

- *Opvoeden doe je met elkaar*
- *Hiky Helmantel, illustratrice*
- *Kindermishandeling: horen, zien en zwijgen?*
- *Column*

# Opvoedcursus geeft ouders frisse blik

*Tekst en foto Henk Jan Bunschoten / Illustraties Hiky Helmantel*

Drie dagen in de week werkt Froukje Laan als ambulante hulpverlener bij SGJ. Ze bezoekt wekelijks zes gezinnen en ondersteunt ouders bij het opvoeden en opgroeien van kinderen. Froukje, zelf moeder van vier kinderen, is ook een van de cursusleiders van de cursus 'Opvoeden met hart en hoofd'.

'Ik heb de cursus nu vier keer gegeven. Het is erg leuk om in vier bijeenkomsten keihard met ouders aan het werk te zijn. [De uitdaging voor mij is om een sfeer neer te zetten waarin de deelnemers zich prettig voelen en zich openstellen.](#) Ik vertel ze dat ik opvoeden zelf ook wel eens lastig vind en dat ik weet wat het is om de aandacht te verdelen over – in mijn geval – vier kinderen, mijn man, mijn werk en het huishouden. Maar ik ben wel erg enthousiast over opvoeden en hoop dat uit te stralen.

Door middel van de cursus en het werkboek laat ik ouders met een frisse blik naar hun eigen gezin kijken.

## **Automonteur**

Vaak zeggen deelnemers aan de cursus: "Bij jou gaat het vast van een leien dakje, jij zult het wel heel goed doen." Dat is dus niet zo. Als ik aan het werk ben of een cursus geef dan weet ik heel goed waar mijn eigen valkuilen zitten, waar het in mijn gezin niet lekker gaat of waar ik me zorgen over maak. Ik wil net als alle ouders dat mijn eigen kinderen lekker in hun vel zitten. Daardoor kan ik ouders juist beter begrijpen en met ze meevolen.

Tijdens de cursusbijeenkomsten hoor ik wel eens: "Als je automonteur wilt worden moet je eerst een scholing krijgen, maar iedereen kan 'zomaar' ouder worden. Daar is maar één passievol

moment voor nodig.” Ik weet niet of een opvoedcursus verplicht moet zijn, maar het is goed dat er veel aanbod is, vanuit het consultatiebureau, de peuterspeelzaal en de basisschool, waardoor het ook is afgestemd op de leeftijdsfase van het kind. Wat ik vooral zou willen is dat ouders eerder gaan praten, dat ze opvoedvragen eerder bespreekbaar durven te maken en dat ze zich kwetsbaar durven op te stellen.’



### Relatie tussen ouders

In het cursusmateriaal van SGJ staan veel illustraties van Hiky Helmantel. ‘Papa is op mama’ is er een van. Froukje: ‘De relatie tussen vader en moeder is een moeilijk bespreekbaar punt op de cursus. We hebben het er wel over dat dit de basis is. Het is van essentieel belang dat kinderen zien dat ‘papa op mama’ is en ‘mama op papa’. Dat ze zien dat er wordt geknuffeld, dat er complimenten worden uitgedeeld en dat er voor elkaar wordt gezorgd als dat nodig is. **Als je als ouder wilt dat je kind gevoelens leert uiten, dat hij de ander kan knuffelen en complimenten kan geven, zul je het zelf voor moeten leven.**

In het werkboek staat dat stoeien met je kinderen een goede vorm is om je kinderen te laten zien dat je van ze houdt, dat je om ze geeft. Stoeien wordt al snel geassocieerd met jongens, maar een echtpaar zei op een van de cursusavonden: “Wij stoeien ook met de meiden, ook nu ze al wat ouder zijn.” Daar had ik zelf nog niet zo over nagedacht, maar ook voor meisjes is dat inderdaad belangrijk.

### Seksuele opvoeding

Ik merk aan de deelnemers van de cursus dat zij seksuele opvoeding heel lastig vinden. Ik heb zelf regelmatig een verliefd stel in huis. Vooral de eerste keer is het heel raar als er zo’n knul naast je dochter op de bank zit. Alles in mij riep dat hij van haar af moet blijven. Seksuele voorlichting zou ik zelf wel over willen doen. Ik zou daar nog opener over willen zijn, er eerder mee willen beginnen en er meer over willen vertellen.



Alle ouders willen dat hun kinderen zich goed kunnen uiten als ze volwassen zijn geworden, ook op seksueel gebied. Ze willen dat hun dochter kan zeggen wat ze wel en wat ze niet wil als ze achter de schutting staat te zoenen met haar verkering. Een vader zei: “Ik heb door de cursus geleerd dat wat ik laat zien mede bepaalt hoe mijn kind later wordt.”

### Reddingsboot

Ik werk ook met gescheiden ouders. Strijd tussen ouders is voor kinderen vreselijk om mee te maken. Ze worden er figuurlijk door verscheurd; ze willen van beide ouders evenveel houden, maar dat mag eigenlijk niet. Ik probeer ouders aan te spreken op de liefde voor hun kind. Ruziënde ouders kunnen voor hun kind zorgen door beter met elkaar om te gaan. Ik zeg wel eens tegen ouders: “Stel je voor dat je in een boot zit met aan beide kanten één van je kinderen. Je komt in een hevige storm terecht en je kunt maar één kind redden. Welk kind red je?” Dan zeggen ze: “Dat kan je niet van me vragen want ik kan niet tussen mijn kinderen kiezen.” **Ik vertel ze dan dat ze door hun onderlinge strijd eigenlijk hun kind in die boot zetten en het laten kiezen tussen papa en mama.** Ze vragen in feite allebei aan het kind: “Je redt mij toch? Je houdt toch van mij?” Hoe moet het kind kiezen? Als het de hand uitreikt naar mama kwetst het papa, als het de hand uitreikt naar papa kwetst het mama. Wat moet het kind? Zo’n voorbeeld helpt ouders soms in te zien wat ze hun kind aandoen.

De eerste cursusavond begin ik altijd met de hartjes die op de voorkant van het werkboek staan. De hartjes tussen de ouders en de kinderen symboliseren de liefde die er is tussen ouders en kinderen. Liefde die gevoed wordt door Gods liefde voor ons. Daar heeft God ouders voor gegeven; om die liefde door te geven. Als de hartjes er tussen papa en mama niet zijn, hoe moeten die er dan tussen de kinderen komen? De liefde is alles bepalend en onmisbaar voor de rest van de opvoeding.’

## Opvoeden met hart en hoofd

De cursus ‘Opvoeden met hart en hoofd’ is bedoeld voor ouders met kinderen tussen 0 en 18 jaar oud. SGJ heeft deze cursus ontwikkeld vanuit Bijbels perspectief voor christelijke ouders die vragen hebben over opvoeden of behoefte hebben aan steun en advies hierbij.

De cursus bestaat uit vier bijeenkomsten van ongeveer twee uur waaraan maximaal 24 deelnemers kunnen deelnemen.

De cursus wordt aangeboden op de kantoren van SGJ in Zwolle, Amersfoort en Dordrecht.

De cursus kan ook plaatselijk door een school of een kerkelijke gemeente worden georganiseerd.

Kijk voor meer informatie over cursusdata, kosten en aanmelden op [www.sgj.nl](http://www.sgj.nl) (> ouders > cursusaanbod).