



Richtlijn / info voor ouders

# Kinderen van Ouders met Psychische Problemen (KOPP)

## Inleiding

Opgroeien met een vader of moeder die psychische problemen of verslavingsproblemen heeft, is niet altijd makkelijk. Een kind<sup>1</sup> kan er flink last van hebben. Om u en uw kind te helpen, is er een richtlijn ontwikkeld. In deze richtlijn (die de *Richtlijn KOPP voor jeugdhulp en jeugdbescherming* wordt genoemd) staat wat hulpverleners in de jeugdhulp voor u en uw kind kunnen betekenen. In dit document vatten we de richtlijn kort samen. Het is handig als u van deze richtlijn op de hoogte bent. Zo weet u wat u van hulpverleners in de jeugdhulp kunt verwachten. Ook kunt u de brochure gebruiken als hulpmiddel bij het overleg met een hulpverlener.

## Wat is KOPP?

KOPP staat voor 'Kinderen van Ouders met Psychische Problemen'. Hieronder vallen ook verslavingsproblemen. KOPP-kinderen kunnen in de knel komen te zitten door de situatie waarin ze opgroeien. Ze nemen bijvoorbeeld de rol en taken van de ouders<sup>2</sup> over en cijferen zichzelf weg. Of ze schamen zich voor wat er thuis gebeurt en nemen daarom liever geen vriendjes of vriendinnetjes mee. Ook verzuimen ze nog wel eens van school, en vinden ze het soms moeilijk hun ouders los te laten en hun eigen weg te gaan. Nu loopt het ene KOPP-kind een grotere kans in de knel te raken dan het andere. Hoe jonger het kind bijvoorbeeld is, hoe groter het risico dat het door de psychische of verslavingsproblemen van de ouders zelf in moeilijkheden komt. 'Een jonge leeftijd' noem je daarom ook wel een 'aandachtspunt'. Heeft een kind veel zelfvertrouwen, dan loopt het juist minder risico problemen te ontwikkelen. 'Zelfvertrouwen hebben' is dus een 'pluspunt'. Zo zijn er allerlei eigenschappen of omstandigheden die de kans op moeilijkheden vergroten of juist verkleinen. Hulpverleners proberen de aandachtspunten te verminderen en de pluspunten te versterken.

## Wat doet uw hulpverlener?

Om te zien of een kind hulp nodig heeft, doorlopen ouders en hun kind volgens de richtlijn een aantal stappen. Allereerst gaat de hulpverlener na in hoeverre uw kind typische KOPP-problemen heeft of het risico loopt KOPP-problemen te ontwikkelen. Dat betekent dat hij of zij<sup>3</sup> u en uw kind (en soms ook de huisarts of de leerkracht van uw kind) een aantal vragen zal stellen, bijvoorbeeld aan de hand van een vragenlijst. Als u nog meer kinderen heeft, vraagt de hulpverlener ook naar hen.

Heeft uw kind inderdaad (een verhoogd risico op) KOPP-problemen, dan zorgt de hulpverlener ervoor dat verder onderzoek plaatsvindt. Dit betekent dat de hulpverlener u nogmaals uitnodigt voor een gesprek. In dit gesprek gaat de hulpverlener na wat precies de moeilijkheden zijn en welke mogelijkheden er zijn om deze aan te pakken. Ook wil hij weten of er misschien andere problemen spelen bij het kind of in het gezin. Maar de hulpverlener wil ook weten wat er thuis goed gaat. Hij kan u ook vragen om enkele vragenlijsten in te vullen. Kinderen vanaf elf jaar wordt soms ook gevraagd zelf een vragenlijst invullen.

<sup>1</sup> Onder 'kinderen' worden ook 'jongeren' (van twaalf tot achttien jaar) verstaan. Waar 'kinderen' staat kan ook 'het kind' worden gelezen, en omgekeerd.

<sup>2</sup> Als in dit document over 'ouders' wordt gesproken, kunnen dit de biologische ouders zijn, maar ook de pleeg-, adoptie- of stiefouders, de gezinshuisouders, de juridische ouders of andere volwassenen die de ouderrol vervullen. Waar 'ouders' staat kan ook 'een ouder' worden gelezen, en omgekeerd.

<sup>3</sup> In de rest van dit document gebruiken we de mannelijke vorm. Waar 'hij' staat, kan ook 'zij' worden gelezen.



De resultaten van het onderzoek neemt de hulpverlener met u en uw kind door. De hulpverlener legt uit wat voor hulp er mogelijk is, en wat naar zijn idee de beste hulp voor uw kind zou zijn. U en uw kind nemen samen met uw hulpverlener hierover een besluit. Ook stelt u samen vast wat u en uw kind met de behandeling willen bereiken. Wilt u geen hulp, dan nodigt de hulpverlener u nogmaals uit voor een gesprek. Tijdens dit gesprek gaat de hulpverlener na wat uw bezwaren zijn. Ook legt hij nogmaals uit waarom het belangrijk is dat uw kind hulp krijgt. Vervolgens zoekt de hulpverlener samen met u naar een oplossing.

### **Wat voor hulp is er?**

Er zijn verschillende vormen van hulp beschikbaar. Welke behandeling het meest geschikt is, is afhankelijk van de ernst van de problemen, de leeftijd van uw kind en de mogelijkheid om de aandachtspunten en pluspunten die aanwezig zijn te beïnvloeden. In het algemeen geldt: hoe eerder uw kind hulp krijgt, hoe beter. Het kan zijn dat uw kind het beste af is met individuele gesprekken met een hulpverlener. Het kan ook zijn dat uw kind het beste in een groep van leeftijdgenoten behandeld kan worden, of dat er een behandeling met uw hele gezin nodig is. Ten slotte kan ook een behandeling via internet uw kind helpen. Uw hulpverlener bespreekt met u en uw kind de mogelijkheden. Voor een overzicht van alle mogelijke behandelingen: zie het eind van deze brochure. Welke behandeling het ook wordt, het gaat er altijd om dat kinderen leren hoe ze problemen kunnen tegengaan. Bij sommige behandelingen leren kinderen bijvoorbeeld negatieve gedachten te vervangen door positieve, waardoor zij zich beter gaan voelen. Ook leren kinderen moeilijkheden goed op te lossen.

Soms wijkt een hulpverlener in overleg met u van deze behandelingen af. Hij gaat dan samen met u op zoek naar een behandeling die beter past. Tussentijds kijkt u dan samen hoe het gaat. Lijkt de behandeling weinig resultaat te hebben, dan overlegt de hulpverlener met u of er misschien iets anders aan de hand is.

### **Wat kunt u van de jeugdhulp verwachten?**

Van uw hulpverlener mag u verwachten dat hij u bij de behandeling betreft en u goed op de hoogte houdt. U bent tenslotte de ouders, dus u heeft het recht om te weten wat er speelt en om daarover mee te praten. Uw hulpverlener hoort beslissingen dus ook samen met u te nemen.



## Tips voor ouders

In alle gezinnen gaan er dingen goed en minder goed. Ouders die in dezelfde situatie zitten als u hebben vaak moeite om hun kind 's ochtends naar school te krijgen, geduld voor hun kind op te brengen of leuke dingen te doen samen. Het is belangrijk om een min of meer vaste dagindeling aan te houden. Uw hulpverlener kan u hierbij helpen, of u helpen met andere dingen die u moeilijk vindt. Als ouder bent u verantwoordelijk voor de opvoeding en ontwikkeling van uw kind. Wanneer u het gezag over uw kind heeft, is het uw recht (en ook uw plicht) om uw minderjarige kind te verzorgen en op te voeden. Uw kind blijft altijd uw kind, ook als uw kind (tijdelijk) niet bij u woont, u het gezag niet heeft of u (tijdelijk) het gezag niet volledig mag uitoefenen omdat er een ondertoezichtstelling is. Blijf dus altijd betrokken en houd zelf zo veel mogelijk de regie. Uw hulpverlener onderzoekt met u wat uw mogelijkheden zijn: wat wilt en kunt u doen om uw zoon of dochter verder te helpen? Sta open voor adviezen en probeer daar iets mee te doen. Laat ook uw mening blijken. Geef het bijvoorbeeld op tijd aan als een advies niet bij u of uw kind past, en kijk samen met uw hulpverlener wat u daaraan kunt doen.

## Meer informatie?

Deze *Richtlijn KOPP voor jeugdhulp en jeugdbescherming* is gebaseerd op literatuur en gesprekken met deskundigen en cliënten.

De richtlijn kunt u nalezen op [www.richtlijnenjeugdhulp.nl](http://www.richtlijnenjeugdhulp.nl).



## Websites

- [www.kopstoring.nl](http://www.kopstoring.nl) - een website voor KOPP-jongeren van dertien tot vijftientig jaar. Op deze website staat informatie voor, over en door KOPP-jongeren. Jongeren kunnen via de website een groepscursus in een chatbox volgen, vragen stellen aan een deskundige, verhalen van andere jongeren lezen en hun eigen verhaal met anderen delen. Ook kunnen ze er informatie over psychische en verslavingsstoornissen vinden.
- [www.drankjewel.nl](http://www.drankjewel.nl) - een website die ondersteuning, informatie en advies biedt aan kinderen van ouders met een alcoholprobleem. Bezoekers van de site kunnen meepraten op het forum, chatten met een deskundige of vragen stellen per e-mail. Een deel van de website is gericht op twaalf- tot achttienjarigen en een deel op volwassen kinderen (18+) van ouders met alcoholproblemen.
- [www.survivalkid.nl](http://www.survivalkid.nl) - een besloten site (virtueel buurthuis) voor jongeren (12-24 jaar) die een vader, moeder, broer of zus hebben met psychische problemen of een verslaving. De website bevat informatie over psychische problemen en verslaving, testjes, oefeningen, een mogelijkheid om met andere jongeren te chatten en een mogelijkheid om te mailen of chatten met een 'survivalcoach'. Op het openbaar toegankelijke gedeelte van de website staat informatie voor ouders met links naar mogelijk interessante sites.
- [www.kopopouders.nl](http://www.kopopouders.nl) - een website voor ouders met psychische problemen of een verslaving, met kinderen in de leeftijd van nul tot achttien jaar. [KopOpOuders.nl](http://KopOpOuders.nl) informeert en adviseert deze ouders hoe zij hun ouderrol ondanks hun problemen zo goed mogelijk kunnen invullen. Op de website staan ook ervaringsverhalen van ouders, en daarop kan weer gereageerd worden. Daarnaast kunnen ouders via deze website anoniem een begeleide online groepscursus volgen om ondersteuning te krijgen bij het opvoeden. Ook kunnen ze een online zelfhulp cursus volgen, met minimale begeleiding, en per e-mail advies krijgen over opvoeding.
- *Kipizivero voorlichtingsserie over en voor KOPP (8-delig)* - voorlichtingsmateriaal voor en over KOPP-kinderen van alle leeftijden en hun ouders. De voorlichtingsmaterialen zijn te bestellen via: [www.trimbos.nl/webwinkel](http://www.trimbos.nl/webwinkel) > zoek op 'kipizivero'.



## Overzicht van mogelijke behandelingen

### Voor kinderen:

- *Doepraatgroep KOPP en Pubergroep KOPP* – gespreksgroepen voor KOPP-kinderen van acht tot twaalf jaar (Doepraatgroep) en van dertien tot vijftien jaar (Pubergroep). Doel is te voorkomen dat deze kinderen zelf psychische problemen ontwikkelen. De gespreksgroepen bestaan uit acht bijeenkomsten van anderhalf uur. Bij ernstige emotionele problemen zijn deze gespreksgroepen niet geschikt.
- *Kopstoring* – een online cursus voor KOPP-jongeren van zestien tot vijfentwintig jaar. Doel is te voorkomen dat deze jongeren zelf psychische problemen ontwikkelen. De cursus bestaat uit acht wekelijkse bijeenkomsten van anderhalf uur in een gesloten chatbox.
- *Survivalkid* – een besloten site (virtueel buurthuis) voor jongeren (12-24 jaar) die een vader, moeder, broer of zus hebben met psychische problemen of een verslaving. De website bevat informatie over psychische problemen en verslaving, testjes, oefeningen, een mogelijkheid om met andere jongeren te chatten en een mogelijkheid om te mailen of chatten met een 'survivalcoach'. Doel is om informatie en steun te bieden en psychische problemen te voorkomen.

### Voor ouders:

- *Ouder-baby-interventie* – een behandeling gericht op depressieve moeders en hun baby's. Doel van deze behandeling is om stapsgewijs het contact tussen de ouders en hun baby te verbeteren, om latere problemen bij het kind te voorkomen.
- *Voorzorg* – een programma voor jonge vrouwen tot 25 jaar die maximaal 28 weken zwanger zijn van hun eerste kind en weinig of geen opleiding hebben genoten. De selectie voor deze behandeling doet de verloskundige. Doel van het programma is het voorkómen van problemen. Het programma eindigt als het kind twee jaar wordt.
- *KopOpOuders* – een opvoedcursus voor ouders met psychische en/of verslavingsproblemen die een of meer kinderen hebben in de leeftijd van een tot achttien jaar. Het doel van de cursus is dat ouders meer het gevoel krijgen dat ze de opvoeding aankunnen. Daardoor zal hun kind zich prettiger gaan voelen en minder risico op problemen lopen.

### Voor gezinnen:

- *Psycho-educatieve gezinsinterventie KOPP* – een kortdurende behandeling voor KOPP-kinderen van negen tot veertien jaar. Het programma richt zich op het hele gezin en probeert de communicatie tussen de gezinsleden te bevorderen. Doel is te voorkomen dat kinderen zelf problemen ontwikkelen.
- *PIEP zei de muis* – een behandeling voor KOPP-kinderen van vier tot acht jaar die in een wijk wonen waar veel andere gezinnen ook zulke problemen hebben. *Piep zei de muis* moet de kans verkleinen dat de kinderen zelf ernstige problemen ontwikkelen.



© 2014 Beroepsvereniging van Professionals in Sociaal Werk, Nederlands Instituut van Psychologen, Nederlandse vereniging voor pedagogen en onderwijskundigen

Het Nederlands Instituut van Psychologen (NIP), de Nederlandse vereniging van pedagogen en onderwijskundigen (NVO) en de Beroepsvereniging van Professionals in Sociaal Werk (BPSW) zijn de opstellers van de Richtlijnen jeugdhulp en jeugdbescherming. Vermelde beroepsverenigingen zijn intellectueel eigenaar van zowel de richtlijnen zelf als de schriftelijke onderbouwing ervan, de eventuele bijbehorende werkkaarten en de cliëntversies. De beroepsverenigingen geven toestemming voor het verveelvoudigen en opslaan in een geautomatiseerd gegevensbestand van de tekst van deze publicatie alsmede het openbaar maken ervan hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën of enige andere manier, op voorwaarde dat de drie beroepsverenigingen worden vermeld als de opstellers van betreffende richtlijn en de eventuele overige gebruikte teksten. Richtlijnen worden regelmatig aangepast. We adviseren dringend altijd de website te raadplegen voor de meest actuele versies.

Trimbos-instituut heeft deze richtlijn geschreven in opdracht van het NIP, de NVO en de BPSW. Dit project werd mogelijk gemaakt door financiering van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, vanuit het Programma Richtlijnen jeugdhulp en jeugdbescherming. Zie voor meer informatie de website [www.richtlijnenjeugdhulp.nl](http://www.richtlijnenjeugdhulp.nl).

'Gebruik als titel van deze richtlijn in referenties altijd: *'Richtlijn Kinderen van Ouders met Psychische Problemen (KOPP) voor jeugdhulp en jeugdbescherming'*.

3e herziene druk 2017

#### Auteurs

Rianne van der Zanden  
Jolanda Meeuwissen  
Petra Havinga  
Daniëlle Meije  
Carolien Konijn  
Marieke Beentjes  
Rennie Besselink  
Patricia Celi  
Julie van Dijk - van Hartskamp  
Karin van Doesum  
Marjon van den Meerendonk  
Sabine Tesselaar  
Clemens Hosman

#### Trimbos-instituut

Da Costakade 45, 3521 VS Utrecht  
Postbus 725, 3500 AS Utrecht  
Telefoon 030-2971100  
E-mail [info@trimbos.nl](mailto:info@trimbos.nl)

*Met medewerking van de Cliëntentafel Richtlijnen jeugdhulp en jeugdbescherming*

#### Redactionele ondersteuning

Iris Dijkstra



