
Zorgen voor je dierbaren

EVA-MARIA MERZ

Ouder-kindrelaties gedurende de levensloop

De eerste relaties die mensen ontwikkelen zijn die tussen ouder en kind. Het zijn ook vaak de belangrijkste relaties. Ze geven steun en veiligheid in de jeugd maar ook op latere leeftijd. De kwaliteit en balans in hulpuitwisseling van deze relaties kan echter per persoon verschillen en gedurende het leven veranderen, hetgeen gevolgen heeft voor de ontwikkeling, de gezondheid en het welbevinden van kinderen, adolescenten en volwassenen. Met behulp van gegevens uit de Netherlands Kinship Panel Study (NKPS) zijn kenmerken en veranderingen van ouder-kindrelaties gedurende de levensloop en de associatie met welbevinden onderzocht.

Foto: Stockxchng/hortongrou



Goede relaties blijken bevorderlijk voor de kwaliteit van leven en het welbevinden van individuen. De kwaliteit van relaties kan bovendien een rol spelen bij het reguleren van emoties en het omgaan met stress. Kennis van de kenmerken van belangrijke relaties, zoals ouder-kindrelaties, is belangrijk vanwege de samenhang met psychische gezondheid en welbevinden. Niet alle sociale relaties zijn bevorderlijk voor gezondheid en welbevinden. Sommige worden als stressvol en belastend ervaren en kunnen daardoor ook nadelige gevolgen hebben. Onderzoek naar familierelaties is belangrijk in een vergrijzende samenleving waarin steun en hulp vanuit het familienetwerk een belangrijke aanvulling op professionele zorg kan



Foto: Stockxchng/duchessa

zijn. Een grotere behoefte aan zorg zou in een individualiserende samenleving spanningen in families tussen generaties tot gevolg kunnen hebben. Daarom is het belangrijk om structuren te scheppen waarin relaties tussen familieleden zich optimaal kunnen ontwikkelen. Verschillen in gezinssamenstelling, gezinsvorming, culturen en achtergronden zijn belangrijke aspecten die daarbij aandacht verdienen.

Kenmerken van ouder-kindrelaties

Ouder-kindrelaties blijven voor veel mensen hun hele leven centraal staan en zijn voor zowel ouders als kinderen emotioneel van grote betekenis. Meestal worden dergelijke relaties gekenmerkt door goede kwaliteit en uitwisseling van steun.

Veel ouder-kindrelaties zijn zogenoemde gehechtheidsrelaties (zie kader). Dergelijke relaties worden gekenmerkt door een patroon waarin één partner de sterkere en wijzere is en de andere de zwakkere die in tijden van stress een beroep op de sterkere kan doen. Gehechtheidsrelaties tussen ouders en kinderen kunnen aan de hand van drie dimensies worden beschreven, te weten de richting, de centraliteit en de kwaliteit van de relatie.

De *richting* van een gehechtheidsrelatie geeft aan wie in de relatie de sterkere en wijzere partner is en wie op wie leunt en een beroep doet in tijden van stress, behoefte of ziekte. Kinderen en jongvolwassenen gebruiken hun ouders meestal als veilige basis en als bron van advies en steun. Jongeren vragen bijvoorbeeld hun ouders om advies bij hun studiekeuze. In de loop van de jaren kan de richting in de ouder-kindrelatie meer in evenwicht en balans geraken en kunnen ouder en kind elkaar afwisselend als de sterkere en wijzere partner ervaren. Als kinderen jongvolwassen zijn kunnen ze advies nodig hebben met betrekking tot vragen over opvoeding van eigen kinderen. Daarna kan de balans verder doorslaan als de ouders bejaard worden en de volwassen kinderen voornamelijk steun en advies geven aan hun ouders, in plaats van andersom. Ouderen kunnen bijvoorbeeld advies nodig hebben van hun (klein)kinderen met betrekking tot computer of telecommunicatie. De tweede dimensie, *centraliteit*, beschrijft de plaats die een relatie in het leven van een per-

soon inneemt. Hoe meer levensdomeinen er zijn waarbij relatiepartners – ouders en kinderen – op elkaar betrokken zijn, contact hebben en hulp en steun uitwisselen, hoe centraler en belangrijker de relatie is. In de jeugd en jonge volwassenheid maken kinderen veel transities mee waarbij de ouders vaak nauw zijn betrokken. Later in de levensloop worden kinderen zelfstandig en onafhankelijker van hun ouders en zijn er minder gebeurtenissen waarbij ouders en kinderen samen zijn betrokken. Ook is er door geografische afstand minder uitwisseling mogelijk en is er bijvoorbeeld minder persoonlijk contact. Dit betekent echter niet dat de kwaliteit van deze relatie lager is.

Bij de beschrijving van de *kwaliteit* van een gehechtheidsrelatie ligt de focus op de emotionele en affectieve kant van de relatie en op harmonie en conflicten binnen de relatie. Belangrijk is hier of mensen om elkaar geven en goed met elkaar kunnen opschieten ook in het geval van een conflict of onenigheid.

Ouder-kindrelaties gedurende de levensloop

Veranderingen in de ouder-kindrelatie in de loop van het leven hebben grote gevolgen voor de ontwikkeling, de gezondheid en het welbevinden van beide partijen. Om na te kunnen gaan hoe die veranderingen zich manifesteren zijn ouder-kindrelaties van volwassen kinderen in de leeftijdsgroepen 18-29, 30-39, 40-49 en 50-79 jaar op de drie dimensies van gehechtheidsrelaties vergeleken. Daarbij is gebruik gemaakt van gegevens uit de NKPS. Variatie in de drie dimensies is onderzocht aan de hand van de relatiekenmerken, *richting* in de uitwisseling van steun en advies, *kwaliteit* en conflict, en de mate waarin de relatie een *centrale plaats* in het leven van iemand inneemt (gemeten door contactfrequenties en het uitwisselen van praktische hulp).

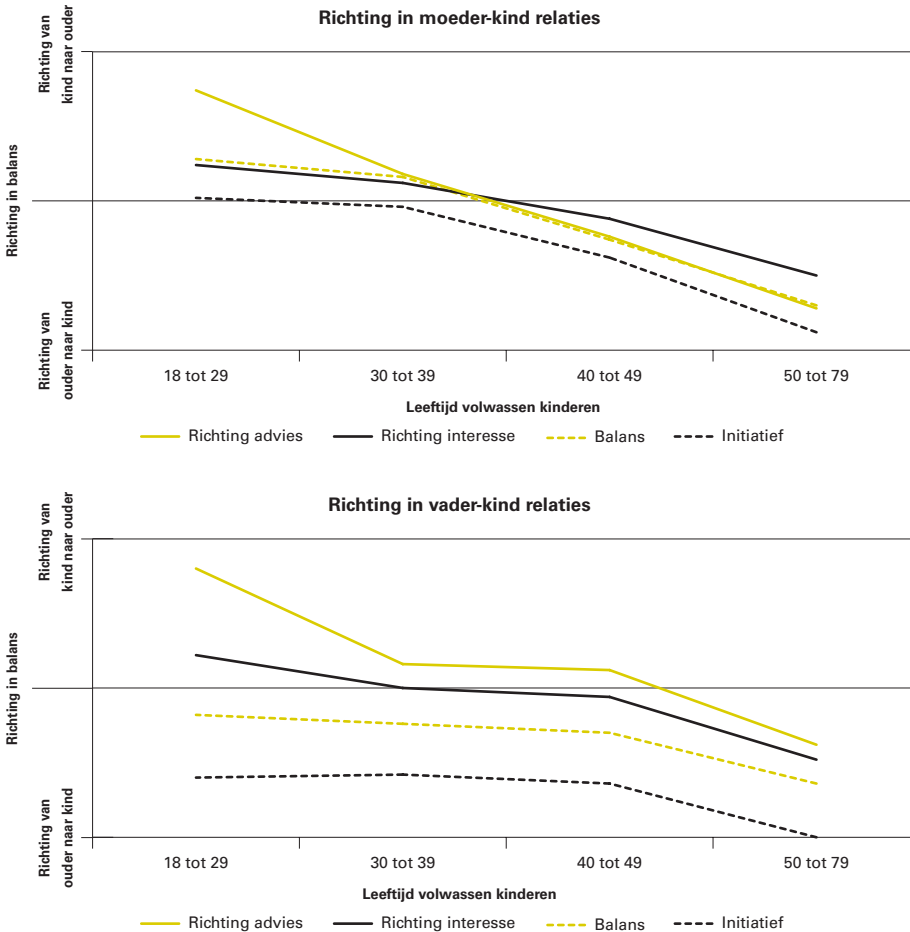
In de twee oudere leeftijdsgroepen (volwassen kinderen van 40-79 jaar met hun ouders) waren aspecten van de richting van de relatie en van het uitwisselen van advies en steun omgedraaid vergeleken met de twee jongere leeftijdsgroepen (volwassen kinderen van 18-39 jaar met hun ouders). Met andere woorden, ouders van kinderen uit de oudere leeftijdsgroepen deden gemiddeld meer een beroep op hun kinderen voor

DE GEHECHTHEIDSTHEORIE

De gehechtheidstheorie, geformuleerd door de Britse kinderpsychiater John Bowlby (1907-1990), gaat ervan uit dat het zoeken en bieden van veiligheid in tijden van stress en ziekte een levenslang verlangen blijft. Mensen van alle leeftijden hebben op bepaalde momenten de aanwezigheid en steun van een vertrouwde figuur nodig. Door ervaringen van vroeger, uit de jeugd, met de beschikbaarheid en de adequaatheid van reacties op veiligheidszoekend gedrag verwerven mensen representaties die hen in latere relaties sturen en een schema geven met wat ze moeten en kunnen verwachten van anderen en hoe ze zichzelf zien in die relaties. Daardoor zijn mensen makkelijker of moeilijker in staat om met nabijheid en afhankelijkheid om te gaan. Individuen kunnen bijvoorbeeld mentale representaties van het zelf als waardevol en anderen als betrouwbaar en beschikbaar hebben. Dan spreken we van een veilige representatie, van een goede kwaliteit. Veilig gehechte mensen kunnen flexibel met veranderingen in relaties omgaan en balanceren autonomie en een zekere afhankelijkheid op een adaptieve manier. Ze hebben geleerd met negatieve gevoelens als verdriet, angst en ziekte om te gaan. Als mensen een negatief zelfbeeld van zichzelf en/of anderen hebben dan spreken we van een onveilige-gehechtheidstijl. Mensen zijn dan of angstig om verlaten te worden en klampen zich vast aan verzorgers/relatiepartners of ze ontwikkelen vermijdend gedrag en blijven vooral op zichzelf.

Gehechtheid is in het bijzonder bij kleine kinderen bestudeerd. Bowlby ging er echter van uit dat mensen op alle leeftijden, van de wieg tot het graf, op bepaalde momenten veiligheid nodig hebben, gegeven door een vertrouwde geliefde persoon. Oudere mensen bijvoorbeeld worden minder belastbaar en krijgen te maken met achteruitgang in mobiliteit en capaciteiten. Ze hebben dan steun, advies en veiligheid nodig van iemand, bijvoorbeeld een volwassen kind.

Figuur 1. Richting van de relatie ouders-kinderen naar leeftijd van de kinderen bij de uitwisseling van steun en advies



Ouders van kinderen uit de oudere leeftijdsgroepen deden gemiddeld meer een beroep op hun kinderen voor advies, steun en hulp dan dat die kinderen een beroep deden op hun ouders. Zoals in de figuur is te zien *krijgen* kinderen in de leeftijdsgroepen 18-29 en 30-39 jaar vooral steun van hun ouders. Als de kinderen gemiddeld 40 jaar oud zijn slaat de balans in de ouder-kindrelatie om en ontvangen ouders vooral advies en interesse van hun kinderen.

advies, steun en hulp dan dat die kinderen een beroep deden op hun ouders (zie figuur 1). Zoals in de figuur is te zien *krijgen* kinderen in de leeftijdsgroepen 18-29 en 30-39 jaar vooral steun van hun ouders. Als de kinderen gemiddeld 40 jaar oud zijn slaat de balans in de ouder-kindrelatie om en ontvangen ouders vooral advies en interesse van hun kinderen. Met betrekking tot de dimensie centraliteit werd in de jongere leeftijdsgroepen en in de oudste groep een hogere centraliteit gevonden vergeleken met de middelste leeftijdsgroep. Dat blijkt uit het aantal levensdomeinen waarop

steun en hulp werd uitgewisseld, te weten praktische hulp (bijvoorbeeld klusjes doen, spullen vervoeren) en huishoudelijke hulp (wassen, koken, schoonmaken), en de intensiteit waarmee contact werd onderhouden. In de oudste groepen hebben ouders waarschijnlijk ook de grootste behoefte aan praktische hulp en steun in verband met achteruitgang in capaciteiten en mobiliteit. Met behulp van longitudinale NKPS-gegevens is aangetoond dat de zorg van volwassen kinderen voor hun ouders toenam over een periode van vier jaar (de periode in het onderzoek tussen ronde 1 en ronde 2). Dit gold voor zowel emotionele als instrumentele steun. Aan de andere kant nam instrumentele steun van ouders aan kinderen in dezelfde periode af. Emotionele steun van ouders aan kinderen steeg wederom (zie figuur 2).

Ook de kwaliteit van de relatie verschilde tussen de leeftijdsgroepen. In de jongere groepen waren ouder-kindrelaties van iets hogere kwaliteit dan in de oudere groepen (zie figuur 3). En ook met behulp van longitudinale gegevens werd er een kleine achteruitgang in de kwaliteit van ouder-kindrelaties over een periode van vier jaar gevonden.

Ouder-kindrelaties en welbevinden

Vervolgens is het effect van deze relatiekenmerken op welbevinden van zowel ouders als kinderen onderzocht. Regelmatig wordt er een negatieve samenhang tussen het geven van intergenerationele steun aan ouders met het welbevinden van volwassen kinderen gevonden. Voor ouders wordt echter vaak een positieve samenhang tussen ontvangen steun en welbevinden geconstateerd.

Het geven van instrumentele steun aan ouders hing negatief samen met het welbevinden van ouders en kinderen. Daarentegen had het uitoefenen van de rol van sterkere en wijzere partner (het meer geven van advies en emotionele steun) in de relatie een positieve samenhang met welbevinden voor beide generaties. Emotionele steun geven biedt ouders de mogelijkheid om hun rol als ouder te blijven uitoefenen ondanks hun oudere leeftijd of gebrekkigheid door ziekte of achteruitgang in mobiliteit. Ouders vinden het moeilijk om op hun kinderen te leunen met betrekking tot huishoudelijke en praktische hulp maar kunnen dit door het geven van emotionele steun en interesse mogelijk compenseren.

De kwaliteit van de intergenerationele relatie was voor beide generaties de sterkste voorspeller van welbevinden. Zowel volwassen kinderen als hun ouders laten een hogere mate van welbevinden zien in relaties van hogere kwaliteit. In relaties gekenmerkt door hoge kwaliteit blijkt de omslag in de richting van steun en advies tussen volwassen kinderen en hun ouders minder negatief voor het welbevinden van ouders dan in relaties gekenmerkt door lagere kwaliteit. Met andere woorden, in goede ouder-kindrelaties ervaren ouders het als minder moeilijk om een beroep te doen op hun kinderen bij behoefte aan steun en advies.

HET ONDERZOEK

Dit artikel is gebaseerd op het promotieonderzoek 'Intergenerational solidarity: An attachment perspective'. In dit onderzoek werd de ouder-kindrelatie gedurende de levensloop en vooral op latere leeftijd belicht. Ouder-kindrelaties zijn vaak het hele leven belangrijk voor beide generaties, maar steeds weer aan verandering onderhevig. Onderzoek naar familierelaties, de affectieve kenmerken en de samenhang met intergenerationele steun en welbevinden is belangrijk in een vergrijzende samenleving waarin steun en hulp vanuit het familienetwerk een belangrijke aanvulling op professionele zorg kan zijn.

Het proefschrift werd door Eva-Maria Merz verdedigd aan de Vrije Universiteit Amsterdam op 15 september 2008. De promotoren waren prof. dr. Hans-Joachim Schulze en prof. dr. Carlo Schuengel.

Conclusies en implicaties

Samenvattend vinden wij verschillende veranderingen in de dimensies van ouder-kindrelaties gedurende de volwassen levensloop: de richting van de relaties verandert in de zin dat in de jongere leeftijdsgroepen ouderen meer praktische hulp en emotionele steun aan hun kinderen geven en de rol van sterkere en wijzere relatiepartner vervullen. In oudere ouder-kind paren, als de volwassen kinderen ouder zijn dan 40 jaar, worden de kinderen echter de sterkere en wijzere relatiepartner en doen ouders een beroep op hen voor advies en praktische steun. In de loop van het leven geven kinderen steeds meer praktische hulp aan hun ouders en geven ouders steeds minder praktische hulp aan hun kinderen. De kwaliteit van de ouder-kindrelatie wordt gedurende de levensloop iets slechter. In associatie met welbevinden hing de uitwisseling van praktische steun negatief en het uitoefenen van de rol als sterkere en wijzere relatiepartner positief samen met het welbevinden van beide generaties. Bovendien was vooral kwaliteit van de relatie een sterke en belangrijke voorspeller van welbevinden van ouders en volwassen kinderen.

Gezien deze veranderingen van richting en kwaliteit van de ouder-kindrelatie gedurende de levensloop en de associatie met welbevinden lijkt het dat bij het ouder worden van ouders en kinderen de achteruitgang van de kwaliteit van hun relatie een grotere bedreiging is voor het welbevinden dan het feit dat de kinderen steeds meer steun aan hun ouders geven.

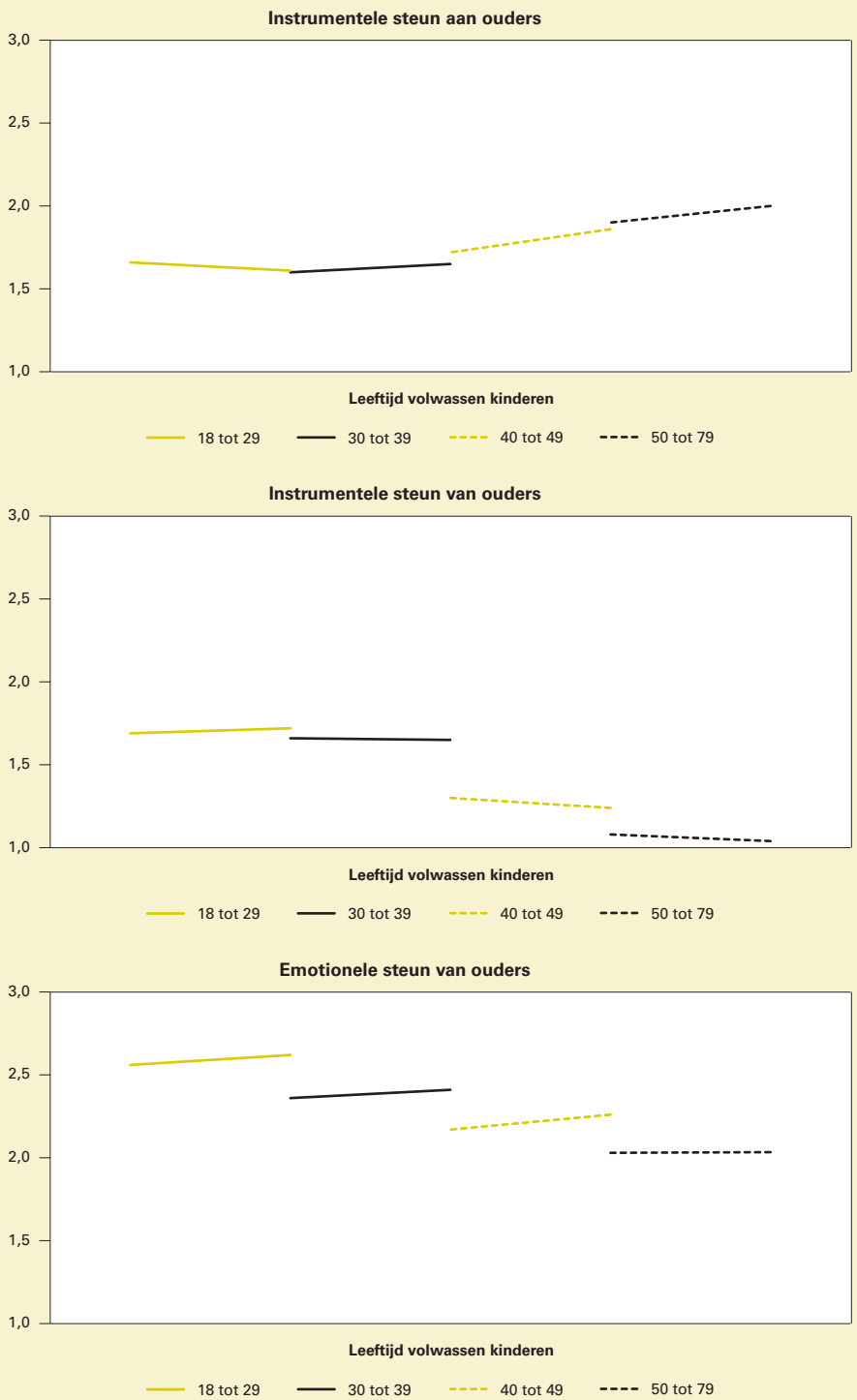
Goede familiebanden zijn niet vanzelfsprekend maar wel cruciaal voor welbevinden en levensvreugde. Daarom verdient het thema ouder-kind- en familierelaties, niet alleen in de jeugd maar gedurende de hele levensloop, een plek in de publieke, politieke en beleidsdiscussie.

LITERATUUR:

- Hinde, R.A. (1979), *Towards understanding relationship*. London: Academic Press.
- Levitt, M.J., N. Guacci en R.A. Weber (1992), Intergenerational support, relationship quality and well-being – A bicultural analysis. *Journal of Family Issues*, 13, pp. 465-481.
- Merz, E.-M., N.S. Consedine, H.-J. Schulze en C. Schuengel (2009). Wellbeing of adult children and ageing parents: associations with intergenerational support and relationship quality. *Ageing & Society*, 29, pp. 783-802.
- Townsend, A.L. en M.M. Franks (1995), Binding ties – closeness and conflict in adult children's caregiving relationships. *Psychology and Aging*, 10, pp. 343-351.

Dr. E.M. Merz, NIDI. E-mail: merz@nidi.nl

Figuur 2. Verandering in de uitwisseling van steun tussen ouders en kinderen gedurende vier jaar



Figuur 3. Verandering in kwaliteit van de relatie tussen volwassen kinderen en hun ouders

