

Het Opvoedkwaliteitspel:

Op zoek naar de kracht van de ouders

Jeugdverpleegkundige Ingrid Diepstraten bij GGD regio Utrecht en Inkura, ziet dat er teveel wordt gekeken naar wat niet goed gaat bij de opvoeding van kinderen. Zij vindt dat er veel meer vanuit de kracht van ouders gehandeld moet worden. Daarom ontwikkelde ze het Opvoedkwaliteitspel. Een gesprek.

Tekst: Hellen Kooijman

Kun je kort beschrijven wat het spel inhoudt?

'Het Opvoedkwaliteitspel is een gesprekstool voor professionals om met ouders in gesprek te gaan over de krachten in ouderschap en opvoeding. Met dit spel kan de professional met de ouders de context verhelderen, onderzoeken waar ze nu staan, waar ze tevreden over zijn en waar ze heen willen. Een voorbeeld van een concrete manier om in gesprek te komen is als je als professional de volgende vraag stelt: 'Als ik uw kind zou vragen wat hij of zij uw grootste kwaliteit als opvoeder vindt, welk kwaliteitenkaartje zou uw kind dan pakken?' De ouders kunnen daarop bijvoorbeeld het kaartje 'beschermen' pakken of 'humor', 'consequent zijn' of 'goed voor jezelf zorgen'. Vervolgens gaat de professional in gesprek met de ouder over de krachten in de opvoeding.'

Waarom heb je het spel ontwikkeld?

'Als jeugdverpleegkundige verzorgde ik binnen *Piep zei de muis* - een cursus voor kinderen die opgroeien in stress-

'Ouders groeien door te vertellen waar ze trots op zijn'

volle thuissituaties - de ouderbijeenkomsten. Daar gingen we in op opvoedthema's en een veilige basis bieden aan je kinderen. Het viel me op dat de ouders steeds vertelden over de problemen en hoe zwaar het was. Toen dacht ik:



ondanks dat je problemen hebt, ben je natuurlijk ook goed in dingen, dus laten we daar over in gesprek gaan. In het land kon ik daar geen tool voor vinden. Daarom ben ik zelf kaartjes gaan maken en ben die gaan inzetten bij de volgende bijeenkomst. Er kwam een heel andere dynamiek in de groep. Ouders gingen plots vertellen waar ze goed in en trots op waren. En op die manier leerden ze van elkaar. Dat was mooi om te zien.'

Wanneer zet je het spel in?

'Het Opvoedkwaliteitspel kan worden toegepast tijdens een positief gesprek tussen ouder(s) en professional, maar ook wanneer ouders vastgelopen zijn en niet meer goed weten hoe ze de opvoeding aan moeten pakken. Daarnaast kan het ook uitstekend worden gebruikt tijdens een oudercursus of mamacafé, waarbij ouders van elkaars kwaliteiten leren.'

Waarom zou een jeugdverpleegkundige juist dit spel moeten gebruiken?

'Ouderschap is kwetsbaar en mensen voelen zich toch snel beoordeeld door de jeugdgezondheidszorg. Door middel van de opvoedkwaliteitskaartjes kan je als professional op een oordeelvrije manier in gesprek gaan met de ouders over opvoeding en ouderschap en hen daarin versterken. Natuurlijk, als het voor ouders belangrijk is om te praten over wat er niet goed gaat, moet de professional daar zeker erkenning aan geven. Dit spel is mijns inziens vooral helpend als je met ouders wilt bespreken waar ze heen willen, ofwel als je wilt inzoomen op de veranderwens. Met dit spel geef je ouders de ruimte om te reflecteren.'

Kun je een voorbeeld geven wanneer je het spel zelf inzet?

'Laatst zette ik het spel in bij een moeder toen het gesprek ging over de obesitas bij haar kind. Ik had al vaak met haar gesproken over leefstijl, maar we kwamen niet verder. Ik ging met haar via de Opvoedkwaliteitskaartjes in gesprek over haar krachten. Kwaliteiten zoals verzorgen, aandacht geven en beschermen, gingen haar heel na-

tuurlijk af en vormden echt haar kracht. Vervolgens zijn we gaan kijken welke kwaliteiten ze graag meer wilde gaan inzetten. Dat waren onder andere consequent zijn, uitdagen en grenzen stellen. Bij doorvragen kwam het gesprek op haar eigen opvoeding. Ze vertelde dat haar vader erg streng was en dat ze daardoor angstig en onvrij is opgegroeid. Ze heeft zich daarom voorgenomen om dit bij haar eigen kinderen anders te doen. Daardoor zorgt ze supergoed voor hen en komen ze niks te kort, maar vindt ze nee zeggen heel moeilijk. Omdat ze bang is voor dat angstige gevoel. Door deze moeder bewust te laten worden van haar eigen rol in de opvoeding, heeft ze weer een stapje kunnen maken. Achteraf vertelde ze erg verrast te zijn door de vorm via dit spel en ze vond die manier fijn na alle statige gesprekken over hun leefstijl.'

Hoe wordt het spel door jeugdverpleegkundigen ontvangen?

'Er zijn verschillende jeugdverpleegkundige in het land die ermee werken. Voorbeelden van wat ik van hen terug hoor is onder meer: "Het is een mooi instrument om het met ouders te hebben over dat waar ze goed in zijn en om van daaruit de overstap te maken naar een verkenning naar hoe deze sterke kanten ingezet kunnen worden om wat nog niet lukt, aan te pakken". Of: "Door de oplossingsgerichte vragen en kwaliteitenkaartjes zet ik ouders in beweging zodat ze zelf nadenken wat voor hun werkt".'

Tenslotte: wat kan de jeugdverpleegkundige van het spel leren?

'Praten over opvoeding en ouderschap is enorm kwetsbaar en je hebt als ouder het gevoel dat je vaak tekort schiet. Gevoelens van schaamte en onzekerheid kunnen dan de kop op steken en al helemaal als je in gesprek gaat met een professional. Wij als professionals hebben op onze beurt vaak het gevoel dat we de ander moeten helpen en in actie moeten komen; het zogenaamde reparatiereflex. Het invullen wat goed is voor een ander ligt daarbij op de loer. Kortom: ik hoop door middel van het Opvoedkwaliteitspel de professional en ouder een tool te geven waardoor ze op een open en oordeelvrije manier met elkaar in gesprek kunnen. En wel op zo'n manier dat de ouder weer zelfvertrouwen ontwikkelt en kan groeien in het ouderschap.'

Interesse in het Opvoedkwaliteitspel? Dan kun je een V&VN- en SKJ-geaccrediteerde training volgen. Zie voor meer informatie www.inkura.nl

Hellen Kooijman is freelance journalist en redactielid van Tijdschrift M&G

