



LANDELIJK
OUDER
PANEL

Onderzoeksrapportage

OUDERS OVER MENTALE GEZONDHEID

Mei 2026



Dit onderzoek werd uitgevoerd door:

Ouders
& Onderwijs.

Inleiding

Hoe een kind zich voelt, heeft veel invloed op hoe het op school gaat. Tegelijk kunnen dingen op school, zoals toetsen, huiswerk en contact met klasgenoten, invloed hebben op hoe een kind zich voelt. Hoe kijken ouders hiernaar? En wat vinden zij dat scholen moeten doen om de mentale gezondheid van kinderen te beschermen? We vroegen het aan de ouders uit ons panel.



Onderzoek

Doelstelling

Onderzoeken hoe ouders kijken naar de mentale gezondheid van hun kind en welke rol school daarin speelt.

Doelgroep

Ouders met een kind van 7 t/m 18 jaar.

Uitvoering

De vragenlijst kon worden ingevuld van 16 t/m 27 mei 2026.

Representativiteit

De resultaten van deze peiling zijn statistisch gewogen. Hierdoor zijn de resultaten representatief naar culturele achtergrond. De resultaten zijn niet representatief naar geslacht en opleidingsniveau. Aan deze peiling hebben 592 ouders meegedaan.

Inhoud

- 1 Mentale klachten
- 2 Oorzaken en gevolgen
- 3 De rol van school
- 4 Informatie deelnemers

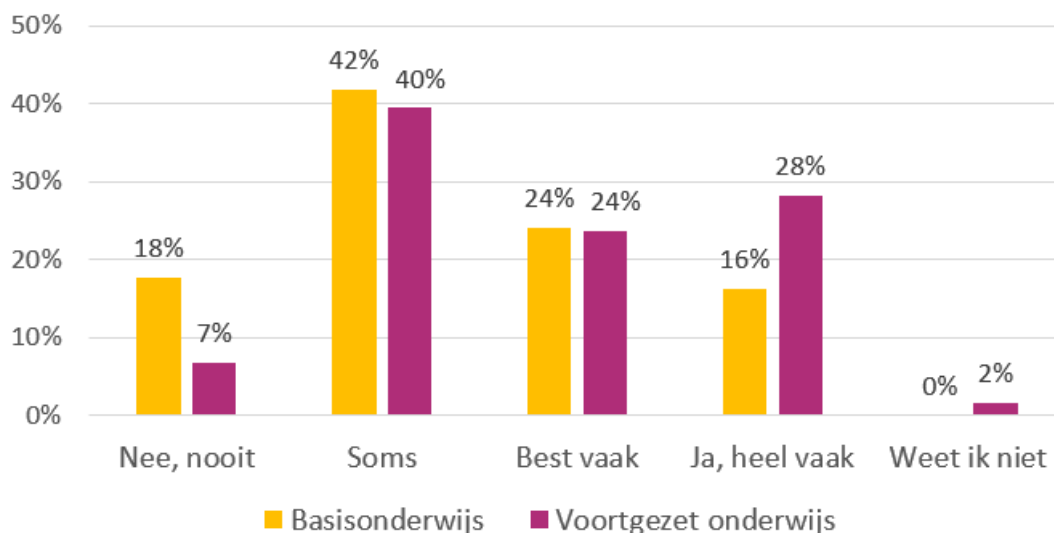
1. Mentale klachten

Vaak last van mentale klachten

Bijna alle ouders (89%) geven aan dat hun kind wel eens last heeft van mentale klachten zoals stress, somberheid of angst. De meeste kinderen hebben hier niet zo vaak last van. Maar een kwart van de ouders ziet dat hun kind hier heel vaak last van heeft. Dit percentage is hoger in het voortgezet onderwijs dan in het basisonderwijs. In het basisonderwijs is juist de groep ouders groter die aangeeft dat hun kind nooit last heeft van deze klachten.

Meisjes hebben er vaker last van dan jongens. Het percentage ouders dat aangeeft dat hun kind heel vaak last heeft van mentale klachten, is namelijk groter onder ouders met een dochter (32%) dan onder ouders met een zoon (21%).

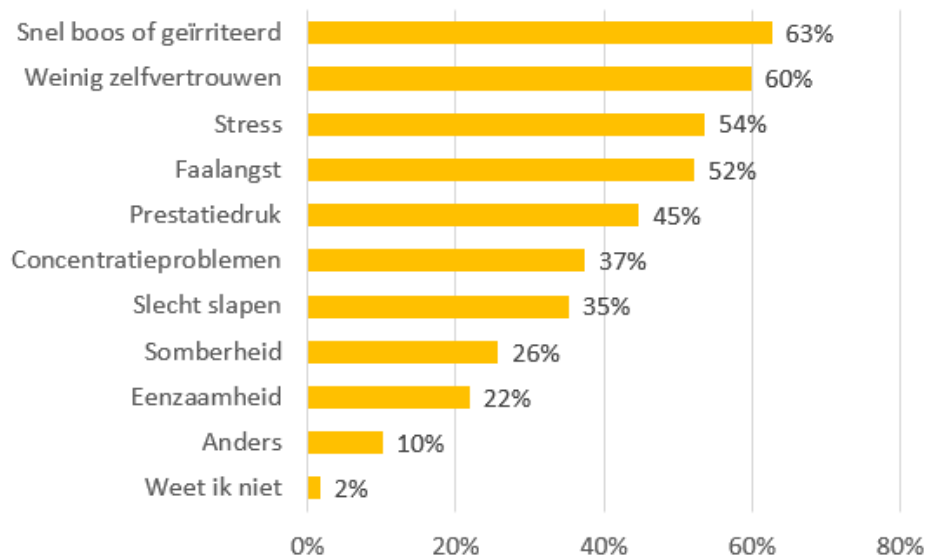
ERVAART JE KIND MENTALE KLACHTEN
(BIJVOORBEELD STRESS, SOMBERHEID, ANGST)?



Stress, prestatiedruk of snel geïrriteerd

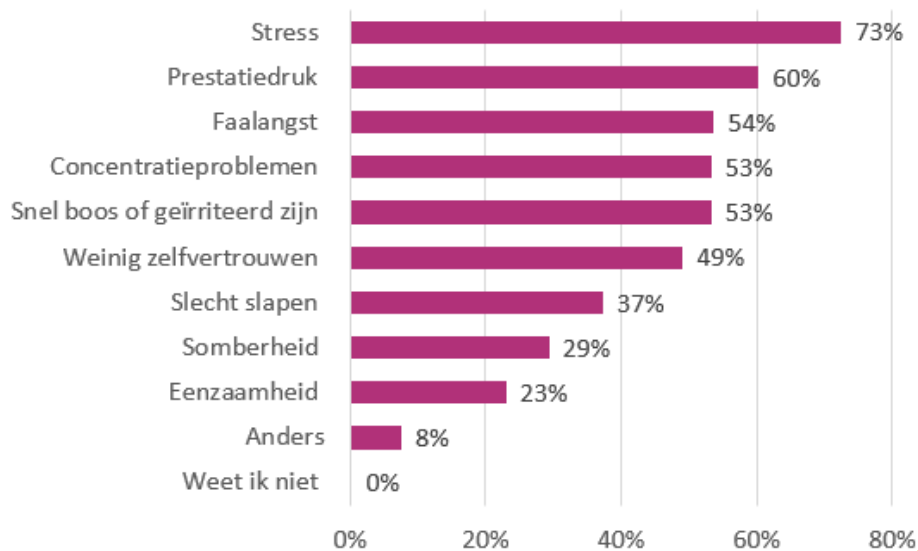
In totaal geven 535 ouders aan dat hun kind wel eens mentale klachten ervaart. Welke klachten het meest voorkomen, hangt af van het type onderwijs. In het basisonderwijs noemen de meeste ouders dat hun kind snel boos of geïrriteerd is (63%). Ook zien veel ouders dat hun kind weinig zelfvertrouwen heeft (60%) en/of stress ervaart (54%).

WELKE MENTALE KLACHTEN ERVAART JE KIND? BASISONDERWIJS



In het voortgezet onderwijs is stress de meest voorkomende klacht. 73% van deze ouders ziet dat hun kind daar last van heeft. In de bovenbouw komt het vaker voor (81%) dan in de onderbouw (64%). Verder geven veel ouders aan dat hun kind in het voortgezet onderwijs last heeft van prestatiedruk (60%) en/of faalangst (54%).

WELKE MENTALE KLACHTEN ERVAART JE KIND? VOORTGEZET ONDERWIJS

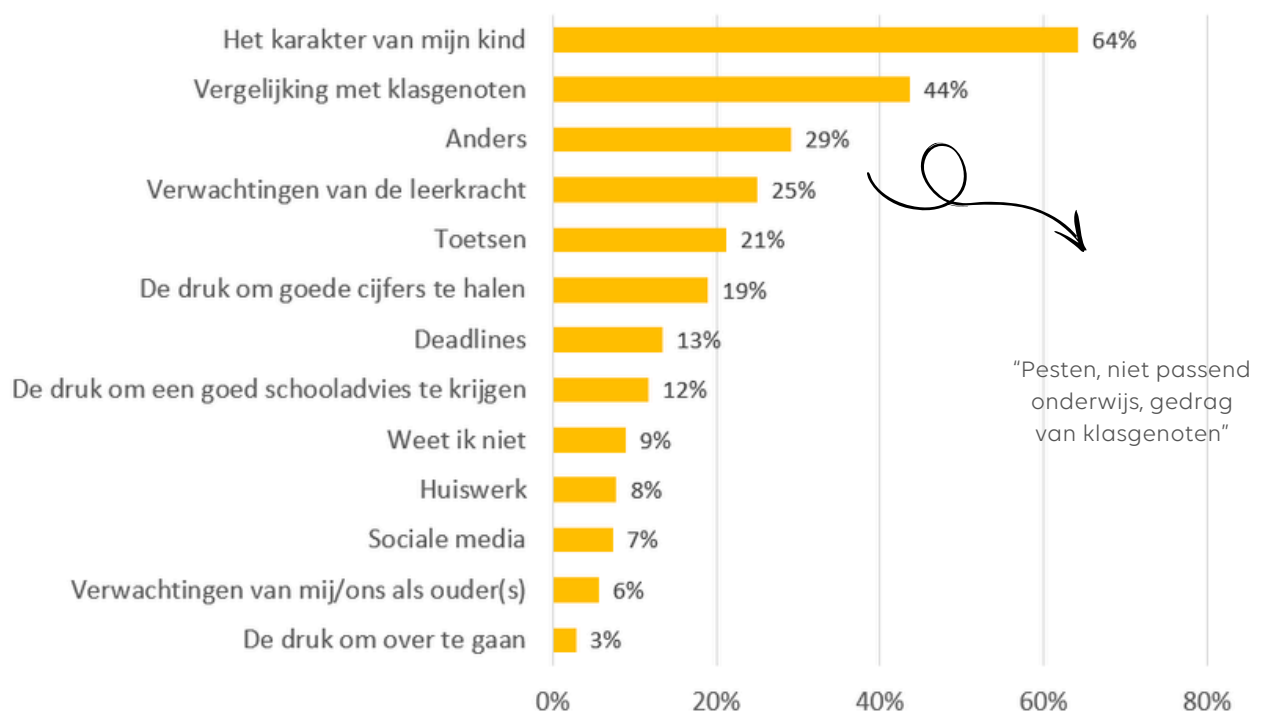


2. Oorzaken en gevolgen

Oorzaken in het basisonderwijs

Ouders zien verschillende oorzaken van de mentale klachten die hun kind ervaart. In het basisonderwijs is de meest genoemde oorzaak het karakter van het kind (64%). Maar ook zien veel ouders dat een vergelijking met klasgenoten zorgt voor mentale klachten (44%). En voor kinderen in de bovenbouw speelt de druk om een goed schooladvies te krijgen vaak een rol. 18% van de ouders met een kind in de bovenbouw ziet dat die druk zorgt voor mentale klachten.

WAARDOOR ERVAART JE KIND DEZE KLACHTEN? BASISONDERWIJS



Oorzaken in het voortgezet onderwijs

In het voortgezet onderwijs worden toetsen het vaakst genoemd als oorzaak van mentale klachten (60%). Toetsen spelen daar dus een grotere rol in de mentale klachten van kinderen dan in het basisonderwijs. Verder noemen veel ouders het karakter van het kind (47%) en/of de druk om goede cijfers te halen (40%).

Voor kinderen in het examenjaar speelt de druk om de examens te halen vaak ook een rol. 65% van de ouders met een kind in in het examenjaar ziet dat die druk zorgt voor mentale klachten. In de bovenbouw gaat het om 14% van de ouders.

WAARDOOR ERVAART JE KIND DEZE KLACHTEN? VOORTGEZET ONDERWIJS

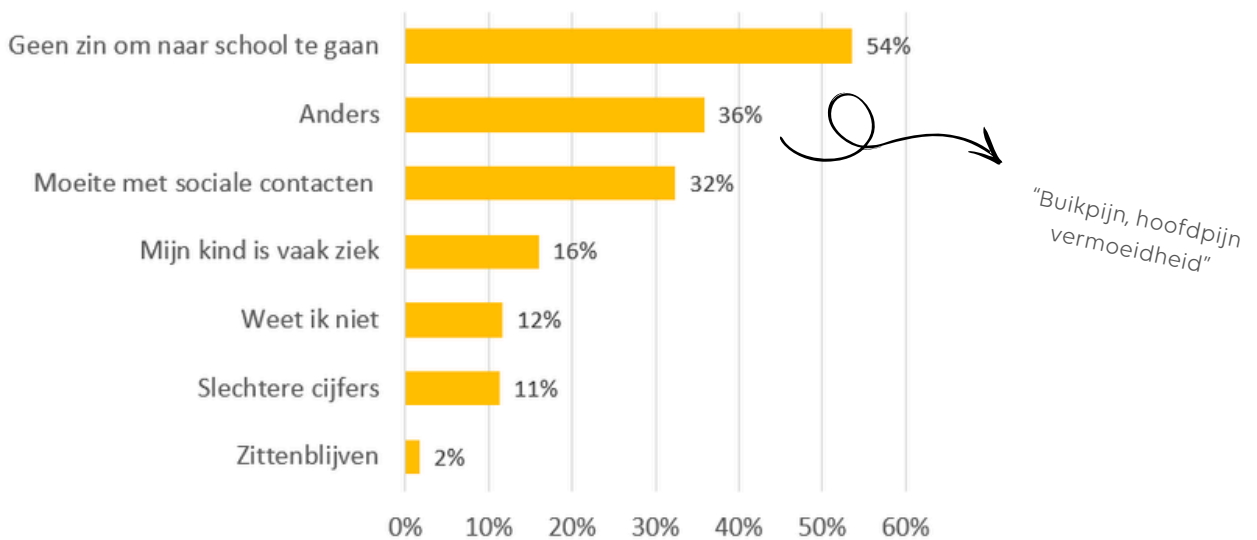


Geen zin om naar school te gaan

Als een kind zich mentaal niet goed voelt, dan kan dat vervelende gevolgen hebben. De helft van de ouders ziet dat hun kind geen zin heeft om naar school te gaan vanwege mentale klachten. Zowel in het basisonderwijs als het voortgezet onderwijs is dat het meest genoemde gevolg.

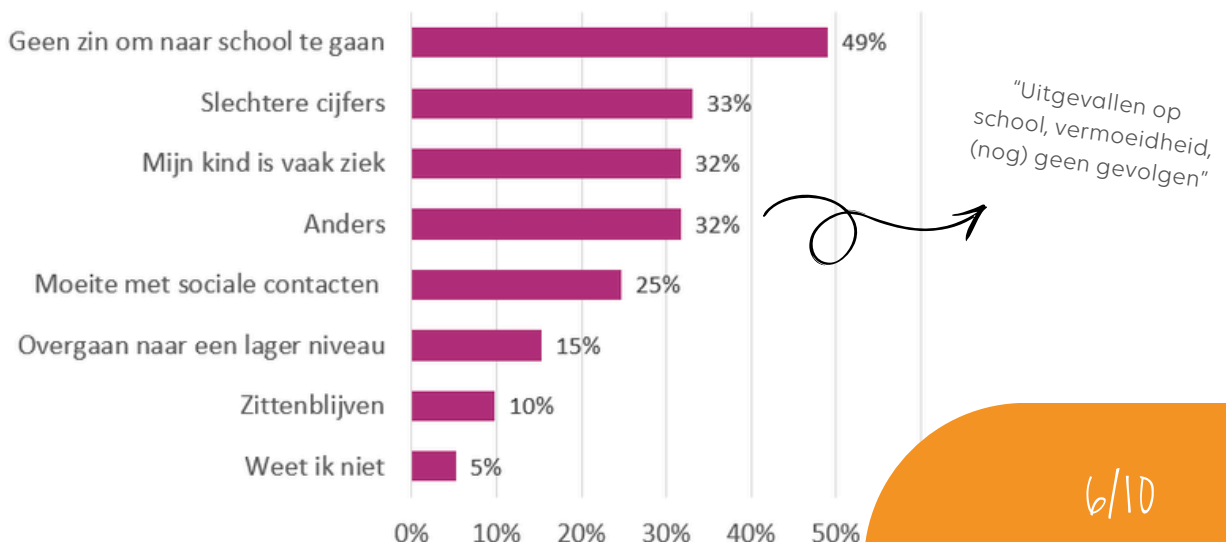
Daarnaast laten veel ouders in het basisonderwijs weten dat de mentale klachten ervoor zorgen dat hun kind meer moeite heeft met sociale contacten. En sommigen geven aan dat hun kind vaak ziek is door de mentale klachten.

WAT ZIJN DE GEVOLGEN VOOR JE KIND VAN DE MENTALE KLACHTEN? BASISONDERWIJS



In het voortgezet onderwijs zien veel ouders dat hun kind slechtere cijfers haalt als gevolg van mentale klachten (33%). En bijna evenveel ouders geven aan dat hun kind vaak ziek is (32%).

WAT ZIJN DE GEVOLGEN VOOR JE KIND VAN DE MENTALE KLACHTEN? VOORTGEZET ONDERWIJS

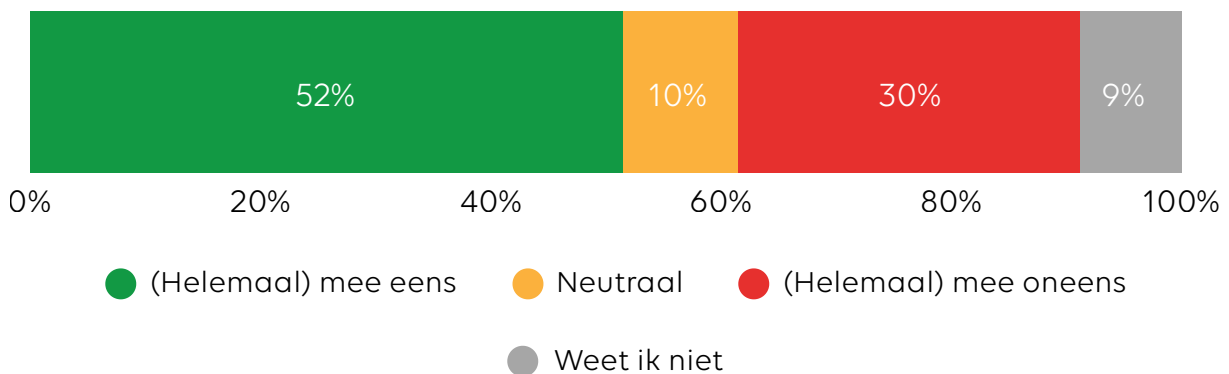


3. De rol van school

Helft van de ouders kan bij school terecht als ze zorgen hebben

De helft van de ouders (52%) geeft aan dat ze bij school terecht kunnen als ze zich zorgen maken over de mentale gezondheid van hun kind. Toch is er ook een grote groep ouders (30%) bij wie dat niet het geval is.

STELLING: IK KAN BIJ SCHOOL TERECHT ALS IK ME ZORGEN MAAK OVER DE MENTALE GEZONDHEID VAN MIJN KIND.



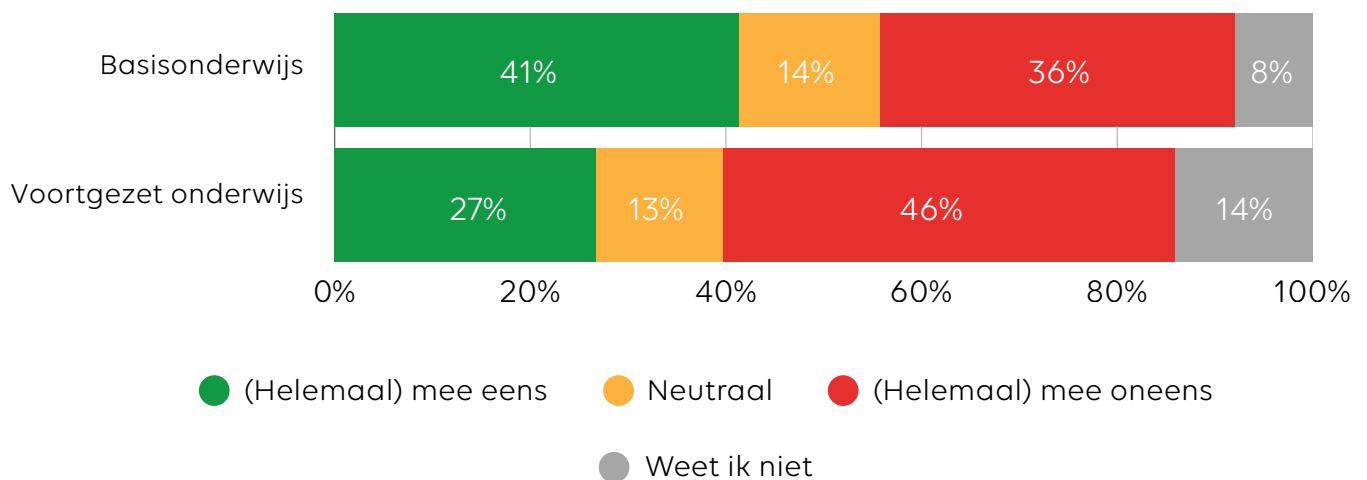
"We hebben meermaals gesprekken aangevraagd bij de mentor en ondersteuners. Wij werden als overbezorgde, zeurende ouders weggezet."

"De mentor is goed bereikbaar en reageert proactief. Ik ben zou niet weten waar elders op school dit aangekaart zou kunnen worden."

Mentale problemen voorkomen

Veel ouders vinden dat de school van hun kind niet genoeg doet om mentale problemen bij kinderen te voorkomen. Vooral ouders met een kind in het voortgezet onderwijs zijn er ontevreden over. Daar vindt 46% van de ouders dat de school niet genoeg doet. In het basisonderwijs ligt dat percentage iets lager, namelijk op 36%.

STELLING: DE SCHOOL VAN MIJN KIND DOET GENOEG OM MENTALE PROBLEMEN BIJ KINDEREN TE VOORKOMEN.



"De ondersteuning die mijn kind krijgt is gericht op prestaties, niet op haar welzijn."

"Er zijn genoeg mogelijkheden om naar mentoren etc. toe te gaan, maar de toetsdruk blijft hetzelfde. Dit komt door het schoolstelsel."

Kinderen leren omgaan met stress en emoties

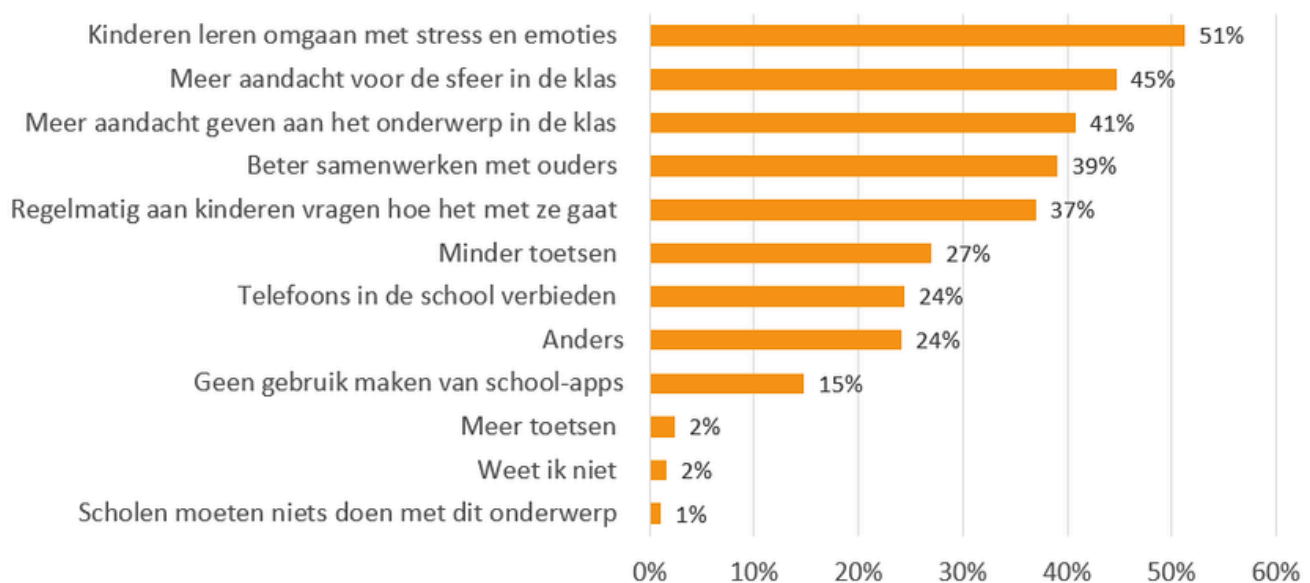
Scholen kunnen verschillende dingen doen om de mentale gezondheid van leerlingen te beschermen. De helft van de ouders vindt dat scholen kinderen moeten leren omgaan met stress en emoties. En 45% vindt dat er meer aandacht moet zijn voor de sfeer in de klas.

Sommige dingen worden vaker genoemd door ouders in het voortgezet onderwijs dan in het basisonderwijs. Zo wil 35% van de ouders met een kind in het voortgezet onderwijs dat er minder getoetst wordt (tegenover 18% in het basisonderwijs). En 18% wil dat scholen stoppen met het gebruik van schoolapps zoals Magister of SomToday (tegenover 8% in het basisonderwijs).

In het basisonderwijs vinden daarentegen meer ouders (42%) dat scholen regelmatig aan kinderen moeten vragen hoe het met ze gaat (tegenover 33% in het voortgezet onderwijs).

Sommige ouders benadrukken dat de verantwoordelijkheid niet alleen bij school ligt. Zij vinden dat ouders zelf ook een rol (zouden moeten) spelen.

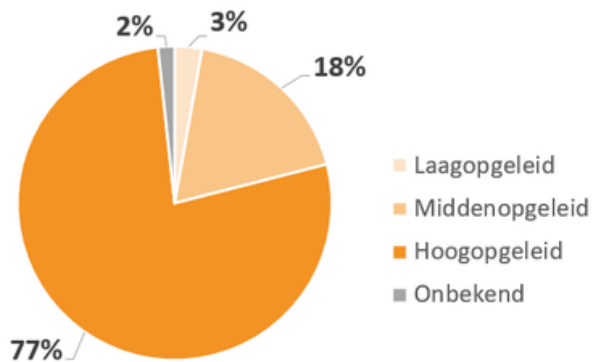
WAT MOETEN SCHOLEN VOLGENS JOU DOEN OM DE MENTALE GEZONDHEID VAN LEERLINGEN TE BESCHERMEN?



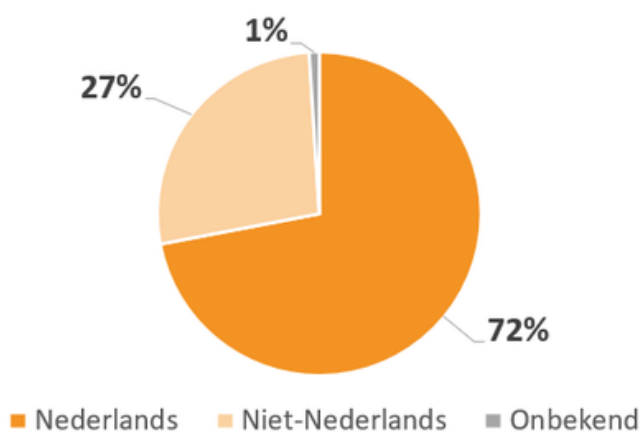
"Wij als ouders hebben ook een rol, en zorgen (onbewust) voor druk op kinderen. Tegelijkertijd weten we vaak ook niet goed hoe we hiermee om moeten gaan. Dus ook ouders moeten betrokken worden/voorgelicht worden."

4. Informatie deelnemers

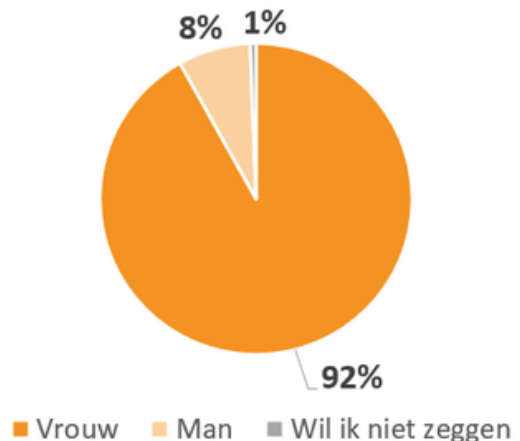
Opleidingsniveau



Culturele achtergrond



Geslacht



www.oudersenonderwijs.nl

Ouders & Onderwijs is een organisatie voor alle ouders met kinderen in de schoolgaande leeftijd. We helpen ouders door ze te informeren en adviseren over alles wat met onderwijs te maken heeft. Daarnaast vertegenwoordigen we ouders richting de politiek, de onderwijssector en in de media.



www.landelijkouderpanel.nl

Met het ruim 9.000 ouders tellende Landelijk Ouderpanel brengt Ouders & Onderwijs de mening en ervaringen van ouders over het huidige onderwijs in kaart. Met de resultaten vragen we aandacht voor de positie en mening van ouders en verbeteren we de beschikbare informatie.