

Interventie

Opvoeden & Zo

Erkenning

Erkend door deelcommissie Jeugdzorg en psychosociale/pedagogische preventie

Datum: 24 oktober 2024

Oordeel: Goed onderbouwd

De referentie naar dit document is: Groenewegen, Blokland (14 november 2024).
Databank effectieve jeugdinterventies: beschrijving 'Opvoeden & Zo'. Utrecht:
Nederlands Jeugdinstituut. Gedownload van www.nji.nl/jeugdinterventies.

Inhoud

Inhoud.....	3
Samenvatting	4
Doelgroep	4
Doel.....	4
Aanpak	4
Materiaal	4
Onderbouwing	5
Onderzoek.....	5
1. Uitgebreide beschrijving	6
1.1 Doelgroep.....	6
1.2 Doel.....	9
1.3 Aanpak.....	9
2. Uitvoering	15
3. Onderbouwing.....	20
4. Onderzoek	26
4.1 Onderzoek naar de uitvoering	26
4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten	29
5. Samenvatting Werkzame elementen	31
6. Aangehaalde literatuur.....	32

Samenvatting

Opvoeden & Zo is een preventieve oudercursus die zich richt op de ontwikkeling en opvoeding van kinderen in de basisschoolleeftijd (4-11 jaar) met als doel het zelfvertrouwen en de opvoedcompetenties van ouders¹ te versterken. Ouders krijgen inzicht in een aantal belangrijke ontwikkelingsaspecten en daarnaast basisvaardigheden aangereikt die een positieve ontwikkeling van kinderen stimuleren en kunnen helpen om lastige opvoedsituaties te hanteren. De cursus werd in 1993 landelijk geïmplementeerd en is in 2006 voor het eerst herzien. In 2021 is de interventie opnieuw geactualiseerd nadat een inventarisatie onder gebruikers aantoonde dat de cursus nog steeds wordt uitgevoerd en in een behoefte van ouders en professionals voorziet.

Doelgroep

De cursus Opvoeden & Zo is bedoeld voor ouders van kinderen in de basisschoolleeftijd (4-11 jaar), die vragen hebben over de opvoeding en ontwikkeling van hun kinderen en/of soms onzeker zijn over de eigen opvoedcompetentie en om die reden behoefte hebben aan een steuntje in de rug bij het opvoeden.

Doel

Opvoeden & Zo heeft als doel het zelfvertrouwen en de opvoedcompetenties van ouders te versterken. De bijhorende subdoelen zijn: 1. Uitbreiding van kennis over de ontwikkeling van kinderen in de basisschoolleeftijd; 2. Toegenomen zelfvertrouwen en ervaren steun; 3. Versterking en uitbreiding van opvoedvaardigheden om het gedrag van kinderen op een positieve en niet-schadelijke manier te beïnvloeden.

Aanpak

De cursus bestaat uit zes bijeenkomsten van twee uur en biedt een mix van informatieoverdracht, vaardigheden oefenen en ervaringen uitwisselen. In bijeenkomst 1 t/m 4 staan steeds een of twee opvoedvaardigheden centraal. Voor bijeenkomst 5 kunnen ouders kiezen uit een of meer opvoedthema's. De zesde bijeenkomst wordt ingevuld met een samenvatting en toepassing van alles wat besproken is en integreert daarmee de opgedane kennis en competenties van de voorgaande bijeenkomsten. De cursus kan nog worden gevolgd door een terugkombijeenkomst na een aantal weken.

Materiaal

Het ondersteunend materiaal bestaat uit een draaiboek voor cursusleiders waarin de opzet en uitvoering van elke bijeenkomst is beschreven en een usb-stick voor cursusleiders met daarop: een PowerPoint per bijeenkomst, zes animatiefilmpjes, materialen bij de werkvormen, thuisopdrachten, ouderfolders in drie talen, evaluatieformulieren, certificaat voor ouders en een folder voor de werving. Bij de materialen voor ouders zoals de folders en werkvormen is extra gelet op begrijpelijke taal.

¹Met de term 'ouders' worden alle volwassenen bedoeld die in een gezinssituatie een ouderrol vervullen

Onderbouwing

Opvoeden & Zo richt zich primair op de opvoedvaardigheden van ouders, een focus die zich baseert op verschillende onderzoekgegevens (Ince & Udo, 2020). Kort samengevat laten deze zien dat beperkte opvoedingsvaardigheden van ouders en een negatieve spiraal van ouder-kind interacties een risicofactor kunnen zijn voor een optimale ontwikkeling van kinderen (Patterson, 1982) vooral als daar nog andere stressoren bijkomen. Het versterken van opvoedvaardigheden bij ouders en aandacht voor positieve manieren om gedrag te beïnvloeden, kan bijdragen aan een positief ondersteunend opvoedklimaat, goede ouder-kindrelaties en problemen in de ontwikkeling en opvoeding van kinderen voorkomen. Onderzoek laat zien dat ook korte groepsgerichte interventies voor ouders (maximaal 8 sessies) effectief kunnen zijn in het verminderen van probleemgedrag bij kinderen en disfunctioneel opvoeden van ouders (Tully en Hunt, 2016). Naast aandacht voor ouders in hun rol als opvoeder is ook het versterken van zelfvertrouwen en bevorderen van welbevinden een belangrijk onderdeel van effectieve opvoedsteun (Speetjens et al., 2021).

Onderzoek

In Nederland is er tot op heden weinig wetenschappelijk onderzoek uitgevoerd naar de effecten van preventieve oudercursussen gericht op toerusting van ouders. In 2015 is een inventariserend onderzoek gedaan naar drie bestaande oudercursussen waaronder Opvoeden & Zo met de vraag of dit preventieve aanbod nog bestaansrecht had (Verseveld et al., 2015). Hieruit bleek dat de onderzochte cursussen in de praktijk nog steeds werden uitgevoerd en aansluiten bij de behoeften van ouders en cursusleiders. Vooral gewaardeerd werden de afwisseling tussen praktische oefening, het opfrissen van kennis en ruimte voor onderlinge uitwisseling. Wel was er behoefte aan modernisering van het cursusaanbod wat inmiddels ook heeft plaatsgevonden. Om te evalueren hoe de vernieuwde oudercursus Opvoeden & Zo in de praktijk wordt beoordeeld is in 2022 een procesevaluatie uitgevoerd onder cursusleiders en deelnemers. Hieruit blijkt dat de vernieuwde cursus qua opzet en inhoud goed aansluit bij de verwachtingen en behoeften van ouders en zij de cursus aan andere ouders zouden aanbevelen (Groenewegen, 2022).

1. Uitgebreide beschrijving

1.1 Doelgroep

Uiteindelijke doelgroep

De cursus Opvoeden & Zo is bedoeld voor ouders van kinderen in de basisschoolleeftijd (4-11 jaar), die vragen hebben over de opvoeding en ontwikkeling van hun kinderen en/of soms onzeker zijn over de eigen opvoedcompetentie en om die reden behoefte hebben aan een steuntje in de rug bij het opvoeden.

Selectie van doelgroepen

De cursus Opvoeden & Zo kent een open inschrijving waarbij geïnteresseerde ouders zichzelf telefonisch of online aanmelden bij het cursusbureau of secretariaat van een uitvoerende organisatie in de eigen woonomgeving. Soms komen ouders geheel op eigen initiatief maar het kan ook zijn dat ze door een professional of bekende op dit aanbod zijn geattendeerd.

Het gaat om ouders die:

- zich willen verdiepen in of voorbereiden op een nieuwe fase in de ontwikkeling van hun kind
- graag ervaringen willen uitwisselen met andere ouders over opvoeding en ouderschap
- (soms) onzeker zijn of vragen hebben over de opvoeding van hun kind en de eigen rol als opvoeder
- stress ervaren bij het hanteren van lastige opvoedingssituaties en daar ondersteuning bij zoeken

De selectiecriteria zijn gebaseerd op de veel gehanteerde indeling van Kousemaker waarbij de twee eerste categorieën 'opvoedingsvragen en opvoedingsspanning' tot het terrein van de preventieve opvoedondersteuning worden gerekend (Kousemaker e.a, 1985).

Deelname is af te raden als:

- er sprake lijkt te zijn van milde of meer ernstige gedragsproblemen.
- ouders moeilijk in een groep kunnen functioneren (bijv. vanwege persoonlijk problemen)
- ouders moeite hebben met het kennisniveau en tempo van de cursus vanwege een (licht) verstandelijke beperking
- kinderen buiten de genoemde leeftijdscategorie vallen;
- ouders de taal onvoldoende beheersen om volwaardig mee te kunnen doen.

Bij meer ernstige gedrags- en/of opvoedproblemen kunnen het problemen zijn die normaal ook in deze leeftijdsfase voorkomen. Het is dan vooral de intensiteit, frequentie en duur van het probleemgedrag in combinatie met een toename van negatieve ouder-kind interacties en opvoedstress bij ouders die reden tot zorg geven.

In die situaties is meer verdieping nodig naar mogelijke oorzaken en factoren die het probleemgedrag en de opvoedstress doen toenemen of in stand houden. Als problemen al geruime tijd bestaan, hebben ouders meestal ook meer individuele support nodig om een vicieuze cirkel te doorbreken dan in een kortdurende oudercursus kan worden geboden.

Toelichting:

De meeste ouders komen op eigen initiatief, al dan niet geattendeerd op dit aanbod door lokale publiciteit, een professional of andere personen in hun nabije omgeving.

Lokaal zijn er verschillen in de aanmeldingsprocedure voor preventieve oudercursussen. Op veel plekken gebeurt dit tegenwoordig door een centraal cursusbureau of secretariaat van de uitvoerende organisatie waarbij online of telefonisch een aantal standaardgegevens worden verzameld. Bij de aanmeldingsreden kunnen specifieke vragen of problemen van ouders worden genoteerd. Naar aanleiding daarvan kan een cursusleider besluiten om vooraf contact op te nemen met de ouder die zich aanmeldt om zicht te krijgen op de mogelijke ernst van de genoemde problemen. Tevens kan worden besproken of de cursus een passend aanbod is.

Het is belangrijk om in de lokale publiciteit de nadruk te leggen op de preventieve insteek van de cursus gericht op de toerusting van ouders voor een nieuwe fase in de ontwikkeling van hun kind met nieuwe uitdagingen en opvoedvragen.

Voor ouders die aarzelen over deelname of meer informatie willen is het belangrijk om een contactmogelijkheid te bieden. Bij voorbeeld door vermelding van een telefoonnummer en beschikbare tijd of een mailadres/website waarop ouders of verwijzers terecht kunnen voor aanvullende informatie of vragen over de cursus.

De praktijk laat zien dat laaggeletterdheid op zich geen beletsel hoeft te zijn voor deelname als ouders verbaal wel in de taal van de cursus kunnen communiceren. In een laagdrempelig aanbod zitten vaak ouders met verschillende opleidingsniveaus en achtergrond. De uitdaging is steeds om de cursusinhoud zo goed mogelijk af te stemmen op het kennisniveau en de vragen/ervaringen van ouders door een cultuursensitieve aanpak (Goorts & Kolste, 2023).

Als ouders gebrekkig Nederlands spreken of verstaan kan dit wel een belemmering vormen voor deelname tenzij: de cursus in de eigen taal van ouders wordt aangeboden; de cursusleider zelf ook de taal van ouders beheerst, of als ouders met een zelfde moedertaal elkaar onderling kunnen helpen met vertalen (bijvoorbeeld bij opdrachten in kleine groepjes). In de praktijk worden vaak creatieve oplossingen gevonden om een ouder die gemotiveerd is, toch te laten meedoen.

Bij een vrij toegankelijk aanbod kan het lastig zijn om vooraf zicht te krijgen op de ernst van de problemen die sommige ouders bij het opvoeden ervaren. Een standaard onderdeel van de eerste bijeenkomst is naast de toelichting over de inhoud en werkwijze van de cursus ook de kennismaking met elkaar. Ouders worden uitgenodigd om zich om beurten voor te stellen en iets te vertellen over hun eigen gezin/opvoedsituatie en welke verwachtingen zij hebben van de cursus. Daarbij komen vaak ook voorbeelden langs van kindgedrag of opvoedsituaties die ouders lastig vinden en graag besproken willen zien. De cursusleider kijkt bij welke onderdelen van de cursus dat aanbod komt of kan worden ingepast.

Met ouders wordt op deze eerste bijeenkomst ook een oefening gedaan om zichzelf als opvoeder (met sterke en zwakke kanten) te positioneren op een schaal van nul tot tien en dat (naar keuze) toe te lichten. Het geeft een eerste indruk hoe ouders het ouderschap beleven en hoe competent ze zich als opvoeder voelen.

Bij inschatting van milde of meer ernstige gedragsproblemen bij het kind al dan niet in combinatie met een laag competentiegevoel is het advies om de betreffende ouder na afloop even apart te nemen om te bespreken of de cursus kan bieden wat de ouder misschien nodig heeft. Het tijdig bespreken van twijfels over deelname, gezien de aard

van de problemen, voorkomt dat ouders tijdens de cursus in een positie komen waarbij ze zich een uitzondering voelen wat gevoelens van onmacht en opvoedstress alleen maar doet toenemen.

Soms laten ouders op de kennismakingsbijeenkomst niet het achterste van hun tong laten zien en komen eventuele problemen pas later aan het licht als de groep wat meer vertrouwd is. Ook op een later moment is het zinvol om wel/geen verdere deelname te bespreken. Soms wil een ouder graag aan de cursus blijven deelnemen omdat deze de groep als steunend ervaart. Dat kan gehonoreerd worden tenzij de problematiek van een ouder de uitwisseling te veel gaat overheersen.

Het gebruik van sociale media zoals een tijdelijke WhatsApp groep van deelnemende ouders, maakt het mogelijk om als cursusleider ook tussen de bijeenkomsten door een vinger aan de pols te houden of een tobvende ouder zo nu en dan een extra steuntje te bieden. Vaak vervullen ouders die functie ook naar elkaar. Als ouders na een eerste of latere bijeenkomst onaangekondigd wegblijven is het belangrijk na te gaan wat daarvan de reden is. Persoonlijke aandacht en betrokkenheid tonen en deelnemers laten weten dat je ze hebt gemist en hun aanwezigheid en inbreng op prijs stelt, is de manier om ouders binnen boord te houden.

Hoe dan ook: positief in de voornoemde situaties is dat ouders met hun vragen of probleem naar buiten zijn getreden, zich gehoord kunnen voelen door de cursusleider en/of support van de groep en meer gemotiveerd kunnen raken om indien nodig, andere hulp of steun te aanvaarden. De cursus Opvoeden & Zo functioneert daarmee ook als een 'drempelinterventie' omdat het voor ouders soms de eerste stap is, om met anderen over hun problemen te praten en daar zelf inzicht in te krijgen. Als meer hulp nodig lijkt, vervult de professional een belangrijke ondersteunende rol bij het zoeken naar verdere hulp of steun al dan niet in overleg met een eerdere verwijzer of het lokale wijkteam.

Tenslotte:

Het tijdig kunnen signaleren van mogelijk ernstiger problematiek en bekend zijn met het lokale hulpaanbod behoort tot het competentieprofiel van beroepskrachten die werkzaam zijn in de opvoedondersteuning. Behalve de uitvoering van oudercursussen zijn professionals vaak ook betrokken bij een lokaal opvoedspreekuur waar kortdurende individuele ondersteuning kan worden geboden als aanvulling op het cursusaanbod of als tijdelijke overbrugging naar intensiever aanbod. Het preventieve aanbod is ook vertegenwoordigd in het lokale jeugd- of wijkteam. Overleg in dit team is vaak de eerste stap als het gaat om een verdere verwijzing of diagnostiek bij ernstiger problematiek. Omgekeerd kunnen er ook verwijzingen plaatsvinden vanuit het lokale team naar een preventief ondersteunend cursusaanbod of opvoedspreekuur.

Betrokkenheid doelgroep

De vernieuwde cursus bouwt voort op de opgedane inzichten met de uitvoering van eerdere versies van Opvoeden & Zo (Verseveld et al., 2015). Deze informatie is gecombineerd met de opgedane ervaringen van cursusleiders en ouders in een drietal pilotuitvoeringen met de vernieuwde opzet.

Dit is bijvoorbeeld meegenomen, in het aanpassen van een aantal oefeningen/werkvormen en ook in de beschrijving van de bijeenkomsten (Groenewegen, 2022).

1.2 Doel

Hoofddoel

Opvoeden & Zo heeft als doel het zelfvertrouwen en de opvoedcompetenties van ouders te versterken. Ouders krijgen inzicht in belangrijke ontwikkelingsaspecten en leren vaardigheden om het gedrag van hun kinderen op een positieve en niet-schadelijke manier te beïnvloeden.

Uitgangspunt is dat als ouders zich competent voelen en de basisvaardigheden voor het opvoeden kunnen toepassen, dit een positief effect heeft op het gedrag en welbevinden van kinderen en ouders. De geformuleerde doelen en opzet van de cursus zijn preventief: bevorderen dat het goed gaat, met de focus op een goede toerusting van ouders en het voorkomen van problemen die de ontwikkeling van kinderen kunnen belemmeren.

Subdoelen

Het hoofddoel valt op te splitsen in drie subcategorieën met bijbehorende doelen:

1. Uitbreiding kennis en inzicht:

- a. Ouders zijn bekend met belangrijke ontwikkelingsaspecten in de leeftijdsfase van 4-11 jaar en wat dit van hen als ouder vraagt:
- b. Ouders zijn geïnformeerd over (door hen gekozen) actuele opvoedthema's en hebben ideeën opgedaan hoe je hier in de opvoeding mee om kunt gaan².
- c. Ouders zijn zich bewust van het belang van positieve gedragsbeïnvloeding om de ontwikkeling van hun kind te ondersteunen.

2. Toegenomen zelfvertrouwen en ervaren van steun:

- 2.2. Ouders ervaren minder stress en beleven meer plezier aan het ouderschap;
- 2.3. Ouders voelen zich als opvoeder meer competent en minder onzeker;
- 2.3. Ouders durven steun te vragen als ze daar behoefte aan hebben.
- 2.4. Ouders zoeken ook momenten van ontspanning

3. Versterking en uitbreiding opvoedvaardigheden:

- 3.1. Ouders kunnen de aangereikte vaardigheden toepassen in de alledaagse opvoedpraktijk. Bij de start van de cursus worden persoonlijke leerdoelen geformuleerd waar ouders zich op willen richten.
- 3.2. Ouders kunnen positieve disciplineren toepassen bij ongewenst gedrag in plaats van meer schadelijke manieren van grenzen stellen (zoals liefdesonthouding/afkeuring, inconsistente disciplineren of fysieke straf).

1.3 Aanpak

Opzet van de interventie

De cursus bestaat uit zes bijeenkomsten, die ieder twee uur duren. De gekozen aanpak is een combinatie van kennisoverdracht, instructie aan de hand van animatiefilmpjes, groepsdiscussies en praktische oefeningen of rollenspel. Naast uitleg over de inhoud en juiste toepassing van de vaardigheden is vooral het zelf oefenen en het krijgen van feedback daarop een belangrijk onderdeel van de cursus. Dat gebeurt tijdens de bijeenkomsten maar ook door middel van thuisopdrachten. Opvoeden & Zo is een gestructureerde cursus, het programma en de inhoud liggen grotendeels vast. Wat

² Dat kunnen in het draaiboek uitgewerkte thema's zijn of door ouders aangedragen onderwerpen al dan niet ingevuld met het uitnodigen van een externe deskundige..

opbouw betreft begint de cursus met vaardigheden gericht op het bevorderen van een goed contact tussen ouder en kind en het bekrachtigen van wenselijk gedrag om pas daarna aandacht te besteden aan het aanleren van regels en manieren van grenzen stellen bij regelovertrekking en andere vormen van ongewenst gedrag.

Bijeenkomst duur 2 uur	Hoofdonderwerp
1	Positieve aandacht geven en prijzen Ontwikkefase 4-11 jaar
2	Regels stellen en opvolgen
3	Niet reageren en gedrag corrigeren
4	Vervolg gedrag corrigeren (Apart zetten)
5	& Zo: Ouderschap en stress. Estafette met keuzethema's: media en schermgebruik; (zak)geld; seksuele opvoeding; ruzie maken (of pesten).
6	Alles op een rijtje & afsluiting
7 (optioneel)	Terugkombijeenkomst (herhaling en verdieping)

Inhoud van de interventie

Werving deelnemers

De werving van ouders wordt gedaan door de organisatie die de cursus organiseert en uitvoert. Dit kan de GGD zijn, het School Maatschappelijk Werk, Centrum voor Jeugd en Gezin, het (Jeugd)wijkteam of een instelling voor welzijnswerk.

De toeleiding van belangstellende ouders gebeurt bij voorkeur in samenwerking met instellingen, professionals en belangrijke sleutelfiguren in de wijk die contact hebben met de doelgroep. Soms ervaren ouders thuis bijvoorbeeld geen problemen maar kan het gedrag van een kind op school aanleiding zijn om ouders aan te moedigen zich voor deze cursus aan te melden. Mentoren, schoolartsen, schoolmaatschappelijk werkers en oudercontactpersonen kunnen in de toeleiding een belangrijke rol vervullen door het informeren en motiveren van ouders waarvan zij denken dat die een steuntje in de rug bij de opvoeding goed kunnen gebruiken. Dat geldt ook voor sleutelfiguren in de wijk vanuit migrantenorganisaties of een geloofsgemeenschap.

Voor de werving van ouders is een folder met uitleg over de cursus beschikbaar die op verschillende plekken kan worden meegenomen, online toegestuurd of in een persoonlijk contact overhandigd. Mond-tot-mond reclame, door enthousiaste deelnemers kan twijfelende ouders net dat extra zetje geven. Een bruikbare aanpak is ook het plaatsen van testimonials van tevreden cursisten op een website of nieuwsbrief van de aanbieder en/of via sociale media. Ouders attenderen op dit aanbod of vast noteren op een lijst van belangstellenden zijn wervingsactiviteiten die bij voorkeur door het jaar heen plaatsvinden en daarmee een meer gestage instroom van deelnemers bevorderen.

De praktijk laat zien dat na de eerste aanmelding soms weer ouders afvallen, zeker als er wat tijd tussen zit voordat de cursus begint. Belangrijk is om voorafgaand aan de start van de cursus een uitnodigende herinneringsmail of sms-bericht te sturen om ouders te laten weten dat er op hen gerekend wordt. Meestal wordt daarin ook de mogelijkheid van telefonisch contact geboden voor het geval ouders nog vragen hebben. Op enkele plekken behoort een korte telefonische kennismaking nog standaard tot de aanmeldingsprocedure om zeker te weten dat ouders ook komen.

Opbouw en aantal bijeenkomsten

De opbouw en uitvoering van Opvoeden & Zo wordt uitvoering beschreven in een draaiboek voor cursusleiders (Okma, 2021) Aan het begin van elke cursusbijeenkomst staat een algemeen doel geformuleerd en per onderdeel zijn er concrete werkdoelen.

Bijvoorbeeld: ouders kennen de spelregels voor de behandelde vaardigheid en kunnen die toepassen. De werkdoelen zijn vooral belangrijk voor de professional die de bijeenkomst leidt. Ze geven richting aan de uitvoering van de verschillende onderdelen: zo weet je als cursusleider waar een oefening toe dient en wanneer je naar een afronding kunt toewerken.

Vaardigheden centraal

In bijeenkomst 1 t/m 4 staan een of twee opvoedvaardigheden centraal, die steeds op eenzelfde manier worden behandeld (zie draaiboek blz. 35 - 185).

Een bijeenkomst begint met de introductie van de vaardigheid en het bespreken van spelregels voor de toepassing daarvan in een kort animatiefilmpje. Daarna volgt verdere verdieping en praktisch oefenen in verschillende werkvormen. Werkdoel voor de eerste vier bijeenkomsten is dat ouders weten hoe de vaardigheid kan worden toegepast en ingezet in concrete opvoedsituaties.

Dit vormt de basis waar de oudercursus op rust en betreft inhoud die minimaal moet worden uitgevoerd. Het behandelen en oefenen van de opvoedvaardigheden draagt bij aan het realiseren van het hoofdoel van de oudercursus: vergroten van het zelfvertrouwen en de opvoedcompetenties van ouders in gevoel en handelen.

In onderstaande tabel staat een overzicht van de vaardigheden, zoals die in de animatiefilmpje worden gepresenteerd met de spelregels voor de toepassing daarvan:

Opvoedvaardigheid (schets van een opvoedsituatie en toepassing vaardigheid in korte animatie)	Spelregels voor toepassing vaardigheid
<i>Positieve aandacht geven</i> Vader legt telefoon neer om positieve aandacht te geven aan dochter die op school iets vervelends meemaakte.	<ul style="list-style-type: none"> • Maak tijd vrij voor echte aandacht • Toon belangstelling voor wat je kind doet en denkt • Luister naar je kind en praat samen over dingen • Aandacht geven kan op allerlei manieren
<i>Prijzen</i> Jongen ruimt uit zichzelf speelgoed op, zijn moeder merkt het op en geeft positieve bekrachtiging met compliment/aai over de bol. .	<ul style="list-style-type: none"> • Let op dingen die je kind goed doet • Benoem het gedrag en zeg er iets aardigs over • Geef een compliment direct • Prijs vooral inzet in plaats van resultaat
<i>Regels stellen</i> Situatie waarin ouders en kinderen samen regels afspreken met als vervolg dat ouder corrigeert bij regelovertreding en herinnert aan afspraak.	<ul style="list-style-type: none"> • Stel regels duidelijk, haalbaar en positief • Reageer meteen als je kind de regel overtreedt • Maak contact, zeg duidelijk stop en leg uit waarom • Geef een alternatief: wat kan of mag je kind wél doen
<i>Niet reageren</i> In de supermarkt gooit dochter ongezonde snacks in de kar. Vader legt ze terug, verwijst naar boodschappenlijstje. Reageert niet op boze blikken en gestamp. Positieve aandacht als kind helpt boodschappen op de band te leggen.	<ul style="list-style-type: none"> • Reageer niet op wat je kind zegt of doet • Kijk je kind niet aan en ga niet in discussie • Houd vol zolang het gedrag duurt • Geef positieve aandacht als ongewenst gedrag is gestopt
<i>Gedrag corrigeren</i> Ruziënde kinderen over afstandsbediening. Als voorstel van ouder voor compromis niet lukt en opnieuw slaande ruzie ontstaat, gaat tv 30 minuten uit.	<ul style="list-style-type: none"> • Waarschuw eerst, voordat je corrigeert • Stopt het gedrag niet? Grijp dan direct in • Leg duidelijk uit waarom je dat doet • Overdrijf niet: kies passende maatregel of consequentie

<p><i>Apart zetten</i> Als jongen in zandbak schep afpakt van ander kind en daarmee dreigt te slaan, wordt hij uit de situatie gehaald om verplicht naast vader op de bank te zitten</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Zet je kind apart als luisteren of rustig worden niet lukt • Leg uit waarom je dat doet en blijf kalm • Een paar minuten (max. 5) is meestal genoeg • Beëindig apart zetten als de tijd om en kind weer rustig is
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Afstemmen op ontwikkeling van kinderen.

Door alle bijeenkomsten heen wordt meer of minder uitgebreid informatie gegeven over de ontwikkeling van kinderen. De basisschoolleeftijd is een periode die vaak wat minder turbulent is dan de peuterjaren maar ook in deze leeftijdsfase maken kinderen een aantal belangrijke ontwikkelingen door. In de eerste bijeenkomst van de oudercursus wordt geïnventariseerd wat ouders zelf aan veranderingen zien in de lichamelijke, verstandelijke en sociaal-emotionele ontwikkeling van hun kind evenals wat hun kinderen bezighoudt en graag doen in hun vrije tijd. Daaraan gekoppeld kunnen verschillende ontwikkelingsaspecten nader worden besproken en afgestemd op reeds aanwezige kennis en vragen van ouders. Bijvoorbeeld over toenemende zelfredzaamheid en mondigheid van kinderen, sociale vaardigheden en omgang met vriendjes en de invloed van sociale media.

Zeker is dat dat deze langlopende ontwikkelingsfase voor ouders de nodige uitdagingen met zich mee brengt om hun kinderen de steun, stimulans en sturing te bieden die zij in verschillende dosering nodig zullen hebben. De aangereikte informatie en vaardigheden kunnen daarbij helpen. Een belangrijke boodschap aan ouders is om af te stemmen op wat hun eigen kind nodig heeft omdat ieder kind zich ontwikkelt op zijn of haar eigen manier, mede afhankelijk van aanleg en temperament.

Nadrukkelijk ligt tijdens de cursus de focus niet uitsluitend op wat kinderen nodig hebben, maar ook op het persoonlijk welbevinden van ouders en hoe zij hun ouderschap beleven. Het omgaan met dagelijkse opvoedstress, momenten rust en ontspanning kunnen inbouwen en steun vragen als dat nodig is, worden daarin meegenomen (zie ook oefening *Jij als ouders*, bijeenkomst 5 blz. 195-199).

Een cultuursensitieve aanpak

In een laagdrempelig aanbod zitten vaak ouders met verschillende opleidingsniveaus en achtergrond. De uitdaging is steeds om de cursusinhoud zo goed mogelijk af te stemmen op het kennisniveau en de vragen/ervaringen van de deelnemende ouders door een cultuursensitieve aanpak. (Goorts & Kolste, 2023)

Dit houdt in dat de cursusleider zich bewust is van de eigen culturele bagage en sensitief is ten aanzien van mogelijke culturele verschillen in wat deelnemers belangrijk vinden als het gaat om de opvoeding van hun kind, maar hen daar niet bij voorbaat op vastpint. De opvattingen en opvoedstijl van ouders worden door allerlei factoren beïnvloedt.

Belangrijk is om deelnemers aan de cursus met een open vizier tegemoet te treden met aandacht voor wat ouders belangrijk vinden om over te dragen in de opvoeding of hoe zij reageren in alledaagse opvoedsituaties en waarom. In de cursus ligt de focus op wat ouders met elkaar bindt als het gaat over de ontwikkeling en opvoeding van kinderen, maar is er ook ruimte voor verschillen. In de cursus zijn daarvoor ook keuze mogelijkheden ingebouwd.

Keuzethema's

In bijeenkomst 5 is er ruimte voor een invulling naar keuze waarbij ouders kunnen

kiezen uit een of meer actuele opvoedthema's. In het draaiboek zijn daarvoor de onderwerpen 'media en schermen', '(zak)geld', 'seksuele opvoeding' en 'ruzie maken (c.q. pesten)' uitgewerkt. Ouders kunnen ook zelf een onderwerp aandragen dan hen op dat moment bezighoudt.

In plaats van het bespreken van een keuzeonderwerp kunnen cursusleiders de vijfde bijeenkomst ook gebruiken om nog wat uitgebreider stil te staan bij de eerder behandelde opvoedvaardigheden. De zesde bijeenkomst wordt ingevuld met een samenvatting en toepassing van alles wat aan de orde is geweest en integreert daarmee de opgedane kennis en competenties van de voorgaande bijeenkomsten.

De cursus kan eventueel nog worden gevolgd door een terugkombijeenkomst na een aantal weken waarvoor een aantal tips wordt gegeven.

Interactieve werkwijze

Opvoeden & Zo is een cursus waarbij de actieve inbreng van ouders een belangrijke rol speelt. Er zijn verschillende werkvormen ontwikkeld gericht op het delen van ervaringskennis door de deelnemers en alleen of in tweetallen/subgroepje oplossingen bedenken. Hiermee wordt empowerment en het zelfoplossend vermogen van ouders bevorderd.

Werken aan verbinding/ voorkomen van uitval

Een belangrijk aandachtspunt is het voorkomen van uitval door het werken aan betrokkenheid en verbinding. Bij de start wordt benadrukt dat de cursus meer vruchten afwerpt als ouders alle bijeenkomsten bijwonen. Mocht iemand onverhoopt verhinderd zijn, dan wordt verwacht dat hij/zij zich bij de cursusleider afmeldt. Als een ouder zonder bericht afwezig is, neemt de cursusleider contact op met de betreffende persoon. Belangrijk is wel dat ouders dit als betrokkenheid ervaren en niet als betutteling/controle. Ouders die een bijeenkomst missen, krijgen standaard de folder met een beknopte samenvatting van de bijeenkomst plus de thuisopdracht toegestuurd. Naar behoefte kan de ouder tussentijds worden bijgepraat door een mede-cursist of de cursusleider. In de regio Rotterdam is recentelijk een korte online samenvatting gemaakt van alle bijeenkomsten als optie om in te zetten wanneer ouders een bijeenkomst missen. Er wordt nog geëvalueerd wat het effect ervan is, hoe vaak er gebruik van is gemaakt en bekeken of het mogelijk is dit materiaal te verspreiden onder collega cursusleiders in den lande.

Tijdens de Corona periode zijn veel cursussen omgezet naar een online aanbod waarbij als aanvulling gebruik werd gemaakt van een Whats App-groep van deelnemers voor de duur van de cursus. Sindsdien is dit op veel plekken standaard geworden ook bij een live uitvoering. Via de app kan gemakkelijk aanvullende of actuele informatie worden verspreid, ervaringen of onduidelijkheden m.b.t. de thuisopdracht worden uitgewisseld of kunnen ouders stoom afblazen of elkaar moed inspreken. Het lijkt erop dat de app groep een belangrijk bindend element kan zijn om aanwezigheid en onderlinge betrokkenheid en steun van ouders naar elkaar toe te bevorderen. Mogelijk is het ook een instrument om uitval te voorkomen. Ook dit cursusaspect moet nog systematischer op bruikbaarheid en meerwaarde worden onderzocht, te beginnen door het in de eindevaluatie mee te nemen.

Thuisopdracht

Aan het eind van iedere bijeenkomst krijgen de ouders een thuisopdracht. In deze opdrachten worden ouders gestimuleerd om in hun eigen situatie te oefenen met de behandelde vaardigheid en te noteren wat hun ervaringen daarmee zijn.

Om de lijn van positieve gedragsbeïnvloeding te laten doorlopen, wordt elke thuisopdracht steeds afgesloten met de vraag om een voorbeeld te geven van gedrag waarvoor ouders hun kind in die week hebben geprezen. Aan het eind van elke bijeenkomst krijgen de ouders een folder mee met een samenvatting van de besproken vaardigheid en de spelregels voor de toepassing daarvan. In de folder over Regels stellen staat bijvoorbeeld:

- *Stel regels duidelijk, haalbaar en positief*
- *Reageer meteen als je kind een regel overtreedt*
- *Maak contact, zeg duidelijk stop of nee en leg uit waarom*
- *Geef een alternatief: wat kan of mag je kind wél doen.*

Voor een overzicht van alle uit te delen folders zie pagina 257 van het cursusdraaiboek

Evalueren

Hoe ouders de cursus hebben ervaren komt aan bod in de laatste bijeenkomst. Het is belangrijk om te weten of de cursus aan de verwachtingen van ouders heeft voldaan, aan welke onderdelen ze het meeste hebben gehad en wat ze mogelijk hebben gemist. Het draaiboek voor cursusleiders biedt daarvoor verschillende opties (zie blz. 247) waarbij ook rekening kan worden gehouden met ouders die moeite hebben om een formulier in te vullen. Bijvoorbeeld door met een positieve of kritische stoel te werken waar ouders om beurten kunnen zeggen wat zij goed of minder goed vonden in de cursus. Er is ook een formulier waarbij ouders door aankruisen van een emoji kunnen reageren op de evaluatie vragen die de cursusleider het voorlegt.

2. Uitvoering

Materialen

De nieuwe versie van Opvoeden & Zo heeft nog veel overeenkomsten met de oorspronkelijke cursusopzet. Behouden is het raamwerk met de zes basis opvoedvaardigheden met hier en daar wat aanpassingen in formulering en uitleg. Toegevoegd zijn PowerPoint presentaties per bijeenkomst en nieuwe animatiefilmpjes om de vaardigheid te illustreren. Er zijn keuzemogelijkheden ingebouwd met een aantal nieuwe werkvormen, suggesties voor aanpassingen bij laaggeletterdheid en een aantal keuze-thema's (zie boven). Daarnaast zijn de folders voor ouders herschreven en opnieuw vertaald in het Turks en Arabisch.

Het bij de cursus behorende materiaal bestaat uit een draaiboek voor cursusleiders met daarin alle informatie en ondersteunende materialen die nodig zijn voor de voorbereiding en uitvoering van de bijeenkomsten, zoals:

- Een programmaopzet plus beschrijving van de bijeenkomsten per onderdeel
- Een overzicht van benodigd materiaal ter voorbereiding
- Achtergrondinformatie voor de cursusleider
- Per bijeenkomst een bijlage met het materiaal:
 - De werkvormen
 - De thuisopdracht
 - Folder voor ouders
- Formulier voor de eindevaluatie
- Certificaat voor ouders
- Wervingsfolder voor ouders

Alle uit te delen en te gebruiken materialen zijn ook op een bijgeleverde usb stick te vinden

Deze bevat ook een PowerPointpresentatie presentatie van alle cursusbijeenkomsten, met daarin geïntegreerd de te gebruiken filmpjes en afbeeldingen van werkvormen. De materialen inclusief de usb stick zijn te bestellen bij Bureau Extern, Berenkoog 11,1822 BH te Alkmaar. Tel. 072-5670000. Email: buro@extern.nl

Locatie en type organisatie

■ Basisvoorziening voor alle kinderen en jongeren

■ Voorziening voor lichte hulp en ondersteuning

0 Gespecialiseerde hulp

Opvoeden & Zo is een laagdrempelige, preventieve oudercursus die bij voorkeur wordt aangeboden bij organisaties in de wijk waar ouders al bekend mee zijn. Op die manier is de kans groter dat ouders van dit aanbod kennis nemen en er gebruik van maken. Cursussen kunnen bijvoorbeeld gegeven worden als regulier aanbod bij een locatie van de Jeugdgezondheidszorg (JGZ/GGD), een basisschool of voorziening voor buitenschoolse opvang, een lokale welzijnsorganisatie, het schoolmaatschappelijk werk (SMW), een Ouder- en Kind Team (OKT) of sociaal wijkteam.

Opleiding en competenties van de uitvoerders

De cursus dient gegeven te worden door minimaal HBO geschoolde professionals in de sociale of pedagogische sector. Te denken valt aan pedagogen in dienst van een CJG,

GGD of welzijnsinstelling, intern begeleiders, (school) maatschappelijk werkers, jeugd- en schoolverpleegkundigen, of professionals van een (Jeugd)wijkteam.

Om de kwaliteit van de uitvoering te borgen, is het vooraf volgen van een tweedaagse training noodzakelijk. Het gaat daarbij niet uitsluitend om de cursusinhoud (die uitgebreid is beschreven in het draaiboek) maar vooral om vaardigheden gericht op de uitvoering van een groepsgerichte interventie en hoe je de verschillende onderdelen kunt introduceren en begeleiden.

De deskundigheidsbevordering van aanstaande cursusleiders wordt georganiseerd en uitgevoerd vanuit een samenwerkingsverband van drie organisaties, te weten: de Stichting Aanzet, Preventief Op Maat en de Van Veldhuizen Stichting. Informatie is te vinden op de website van Preventief op Maat (<https://preventiefopmaat.nl/>).

Voor de uitvoering van de oudercursus zijn de volgende competenties nodig:

- kennis van de ontwikkeling en eventuele (gedrags-)problemen van kinderen;
- kennis van de opvoedvragen en opvoedtaken van ouders in deze ontwikkelingsfase;
- kennis over en ervaring in het begeleiden van oudergroepen;
- aantoonbare gespreksvaardigheden en -technieken;
- vaardigheden voor timemanagement;
- het vermogen om interacties en 'van elkaar leren' tussen opvoeders te stimuleren;
- een groepsproces en moeilijke momenten daarin kunnen hanteren;
- een veilige sfeer scheppen waarin ouders zich op hun gemak voelen;
- culturele sensitiviteit, het vermogen zich in te leven in de belevingswereld van ouders met uiteenlopende achtergronden en ervaringen;
- didactische vaardigheden om de cursusinhoud beknopt en begrijpelijk over te brengen;
- het vermogen om flexibel af te stemmen op het kennisniveau en geletterdheid van de deelnemers.

De meeste trainingen vinden in-company plaats. Een aanbod van intervisie of coaching op de werkvloer wordt sterk aangeraden voor beginnende cursusleiders. Bij een begeleide intervisie kunnen de trainers daar ook een rol in vervullen. Vaak is er op de locatie een mogelijkheid om de eerste cursus te geven met een ervaren cursusleider. Preventief op Maat bezint zich samen met de twee andere samenwerkingspartners op de mogelijkheid om landelijk een vraagbaak functie of begeleide intervisie te creëren, bijvoorbeeld in de vorm van een online aanbod.

Kwaliteitsbewaking

De kwaliteit van een oudercursus wordt bepaald door verschillende aspecten zoals:

1. De inhoud van de cursus en manier waarop die is uitgewerkt

Opvoeden & Zo is gebaseerd op actuele inzichten vanuit wetenschap en praktijk over de ontwikkeling en opvoeding van kinderen en effectieve vormen van gedragsbeïnvloeding.

2. Uitvoering door gekwalificeerde professionals

De cursus wordt gegeven door gekwalificeerde professionals die voorafgaand aan de uitvoering van de interventie een training hebben gevolgd om zich daarin te bekwamen. De training voor professionals is als kwalitatief goed aanbod erkend in het kwaliteitsregister Jeugd (SKJ) en het kwaliteitsregister Verpleegkundigen & Verzorgenden

(V&VN). De training wordt verzorgd door ervaren bij het SKJ en/of CPION³ geregistreerde trainers die zijn verbonden aan het hierboven genoemde samenwerkingsverband van drie organisaties.

3. De afstemming op de behoeften van de doelgroep

In de vernieuwde opzet van de cursus in 2022 is feedback van uitvoerders en deelnemers verwerkt. Ook is rekening gehouden met thema's waar ouders dikwijls vragen over hebben. Om de kwaliteit van uitvoering te bewaken wordt enerzijds een gestandaardiseerde uitvoering bepleit waarbij de opbouw en inhoud van de cursus wordt aangehouden. Anderzijds moeten cursusleiders ook flexibel kunnen afstemmen op vragen en problemen die ouders inbrengen. In de cursus is hiermee rekening gehouden door het inbouwen van keuzemogelijkheden en variabele werkvormen.

4. Monitoring en registratie van de uitvoering

Voor de borging van de kwaliteit is het belangrijk om de uitvoering te evalueren en/of regelmatig tevredenheidsonderzoek te doen onder de verschillende groepen ouders die gebruikmaken van dit aanbod. Op de bij het draaiboek behorende USB-stick is daarvoor een evaluatieformulier opgenomen en een eenvoudige nul- en eindmeting over opvoedgedrag en de beleving van ouders.

- Organisaties zijn in eerste instantie zelf verantwoordelijk voor het bewaken van de kwaliteit van dit ondersteuningsaanbod aan ouders. Vaak is er een intern kwaliteitssysteem waarin activiteiten worden geëvalueerd en gemonitord afhankelijk van de eisen die subsidiënten zoals gemeenten stellen.
- Preventief op Maat onderzoekt samen met andere partijen momenteel de mogelijkheid van een meer systematisch vorm van monitoring om landelijk beter zicht te hebben op de lokale uitvoering en resultaten van dit ondersteuningsaanbod aan ouders.

Randvoorwaarden

De organisatorische randvoorwaarden omvatten:

1. Beschikbaarheid van ervaren cursusleiders;
2. Steun van het management voor de uitvoering;
3. Voldoende tijd voor voorbereiding en uitvoering;
4. Tijd voor wervingsactiviteiten;
5. Geschikte ruimte voor groepsbijeenkomsten;
6. Goede audiovisuele voorzieningen;
7. Kopieerfaciliteiten.

De contextuele randvoorwaarden omvatten:

- Consistent lokaal beleid en budget voor primaire preventie
- Een structureel aanbod dat lokaal bekend is
- Ouders zijn vertrouwd met de instelling die de cursus aanbiedt;
- Zo mogelijk kunnen ouders in hun eigen wijk/dorp de cursus volgen;
- Goede samenwerking met andere organisaties in de wijk voor werving en eventuele doorverwijzing van gezinnen.

In het algemeen geldt dat een preventief en laagdrempelig aanbod van opvoedondersteuning vooral kans van slagen heeft als het is ingebed in een groter geheel van kwalitatief goede voorzieningen voor opgroeien en opvoeden, ofwel 'een sterke pedagogische basis' op lokaal niveau (Tuenter, et al., 2021)

³ Centrum voor Post Initieel Onderwijs

Implementatie

De ondersteuning van de implementatie van de interventie omvat de volgende activiteiten:

- Informatiepunt oudercursussen (*Peuter in Zicht, Opvoeden & Zo* en *Omgaan met Pubers*)
Informeren van instellingen/professionals over de interventie *Opvoeden & Zo*
Persberichten, informatie op de website POME sociale media over de actualisatie van de interventie *Opvoeden & Zo*
Online informatie bijeenkomst voor reeds werkzame en potentiële cursusleiders.
- Trainingsaanbod en Accreditatiepunten:
Tweedaagse training voor toekomstige cursusleiders van bovengenoemde cursussen.
Zorgdragen dat de training is gecertificeerd en accreditatie punten oplevert
- Beschikbaarstelling Materiaal
Up to date houden en verspreiden van de voor de cursus benodigde materialen zoals het draaiboek voor cursusleiders en ondersteunend materiaal zoals folders voor ouders.
- Vraagbaak functie
- Op vraag kan Preventief op Maat advies geven voor de lokale implementatie en uitvoering, van de oudercursussen bijvoorbeeld over afstemming op een specifieke doelgroep.
- De lokale aanbieder van de oudercursus draagt zorg voor de werving/toeleiding van ouders en levert de cursusleider. Deze organisatie is ook verantwoordelijk voor de financiering, uitvoering, monitoring en bewaken van de kwaliteit en lokale inzet ten behoeve van het aanbod.
- Behoud opname interventie in databank
Actualiseren Interventie beschrijving ten behoeve van de 5 jaarlijkse herbeoordeling
- Opzet en uitvoering procesevaluatie.
- Monitoring
Voornemen (indien haalbaar) tweejaarlijks centraal bundelen van gegevens over lokale uitvoering om instroom, deelname en uitval zichtbaar te maken en eventuele knelpunten te verhelpen.

Toelichting

Een knelpunt bij de implementatie van preventieve interventies is dat op lokaal niveau de eerder genoemde randvoorwaarden nogal eens ontbreken. In de transitie jeugdzorg moest alles opnieuw worden gegroepeerd en gaat het merendeel van de aandacht uit naar de aanpak van problemen in de jeugdzorg. Het preventieve aanbod heeft daar nog steeds onder te lijden.

Voor een succesvolle implementatie en uitvoering zijn de volgende factoren belangrijk:

- Continuïteit in aanbod en uitvoering is de belangrijkste voorwaarde voor een reguliere instroom van ouders naar dit ondersteuningsaanbod.
- Brede bekendheid en positieve waardering van het aanbod door lokale professionals en vrijwilligers die reguliere contacten met ouders aangaan en hen op dit aanbod attenderen.

Kosten

Tabel 1: Personele kosten	
Activiteit	Kosten in personele inzet*
Scholing medewerker(s) voor uitvoering oudercursus Enmalige kosten in-company training: € 4000,-	24 uur (eenmalig) 2 daagse training + voorbereiding
Afstemming met management en intern overleg	2 uur

Werving ⁴ en kennismaking deelnemers ⁵	10 uur
Zoeken en vastleggen ruimte	Afhankelijk van situatie
Voorbereiding bijeenkomsten	18 uur (6 x 3 uur)
Uitvoering bijeenkomsten (incl. praktische voorbereiding = 1 uur)	18 uur (6 x 3 uur)
Bereikbaarheid voor deelnemers, informeren afwezige ouders	3 uur (6 x 0,5 uur)
Totaal personele inzet per cursus	

*Het geschatte uurtarief van de professional is €60,- excl. BTW. Het uurtarief kan verschillen per organisatie.

De training van professionals wordt bij voorkeur in-company gegeven aan een groep van 8 (minimaal) tot 12 deelnemers. De training duurt twee dagen en kost 4000 euro, inclusief een draaiboek van 85 euro per stuk voor alle deelnemers. Bij meer dan 12 deelnemers wordt een tweede trainer ingezet en zullen de kosten vanzelfsprekend hoger uitvallen.

Wat betreft de reguliere uitvoering kost de interventie ongeveer 50 uur aan personele inzet van de cursusleider (zie schema hierboven). Afhankelijk van het uurtarief van de betreffende professional komt dat neer op een totaalbedrag van ongeveer 3000 euro aan personele kosten voor de hele cursus, exclusief BTW. Als 10 ouders aan de cursus meedoen, is dat een investering van 300 euro per deelnemer. Dit bedrag valt verhoudingsgewijs lager of hoger uit als meer of minder ouders deelnemen. Dat geldt ook als van ouders een eigen bijdrage wordt gevraagd wat overigens geen reguliere praktijk is. De eenmalige kosten van de training voor professionals zijn in deze uitvoeringskosten niet doorberekend.

In de praktijk wordt vaak een minimum van acht ouders gehanteerd om de cursus te kunnen starten.

De personele kosten vallen vanzelfsprekend ook hoger uit als de interventie door twee cursusleiders wordt uitgevoerd, maar meestal zijn er dan ook meer dan 10 deelnemers.

De **materiële kosten** voor de organisatie bestaan uit eventuele kopieerkosten, kosten voor het huren van een groepsruimte, het gebruik van een laptop/beamer en koffie/thee. Deze zijn in bovengenoemde kostenberaming niet meegenomen omdat deze per locatie nogal kunnen verschillen.

⁴ Werving vindt plaats in samenwerking met lokale organisaties.

⁵ Aangeraden wordt om minimaal met alle aanstaande deelnemers een face-to-face of een telefonisch kennismakingsgesprek te voeren.

3. Onderbouwing

Probleem

De oudercursus Opvoeden & Zo richt zich op de opvoedvragen, uitdagingen en moeilijkheden die ouders van schoolkinderen (kunnen) ervaren in een voor hen nieuwe ontwikkelingsfase van hun kind. De focus ligt daarbij op de volgende (mogelijke) problemen bij ouders:

- beperkt inzicht in de ontwikkeling van kinderen in deze leeftijdsfase
- moeilijk vinden om af te stemmen op wat hun kind nodig heeft
- moeite hebben met het stellen van grenzen
- vaker bestraffend en corrigerend optreden dan positief ondersteunend
- opvoedstress en gevoelens van onzekerheid ervaren
- kritiek en/of gebrek aan steun ervaren van nabije anderen in de directe omgeving.

De basisschool is wel eens de latentie fase genoemd waarbij de ontwikkeling van kinderen in een rustiger vaarwater is beland. Dat dit niet altijd het geval is, laten de uitkomsten zien van de hieronder aangehaalde onderzoeken naar opvoedvragen en -problemen van ouders met kinderen in deze leeftijdsfase.

In het door CIKEO uitgevoerd cohortonderzoek (Jonkman et al., 2020) meldt 75% van de ouders met een kind in de leeftijd van 4-8 jaar (n=394) in het jaar voorafgaand aan de meting vragen of zorgen te hebben gehad over de opvoeding, het gedrag of de ontwikkeling van hun kind. Onderwerpen die het meest door ouders genoemd werden, waren het stellen van regels en grenzen, luisteren en gehoorzamen, driftbuien/ woede/ agressie, schoolprestaties, straffen en belonen.

Ouders met kinderen in deze leeftijdsfase maakten zich in vergelijking met ouders van jongere kinderen ook vaker zorgen over omgaan met veranderingen in de leefwereld van hun kind zoals omgaan met uitingen van verdriet/ veel huilen; angst/ onzekerheid, pesten en of gepest worden. Ook hadden zij vaker spanningen of stress over zaken die speelden buiten de opvoeding (Jonkman et al., 2020)

Uit de Kindermotor 2021/2022 van de GGD Gelderland-Zuid, waarbij 8300 vragenlijsten werden ingevuld, blijkt dat meer dan de helft van de ouders het ouderschap vermoeiend vindt en vanwege de kinderen te weinig aan andere zaken toekomt. Bij 20% van de ouders valt de verantwoordelijkheid die het ouderschap met zich meebrengt, zwaar, ongeacht de leeftijd van het kind en bij. Bij 11% van de ouders is de opvoedingsbelasting zodanig dat extra begeleiding of hulp nodig is. Op de vraag wat ouders lastig vinden, wordt 'consequent zijn' en 'geduld bewaren', door bijna 40% van de ouders genoemd. Ongeveer 1 op de 5 ouders vindt 'regels en grenzen stellen' lastig en ook het 'op één lijn zitten met hun partner'. Ruim 10% van de ouders vindt het lastig om het gezellig te houden met elkaar. Van de ouders die zijn bevraagd maakt 60% zich wel eens zorgen over de opvoeding van hun kind.

De zorgen van ouders van 4-8 jarigen gaan bijvoorbeeld over angst/onzekerheid en faalangst bij kinderen en over niet luisteren/gehoorzamen. Ouders van 8-12 jarigen maken zich zorgen het over gebruik van sociale media en games, faalangst en angst/onzekerheid. Hoger opgeleide ouders maken zich in deze jeugdmonitor vaker zorgen dan laagopgeleide ouders.

Wat betreft hulp bij het opvoeden zegt 17% van de ouders met kinderen in de leeftijd van 4 tot 12 jaar behoefte te hebben aan hulp van een deskundige bijvoorbeeld een

pedagoog of psycholoog. Dat geldt met name voor hulp bij sociaal-emotionele problemen van kinderen en het bijbehorende gedrag.

Opvoedonzekerheid en zorgen over opvoeding en ouderschap kunnen het moeilijker maken om met de gewone opvoedopgaven in deze leeftijdsfase om te gaan en een risico factor zijn voor een optimale ontwikkeling van kinderen.

Hoewel het met de meeste gezinnen in Nederland goed gaat, laten de hiervoor genoemde uitkomsten zien dat het ouderschap ook twijfels, zorgen en druk met zich mee brengt. Een op de vijf ouders heeft soms het gevoel de opvoeding niet goed in de hand te hebben (Bucx en Roeters, 2018). Bijkomende spanningen waaraan ouders bloot kunnen staan (zoals werkloosheid, ziekte, armoede, echtscheiding) kunnen hun draaglast (te) zwaar maken waardoor ze soms moeilijk toekomen aan hun opvoedende taak (Bot et al. 2013) en wel wat extra steun kunnen gebruiken. Opvoedonzekerheid en zorgen over opvoeding en ouderschap kunnen het moeilijker maken om met de gewone opvoedopgaven in deze leeftijdsfase om te gaan en een risico factor zijn voor een optimale ontwikkeling van kinderen.

Disciplineproblemen en problemen met grenzen stellen, kunnen ervoor zorgen dat kinderen een groter risico lopen op bepaalde vormen van probleemgedrag en het kan gevolgen hebben voor hun mentale, sociale en emotionele ontwikkeling (Knorth, 2016).

Een mogelijk risico van bijvoorbeeld het veelvuldig bestraffen van ongewenst gedrag door ouders die zelf onder stress staan, is dat het kan leiden tot een spiraal van negatieve interacties waarbij de aversieve reacties van ouder en kind elkaar onbedoeld in stand houden en versterken (Smith, Dishion, Shaw, Wilson, Winter & Patterson, 2014). Als dit patroon blijft voortduren, heeft dat een negatieve impact op de kwaliteit van de ouder-kind relatie evenals het welbevinden van ouders zelf. Het kan bovendien een negatieve invloed hebben op de sociaal-emotionele en gedragsmatige ontwikkeling van kinderen (Smith, et al., 2014).

Oorzaken

Er is een veelheid aan factoren die het opgroeien en opvoeden van kinderen in meer of mindere mate beïnvloeden en hun ontwikkeling kunnen bevorderen of belemmeren. Factoren die ook op elkaar ingrijpen wat het leggen van directe causale verbanden bemoeilijkt.

In overzichten wordt meestal onderscheid gemaakt naar kind-, ouder en gezinsfactoren (Groenendaal & Deković, 2000; Ince & Kalthof, 2020). Daarnaast wordt ook de impact van omgevingsinvloeden genoemd zoals wel of geen sociale steun, woonomgeving, kwaliteit van voorzieningen, het politieke klimaat etc.

De cursus Opvoeden & Zo is een korte interventie gericht op de beïnvloeding van een aantal ouderfactoren op micro niveau die een negatieve impact kunnen hebben op de ontwikkeling en het welbevinden van ouders en kinderen, zoals:

- beperkte kennis/inzicht van ouders/opvoeders in de kinderlijke ontwikkeling
- ontoereikende opvoedvaardigheden voor een nieuwe ontwikkelingsfase
- opvoedstress en verminderde veerkracht bij de ouder
- onzekerheid over de eigen competentie als opvoeder
- gebrek aan steun bij het opvoeden

Als primair preventief aanbod is de focus vooral gericht op bevorderen dat het goed gaat door ouders toe te rusten op een nieuwe ontwikkelingsfase in het leven van hun kind en door het versterken van een aantal beschermende factoren zoals:

- een warme, affectieve relatie tussen ouder en kind
- een positief ondersteunend en stimulerend opvoedklimaat
- ouders die vertrouwen hebben (self-efficacy) in hun competentie als opvoeder
- ouders die kunnen afstemmen op wat hun kind in deze fase nodig heeft
- steun ervaren van nabije anderen

De volgende paragraaf licht toe hoe de gekozen opzet daaraan denkt te kunnen bijdragen.

Aan te pakken factoren

De interventie Opvoeden & Zo richt zich op een aantal beïnvloedbare risico- en beschermende factoren op micro niveau die impact hebben op een positieve ontwikkeling van kinderen. De focus ligt op ondersteuning en toerusting van ouders op wat een nieuwe ontwikkelingsfase van hen als opvoeders vraagt door het versterken van de volgende factoren:

1. Kennisuitbreiding

De eerste factor die de cursus aanpakt is (mogelijk) gebrek aan kennis en inzicht van ouders met betrekking tot de ontwikkeling die kinderen in de basisschoolleeftijd doormaken evenals wat dit van hen als opvoeders vraagt. De aandacht richt zich op de vragen van ouders met betrekking tot alledaagse interacties en gedragingen van hun kind die zij als nieuw en/of lastig ervaren.

Daarop afgestemd krijgen ouders informatie over groei en ontwikkeling van kinderen in deze leeftijdsfase en het belang van positieve gedragsbeïnvloeding. Belangrijk aandachtspunt is om voort te bouwen op reeds aanwezige (ervarings)kennis in de groep en aan te sluiten bij actuele opvoedvragen van ouders.

De bijbehorende subdoelen voor ouders zijn:

- 1.1. Ouders zijn bekend met belangrijke ontwikkelingsaspecten in de leeftijdsfase van 4-11 jaar en wat dit van hen als opvoeder vraagt;
- 1.2. Ouders zijn geïnformeerd over door hen gekozen actuele opvoedthema's in deze leeftijdsfase, en maken gebruik van de tips hoe je hier als ouder mee kunt omgaan;
- 1.3. Ouders zijn zich bewust van het belang van positieve gedragsbeïnvloeding om de ontwikkeling van hun kind te ondersteunen.

2. Toegenomen zelfvertrouwen en ervaren van steun

De tweede (risico) factor die de interventie aanpakt is onzekerheid van ouders over de eigen opvoedaanpak bij veranderend kindgedrag. Een ouder die onzeker is over de eigen rol en capaciteiten als opvoeder zal meer stress ervaren in de dagelijkse omgang met kinderen wat hun zelfvertrouwen en persoonlijk welbevinden aantast. Een belangrijk aspect van welbevinden is ook de mate waarin ouders zich in de opvoeding gesteund en gewaardeerd voelen (Speetjes et al, 2021).

De cursus richt op het versterken van vertrouwen van ouders in de eigen opvoedcompetentie door hen te bekrachtigen in wat ze al goed doen, problemen met opvoeden te normaliseren als iets waar elke ouder soms mee worstelt, onderlinge uitwisseling en steun tussen ouders te stimuleren en ook goed voor jezelf te zorgen door momenten van ontspanning in te bouwen.

De bijbehorende subdoelen voor ouders zijn:

- 2.1. Ouders ervaren minder stress en beleven meer plezier aan het ouderschap;
- 2.2. Ouders voelen zich als opvoeder meer competent en minder
- 2.3. Ouders durven steun te vragen als ze daar behoefte aan hebben
- 2.4 Ouders bouwen vaker momenten van ontspanning in

3. Versterking en uitbreiding opvoedvaardigheden:

Een belangrijke reden om zich voor een cursus aan te melden is dat ouders behoefte hebben aan concrete handvatten en tips over hoe om te gaan met alledaagse opvoedproblemen. Naast kennis en zelfvertrouwen is het belangrijk dat ouders kunnen beschikken over bij deze ontwikkelingsfase passende opvoedvaardigheden die hen helpen om goed af te stemmen op de belevingswereld en het gedrag van hun kind. Dit bevordert positieve ouder-kind interacties en heeft bovendien significant effect op het welbevinden en een positieve ontwikkeling van kinderen (Ince, Van Yperen, & Valkesteijn, 2018).

De cursus Opvoeden & Zo reikt ouders een aantal opvoedvaardigheden aan die direct toepasbaar zijn in de dagelijkse omgang met hun kinderen. De basis wordt gevormd door vaardigheden waarmee ouders een goede band met hun kind kunnen opbouwen en gewenst gedrag versterken door oog te hebben voor de inzet en goede dingen die hun kind doet. Zij oefenen ook hoe je dat in woord en gebaar kenbaar kunt maken (*aandacht geven* en *prijzen*). Daarnaast leren ouders het belang van een aantal basisregels in huis en hoe zij op een effectieve en niet-schadelijke manier grenzen kunnen stellen aan ongewenst gedrag van hun kind (*regels stellen, niet reageren, gedrag corrigeren* en *apart zetten*).

Veel ongewenst gedrag kan worden voorkomen door een duidelijke structuur van op de leeftijd afgestemde verwachtingen en regels met uitleg en indien nodig een passende consequentie bij ongewenst gedrag dat ouders niet goedkeuren. In samenhang toegepast kunnen deze vaardigheden bijdragen aan het scheppen van een veilige en ondersteunende opvoedingsomgeving (Ince & Udo, 2020) die kinderen goede ontwikkelingskansen biedt.

Zie voor een overzicht van deze vaardigheden zie de tabel in §1.3.

De bijbehorende subdoelen van ouders zijn:

- 3.1. Ouders kunnen de vaardigheden toepassen in de alledaagse opvoedpraktijk;
- 3.2. Ouders kunnen positieve disciplineren toepassen bij ongewenst gedrag in plaats van meer schadelijke manieren van grenzen stellen (zoals liefdesonthouding/ afkeuring, inconsistente disciplineren of fysieke straf).

Verantwoording

Opvoeden & Zo richt zich primair op de ouderschapsbeleving en opvoedcompetentie van ouders door uitbreiding van kennis en inzicht, bevorderen van onderlinge steun en versterking van opvoedvaardigheden; een focus die zich baseert op verschillende onderzoeksgegevens zoals hieronder nader toegelicht.

1. Kennisuitbreiding

Uit het oogpunt van preventie is het zinvol om ouders toe te rusten op wat een nieuwe ontwikkelingsfase van hen als opvoeder vraagt en informatie en steun te bieden op het moment dat vragen en problemen ontstaan en nog goed te verhelpen zijn (Diekstra et al., 2008; Tuenter et al., 2021). Ouders staan dan ook meer open voor advies en steun van anderen omdat ze het vertrouwen in de eigen opvoedaanpak nog niet hebben

verloren. Behoeftte aan informatie over de ontwikkeling om het gedrag van hun kind beter te kunnen begrijpen is een van de redenen waarom ouders zich voor een oudercursus aanmelden. De motivatie om gebruik te maken van opvoedondersteuning is hoger gedurende periodes waarin ouders snelle veranderingen bij hun kind en – hieraan gerelateerd – veranderingen in hun rol als opvoeder ervaren (Egberts et al., 2015). Onderzoek laat zien dat een preventief aanbod dat ook kennisoverdracht omvat over de kinderlijke ontwikkeling en hoe je daar in de opvoeding mee kunt omgaan, een positieve impact kan hebben als het gaat om het voorkomen van gedragsproblemen bij kinderen (Yap et al., 2016; Aar et al., 2017, Diekstra et al., 2008)

2. Toegenomen zelfvertrouwen en ervaren steun

Over het algemeen lijken opvoedprogramma's, in ieder geval op de korte termijn, positieve effecten te hebben op zowel ouders als kinderen en in een behoefte te voorzien (Ince & Udo, 2018). Daarbij valt op dat deze interventies met name effect hebben op het zelfvertrouwen en welbevinden van ouders (Barlow et al., 2014) en daarnaast op hun opvoedcompetentie door verbeterde opvoedvaardigheden (Furlong, 2019). Beide aspecten kunnen worden beschouwd als beschermende factoren in het creëren van een positief en ondersteunend opvoedklimaat. Een ouder met een hoge mate van welbevinden heeft vertrouwen in de eigen capaciteiten om met nieuwe uitdagingen in de opvoeding om te gaan en meer innerlijke ruimte om de onvermijdelijke tegenslagen in de opvoeding te overwinnen (Speetjens et al., 2021). Ouders die zich als opvoeder competent voelen, laten ook meer positieve interacties zien in de omgang met hun kinderen (Egberts, et al., 2014)

Een groepsgerichte interventie heeft voor het versterken van zelfvertrouwen en ervaren steun een aantal pluspunten (Barlow et al., 2014). In een groep is veel ervaringskennis aanwezig die door cursusleiders kan worden benut en bekrachtigd. Dit sluit aan bij een op empowerment gerichte werkwijze die reeds aanwezige competenties van ouders opmerkt en versterkt (Laffra & Nikken 2014).

In een oudercursus worden ouders aangesproken als mensen met vergelijkbare opvoedvragen en -problemen, wat minder confronterend is dan een individuele benadering. De wederkerigheid van steun kunnen bieden en steun van anderen vragen of ontvangen, maakt het makkelijker om eigen problemen bespreekbaar te maken (de Roos et al., 2021). Het helpt om problemen met opvoeden te normaliseren als iets waar elke ouders wel eens mee worstelt.

Een internationale review die 48 programma's voor opvoedondersteuning includeerde, toonde aan dat een groepsgericht aanbod op korte termijn het welbevinden van ouders doet toenemen met een vermindering van (opvoed)stress en bijbehorende negatieve gedachten en gevoelens (Barlow et al., 2014). Een Nederlands onderzoek naar de ervaringen met verschillende vormen van opvoedsteun laat zien aan dat een preventief groepsgericht aanbod bovendien op grote waardering van ouders kan rekenen (Spruijt, et al., 2019).

3. Versterking opvoedvaardigheden

Met als oorsprong de sociale leertheorie van Bandura (1971) richt Opvoeden & Zo zich op het aanleren van zes praktische opvoedvaardigheden die een handvat bieden voor de dagelijkse opvoedpraktijk. De vaardigheden *positieve aandacht geven* en *prijzen* kunnen een goede band tussen ouder en kind bevorderen en zijn daarnaast een effectieve manier om gedrag van kinderen positief te beïnvloeden en te versterken. In combinatie met het volgens de spelregels (techniek en timing) leren toepassen van effectieve

manieren van grenzen stellen, vormen deze zes opvoedvaardigheden de basis voor een positief ondersteunende opvoedingsomgeving die kinderen veiligheid en structuur biedt. Onderzoek naar interventies met een gedragsmatige en op vaardigheden gerichte aanpak laat zien dat dit een kansrijke benadering is als het gaat om het voorkomen of verminderen van emotionele en gedragsproblemen bij zowel jonge als oudere kinderen (Gardner et al., 2019). Dat kan ook gelden bij deelname van ouders uit gedepriveerde gezinnen (Leijten et al., 2013) maar een goed bereik van deze doelgroep vraagt wel om extra investering in werving en toeleiding.

De positieve effecten van een oudertraining kunnen zich ook voordoen als de interventie een ingekorte versie van een goed onderbouwd programma betreft die als onderdeel van een preventief aanbod wordt ingezet (Reedtz et al., 2011; Tully en Hunt, 2016).

Er is ook steeds meer optimisme over de duurzaamheid van de bereikte resultaten met vaardigheidstrainingen die ook over een langere periode blijven bestaan (Furlong et al., 2012). Een systematische review en meta-analyse naar de effecten van dit type interventies laten zien dat er sprake kan zijn van een uitgesteld effect omdat een veranderend opvoedpatroon van ouders eerst moet beklijven voordat de positieve effecten ook meetbaar zijn op kindniveau (Aar et al., 2017).

Opvoedvaardigheden die de meest consistente resultaten laten zien, zijn het positief bekrachtigen van wenselijk gedrag, o.a. door kinderen daarvoor te prijzen en sensitieve discipline bij ongewenst gedrag in de vorm van natuurlijke en logische consequenties (Leijten, et al. 2019).

Het in 2022 afgesloten CIKEO onderzoek naar werkzame factoren in interventies gericht op opvoedondersteuning laat zien dat opvoedstrategieën als het vergroten van positieve aandacht en betrokkenheid van ouders bij de opvoeding (door bijvoorbeeld samen te spelen) grotere effecten laten zien dan andere combinaties van doelen (Jonkman et al., 2020).

Op termijn blijkt de toename van positieve ouder-kind interacties ook een significant effect te hebben op het welbevinden en de ontwikkeling van kinderen (Aar et al., 2017; Ince & Udo, 2018).

Behalve bij kinderen kunnen de positieve effecten zich ook voordoen op het niveau van de ouders. Het onderzoek van Skar et al., (2015) naar de langetermijneffecten van het opvoedprogramma 'International Child Development Programme' (ICDP), laat zien dat 6-12 maanden na afloop van de gevolgde groepsinterventie de opvoedvaardigheden van deelnemende ouders nog steeds verbeterd zijn, er bovendien minder sprake is van eenzaamheid en stress en het zelfvertrouwen van ouders is vergroot. Daarnaast werden ook verbeteringen gemeld in het gedrag van kinderen die minder tijd spendeerden aan gamen, televisiekijken etc. en rapporteren ouders minder moeilijkheden in de omgang met hun kinderen.

De aangehaalde onderzoeksresultaten maken het aannemelijk preventieve opvoedsteun in de vorm van een erkende en op onderzoek gebaseerde oudertraining een bijdrage kan leveren aan het voorkomen en of verminderen van opvoedproblemen en positieve effect in beleving en gedrag bij kinderen en ouders.

4. Onderzoek

4.1 Onderzoek naar de uitvoering

Onderzoek 1:

- a) Verseveld, Van M., Ex, C., Fukkink, R. & Reumerman, R. (2015). **Visie van professionals: hoe actueel zijn preventieve oudercursussen?** Amsterdam: Hogeschool van Amsterdam.

b) Opzet onderzoek

Het betreft een inventariserend onderzoek naar de uitvoeringspraktijk van drie oudercursussen: *Peuter in Zicht!*, *Opvoeden & Zo* en *Beter Omgaan met Pubers*. Deze cursussen zijn onderdeel van een preventief ondersteuningsaanbod gericht op de toerusting van ouders met kinderen in verschillende ontwikkelingsfasen. Genoemde cursussen zijn in de jaren '90 van de vorige eeuw landelijk ontwikkeld en breed geïmplementeerd door het toenmalige NIZW, later NJI. Als theoretisch goed onderbouwd is de cursus in 2016 opgenomen in de databank effectieve jeugdinterventies en als aanbevolen interventie in de landelijke richtlijn opvoedingsondersteuning voor JGZ (Oudhof et al., 2013).

Exacte cijfers over landelijke uitvoering zijn niet bekend, aangezien dit preventieve aanbod niet centraal werd bijgehouden. Een inventariserend onderzoek (Prinsen, 2016) naar opvoedondersteuning binnen de jeugdgezondheidszorg laat zien dat de cursus *Opvoeden:Zó* (zoals de toenmalige benaming was), bij zo'n 40 tot 60 JGZ instellingen tot het reguliere aanbod behoorde.

De Transitie jeugdzorg heeft grote verschuivingen met zich mee gebracht ook in het preventieve ondersteuningsaanbod. Een koerswijziging van het NJi leidde tot het afstoten van diverse landelijk ontwikkelde interventies waaronder bovengenoemde oudercursussen. Ter afronding werd een budget beschikbaar gesteld om de actuele stand van zaken van dit cursusaanbod te onderzoeken. De volgende vragen waren daarbij leidend:

1. In welke mate is er volgens uitvoerende professionals bij ouders nog behoefte aan de oudercursussen *Peuter in Zicht!*, *Opvoeden & Zo* en *Beter Omgaan met Pubers* en welke mogelijkheden zijn er om de cursussen aan te bieden?
Is er nog vraag naar deze oudercursussen?
Wat is het huidige aanbod aan oudercursussen?
2. Welke behoefte aan actualisering van ouders en professionals zijn er met betrekking tot de drie genoemde oudercursussen?
Sluit het cursusaanbod aan op de (cultuurspecifieke) behoeften van ouders?
In hoeverre sluiten de cursussen aan op de behoeften van professionals?
3. Wat zijn de wensen van ouders en professionals met betrekking tot inhoud, structuur en programmamateriaal van de betreffende oudercursussen?
In welke mate is er volgens professionals bij ouders behoefte aan dit aanbod?
Welke mogelijkheden zijn er om de cursussen aan te bieden?

Voor deelname aan dit inventariserende onderzoek zijn zomer 2015 meer dan 577 in de preventieve opvoedondersteuning werkzame professionals aangeschreven. Een meerderheid daarvan was actief (geweest) in de praktische uitvoering van de oudercursussen en een aantal waren op beleidsniveau betrokken. In totaal zijn de enquêtes 154 keer ingevuld, verdeeld over de oudercursussen *Peuter in Zicht!* (n = 43), *Opvoeden & Zo* (n = 73) en *Beter omgaan met pubers* (n = 38). Voor het onderzoek is gebruik gemaakt van een tweetal instrumenten, namelijk digitale

enquêtes onder cursusleiders en een semigestructureerde interviewleidraad voor een tiental telefonische interviews.

c) **Bevindingen en conclusies**

Een meerderheid van de cursusleiders is van mening dat het aanbod goed past bij de verwachtingen en behoeften van de ouders die deelnemen. Ouders melden zich meestal aan om handvatten te krijgen bij de aanpak van specifieke problemen in de opvoeding. Deze motivatie sluit aan de opzet van de cursussen waarin het trainen van vaardigheden een centrale plek inneemt. Volgens de uitvoerende professionals blijken ouders na afloop van de cursus goed in staat om de geleerde vaardigheden in de praktijk toe te passen en zijn ze voldoende toegerust om het gedrag van hun kind te plaatsen binnen een bepaalde ontwikkelingsfase. Ouders melden dat de verstandhouding met hun kind na het volgen van een cursus is verbeterd.

De afwisseling tussen praktische oefening, het opfrissen van kennis en ruimte voor onderlinge uitwisseling oogsten waardering. Hoewel ouders tevreden zijn, blijkt er in dit onderzoek bij de uitvoerende beroepskrachten wel behoefte aan modernisering van het cursusaanbod. De belangrijkste aanbevelingen daarvoor zijn: vernieuwing van het filmmateriaal; toevoeging van actuele onderwerpen; digitalisering van draaiboek plus bijeenkomsten; het opzetten van een ondersteunende website, meer tijd voor een actiever wervingsbeleid onder (met name) migrantenouders en onderzoek hoe de cursussen aangepast kunnen worden aan verschillende doelgroepen.

Onderzoek 2:

a) Groenewegen, M.J. (2022), **Procesevaluatie Opvoeden & Zo: Moordrecht, Preventief op Maat.**

b) **Opzet onderzoek**

De cursus Opvoeden & Zo is in 2021 geactualiseerd waarbij de bevindingen van ouders en professionals in bovengenoemd onderzoek zijn verwerkt. Om te evalueren hoe de vernieuwde oudercursus Opvoeden & Zo in de praktijk wordt ontvangen, is aansluitend een kwalitatief onderzoek gedaan in de vorm van een procesevaluatie. Onderzoeksvragen waren of de cursus wordt uitgevoerd zoals bedoeld en wat de ervaringen zijn van deelnemende ouders en cursusleiders met betrekking tot de inhoud, opzet, materialen en de cursus als geheel. Om daar inzicht in te krijgen, zijn verschillende vragenlijsten gebruikt bij zowel ouders als cursusleiders.

Voor ouders was er een intakeformulier om voorafgaand aan de start van de cursus in te vullen met vragen over de achtergrond van het gezin en de aanmeldingsredenen. Het formulier omvat ook een aantal stellingen m.b.t. de opvoeding en ouderschap die de ouder met een score tussen de 1 en 7 kan waarderen.

Om de cursus als geheel te evalueren was een uitgebreider schriftelijk formulier ontwikkeld om op de laatste bijeenkomst door ouders te laten invullen. Hierin wordt aan deelnemers gevraagd hoe zij de cursus en de begeleiding door de cursusleider hebben ervaren, of het aanbod voldeed aan hun verwachtingen en aan welke onderdelen zij het meeste hebben gehad. Op dit formulier werden ook de stellingen over opvoeden van het intakeformulier herhaald, om mogelijke verschillen tussen begin- en eindsituatie te kunnen opmerken.

Naar keuze konden ouders het formulier voor de eindevaluatie digitaal invullen en zelf (anoniem) opsturen naar de contactpersoon van de procesevaluatie of schriftelijk invullen op de laatste bijeenkomst waarbij de cursusleider de gegevens verwerkt en doorstuurt. Voor ouders met beperkte (schriftelijke) taalvaardigheid was er ook een evaluatieformulier beschikbaar waar zij hun mening kenbaar konden maken door het aankruisen van emoji's. In de pilotfase werden gevraagd

om een monitoring formulier bij te houden waarop zij per bijeenkomst konden noteren welke cursusonderdelen wel/niet zijn uitgevoerd en waarom. Daarnaast vulden ook zij een uitgebreid evaluatieformulier in na afronding van de interventie waarin ze hun mening over de cursus als geheel konden noteren evenals over de bereikte resultaten.

c) **Uitvoering**

In de periode van maart 2022 tot juli 2022 zijn zeven oudergroepen gestart met de vernieuwde versie van de cursus Opvoeden & Zo. In totaal hebben zes cursusleiders meegewerkt aan de procesevaluatie na afloop. Meer dan 50 ouders hadden zich aangemeld, waarvan 43 de cursus ook daadwerkelijk hebben afgerond. Enkele cursussen waren al begonnen op het moment dat de procesevaluatie werd uitgezet. In deze gevallen heeft er alleen een eindevaluatie bij afronding van de cursus plaatsgevonden.

Van de optie om het formulier digitaal in te vullen is maar door een beperkt aantal ouders gebruik gemaakt. In totaal zijn 13 intakeformulieren en 17 evaluatieformulieren door de deelnemers zelf ingevuld en opgestuurd. Daar waar ouders moeite hadden met het invullen van de vragenlijst zijn hun bevindingen meegenomen in het monitoring formulier c.q. de eindevaluatie van de cursusleiders. Uiteindelijk is het bij maar één groep (zeven ouders) gelukt om zowel de intakevragenlijst vooraf als de evaluatie na afloop ingevuld te krijgen.

d) **Bevindingen**

Ervaringen cursusleiders:

Werving via de school en sociaal wijkteam blijkt een belangrijk kanaal te zijn voor de toeleiding van ouders naar dit cursusaanbod. Wat de uitvoering betreft hebben alle cursusleiders zich gehouden aan de opzet van het draaiboek. Wel waren soms aanpassingen nodig in tempo en hoeveelheid informatie om goed aan te sluiten bij de taalvaardigheid en het kennisniveau van de deelnemers. Daarbij werd ook gebruik gemaakt van de suggesties daarvoor in het draaiboek.

Als *succesfactoren* van de oudercursus noemen cursusleiders de combinatie van informatieoverdracht, animatiefilmpjes en het zelf oefenen van vaardigheden. Daarnaast ook het delen van ervaringen, erkenning en bewustwording van de eigen inzet als ouder en ontdekken dat iedere ouder momenten van onzekerheid kent. Bij de *faalfactoren* wordt de tijdsbewaking als knelpunt genoemd. Dit speelt vooral bij de uitwisseling van ervaringen tussen ouders, wat soms zoveel tijd in beslag neemt dat de kern boodschap van een bijeenkomst uit het zicht dreigt te raken. Het ondersteunend materiaal behoeft op enkele punten nog verbetering zoals de woordkeuze bij een specifieke werkvorm die minder goed overkomt en de informatie via de PowerPoint die hier en daar te summier is bevonden.

Een knelpunt is de uitval van deelnemers voorafgaand en tijdens de cursus op twee locaties waar de cursus werd aangeboden. In het eerste geval kwamen van de twintig aangemelde ouders er uiteindelijk maar zeven op de eerste bijeenkomst opdagen. In het andere geval waren bij twee van de zes bijeenkomsten zo weinig ouders aanwezig dat besloten is om een extra vervolg te plannen. Als oplossing voor dit probleem bepleit de betreffende cursusleider een pro-actieve aanpak in de periode tussen aanmelding en start evenals het opnemen van contact als ouders een bijeenkomst missen.

Ervaringen ouders

Uit de eindevaluatie na afloop blijkt dat de cursus bij het merendeel van de deelnemers aan de verwachtingen heeft voldaan. Ouders zijn positief over de manier waarop de cursus is begeleid. De uitgedeelde folders per bijeenkomst en de getoonde animatiefilmpjes worden als ondersteunend ervaren. De cursusonderdelen die deelnemers het meest waarderen zijn:

- ervaringen uitwisselen met andere ouders (28x genoemd)
- uitleg over omgaan met (lastig) gedrag (27x)
- Informatie over de ontwikkeling van schoolkinderen (26x)
- oefenen met vaardigheden (25x)

De vaardigheid *positieve aandacht geven* wordt na afloop van de cursus het meest door ouders gewaardeerd en toegepast, gevolgd door *regels stellen* en *gedrag corrigeren*. Ook de vaardigheden *prijzen*, *niet reageren* en *apart zetten* worden door veel deelnemers bruikbaar gevonden. Wat betreft het effect van de cursus op de eigen opvoedaanpak noemen ouders o.a. de volgende veranderingen:

- ik praat nu meer met mijn kind (26x gescoord)
- Ik ga nu anders met mijn kind om (27x)
- regels stellen lukt me nu beter (21x)
- Ik begrijp mijn kind nu beter (13x)

e) **Conclusies en aanbevelingen**

Op basis van de verzamelde gegevens uit monitoring- en evaluatieformulieren kan worden geconcludeerd dat de vernieuwde versie van de cursus Opvoeden & Zo goed uitvoerbaar was en over het algemeen positief wordt gewaardeerd zowel de ouders als de cursusleiders. De redenen die ouders bij aanmelding noemen, sluiten goed aan bij de doelen en opzet van de cursus.

Ten aanzien van het draaiboek en ondersteunend materiaal zijn als verbeterpunten genoemd het taalgebruik bij een tweetal werkvormen en de PowerPoint voor cursusleiders die te summier wordt gevonden. Deze zou qua informatie meer houvast kunnen bieden. Dit zijn suggesties die tussentijds kunnen worden verwerkt.

Een punt van zorg voor zowel ontwikkelaars als uitvoerders van de interventie is de uitval van deelnemers voorafgaand aan en tijdens de uitvoering van twee oudercursussen in de pilotfase. Bij een gratis en laagdrempelig cursusaanbod lijkt er gemakkelijk een zekere vrijblijvendheid in te sluipen. Dat ouders zich hebben opgegeven, wil nog niet zeggen dat ze ook daadwerkelijk (blijven) komen. Dit probleem komt vaker voor en verdient extra aandacht in de toeleiding van ouders naar de cursus en ook in de training voor cursusleiders. Het voornemen van een van de cursusleiders tot een pro-actievere aanpak in de periode tussen eerste aanmelding en start, verdient navolging. Mogelijk kan ook het instellen van een tijdelijke WhatsApp-groep van deelnemers de betrokkenheid en aanwezigheid van ouders tijdens de cursus vergroten.

De ervaringen met de procesevaluatie tonen aan dat het centraal verzamelen van gegevens over deelname en uitvoering van de oudercursus op verschillende locaties een tijdrovende aangelegenheid is. Het werken met invulformulieren levert bij sommige deelnemersgroepen de nodige obstakels op en mondeling verzamelde gegevens leggen een grotere druk op de cursusleiders om die te verzamelen en bundelen. Het uitdenken van een eenvoudige vorm van monitoring van een aantal basisgegevens in combinatie met een zorgvuldige en op een variabele deelnemersgroep afgestemde werkwijze is dus nog een flinke uitdaging. De met deze procesevaluatie opgedane ervaringen hebben ons wel gemotiveerd om hierop nog voort te gaan borduren.

4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten

Er is geen wetenschappelijk onderzoek gedaan naar de effecten van Opvoeden & Zo wegens gebrek aan middelen en onderzoekscapaciteit voor laagdrempelige preventieve interventies in Nederland. De cursus baseert zich vooral op vastgestelde effecten van dit type oudertrainingen in buitenlands onderzoek zoals bij de verantwoording gemeld.

De cursus is meegenomen in het CIKEO onderzoek naar opvoedingsondersteuning in Nederland maar helaas bleek het een onmogelijke opgave om in de gegeven tijd voldoende ouders te includeren die aan een cursus hadden meegedaan en bereid waren om aan het onderzoek mee te werken. Dat leidde ertoe dat slecht drie ouders in dit onderzoek de cursus Opvoeden & Zo hadden gevolgd.

5. Samenvatting Werkzame elementen

De oudercursus Opvoeden & Zo bevat de volgende werkzame elementen die bijdragen aan het resultaat van de interventie:

1. Er is sprake van een gestructureerd curriculum gebaseerd op erkende theorieën over effectieve manieren van gedragsbeïnvloeding een accent op vaardigheden.
2. De inhoud richt op het versterken van de ouder-kind relatie en een positieve ondersteunende opvoedaanpak die kinderen goede ontwikkelingskansen biedt.
3. De cursus baseert zich op onderzoek naar effectieve opvoedsteun aan gezinnen afgestemd op belangrijke ontwikkelingsopgaven van kinderen en opvoedtaken van ouders.
4. De cursus sluit aan bij vragen en behoeften van ouders en is flexibel af te stemmen op kennisniveau en achtergrond van deelnemers.
5. De werkwijze is gericht op empowerment en bekrachtigen van wat goed gaat, waarmee zelfvertrouwen, self-efficacy en gevoel van competentie toenemen.
6. Een groepsgerichte en op een specifieke leeftijdsgroep toegespitste interventie is een tijdbesparende en effectieve werkwijze om ouders met vergelijkbare opvoedvragen toe te rusten op wat een nieuwe ontwikkelingsfase aan uitdagingen met zich meebrengt.
7. Het uitwisselen van ervaringen met andere ouders normaliseert het hebben van opvoedvragen, bevordert onderlinge steun en solidariteit en kan het zelfvertrouwen van ouders versterken.
8. Er wordt gebruik gemaakt van verschillende (interactieve) methodes zoals kennisoverdracht, instructie, uitwisseling van ervaringen, vaardigheden oefenen.
9. In rollenspel en thuisopdrachten leren ouders hoe een vaardigheid kan worden toegepast wat de transfer van vaardigheden naar alledaagse opvoedsituaties bevordert.
10. Naast aandacht voor ouders in hun rol als opvoeder is ook aandacht voor zelfvertrouwen en persoonlijk welbevinden een belangrijk onderdeel van effectieve opvoedsteun.
11. Cursusleiders beschikken over de noodzakelijk kwaliteiten door hun vooropleiding en een op de uitvoering van de interventie gerichte training.

6. Aangehaalde literatuur

Aar, J. van, Leijten, P., Orobio de Castro, B., & Overbeek, G. (2017). *Sustained, fadeout or sleeper effects? A systematic review and meta-analysis of parenting interventions for disruptive child behavior*. *Clinical Psychology Review*, 51, 153-163. doi:10.1016/j.cpr.2016.11.006

Bandura, A. (1971). *Social learning theory*. New York City, NY: General Learning Press.

Barlow J, Smailagic N, Huband N, Roloff V, Bennett C. (2014) *Group-based parent training programmes for improving parental psychosocial health*. *Cochrane Database Syst Rev*. 2014 May 17;(5):CD002020. doi: 10.1002/14651858.CD002020.pub4. PMID: 24838729.

Benzies & Mychasiuk (2008) *Fostering family resiliency: a review of the key protective factors*. *Child and Family Social Work* 2009, 14, pp 103-114

Blokland G. & Okma, K. (2021). *Opvoeden & Zo*. Draaiboek voor cursusleiders. Stichting Preventief op Maat (www.preventiefopmaat.nl) / Stichting Aanzet (www.stichtingaanzet.nl).

Bot, S. (red.), S. de Roos, K. Sadiraj, S. Keuzenkamp, A. van den Broek en E. Kleijnen (2013). *Terecht in de jeugdzorg? Voorspellers van kind- en opvoedproblematiek en jeugdzorggebruik*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Daamen, W. & Ince, D. (2014). *Wat werkt bij het bevorderen van een positieve ontwikkeling van jeugdigen*. Utrecht: Nederlands jeugdinstituut.

Deković, M. (1999). Risk and protective factors in the development of problem behavior during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(6), 667-685.

Diekstra, R. F. W., Wubs, J. M., Vreeburg, E., Sklad, M., & Rutter, M. de., (2008). *Naar een canon van opvoeding. Onderzoek naar wat inwoners van Den Haag weten van ontwikkeling en opvoeding van kinderen en jongeren*. Den Haag: Gemeente Den Haag, Dienst OCW

Egberts, M. R., Prinzie, P., Deković, M., de Haan, A. D., & van den Akker, A. L. (2015). The prospective relationship between child personality and perceived parenting: Mediation by parental sense of competence. *Personality and Individual Differences*, 77, 193-198.

Fierloos, I.N., Windhorst, D.A., Fang, Y., Jansen, W. & Raat., H. (2020). *Empirisch onderzoek naar opvoedonzekerheid en het gebruik van opvoedondersteuning. Werkzame elementen in preventieve opvoedinterventies. Resultaten van het CIKEO-project*. Utrecht: Verwey-Jonker Instituut.

Foolen, N. (2014). *Wat werkt bij oudertrainingen?* Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut.

Furlong M, McGilloway S, Bywater T, Hutchings J, Smith SM, Donnelly M. (2012) *Behavioural and cognitive-behavioural group-based parenting programmes for early-onset conduct problems in children aged 3 to 12 years*. *Cochrane Database Syst Rev*. 2012 Feb 15;(2)

Gardner, F., Leijten, P., Melendez-Torres, G., Landau, S., Harris, V., Mann, J., Beecham, J., Hutchings, J. and Scott, S. (2019), *The Earlier the Better? Individual Participant Data and Traditional Meta-analysis of Age Effects of Parenting Interventions*. *Child Dev*, 90: 7-19.

Goorts. I. & Kolste, R. (2023) *Cultuursensitief werken, Wat vraagt cultuursensitief werken van jou?* Utrecht: Pharos

Groenendaal, J.H.A., & Deković, M. (2000). Risicofactoren voor kwaliteit van de opvoeding. *Pedagogiek*, 20, 3-22

Groenewegen, M. (2022). *Procesevaluatie Opvoeden & Zo*. Stichting Aanzet Vlaardingen en Stichting Preventief op Maat, Moordrecht.

Hosman, C. & Jonkman, H. (m.m.v. Jansen, W., Windhorst, D., Fierloos, I., Raat, H., Crone, M., Mourik, M. van, Joosse, E., (2020). *Werken aan publieke en maatschappelijke impact. Werkzame elementen in preventieve opvoedinterventies*. Utrecht: Verwey-Jonker Instituut.

Ince, D, Udo, N. (2018) *Opvoedsteun. Wat werkt?* Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut.

Ince, D., Kalthof, H. (2020) *Opgroeien en Opvoeden. Normale uitdagingen voor kinderen, jongeren en hun ouders*. <https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/Publicatie-NJi/Opgroeien-en-opvoeden.pdf>

Ince, D., Van Yperen, T. & Valkesteijn, M. (2018). *Top tien beschermende factoren voor een positieve ontwikkeling van jeugdigen*. Nederlands Jeugdinstituut: Utrecht.

Jonkman H., Crone, M., Hosnan C., Raat, H. (2020). *Overzicht, samenvatting en conclusies Werkzame elementen in preventieve opvoedinterventies. Resultaten van het CIKEO-project*. Utrecht: Verwey-Jonker.

Kaminski JW, Valle LA, Filene JH, Boyle CL. A meta-analytic review of components associated with parent training program effectiveness. *Journal Abnormal Child Psychology*. 2008; 36: 567–589.

Kindermonitor 2021/20222019, GGD Gelderland-Zuid:
<https://onderzoek.ggd gelderlandzuid.nl/kindermonitor-2021-2022/opvoeding>

Kousemaker, N.P.J. & Timmers-Huigens, D., Pedagogische Hulpverlening in de eerste lijn. Primaire ambulante jeugdhulpverlening in pedagogisch perspectief. *Tijdschrift voor Orthopedagogiek*, 1995, XXIV, p 549-565.

Laffra, J. & Nikken, P. (2014) *Wat werkt bij het versterken van eigen kracht?* Utrecht: Factsheet Nederlands Jeugdinstituut.

Leijten P, Raaijmakers MA, de Castro BO, Matthys W. Does socioeconomic status matter? A meta-analysis on parent training effectiveness for disruptive child behavior. *Journal of of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 2013;42(3):384-92.

Leijten P, Gardner F, Melendez-Torres GJ, van Aar J, Hutchings J, Schulz S, Knerr W, Overbeek G. (2019) Meta-Analyses: Key Parenting Program Components for Disruptive Child Behavior. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2019 Feb; 58(2):180-190.

Oudhof, M., de Wolff, M., de Ruiter, M., Kamphuis, M., L'Hoir, P. & Prinsen, B. (2013). *JGZ Richtlijn Opvoedingsondersteuning voor hulp bij opvoedingsvragen en lichte opvoedproblemen*. Utrecht: Nederlands Centrum Jeugdgezondheidszorg.

Overbeek, G., Schulz, S., Jilink, L., Sluiter, R., Helmerhorst, K., van Rijn-van Gelderen, L. (2017). *Effectiviteit van preventieve opvoedinterventies: Een literatuuronderzoek naar systematische reviews en meta-analyses*. Amsterdam: NEJA in samenwerking met UvA.

Patterson, G.R. (1982). *Coercive family process*. Eugene, OR: Castalia.

Prinsen, B. (2006). *Dat gaat werken. Van veelbelovende praktijken op weg naar effectieve opvoedingsondersteuning in de jeugdgezondheidszorg*. Utrecht: NIZW Jeugd.

Prinsen, B., L'Hoir, M. P., de Ruiter, M., Oudhof, M., Kamphuis, M., de Wolff, M. Alpay, L. (2012). *Richtlijn opvoedingsondersteuning voor opvoedingsvragen en lichte opvoedingsproblemen in de jeugdgezondheidszorg en het Centrum voor Jeugd en Gezin*. Utrecht/Leiden: Nederlands Jeugdinstituut/TNO.

Reedtz, C., Handegård, B. H., & Mørch, W. T. (2011). Promoting positive parenting practices in primary care: Outcomes and mechanisms of change in a randomized controlled risk reduction trial. *Scandinavian Journal of Psychology*, 52(2), 131–137.

Roos, S. de, Bucx, F. & van den Berg, E. (2021) Sociale netwerken van ouders. Steun bij de opvoeding en andere ouderschapstaken. Sociaal en Cultureel Planbureau Den Haag.

Smith, J. D., Dishion, T. J., Shaw, D. S., Wilson, M. N., Winter, C. C., & Patterson, G. R. (2014). Coercive family process and early-onset conduct problems from age 2 to school entry. *Development and psychopathology*, 26(4pt1), 917-932.

Skar, A.S., Von Tetzchner, S., Clucas, S. & Sherr. (2015). The long-term effectiveness of the International Child Development Programme (ICDP) implemented as a community-wide parenting programme. *European Journal of developmental psychology* .Vol. 12, No. 1, 54–68,

Speetjens, P. Nilsen, Y. en C. Vink. (2021) *Welbevinden van ouders. Evenwichtige ouders, blije kinderen?* Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut

Spruijt, E.R., Kassenberg, A., Petri, D., Tuinstra, J. & Doornenbal, J.(2019). *Algemeen werkzame factoren in groepsgerichte opvoedsteun: Ervaringen van ouders, vrijwilligers en professionals*.

Tuenter, T., Van den Berg, B. & Bastiaansen, I. (2021). *Effecten van preventie in het jeugdveld*. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut

Tully, L. A., & Hunt, C. (2016). Brief parenting interventions for children at risk of externalizing behavior problems: A systematic review. *Journal of Child and Family Studies*, 25, 705-719.

Verseveld, Van M., Ex, C., Fukkink, R. & Reumerman, R. (2015). *Visie van professionals: hoe actueel zijn preventieve oudercursussen?* Amsterdam: Hogeschool van Amsterdam.

Yap, M.B.H, Morgan A.J, Cairns K, Jorm A.F., Hetrick S.E., Merry S. (2016) Parents in prevention: A meta-analysis of randomized controlled trials of parenting interventions to prevent internalizing problems in children from birth to age 18. *Clinical Psychology Review*, 50, 138-158.

Samenwerking erkenningstraject

Het erkenningstraject wordt in samenwerking uitgevoerd door het Nederlands Jeugdinstituut (NJI), het RIVM Centrum Gezond Leven (CGL), het Kenniscentrum Sport & Beweging, Vilans, het Trimbos Instituut en MOVISIE. Door samen te werken aan het beoordelen van interventies volgens eenduidige criteria streven wij naar kwaliteitsverbetering in de betrokken werkvelden.

