

PRATEN MET KINDEREN; een cursus voor ouders van pubers

J.M.A.M. Janssens en N.M.C. van As

sectie Orthopedagogiek; gezin en gedrag

KU NIJMEGEN

1. Inleiding

In 1995 is door ons de oudercursus Praten met kinderen (van As & Janssens, 1995; 1997) op de markt gebracht. In dit hoofdstuk lichten we toe vanuit welke achtergrond de cursus tot stand is gekomen, geven we een beschrijving van de cursus en een overzicht van de resultaten van onderzoek naar de effecten ervan. We zullen die resultaten bediscussiëren en tenslotte ingaan op de vraag of je oudercursussen verplicht kunt stellen voor ouders van ontspoorde jongeren.

2. Achtergrond van de cursus

De cursus 'Praten met kinderen' is gericht op ouders die problemen ervaren met de opvoeding van kinderen in de leeftijd van 12-16 jaar. Het gaat daarbij vooral om als lastig ervaren gedrag van kinderen, zoals ongehoorzaamheid, een grote mond hebben, brutaal gedrag en agressiviteit. In de literatuur over oudercursussen wordt veelal benadrukt dat het belangrijk is om het type cursus af te stemmen op de ouders die de cursus gaan volgen. Wil een cursus effectief zijn, dan moet de cursus ingaan op vaardigheden die ouders niet of onvoldoende beheersen en op ontbrekende kennis bij ouders.

Om deze reden hebben we besloten onze nieuwe oudercursus te baseren op de resultaten van een onderzoek, waarin een groep gezinnen met een kind met gedragsproblemen vergeleken werd met een groep gezinnen met een kind dat geen gedragsproblemen vertoonde. De groepen werden met elkaar vergeleken op een aantal opvoedings- en gezinskenmerken (Janssens & van As, 1994). Vatten we de resultaten kort samen, dan kunnen we stellen dat ouders met een kind met probleemgedrag hun kind minder ondersteunen dan ouders met een kind zonder probleemgedrag. Verder bleek dat de kwaliteit van de ouder-kind relatie in de probleemgezinnen slechter was en

de communicatie tussen ouders en kind negatiever verliep. Gebaseerd op deze resultaten, hebben we besloten een oudercursus te ontwikkelen die vooral gericht zou zijn op de communicatie tussen ouders en kind. Wanneer de communicatie tussen ouders en kind verbetert, zal dat waarschijnlijk ook ten goede komen aan de kwaliteit van de relatie tussen ouders en kind en de mate waarin ouders hun kind ondersteunen.

3. De vorm en inhoud van de cursus

De oudercursus 'Praten met kinderen' bestaat uit zeven wekelijkse bijeenkomsten, van ongeveer twee uur. De cursus is ontwikkeld voor groepen van ongeveer acht tot vijftien ouders, die problemen in de opvoeding ervaren vanwege lichte vormen van externaliserend gedrag van hun kind van 12-16 jaar. De cursus is georganiseerd rond het boek 'Praten met kinderen', dat voor ouders geschreven is. Het boek laat zien hoe ouders en kinderen kunnen overleggen over conflicten en meningsverschillen, op zo'n manier dat er een oplossing gevonden wordt die voor alle partijen acceptabel is. Het boek 'Praten met kinderen, handleiding voor de begeleider' laat zien hoe zeven bijeenkomsten georganiseerd kunnen worden rond dit thema.

'Praten met kinderen' is gebaseerd op een probleemoplossingsmodel, het overlegmodel genoemd, dat uit vier stappen bestaat. In de zeven bijeenkomsten worden deze vier stappen uitgewerkt. Elke bijeenkomst bestaat uit het bespreken van de huiswerkoefeningen van de afgelopen week, een bespreking van de nieuwe stof en het doen van oefeningen (bijvoorbeeld een discussie of een rollenspel). Aan het eind van elke bijeenkomst krijgen de ouders huiswerkoefeningen, bedoeld om dat wat besproken is te overdenken of te oefenen.

In de eerste bijeenkomst wordt het overlegmodel geïntroduceerd. De eerste stap van het overlegmodel bestaat uit het bespreken van het conflict of meningsverschil. Voor het bespreken van een probleem zijn er twee dingen erg belangrijk: goed luisteren naar elkaar en je eigen mening geven over het probleem. In de tweede bijeenkomst wordt besproken hoe ouders goed kunnen luisteren en aan hun kind kunnen laten merken dat ze luisteren. Er worden vijf aspecten van goed luisteren

besproken: het aannemen van een goede luisterhouding, vragen om meer informatie, meeleven met het kind, niet impulsief reageren, en actief luisteren. Een goede luisterhouding aannemen betekent dat de ouder het kind aankijkt, niet in de rede valt en korte luisterreacties geeft, als 'ja', 'hmhmm'. Door meer informatie te vragen kan de ouder proberen meer zicht te krijgen op hoe het kind denkt over het probleem of wat het wil. Meeleven met het kind betekent dat de ouder laat merken de gevoelens van het kind te begrijpen, door bijvoorbeeld enthousiast te reageren op een enthousiast verhaal van het kind of door zorgen van het kind serieus te nemen. Het weerhouden van impulsieve reacties betekent dat de ouder het kind uit laat spreken, zonder onmiddellijk boosheid, wantrouwen of afkeuring te laten merken. Het gaat erom dat de ouder luistert naar wat het kind te vertellen heeft en rustig op zijn of haar beurt wacht om zijn of haar mening over het onderwerp te geven. Actief luisteren tenslotte betekent dat de ouder in eigen woorden de gedachten en gevoelens van het kind samenvat om na te gaan of hij of zij het kind goed begrepen heeft

In de derde bijeenkomst wordt aandacht besteed aan het geven van je mening over een probleem en het ter sprake brengen van een onderwerp. Er wordt een aantal tips en regels besproken om een open sfeer te creëren, waarin ieder zijn of haar mening kan geven, zonder zich aangevallen te voelen door de andere gezinsleden. Deze regels zijn de volgende: beschrijf het probleem zo precies en concreet mogelijk (zodat er geen misverstanden over kunnen ontstaan); veroordeel het gedrag, niet de persoon (het is bijvoorbeeld beter om te zeggen dat het kind zich lui *gedraagt* door te lang in bed te blijven liggen, dan te zeggen dat het kind een luilak *is*); geef opbouwende kritiek (hierbij beschrijft de ouder niet alleen het ongewenste gedrag van het kind, maar geeft de ouder ook een alternatief door het gewenste gedrag te omschrijven); wees toekomstgericht (in plaats van te blijven discussiëren over in het verleden gemaakte fouten), stel geen overbodige 'waarom-vragen' (die vaak niet zozeer bedoeld zijn om informatie te verkrijgen, maar vooral bedoeld zijn als verwijt); houd het kort (aangezien een lange preek of lezing veel weerstand en verzet op kan roepen bij het kind); blijf vriendelijk (om de kans te vergroten dat het kind ook vriendelijk

reageert); probeer begrip te tonen (om het kind niet in de verdediging te drukken en om de kans te vergroten dat het kind ook begrip voor de ouder probeert op te brengen), vermijd de schuldvraag (omdat de schuldvraag meestal tot eindeloze welles-nietes discussies leidt en het vaak ook niet zo duidelijk is wie een probleem veroorzaakt heeft, omdat beide partijen een aandeel in het probleem hebben) en bespreek één probleem tegelijk (om ervoor te zorgen dat het ook lukt om een oplossing te vinden en om niet afgeleid te worden door allerlei andere problemen).

In de vierde bijeenkomst wordt de eerste stap van het overlegmodel nog eens herhaald en wordt geoefend met goed luisteren en met het geven van je eigen mening over een probleem volgens de tips en regels die hierboven besproken zijn.

In de vijfde bijeenkomst wordt de tweede stap van het overlegmodel besproken, het bedenken van zo veel mogelijk oplossingen voor het probleem. Elke oplossing moet serieus overwogen worden, want ook gekke, grappige of onmogelijke oplossingen kunnen iets bruikbaar in zich dragen, of leiden tot nieuwe, bruikbare ideeën. Om in een prettige, ontspannen sfeer tot een lijst van oplossingen te komen, is het belangrijk dat iedereen die betrokken is bij het probleem ook bijdraagt aan het vinden van oplossingen, dat zowel ouders als kind zo veel mogelijk oplossingen proberen te bedenken en het niet te snel opgeven, dat ieder zijn of haar fantasie gebruikt, dat de suggesties nog niet beoordeeld worden, dat de gezinsleden elkaar niet op een negatieve manier bekritisieren om de suggesties die ze doen en tenslotte dat alle oplossingen opgeschreven worden. Eventueel kunnen ouders en kind ook brainstormen over het gebruik van beloningen of straf om elkaar te stimuleren om zich aan de nader te maken afspraken te houden. Ze kunnen nagaan wat de straf zou kunnen zijn wanneer iemand zich niet aan zijn of haar afspraken houdt, en wat de beloning zou kunnen zijn wanneer hij of zij dat wel doet.

De zesde bijeenkomst is voornamelijk gewijd aan de derde stap van het overlegmodel, het kiezen van een oplossing en het maken van afspraken over de uitvoering van de gekozen oplossing. Bij het kiezen van een oplossing moet nagegaan worden of de gekozen oplossing praktisch uitvoerbaar is en of alle partijen tevreden

zijn met de gekozen oplossing. Verder is het belangrijk dat ouders en kind bereid zijn om een oplossing voorlopig uit te proberen, ook al is die niet helemaal perfect. Om tot een keuze te komen is het goed om de lijst met oplossingen nog eens goed door te lezen. Vervolgens kunnen de oplossingen waarover iedereen het eens is dat ze niet zullen werken, weggestreept worden. Van de overige oplossingen kunnen de voor- en nadelen besproken worden, waarbij het belangrijk is dat zowel ouders als kind hun mening hierover kunnen geven zonder bekritiseerd te worden. Vervolgens dient een oplossing geselecteerd te worden om voorlopig uit te proberen. Het is belangrijk dat er duidelijke afspraken over de uitvoering gemaakt worden, zodat daar naderhand geen misverstanden over kunnen ontstaan. Ook kan afgesproken worden wanneer de gekozen oplossing geëvalueerd zal worden. Hiermee zijn we aangekomen bij de vierde stap van het overlegmodel, het beoordelen van de gekozen oplossing. Als een oplossing enige tijd uitgeprobeerd is, moet nagegaan worden of het probleem inderdaad naar ieders tevredenheid opgelost is.

In de zevende bijeenkomst wordt geen nieuwe stof meer behandeld. De bijeenkomst wordt besteed aan het oefenen van de communicatieve vaardigheden die de afgelopen weken de revue zijn gepasseerd. Bij voorkeur wordt geoefend aan de hand van voorbeelden van conflicten die ouders thuis zelf mee hebben gemaakt.

4. Effecten van de cursus

Inmiddels is onderzoek gedaan naar de effecten van de cursus (van As, 1999). Bij dit onderzoek is een groep ouders die de cursus gevolgd heeft, vergeleken met een groep ouders die op dat moment de cursus nog niet gevolgd had m.b.v. een pretest posttest control group design. In beide groepen zijn voor- en nametingen verricht door middel van observaties. Ouders en kind werd bij elke observatie gevraagd om elk een onderwerp op te schrijven waarover ze het niet eens waren. Vervolgens werden ze uitgenodigd om de opgeschreven onderwerpen om de beurt te bespreken en te proberen er een oplossing voor te vinden. De discussie hierover mocht 20 minuten duren.

Van de discussie tussen ouders en kind, die op video werd opgenomen, werd *per uitspraak* genoteerd van wie die uitspraak was, tot wie de boodschap gericht was en wat de inhoud van de boodschap was. De discussies bestonden voor het merendeel uit korte zinnen. Van elke zin of uitspraak werd allereerst nagegaan met welke fase van het overlegmodel men bezig was: het bespreken van het probleem en van de verschillende standpunten (stap één), het bedenken van mogelijke oplossingen (stap twee), het kiezen van een oplossing en maken van afspraken over de uitvoering ervan (stap drie) of het maken van afspraken over de evaluatie van de gekozen oplossing (stap vier). Tevens werd van elke zin of uitspraak nagegaan of er sprake was van:

1. Positieve communicatie

Hieronder vallen alle uitspraken die bijdragen aan een constructieve discussie over het probleem en aan het vinden van een oplossing, bijvoorbeeld het toelichten van een standpunt, het stellen van vragen om meer informatie te verkrijgen, goed luisteren, het tonen van begrip, het bedenken en toelichten van mogelijke oplossingen, het kiezen van een oplossing en maken van afspraken over de uitvoering ervan, het opschrijven van oplossingen en van gemaakte afspraken en ondersteunende opmerkingen (het eens zijn met de anderen, goedkeuring tonen of grapjes maken).

2. Negatieve communicatie

Hieronder vallen uitspraken die niet bijdragen aan een goed verloop van het overlegproces en aan een goede, ontspannen sfeer. Te denken valt aan het geven van kritiek, het afkeuren van standpunten of gedrag van een ander, het uiten van irritatie, het direct afkeuren van mogelijke oplossingen, het forceren van een oplossing zonder overleg toe te staan, het niet eens zijn met elkaar, het zich terugtrekken uit de discussie en het ter sprake brengen van irrelevante onderwerpen.

3. Neutrale communicatie

Hieronder vallen alle uitspraken die niet direct met de taaksituatie te maken hebben (bijvoorbeeld: 'lust jij nog koffie?', 'waar is een pen?' of 'de telefoon gaat'). Er zijn alleen effecten van de cursus gevonden op de communicatie tussen moeder en kind, en niet voor de communicatie tussen vader en kind. Zowel moeders als kinderen

bleken na het volgen van de cursus positiever met elkaar te communiceren. Tijdens stap één, het bespreken van het probleem, gold voor moeders die de cursus gevolgd hadden en voor hun kinderen dat ze bij de tweede observatie (na de cursus) meer op een positieve en minder op een negatieve manier met elkaar praatten dan tijdens de eerste observatie (voor de cursus). Voor de moeders en kinderen uit de controlegezinnen gold het omgekeerde. Zij communiceerden bij de tweede observatie meer negatief en minder positief met elkaar dan bij de eerste observatie. Tijdens stap twee, drie en vier, het vinden van oplossingen voor het probleem, vonden we hetzelfde, maar dan alleen voor de communicatie van de kinderen tot hun moeders. De kinderen van ouders die de cursus gevolgd hadden, praatten meer positief en minder negatief tegen hun moeders nadat hun moeders de cursus gevolgd hadden dan ervoor. De kinderen wier moeders de cursus nog niet gevolgd hadden, praatten bij de tweede observatie minder positief en meer negatief tegen hun moeders dan tijdens de eerste observatie.

5. Discussie

De resultaten laten zien dat het volgen van de oudercursus iets veranderd heeft in de manier waarop moeders met hun kind overleggen over conflicten en meningverschillen: ze gaan dat meer op een positieve en minder op een negatieve manier doen. Opvallend genoeg heeft het volgen van de oudercursus ook effect op de manier waarop de kinderen tegen hun moeders praten, terwijl de kinderen zelf de cursus niet gevolgd hebben! Het lijkt er dus op dat een verandering in de manier waarop ouders een meningsverschil ter sprake brengen en aanpakken, ook leidt tot een verandering in de manier waarop het kind met de ouders communiceert. Verder is het opvallend dat tijdens de eerste stap van het overlegproces, het bespreken van het probleem, een effect van de cursus is aangetoond op zowel de communicatie van moeder gericht tot het kind als de communicatie van het kind gericht tot moeder. Tijdens stap twee tot en met vier daarentegen, is alleen een effect van de cursus aangetoond op de communicatie van het kind gericht tot moeder. Het lijkt er dus op dat de manier waarop moeders overleggen over een probleem en een onderwerp ter

sprake brengen een blijvend effect heeft op de manier waarop het kind reageert. De kinderen communiceerden immers niet alleen positiever met hun moeders tijdens stap één, het bespreken van het onderwerp, maar ook tijdens stap twee, drie en vier, het vinden van oplossingen. Dit suggereert dat de manier waarop ouders een onderwerp ter sprake brengen, erg belangrijk en bepalend kan zijn voor de reactie van het kind en voor het verdere verloop van het gesprek.

Zoals reeds gezegd is, hebben we geen effect van de oudercursus kunnen vinden op de communicatie tussen vader en kind. Een mogelijke verklaring zou kunnen zijn, dat vaders over het algemeen meer werkten en minder thuis waren met de kinderen, dan moeders. Misschien zijn vaders daardoor minder gewend om met de kinderen te praten over conflicten en meningsverschillen. Mogelijk is het bespreken van conflicten eerder een taak van moeders en hebben moeders ook meer geoefend in het toepassen van de vaardigheden uit de oudercursus. Tot slot is het mogelijk dat vaders en moeders een andere rol spelen in het bespreken van conflicten en meningsverschillen met de kinderen. Misschien is het zo dat moeders meer overleggen met hun kinderen en argumenten uitwisselen, terwijl vaders goed luisteren. Mogelijk bestaat de rol van vaders meer uit het uiteindelijk samenvatten van alle standpunten of het doorhakken van knopen en aansturen op het nemen van een beslissing. Dit zijn veronderstellingen die nader onderzocht zouden moeten worden.

Ouders schreven zich vrijwillig in voor onze cursus. De laatste tijd wordt steeds vaker gepleit voor gedwongen hulpverlening aan ouders wier kind de fout ingaat. Ouders moeten worden aangesproken op hun verantwoordelijkheid. Dat zou in praktijk betekenen, dat je ouders bijvoorbeeld zou moeten verplichten een oudercursus te volgen. We hebben verschillende redenen om aan het nut van zo'n maatregel te twijfelen. Die redenen hebben betrekking op het unicausale denken dat achter dit soort voorstellen schuil gaat, op het onderschatten van het belang van de motivatie van ouders om aan zo'n cursus deel te nemen, en op het niet 'afstraffen' van de dader van de wetsovertreding, het kind zelf.

Pleiten voor een verplichte opvoedcursus voor ouders wier kinderen wetsovertredingen begaan, veronderstelt twee zaken. Op de eerste plaats gaat men ervan uit dat de gedragsproblemen van het kind door ouders veroorzaakt worden. Aan hen legt men immers de straf op, het verplicht volgen van een cursus. Op de tweede plaats gaat men ervan uit, dat verandering in opvoedingsgedrag door middel van die cursus wel een positief effect zal hebben op het gedrag van het kind. Uit allerlei onderzoek blijkt dat correlaties tussen opvoedingsgedrag van ouders en gedragsproblemen van kinderen gemiddeld genomen niet hoger dan .20 zijn, en dan praten we nog niet over de niet significant gevonden correlaties waarover niet gepubliceerd is. Alleen al op grond van deze gegevens is het erg simplistisch alleen te pleiten voor het verplicht opleggen van een oudercursus. De beschuldigende vinger gaat richting ouders, terwijl uit onderzoek blijkt dat zij op de ontwikkeling van hun kind maar beperkte invloed hebben.

Daarnaast wordt verondersteld wordt dat opvoedcursussen zowel effect hebben op het opvoedingsgedrag van ouders, alsook zouden leiden tot vermindering van probleemgedrag van kinderen. Het betreft opnieuw een assumptie die nauwelijks hard te maken is op basis van empirisch onderzoek. Door van As (1999) is een overzicht gemaakt van de effecten van oudercursussen. Cursussen hebben wel effect op ouders en kinderen, maar de effecten zijn gering.

Wat verder opvalt in de pleidooien voor gedwongen oudercursussen, is dat er met geen woord gerept wordt over de motivatie van ouders om aan een dergelijke cursus deel te nemen. We schatten die motivatie vooralsnog als zeer gering in. In feite worden ouders veroordeeld voor misstappen van hun kind, en het lijkt ons alleszins redelijk om aan te nemen dat zo'n veroordeling weerstand oproept. Omdat het moet en omdat er wellicht verdergaande sancties als ondertoezichtstelling (OTS) dreigen, zullen ouders de cursus bezoeken, maar daar blijft het dan ook bij. Waarom gaat men in dit soort discussies toch zo gemakkelijk voorbij aan een beginsel dat ten grondslag ligt aan iedere vorm van hulpverlening; hulpverlening kan pas effectvol plaatsvinden, als er een vertrouwensrelatie is ontstaan tussen hulpverlener en cliënt.

Het voorgaande impliceert overigens niet dat we mordicus tegen het volgen van een oudercursus zijn als het gaat om ouders van ontspoorde jongeren. Kiest men voor die benadering, dan is er alleen kans op succes, als ouders tevoren gemotiveerd worden aan zo'n cursus deel te nemen. En bij dat motiveren moet niet het accent gelegd worden op de schuldvraag, maar op de vraag hoe je als ouder kunt omgaan met en kunt reageren op problematisch gedrag van het kind. Het moeten cursussen op maat worden die toegesneden zijn op de opvoedingsproblemen waarmee ouders worstelen.

Een derde reden om te twijfelen aan het nut van verplichte oudercursussen is dat de interventie alleen indirect op het kind gericht is. In toenemende mate wordt erkend dat ook kinderen geen lieverdjes behoeven te zijn en wordt aangedrongen op interventies gericht op de kinderen zelf of op het gezin als geheel. Om twee redenen zouden programma's die gericht zijn op ambulante gezinsbegeleiding wel eens meer effect kunnen hebben dan programma's die zich vooral richten op opvoedingsgedrag van ouders of op directe interventie bij het kind zelf. Op de eerste plaats, omdat het kind bij het programma betrokken wordt. Voor ouders wordt duidelijk dat niet alleen bij hen de oorzaak van alle ellende gezocht moet worden. Een tweede reden om onze hoop te vestigen op deze gezinsprogramma's is gelegen in het intensieve karakter ervan. In gezinnen waarin een jongere ontspoorde is, is er vaak veel meer aan de hand dan alleen opvoedingsproblematiek. Vaak is er ook sprake van individuele, relationele, materiële en maatschappelijke problematiek, en ook op oplossing van die problemen zijn de intensieve gezinsprogramma's gericht. Maar ook voor deze intensieve thuisprogramma's geldt dat deze alleen dan effectief kunnen zijn als ouders gemotiveerd zijn om verandering in hun situatie aan te brengen. Deze programma's zullen nauwelijks effect hebben bij het ontbreken van motivatie. En daar ligt de eerste taak van de hulpverlener. Maak het gezin duidelijk wat je te bieden hebt. Pas daarna kan effectieve hulp tot stand komen.

6. Literatuur

As, N.M.C. van (1999). Family functioning and child behavior problems.

Nijmegen: KUN (dissertatie).

As, N.M.C. van & Janssens, J.M.A.M. (1995). Praten met kinderen. Een boek voor ouders en andere opvoeders. Leuven: Garant.

As, N.M.C. van & Janssens, J.M.A.M. (1997). Praten met kinderen. Handboek voor de begeleider. Leuven: Garant.

Janssens, J.M.A.M. & As, N.M.C. van (1994). Kwaliteit van de ouder-kind relatie en gedragsproblemen. Tijdschrift voor Orthopedagogiek, 33, 165-183.