

Bartiméus :

Zwijgen is zilver, spreken is goud (1)

Ben ik wel een goede ouder?

Door Margreet de Vries, maatschappelijk werker bij Bartiméus, organisatie voor mensen met een visuele beperking.

Een beperking heb je niet alleen. In mijn werk als maatschappelijk werker komt dit regelmatig ter sprake. Niet alléén mijn cliënten moeten met hun visuele beperking dealen, maar deze heeft ook gevolgen voor hun omgeving, zoals partner en kinderen. Voor mijn cliënten is het net zo gewoon en bijzonder als ieder ander om een ouder te zijn of te worden en toch is het anders.

Hieronder stel ik drie ouders met een visuele beperking (VIP-ouders) voor:

Anne: 'Ik ben geen held, maar ook zeker niet alleen afhankelijk van mijn partner, familie of buitenwereld. Ik wil aanvaard en gerespecteerd worden als gewoon mens die gekozen heeft voor kinderen. Ik ben perfect in staat een kind op te voeden en mijn kind die verzorging, waarden en normen mee te geven die elke liefhebbende ouder zijn kind biedt.'¹

Roel: 'Ik ben prima in staat om mijn kinderen op te voeden.'

Als ik aangeef niet te twifelen aan zijn opvoedingsvaardigheden, maar vooral benieuwd ben of het hem lukt de vader te zijn die hij graag wil zijn, schieten de tranen in zijn ogen.

'Daar raak je een teer punt. Mijn vrouw en kinderen vinden mij een goede vader. Maar er zijn dingen die ik zo graag met mijn kinderen zou willen doen, die ik niet met hen kan doen.'

Marit: 'Ik ben al zoveel kwijtgeraakt, mijn werk, autorijden, fietsen, gezellig winkelen. Als ik stil sta bij de vraag of ik de ouder kan zijn die ik wil zijn en dat blijkt niet zo te zijn... dat kan ik niet. Dat is te pijnlijk om te bedenken. Dit gaat over mijn kinderen, dat kan ik niet aan.'

B:



'Goede ouder'-ervaringen

In mijn werk spreek ik meer ouders voor wie er een verschil bestaat tussen de eisen die ze zichzelf stellen om de ouder te kunnen zijn die ze graag willen zijn en de ouders die ze in werkelijkheid zijn. Ouders die zich afvragen of ze wel een goede ouder zijn. Sommigen gaan juist bewijzen dat ze goede ouders zijn. Ze doen zich sterker en groter voor dan ze zich van binnen voelen of ze gaan overcompenseren. Deze vragen en twijfels over 'goed ouderschap' zijn overigens niet voorbehouden aan VIP-ouders. Elke ouder kent deze vragen, in de ene periode meer dan in de andere. Daarom introduceer ik de term 'goede ouder'-ervaringen, die ik geleerd heb van Margreth Hoek.² Zij heeft veel onderzoek gedaan onder ouders met een langdurige ziekte en hun kinderen. Daarbij stuitte zij op dezelfde thema's als ik.

'Als gevolg van de beperking kunnen ouders een gevoel van "tekortschieten" naar hun kinderen hebben. Het is van belang om te onderzoeken hoe je ouders kunt bevrijden uit hun gevoel van tekortschieten. Bij ouders met een ziekte of beperking gaat het over het algemeen niet over opvoedingsvaardigheden. Het gaat vaak over moeilijkheden die ze tegenkomen om de ouder te kunnen zijn die ze willen zijn. Ondersteuning zou erop gericht moeten zijn om ouders hierbij te helpen. Deze ouders hebben behoefte aan informatie en zo nu en dan een deskundig gesprek om opvoeddilemma's door te spreken.'

Hoek verwijst me geregeld naar uitspraken van Alice van der Pas³.

In haar visie op de begeleiding van ouders sluit Hoek aan bij de 'vier buffers van goed ouderschap' die de gezinstherapeut Alice van der Pas in haar ouderschapstheorie ontwikkeld heeft. Deze 'buffers' vormen het veerkrachtsysteem van ouders en zij spelen een rol als er zich in de opvoedingssituatie ongunstige

B:

omstandigheden voordoen. Deze buffers gelden voor alle ouders. Ik licht de buffer 'goede ouder-ervaringen' hieruit.⁴

Als ouders geen 'goede ouder'-ervaringen hebben, komt een eigen oordeel van goed ouderschap onder druk. Hebben ouders wel 'goede ouder'-ervaringen, dan komt dit hun ouderschap ten goede.

Als 'goede ouder'-ervaringen beschrijft zij 'het zien dat je kind zijn armen naar je uitstrekt, naar je glimlacht.'

'Ik ben niet alleen als aanmodderende ouder'

Denk ook aan dubbende ouders die er in gesprek met andere ouders achter komen dat zij niet de enigen zijn die aanmodderen met hun kind. De ervaring: ik ben niet alleen of uitzonderlijk als 'aanmodderende' ouder, kan een 'goede ouder'-ervaring zijn. Het relativeert, geeft lucht en staat de ouder toe om met minder hoge verwachtingen naar zichzelf te kijken.

'Goede ouder'-ervaringen gaan over de eigen ervaringen en waarnemingen. Bij VIP-ouders wordt het waarnemen door hun visuele beperking beïnvloed. Vaak zien ze minder of geen mimiek, kunnen ze niet zien of hun kinderen naar hen toe bewegen, missen ze de blikken. Hierdoor missen VIP-ouders een deel van de 'goede ouder'-ervaringen die ziende ouders wel hebben.

'Goede ouder'-ervaringen gaan ook over het eigen oordeel, in het bijzonder de eigen gedachten over wat goed ouderschap is en of jij daar als ouder aan voldoet. In mijn werk herken ik sterk dat deze gedachten over 'goede ouder' zijn veel invloed hebben. Bijvoorbeeld als ouders denken dat ze geen hulp van hun kinderen in de huishouding mogen vragen, omdat ze hun kind daarmee zouden belasten. Wanneer je beseft dat het heel 'normaal' is dat kinderen taken krijgen, omdat ze onderdeel zijn van een huishouden, kan dit 'vrij' maken. Hierbij kan helpen dat er bijvoorbeeld op de [website van 'Ouders van Nu' lijstjes](#) staan, waar beschreven wordt wat bij verschillende leeftijden passende huishoudelijke klusjes zijn.⁵

B:



Durf jij?

Ben ik wel een goede ouder? Durf jij als ouder met een visuele beperking (VIP-ouder) met je partner, met andere ouders, eventueel met je kinderen, je vragen en twijfels hierover te bespreken of blijf je alleen rondlopen met je vragen? Kun je aangeven wat je nodig hebt om 'goede-ouder'-ervaringen te kunnen beleven? Heb je oog voor je 'goede ouder'-ervaringen en kun je deze net zo goed delen als je vragen en twijfels? Zwijgen is zilver, spreken is goud. Ik hoop dat dit door dit artikel duidelijk is geworden.

Meer informatie

Heb je naar aanleiding van dit artikel vragen over jouw situatie? Neem dan gerust [contact](#) met ons op.

Aanbevelingen voor ondersteuning

Concreet betekent 'zwijgen is zilver, spreken is goud' voor mij als hulpverlener: dat ik elke VIP-ouder de mogelijkheid bied om een gezinsgesprek te hebben over het leven met een visuele beperking;

Dat ik met de ouder het gesprek aanga over 'goede ouder'-ervaringen. Wanneer voel jij je een 'goede ouder'? Wat merk je op, wat doe je? Of wanneer voel je juist geen goede ouder en wat gebeurt er dan? Sta stil bij de gedachten over wat een 'goede ouder' is en hoe je dan kijkt naar jouw rol als ouder;

B:

Dat ik oog heb voor wat er onderling niet besproken wordt, wat te pijnlijk is om bij stil te staan, of er genoeg vertrouwen is om kwetsbare vragen bespreekbaar te maken;

dat ik waar gewenst met het gezinssysteem bespreek wat er nodig is om ieder in de eigen positie (ouder, kind, enz.) te houden of terug te brengen.

Tot slot

Ik heb dit artikel geschreven op basis van mijn ervaringen, gesprekken met ouders, kinderen, deskundigen en literatuurstudie. Tegelijk beseft ik dat er veel on gezegd en ook nog niet onderzocht is.

In januari 2021⁶ is er een podcast uitgekomen waarin vier moeders met een langdurige ziekte worden geïnterviewd over hun ouderschap. Er zijn plannen om eenzelfde serie te maken over vaders met een langdurige ziekte.

Het is mijn vurige wens dat er een soortgelijke podcast gemaakt kan worden van gesprekken met VIP-ouders en hun kinderen gezamenlijk om zo de kennis over dit onderwerp te vergroten.

Gebruikte literatuur

Alice van der Pas over 3 perspectieven van professionals over ouders. (sd).

Opgehaald van <https://www.youtube.com/watch?v=IURLYHRkxf4>

Dallinga, M. (2021). *Niet alleen ziek*. Opgehaald van Spotify:

<https://open.spotify.com/show/2ohTBOoCDyOUvCff0zxtC>

Dallinga, M. (2021). *Niet alleen ziek*. Opgehaald van Stichting Bevordering Maatschappelijke Participatie:

<https://www.stichtingbmp.nl/cms/projecten/ronduit-ziek/artikel/niet-alleen-ziek>

Els Jonker, a. j. (2020). (M. d. Vries, Interviewer)

Hoek, M. (2020). (M. d. Vries, Interviewer)

Hoek, M. (sd). Denk in buffers: een handreiking aan ouderbegeleiders .

Hoek, M. (sd). Solidariteit met langdurig zieke ouders.

NCJ. (sd). *Ouderschap 4: buffers in ouderschap uit de ouderschapstheorie van Alice van der Pas*. . Opgehaald van

<https://www.youtube.com/watch?v=dpiOqiHo56M> en



Nu, O. v. (sd). *Ouders van Nu, huishoudelijke klusjes per leeftijd*. Opgehaald van <https://www.oudersvannu.nl/peuter/opvoeden/huishoudelijke-klusjes-per-leeftijd/>

Pas, A. v. (2009). Artikel 'Parentificatie' - wat doen we ermee? .

Sypt, E. v. (sd). *Wij zijn gewone mensen die gekozen hebben voor kinderen*. Opgehaald van <https://www.kimbols.be/handicap-integratie/blind-zijn/visueel-gehandicapte-ouders-wij-zijn-gewone-mensen-die-gekozen-hebben-voor-kinderen.html>

Tanja van Rosmalen, R. F.-J. (2020). *Een pleister tegen tranen*. In De Wolke.

VPRO. (sd). *documentaire Bikkels aflevering 'Meintje'*. Opgehaald van <https://www.vpro.nl/jeugd/programmas/bikkels/meintje.html>