



Nederlands  
Jeugdinstituut

## **Interventie**

## **Ouderkracht**

---

## Erkenning

Erkend door deelcommissie: Jeugdzorg en psychosociale/pedagogische preventie

Datum: 26 januari 2018

Oordeel: Goed onderbouwd

De referentie naar dit document is: (juli, 2017).

Databank effectieve jeugdinterventies: Naam auteur interventiebeschrijving :  
Anke Breg, Gonnie Albrecht en Aly de Jong, beschrijving 'Ouderkracht'. Utrecht:  
Nederlands Jeugdinstituut. Gedownload van [www.nji.nl/jeugdinterventies](http://www.nji.nl/jeugdinterventies).

# Inhoud

Interventie .....	1
Erkenning .....	2
Inhoud .....	3
Samenvatting .....	4
Korte samenvatting van de interventie .....	4
Doelgroep .....	4
Doel .....	4
Aanpak .....	4
Materiaal .....	5
Onderbouwing .....	5
Onderzoek .....	5
1. Uitgebreide beschrijving .....	6
Beschrijving interventie .....	6
1.1 Doelgroep .....	6
1.2 Doel .....	9
1.3 Aanpak .....	9
2. Uitvoering .....	16
3. Onderbouwing .....	21
4. Onderzoek .....	28
4.1 Onderzoek naar de uitvoering .....	28
4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten .....	29
5. Samenvatting Werkzame elementen .....	30
5. Aangehaalde literatuur .....	32

# Samenvatting

## Korte samenvatting van de interventie

Ouderkracht is bedoeld voor ouders met kinderen in de leeftijd van 0-21 jaar die kampen met opvoedingsvraagstukken en –problemen, die met beperkte ondersteuning opgelost kunnen worden.

Ouderkracht is een mediatietraining waarbij ouders worden versterkt in effectieve opvoedingsvaardigheden om het gedrag van het kind te veranderen. In vijf bijeenkomsten van één uur (met uitloop van twee boosterbijeenkomsten voor moeilijk lerende of LVB ouders) wordt met ouders gewerkt aan verandering van het gedrag van hun kind.

## Doelgroep

De uiteindelijke doelgroep van Ouderkracht bestaat uit kinderen en jongeren uit goed functionerende gezinnen die specifiek, mild probleemgedrag laten zien. Er is overwegend positief contact tussen ouders en kind; alleen ten aanzien van dit specifieke (probleem) gedrag is er sprake van conflict en stress. Het lukt ouders niet het gedrag in de gewenste richting bij te sturen en dit veroorzaakt opvoedingsstress. Er is geen sprake van een verstoorde ontwikkeling of een verstoord interactiepatroon tussen ouder en kind.

Ouderkracht is ontwikkeld voor vier verschillende doelgroepen:

1. Ouders van kinderen tussen 0-12 jaar,
2. Ouders van kinderen tussen 13-21 jaar,
3. Moeilijk lerende of licht verstandelijk beperkte ouders (LVB) van kinderen tussen 0-12 jaar,
4. Moeilijk lerende of licht verstandelijk beperkte ouders (LVB) van kinderen tussen 13-21 jaar.

## Doel

Het hoofddoel van Ouderkracht is het vergroten van de opvoedingsvaardigheden van ouders en het verminderen van hun opvoedingsstress, doordat zij het gedrag van hun kind dat zij als probleem ervaren, effectief weten bij te sturen.

## Aanpak

Ouderkracht is een mediatietraining waarbij ouders worden versterkt in opvoedvaardigheden om specifiek gedrag van hun kind waar zij stress door ervaren om te buigen. Ouderkracht is een aanbod van vijf bijeenkomsten van één uur (met uitloop van twee boosterbijeenkomsten voor moeilijk lerende of licht verstandelijk beperkte ouders ) om met ouders te werken aan verandering van hun situatie. Ouders worden versterkt in effectieve opvoedingsvaardigheden. Zij kiezen verschillende opvoedingsvaardigheden die zij gericht gaan oefenen met de Ouderkracht hulpverlener en waarvan zij het effect gaan registreren in de praktijk.

## **Materiaal**

Ouderkracht hulpverleners hebben een methodiekhandleiding. Ieder gezin dat Ouderkracht ontvangt, krijgt toegang tot een digitale omgeving. Ouders registreren hierin hun doelen, de voortgang hierop en hun ervaringen. Ook hebben ouders in deze omgeving toegang tot concrete informatie over effectieve aanpakken, in de vorm van brochures en instructiefilmpjes van effectieve vaardigheden.

## **Onderbouwing**

Ouderkracht is gestoeld op het model van sociaal interactieleren. In dit model wordt een centrale rol toegekend aan de sociale omgeving van het kind, en dan in het bijzonder aan de ouders, bij het doorbreken en voorkómen van negatieve interacties die probleemgedrag van kinderen versterken. Door meer en systematischer effectieve opvoedingsvaardigheden toe te passen, creëren ouders stapsgewijs een omgeving waarin gewenst gedrag consequent wordt uitgelokt en versterkt en ongewenst gedrag systematisch wordt omgebogen. Escalaties tussen ouders en kind verminderen, ouders voelen zich minder belast en kinderen laten minder gedragsproblemen en meer prosociaal gedrag zien.

## **Onderzoek**

Doordat de interventie in 2014 is ontwikkeld en in het najaar van 2014 in een pilot de eerste hulpverleners zijn opgeleid, is het onderzoek naar de praktijkervaringen of effectiviteit nog beperkt. In 2015 zijn 214 Ouderkracht-trajecten vastgelegd in de digitale omgeving. Bij 55 trajecten is digitaal de Opvoedingspraktijkschaal (OPS) zowel bij de start als de afsluiting door ouders ingevuld. Zij rapporteren vooral meer rust, meer geduld met het kind en ze ervaren het gedrag van het kind en de opvoeding als minder zwaar. Ze zijn tevreden, kunnen zelf verder en zouden hulp aanraden (cijfer gem. 8.1).

# 1. Uitgebreide beschrijving

## Beschrijving interventie

### 1.1 Doelgroep

#### Uiteindelijke doelgroep

De uiteindelijke doelgroep van Ouderkracht zijn kinderen en jongeren uit goed functionerende gezinnen die gedrag laten zien dat door ouders als storend wordt ervaren of dat hen zorgen baart. Soms betreft het een mild probleem in de interactie tussen ouder en kind. Er is (nog) geen sprake van een verstoorde ontwikkeling of een verstoord interactiepatroon tussen ouder en kind. Er is overwegend positief contact tussen ouders en kind; alleen ten aanzien van dit specifieke (probleem)gedrag is er sprake van conflict en stress. Het lukt ouders niet het gedrag in de gewenste richting bij te sturen en dit veroorzaakt opvoedingsstress.

Voorbeelden van (probleem)gedrag dat de doelgroep laat zien:

- Kinderen (0-12 jaar): niet luisteren, tegenspreken, routines (opstaan, eten, slapen) lopen niet zoals ouders willen, ruzie tussen broers en zussen.
- Jongeren (13-21 jaar): onvoldoende uitvoeren van taken en het nemen van verantwoordelijkheden, ruzie met oplopende emoties, teruggetrokken gedrag (moeilijker contact mee te krijgen), opzoeken van grenzen of risicovolle situaties.

#### Intermediaire doelgroep

De intermediaire doelgroep waar Ouderkracht zich nadrukkelijk op richt zijn de ouders. Zij ervaren specifiek gedrag van hun kind als een probleem en ervaren opvoedingsstress omdat het hen niet lukt dit gedrag in de gewenste richting te sturen. Juist omdat zij op andere momenten wel effectief zijn in het opvoeden, roept dit gedrag ongeduld en soms ook zorgen op.

Het gaat om goed functionerende gezinnen (bijvoorbeeld ouderparen die steun van elkaar ervaren, huishouden en financiën zijn op orde), waarin het contact tussen ouder en kind (nog) overwegend positief is. Er is geen sprake van een verstoord interactiepatroon tussen ouder en kind.

Het niveau van leren van ouders bepaalt het aanbod: er is een aanbod voor ouders met een gemiddelde intelligentie en voor ouders die moeilijk lerend zijn dan wel een licht verstandelijke beperking (LVB) hebben. Deze groep ouders wordt gekenmerkt door een IQ tussen 50 en 85. Zij hebben duidelijk beperkingen in hun adaptief functioneren, wat zich uit in problemen in het dagelijks functioneren.

Ouderkracht is ontwikkeld voor vier verschillende doelgroepen ouders:

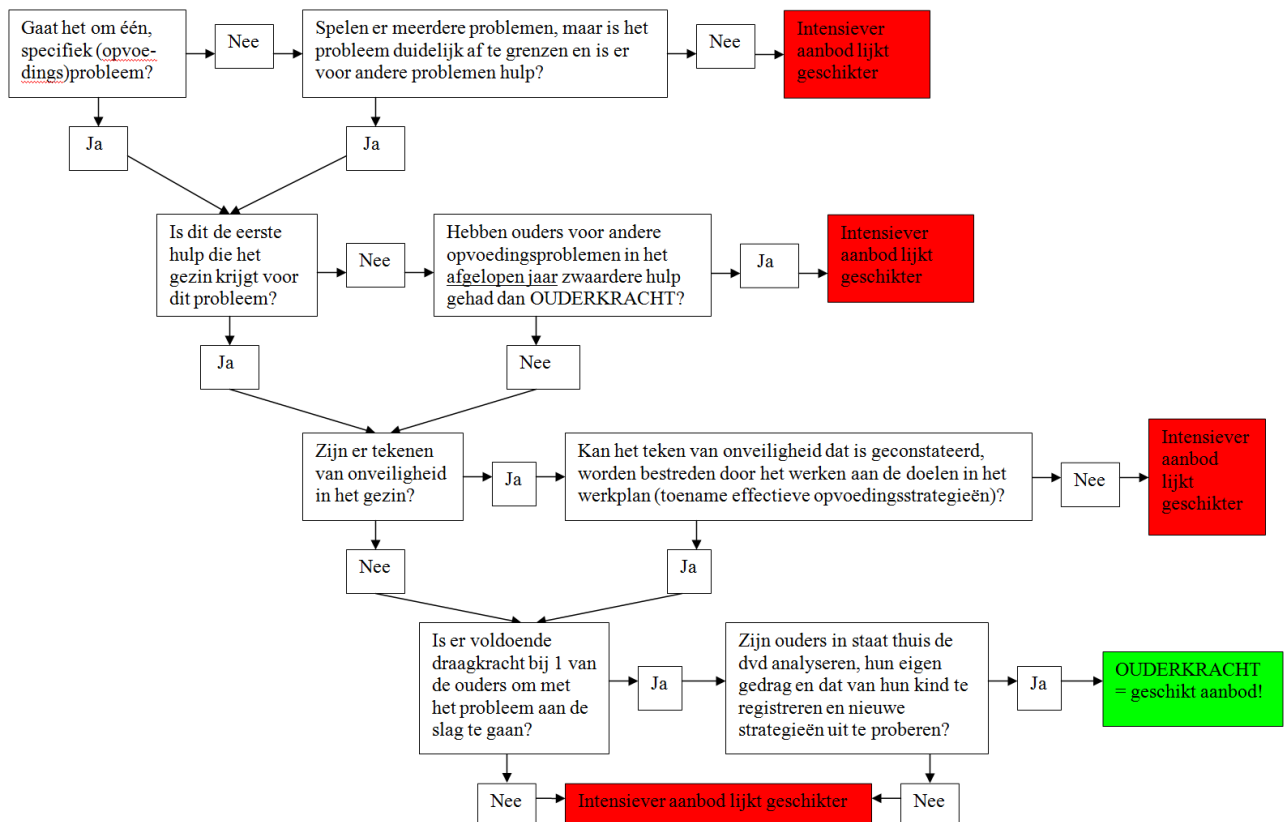
1. Ouders van kinderen tussen 0-12 jaar,
2. Ouders van kinderen tussen 13-21 jaar,
3. Moeilijk lerende of licht verstandelijk beperkte ouders (LVB) van kinderen tussen 0-12 jaar,
4. Moeilijk lerende of licht verstandelijk beperkte ouders (LVB) van kinderen tussen 13-21 jaar.

### Selectie van doelgroepen

De Ouderkracht hulpverlener screent tijdens de startfase in gesprek met ouders of zij voldoen aan alle indicaties om het Ouderkracht traject door te zetten. Hiervoor benut hij een stroomschema (zie hieronder) waarbij Ouderkracht wordt ingezet als op alle onderstaande vragen 'ja' kan worden geantwoord:

- Ervaren ouders één specifiek (opvoedings)probleem?
- Is dit de eerste hulp die het gezin krijgt voor dit probleem?
- Zijn er geen tekenen van onveiligheid in dit gezin? Of wanneer er tekenen zijn van onveiligheid kunnen deze worden bestreden door het werken aan de doelen in het werkplan?
- Is er voldoende draagkracht bij één van de ouders om nu met het probleem aan de slag te gaan? (opdrachten te maken, een nieuwe aanpak uit te proberen)

Indien niet alle vragen positief worden beantwoord, zal de Ouderkracht hulpverlener ouders doorverwijzen naar beter passende hulpverlening.



#### Indicaties:

- Ouders zien bij hun kind gedrag dat zij als een probleem ervaren, omdat het hen niet lukt om dit bij te sturen zoals zij doen bij ander gedrag. Ze ervaren opvoedingsstress; dit specifieke gedrag roept ongeduld en soms ook zorgen op.
- Ouders hebben te maken met problemen op meerdere gebieden, maar er is sprake van opvoedingsstress rondom specifiek, duidelijk af te bakenen gedrag dat zij bij hun kind zien, én er is voor de andere problemen andere hulp.
- Er is sprake van een veilig opvoedingsklimaat in het gezin en minimaal één ouder heeft voldoende draagkracht om met het probleemgedrag aan de slag te gaan.
- Ouders zijn in staat om nieuwe vaardigheden uit te proberen en de resultaten te registreren.

#### Contra-indicaties:

- Er spelen verschillende problemen waarvoor geen adequate hulp is of het probleem waar ouders zich mee melden is nauw verweven met diverse andere problemen.
- Het specifieke probleem(gedrag) is te ernstig of hardnekkig, dat wil zeggen dat verwacht wordt dat het niet om te buigen is met behulp van kortdurende ondersteuning (van maximaal vijf bijeenkomsten). Er is bijvoorbeeld sprake van een verstoord interactiepatroon tussen ouder en kind.
- Ouders zijn het helemaal niet eens over welke problemen er spelen en of daar iets aan moet gebeuren en zo ja, wat er dan moet gebeuren.
- Er zijn zoveel zorgen over de veiligheid in het gezin dat vergroting van de veiligheid met een meer intensief aanbod moet worden opgepakt.
- Het is de verwachting dat het ouders niet lukt om met de informatie uit de bijeenkomsten aan de slag te gaan. Het uitvoeren van de opdracht voor thuis tussen bijeenkomst 1 en 2 benut de Ouderkracht hulpverlener als ijkpunt hiervoor.

Wanneer één of meer van deze contra-indicaties spelen, is de verwachting dat Ouderkracht te weinig effect zal hebben om het gedrag dat ouders als probleem ervaren daadwerkelijk om te buigen. Een meer intensief of andersoortig aanbod is dan nodig om de hulp effectief te laten zijn.

#### Betrokkenheid doelgroep

In de pilotfase hebben de opleiders van Ouderkracht een aantal trajecten uitgevoerd met gezinnen en hebben deze uitgebreid met ouders geëvalueerd. Ook zijn enkele ouders geïnterviewd (mede voor promotiedoeleinden). Deze



informatie is benut om in de scholing specifieke nadrukken te leggen, zodat de opzet van de interventie zo duidelijk mogelijk is voor ouders en het hulpverleners ook echt lukt om de verwachting die zij bij de start scheppen binnen vijf bijeenkomsten te realiseren. Daarnaast wordt de tevredenheid van de doelgroep jaarlijks teruggekoppeld aan opleider en uitvoerders. Deze gegevens worden benut voor verdere aanscherping van de methodiek.

## 1.2 Doel

### Hoofddoel

Het hoofddoel van Ouderkracht is het vergroten van de opvoedingsvaardigheden van ouders en het verminderen van hun opvoedingsstress, doordat zij het gedrag van hun kind dat zij als probleem ervaren, effectief weten bij te sturen.

### Subdoelen

Het hoofddoel wordt behaald door het werken aan de subdoelen. Na afloop van Ouderkracht:

1. Zijn de effectieve opvoedingsvaardigheden van ouders vergroot, ten opzichte van het specifieke gedrag van het kind dat ouders als probleem ervaren:
  - Ouders zijn in staat om gedrag dat zij meer willen zien uit te lokken en te versterken.
  - Ouders zijn in staat om gedrag dat zij minder willen zien om te buigen.
2. Hebben ouders minder stress rondom dit specifieke (opvoedings)probleem en breder rondom opvoedingsvraagstukken.
3. Hebben ouders en kind minder conflicten over het specifieke probleem.
4. Hebben ouders voldoende in handen om het bereikte succes te handhaven.

Deze subdoelen gelden voor alle vier de verschillende doelgroepen ouders.

## 1.3 Aanpak

### Opzet van de interventie

Ouderkracht is een mediatietraining waarbij ouders worden versterkt in vaardigheden om het gedrag van het kind te veranderen, met een digitale omgeving ter ondersteuning van het leren. Ouderkracht is een aanbod van vijf bijeenkomsten om met ouders te werken aan verandering van hun situatie, met standaard een uitloop van twee boosterbijeenkomsten voor moeilijk lerende ouders dan wel ouders met een LVB om de veranderingen beter vast te kunnen houden. Iedere bijeenkomst duurt één uur en de hele interventie neemt zo'n vijf tot acht weken in beslag.

Hoewel Ouderkracht een interventie is die zich primair richt op de ouders, kan het voorkomen dat de jongere (13-21 jaar) ook aanwezig is bij (een aantal van) de bijeenkomsten. Afhankelijk van de vraag of het probleem van het gezin zal

aan het eind van de eerste bijeenkomst besproken worden wie er bij de volgende bijeenkomst(en) aanwezig zijn. Wanneer de Ouderkracht hulpverlener inschat dat een belangrijke bijdrage aan de verandering ligt in gerichte versterking van opvoedingsvaardigheden bij de ouders, zal hij voorstellen dat ouders (eerst een keer) alleen komen.

Tussen de bijeenkomsten heeft de hulpverlener steeds contact met de ouders om hun ervaringen te horen met het uitproberen van nieuwe vaardigheden. In Ouderkracht worden drie fasen onderscheiden:

- Startfase (1,5 bijeenkomst)
- Veranderingsfase (2 tot 2,5 bijeenkomst)
- Generalisatiefase (1 tot 1,5 bijeenkomst)

### Opbouw

Met uitzondering van de eerste bijeenkomst hebben de bijeenkomsten een vergelijkbare opbouw:

1. Start en agenda	5 min
2. Terugkijken op ervaringen en registratie	15 min
3. Oefenen vaardigheid	10 min
4. Overstap naar volgende vaardigheid / generalisatie	20 min
5. Voor thuis: uitproberen + registratie	5 min
6. Afsluiting	5 min

### Inhoud van de interventie

#### **Toeleiding**

Ouders komen bij Ouderkracht terecht door zich, al dan niet op advies van school, huisarts of andere ouders, te melden bij een CJG, wijkteam of sociaal team. Deze teams of de organisaties waar zij onderdeel van uitmaken, voeren de interventie zelf uit. In Drenthe (zie ook 2. *Locatie*) krijgen ouders ook Ouderkracht aangeboden als tijdens of na een interventie op een lichter niveau (één of twee korte gesprekken met een adviserend karakter, bijvoorbeeld bij de JGZ) blijkt dat ouders meer dan een advies nodig hebben om hun situatie te verbeteren. Werving gebeurt niet specifiek voor Ouderkracht; wervingsactiviteiten om ouders die kampen met opvoedingsvraagstukken en opvoedingsstress in contact te brengen met het CJG hebben wel een wervende werking voor Ouderkracht.

Bij ouders met een lichte verstandelijke beperking kan de aanmelding ook komen via MEE, die ouders reguliere begeleiding geeft.

Als een ouder zich meldt met een kind dat niet luistert, wordt eerst (via JGZ of huisarts) uitgesloten dat er sprake is van gehoorprobleem, alvorens het probleem binnen Ouderkracht wordt opgepakt als een gedragsprobleem. Hetzelfde geldt voor eetproblemen en problemen met zindelijkheid.

Vervolgens gaat de hulpverlener aan de slag met Ouderkracht.

In Ouderkracht worden drie fasen onderscheiden: de start, de verandering en de generalisatie.

### **Start**

De startfase omvat de eerste en (een deel van) de tweede bijeenkomst. In de startfase wordt nagegaan met welke vragen en problemen ouders kampen en wordt bepaald of de interventie een afdoende antwoord kan zijn op deze vragen en problemen. Gezamenlijk bepalen ouders en hulpverlener of de problemen enkelvoudig of duidelijk afgebakend zijn en in hoeverre er sprake is van een ingesleten patroon dan wel complicerende factoren die verandering bemoeilijken. Daarnaast bepalen ze of de werkwijze van Ouderkracht haalbaar is voor ouders. Wanneer ouders en hulpverlener inschatten dat dit haalbaar is voor ouders, gaat Ouderkracht 'officieel' van start en gaan ouders thuis aan de slag met analyseren en registreren van opgedane ervaringen aan de hand van opdrachten voor thuis.

Om te bepalen of Ouderkracht een geschikt aanbod is laat de Ouderkracht hulpverlener ouders tijdens het kennismakingsgesprek de Opvoedingspraktijkschaal (OPS) invullen. De OPS is specifiek ontwikkeld voor gebruik binnen een kortdurende interventie gericht op opvoedingsondersteuning. Met de lijst wordt in een paar minuten helder gemaakt hoeveel zorgen en belasting de ouder ervaart in de opvoeding van de kinderen en in hoeverre de ouder zich gesteund voelt. De vragen zijn een belangrijk hulpmiddel om bij de start en afronding van de interventie snel inzichtelijk te maken hoe de ouders de situatie ervaren en hier gericht over te kunnen praten.

Aan het begin van de tweede bijeenkomst wordt vastgesteld met welk haalbaar doel ouders aan de slag willen. Aan de hand van informatie over welke effectieve opvoedingsvaardigheden ouders kunnen inzetten om het gedrag dat zij als probleem ervaren om te buigen, kiezen ouders met welke vaardigheden zij aan de slag willen gaan.

### *Ouderkracht LVB*

Wanneer de hulpverlener vermoedens heeft van moeilijk leren bij de ouders, maar hierover geen informatie heeft, is hij gespitst op signalen die wijzen op een (lichte) cognitieve beperking. Er is een aantal praktische dingen die de hulpverlener kan doen om informatie te verzamelen over het niveau en een aantal indicatoren waar hij alert op kan zijn. Deze indicatoren blijken samen te hangen met intelligentie zoals gemeten met een IQ-test. Bij het in kaart brengen van deze informatie zorgt de hulpverlener ervoor dat hij dit verweeft in de bijeenkomst en niet als losse onderdelen gaat uitvragen.

De hulpverlener verzamelt informatie over het niveau van ouders door tijdens het startgesprek:

- te informeren naar contacten met andere (hulpverlenings)instanties
- te informeren naar de opleiding van ouders

- informatie te verzamelen over de sociale contacten van ouders
- ouders iets te laten schrijven
- het taalbegrip van ouders in kaart te brengen
- het gedrag van ouders te observeren.

Vergeleken met de reguliere variant wordt in Ouderkracht LVB een minder groot beroep gedaan op het analysevermogen van ouders (zo krijgen zij andere opdrachten voor thuis mee) en wordt relatief veel tijd besteed aan het werken met de digitale omgeving.

### **Verandering**

Halverwege de tweede bijeenkomst wordt er met de eerste vaardigheid geoefend en gaan ouders vervolgens thuis uitproberen welk effect dit heeft. In de tweede fase proberen ouders nieuwe vaardigheden uit, maken plannen hoe ze dit thuis gaan uitvoeren en houden de effecten bij (zie volgende paragraaf 'opvoedvaardigheden').

Om ouders de ondersteuning te bieden die zij nodig hebben om in korte tijd de gewenste verandering te creëren, heeft de hulpverlener verschillende technieken en hulpmiddelen tot zijn beschikking.

Allereerst gaat het om de techniek oefenen. Dit is de techniek voor het creëren van gedragsverandering. Keer op keer komt uit wetenschappelijk onderzoek dat het inzetten van deze techniek leidt tot langdurige veranderingen in het gedrag van ouders (en hun kinderen). Een tweede techniek waar de hulpverlener gebruik van maakt, is het oplossingsgericht bevragen en informatie geven. De derde techniek die tot de kern van deze interventie wordt gerekend is feedback geven. De hulpverlener empowert ouders door hen te bekrachtigen in hun investering in tijd en moeite, in het toepassen van effectieve elementen en in hun succes. Wanneer de hulpverlener een ouder wil corrigeren, kan hij ook gebruik maken van het geven van feedback.

### *Ouderkracht LVB*

De manier waarop aan verandering wordt gewerkt is hetzelfde als bij normaal begaafde ouders. Daarbij is het reëel te verwachten dat moeilijk lerende ouders in vijf bijeenkomsten minder stappen kunnen zetten dan ouders die makkelijker leren.

### **Opvoedvaardigheden**

Ouderkracht is gericht op het versterken van ouders in de toepassing van opvoedvaardigheden. Oefenen, inclusief het analyseren van de ervaringen die tijdens het oefenen worden opgedaan, is daarbij een steeds terugkerende activiteit. Voordat ouders thuis met een vaardigheid aan de slag gaan, wordt deze goed voorbereid. Wanneer ouders thuis ervaringen opdoen, houden zij deze bij op een registratieopdracht (opdracht voor thuis). Deze vormt de basis om in de volgende bijeenkomst successen te analyseren en problemen te tackelen. Vaardigheden van ouders worden in kaart gebracht en aan hiaten wordt gewerkt,

zodat de toepassing thuis systematischer en effectiever wordt. Hiermee wordt het concrete doel dat ouders aan het begin van Ouderkracht hebben gesteld, behaald.

Binnen Ouderkracht worden drie groepen van opvoedvaardigheden onderscheiden. Voor ouders van kinderen tussen 0-12 jaar betreft de eerste groep opvoedvaardigheden die de band tussen ouder en kind versterken, de tweede groep betreft opvoedvaardigheden die gewenst gedrag versterken (bekrachtigen) en de derde groep betreft opvoedvaardigheden waarmee gewenst gedrag wordt uitgelokt of ongewenst gedrag begrensd wordt. Ouders kiezen uit iedere groep minimaal één vaardigheid waar zij gericht mee aan de slag willen. Door de combinatie van investeren in positiviteit (algemeen), het gericht uitlokken van het gewenste gedrag en het gericht versterken van dat gedrag, ontstaat extra effectiviteit. De opvoedvaardigheden versterken elkaar en daardoor wordt het mogelijk in korte tijd veel verandering te creëren. Zeker wanneer ouders een vorm van grenzen stellen kiezen, kan dit alleen effectief ingezet worden als er ook (extra) wordt geïnvesteerd in positief contact en het gericht versterken van gewenst gedrag.

Overzicht van de 3 groep opvoedvaardigheden voor ouders van kinderen van 0-12 jaar

<b>Band versterken</b>	<b>Aanmoedigen</b>	<b>Duidelijk zijn</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interesse tonen</li> <li>• Tijd nemen voor je kind</li> <li>• Samen leuke dingen doen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Complimenten geven</li> <li>• Beloningskaart maken</li> <li>• Voordoelen en vertellen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regels stellen</li> <li>• Verwachtingen bespreken</li> <li>• Instructies geven</li> <li>• Apart zetten</li> <li>• Iets leuks wegnemen</li> <li>• Afleiden</li> <li>• Aandacht verleggen</li> </ul>

Welke opvoedvaardigheden ouders kiezen, hangt af van het gedrag dat zij als een probleem ervaren en welke opvoedvaardigheden zij al veel en vaardig benutten. Sommig ongewenst gedrag zal moeten worden gestopt en begrensd, terwijl bij ander ongewenst gedrag het volstaat om je als ouder te richten op het gewenste alternatief.

Voor ouders van jongeren van 13-21 jaar zijn de drie groepen opvoedvaardigheden net anders. Dit heeft te maken met vergroting van de leefwereld van het kind, de grotere cognitieve mogelijkheden van het kind en de veranderende verhoudingen (en communicatie) tussen ouder en kind. Ook bij kinderen in deze leeftijdsgroep kiezen ouders uit ieder groep minimaal één vaardigheid. Bij de keuze van de vaardigheden, spelen dezelfde overwegingen die hierboven genoemd zijn voor de leeftijdsgroep 0-12 jaar.

<b>Band versterken</b>	<b>Overleggen en afspraken maken</b>	<b>Zicht en toezicht houden</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interesse tonen</li> <li>• Er zijn voor je kind</li> <li>• Samen plezier hebben</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Je duidelijk uitspreken</li> <li>• Je verplaatsen in ander standpunt</li> <li>• Tot een compromis komen</li> <li>• Pauze inlassen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informatie verzamelen</li> <li>• Regels stellen</li> <li>• Verwachtingen bespreken</li> <li>• Gedrag aanleren en versterken</li> <li>• Grenzen stellen: privilege wegnemen</li> </ul>

### **Generalisatie**

Vervolgens komen ouders en hulpverlener mogelijk al in de vierde bijeenkomst op het punt dat het gestelde doel behaald is: de gewenste verandering is bewerkstelligd en de hulpverlener benut de rest van de vierde bijeenkomst om met ouders na te gaan hoe zij de effectieve vaardigheden ook na beëindiging van Ouderkracht vast kunnen houden en breder kunnen inzetten, bijvoorbeeld bij ander gedrag dat ouders willen aanpakken.

Vaker voorkomend is de situatie waarin het gestelde doel nog niet helemaal behaald is en ouders nog verder versterkt kunnen worden in de toepassing van de gekozen vaardigheden. Dan wordt de overstap naar generalisatie gemaakt in de vijfde bijeenkomst.

De interventie wordt afgesloten met het invullen van de OPS. De hulpverlener maakt de verandering zichtbaar door de antwoorden die ouders aan het eind geven af te zetten tegen hun antwoorden aan begin en ouders hierop te bevragen.

**Booster** (alleen voor moeilijk lerende ouders, dan wel ouders met een LVB)  
Na een aantal weken komen hulpverlener en ouders opnieuw bijeen voor een opfrismoment. Deze booster geeft ouders de kans om het geleerde weer op te halen en weer te ervaren hoeveel succes ze hiermee hadden. De herhaling en bekrachtiging van hun vaardigheden helpen om de vaardigheden nog meer een vast onderdeel te maken van de opvoeding. Hetzelfde wordt een aantal maanden later nog eens gedaan.

### **Telefoontje tussendoor**

Tussen de bijeenkomsten heeft de hulpverlener steeds telefonisch of per mail contact met de ouders. Dit contact is kort en doelgericht. De hulpverlener is benieuwd naar de (eerste) ervaringen van de ouders met het uitproberen van dat wat zij tijdens de bijeenkomst hebben gekozen. Het telefoontje werkt voor ouders als een reminder om met de (nieuwe) vaardigheden aan de slag te gaan,

en als extra mogelijkheid om uit te wisselen wat zij hierbij tegenkomen. Voor de hulpverlener geeft het informatie waarmee hij de volgende bijeenkomst beter kan voorbereiden, en een extra kans om ouders te ondersteunen bij het daadwerkelijk doorvoeren van veranderingen.

## 2. Uitvoering

### Materialen

Voor toeleiding tot Ouderkracht gebruikt men een stroomschema.

Bij de uitvoering van Ouderkracht maakt de hulpverlener gebruik van verschillende materialen:

- Methodiehandleiding voor Ouderkracht hulpverleners
- Digitale werkomgeving voor Ouderkracht hulpverleners
- DVD voor ouders

Aan het eind van de eerste bijeenkomst wordt een dvd meegegeven op basis waarvan ouders een analyse maken van hun eigen situatie. Met de verzamelde informatie wordt aan het begin van de tweede bijeenkomst vastgesteld of dit het doel is waar ouders mee aan de slag willen

- Digitale omgeving voor ouders  
Ieder gezin dat Ouderkracht ontvangt krijgt een eigen toegang tot deze digitale omgeving en ouders registreren hierin hun doelen, de voortgang hierop en hun ervaringen. Ook hebben ouders in deze omgeving toegang tot concrete informatie over effectieve aanpakken, in de vorm van brochures en in de vorm van instructiefilmpjes van effectieve vaardigheden. Na afronding van de interventie blijven ouders toegang houden tot de digitale omgeving, waardoor ze de informatie opnieuw kunnen raadplegen op het moment dat ze voor een nieuw vraagstuk of probleem komen te staan.
- Werkboek / opdrachten voor thuis voor ouders

### Locatie en type organisatie

Ouderkracht wordt uitgevoerd vanuit organisaties voor jeugd en welzijn. De bijeenkomsten kunnen zowel bij de organisatie plaatsvinden als bij ouders thuis.

In Drenthe maakt de interventie Ouderkracht onderdeel uit van Positief Opgroeien Drenthe, een samenhangend aanbod aan informatie en hulp op het gebied van opgroeien en opvoeden, waarbij ouders gemakkelijk toegang kunnen krijgen tot de beste passende hulp. Dit aanbod wordt uitgevoerd door de samenwerkende organisaties voor jeugd en welzijn in Drenthe. Het geeft de unieke mogelijkheid om laagdrempelig hulp te vragen en daarbij direct die hoeveelheid hulp te ontvangen die past bij de situatie en vraag van een gezin. Praktische belemmeringen (zoals doorverwijzingen, wachtlijsten en indicaties) spelen hierbij geen rol, omdat de samenwerkingspartners elkaar erbij vragen en er zonder tijdsverlies wordt toe geleid naar de meest passende interventie. De interventies op de verschillende niveaus sluiten bij elkaar aan, in die zin dat zij een gezamenlijke effectieve basis hebben en een eenduidige visie op ouders, kinderen en hun krachten.



## Opleiding en competenties van de uitvoerders

### Ouderkracht hulpverlener

Om deel te kunnen nemen aan training voor Ouderkracht hulpverlener beschikt de deelnemer over:

- Minimaal HBO niveau, aangetoond met een relevante HBO opleiding.
- Minimaal drie jaren ervaring in het werken met gezinnen met kinderen.
- Bij voorkeur opgeleid in een Parent Management training zoals PMTO.

De basistraining bestaat uit een training van twee dagen voor het werken met gezinnen met kinderen en jongeren, op basis van de uitgangspunten van Ouderkracht voor één doelgroep. Voor het uitvoeren van Ouderkracht voor alle doelgroepen bestaat de basistraining uit drie dagen.

Voor de start van de basistraining wordt een deel van het theoretische kader beschikbaar gesteld via de digitale werkomgeving. Deze theorie wordt verondersteld bekend te zijn bij de deelnemer bij de start van de training. Toetsing vindt voorafgaand aan de training plaats binnen de digitale werkomgeving.

De deelnemer ontvangt bij het halen van de toets én het voldoen aan deelnamevereisten het certificaat van de basistraining. Hiermee is de deelnemer voor één jaar geaccrediteerd.

### **Ouderkracht opleider**

Om deel te kunnen nemen aan de train de trainer training voor Ouderkracht beschikt de deelnemer over:

- Minimaal HBO niveau, aangetoond met een relevante HBO opleiding.
- Minimaal drie jaren ervaring in het werken met gezinnen met kinderen.
- Bij voorkeur opgeleid in een Parent Management training zoals PMTO.
- Bij voorkeur ervaring met het trainen van groepen professionals.
- Met goed gevolg hebben doorlopen van de training Ouderkracht voor hulpverleners.

De basistraining bestaat uit vijf dagen en eenmalig de training geven met een ervaren trainer als co-trainer van Ouderkracht.

De deelnemer bereidt zich voor op de training door de methodiekhandleiding door te nemen die beschikbaar wordt gesteld binnen de werkomgeving en de instaptoets te maken die is opgenomen in dezelfde omgeving. De training wordt afgesloten met een toets en de uitgevoerde training wordt geëvalueerd aan de hand van de evaluaties van deelnemers en co-trainer. Bij goed gevolg heeft de trainer een jaar lang de bevoegdheid om de training Ouderkracht uit te voeren.

## Kwaliteitsbewaking

Belangrijke onderdelen binnen de kwaliteitsbewaking zijn het deelnemen aan supervisie en de jaarlijkse bijscholing (methodiekbooster).

### Ouderkracht hulpverlener

Om de accreditatie te behouden om Ouderkracht hulpverlener te zijn is de hulpverlener verplicht te voldoen aan een aantal kwaliteitscriteria:

- De hulpverlener voert minimaal drie Ouderkracht trajecten per jaar uit.
- Om de methodiek uit te kunnen blijven voeren is de deelnemer verplicht een methodiekbooster op basis van de laatste stand van de praktijk en de wetenschap te volgen (eens per jaar, vier uur). Bij het vormgeven van deze boosters wordt ook de informatie uit de werkomgeving benut over het uitvoeren van Ouderkracht in de praktijk.
- Naast de booster vindt ook supervisie plaats in professionele leergemeenschappen, waarbij hulpverleners blijvend worden begeleid op het methodisch uitvoeren van de interventie.

### Ouderkracht opleider

Om de accreditatie te behouden om opleider van Ouderkracht te zijn is de trainer verplicht te voldoen aan een aantal kwaliteitscriteria:

- De trainer voert minimaal twee keer per jaar een Ouderkracht training (of booster) uit.
- De beoordeling van de kwaliteit van de training wordt door deelnemers gemiddeld met een 'goed' beoordeeld.
- De trainer woont eens per jaar een train de trainer trainingsdag bij op basis van de doorontwikkeling op basis van de ervaringen met de methodiek en de training, de laatste stand van zaken van de praktijk en de wetenschap.

Bij het voldoen aan de accreditatievereisten wordt telkens de accreditatie om de Ouderkracht training te geven met een jaar verlengd.

## Randvoorwaarden

Voor een goede uitvoering van Ouderkracht zijn enkele organisatorische randvoorwaarden bij de instelling noodzakelijk. Vanzelfsprekend moeten de Ouderkracht hulpverleners beschikken over de juiste competenties en de Ouderkracht training hebben gevolgd. Voor de Ouderkracht training moeten de deelnemers door de organisatie gefaciliteerd worden.

Voor de uitvoering van de interventie dient een kamer die ruimte biedt om te oefenen voorhanden te zijn. Ook dient een hulpverlener over een flap-over of white board te beschikken. Als laatste dient de digitale werkomgeving voor hulpverleners en de digitale omgeving voor ouders beschikbaar te zijn.

## Implementatie

Het systeem voor implementatie omvat de scholing van hulpverleners, inclusief het leren werken met de digitale omgeving, het benoemen van een aandachtsfunctionaris (kartrekker) binnen de organisatie, het periodiek terugkoppelen van de uitvoeringsgegevens uit de digitale omgeving aan de aandachtsfunctionaris en het jaarlijks geven van een methodiekbooster aan de uitvoerders.

## Kosten

<b>Training en kwaliteitsbewaking voor Ouderkracht hulpverleners</b>	<b>Aantal</b>	<b>Duur</b>	<b>Totaal</b>
Vorbereiding training Ouderkracht hulpverlener (eenmalig)	Eenmalig	60 min	60 min
Training Ouderkracht hulpverlener voor één doelgroep (eenmalig)	2 daagse	8 uur	16 uur
Training Ouderkracht hulpverlener voor alle doelgroepen (eenmalig)	3 daagse	8 uur	24 uur
Methodiekbooster (jaarlijks)	½ dag	4 uur	4 uur

<b>Training en kwaliteitsbewaking voor Ouderkracht opleiders</b>	<b>Aantal</b>	<b>Duur</b>	<b>Totaal</b>
Vorbereiding toets Ouderkracht opleider (eenmalig)	Eenmalig	60 min	60 min
Training deelnemen Ouderkracht opleider (eenmalig)	5 daagse	8 uur	40 uur
Training aan Ouderkracht hulpverleners geven (eenmalig)	3 daagse	8 uur	24 uur
Afsluitende toets (eenmalig)	Eenmalig	60 min	60 min
Train de trainersdag (jaarlijks)	½ dag	4 uur	4 uur

<b>Uitvoering interventie</b>	<b>Aantal</b>	<b>Duur</b>	<b>Totaal</b>
Inlezen dossier / verwijsbrief	Eenmalig	15 min	15 min
Directe contacten met ouders	5 bijeenkomsten	1 uur	5 uur
Vorbereiding contacten met ouders	5 bijeenkomsten	15 min	1 uur, 15 min
Telefonisch contact tussendoor	4 keer	15 min	1 uur
<b>Totaal</b>			<b>7,5 uur</b>

<b>Uitvoering interventie</b>	<b>Aantal</b>	<b>Duur</b>	<b>Totaal</b>
(voor moeilijk lerende ouders)			
Inlezen dossier / verwijsbrief	Eenmalig	15 min	15 min
Directe contacten met ouders	5 bijeenkomsten	1 uur	5 uur
Vorbereiding contacten met ouders	5 bijeenkomsten	15 min	1 uur, 15 min
Telefonisch contact tussendoor	4 keer	15 min	1 uur
Boosters	2 keer	1 uur	2 uur
Vorbereiding boosters	2 keer	15 min	30 min
<b>Totaal</b>			<b>10 uur</b>

### 3. Onderbouwing

#### Probleem

Ouderkracht is ontwikkeld voor ouders die kampen met opvoedingsstress omdat zij gedrag bij hun kind zien dat zij als storend ervaren of waar ze zich zorgen om maken en het hen niet lukt om dit gedrag positief te beïnvloeden (bij te sturen). Juist omdat het hen op andere momenten wel lukt om het gedrag van hun kind te beïnvloeden, roept dit probleem ongeduld, conflict en stress op.

Ruim een kwart (26%) van ouders van kinderen van 0 tot 18 jaar heeft zich weleens zorgen gemaakt over de opvoeding, het gedrag of de ontwikkeling van hun kinderen. Dit blijkt uit het onderzoek Jeugd en Opgroeien (OJO) waarbij ruim 25.000 ouders gevraagd zijn vragen te beantwoorden over mogelijke kind- en opvoedproblemen. Hierbij is onderscheid gemaakt tussen opvoedingscompetentie en problemen in de ouder-kindinteractie. Bijna 17% van de ouders voelt zich incompetent als opvoeder en 12% is ontevreden over de relatie met hun kind (Bot e.a., 2013). Hier zitten de ouders tussen waar Ouderkracht zich op richt. Om het probleem dat zij ervaren het hoofd te bieden is er meer nodig dan een luisterend oor en een goed advies.

Kijkend naar de 'problematiek' waar ouders zich mee tot de hulpverlening wenden, dan gaat het om (JSO, 2011):

- Ouders van 0- en 1-jarigen: ouderlijke onzekerheid, slaapproblemen en koppig/dwars/opstandig gedrag.
- Ouders van 2- en 3-jarigen: ouderlijke onzekerheid, bezorgdheid om de ontwikkeling van het kind, straf geven/grenzen stellen.
- Ouders van 4- en 5-jarigen: ouderlijke onzekerheid, straf geven/grenzen stellen, niet luisteren/ongehoorzaamheid.
- Ouders van kinderen in de basisschoolleeftijd (6 - 11 jaar): ouderlijke onzekerheid, sociale vaardigheden, omgaan met emoties.
- Ouders van pubers (12 - 19 jaar): puberteitsconflicten, ouderlijke onzekerheid, straf geven/grenzen stellen.

Wanneer de opvoedingsstress niet vermindert en het ongewenste gedrag niet afneemt, is het risico aanwezig dat ouder en kind in een negatief interactiepatroon terechtkomen (het patroon van wederzijds afdwingen, zoals beschreven door Patterson, 1982). De opvoedingsstress en gevoelens van machteloosheid ('ik heb geen invloed op mijn kind') nemen toe en ouders gaan steeds minder opvoedingsvaardigheden inzetten (Neece, Green & Baker, 2012). Hierdoor verbreedt het probleemgedrag zich naar andere momenten en soms ook naar ander gedrag. Zo wordt niet luisteren bij het naar bed gaan op een gegeven moment niet luisteren bij alle routines die onderdelen bevatten waar een kind moeite voor moet doen of geen zin in heeft. Ook ontstaat het risico dat

problematisch gedrag dat in eerste instantie binnen de range van de normale ontwikkeling viel, hardnekkig probleemgedrag wordt.

Er zijn geen gegevens bekend over bij welk % gezinnen dit gebeurt. Wel weten we dat de beleving van de opvoeding door ouders een belangrijke voorspeller vormt van opvoedgedrag. Een minder positieve beleving van opvoeding kan leiden tot risicovol opvoedgedrag (Rispen, Hermanns & Meeuws, 1996). Ook weten we dat internationaal longitudinaal onderzoek laat zien dat ernstige gedragsproblemen op latere leeftijd samenhangen met mild probleemgedrag op jonge leeftijd (Moffitt e.a, 1996; Reid, Patterson & Snyder, 2002, Loeber e.a., 2013). Preventief ingrijpen wordt op basis van deze kennis nadrukkelijk gepropageerd.

Het bovenstaande geldt zowel voor ouders die makkelijk leren als voor ouders die moeilijk leren en/of een lichte verstandelijke beperking hebben. In Nederland zijn er ongeveer 110.000 personen met een lichte verstandelijke beperking ( $50 < IQ < 70$ ), de specifieke aantallen voor ouders met een LVB zijn onbekend. Daarbij is opvallend dat het aantal mensen met een zorgvraag en een lichte verstandelijke beperking fors is toegenomen van 22.000 in 1998 naar 108.000 in 2011 (SCP). Er is grote variatie in opvoedvaardigheden en leefomstandigheden van ouders met een lichte verstandelijke beperking. Niet alle ouders met een lichte verstandelijke beperking ervaren problemen met het opvoeden van hun kinderen; een deel van deze ouders functioneert prima en heeft geen behoefte aan professionele ondersteuning. Toch is er bij een groot deel van deze gezinnen sprake van beperkingen in opvoedvaardigheden (Wade et al., 2008).

## Oorzaken

De overgrote meerderheid van de ouders heeft geregeld vragen over zaken omtrent de opvoeding (het Opvoed- en Opgroei-onderzoek, 2014). Slechts een klein deel kampt met zodanige opvoedingsstress en/of problemen dat zij professionele hulp nodig heeft om deze te verminderen. Op het ontstaan van opvoedingsstress zijn ouder-, kind- en omgevingskenmerken van invloed (Deater-Deckard, 2004). Vaak speelt bij het ontstaan van opvoedingsstress een belangrijke rol dat een kind in een nieuwe levensfase komt en de ouder daarmee ook. Taken en vaardigheden zijn uit balans (Slot & Spanjaard, 1996).

Ouders van jonge kinderen worden geconfronteerd met heel veel nieuwe taken: het zorg dragen voor een baby, het afstemmen van eigen ideeën over de verzorging en opvoeding met de ideeën van de partner, het combineren van werk en zorg, het omgaan met de schaarse vrije tijd. Deze hoeveelheid aan nieuwe taken in combinatie met de verantwoordelijkheid voor een nieuw leven creëert vaak de nodige stress (Doreleijers, 2005).

Daar waar ouders van jonge kinderen worden geconfronteerd met (het moeten combineren van) heel veel nieuwe taken, hebben ouders van adolescenten te maken met een fase waarin 'zekerheden' ineens minder zeker worden: hun kind gaat zich anders gedragen dan zij gewend zijn, ze krijgen zelf te maken met

biologische veranderingen zoals de menopauze, op het werk worden ze voorbijgestreefd door jongere collega's of zijn ze doorgroeid naar een functie waarin ze taken uitvoeren die hen minder liggen, en opeens worden ze geconfronteerd met (schoon)ouders die hun zorg nodig hebben.

Kijkend naar de ontwikkeling van een ingesleten, negatief interactiepatroon tussen ouder en kind (Patterson, 2005), dan worden zowel kindfactoren genoemd, zoals temperament (Matthys, 2011), als gezins- en interactiefactoren (Reid, Patterson & Snyder, 2002), zoals persoonlijkheidskenmerken van de ouders, de mate waarin zij elkaar steunen, beperkte opvoedingsvaardigheden en de materiële omstandigheden. Ook wordt gewezen op de wisselwerking tussen opvoedingsstress en negatieve interactie: negatieve interacties leiden tot opvoedingsstress en deze stress leidt tot meer negatieve interacties, en dit verhoogt het risico op het ontstaan van een patroon (Neece, Green & Baker, 2012).

### Aan te pakken factoren

De operante leertheorie (en meer specifiek het Social Interaction Learning Model (SIL model)) geeft niet alleen een verklaring voor het ontstaan van probleemgedrag, maar geeft ook richting aan welke opvoedingsvaardigheden ouders nodig hebben om het gedrag van hun kinderen effectief te sturen.

Tijdens Ouderkracht leren ouders specifieke opvoedingsvaardigheden om gewenst gedrag van hun kind te versterken en ongewenst gedrag van hun kind systematisch om te buigen (subdoel 1). Door deze meer effectieve manieren omgaan met het specifieke gedrag dat ouders als een probleem ervaren, lukt het ouders dit gedrag positief te beïnvloeden. Hierdoor ervaren ouders succes, neemt hun gevoel van invloed toe en de opvoedingsstress neemt af (subdoel 2). Er zijn minder conflicten, doordat ouders effectievere manieren hebben om het ervaren probleem om te gaan (subdoel 3). Dit geeft hen voldoende in handen om het succes ook na Ouderkracht vast te houden (subdoel 4) en te verbreden naar toekomstige opvoedingsvraagstukken (subdoel 2). Ouders worden dus versterkt in hun opvoedingsvaardigheden en hun opvoedingsstress vermindert (hoofddoel).

### Verantwoording

Ouderkracht is een **mediatietraining** waarbij ouders worden versterkt in vaardigheden om het gedrag van het kind te veranderen. Om ouders de ondersteuning te bieden die zij nodig hebben om in korte tijd de gewenste verandering te creëren, heeft de hulpverlener verschillende technieken en hulpmiddelen tot zijn beschikking. De kerntechnieken van Ouderkracht zijn oefenen, oplossingsgericht bevragen en feedback geven. Het leereffect wordt ondersteund door het gebruik van een digitale omgeving. Tijdens Ouderkracht oefenen ouders met **effectieve opvoedingsvaardigheden**, ten opzichte van het specifieke probleemgedrag van het kind met als beoogde resultaten: ouders zijn in staat om gedrag dat zij meer willen zien te stimuleren en wat zij minder

willen zien om te buigen, **ouders en kind hebben beter contact** met elkaar en ouders hebben voldoende in handen om het bereikte **succes te handhaven**.

### **Mediatietraining**

Het SIL-model (Patterson, 2005; Patterson, Forgatch & DeGarmo, 2010) en het wetenschappelijk onderzoek naar dit model vormen de onderbouwing voor de keuze om binnen Ouderkracht te werken met ouders in plaats van direct met de kinderen. Niet alleen geeft het een verklaring voor het ontstaan van probleemgedrag (zoals eerder beschreven), maar ook geeft het richting aan welke opvoedingsvaardigheden ouders nodig hebben om het gedrag van hun kinderen effectief te sturen. Dit model veronderstelt dat het adaptief functioneren van het kind direct wordt beïnvloed door het gedrag van de ouders en dat ouders ook een mediërende invloed hebben op andere risicofactoren (zoals ingrijpende veranderingen, trauma, stress, middelengebruik) die het kind en het gezin beïnvloeden. De negatieve invloed van risicofactoren op het adaptief functioneren van het kind kan teniet worden gedaan door 'effectief opvoedingsgedrag' van ouders. Dit 'effectieve opvoedingsgedrag' is wat de Ouderkracht hulpverlener bij ouders versterkt.

### **Kortdurend**

In vijf bijeenkomsten (met twee boosters) wordt met ouders gewerkt aan effectief opvoedingsgedrag. In Noorwegen is onderzoek gedaan naar een kortdurende interventie genaamd BPT (Brief Parent Training). BPT is een interventie van drie tot vijf bijeenkomsten, opgezet vanuit hetzelfde theoretisch kader, die zich richt op ouders van kinderen van 3 t/m 12 jaar die kampen met opvoedingsvragen en -problemen. Uit onderzoek blijkt dat met behulp van deze interventie opvoedvaardigheden bij ouders toenemen en probleemgedrag bij kinderen afneemt (Kjøbli & Bjørnebekk, 2013). In een systematische review van acht studies vonden Tully en Hunt (2016) eveneens middelgrote tot grote effectgroottes voor korte opvoedinterventies (< acht sessies) op vermindering van probleemgedrag bij kinderen.

### **Kerntechnieken**

#### *Oefenen*

Het 'effectief opvoedingsgedrag' wordt ouders stapsgewijs aangeleerd via rollenspel. In een rollenspel zitten verschillende manieren waarop mensen nieuw gedrag leren: door het zien van een model, door de effecten van het gedrag te ervaren (eerst in de rol van kind, daarna in de rol van ouder), door het gedrag te analyseren (cognitieve verwerking, zelf ontdekken wat precies effectief is), door het gedrag uit te proberen (oefenen) en te verbeteren aan de hand van feedback (Forgatch, Bullock & Patterson, 2004). Zo maken ouders zich de procedures voldoende eigen om deze direct met succes thuis in te zetten. Dit geldt voor alle vaardigheden die ouders leren toepassen: de kans op succes wordt geoptimaliseerd.



### *Oplossingsgericht bevragen*

Uitgangspunt bij het oplossingsgericht werken is dat een therapeut gezinsleden alleen kan helpen door eigen steunbronnen te gebruiken waardoor ze in staat zijn op hun eigen manier hun problemen op te lossen. De cliënt is hierdoor expert van zijn eigen behandeling. Een goed voorbeeld dat de oplossingsgerichte denkwijze illustreert, is de manier waarop wordt aangekeken tegen het feit dat ouders vaak bij de intake of eerste sessie al een verbetering melden van hun situatie vanaf het moment dat ze besloten hulp te zoeken of er met hulpverlening een eerste afspraak stond ingepland. Oplossingsgerichte hulpverleners zullen de kans benutten om hier expliciet aandacht aan te besteden en elke verandering uit te vergroten. Onder andere door de ouder gericht te bevragen over hoe, wie of wat ervoor heeft gezorgd dat de eerste stap in de juiste richting al is gezet. Dit kan ertoe leiden dat gezinsleden ontdekken wat ze zelf kunnen doen om snel verandering, hoe klein ook, op gang te brengen. Dit werkt (zelf)versterkend en een ouder zal deze verandering doorzetten. Binnen Ouderkracht wordt een breed scala aan oplossingsgerichte vraagtechnieken benut door de hulpverleners. Deze geven de gerichtheid op verandering en succes meer concrete handen en voeten. Ook dragen ze bij aan het hoopvolle, luchtige leerklimaat dat een hulpverlener creëert om goed te kunnen werken (Berg, 2000; Hove Le Fevere de Ten, 2009).

### *Feedback geven*

Het geven van feedback is een krachtig instrument voor de hulpverlener. Wanneer feedback op een goede manier wordt gegeven, weet de ouder precies over welk gedrag het gaat en wat de hulpverlener hiervan vindt. Het is dus een bron van informatie, zeker als de hulpverlener ook nog de verbinding maakt met de effecten van het gedrag.

Daarnaast is feedback ook een bron van bekrachtiging. Het versterkt het gedrag van ouders, omdat iets waar op een positieve manier aandacht op wordt gevestigd, vaker zal terugkomen. En het versterkt het gedrag van ouders, omdat de positieve aandacht hun zelfvertrouwen vergroot. Tot slot versterkt positieve feedback de werksfeer en werkrelatie tussen ouders en hulpverlener. Veel aandacht voor wat ouders goed doen, geeft energie en tevens ontstaat zo ruimte om ook suggesties te doen ter verbetering (De Groot, 2004).

### **Digitale omgeving**

De digitale omgeving biedt ouders de mogelijkheid om hun doelen en voortgang hierop te registreren. Daarnaast biedt de digitale omgeving toegang tot brochures en instructiefilmpjes van effectieve vaardigheden. Het gebruik van een digitale omgeving ondersteunt ouders gedurende de week om de geleerde vaardigheden in de praktijk toe te passen en biedt de mogelijkheid tot herhaalde instructie. Digitale ondersteuning over opvoeding heeft een positieve invloed op opvoedingsstress en kennis bij ouders (Nieuwboer, Fukkink & Hermanns, 2013).

## **Effectieve opvoedingsvaardigheden**

De kern van Ouderkracht is dat de opvoedingsstress bij ouders gaat verminderen doordat zij meer grip gaan ervaren op het specifieke gedrag van hun kind dat zij als probleem ervaren en dat ze eerder niet goed konden ombuigen. Ouders worden getraind in een combinatie van opvoedingsvaardigheden, die in gezamenlijk effectiever zijn dan los (Eisenstadt e.a., 1993; Thijssen e.a., 2017). Ouders worden getraind in het geven van duidelijke boodschappen aan het kind. Hiermee is de kans groter dat het kind doet wat de ouder zegt. Het vertonen van gewenst gedrag door het kind stimuleert de ouder om dit aan te moedigen. Door het gericht stimuleren van het gedrag van het kind door aanmoediging, krijgen kinderen thuis vaker signalen dat ze iets goed doen en gewaardeerd worden. In een klimaat waarin gewenst gedrag wordt aangemoedigd kunnen ook effectief grenzen worden gesteld aan ongewenst gedrag. Het systematisch toepassen van effectief opvoedingsgedrag hangt samen met een afname in negatieve interacties tussen ouder en kind (DeGarmo & Forgatch, 2005; Bullard e.a., 2010). Het lukt de ouder om uit het negatieve interactiepatroon te blijven, doordat zij sterker worden in en meer bekrachtigd worden door het toepassen van de effectieve vaardigheden. Door de afname van negatieve interactiemomenten tussen ouder en kind zijn er minder conflicten en is het gezelliger in huis waardoor het contact tussen ouder en kind positiever wordt.

## **Handhaven van succes**

Met oefening in de bijeenkomsten en gerichte opdrachten voor thuis wordt daadwerkelijke toepassing thuis gestimuleerd. De Ouderkracht hulpverlener stimuleert ouders ook gedurende de week om de effectieve opvoedingsvaardigheden thuis te gaan toepassen door tussentijds telefonisch contact of door het sturen van een bericht of WhatsApp. Bij het terugkijken op hun positieve ervaringen thuis licht de hulpverlener deze ervaringen eruit en benadrukt de invloed die ouders op het gedrag van hun kind hebben. Dit vergroot het vertrouwen van ouders en vergroot de kans dat ouders de vaardigheid vaker gaan toepassen. Daarnaast richt de hulpverlener zich op het verder versterken van het effect van de vaardigheid door in te zoomen op momenten die lastig waren en de vaardigheid meer effect had kunnen hebben, na te gaan wat ervoor nodig is om het toepassen van de vaardigheid vol te houden en te zoeken naar momenten en situaties waarin deze vaardigheid ook effectief kan

Na een aantal weken komen moeilijk lerende of ouders met een lichte verstandelijke beperking wederom met de Ouderkracht hulpverlener bijeen voor een opfrismoment. Deze booster geeft ouders de kans om het geleerde weer op te halen en opnieuw te ervaren hoeveel succes ze hiermee hadden. Hetzelfde wordt een aantal maanden later nog eens gedaan. Dan hebben zich inmiddels vaak andere situaties voorgedaan, zodat het zinvol is de vaardigheden ook voor die situaties te oefenen. De herhaling en bekrachtiging van hun vaardigheden, helpen om de vaardigheden nog meer een vast onderdeel te maken van de opvoeding van ouders (De Wit, Moonen & Douma, 2011). De inzet van

Ouderkracht bij ouders met een lichte verstandelijke beperking is niet een losstaande interventie, deze gaat altijd samen met structurele begeleiding vanuit MEE. Wanneer Ouderkracht niet voldoende geacht wordt zal tussentijds worden opgeschaald naar een zwaardere interventie.

## 4. Onderzoek

### 4.1 Onderzoek naar de uitvoering

Doordat de interventie in 2014 is ontwikkeld en in het najaar van 2014 in een pilot de eerste hulpverleners zijn opgeleid, is het onderzoek naar de praktijkervaringen nog maar beperkt.

a) Ouderkracht interventieniveau 3, Resultaten ouderkracht, Pionn, april 2016.

b) Sinds 2014 zijn 255 hulpverleners in Ouderkracht getraind, waarvan er aan het eind van 2015 86 één of meer Ouderkracht-trajecten hebben uitgevoerd en deze ook hebben vastgelegd in de digitale omgeving. In totaal zijn in 2015 214 Ouderkracht-trajecten vastgelegd in de digitale omgeving. Van 192 ouders is een startmeting gerapporteerd (89,7%) en bij 55 trajecten (25,7%) is digitaal de OPS zowel bij de start als de afsluiting door ouders ingevuld.

c) Opvoeders ervaren bij de start van Ouderkracht gemiddeld genomen de meeste problemen op het gebied van gedrag, opvoeding, rust en ontspanning en geduld bij het contact met de kinderen. Opvoeders ervaren gemiddeld genomen minder zorgen over de veiligheid en de opvoedingsaanpak tussen partners bij de start van Ouderkracht. De resultaten zijn in overeenstemming met het beeld dat Ouderkracht voornamelijk wordt ingezet voor beginnende opvoedproblemen of voor zorgen over de ontwikkeling van het kind.

Bij afsluiting van Ouderkracht is ook een OPS afgenomen bij opvoeders. Met behulp van de start- en eindmeting op de OPS kan een beeld worden verkregen of de ondersteuning betekenisvol is geweest. Bij 55 opvoeders is zowel een start- en een eindmeting ingevuld. Uit de resultaten blijkt dat opvoeders een significante positieve verandering ervaren bij afsluiting van Ouderkracht op de problemen die bij aanvang ook meer aanwezig waren, en die consistent zijn bij de doelgroep voor Ouderkracht. Te weten:

- ervaren gedragsproblemen,
- zorgen over ontwikkeling,
- ervaren opvoedingsproblemen,
- ervaren steun van anderen bij opvoeding
- rust en ontspanning,
- geduld bij contact kind.

Bij de afronding van Ouderkracht is de mate van tevredenheid bij ouders gemeten aan de hand van twee vragen: 'de hulp heeft goed geholpen, ik kan zelf verder' en 'ik zou deze hulp aan anderen aanraden'. De gemiddelde score die de ouders voor beide vragen geven is een 8.1.

## **4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten**

Doordat de interventie in 2014 is ontwikkeld en in het najaar van 2014 in een pilot de eerste hulpverleners zijn opgeleid, is er nog geen onderzoek naar effectiviteit uitgevoerd, m.u.v. de pre-postmaten die bij een Ouderkracht traject worden verzameld. In 2015 is dit voor 55 van de 214 uitgevoerde trajecten digitaal gedaan bij zowel start als afsluiting (zie boven).

## 5. Samenvatting Werkzame elementen

Naar de vraag 'wat kenmerkt interventies en hulpvormen waarmee goede effecten worden bereikt bij kinderen, jongeren en ouders?' is veel onderzoek gedaan. Hieruit komt steeds weer eenzelfde beeld naar voren. Dit beeld is verwerkt in tien 'algemeen werkzame factoren' (De Lange e.a., 2013). Dit zijn factoren die los van doelgroep en context de effectiviteit van hulpverlening vergroten. Deze factoren vormen de basis waarop Ouderkracht is ontwikkeld.

- Er is een heldere theoretische onderbouwing en deze is gebaseerd op kennis uit goed uitgevoerd wetenschappelijk onderzoek. Hierin wordt onderbouwd waarom binnen Ouderkracht met de ouders wordt gewerkt en niet met de kinderen zelf. Voor de meest voorkomende problemen waar ouders zich bij Ouderkracht mee aanmelden zijn de (te veranderen) risicofactoren en beschermende factoren benoemd.
- De intensiteit van de interventie is afgestemd op de omvang en ernst van de problemen en op het risico op verergering van de problemen. Voor Ouderkracht betekent dit dat er samen met de ouders goed gekeken wordt of de omvang en ernst van de problemen en het risico op verergering (nog) zo beperkt zijn dat verwacht mag worden dat de problemen met een kleine interventie succesvol omgebogen worden.
- De interventie is gericht te op de dynamische risicofactoren die bij het kind of de jongere de problemen veroorzaken en sluit aan bij de wijze waarop ouders, kinderen en jongeren zelf hun problemen ervaren. Voor Ouderkracht betekent dit dat de interventie zich richt op het probleem waarmee ouders zich aanmelden en dat gewerkt wordt aan factoren die in beperkte tijd te veranderen zijn. Dit zijn in het bijzonder de opvoedingsvaardigheden van de ouders.
- De interventie sluit aan bij de kenmerken van de cliënten: Zowel op de manier waarop ze leren als bij de gemeenschap en cultuur van het gezin. Voor Ouderkracht betekent dit dat relevante informatie en te versterken vaardigheden op verschillende manieren worden aangeboden aan ouders en dat de hulpverlener goed oplet waar de ouders het meeste van oppikken. Voor moeilijke lerende of LVB ouders is er een aangepast programma waarbij er in twee extra bijeenkomsten meer gericht wordt op generalisatie.
- De interventies wordt uitgevoerd door goed getraind personeel. Bij het uitvoeren van Ouderkracht worden hulpverleners goed opgeleid en blijvend begeleid op het methodisch uitvoeren van de interventie.
- Er is aandacht voor de behandelintegriteit. Binnen Ouderkracht is hier aandacht voor via de digitale leeromgeving en binnen de methodische werkbegeleiding in de professionele leergemeenschappen (supervisie in teamverband). Deze gebeurt op basis van beelden van het handelen van de hulpverleners. Deze op observatie gebaseerde begeleidingswijze heeft een sterk positieve invloed op de integriteit van de uitvoering.

- Er wordt gewerkt aan motivatie door middel van empowerment. Voor Ouderkracht geldt dat de aanpak volledig gericht is op het heden en op de versterking van de invloed van ouders, in het bijzonder door het werken vanuit het oplossingsgerichte kader.
- De interventie is helder opgebouwd, waarin gewerkt wordt aan overeengekomen concrete doelen. De Ouderkracht opzet voldoet hier volledig aan: realistische, helder geformuleerde en toekomstgerichte doelen.
- Er is een heldere procedure voor de behandelpanning en het raadplegen van de jeugdige en diens ouders bij het opstellen van de plannen van belang. De planning is binnen Ouderkracht vanaf de start helder, en het werken met vragenlijsten en registratieformulieren helpt om gezamenlijk de voortgang te zien en beoordelen.
- Er wordt concreet aan een goede samenwerkingsrelatie tussen de cliënt en de hulpverlener gewerkt. Binnen Ouderkracht wordt dit gezien als iets waar hulpverleners gericht aan werken en op worden begeleid in de professionele leergemeenschappen.

## 5. Aangehaalde literatuur

Albrecht, G. (2014). *Ouderkracht 0-12*. Papenvoort: Yorneo.

Albrecht, G. (2014). *Ouderkracht 13-21*. Papenvoort: Yorneo.

Albrecht, G. (2014). *Ouderkracht 0-12 LVB*. Papenvoort: Yorneo.

Albrecht, G. (2014). *Ouderkracht 13-21 LVB*. Papenvoort: Yorneo.

Berg, I.K. (2000). *Ik wil mijn kind niet kwijt: Samenwerken met ouders onder dwang van de kindbescherming*. Praktische richtlijn voor de hulpverlening. Haarlem: De Toorts.

Bot, S., Roos, S. de, Sadiraj, K, e.a. (2013). *Terecht in jeugdzorg: voorspellers van kind- en opvoedproblematiek en jeugdzorggebruik*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP).

Bullard, L., Wachlarowicz, M., DeLeeuw, J., Snyder, J., Low, S., Forgatch, M., & DeGarmo, D. (2010). Effects of the Oregon model of parent management training (PMTO) on marital adjustment in new stepfamilies: A randomized trial. *Journal of Family Psychology, 24*, 485-496.

Deater-Deckard, K. (2004). *Parenting stress*. New Haven, CT: Yale University Press.

DeGarmo, D.S. & Forgatch, M.S. (2005). Early development of delinquency within divorced families: evaluating a randomized preventive intervention trial. *Developmental Science, 8*, 229-239.

DeGarmo, D.S. (2010). Coercive and prosocial fathering, antisocial personality, and growth in children's post-divorce noncompliance. *Child Development, 81*, 496-509.

Doreleijers, T.A.H. (2005). Van justitialisering tot onderzoek naar de effectiviteit van probleemgestuurde jeugdzorg. *Tijdschrift voor Criminologie, Vol. 47, No. 1*, p.62.

Eisenstadt, T. H., Eyberg, S., McNeil, C. B., Newcomb, K., & Funderburk, B. (1993). Parent-child interaction therapy with behavior problem children: Relative effectiveness of two stages and overall treatment outcome. *Journal of Clinical Child Psychology, 22*, 42-51.

Forgatch, M.S., Bullock, B.M. & Patterson, G.R. (2004). From theory to practice: Increasing effective parenting through role-play. The Oregon Model of Parent Management Training (PMTO). In: H. Steiner (Ed.), *Handbook of mental health interventions in children and adolescents*. An Integrated Developmental Approach. New York: Jossey-Bass.



Groot, F. de (2004). Bekrachten, bekrachten en nog eens bekrachten. Back to basics: positieve bekrachtiging. *Gedragstherapie* (37,1), 61-66.

Hermans, D., Eelen, P. & Orlemans, H. (2006). *Inleiding tot de gedragstherapie* (6e geheel herziene druk). Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.

Hove Le Fevere de Ten, M. (2009). Oplossingsgericht perspectief. In: *Handboek systeemtherapie*, hoofdstuk 18, pp. 228-238. Utrecht: De Tijdstroom.

JSO (2011). *Cijfers Opvoedbureaus Midden Holland*. Gouda: JSO.

Kjøbli, J. & Bjørnebekk, G. (2013). A Randomized Effectiveness Trial of Brief Parent Training Six-Month Follow-Up. Society for social work and Research. Vol 23, issue 6.

Lange, M. de, Matthys, W., Foolen, N., Addink, A., Oudhof, M. & Vermeij, K. (2013). *Richtlijn Ernstige gedragsproblemen*. Richtlijnen jeugdzorg, aanbevelingen uit de praktijk. Utrecht: NJi.

Matthys, W. (2011). *Gedragsstoornissen bij kinderen*. Amsterdam: Hogrefe Uitgevers.

Loeber, R., Capaldi, D. M., & Costello, E. (2013). Gender and the development of aggression, disruptive behavior, and delinquency from childhood to early adulthood. In: P. H. Tolan & B. L. Leventhal (Eds.), *Disruptive Behavior Disorders* (137-160). New York: Springer.

Moffitt, T. E., Caspi, A., Dickson, N., Silva, P., & Stanton, W. (1996). Childhood-onset versus adolescent-onset antisocial conduct problems in males: Natural history from ages 3 to 18 years. *Developmental Psychopathology*, 8(2), 399-424.

Neece, C. L., Green, S. A., & Baker, B. L. (2012). Parenting stress and child behavior problems: a transactional relationship across time. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 117(1), 48-66.

Nieuwboer, C.C., Fukkink, R.G., & Hermans, J. (2013). Peer and professional parenting support on the internet. A systematic review. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 16(7), 518-228.

Opvoed- en Opgroei-onderzoek (2014). Bron: [www.stichtingopvoeden.nl](http://www.stichtingopvoeden.nl): het Opvoed- en Opgroei-onderzoek (2014) uitgevoerd door Maurice de Hond (N=1200), in opdracht van Stichting Opvoeden.nl.

Ouderkracht interventieniveau 3, Resultaten ouderkracht, Pionn, april 2016.

Patterson, G. (1982). *Coercive Family Process*. Eugene, OR: Caltalia.

Patterson, G. R. (2005). The early development of coercive family process. In J. B. Reid, G. R. Patterson & J. Snyder (Eds.), *Antisocial behavior in children and adolescents: A developmental analysis and model for intervention* (pp. 25–44). Washington, DC: American Psychological Association.

Patterson, G.R., Forgatch, M.S., & DeGarmo, D.S. (2010). *Cascading effects following intervention. Development and Psychopathology, 22*, 949-970.

Reid, J. B., Patterson, G. R., & Snyder, J. E. (2002). *Antisocial behavior in children and adolescents: A developmental analysis and model for intervention: American Psychological Association.*

Rispens, J., Hermans, J.M.A. & Meeus, W.H.J. (eds.) (1996). *Opvoeden in Nederland*. Assen: Van Gorcum.

Snyder, J., & Stoolmiller, M. (2002). Reinforcement and coercion mechanisms in the development of antisocial behavior: The family. In J. B. Reid, G. R. Patterson, & J. Snyder (Eds.), *Antisocial behavior in children and adolescents: A developmental analysis and model for intervention* (pp. 65–100). Washington, DC: American Psychological Association.

Thijssen, J., Albrecht, G., Muris, P, & Ruiters, C. de (2017). Treatment fidelity during initial training is related to subsequent effectiveness of Parent Management Training Oregon-model. *Journal of Child and Family Studies*.

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.

Wade, C., Llewellyn, G. & Matthews, J. (2008). Review of parent training interventions for parents with intellectual disability. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 21 (4)*, 351-366.

Wit, M. de, Moonen, X. & Douma, J. (2011). *Richtlijn effectieve interventies LVB. Aanbevelingen voor het ontwikkelen, aanpassen en uitvoeren van gedragsveranderende interventies voor jeugdigen met een licht verstandelijke beperking*. Utrecht: Landelijk Kenniscentrum.

## Samenwerking erkenningstraject

Het erkenningstraject wordt in samenwerking uitgevoerd door het Nederlands Jeugdinstituut (NJI), het RIVM Centrum Gezond Leven (CGL), het Nederlands Centrum Jeugdgezondheid (NCJ), het Kenniscentrum Sport, 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.

