

GEZONDE GEZINNEN

Help ouders en kinderen om een liefdevolle en sterke band op te bouwen.

Huidige staat in Nederland

Niet alle kinderen en jongeren groeien op in een situatie waarin ze zich optimaal kunnen ontwikkelen. Stressvolle omstandigheden in de wijk of in het gezin kunnen de ontwikkeling van deze kinderen nadelig beïnvloeden. Het gaat om omstandigheden zoals armoede, chronische stress, ingrijpende gebeurtenissen, (tijdelijk) gebroken gezinnen, discriminatie en laaggeletterdheid. Voor kinderen die opgroeien in een omgeving met dergelijke risicofactoren is het extra belangrijk dat er aandacht is voor hun welbevinden.

Dynamieken in dit verlangen

De dynamieken rondom het streven naar een liefdevolle en sterke band tussen ouders en kinderen omvatten de impact van technologie, de noodzaak van veilige gehechtheid, en de invloed van opvoedingsvaardigheden op de ontwikkeling van kinderen.

Technologie en gezinsleven

Problematisch gebruik van technologie zoals smartphones en videogames kan de gezinsdynamiek verstoren en bijdragen aan gedrags- en emotionele problemen bij kinderen.

Veilige gehechtheid

Kinderen die veilig gehecht zijn, hebben een betere sociaal-emotionele ontwikkeling en zijn beter in staat om positieve relaties aan te gaan en te onderhouden.

Opvoedingsvaardigheden

Positieve opvoedingsvaardigheden zijn essentieel voor het bevorderen van een gezonde ontwikkeling van kinderen en het versterken van de ouder-kind relatie.

Specifieke dynamieken rondom leeftijdsgroepen

Rond de geboorte (-9 maanden tot 2 jaar)

Bevorderen van psychosociale en lichamelijke gezondheid van moeder en kind. Ouders in kwetsbare situaties ondersteunen met preventieve gezinsondersteunende huisbezoeken die het risico op onder meer kindermishandeling verminderen.

Jeugd (2-12 jaar)

Bevorderen van welbevinden en versterken van sociale competenties om gedragsproblemen te voorkomen. Interventies voor kinderen waarvan ouders zijn gescheiden of psychische problemen of verslavingsproblemen hebben.

Adolescenten (12-18 jaar) & Studenten (18-23 jaar)

Programma's gericht op het behalen van een startkwalificatie en het voorkomen van schooluitval, wat een positieve bijdrage levert aan de mentale gezondheid van jongeren. Focus op mentale gezondheid draagt bij aan een goede start, gezien veel mentale gezondheidsproblemen in deze levensfase ontstaan.

Mogelijke obstakels voor dit verlangen

Stressvolle gezinsomstandigheden

Armoede, chronische stress, en ingrijpende gebeurtenissen kunnen de ontwikkeling van kinderen negatief beïnvloeden.

Gebrek aan veilige gehechtheid

Onveilige gehechtheid kan leiden tot diverse moeilijkheden zoals gedragsproblemen, problemen met zelfwaardering en eigenwaarde, en moeite met het aangaan van relaties.

- Raad voor de rechtspraak, 2021: "Gehechtheid en de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen." [Link naar bron](#)
- GezondheidsGids, 2021: "Negatieve gevolgen van smartphonegebruik." [Link naar bron](#)
- Weerdmeester, Joanneke, 2021: "Smartphonegebruik onder jongeren." [Link naar bron](#)
- Van Teutem, Simon, 2021: "Emotionele problemen bij tieners." [Link naar bron](#)
- CBS, 2023: "Cijfers over jeugd en gezin in Nederland." [Link naar bron](#)
- Nederlands Jeugdinstituut (NJI): "Interventies voor kinderen in kwetsbare situaties." [Link naar bron](#)
- Movisie: "Ondersteuning van gezinnen in kwetsbare situaties." [Link naar bron](#)
- BMC: "Effecten van interventies op het welzijn van kinderen." [Link naar bron](#)
- Rijksoverheid: "Beleid en ondersteuning voor gezinnen." [Link naar bron](#)
- Platform vrijwillige inzet: "Vrijwilligerswerk en gezinsondersteuning." [Link naar bron](#)
- Leger des Heils: "Ondersteunende diensten voor gezinnen." [Link naar bron](#)
- Trimbos-instituut: "Mentale gezondheid van jongeren." [Link naar bron](#)
- Haidt, Jonathan: "The Anxious Generation: How the Great Rewiring of Childhood Is Causing an Epidemic of Mental Illness." [Link naar bron](#)

Kerncijfers en statistieken

Emotionele problemen

Het percentage tieners met emotionele problemen is bijna verdubbeld tussen 2009 en 2021. Vooral bij meisjes is deze trend schrijnend; 43% rapporteert dit soort problemen in 2021 (Van Teutem, 2021).

Smartphonegebruik onder jongeren

38% van de kinderen op de basisschool speelt dagelijks videogames en op de middelbare school is dit 33%. Ruim de helft van de kinderen tussen de 9 en 13 jaar vindt zichzelf telefoonverslaafd (Weerdmeester, 2021).

Kinderen en Scheidingen

Jaarlijks krijgen ongeveer 60.000 minderjarige kinderen te maken met de scheiding van hun ouders. Daarnaast zijn er nog eens 10.000 niet-minderjarige maar thuiswonende jongeren betrokken bij scheidingen. Bij 20.000 kinderen is sprake van ernstige problemen, en bij 7.000 van zeer ernstige problemen (Spruijt, 2013).

Vechtscheidingen

Ongeveer 5.000 kinderen zijn betrokken bij vechtscheidingen, wat leidt tot ernstige conflicten tussen ouders en een moeizame band met de thuiswonende ouder (Spruijt, 2013).

Inzichten uit onderzoek

Gehechtheid

Gehechtheid ontstaat bij ieder kind van nature. Het is de aangeboren neiging van het kind om steun te zoeken bij iemand die sterker is. Veilige gehechtheid heeft een voorspellende waarde voor een meer optimale sociaal-emotionele ontwikkeling van het kind op latere leeftijd (Raad voor de rechtspraak, 2021).

Teloorgang van 'Play-Based Childhood':

Jonathan Haidt benadrukt dat de afname van speelgebaseerde kinderjaren heeft bijgedragen aan de toename van mentale gezondheidsproblemen bij jongeren. Kinderen hebben spel en onafhankelijke verkenning nodig om te rijpen tot competente volwassenen (Haidt, 2022).

Impact van smartphone op jonge leeftijd:

De opkomst van smartphonegebruik heeft een significante impact op de sociale en neurologische ontwikkeling van kinderen, wat bijdraagt aan de mentale gezondheids crisis die we vandaag de dag zien. Technologie interfereert met slaappatronen, leidt tot verslaving, aandachtversnippering eenzaamheid en sociale vergelijking die kunnen bijdragen aan een toename van angst en depressie onder jongeren (Haidt, 2021).

