

Opvoeden is voor iedere ouder anders. Dat komt door verschillen in achtergrond, cultuur, ervaring en gezinssituatie. Toch herkennen ouders vaak meer in elkaar dan ze denken. Met de reflectiekaarten gaan ouders op een laagdrempelige manier met elkaar in gesprek: over dagelijkse situaties, gevoelens en verschillen in gezinnen. Ze luisteren naar elkaars verhalen en leren elkaar beter kennen en begrijpen.

De werkvorm past bij het thema van de Week van de Opvoeding 2026: Kijk eens door mijn ogen. Als we ons proberen te verplaatsen in een ander, ontstaat meer begrip en vertrouwen. De werkvorm vraagt weinig voorbereiding en kan gebruikt worden in kleine én grotere groepen.

Doel

- Ouders delen ervaringen en ontdekken herkenning en verschillen in opvoeden.
- Ouders luisteren met aandacht en nieuwsgierigheid naar elkaar.
- Er ontstaat meer begrip en contact tussen ouders.
- Professionals ondersteunen gesprekken en ontmoeting tussen ouders.

Benodigdheden:

- De geprinte reflectiekaartjes
- Een tafel of kringopstelling
- Een rustige ruimte
- Eventueel koffie of thee voor een ontspannen sfeer

Zo werkt het

De werkvorm is flexibel inzetbaar: plenair, in tweetallen, in kleine groepjes of tijdens een inloopmoment.

1. Leg de kaartjes op tafel of laat ouders om de beurt een kaart trekken.
2. De ouder leest de vraag voor en beantwoordt deze.
3. Andere ouders luisteren zonder direct advies te geven of oplossingen te zoeken.
4. Daarna kunnen andere ouders reageren vanuit herkenning, vragen of een andere ervaring. Laat meerdere ouders aan bod komen.

Rol van de professional

De professional begeleidt het gesprek op een open en vriendelijke manier. Het gaat niet om oplossingen maar om luisteren, herkennen en begrijpen.

- Zorg voor een veilige en ontspannen sfeer.
- Nodig ouders uit om hun verhaal te delen.
- Stel open vragen vanuit nieuwsgierigheid.
- Benoem verschillen én herkenning tussen ouders.
- Let op dat meerdere ouders aan bod komen.
- Vul niet in voor ouders: blijf nieuwsgierig naar hun eigen ervaring.
- Geef ruimte aan emoties of stiltes als dat nodig is.

TIP

Een open houding helpt ouders om zich gezien en gehoord te voelen. Het doel is niet één goed antwoord vinden, maar om samen verschillende ervaringen en perspectieven te ontdekken.



Perspectief

door de ogen van
een ander kijken



Verbinding

herkenning
en ontmoeting



Gevoel

gevoelens
en ervaringen



Diversiteit

verschillende leef-
werelden en achtergronden



Ik wou dat je zag...

gezien worden
en herkenning



1 Wat zou jouw
kind over jou als
ouder zeggen?



6 Wat helpt jou op
lastige dagen als
ouder?



11 In welke situaties voel
jij je onzeker als
ouder?

15 Welke tradities of
gewoontes zijn
belangrijk in
jouw gezin?



21 Ik wou
dat mensen zagen...

2 Hoe denk je dat ouders
die jou minder goed
kennen naar jouw
gezin kijken?

7 Waar maak jij je soms
zorgen over bij het
opvoeden?

12 Welke momenten geven
jou vertrouwen als
ouder?



16 Wat wil jij graag
meegeven uit jouw
achtergrond, cultuur of
opvoeding?

22 Ik voel
me gesteund
als ouder wanneer...



3 Wat merken andere
mensen misschien niet
meteen aan jullie gezin
of ouderschap?

8 Wanneer voel jij
je gesteund
door andere
mensen?



13 Wat hoop jij dat je
kind later meeneemt
uit de opvoeding?

17 Wat vind jij mooi aan
hoe andere
gezinnen dingen
doen?



23 Ik wou dat anderen
beter begrepen dat...

4 Wat zou iemand die
met jouw kind werkt
moeten weten over
jouw gezin?

9 In welke momenten
van het ouderschap
herken je jezelf in
andere ouders?

14 Wat vind jij belangrijk
in de opvoeding van je
kind?



18 Wat zou jij willen dat
anderen beter
begrijpen over jouw
situatie of gezin?

24 Wat ik vaker zou
willen horen als ouder
is...



5 Waar ben jij
nieuwsgierig naar in
hoe andere ouders
omgaan met
opvoeden?



10 Wat geeft jou het
gevoel dat je het
niet alleen hoeft
te doen?

19 Wat heb jij geleerd van
mensen die
anders opvoeden
dan jij?



25 Ik voel me minder
begrepen wanneer...

20 Wat kunnen ouders
volgens jou van elkaar
leren?

Kijk eens door mijn ogen

Week van de opvoeding