

Onderzoek van MyFamily: Kleinkind doet geluk pieken

10 oktober: Dag van de Kleinkinderen is ook Dag van de Geestelijke Gezondheid

Antwerpen –10 oktober 2025 – Uit onderzoek van MyFamily, erkend uitbeter van het Groeipakket, bij 600 Vlaamse ouders ouder dan 60, blijkt dat grootouderschap extra geluk brengt: 88% van de grootouders is gelukkig. Daarvan is een kwart zelfs uiterst gelukkig. Ouders ouder dan 60 jaar zonder kleinkinderen hebben een gelukscore van 7,3 op 10 tegenover 7,5 voor grootouders met kleinkinderen. Grootouders met pluskleinkinderen geven hun geluk een nog hogere score (7,8 op 10). Aanstaande grootouders spannen echter de kroon: met een gelukscore van 8,3 op 10 lijken zij al helemaal op een roze wolk te zitten.

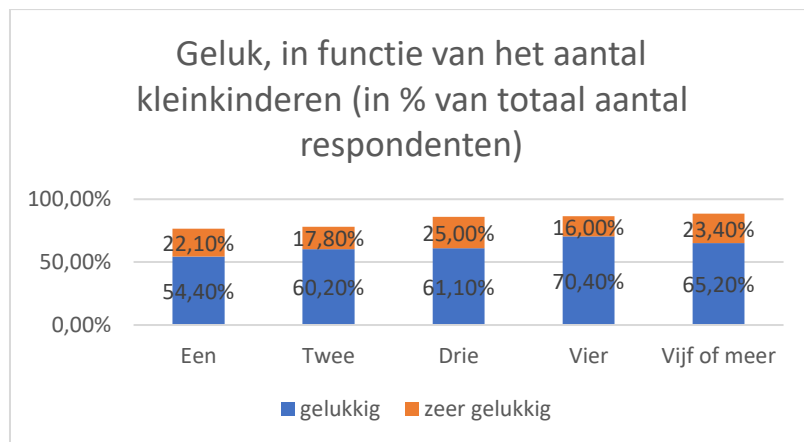
Hoe ouder, hoe gelukkiger

- Over het algemeen is 84% van de 60-plussers gelukkig. Verschillende factoren beïnvloeden het geluksgevoel.
- Grootouderschap brengt extra geluk: 88% van de grootouders is gelukkig. Daarvan is een kwart zelfs uiterst gelukkig.
- Ruim driekwart van de Vlaamse ouders ouder dan 60 (78%) is ondertussen al grootouder. 18% heeft (nog) geen kleinkind: zij kennen een gelukscore van 7,3 op 10 tegenover een score van 7,5 voor grootouders met kleinkinderen. Grootouders van pluskleinkinderen hebben een hoge gelukscore van 7,8 op 10. Aanstaande grootouders kennen echter de hoogste gelukscore (8,3 op 10).
- Meer dan een kwart (26%) van de 60-plussers zonder kleinkinderen wil heel graag grootouder worden. Eén op de zeven (14%) kijkt er totaal niet naar uit: dit zijn vooral de jongste 60-plussers (met 1 kind). Van deze groep ouders (nog) zonder kleinkinderen is 82% ook gelukkig.
- Eén op de vijf (20%) geeft aan dat hun kind(eren) bewust geen kinderen wil(len); dit percentage ligt hoger bij de 60- tot 64-jarigen (26%), dan bij de 70-plussers (15%).

Bestaat er een ideaal aantal kleinkinderen?

- Het ideale aantal kleinkinderen bestaat niet: voor de meesten (vier op de tien) maakt het niet uit. Voor bijna één op de vijf (19%) is twee kleinkinderen het ideale aantal, gevolgd door 16% die vier kleinkinderen als ideaal ziet. Daarnaast geldt: hoe meer kleinkinderen iemand heeft, hoe minder het aantal ertoe doet. Van wie vijf of meer kleinkinderen heeft, zegt 60% dat het aantal niet uitmaakt.
- Negen op de tien grootouders (89%) met vijf of meer kleinkinderen voelen zich gelukkig tot zeer gelukkig.

Youssef Deconinck, woordvoerder van MyFamily: ***“Het ideale aantal kleinkinderen bestaat niet, maar het geluksgevoel stijgt wel licht met de leeftijd en het aantal kleinkinderen.”***



Bron: MyFamily 2025

Actief polsen bij de kinderen: wie doet het?

- Twintig procent vindt van zichzelf dat ze subtiel aangeven dat ze een (bijkomend) kleinkind wel zien zitten. De meerderheid echter zegt dit niet te doen (53%). Jonge zestigers, de professioneel actieven, zijn het meest nieuwsgierig: 30% polst actief naar de komst van een kleinkind. Een kwart (26%) van de jongste 60-plussers (60-64 jaar) geeft toe actief te polsen naar de komst van een kleinkind.
- Eén op de vijf (19%) probeert de voornaam te raden. Oma's (in spe) doen dit iets meer (24%) dan opa's (14%). Zestigers (22%) zijn ook actiever in deze speurtocht dan 70-plussers (13%).
- 85% heeft respect voor de keuze van hun kinderen, ook als er geen kinderwens is. Drie procent heeft het wel moeilijk met de keuze van de kinderen.

Grootouderschap overtreft de verwachtingen bij zes op tien

- Grootouderschap wordt positief ervaren. De meerderheid (91%) vindt het leuk tot fantastisch. Bij 58% overtreft het de verwachtingen. Slechts 3% vindt het niet leuk en 6% vindt het matig: de verwachtingen worden (nog) niet volledig ingevuld. Een kwart ervaart het grootouderschap als eerder belastend (25%). Slechts 4% vindt het enorm belastend.
- Grootouders ervaren als grootste uitdagingen hun eigen fysieke beperkingen of een gebrek aan energie (26%), het blijven met de digitale wereld van smartphones en gaming (30%) en - last but not least - de angst dat hen iets overkomt en ze hun kleinkinderen niet zien opgroeien: dat is voor 34% de grootste bekommernis.
- Tijd met kleinkinderen is kostbaar: 18% wil graag de kleinkinderen meer zien. Dit is vooral het geval als de kleinkinderen op meer dan 30 minuten afstand wonen – iets wat voor vier op de tien grootouders geldt. Wie minstens 30 minuten van de kleinkinderen woont, geeft zijn geluksgevoel gemiddeld een 7,1 op 10, tegenover 7,6 op 10 voor grootouders die dichterbij wonen.

“88% van de Vlaamse grootouders is gelukkig. Zes op de tien geven aan dat het grootouderschap hun verwachtingen overtreft en slechts een minderheid vindt het belastend. Als grootste uitdagingen ervaren grootouders de eigen fysieke beperkingen of een tekort aan energie, maar ook het blijven met de digitale leefwereld van smartphones en gaming. Tijd met de kleinkinderen is uiterst kostbaar. Wie op minder dan 30 minuten van de kleinkinderen woont, voelt zich gelukkiger”, verduidelijkt Youssef Deconinck van MyFamily. ***“Sommige grootouders (in spe) tonen hun betrokkenheid bijvoorbeeld door discreet te polsen naar een kleinkind of om actief mee te denken over de voornaam. Ons onderzoek benadrukt het belang van connectie met onder meer familie, kinderen en (plus)kleinkinderen voor ons algemeen geluksgevoel.”***

Over het onderzoek van MyFamily

In totaal zijn tussen 28 augustus en 16 september 2025 zeshonderd Vlamingen ouder dan 60, met minstens één biologisch of pluskind, bevestigd naar hun geluksgevoel en hun ervaringen/verwachtingen met betrekking tot het grootouderschap. De steekproef bestaat voor 51% uit mannen, en voor 49% uit vrouwen. Zestig procent zijn zestigers (30% is 60-64 jaar, 30% is 65-69 jaar) en veertig procent is zeventig jaar of ouder. Driekwart (76%) is gepensioneerd. Van 14% van de respondenten is de partner nog professioneel actief, voornamelijk in de leeftijdscategorie 60-64 jaar (34% van deze categorie). 61% van de respondenten die nog professioneel actief zijn doen hun job voltijds, 39% doet dit deeltijds. Meer dan drie vierde van de respondenten heeft reeds één of meerdere biologische kleinkinderen. In totaal is 18% nog geen grootouder. 3% heeft enkel pluskleinkinderen en 1% is in blijde verwachting van een kleinkind. Ongeveer een derde van de 60- tot 64-jarigen zijn nog geen grootouder.

De steekproef is representatief voor 60-plussers woonachtig in Vlaanderen met minstens één kind. De foutenmarge voor de volledige steekproef is beperkt tot 4% (betrouwbaarheidsinterval 95%).

Over MyFamily:

MyFamily is één van de vijf erkende uitbetalers van het Groeipakket in Vlaanderen, vroeger gekend als de kinderbijslag. MyFamily wil gezinnen met kinderen alle kansen geven om succesvol op te groeien. De Vlaamse overheid ondersteunt gezinnen financieel via het Groeipakket met een maandelijks bedrag. MyFamily zorgt ervoor dat het stipt en correct op hun rekening staat.



Bovendien informeren we gezinnen proactief in begrijpbare taal over hun rechten en plichten. Daarnaast inspireren we gezinnen over alles wat met het gezinsleven te maken heeft. Zo kunnen zij focussen op wat echt telt: quality time met hun gezin.

Perscontact

Jente Salden, jente@wavemakers.eu en 0488 15 39 40 en Emanuel Sys, emanuel@wavemakers.eu, 0486 17 52 65

Eva De Schryver via 0496 02 67 08 Of eva.deschryver@xerius.be