

## TIPS vanuit het Schoolmaatschappelijk werk:

### Deze week:

#### DE OVER-BESCHERMENDE OPVOEDINGSSTIJL

Het beschermen van onze kinderen is van vitaal belang. Als ze klein zijn en ons nodig hebben zijn ze voor bijna alles van ons afhankelijk. Naarmate ze ouder worden neemt de afhankelijkheid af en gaan ze stapje voor stapje steeds meer dingen zelfstandig doen. In een gezonde ouder-kind relatie laten ouders hun kinderen los en vertrouwen ze erop dat het kind steeds meer zelfstandig gaat opereren.

#### BESCHERMING

Alle dieren beschermen en zorgen instinctief voor hun jongen, gedurende een bepaalde tijd. Dan beginnen ze hun reis door de wereld. Alleen. Ze nemen daarbij afstand van hun ouders. In het geval van mensen duurt deze bescherming langer. Bescherming heeft als functie je kind veiligheid te bieden. Maar als ouders bescherming verwarren met over-bescherming, dan kan dat op lange termijn schadelijk zijn voor de mentale gezondheid van je kind.

#### OVER-BESCHERMING

We zouden kunnen zeggen dat een over-beschermende opvoedingsstijl verder gaat dan het bevredigen van behoeftes en dagelijkse zorg voor het kind. Het houdt in dat je denkt voor je kind, beslissingen voor je kind neemt, en alle problemen voor je kind oplost. Je leeft voor je kind in plaats van dat je hem persoonlijke vaardigheden laat ontwikkelen om in de wereld te kunnen functioneren.

#### SAMENHANG VAN MACHT EN LIEFDE

Regelmatig kom ik een over-beschermende opvoedingsstijl tegen bij ouders. Deze opvoedingsstijl wordt gekenmerkt door een samenhang van macht en liefde. Het is gebaseerd op een houding van veel controle én veel genegenheid. De ouders stellen duidelijke regels waaraan de opvoeding moet voldoen. En geven geen of weinig liefde als hun kind een eigen mening heeft die strijdbaar is met de mening van de ouders. Ze geven wél veel liefde aan hun kind als deze de 'raadgevingen' en regels van de ouders zonder mopperen opvolgt.

## **WAT ZIJN DE CONSEQUENTIES VAN OVER-BESCHERMING?**

De groei van de persoonlijkheid wordt bij het kind afgeremd. In sommige gevallen komt het kind zelfs niet tot een volledige ontplooiing van zijn persoonlijkheid. Kinderen die over-beschermd worden opgevoed zijn vaak angstige kinderen. Als we ons hele leven bezig zijn met het waarschuwen van onze kinderen voor alle 'gevaren', hoe onwaarschijnlijk of onbelangrijk ze ook zijn, dan zullen ze altijd bang blijven voor wat misschien zou kunnen gebeuren. Als we onze kinderen nooit de gelegenheid geven om hun problemen alleen onder ogen te zien en op te lossen, zullen ze er niet mee om kunnen gaan.

## **WEINIG ZELFVERTROUWEN**

Als we onze kinderen niet leren om beslissingen te nemen, hun eigen leven te leiden of hun problemen zelf op te lossen, zullen ze altijd van anderen afhankelijk zijn. Hierdoor ontstaan problemen met het zelfvertrouwen. Als een kind gelooft dat hij of zij het leven alleen niet aan kan, zal hij ervan overtuigd raken dat hij waardeloos is, altijd denken dat hij iemand anders nodig heeft. Deze kinderen kunnen afhankelijk worden van iemand die ze iedere keer uit de brand helpt of het gezin ontvluchten om eindelijk wel te kunnen groeien. Er zijn ook kinderen die drugs gaan gebruiken of overmatig gaan gamen om de gevoelens van waardeloosheid niet te hoeven voelen en te onderdrukken.

## **GEBREK AAN ONTWIKKELING VAN PERSOONLIJKE VAARDIGHEDEN**

Als we onze kinderen geen fouten laten maken om ervan te leren en als we alles voor hen doen, beperken we hiermee hun leervaardigheden. Als we ze niet leren om te vallen, leren ze ook niet om weer op te krabbelen. Vroeg of laat zullen ze van het leven en de maatschappij leren dat dit niet zo is, dat er dingen zijn die je kunnen kwetsen. Dit zal ongetwijfeld voor frustratie zorgen. Ze zullen waarschijnlijk met woede of zelfs agressie op frustratie reageren. Het is belangrijk om kinderen te leren om dingen die niet gaan zoals ze willen te tolereren. Kinderen leren door middel van de negatieve en positieve consequenties van hun acties.

Ben je een ouder die zich kan vinden in dit artikel, dan ben je nog steeds in de gelegenheid om te stoppen met over-beschermen. Je hebt nog steeds de mogelijkheid om het tij te keren. En er is altijd een kans om te veranderen als je wil dat je kind een autonoom, onafhankelijk en gelukkig persoon wordt.