



**Interventie**

# Opvoeden & Zo

---

# Inhoud

Samenvatting .....	3
Uitgebreide beschrijving .....	5
1. Probleemomschrijving .....	5
2. Beschrijving interventie .....	7
3. Onderbouwing .....	15
4. Uitvoering .....	19
5. Onderzoek naar praktijkervaringen .....	24
6. Onderzoek naar de effectiviteit .....	25
7. Aangehaalde literatuur .....	26

# Samenvatting

---

## **Doelgroep**

Opvoeden & zo richt zich op laagopgeleide ouders met kinderen in de basisschoolleeftijd (4 tot 12 jaar). Hoger opgeleide ouders worden echter niet uitgesloten.

---

## **Doel**

Opvoeden & Zo heeft als doel de opvoedingscompetenties van ouders te vergoten. Ouders leren vaardigheden om het gedrag van hun kinderen op een positieve en niet-schadelijke manier te beïnvloeden. Uiteindelijk wil Opvoeden & Zo daarmee emotionele en gedragsproblemen bij de kinderen voorkomen.

---

## **Aanpak**

Opvoeden & Zo is een cursus van zes groepsbijeenkomsten waarin ouders basale opvoedingsvaardigheden leren om een positieve band met hun kind op te bouwen, gewenst gedrag te stimuleren en ongewenst gedrag te reguleren. In de eerste vijf bijeenkomsten van de cursus staat steeds een specifieke opvoedingsvaardigheid centraal. Dat zijn achtereenvolgens: aandacht geven & prijzen, verbieden, straffen, negeren en apart zetten. De laatste bijeenkomst is afsluitend. De cursus is een combinatie van kennisoverdracht, instructie aan de hand van filmbeelden, groepsdiscussies en praktische oefeningen. Naast instructie over de inhoud en toepassing van de vaardigheden vormt vooral het zelf oefenen met de vaardigheden en het krijgen van feedback daarop een belangrijk onderdeel van de cursus. Daarnaast krijgen ouders ook thuisopdrachten om de overdracht van geleerde kennis en vaardigheden naar de thuissituatie te bevorderen.

---

## **Materiaal**

Er is een draaiboek voor cursusleiders inclusief oudermaterialen in vier talen en een dvd.

---

## **Onderbouwing**

Uit onderzoek blijkt dat laagopgeleide ouders vaker een autoritaire opvoedingsstijl toepassen en minder consistent en voorspelbaar zijn in hun (opvoed)gedrag. Dit vergroot de kans op emotionele en gedragsproblemen bij het kind. Daarnaast vergroot een (zeer) lage opleiding van ouders het risico op kindermishandeling. Opvoeden & Zo is gebaseerd op de sociale leertheorie die inzicht biedt in de impact van alledaagse gezinsinteracties op het aanleren en ontmoedigen van gedrag. De cursus leert ouders vaardigheden om gewenst gedrag te versterken (aandacht geven en prijzen) en op een effectieve en niet-schadelijke manier grenzen te stellen aan ongewenst gedrag (verbieden, straffen, negeren en apart zetten) van kinderen. Het in samenhang gebruiken van deze vaardigheden bevordert een warme band tussen ouder en kind en draagt bij aan het voorkomen/verminderen van eventuele ongewenste gedragingen bij kinderen.

---

## **Onderzoek**

Recent effectonderzoek naar Opvoeden & Zo ontbreekt. De laatste onderzoeken dateren uit 1995 (Blom e.a.) en 1997 (Albertz).

---

## **Erkenning**

Erkend door Deelcommissie jeugdzorg en psychosociale/pedagogische preventie  
d.d 24-06-2016

Oordeel: Goed onderbouwd

De referentie naar dit document is: Ingrid Ligtermoet (juli 2015).

Databank effectieve jeugdinterventies: beschrijving 'Opvoeden & Zo'. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut. Gedownload van [www.nji.nl/jeugdinterventies](http://www.nji.nl/jeugdinterventies).

# Uitgebreide beschrijving

---

## 1. Probleemomschrijving

---

### **Probleem**

Opvoeden & Zo is ontwikkeld voor laagopgeleide ouders van kinderen in de basisschoolleeftijd met beperkte opvoedingsvaardigheden, waardoor mogelijk gedrags- en emotionele problemen bij kinderen kunnen ontstaan. De cursus werkt aan het voorkomen/verminderen van negatieve gedragsbeïnvloeding en inconsistent toepassen van basale opvoedingsvaardigheden.

Uit onderzoek blijkt dat beperkte opvoedingsvaardigheden van ouders invloed hebben op het ontstaan van gedrags- en emotionele problemen bij kinderen (Patterson, 1982; Coie, 1996; Loeber & Farrington, 1998; Sanders, Dadds & Turner, 2003). Ook blijkt uit onderzoek dat laagopgeleide ouders vaker een autoritaire opvoedingsstijl toepassen waaronder fysiek straffen, boos worden en liefdesonthouding/afkeuring (Rispen, Hermanns & Meeus, 1996), en minder consistent en voorspelbaar opvoedingsgedrag dan andere ouders (Bucx, 2011). Tot slot blijkt dat een (zeer) lage opleiding van ouders het risico op kindermishandeling vergroot (Alink, Van IJzendoorn, Bakermans-Kranenburg, Pannebakker, Vogels & Euser, 2011; Euser, 2009; Klein Velderman & Pannebakker, 2008; Van IJzendoorn, Prinzie, Euser e.a., 2007).

---

### **Spreiding**

Van de ouders van 0-12 jarigen ervaart 3-9 procent gedragsproblemen bij hun kind (Bucx, 2011). 6% van de ouders beleeft de opvoeding negatief en is hierdoor eerder geneigd om het kind fysieke straf (zoals een tik of het kind beetpakken) te geven. In gezinnen met een laagopgeleide moeder is dit 7% (Zeijl, Crone, Wiefferink, Keuzenkamp en Reijneveld, 2005). Uit hetzelfde onderzoek (Zeijl e.a., 2005) blijkt ook dat kinderen van laagopgeleide moeders in Nederland twee keer zo vaak (8%) psychosociale problemen hebben dan kinderen van hoogopgeleide moeders (4%). Wanneer een lage opleiding samengaat met een ander risicokenmerk als een niet-westerse afkomst, dan stijgen zowel de percentages ouders die de opvoeding negatief beleven (18%), als de percentages kinderen met psychosociale problemen (12%). Risicofactoren, opvoedbeleving en gedragsproblemen kunnen elkaar negatief beïnvloeden. Het leren toepassen van de opvoedvaardigheden van Opvoeden & Zo maakt ouders competentier en kan helpen om deze negatieve cyclus te doorbreken.

---

### **Gevolgen**

Beperkte opvoedingsvaardigheden zoals harde, inflexibele, rigide of inconsistente disciplineren, kunnen leiden tot gedrags- en emotionele problemen bij kinderen (Patterson, 1982; Coie, 1996; Loeber & Farrington, 1998; Sanders e.a. 2003). Ouders en kinderen kunnen terecht komen in een spiraal van negatief gedrag van het kind en negatieve, dwingende reacties van ouders. Wanneer dit coercieve patroon verder

escaleert lopen ouders een verhoogd risico op het emotioneel of fysiek mishandelen van hun kind (MacKenzie, Nicklas, Brooks-Gunn & Waldfogel, 2011; Ronan, Canoy & Burke, 2009; Wilson, Rack, Shi & Norris, 2008).

---

## 2. Beschrijving interventie

### 2.1 Doelgroep

#### **Uiteindelijke doelgroep**

De doelgroep bestaat uit laagopgeleide ouders met kinderen in de basisschoolleeftijd (4 tot 12 jaar). Hoger opgeleide ouders worden echter niet uitgesloten.

---

#### **Intermediaire doelgroep**

N.v.t.

---

#### **Selectie van doelgroepen**

Ouders worden geworven via verschillende informatiekanalen en lokale instellingen in de wijk. Ouders kunnen zich zelf voor de cursus aanmelden of worden daarnaar verwezen door professionals van de basisvoorzieningen in de wijk. In een (meestal telefonisch) intakegesprek kan de cursusleider vaststellen of de ouder voor de cursus in aanmerking komt, weet wat er van hem of haar wordt verwacht en of er sprake is van indicaties, dan wel contra-indicaties.

Indicaties zijn:

- De ouder is laagopgeleid.
- De ouder wil eigen kennis en vaardigheden uitbreiden en effectieve manieren leren om met lastig gedrag van kinderen om te gaan.
- De ouder wil alternatieven leren voor de eigen fysieke, harde en/of inconsistente manieren van grenzen stellen.

Contra-indicaties zijn:

- De ouder heeft ernstige opvoedproblemen.
  - De ouder heeft ernstige psychische problemen.
  - Het kind/de kinderen hebben ernstige gedrags- of emotionele problemen.
- Als er sprake is van contra-indicaties wordt voor de ouder zo spoedig mogelijk passend ander aanbod gezocht.

In de bijlagen bij het draaiboek is een wervingsfolder opgenomen die gebruikt kan worden voor de werving van ouders via internet en op plekken waar zij vanzelfsprekend al komen; op school, het CJG, de huisarts et cetera.

---

### 2.2 Doel

#### **Hoofddoel**

Opvoeden & Zo heeft als doel de opvoedingscompetenties van ouders te vergoten. Ouders leren vaardigheden om het gedrag van hun kinderen op een positieve en niet-schadelijke manier te beïnvloeden. Uiteindelijk wil Opvoeden & Zo een positieve band tussen ouder en kind bevorderen en emotionele en gedragsproblemen bij de kinderen voorkomen.

## **Subdoelen**

- Ouders passen de vaardigheden toe zoals zij in de oudercursus Opvoeden & Zo hebben geleerd: aandacht geven, prijzen, verbieden, straffen, negeren en apart zetten.
  - Ouders gebruiken geen schadelijke manieren van grenzen stellen zoals liefdesonthouding/afkeuring, inconsistente disciplineren of fysieke straf.
- 

## **2.3 Aanpak**

### **Opzet van de interventie**

Opvoeden & Zo bestaat uit zes bijeenkomsten van elk ongeveer twee uur. In de cursus staan zes opvoedingsvaardigheden centraal: aandacht geven en prijzen en vier manieren van grenzen stellen: verbieden, straffen, negeren en apart zetten.

De cursus is een combinatie van kennisoverdracht, instructie aan de hand van filmbeelden, groepsdiscussies en praktische oefeningen. Naast instructie over de inhoud en juiste toepassing van de vaardigheden vormt vooral het zelf oefenen met de vaardigheden en het krijgen van feedback daarop een belangrijk onderdeel van de cursus. Dat gebeurt tijdens de bijeenkomsten maar ook in de thuissituatie door middel van thuisopdrachten.

Opvoeden & Zo is een gestructureerde cursus, het programma en de opbouw liggen vast. Dat vraagt van cursusleiders dat zij zoveel mogelijk de lijn van het draaiboek aanhouden. De cursus begint met vaardigheden gericht op het bevorderen van een goed contact om pas daarna aandacht te besteden aan de manieren van grenzen stellen aan ongewenst gedrag.

Het audiovisueel materiaal is bedoeld als illustratie hoe en wanneer een bepaalde vaardigheid kan worden toegepast (modelling) en om reflectie op eigen opvoedgedrag te bevorderen. Het in beeld brengen van ouders met verschillende culturele achtergronden helpt ook om situaties dicht bij ouders te brengen en het uitwisselen van ervaringen tussen ouders onderling te stimuleren.

---

### **Locatie en uitvoerders**

Opvoeden & Zo wordt gegeven door professionals uit de directe omgeving van de ouders (werkers in het CJG en de jeugdgezondheidszorg zoals opvoedondersteuners, (school)maatschappelijk werkers en (jeugd)welzijnswerkers). Dit kan zijn bij de uitvoerende instelling of een basisvoorziening in de wijk zoals de (brede) school of een wijkcentrum.

---

### **Inhoud van de interventie**

In de eerste bijeenkomst worden de vaardigheden aandacht geven en prijzen behandeld en de daaropvolgende vier bijeenkomsten komen respectievelijk de vaardigheden verbieden, straffen, negeren en apart zetten aan de orde. Hoewel het lijkt of er zo meer aandacht is voor grenzen stellen, is dit niet zo. Bij elke manier van grenzen stellen komen aandacht geven en prijzen consequent terug. Vooraf en na de instructie van een manier van grenzen stellen, wordt structureel benadrukt dat aandacht geven en prijzen veel meer invloed heeft op het gedrag van kinderen dan



grenzen stellen. Bijvoorbeeld door in de cursus en ouderfolder te benadrukken: “Geef je kind een complimentje als hij weer rustig gaat spelen nadat je hem apart hebt gezet”. Daarnaast geldt dat geen ouder eraan ontkomt om van tijd tot tijd grenzen te stellen aan het gedrag van kinderen en juist deze doelgroep ouders vaker ingrijpt op een manier die kinderen schade kan berokkenen en situaties doet escaleren. Daarom worden in de cursus ook vier niet-schadelijke en effectieve manieren van grenzen stellen behandeld die in combinatie met positieve aandacht en bekrachtiging van gewenst gedrag behoren tot een positieve opvoedingsaanpak die kinderen emotionele steun en structuur biedt. Hieronder zal de inhoud van de interventie nader worden toegelicht:

De eerste vijf bijeenkomsten hebben een vergelijkbare opzet. Eerst bespreekt de cursusleider de thuisopdracht van vorige keer en blik met de ouders terug op de vorige bijeenkomst. Bij de terugblik op een bijeenkomst over grenzen stellen wordt benadrukt dat een ouder dit niet te vaak moet doen: “Geef je kind liever een compliment voor goed gedrag”. Ouders oefenen na de terugblik vervolgens onder begeleiding van de cursusleider in een of meer interactieve werkvormen met de vaardigheid die op de bijeenkomst centraal staat. Naast deze interactieve werkvormen bekijken ouders over de betreffende vaardigheid steeds ook een algemeen filmpje en losse scènes op een dvd, waarbij steeds aandacht is voor de regels van het toepassen van deze vaardigheid: wanneer en hoe doe je dit? Deze scènes zijn opgenomen in echte gezinnen. De losse scènes bestaan steeds uit twee delen, een met een minder effectieve (maar wel herkenbare) reactie van een ouder in een bepaalde situatie, en een die laat zien hoe de ouder anders, effectiever kan reageren. Op elke getoonde scène volgt een nabespreking met de ouders. Aan het eind van de bijeenkomsten krijgen de ouders een thuisopdracht. In deze opdrachten worden ouders gestimuleerd om in hun eigen situatie te oefenen met de vaardigheid en te noteren wat hun ervaringen daarmee zijn.

Daarnaast is er in de thuisopdracht steeds de vraag om een voorbeeld te geven van waarvoor en hoe ouders hun kind aandacht of een compliment hebben gegeven. Aan het eind van elke bijeenkomst krijgen de ouders een folder mee over de besproken vaardigheid, met een samenvatting en regels voor toepassing van een vaardigheid op een rij, en een zin over het belang van aandacht geven en prijzen. In de folder over verbieden staat bijvoorbeeld: “Zeg nee als uw kind iets vraagt of doet wat u niet goedkeurt.

- Reageer meteen.
- Zeg duidelijk nee of welk gedrag u niet goed vindt.
- Leg uit waarom het niet mag.
- Wees overtuigend en houd vol: nee is echt nee.
- Geef een alternatief.

Zeg niet te vaak nee, want dan luisteren kinderen er op den duur niet meer naar. Geef liever vaker een complimentje als kinderen zich aan de regels houden of goed luisteren”.

Aan het begin van de volgende bijeenkomst bespreekt de cursusleider de ervaringen met de thuisopdracht met de ouders, en toont hen een filmpje met nogmaals de spelregels van de besproken vaardigheid in de vorige bijeenkomst op een rij.

De laatste bijeenkomst bestaat na de gebruikelijke bespreking van de thuisopdracht, terugblik en samenvatting van de vaardigheid in een filmpje, uit twee werkvormen

waarbij het effectief toepassen van de behandelde opvoedingsvaardigheden en het belang van positieve gedragsbeïnvloeding nogmaals aan de orde komen. De cursus sluit af met twee laatste oefeningen, een evaluatie, laatste folder (over het verschil streng/duidelijk en over goed genoeg opvoeden) en eventueel afspreken voor een terugkombijeenkomst.

Overzicht interactieve werkvormen:

- **Bijeenkomst 1: aandacht geven & prijzen**  
Bij de start van deze bijeenkomst noteert de cursusleider in een brainstorm op flappen wat ouders leuk gedrag vinden van hun kind. Ouders oefenen met complimenten geven aan de hand van kaartjes met situatieschetsen. Bijvoorbeeld “Safira van 10 jaar helpt met het opruimen van de boodschappen”.
- **Bijeenkomst 2: verbieden**  
Tijdens een stoplichtspel geven ouders met gekleurde kaarten aan welk gedrag ze verbieden bij hun kind (rood), wat ze goedkeuren (groen) wat twijfelgevallen zijn (oranje). De cursusleidster leest de situatieschetsen voor, bijvoorbeeld: “Je kind van 8 jaar zegt ‘rotwijf’ tegen de juf op school”, en “Je kind duwt zijn of haar zusje opzij en gaat op haar plekje op de bank zitten”. De cursusleidster vraagt de ouders een kaartje met rood, oranje of groen op te steken en vraagt aan enkele ouders hun keuze toe te lichten. Daarna benadrukt de leidster onder meer dat het belangrijk is om op een positieve manier te verbieden; te zeggen wat een kind wel mag, en dat ouders niet te vaak nee moeten zeggen, maar beter een compliment kunnen geven als een kind zich aan de regels houdt.
- **Bijeenkomst 3: straffen**  
Tijdens een groepsdiscussie vertellen ouders hoe ze denken over straffen. Hierbij wordt gebruik gemaakt van tekeningen. Er zijn bijvoorbeeld tekeningen over een kind dat geld steelt uit een portemonnee op tafel, een kind dat een ander kind pest, kinderen die een auto beschadigen. In de nabespreking legt de cursusleidster de nadruk op niet-schadelijke manieren van straffen en dat ouders het zo min mogelijk moeten doen: “Beter is het aandacht te geven aan gedrag dat je wel graag ziet en er complimentjes voor te geven”.
- **Bijeenkomst 4: negeren**  
Tijdens een groepsdiscussie praten ouders over welk gedrag je het beste kunt negeren. In de discussie benadrukt de cursusleidster wanneer en welk gedrag ouders het beste kunnen negeren. Aansluitend volgen dvd scènes over negeren. In de nabespreking daarvan sluit de cursusleidster af met de regels voor negeren en benadrukt dat het belangrijk is om wel aandacht te geven zodra het kind stopt met het vervelende gedrag en dat het nog belangrijker is “om een compliment te geven zodra je kind gedrag laat zien dat je leuk en prettig vindt”. Aan het eind van de bijeenkomst oefenen zij het negeren door middel van een rollenspel in kleine groepjes. Hiervoor krijgen ze situatieschetsen mee. Voorbeeld van een situatieschets is: “Niko (4 jaar) ligt in bed. Het is al lang zijn slaaptijd. Je hebt hem uitgebreid voorgelezen en geknuffeld. Iedere keer roept hij je met een nieuw smoesje. Nu vind je dat het wel genoeg is geweest, maar Niko denkt daar anders over”. Bij de afsluiting vraagt de cursusleiders ouders voor de thuisopdracht te letten op gedrag dat ze kunnen stoppen door het te negeren én door te gaan met hun kind te prijzen voor leuk en prettig gedrag.
- **Bijeenkomst 5: apart zetten**  
Tijdens deze bijeenkomst doen ouders twee oefeningen. In de eerste oefening legt

de cursusleider ouders situatieschetsen van bijvoorbeeld een boos kind, een scheldend kind, een driftig kind, een vechtend kind en een ongehoorzaam kind voor. Aan ouders wordt gevraagd voor zichzelf te bepalen wat ze in deze situaties zouden doen en zeggen, en waar ze hun kind apart zouden zetten. De cursusleider doet vervolgens suggesties voor de beste reactie in iedere situatie, benadrukt de regels voor apart zetten en dat lang niet alle situaties geschikt zijn om een kind apart te zetten. In de tweede oefening speelt de cursusleider bij iedere ouder een keer een kind dat zich tegen apart zetten verzet. In de inleiding op de oefening heeft ze duidelijk gemaakt dat het niet erg is als een kind boos is en dat het belangrijk is om begrip te tonen voor het gevoel van het kind. In het rollenspel wordt de gevraagd te reageren door begrip te tonen voor wat er in het kind omgaat en zich tegelijkertijd aan hun boodschap vast te houden. Bij de afsluiting wordt ouders gevraagd alleen thuis te oefenen met apart zetten als de situatie daarvoor geschikt is en vooral te letten op prijzen en aandacht geven.

- **Bijeenkomst 6: Alles op een rij en afsluiting**  
In deze bijeenkomst doen de ouders twee oefeningen. De eerste oefening is bedoeld om ouders zich bewust te maken van hun opvoedstijl. Twee ouders die op de gang staan moeten als ze de ruimte weer in komen met hulp van aanwijzingen van de groep, raden welk voorwerp de groep heeft aangewezen. Bij de eerste ouder geeft de groep negatieve sturing door aanwijzingen als 'Fout' en 'Stom'. Bij de tweede ouder geeft de groep positieve sturing. Aan de twee ouders wordt gevraagd hoe zij zich voelden onder de sturing. De cursusleidster concludeert dat ouders uit deze oefening kunnen leren dat positief sturen prettiger is en dat je daarmee sneller je doel bereikt en dat je met complimenten en aandacht meer bereikt dan met mopperen en straf. In de tweede oefening vertellen ouders aan de hand van situatieschetsen van allerlei verschillende opvoedsituaties, welke van de geleerde opvoedvaardigheden zij zouden toepassen. De cursusleidster vraagt bij situaties van ongewenst gedrag zo mogelijk ook naar de andere kant: "Wat zou je wel graag zien als ouder? Wat kun je doen om het gewenste gedrag te bevorderen? Wat kun je doen om deze straf te voorkomen?". In de nabespreking vertelt de cursusleidster dat ouders door duidelijk en consequent te zijn in wat je van je kinderen verwacht en door zelf het goede voorbeeld te geven, veel ongewenst gedrag kunnen voorkomen.

### *Effectieve manieren van grenzen stellen aanleren*

In bovenstaande wordt duidelijk dat in de gehele cursus de nadruk ligt op het effectief kunnen toepassen van aandacht geven en prijzen én het op een constructieve en sensitieve manier grenzen kunnen stellen aan ongewenst gedrag. Grenzen stellen kent een bepaalde opbouw met als startpunt het kunnen opstellen en handhaven van een beperkt aantal regels; een milde straf (=negatieve consequentie) kunnen toepassen als regels worden overtreden; het gericht kunnen negeren van onschuldige vormen van aandacht vragend gedrag en tenslotte een kind uit de situatie halen die het zelf niet meer de baas kan door het even apart te zetten. Effectief toepassen wil in dit verband zeggen; op het juiste moment en volgens de bij elke vaardigheid geformuleerde spelregels opdat de inspanningen van de ouders ook het beoogde effect hebben. Aan een verantwoorde toepassing van de verschillende opvoedingsvaardigheden wordt in de cursus op de volgende manier gewerkt:

- Elke bijeenkomst begint met een dvd fragment met voorbeelden van een 'minder geslaagde' en een meer effectieve toepassing van de te behandelen opvoedingsvaardigheid. Aan de hand daarvan leren ouders welke aanpak de meeste kans van slagen biedt en kunnen aandachtspunten voor de toepassing worden besproken (de spelregels). De cursusleiders vinden in hun draaiboek concrete

suggesties hoe zij kunnen reageren op veel voorkomende reacties van ouders op de getoonde dvd-fragmenten. Bijvoorbeeld als een ouder zegt dat een kind ongevoelig is voor complimenten of tegenwerpt dat verbieden 'niet werkt'. Een goede strategie is om de ouder niet te gaan overtuigen met allerlei argumenten maar te erkennen dat de praktijk weerbarstig is en de ouder te vragen om een voorbeeld te geven. Vaak zijn dit situaties waarin ook andere deelnemers zich kunnen herkennen. Gezamenlijk kan worden onderzocht of en hoe de vaardigheid in deze situatie zou kunnen werken of dat een andere aanpak misschien beter zou passen (bijvoorbeeld het kind helpen bij het aanleren van het gewenste gedrag).

- Iedere bijeenkomst is zo opgezet, dat er een proces van bewustwording ontstaat bij ouders over het gebruik van de betreffende vaardigheid en in welke situaties die toepasbaar is. Dit gebeurt aan de hand van interactieve werkvormen die helpen om veelvoorkomende obstakels bij de toepassing van vaardigheid in de praktijk, bespreekbaar te maken. Deze aanpak bevordert de uitwisseling van ervaringen tussen ouders en het leren van elkaar. In de afronding van een bijeenkomst passeren opnieuw de spelregels de revue die ouders een concreet handvat bieden voor de toepassing van de vaardigheid in de thuissituatie.
- Om transfer van het geleerde naar alledaagse opvoedingssituaties te bevorderen krijgen ouders elke bijeenkomst een thuisopdracht mee om een bepaalde vaardigheid, waar mogelijk, te oefenen in de thuissituatie. Zij krijgen een folder mee waarin de vaardigheid nogmaals wordt toegelicht evenals de spelregels voor de toepassing daarvan. In de folder over negeren staat bijvoorbeeld dat dit een effectieve aanpak kan zijn bij zeuren om snoep, protest na een verbod, vieze woorden zeggen, met een smoesje uit bed komen of een driftbui als een kind zijn zin niet krijgt. Kortom, vervelend gedrag dat vooral bedoeld lijkt om de aandacht te trekken. In de spelregels bij negeren wordt benadrukt dat het gaat om het negeren van het ongewenste gedrag en niet van het kind als persoon en dat het negeren stopt zodra het ongewenste gedrag ophoudt om het kind vervolgens positieve aandacht te geven.
- Aan het begin van elke volgende bijeenkomst, worden de ervaringen van de ouders met de thuisopdracht besproken (Hoe is het gegaan, wat ging er goed en waardoor kwam dat? Wat zei je precies? Hoe reageerde je kind daarop? Wat ging er minder goed, kun je een voorbeeld geven?, wat maakte het lastig? Et cetera). Dit onderdeel wordt afgesloten met een apart dvd fragment waarin de spelregels voor de toepassing van de vaardigheid nogmaals worden samengevat. Bij de vaardigheden die zich richten op het corrigeren van ongewenst gedrag wordt in de samenvatting benadrukt dat dit alleen werkt als ouders ook gerichte aandacht blijven schenken aan wat kinderen goed doen.

Kortom, de cursus focust zich in de informatieoverdracht, groepsdiscussies, oefeningen, filmmateriaal en in de oudermaterialen op een bewustwordingsproces bij ouders over hoe ze opvoeden en wat ze daarmee willen bereiken. Belangrijk is het vertrouwen van ouders in hun eigen rol als opvoeder te versterken, door hen concrete handvatten aan te reiken waarmee zij het gedrag van hun kinderen op een effectieve en positieve manier kunnen beïnvloeden.

### *Geschiktheid voor allochtone ouders*

Opvoeden & Zo is expliciet geschikt gemaakt voor diverse groepen migrantenouders. In overleg met veldpartijen is bewust gekozen voor het opheffen van de aparte migrantenversie. De daarmee opgedane ervaringen zijn vervolgens geïntegreerd in de huidige opzet van de bijeenkomsten. De oudermaterialen inclusief de illustraties en situatieschetsen voor de oefeningen, en de scènes op de dvd spelen zich omwille van de herkenbaarheid af in gezinnen van verschillende etnische achtergronden. Daarnaast zijn ze vertaald in Turks, Marokkaans-Arabisch, Berber en Papiamentu.

Praten over opvoeden en het verwoorden van emoties vraagt om taalvaardigheid die er soms onvoldoende is in het Nederlands. Om die reden is bij de implementatie van de cursus een grote groep Voorlichters Eigen Taal en Cultuur (VETC'ers) getraind die de cursus ook in de taal van ouders kunnen aanbieden (helaas zijn velen van hen inmiddels wegbezuinigd).

Het draaiboek voor cursusleiders is alleen in het Nederlands beschikbaar. Van cursusleiders wordt verwacht dat ze Nederlands kunnen spreken en lezen en in staat zijn de inhoud af te stemmen op de behoefte van een uiteenlopende doelgroep, of dit nu allochtone of autochtone ouders zijn, lager of hoger opgeleid of een mix daarvan. Een cursusleider kan er voor kiezen de cursus in de eigen taal te geven, maar een apart draaiboek is daarvoor niet nodig: de inhoud van de boodschappen en de opvoedingsvaardigheden blijven hetzelfde

---

## **2.4 Ontwikkelgeschiedenis**

### **Betrokkenheid doelgroep**

Tot 2006 werd de cursus onder de naam Opvoeden: zó! uitgevoerd. Naast Opvoeden: zó was er ook een migrantenversie en een aanvulling Opvoeden: zo verder!. Omdat er vanuit ouders en cursusleidsters steeds vaker klachten kwamen over het verouderde videomateriaal is in 2004 een vernieuwingstraject gestart. Een afvaardiging van cursusleidsters uit heel Nederland heeft op basis van eigen ervaringen en uitkomsten van evaluaties met ouders, inhoudelijke verbeterpunten aangegeven. In 2006 is de vernieuwde cursus onder de naam Opvoeden & Zo uitgebracht.

Opvoeden: zó! is op een zestal punten vernieuwd:

- nieuw filmmateriaal op dvd in plaats van videobanden;
- integratie van de 'gewone' versie van het draaiboek en de migrantenversie;
- samenvoeging van Opvoeden: zó! en Opvoeden: zo verder!;
- aanpassing van de inhoud van de cursus (bijv.: volgorde van thema's is veranderd; geïntegreerde cursus die zowel bestemd is voor autochtone ouders als voor ouders uit etnische minderheidsgroepen)
- vernieuwing van de vormgeving;
- ontwikkeling van een website bij de cursus.

---

### **Buitenlandse interventie**

Opvoeden & Zo is gebaseerd op het Amerikaanse Winning. Winning bestond uit een basisprogramma voor de belangrijkste opvoedingsvaardigheden en een vervolprogramma gericht op specifieke opvoedingsproblemen. Uit Amerikaans onderzoek bleek dat de cursus, onder andere door het gebruik van video instructiebanden, ouders in achterstandssituaties aansprak. Begin jaren '90 constateerden professionals in Nederland dat het toenmalige ondersteuningsaanbod voor ouders uitsluitend hoogopgeleide ouders bereikte en dat er geen goed toegankelijke basiscursus bestond die geschikt was voor laagopgeleide ouders. Een samenwerkingsproject van een aantal landelijke en regionale organisaties op het gebied van gezondheidszorg, preventie en opvoedingsondersteuning heeft toen op basis van Winning het Nederlandse Opvoeden: zó! ontwikkeld. Omdat er onvoldoende financiering was voor het totale basisprogramma van 22 videolessen,

werd in Nederland gekozen voor een compacte cursus, gebaseerd op de belangrijkste opvoedingsvaardigheden van het Winning programma.

Na dertien jaar veelvuldig gebruik bleek de oudercursus Opvoeden: zó! aan vernieuwing toe en is het huidige Opvoeden & Zo ontwikkeld (zie ontwikkelgeschiedenis).

---

## **2.5 Vergelijkbare interventies**

### **In Nederland uitgevoerd**

Een vergelijkbare interventie qua doel en werkwijze is Triple P niveau 2/3. Triple P wordt in zijn geheel beschreven in de databank effectieve jeugdinterventies, niveau 2/3 is nog niet apart beschreven.

---

### **Overeenkomsten en verschillen**

Doel en theoretische onderbouwing zijn vergelijkbaar, verschillen zijn:

- Opvoeden & Zo richt zich specifiek op laagopgeleide ouders, Triple P niveau 2/3 richt zich op alle ouders. Naast Opvoeden & Zo bestaat er in Nederland geen andere cursus in opvoedingsvaardigheden specifiek voor laagopgeleide ouders.
  - Opvoeden & Zo richt zich specifiek op het voorkomen van problemen, Triple P niveau 2/3 richt zowel op het voorkomen alsook op het verminderen van bestaande problemen.
  - Opvoeden & Zo bestaat volledig uit groepsessies, Triple P niveau 2/3 kent verschillende aanbiedingsformats: groepsessies (lezingen of workshops) of individuele contacten.
  - Opvoeden & Zo richt zich op zes basis opvoedingsvaardigheden, Triple P niveau 2/3 op in totaal 17 specifieke opvoedingsvaardigheden.
- 

### **Toegevoegde waarde**

Toegevoegde waarde van Opvoeden & Zo ten opzichte van Triple P niveau 2/3 is dat Opvoeden & Zo specifiek gericht is op laagopgeleide ouders. Verder is er geen objectieve toegevoegde waarde te benoemen, beide kunnen goed naast elkaar bestaan. Vanuit (subjectief) klantperspectief hebben ouders die behoefte hebben aan uitwisseling van ervaringen daar binnen Opvoeden & Zo meer ruimte voor.

---

### 3. Onderbouwing

---

#### **Oorzaken**

Risicofactoren voor het ontstaan van (ernstige) gedrags- en emotionele problemen van kinderen zijn onder meer het gebrek aan een warme en positieve ouder-kind relatie, beperkte opvoedingsvaardigheden bij ouders en een harde, inflexibele, rigide of inconsistente disciplinerende door ouders. Beschermende factoren die helpen gedrags- en emotionele problemen te voorkomen zijn een hoge mate van ouderlijke steun en een warme, positieve ouder-kindrelatie (Patterson, 1982; Coie, 1996; Loeber & Farrington, 1998; Sanders e.a. 2003). Uit verschillende onderzoeken blijkt daarnaast dat een lage opleiding van ouders een risicofactor is voor beperkte opvoedingsvaardigheden van ouders. Zo wijzen laagopgeleide ouders autonomie van een kind sterker af, en passen zij in relatie daarmee veel vaker een autoritaire opvoedingsstijl toe (waaronder machtsuitoefening door wegsturen en fysiek straffen, vijandigheid/verwerping, veel beperkingen opleggen en liefdesonthouding/afkeuring) (Rispen e.a., 1996). Uit ander onderzoek blijkt ook dat lager opgeleide ouders minder consistent en voorspelbaar in hun gedrag zijn dan andere ouders en dat lager opgeleide moeders minder liefdevol gedrag laten zien dan hoger opgeleide moeders (Bucx, 2011). Daarnaast is het risico op kindermishandeling bijna zeven keer groter in gezinnen met zeer laagopgeleide ouders (Alink e.a., 2011; Euser, 2009; Klein Velderman & Pannebakker, 2008; Van IJzendoorn e.a., 2007). Overigens zijn beperkte opvoedingsvaardigheden op zich ook al een grote risicofactor voor kindermishandeling (MacKenzie e.a., 2011; Ronan e.a., 2009; Wilson e.a., 2008). Deze risico- en beschermende factoren veronderstellen dat het inzetten op opvoedingsvaardigheden die bijdragen aan een hoge mate van ouderlijke steun, een warme band tussen ouder en kind en positieve gedragsbeïnvloeding, vooral bij laagopgeleide ouders een positief effect kan hebben op het welbevinden van kinderen en kunnen leiden tot het voorkomen van gedrags- en emotionele problemen.

#### **Aan te pakken factoren**

Opvoeden & Zo richt zich op veranderbare factoren in de opvoeding en ouder-kind interactie: de risicofactoren beperkte opvoedingsvaardigheden en strenge/dwingende vormen van disciplinerende en de beschermende factoren ouderlijke steun en een warme band tussen ouder en kind. Op deze manier wordt getracht gedrags- en emotionele problemen bij kinderen te voorkomen (Coie, 1996; Loeber & Farrington, 1998; Patterson, 1982; Sanders e.a., 2003). Opvoeden & Zo richt zich daarbij primair op laagopgeleide ouders omdat zij een groter risico lopen om gebruik te maken van niet-effectieve vormen van gedragsbeïnvloeding die een schadelijk effect kunnen hebben op de ontwikkeling van kinderen en kunnen leiden tot vormen van kindermishandeling is (Alink e.a., 2011; Bucx, 2011; Euser, 2009; Klein Velderman & Pannebakker, 2008; Rispen e.a., 1996; Van IJzendoorn e.a., 2007). In aansluiting op deze risico- en beschermende factoren is een subdoel van de cursus dat laagopgeleide ouders de zes Opvoeden & Zo opvoedingsvaardigheden (twee 'positieve' vaardigheden aandacht geven en prijzen, en vier niet-schadelijke manieren van grenzen stellen: verbieden, negeren, straffen en apart zetten) toepassen zoals geleerd in de cursus. De aanname is dat als ouders de positieve effecten van deze opvoedingsvaardigheden ervaren, zij schadelijke, dwingende en rigide manieren van grenzen stellen en fysieke straf niet zullen toepassen (tweede subdoel).

---

### **Verantwoording: verbinding probleem, doel, doelgroep en aanpak**

Pattersons sociale leertheorie (1982) onderbouwt de samenhang tussen het gebrek aan opvoedingsvaardigheden en risico's op gedrags- en emotionele problemen bij kinderen. Het inconsistent of tegenstrijdig toepassen van straffen en belonen zorgt voor onduidelijkheid over grenzen en regels bij kinderen. Vanuit deze onzekerheid kunnen kinderen hun ouders gaan 'testen' om duidelijkheid te krijgen. Uiteindelijk kan een inconsequente manier van opvoeden zo een rol spelen bij het ontstaan van gedragsproblemen bij kinderen.

Ouders en kinderen kunnen ook in een spiraal van negatieve aandacht vragen en geven terecht komen. Door Patterson (1982) het *coercive family process* genoemd: het kind trekt negatieve aandacht en ouders reageren hier negatief op door streng en straffend op te treden. Wanneer dit samengaat met het ontbreken van positieve aandacht leert het kind dat negatief gedrag de manier is om aandacht van de ouders te krijgen. Ouders versterken hiermee onbewust het negatieve gedrag: negatieve aandacht is voor kinderen beter dan helemaal geen aandacht. Negatieve gedragsbeïnvloeding kan leiden tot een negatief zelfbeeld van kinderen, wat een voedingsbodem kan zijn voor emotionele en gedragsproblemen.

Volgens Patterson is het vooral belangrijk dat het gewenste gedrag wordt gestimuleerd en versterkt. Positieve reacties als aandacht geven, belonen en prijzen kunnen positief gedrag versterken en in stand houden en patronen van negatieve gedragsbeïnvloeding doorbreken. Negatieve consequenties kunnen als effect hebben dat het ongewenste gedrag op dat moment stopt, maar leiden er niet vanzelfsprekend toe dat een kind zich blijvend goed gedraagt. Daarom is positief gedrag versterken zo belangrijk naast de juiste manieren van grenzen stellen als dat echt nodig is.

Gebaseerd op Patterson richt *Opvoeden & Zo* zich op het aanleren van zes opvoedvaardigheden waarmee uiteindelijk gedrags- en emotionele problemen kunnen worden voorkomen. Uiteindelijk draagt dit bij aan een positieve band tussen ouders en kinderen.

Omdat het stimuleren van gewenst gedrag veel meer effect heeft dan het bestraffen van ongewenst gedrag, begint de cursus met het juist leren toepassen van de opvoedingsvaardigheden om positief te reageren op gewenst gedrag: aandacht geven en prijzen. Voor situaties waarin negatief gedrag zich voordoet, leren ouders effectieve manieren van grenzen stellen: verbieden, negeren, straffen en apart zetten. Als ouders de *Opvoeden & Zo* vaardigheden volgens de juiste regels leren toepassen en de positieve effecten daarvan ondervinden, zullen ze niet kiezen voor andere, schadelijke manieren van grenzen stellen en fysieke straf (het tweede subdoel van *Opvoeden & zo*).

Kortom, zowel het leren van de vaardigheden aandacht geven en prijzen als belangrijkste manier om gedrag van kinderen positief te beïnvloeden, als het volgens de spelregels (techniek en timing) leren toepassen van manieren van grenzen stellen staan centraal in de cursus. Beide worden als gezien als onderdeel van een positieve opvoedaanpak die kinderen veiligheid en structuur biedt en bijdraagt aan een positieve band tussen ouders en kind.

Dat een dergelijke aanpak werkt om het hoofddoel van de cursus te bereiken, wordt bevestigd door onderzoek: uit een review van Moran, Ghate & van der Merwe (2004) blijkt dat gedragsgeoriënteerde interventies voor ouders, gebaseerd op de sociale



leertheorie en gericht op het leren van opvoedingsvaardigheden (zoals positieve bekrachtiging, en alternatieven voor straf aanreiken), succesvol en effectief zijn in het voorkomen van emotionele en gedragsproblemen bij kinderen.

Uit verschillende overzichtsstudies (Ince, 2013) blijkt dat ook andere specifieke kenmerken van de aanpak van Opvoeden & Zo effect sorteren ten aanzien van de beoogde doelen en de specifieke doelgroep van laagopgeleide ouders. Het gaat dan om in groepsverband werken, gericht op positieve bekrachtiging, generiek maar wel cultuursensitief en met vertalingen werken, in aanwezigheid van een professional, met gebruik van diverse en interactieve methodes van overdracht, en in de cursus en thuis oefenen met de technieken.

- Uit de review van Moran e.a. (2004), die ook onderzoeksresultaten bij risicogroepen zoals laagopgeleide ouders betreft, blijkt dat het werken in groepen ouders bijdraagt aan het voorkomen van emotionele en gedragsproblemen bij kinderen. Daarnaast geven zij aan dat het gebruik van interactieve methodes van overdracht (zoals het gebruik van video en interactieve werkvormen bij Opvoeden & Zo) een succesvol kenmerk is van interventies gericht op opvoedingsvaardigheden. Uit overzichtsstudies van Barlow e.a. (2002, 2005, 2012), waaronder onderzoeken onder laagopgeleide ouders, blijkt dat groepsgerichte ouderprogramma's effect hebben op o.a. het zelfvertrouwen van moeders en gevoelens van angst/stress bij hen.
- Barlow (1999) concludeert, onder meer op basis van onderzoek naar programma's voor laagopgeleide ouders, dat groepsgerichte opvoedprogramma's effectief kunnen zijn in het verminderen van gedragsproblemen, waarbij training in positieve bekrachtiging de beste resultaten oplevert. Opvoeden & Zo is een groepscursus die zich in belangrijke mate richt op het aanleren van de opvoedingsvaardigheden aandacht geven en prijzen.
- De cursus Opvoeden & Zo omvat diverse cultuursensitieve elementen zoals vertaalde oudermaterialen, rolmodellen van diverse etniciteit op de instructie video's en herkenbare praktijkvoorbeelden. In de uitvoering vindt ook matching plaats van cursusleider en deelnemers op etniciteit en taal. Griner en Smith (2006) concluderen dat cultuursensitieve interventies effectiever zijn dan interventies zonder culturele aanpassingen. Barlow, Shaw en Stewart-Brown (2004) drukken zich wat voorzichtiger uit. Zij vergeleken in hun review verschillende soorten opvoedprogramma's met elkaar op hun effecten bij etnische minderheidsgroepen: generieke (maar wel vertaalde) programma's, aangepaste programma's en cultuurspecifieke programma's (ontwikkeld voor specifieke doelgroepen). De effectiviteit van de generieke programma's bleek empirisch het beste onderbouwd. Een door Huey en Polo (2008) uitgevoerde meta-analyse en reviewstudie leidde eveneens tot de conclusie dat er nog weinig empirische ondersteuning is voor de suggestie dat cultuurresponsieve interventies beter zijn dan een generieke aanpak bij deelnemers uit etnische minderheidsgroepen. Daarbij moet worden vermeld dat het onderzoek naar aangepaste en cultuurspecifieke programma's helaas de nodige methodologische beperkingen kent. De indruk is wel dat cultuursensitieve programma's er mogelijk beter in slagen om etnische minderheidsgroepen deel te laten nemen aan het programma en hen als deelnemer te behouden (Kumpfer, Alvarado, Smith & Bellamy, 2002). De verschillende onderzoeksgegevens onderbouwen de gemaakte keuze om de

aparte migrantenversie te integreren in de algemene cursus met aandacht voor cultuursensitieve elementen in materialen en uitvoering.

- Uit een overzichtsstudie van Thomas e.a. (1999), waarbij de meerderheid van de bestudeerde onderzoeken zich richt op programma's voor risicogroepen als laagopgeleide ouders, bleek dat oudergroepen gericht op opvoedingsgedrag en geleid door professionals, op korte termijn zorgden voor een afname van negatieve discipline, emotioneel schadelijk gedrag en kritiek naar het kind. Ook bleek een positief effect op onder andere het zelfvertrouwen, de competentie en de mate van grenzen stellen van de moeder. Opvoeden & Zo wordt gegeven door professionals uit bijvoorbeeld de JGZ met onder meer als doel dat ouders geen schadelijke vormen van grenzen stellen toepassen.
- Tot slot blijkt uit reviews (Watson e.a. 2005; Bunting, 2004, Moran e.a. 2004) dat ouderprogramma's, waaronder programma's voor laagopgeleide ouders, tot effect leiden als ze ouders laten zien hoe bepaalde technieken toegepast kunnen worden. Dit gebeurt bij Opvoeden & Zo per vaardigheid met scènes van opvoedingssituaties op de bijbehorende dvd. Ook blijkt uit deze onderzoeken dat training van ouders in de toepassing van deze vaardigheden en daarmee vervolgens oefenen in de thuissituatie, een effectieve aanpak is. Dit gebeurt bij Opvoeden & Zo in de interactieve werkvormen en thuisopdrachten. Moran e.a. (2004) noemen in aansluiting hierop ook het belang van het gebruik van diverse leermethoden voor het versterken van concrete vaardigheden. De leermethoden in de cursus bestaan uit een combinatie van mondelinge overdracht door de cursusleider, interactieve werkvormen, audiovisuele overdracht door de dvd, schriftelijke overdracht door de ouderfolders inclusief illustraties van de verschillende vaardigheden, en het uitvoeren van thuisopdrachten.

### **Werkzame elementen**

- Effectieve vaardigheden voor positief opvoeden vanuit de sociale leertheorie.
- Groepsgerichte aanpak.
- Generiek maar wel *cultuursensitief* en met vertalingen werken
- Professionele leiding
- Interactieve methoden.
- Laten zien hoe technieken toegepast moeten worden.
- Na training in vaardigheden oefenen in thuissituatie.
- Combinatie van diverse leermethoden (naast interactieve methoden en oefenen in de thuissituatie ook mondelinge, audiovisuele en schriftelijke overdracht en overdracht door illustraties).

---

## 4. Uitvoering

---

### **Materialen**

Het materiaal voor Opvoeden & Zo bestaat uit:

- Draaiboek: Opvoeden & Zo (Janssen, Blokland & Ligtermoet, 2006)
- Dvd (Nederlands, Turks, Marokkaans-Arabisch, Berbers, Papiamento)
- Oudermaterialen
- Trainingsdraaiboek

De dvd en het oudermateriaal van Opvoeden & Zo zijn beschikbaar in vier talen: Nederlands, Turks, Marokkaans-Arabisch, Berber en Papiamento.

---

### **Type organisatie**

Opvoeden & Zo wordt over het algemeen aangeboden door de GGD'en, CJG's en welzijnsinstellingen.

---

### **Opleiding en competenties**

Opvoeden & Zo kent een train-de- trainersconstructie. Het NJi (Destijds NIZW Jeugd) heeft daartoe een groep geselecteerde trainers opgeleid. Dit betrof veelal stafmedewerkers bij regionale organisaties met een taakstelling op het gebied van preventieve opvoedsteun die lokale uitvoerders in het eigen werkgebied kunnen ondersteunen en begeleiden. Hierbij werd een trainingsdraaiboek overgedragen waarmee toekomstige cursusleiders kunnen worden getraind om de oudercursus te kunnen geven. Daarmee is sprake van een 'drietrapraket': trainers -> cursusleiders -> ouders.

#### *Trainers die cursusleiders trainen*

Omdat de training van cursusleiders om de nodige deskundigheid en ervaring vraagt, hebben trainers vooraf een verplicht train-de-trainerstraject gevolgd bij NIZW Jeugd en moeten zij daarnaast voldoen aan een landelijk vastgesteld profiel.

Trainers moeten in de eerste plaats model kunnen staan voor de manier waarop de cursusleiders straks met ouders moeten gaan werken. Het gaat hierbij om een werkwijze die is gebaseerd op de principes van empowerment, waarbij het versterken van de eigen competentie en het zelfvertrouwen van de deelnemers voorop staat.

Trainers moeten in staat zijn om een leerproces te stimuleren waarbij deelnemers aan de training een actieve inbreng hebben en zelf verantwoordelijkheid nemen voor hun eigen leerdoelen. Trainers moeten verder goed op de hoogte zijn van de inhoud en het doel van de oudercursus en actuele (theoretische) kennis hebben over:

- de sociale leertheorie en het omgaan met gedragsproblemen van kinderen;
- opvoedingsondersteuning en de vaardigheidstrainingen voor ouders;
- inzicht in de opvoedingsvragen en problemen van (allochtone) ouders;
- groepsprocessen en de dynamiek van het werken met groepen;
- de opvoeding vanuit verschillende culturele achtergronden.

Trainers moeten als het ware boven de stof staan en kunnen beoordelen welke kennis relevant is op het niveau van de cursusleiders en op het niveau van de oudercursus. Ze hebben een belangrijke voorbeeldfunctie in het toepassen van communicatieve vaardigheden, het omgaan met een groep en het presenteren van inhoudelijke informatie uit de oudercursus. Naast kennis zijn het vooral de houding en vaardigheden die een persoon tot een echte trainer maken die cursisten kan inspireren en de kracht uit de groep zelf weet te halen. De vaardigheden die een trainer nodig heeft zijn:

- goede communicatieve vaardigheden (kunnen inspireren en motiveren);
- leiding kunnen geven aan een groep, overzicht hebben;
- kunnen creëren van een goede leeromgeving waarin deelnemers hun eigen competenties verder kunnen ontwikkelen;
- discussies kunnen leiden en op een hoger niveau kunnen tillen (samenvatten/kern benoemen/relevante informatie toevoegen);
- overzicht hebben over het geheel (wisselwerking taak en proces);
- didactische vaardigheden: informatie op een heldere manier kunnen overbrengen, uiteenlopende werkvormen en oefeningen kunnen leiden die een beroep doen op de verschillende leerstijlen van deelnemers aan een training;
- rollenspel kunnen leiden en feedback kunnen organiseren, persoonlijk leerprocessen en zelfreflectie bij deelnemers kunnen stimuleren en aanwezige competenties versterken;
- kunnen bewaken van een trainingsprogramma, enerzijds vasthouden aan een bepaalde lijn en structuur en anderzijds ook kunnen inspelen op vragen van deelnemers en kunnen improviseren;
- time-management en prioriteiten kunnen bepalen bij verschillende behoeften of belangen in de groep;
- kunnen omgaan met weerstand en moeilijke momenten;
- modeling: bewust kunnen hanteren van de eigen voorbeeldrol in het overdragen van vaardigheden en houding, zoals bijvoorbeeld een voorbeeldrol in cultuursentief werken en een cultuursensitieve houding.

Het is wenselijk dat trainers zelf ervaring hebben in het begeleiden van groepsbijeenkomsten met ouders en de oudercursus Opvoeden & Zo ook zelf een keer hebben uitgevoerd. Het vergroot de eigen geloofwaardigheid als trainer. Ze zijn dan bovendien beter ingevoerd in de specifieke aandachtspunten of moeilijkheden die zich kunnen voordoen bij de uitvoering van de cursus.

Het werken op verschillende niveaus, het trainen van beroepskrachten die op hun beurt weer kennis en vaardigheden aan ouders overdragen, maakt het geven van de training Opvoeden & Zo niet gemakkelijk. Het is net als een doosje dat je open doet waarin weer een nieuw doosje zit et cetera. Vanwege deze moeilijkheidsgraad en het kunnen denken op metaniveau hebben trainers meestal een universitaire opleiding of hbo met voortgezette opleiding. Bij voorkeur hebben trainers ervaring met trainingen en deskundigheidsbevordering voor beroepskrachten en vrijwilligers in het werkveld opvoedingsondersteuning.

Aspirant trainers die aan dit profiel voldoen kunnen door het NJi gecertificeerd worden. In 2006 is dit eenmalig groepsgewijs gebeurd: bestaande trainers van het oude Opvoeden: zó! kwamen bijeen in een trainersbijeenkomst (implementatiebijeenkomst) en kregen vervolgens een certificaat en een

trainersdraaiboek overhandigd. Daarmee zijn ze gekwalificeerd om de training aan cursusleiders in hun eigen werkgebied te verzorgen en staan zij als erkend trainer geregistreerd bij het NJi.

De bijlagen uit het draaiboek en andere zaken, zoals een trainerslijst waarop aspirant cursusleiders een trainer kunnen zoeken, worden standaard digitaal verzonden aan bestellers van het draaiboek. In de loop der jaren na 2006 is op basis van bovenstaande eisen en competenties af en toe een trainer toegevoegd aan de lijst van gecertificeerde trainers van het NJi.

### *Training van cursusleiders*

Het draaiboek voor de oudercursus is vrij te bestellen bij Buro Extern in Alkmaar. Doordat het materiaal vrij verkrijgbaar is en de training van cursusleiders via een train-de-trainers traject is overgedragen aan een beperkt aantal instellingen/personen, wordt de training van cursusleiders landelijk niet verplicht gesteld, maar wel sterk aangeraden. Aspirant cursusleiders die het NJi contacteren omdat ze geen training kunnen volgen, krijgen het advies om een of meerdere cursussen mee te lopen met een ervaren cursusleider.

De training voor cursusleiders richt zich vooral op oefenen met kernonderdelen van de oudercursus en het werken met groepen ouders op een manier die de eigen kracht van ouders versterkt. In de training wordt slechts beperkt aandacht besteed aan de ontwikkeling van kinderen, veel voorkomende opvoedingsproblemen, de uitgangspunten voor opvoedingsondersteuning en de te behandelen opvoedingsvaardigheden. Deze kennis wordt als bekend verondersteld voor professionals in de opvoedingsondersteuning of staat beschreven in het cursusdraaiboek. Het draaiboek bevat concrete handvatten voor de toepassing van de opvoedingsvaardigheden en de overdracht daarvan aan een groep ouders. Ook voor cursusleiders is een profiel opgesteld dat trainers kunnen gebruiken bij de werving van deelnemers. Aspirant cursusleiders moeten beschikken over basiskennis van de ontwikkeling van kinderen en veel voorkomende opvoedingsvragen- en problemen van ouders. Culturele sensitiviteit zoals aandacht voor de eigen 'culturele bril'; kennis over verschillende culturele achtergronden (zonder daarbij te generaliseren) en kunnen omgaan met diversiteit in opvoeden wordt ook gezien als een basiscompetentie van professionals die in de opvoedingsondersteuning werkzaam zijn. Daarnaast moet men kwaliteiten bezitten voor het werken met groepen ouders, zoals het kunnen leiden van een groepsgesprek en activeren van de inbreng van ouders. Een belangrijke voorwaarde om deel te kunnen nemen aan de training is dat professionals concrete plannen hebben om een oudercursus te gaan geven of daadwerkelijk de mogelijkheid hebben om dat in hun bestaande werk in te passen. Zo mogelijk houden trainers vooraf een aanmeldingsgesprek om gerichte informatie te geven over de inhoud en zwaarte van het trainingsprogramma. Men kan deelnemers ook vooraf een formulier laten invullen om zicht te krijgen op aanwezige ervaring en motivatie.

Zie verder Implementatie.

---

### **Kwaliteitsbewaking**

Er is geen systeem van kwaliteitsbewaking. Certificering van trainers is een vereiste en van cursusleiders wordt die sterk aanbevolen (zie opleiding en competenties). De

trainers die in 2006 de train-de-trainerbijeenkomst bij het NJi hebben gevolgd hebben een certificaat gekregen. Hierna is geen training of aanvullende deskundigheidsbevordering meer vanuit het NJi aangeboden; soms krijgt een aspirant trainer een certificaat op basis van het beschreven profiel bij opleiding en competenties. Het NJi houdt een lijst van gecertificeerde trainers bij. Professionals die de cursus willen geven aan ouders wordt sterk aangeraden een training te volgen bij een door de ontwikkelaar getrainde/aangewezen trainer.

---

### **Randvoorwaarden**

Ter wille van de kwaliteit van de uitvoering van Opvoeden & Zo worden de volgende voorwaarden (sterk) aangeraden:

1. Training cursusleiders. Cursusleiders hebben voorafgaand aan de uitvoering een training gevolgd die door een gecertificeerde trainer is gegeven.
  2. Inbedding van de cursus in het instellingsaanbod en lokale reguliere aanbod. Begeleiders kunnen alleen maar op een kwalitatief verantwoorde wijze werken als hun instelling hen daartoe tijd en ruimte biedt en hen steunt en stimuleert bij de voorbereiding en uitvoering van de activiteit. Met name de werving van ouders uit de beoogde doelgroep vraagt vaak een extra investering in tijd, en ook inspanningen van andere instellingen en professionals. Voorwaarden voor een goede werving en toeleiding zijn dan ook: preventieve opvoedingsondersteuning is ingebed in het beleid van de instelling; de cursus een vanzelfsprekend onderdeel van het lokale reguliere aanbod en verwijzers zijn hiermee bekend.
  3. Twee cursusleiders. De cursus wordt bij voorkeur gegeven door twee cursusleiders die de taken onderling verdelen. Het is een pluspunt als cursusleiders van verschillende instellingen afkomstig zijn en elkaar qua netwerk en expertise kunnen aanvullen. In de praktijk is dat echter niet altijd haalbaar.
- 

### **Implementatie**

In 2006 zijn de materialen voor de cursus door de ontwikkelaar overgedragen aan het veld in een train-de-trainersbijeenkomst. Aspirant cursusleiders die een cursus willen volgen kunnen bij het NJi een trainerslijst opvragen. Bestellers van het draaiboek krijgen deze standaard gemaild. In de loop der jaren heeft de ontwikkelaar trainers aan de lijst toegevoegd op basis van ruime trainerservaring. Bestellers van het draaiboek krijgen eveneens standaard de bijlagen uit het draaiboek (de oudermaterialen) gemaild. De ontwikkelaar heeft een lijst van cursusleiders/personen die het draaiboek hebben besteld.

---

### **Kosten**

De kosten van de interventie voor de uitvoerende instelling zijn niet vastgesteld door de ontwikkelaar en verschillen per instelling/aanbieder.

Kosten voor materialen:

Cursuspakket (draaiboek en Nederlandse dvd) € 169,00

Draaiboek € 149,00

Dvd Nederlands € 29,95

Dvd vertaald in 4 talen (Turks, Marokkaans-Arabisch, Berber, Papiamentu) € 29,95

Dvd met Nederlandse gebarentaal en ondertiteling € 29,95

Pakket vertaalde oudermaterialen en vertaalde dvd € 49,95

Personele kosten:

Uitvoering door een cursusleider kost minimaal 24 uur.

Vorbereiding bijeenkomst 2 uur	6 x 2 = 12 uur
--------------------------------	----------------

Uitvoeren bijeenkomst 2 uur	6 x 2 = 12 uur
-----------------------------	----------------

-----

24 uur

Met het oog op de te bereiken doelgroep wordt in de praktijk van deelnemers doorgaans slechts een geringe bijdrage gevraagd.

---

## 5. Onderzoek naar praktijkervaringen

---

### **Onderzoek praktijkervaringen**

Most van Spijk en Hopstraten (1998) deden praktijkonderzoek naar Opvoeden & Zo waaruit bleek dat ouders die de cursus volgen meer zelfvertrouwen hebben, meer letten op positieve zaken bij hun kinderen en minder slaan. Ook bleek uit dit onderzoek dat de beoogde doelgroep werd bereikt en dat er sprake was van een hoge mate van cliënttevredenheid. De onderzoeksmethode bestond uit interviews met 34 ouders 1- 2 maanden nadat zij deelnamen aan de cursus, interviews met 13 cursusleiders en vragenlijsten voor 55 ouders die een herhalingsbijeenkomst bijwoonden.

Ook Roos (2008) deed in de praktijk onderzoek onder 9 moeders uit een achterstandswijk die de cursus volgden. De moeders gaven onder meer aan dat zij de opvoedingsvaardigheden aandacht geven en prikken meer inzetten, meer zelfvertrouwen te hebben, en dat de sfeer in huis was verbeterd. De onderzoeksmethode bestond uit een voormeting door interviews, nameting door vragenlijsten onder de moeders en een gesprek met de directie van de school waar de moeders de cursus volgden.



---

## 6. Onderzoek naar de effectiviteit

---

### **Onderzoek in Nederland**

Recent effectonderzoek naar Opvoeden & Zo ontbreekt. De laatste onderzoeken dateren uit 1995 (Blom, Gural, Van 't Hoff & Van Lith) en 1997 (Albertz ).

### **Onderzoek naar vergelijkbare interventies**

Uit twee verschillende wetenschappelijke buitenlandse onderzoeken naar respectievelijk Triple P niveau 2 en Triple niveau 3, bleek onder meer dat het disfunctioneel ouderschap significant verminderd was en dat ouders significant minder gedragsproblemen bij hun kind rapporteerden (Zubrick e.a., 2002; Turner & Sanders, 2003)

---

## 7. Aangehaalde literatuur

---

Albertz, N.T.W.M. (1997). *Wanneer werkt Opvoeden: zó!? Een onderzoek naar effectbepalende condities van preventieve oudercursussen*. Doctoraalscriptie. Nijmegen: Katholieke Universiteit Nijmegen, Afd. Empirische Gezinspedagogiek.

Alink, L., IJzendoorn, R. van, Bakermans-Kranenburg, M., Pannebakker, F., Vogels, T., & Euser, S. (2011). *Kindermishandeling in Nederland anno 2010: De tweede nationale prevalentiestudie mishandeling van kinderen en jeugdigen (NPM-2010)*. Leiden: Universiteit Leiden (Leiden Attachment Research Program).

Barlow (1999). *Systematic review of the effectiveness of parent-training programmes in improving behavior problems in children 3-10 years: A review of literature on parent training programmes and child behavior outcome measures (pp. 1-40)*. Oxford: University of Oxford, Health Services Research Unit.

Barlow, J., Coren, E., & Stewart-Brown, S. (2002). Meta-analysis of the effectiveness of parenting programmes in improving maternal psychosocial health. *British Journal of General Practice*, 52, 223-233.

Barlow, J., Shaw, R. & Stewart-Brown, S. (2004). *The effectiveness of parenting programmes for ethnic minority parents*. York: Joseph Rowntree Foundation.

Barlow, J., Coren, E. & Stewart-Brown, S. (2005). Parent-Training Programmes for Improving Maternal Psychosocial Health. *Campbell Systematic Reviews 2005.3*. The Campbell Collaboration.

Barlow, J., Smailagic, N., Huband, N., Roloff, V. & Bennett, C. (2012). Group-based parent training programmes for improving parental psychosocial health. *Campbell Systematic reviews 2012:15*. The Campbell Collaboration.

Blom, S., Gural, S., Van 't Hoff, L., & Van Lith, N. (1995). *Hoezo? Opvoeden: zó!. Evaluatieonderzoek oudercursus Opvoeden: zó!* Amsterdam: Universiteit van Amsterdam, Onderzoeksscriptie Vakgroep Pedagogische Wetenschappen.

Bunting, L. (2004). Parenting Programmes: The best Available Evidence. *Child Care in Practice*, Vol. 10, No. 4, October 2004, pp. 327-343.

Bucx, F. (2011). Gezinsrapport 2011. *Een portret van het gezinsleven in Nederland*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Coie, J.D. (1996). *Prevention of violence and antisocial behaviour*. Thousand Oaks, CA; Sage Publications.

Euser, E.M. (2009). Nederlandse Samenvatting. In: *Child maltreatment: prevalence and risk factors (dissertation)*. Leiden: Universiteit Leiden. Verkrijgbaar via: <https://openaccess.leidenuniv.nl/bitstream/1887/14481/9/Nederlandse+samenvatting+dissertatie+Euser.pdf>

Gerris, J.R.M., Vermulst, A.A., Van Boxtel, D.A.A.M., Janssens, J.M.A.M., Van Zutphen, R.A.M., & Felling, A.J. (1993) *Parenting in Dutch Families*. Nijmegen: ITS.

Griner, D., & Smith, T. B. (2006). Culturally adapted mental health intervention: A meta-analytic review. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 43(4), 531-548.

Huey, S. J. J., & Polo, A. J. (2008). Evidence-based psychosocial treatments for ethnic minority youth. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 37(1), 262-301.

IJzendoorn, M.H. van, Prinzie P., Euser, E.M., Groenveld, M.G., Brilleslijper-Kater, S.N., Noort-van der Linden, A.M.T. van, Bakermans-Kranenburg, M.J., Juffer, F., Mesman, J., Klein Velderman, M., & San Martin Beuk, M. (2007). *Kindermishandeling in Nederland anno 2005: De Nationale Prevalentiestudie Mishandeling van Kinderen en Jeugdigen (NPM-2005)*. Leiden: Algemene en Gezinspedagogiek-Datatheorie, Universiteit Leiden.

Ince, D. (2013) *Wat werkt in opvoedingsondersteuning?* Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut.

Janssen, H., Blokland, G. & Ligtermoet, I. (2006). *Opvoeden & Zo. Draaiboek voor een oudercursus*. Utrecht: NIZW Jeugd.

Most van Spijk, M., & Hopstaken, N. (1998). *Lessen voor het leven. Ervaringen van Turkse, Marokkaanse en Nederlandse ouders met de cursus Opvoeden: zó! in Utrecht*. Utrecht: GG en GD Utrecht.

Klein Velderman, M. & Pannebakker, F.D. (2008). *Primaire preventie van kindermishandeling: Bekende, gebaande en gewenste paden*. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven.

Kumpfer, K.L., & Alvarado, R. (1995). Strengthening families to prevent drug use in multi-ethnic youth. In G. Botvin, S. Schinke, & M. Orlandi (Eds.). *Drug abuse prevention with multi-ethnic youth* (pp. 255-294). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Loeber, R. & Farrington, D. P. (1998). Never too early, never too late: Risk factors and successful interventions for serious and violent juvenile offenders. *Studies on Crime & Crime Prevention*, 7, 7-30.

MacKenzie, M.J., Nicklas, E., Brooks-Gunn, J., & Waldfogel, J. (2011). Who spansks infants and toddlers? Evidence from the fragile families and child well-being study. *Children and Youth Services Review*, 33, 1364-1373.

Moran, P., Ghate, D., & van der Merwe, A. (2004). *What works in parenting support? A review of the international evidence*. London: Department for Education and Skills.

Patterson, G.R. (1982). *Coercive family process*. Eugene, OR: Castalia. Thomas, H., Camiletti, Y., Cava, M., Feldman, R., Underwood, J. & Wade, K. (1999). *Effectiveness of parenting groups with professional involvement in improving parent and child outcomes*. Ohio: Effective Public Health Practice Project.

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

Ronan, K.R., Canoy, D. F. & Burke, K. J. (2009) Child maltreatment: Prevalence, risk, solutions, obstacles, *Australian Psychologist*, 44, 195-213.

Roos, P. (2008) *Opvoeden in Osdorp. Onderzoek naar de positieve opbrengst van een opvoedcursus in een achterstandswijk*. Amsterdam: Educatieve Hogeschool. Te downloaden op <http://kennisbank.hva.nl/document/219036>.

Sanders, M.R., Dadds, C.M. & Turner, K.M.T. (2003). Theoretical, scientific and clinical foundations of the Triple P- Positive Parenting Program: A population approach to the promotion of parenting competence. *Parenting research and practice monograph*, 1, 1-21.

Thomas, H., Camiletti, Y., Cava, M., Feldman, R., Underwood, J. & Wade, K. (1999). *Effectiveness of parenting groups with professional involvement in improving parent and child outcomes*. Ohio: Effective Public Health Practice Project.

Watson, J., White, A., Taplin, S. & Huntsman, L. (2005). *Prevention and Early Intervention*. Literature Review. NSW Department of Community Services.

Wilson, S.R., Rack, J.J., Shi, X., & Norris, A.M. (2008). Comparing physically abusive, neglectful, and non-maltreating parents during interactions with their children: A meta-analysis of observational studies. *Child Abuse & Neglect*, 32, 897–911.

Zeijl, E., Crone, M., Wiefferink, K., Keuzenkamp, S. & Reijneveld, M. (2005) *Kinderen in Nederland*. Den Haag/ Leiden: SCP en TNO.

Zubrick, S.R., Northey, K., Silburn, S.R., Lawrence, D., Williams, A.A., Blair, E., Robertson, D & Sanders, M. R. (2002). *Prevention of child behavior problems through universal implementation of a group behavioral family intervention* (submitted).

## 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.

