relatie construeren en op den duur elkaars gedrag beïnvloeden. Wanneer conflicten effectief worden opgelost, zal de ouder-kind relatie positief en ontspannen blijven. Maar bij het niet-effectief oplossen van conflicten kan een coërcive cirkel ontstaan, waarbij conflicten tussen ouder en kind steeds opnieuw op een negatieve wijze worden beslecht. Dit vergroot het aantal conflicten (Patterson, 1982; Georgiou & Fanti, 2013). Veel conflicten kunnen leiden tot verminderd emotioneel welbevinden en dit kan chronische gevolgen hebben voor de emotionele aanpassing (Chung, 2009).

Zowel een permissieve wijze van conflictoplossing (het probleem uit de weg gaan) als een autoritaire wijze van conflictoplossing (het afdwingen van gehoorzaamheid met straffen, belonen en negeren) wordt door verschillend onderzoek gezien als niet-effectief. Bij het uit de weg gaan van de conflicten leert het kind niet of onvoldoende met conflicten omgaan. Bij een autoritaire wijze van conflictoplossing, gericht op controle, wordt de autonomie van het kind beperkt (Bucx, 2011). De wijze van conflictoplossing van de ouders speelt ook een belangrijke rol bij het helpen managen van conflicten met broertjes en zusjes (Howe, Fiorentino & Gariépy, 2003). Kinderen lijken te leren van het voorbeeld van hun ouders. Zo lieten Laible, Ross en Thompson (2002) zien dat moeders die vooral uitleg en toelichting gebruikten en weinig dreigementen of bevelen gaven, kinderen hadden die dezelfde strategieën gebruikten tijdens conflicten. Dit bevordert sociaal gedrag van kinderen.

Gordontraining

Bovenstaande onderzoeken tonen aan hoe belangrijk communicatie en conflictoplossing is in het contact tussen opvoeder en kind. In de Gordontraining voor ouders staan responsieve en autonomiebevorderende communicatievaardigheden centraal en wordt ruim aandacht besteed aan een respectvolle en democratische wijze van conflictoplossing. Zie voor meer informatie www.gordontraining.nl en de onderzoeksartikelen over actief luisteren, ik-boodschappen en de overlegmethode.

Saskia Henderson (2018)

Gebruikte artikelen:

- Afifi, T.D. , Granger, D.A. Denes, Joseph, A., Aldeis, D. (2011, 25 juli) Parents' Communication Skills and Adolescents' Salivary α -Amylase and Cortisol Response Patterns, *Communication Monographs*, vol 78, no 3, 273-295
- Bornstein, M.H., Tamis-LeMonda, C.S., Hahn, C.S., Haynes, O.M. (2008), Maternal responsiveness to young children at three ages: longitudinal analysis of a multidimensional, modular, and specific parenting construct., *Development Psychology*. 44(3):867-74.

- Bryant, L. (2009). The art of active listening. *Practice Nurse*, 37(6), 49–52.
- Bucx, F. (red.) (2011). *Gezinsrapport 2011. Een portret van een gezinsleven in Nederland*. Den Haag, Sociaal C. Planbureau.
- Chung, G.H., Flook, L., Fuligni, A.J. (2009) Daily Family Conflict and Emotional Distress Among Adolescents from Latin American, Asian, and European Backgrounds
- Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: *international report from the 2009/2010 survey*. Copenhagen, WHO Regional Office for Europe, (Health Policy for Children and Adolescents, No. 6
- Davidson, J., Wood, C. (2004), a conflict resolution model, *Theory into Practice*, 43 (1) 6-13, binnengehaald 12 september 2013 http://dx.doi.org/10.1207/s15430421tip4301_2
- Dekovic, M., Janssens, J.M.A.M., As, van N.M.C. (2003) Family predictors of antisocial behavior in adolescence. *Family Process*, 42, 223-235.
- Dishion, T.J., Dodge, K.A. (2005) Peer contagion in interventions for children and adolescents: moving towards an understanding of the ecology and dynamics of change. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 33, 395-400.
- Eshel, E., Daelmans, B., Cabral de Meno, M., Martines, J. (2006), Responsive parenting: interventions and outcomes, *Bulletin of the World Health Organization* 84:992-999.
- Georgiou S.N, Fanti, K.A., (2014) Transactional associations between mother–child conflict and child externalising and internalising problems, *Educational Psychology, An International Journal of Experimental Educational Psychology*, 34:2, 133-153
- Gordon, Thomas (2000) *Luisteren naar kinderen*. De nieuwe methode voor overleg in het gezin. Utrecht, Kosmos Uitgevers
- Helmerhorst, K.O.W., Riksen-Walraven, J.M., Vermeer, H.J., Fukink, R.G., en Tavecchio, W.C. (2014): Measuring the Interactive Skills of Caregivers in Child Care Centers: Development and Validation of the Caregiver Interaction Profile Scales, *Early Education and Development*, 0: 1–21
- Howe, N., Fiorentino, L.M., Gariépy N. (2003) Sibling Conflict in Middle Childhood: Influence of Maternal Context and Mother-Sibling Interaction over Four Years, *Merrill-Palmer Quarterly (1982-), Vol. 49, No. 2 (April 2003)*, pp. 183-208
- Juffer, F., Bakermans-Kranenburg, M. J., & Van IJzendoorn, M. H., (2008). *Promoting Positive Parenting: An attachment-based intervention*. New York, London: Erlbaum.
- Kerr, M., Stattin, H., Trost, K. (1999), To know you is to trust you: parent's trust is rooted in child disclosure of information, *Journal of Adolescence*, 22, 737-752
- Klein, P. S., & Feldman, R. (2007). Mothers' and caregivers' interactive and teaching behavior with toddlers. *Early Child Development and Care*, 177, 383-402. doi:10.1080/03004430600551682
- De Kruijf, R.E.L., Vermeer, H.J., Fukink, R.G., Riksen-Walraven, J.M.A., Tavecchio, L.W.C., van IJzendoorn, M.H. & van Zeijl, J. (2007). *De Nationale Studie Pedagogische Kwaliteit Kinderopvang Eindrapport Project 0 en 1*. Amsterdam: NCKO.
- Laible, D.B., Ross A. Thompson, (2002) Mother-Child Conflict in the Toddler Years: Lessons in Emotion, Morality, and Relationships, *Child Development*, Vol. 73, No. 4 (Jul. - Aug., 2002), pp. 1187-1203, <http://www.jstor>.
- Lemmens, M.A. (2011), Parent Effectiveness Training, *Issues in Mental Health Nursing*, 32:137-139
- Marsman, R. AOldehinkel, A.J., Ormel, J, Buitelaar, J.K., (2012) The dopamine receptor D4 gene and familial loading interact with perceived parenting in predicting externalizing behavior problems in early adolescence: The Tracking Adolescents' Individual Lives Survey Psychiatry Research, *Volume 209, Issue 1*, Pages 66–73, August 30, 2013
- Patterson, G. R. (1982). Coercive family process: A social learning approach. Eugene, OR: Castalia. In Merlevede, E., Meerschaert, T., Bosmans, G., De Mey, W., & Braet, C. (2004) *Kinderen... de baas!?: praktijkboek voor deskundigen: een training in opvoedingsvaardigheden voor ouders van jonge kinderen met gedragsproblemen*. Garant.
- Prinzle, P., Stams, G.J., Hoeve, M. (2010) Gezinsrelaties en persoonlijkheidskenmerken van ouder en kind, in: Loeber, R., Slot, W., Laan van der, P, Hoeve, M., Graas, D. (2010) *Misdadigers van Morgen? Over de ontwikkeling en effectieve aanpak van jeugddelinquentie onder twaalfminners*, SWP.
- Schwartz, S.J., Zamboanga, B.L., Ravert, R.D., Kim, S.Y., Weisskirch, R.S., Williams, M.K. (2009) Perceived Parental Relationships and Health-Risk Behaviors in College-Attending Emerging Adults *Journal of Marriage and Family* 71 (3), 727-740
- Steinberg LS. Parenting adolescents. In: Bornstein E, ed. *Handbook of parenting*. Vol. 1. Children and parenting, 2nd ed. New Jersey, Lawrence Erlbaum Associates, 2002.
- Tamara, D., Afifi, A.J., Aldeis, D., (2008) Why can't we just talk about it? Parents' and adolescents' conversations about sex. *Journal of Adolescent Research*, 23(6):689–721.
- Waal, J.E. de (2002), In den beginne was er hechting.. de waarde van de theorieën over hechtingstijlen voor de psychotherapeutische behandeling en indicatiestelling. *Tijdschrift voor Psychotherapie* 28: 181-191
- Waylen, A., Stallard, N., Stewart-Brown, S. (2008) Parenting and health in mid-childhood: a longitudinal study. *European Journal of Public-Health*
- Woodward, M. et al. (2003) Contribution of contemporaneous risk factors to social inequality in coronary heart disease and all causes mortality *Preventive Medicine*, 36(5):561–568