

Cursus OuderTeam: ondersteun je de ouders, dan ondersteun je het kind.

Een onderzoek naar de ervaringen van ouders na deelname aan de cursus OuderTeam



Nina Kagie, S1102063
Organisatie: het lectoraat Ouderschap en Ouderbegeleiding, hogeschool Leiden
Opdrachtgever: Jolien Grolleman
Modulecode: TPH(DU)48A-02 & -03
Datum: 11-10-2022
Begeleidend docent: Bertine Zech
Examinator: Suzanne Slotboom
Kans: 2

"Door het inleveren van dit werkstuk verklaar ik dat het werkstuk eigen werk is en dat het vrij is van plagiaat".

Voorwoord

Beste lezer,

Voor u ligt het onderzoeksrapport naar de cursus 'OuderTeam'. Dit onderzoeksrapport is geschreven door Nina Kagie en opgesteld in het kader van een afstudeeropdracht voor de studie 'Toegepaste psychologie'. Aan het begin van mijn vierde jaar van de studie heb ik een gastles bijgewoond van het lectoraat Ouderschap en Ouderbegeleiding. Hier is mijn interesse ontstaan in het ouderschap en alles wat hierbij komt kijken.

Tijdens de ontwikkeling van dit onderzoeksrapport hebben verschillende mensen een bijdrage geleverd. Deze mensen zou ik graag willen bedanken. Allereerst wil ik mijn opdrachtgever, Jolien Grolleman, bedanken voor de fijne samenwerking en voor de vrijheid die mij gegeven is om dit onderzoek uit te voeren.

Daarnaast wil ik alle respondenten bedanken voor het meewerken aan dit onderzoek. Mijn SLB docent, Vivian Wijsman, wil ik graag bedanken voor de fijne contactmomenten. Als laatst wil ik ook mijn begeleider, Bertine Zech, bedanken voor alle begeleidingsmomenten en de fijne communicatie. Elke week stond zij klaar om mij verder te helpen met alle vragen die ik had wat betreft mijn onderzoek.

Samenvatting

Onderzoek wijst uit dat de opvoeding van het kind het meest bijdraagt aan de ontwikkeling van het kind. Tegenwoordig hebben ouders veel verschillende ballen die zij omhoog moeten houden. Naast het opvoeden van het kind onderhouden zij het gezin, proberen zij een ondersteunende partner te zijn en een fijne vriend/familielid. Ouders hebben het dus erg druk, daarom is het goed om ouders te ondersteunen waar het kan. Gedurende de opvoeding ligt de focus voornamelijk op het kind. Het lectoraat Ouderschap en Ouderbegeleiding van de Hogeschool Leiden benadert de opvoeding via een andere hoek. Het lectoraat stelt dat ouders die gelukkig zijn en een positieve (samenwerkings-)relatie hebben, beter in staat zijn om positief opvoedgedrag te vertonen. Daarom houdt het lectoraat zich bezig met het ondersteunen van ouders in de opvoeding door de (samenwerkings-)relatie tussen de ouders te versterken. Om deze relatie te versterken heeft het lectoraat een cursus ontwikkeld. Het doel van deze cursus, OuderTeam, is om de ouders goed voor te bereiden op het ouderschap en hiermee de (samenwerkings-)relatie te versterken.

Het lectoraat vraagt zich af hoe de ouders de cursus ervaren. De cursus is ontwikkeld voor de ouders en de ouders leveren zelf ook een bijdrage aan de cursus, daarom is het belangrijk om hier meer zicht op te krijgen. Met deze informatie kan het lectoraat evalueren of de vooropgestelde doelen van de cursus worden behaald. Het doel van dit onderzoek is te onderzoeken welke ervaringen ouders hebben opgedaan naar aanleiding van hun deelname aan de cursus OuderTeam. Het tweede doel van dit onderzoek is te evalueren of de doelen van de cursus OuderTeam worden bereikt. Met de informatie opgedaan in dit onderzoek wordt er een terugkoppeling gegeven aan het lectoraat Ouderschap en Ouderbegeleiding. In deze terugkoppeling wordt er een advies gegeven ter verbetering van de cursus.

De hoofdvraag van dit onderzoek luidt als volgt; *Hoe ervaren de deelnemende ouders de cursus OuderTeam?*

Om deze vraag te beantwoorden is er kwalitatief onderzoek uitgevoerd en zijn er resultaten gebruikt uit de al afgenomen enquêtes. Er zijn interviews afgenomen bij acht verschillende ouders die de cursus hebben afgerond.

Uit de resultaten van de interviews is het volgende naar voren gekomen; de ouders bezitten, volgens de ouders, kennis over de volgende thema's die aanbod komen binnen de cursus OuderTeam; communicatie, conflicthantering en een klein beetje hechting. Daarnaast hebben de ouders ook veel kennis opgedaan over de veel voorkomende veranderingen die het ouderschap met zich meebrengt. De ouders geven aan veel communicatieve vaardigheden en verschillende technieken te hebben aangeleerd. Deze technieken worden toegepast wanneer er zich een conflictsituatie voordoet, wanneer ouders verwachtingen uit willen spreken of wanneer zij gevoelens naar elkaar willen uiten. Er kan geconcludeerd worden dat de ouders ervaren dat de opgestelde doelen van de cursus OuderTeam deels worden bereikt. Ouders geven aan dat zij elkaar, door de cursus, effectief kunnen ondersteunen en effectief met elkaar kunnen communiceren over onderwerpen die het ouderschap met zich mee brengt. Daarnaast geven ouders aan dat deze cursus ze voor een deel heeft voorbereid op de veel voorkomende veranderingen die plaatsvinden tijdens het ouderschap.

Toch heeft de cursus de ouders niet volledig voorbereid op alle veranderingen. De meeste ouders geven aan dat een gehele voorbereiding niet mogelijk is. Om deze reden zijn niet alle doelen van de cursus volledig bereikt, maar is er volgens de ouders wel het meeste uitgehaald als wat erin zat. Ouders geven aan dat zij de fysieke bijeenkomsten liever in een grotere groep bijwonen. Tenslotte blijkt uit de resultaten dat ouders het meest hebben gehad aan het delen van ervaringen met andere stellen.

Op basis van deze conclusie zijn er aanbevelingen gedaan; het eerste advies is om het thema hechting uit de cursus te halen of op zo'n manier aan te passen dat de ouders het

meer tot hun eigen kind kunnen betrekken. Het tweede advies is om binnen de cursus meer ruimte en tijd te creëren voor het delen van ervaringen tussen de stellen. Het derde advies is om bij de online bijeenkomsten meer rekening te houden met de spreektijd van ouders en om bij de fysieke bijeenkomsten de groepen ouders groter te maken tot ongeveer zes stellen. Het laatste advies is om de bijeenkomsten wat in te korten.

Summary

Research shows that the upbringing of the child contributes the most to the development of the child. These days parents have a lot of responsibilities. In addition to raising their child, they support their family and take up different roles like a supporting partner, great friend or relative.

Because of their busy lives, it is important to support parents where possible. The research group 'Ouderschap en Ouderbegeleiding' at the Hogeschool Leiden found out that parents who are happy and have a positive (cooperative) relationship are more capable to display positive parenting behaviour.

This is why the research group is involved with supporting parents in their parenting by strengthening the (cooperative) relationship between the two parents. In order to strengthen this relationship, a course was developed. The purpose of this course 'OuderTeam' is to properly prepare the parents for parenthood and thereby strengthen their (cooperative) relationship.

An aspect in which the research group is interested in, is how the parents experience 'OuderTeam'. This course has been developed for the parents, so it is important to gain more insight into their reception of it.

One aim of this study is to investigate what experiences parents have gained from their participation in the 'OuderTeam' course.

The second aim of this study is to evaluate whether the goals of the course are being achieved. With the information gained in this study, feedback is given to the research group. Within this feedback, advice is given in how to improve the course.

The main question of this research is thus as follows; How do the participating parents experience the 'OuderTeam' course? In order to answer this question, qualitative research has been carried out. Interviews were conducted with eight different parents who completed the course.

Through these interviews it was found out that the parents gained knowledge about the following themes that are offered within the 'OuderTeam' course; communication, conflict management and a little bit of attachment.

In addition, the interviewed parents have also gained a lot of knowledge about the common changes that parenthood entails.

They indicate that they have learned many communication skills and different techniques in communicating. These are techniques that can be used whenever a conflict situation arises or, when parents want to express their expectations or feelings towards each other.

It can thus be concluded that the parents report that the goals of the 'OuderTeam' course are partly achieved. Parents indicate that thanks to this course they are able to support each other more effectively and successfully communicate with each other about topics that parenthood entails. In addition, parents are better prepared for the changes that occur during parenthood. However, the course has not fully prepared the parents for all these changes. Most parents indicate that being complete preparation is not possible. For this reason, not all objectives of the course have been fully realised. Parents also indicate that they would prefer to attend the physical meetings in a larger group setting. Lastly, the results show that parents have benefited the most from sharing experiences with other couples.

Recommendations have been made on the basis of this conclusion. The first advice is to remove the theme of attachment from the course or to adapt it in such a way that the parents can adjust it more to their own situation and experiences with their child. The second advice is to create more space and time within the course for sharing experiences between the couples. The third advice is to pay more attention, during online meetings, to the time that parents take when speaking and to increase the groups of parents at the physical meetings to about six couples. The last advice is to shorten the time of the meetings by a bit.

Inhoud

Voorwoord	1
Samenvatting	2
Summary	4
Inhoud	5
Inleiding	7
Theoretisch kader	10
2.1 Inhoud cursus OuderTeam	11
2.1.1 3 G's: gevoelens, gedachten, gesprek	12
2.1.2 Communicatie en conflict tussen partners	12
2.1.3 Taakverdeling	13
2.1.3 Hechting	13
2.2 Inhoud verwerkt in cursus	15
2.2.1 Communicatie binnen cursus	15
2.2.2 Taakverdeling binnen cursus	15
2.2.3 Hechting binnen cursus	15
2.3 Evaluatie van een cursus	16
2.4 Transfer van training	17
2.4.1 Self-efficacy	17
2.5 Conclusie	18
3. Methode	19
4. Resultaten	22
4.1 Algemene indruk	22
4.2 Kennis	24
4.2.1 3G	24
4.2.2 Communicatie en conflicthantering	24
4.2.3 Hechting	24
4.2.4 Veranderingen	25
4.3 Vaardigheden	26
4.3.1 Communicatie	26
4.4 Doelen	28
4.4.1 Positieve (samenwerkings-) relatie	28
4.4.2 Voorbereid op de veranderingen	29
4.5 Overige relevante resultaten	30
4.5.1 Online en fysiek	30
4.5.2 Overig	30
5. Conclusie en aanbevelingen	32
5.1 Conclusie	32
5.2 Aanbevelingen	33
5.2.1 Inhoud cursus	33
5.2.2 Uitvoering cursus	33
6. Discussie	35
7. Literatuurlijst	36
8. Bijlagen	38
8.1 Informatiebrief	38

8.2 Toestemmingsverklaringformulier	40
8.3 Topiclijst	41

1. Inleiding

“Je moet er altijd zijn voor je kind, je moet het voortdurend stimuleren, je moet er altijd gelukkig mee zijn. Het resultaat was dat we zijn gaan denken dat een perfect gelukkig kind het resultaat is van een perfect goede opvoeding, dat is nu de norm” vermeldt een artikel in de Trouw (Welgraven, 2010).

Tegenwoordig heerst er een bepaald beeld over ouderschap, dit beeld stelt dat een goede opvoeding maakbaar is. Verschillende deskundigen beweren dat de opvoeding van het kind het meest bijdraagt aan de ontwikkeling van het kind. Wanneer een kind een ‘goede’ opvoeding krijgt, kan men ervan uitgaan dat dit kind zich in de loop van de jaren goed ontwikkelt (Gravesteyn, 2015).

Ouders hebben tegenwoordig veel verschillende ballen die zij omhoog moeten houden. Naast het opvoeden van een kind houden zij zich bezig met het onderhouden van een gezin, een ondersteunende partner zijn en een ‘goede’ vriend/familielid zijn. Kortom, er wordt veel gevraagd van ouders. Daarom is het belangrijk om ouders te ondersteunen waar het kan.

Het lectoraat Ouderschap en Ouderbegeleiding van de hogeschool Leiden, focust zich op het ondersteunen van ouders in de opvoeding van het kind. Dit is dan ook de missie van het lectoraat; het ondersteunen van ouders in de opvoeding. Het lectoraat Ouderschap en Ouderbegeleiding stelt dat het welzijn van de ouders erg belangrijk is voor een succesvolle ontwikkeling van het kind. Ouders die zich gelukkig voelen en een sterke (samenwerkings-)relatie hebben, zijn beter in staat om positief opvoed gedrag te vertonen dan ouders die dit niet hebben (*Over het lectoraat*, 2019).

Een sterke (samenwerkings-)relatie zorgt dat het kind in een omgeving opgroeit waar er weinig sprake is van onenigheid en stress (Feinberg & Kan, 2008). Hoe de (samenwerkings-)relatie effect heeft op het opvoedgedrag van ouders en hoe dit invloed heeft op het kind staat verder toegelicht in het theoretisch kader.

Het lectoraat Ouderschap en Ouderbegeleiding is continu bezig met achterhalen hoe de samenleving en professionals, ouders het beste kunnen ondersteunen.

Het lectoraat helpt mee door kennis over het thema ‘ouderschap’ te verspreiden onder zorgprofessionals en de samenleving via verschillende projecten en het onderwijs (*Over het lectoraat*, 2019).

Een van de projecten waar het lectoraat Ouderschap en Ouderbegeleiding zich mee bezighoudt, is het project OuderTeam. OuderTeam is een cursus ontwikkeld voor aanstaande ouders. De cursus OuderTeam is een vertaling van het op feiten gebaseerde programma ‘Family Foundations’ uit Amerika (J. Grolleman, persoonlijke communicatie, 6 april 2022; Feinberg & Kan, 2008).

Tijdens de opvoeding van het kind ligt de focus tegenwoordig veel op het kind zelf. Vragen als ‘wat heeft een kind nodig?’ en ‘hoe kan je een kind het beste opvoeden?’ zijn vragen die tijdens de opvoeding van het kind vaak door ouders en door professionals worden gesteld. Het lectoraat benadert de opvoeding van het kind via een andere hoek.

Onderzoek wijst uit dat, vlak na de geboorte, het aantal conflicten en negatieve communicatie tussen partners toeneemt. Dit heeft niet alleen effect op het welzijn van de ouders, maar ook op de ontwikkeling van het kind (Kluwer, 2010).

Bij een succesvolle partnerrelatie en succesvol ouderschap is de samenwerking tussen ouders erg belangrijk. Met ‘de samenwerkingsrelatie’ tussen ouders wordt bedoeld: de manier waarop ouders het ouderschap coördineren, of ouders elkaar tijdens het ouderschap ondersteunen of juist ondermijnen en hoe ouders omgaan met conflicten wat

betreft de opvoeding van het kind (J. Grolleman, persoonlijke communicatie, 6 april 2022; Feinberg & Kan, 2008).

Het lectoraat Ouderschap en Ouderbegeleiding heeft een preventieve cursus ontwikkeld voor aanstaande ouders, deze cursus richt zich op het versterken van de (samenwerkings-)relatie tussen de ouders en daarmee op het welzijn van de ouders. De cursus wordt gegeven door zorgprofessionals die binnen het lectoraat zijn opgeleid tot OuderTeam-trainer.

Het doel van de cursus is om de ouders goed voor te bereiden op het ouderschap en hiermee hun (samenwerkings-)relatie te versterken (J. Grolleman, persoonlijke communicatie, 2022).

Het succes van de cursus wordt op dit moment geëvalueerd middels het afnemen van enquêtes bij ouders die de cursus hebben gevolgd en bij ouders die de cursus niet hebben gevolgd.

Met de antwoorden die uit de enquêtes komen, is er meer zicht op wat de ouders hebben meegekregen uit de cursus OuderTeam. Tot nu toe is er nog niks met de resultaten van deze enquêtes gedaan.

Alhoewel ouders na deelname al enquêtes invullen, gaat de evaluatie nog niet de diepte in. De ervaringen van ouders worden namelijk niet uitgevraagd. Wanneer er uit de enquête bijvoorbeeld duidelijk wordt dat een ouder door de cursus goed kan communiceren met zijn of haar partner, is het nog niet duidelijk welke gesprekstechnieken hij of zij inzet tijdens de communicatie. Om de evaluatie compleet te maken en nog meer zicht te krijgen op de ervaringen van ouders, moet er ook kwalitatief onderzoek plaatsvinden.

Het lectoraat Ouderschap en Ouderbegeleiding vraagt zich momenteel af hoe de ouders de cursus ervaren. Omdat de cursus is ontwikkeld voor de ouders en omdat de ouders zelf ook een bijdrage leveren aan de cursus, is het belangrijk om hier meer zicht op te krijgen. Met deze informatie kan het lectoraat evalueren of de vooropgestelde doelen van de cursus worden behaald. Deze doelen zijn terug te vinden in het theoretisch kader.

De adviesvraag van het lectoraat luidt dan ook als volgt: *'Bereikt de cursus het gewenste resultaat bij de ouders? En zo niet, wat moet er veranderen?'.*

Met behulp van kwalitatief onderzoek kan er meer gericht worden op het uitdiepen van de ervaringen van ouders. Dit komt doordat er ruimte is om op specifieke punten, die aan bod komen tijdens het onderzoek, door te vragen. Als aanvulling op dit kwalitatieve onderzoek, worden de resultaten van de al afgenomen enquêtes gebruikt.

Dit onderzoek richt zich daarom op het achterhalen van de ervaringen van ouders nadat zij hebben deelgenomen aan de cursus OuderTeam. Dit gebeurt via het afnemen van interviews en het analyseren van de enquêtes.

Er is gekozen om bij dit onderzoek te focussen op de thema's die aan bod komen tijdens de cursus OuderTeam.

Met de uitkomsten van deze studie krijgt het lectoraat zicht op wat er goed gaat binnen de cursus en wat er eventueel nog verbeterd kan worden. Daarnaast is het de verwachting dat, wanneer de cursus het gewenste resultaat bereikt, de cursus veel meer gepromoot kan worden onder alle aanstaande ouders in Nederland.

Naast het feit dat dit onderzoek belangrijk is voor de ouders en voor het lectoraat, is het om verschillende redenen ook belangrijk voor de rest van de maatschappij. De uitkomsten van dit onderzoek zijn bevorderend voor het succes van de cursus en dragen uiteindelijk bij aan een succesvolle ontwikkeling van de (samenwerkings-)relatie en het welzijn van de ouders. Zoals eerder benoemd, heeft dit uiteindelijk als gevolg: een succesvolle ontwikkeling van het kind.

Wanneer blijkt dat de cursus inderdaad effectief is en het dan ook de (samenwerkings-)relatie van de ouders bevordert, kan deze cursus ook elders worden ingezet. Dit kan gevolgen hebben voor hoe de maatschappij naar opvoeding kijkt. In plaats van dat er namelijk alleen wordt gekeken naar de opvoeding als iets dat alleen op het kind gefocust moet zijn, worden ook de ouders er wellicht meer bij betrokken.

De onderzoeksvraag van mijn studie luidt als volgt:
'Hoe ervaren de deelnemende ouders, de cursus OuderTeam?'

Doelstellingen

Het eerste doel van dit onderzoek is het onderzoeken welke ervaringen ouders hebben opgedaan naar aanleiding van hun deelname aan de cursus OuderTeam.

Het tweede doel van dit onderzoek is, om te evalueren of de doelen van de cursus OuderTeam worden bereikt.

Het laatste doel van dit onderzoek is om, met de informatie opgedaan in dit onderzoek, een terugkoppeling te geven aan het lectoraat Ouderschap en Ouderbegeleiding. In deze terugkoppeling worden de belangrijkste uitkomsten van het onderzoek uitgebreid besproken en wordt er advies gegeven ter verbetering van de cursus.

2. Theoretisch kader

Tijdens de overgang van de partnerrelatie naar een ouderschapsrelatie verandert er veel voor partners.

In plaats van dat er alleen oog is voor elkaar, wordt er een derde persoon toegevoegd aan de relatie. Deze derde persoon, de baby, brengt veel veranderingen met zich mee. Zo verschuift de aandacht die eerst exclusief voor elkaar was, naar de derde persoon in de relatie. De overgang van de partnerrelatie naar het ouderschap wordt gezien als een erg intense en emotionele periode.

Naast dat het invloed heeft op de partnerrelatie, heeft het ook invloed op de financiële situatie en de familierelaties (Kluwer, 2010).

Het is een ingewikkeld en zwaar proces, wat veel aanpassing van alle partijen vergt.

Er zijn verschillende onderzoeken hierover die verschillende conclusies trekken.

Een aantal onderzoeken concluderen dat de tevredenheid van ouders met zichzelf en met de relatie na de bevalling toeneemt, terwijl andere juist het tegenovergestelde concluderen, namelijk dat de tevredenheid van ouders afneemt na de bevalling (Gravesteyn & Ketner, 2015).

Tijdens de overgang naar het ouderschap zijn er verschillende uitdagingen waar ouders mee te maken krijgen. Zo is de eerste uitdaging het creëren van een gelijke taakverdeling bij de opvoeding van het kind. De tweede uitdaging is de kans op het verliezen van de individualiteit als persoon. De laatste uitdaging waar ouders mee te maken krijgen zijn de invloeden van buitenaf. Hierbij wordt bedoeld op de invloed van beoordelingen en sociale normen, en de druk die ouders ervaren om zichzelf ook te ontwikkelen (Levesque, Bisson, Charton & Fernet, 2020). Deze uitdagingen kunnen invloed hebben op het welbevinden van de ouders. Zo kan er vaker een conflict ontstaan tussen ouders en vermindert de behoefte aan gezelschap (Cowan & Cowan, 1995).

De overgang naar het ouderschap brengt, zoals benoemd, dus grote verschuivingen in het welbevinden met zich mee. Onder relationeel welbevinden wordt de tevredenheid van partners in hun relatie bedoeld. Deze tevredenheid kan toenemen, door het opbouwen van een sterke (samenwerkings-)relatie (Levesque et al., 2020).

Alle veranderingen die partners doormaken in de transitie naar het ouderschap kunnen ervoor zorgen dat ouders zich onzeker gaan voelen in het ouderschap of zich ongelukkig voelen in de relatie. De transitie naar het ouderschap en de verschuivingen in het welbevinden wat dit met zich meebrengt, kunnen uiteindelijk ook invloed hebben op de ontwikkeling van het kind. Wanneer een ouder niet goed in zijn of haar vel zit, kan dit er bijvoorbeeld voor zorgen dat de ouder zich niet volledig kan inzetten voor de opvoeding van het kind (Kaczynski, Lindahl, Malik & Laurenceau, 2006).

De samenwerkingsrelatie

De samenwerkingsrelatie tussen ouders bevat een aantal belangrijke aspecten die invloed hebben op de ontwikkeling van het kind.

Twee aspecten die in onderzoek naar voren komen, zijn aan de ene kant de ondersteuning die partners elkaar bieden tijdens ouderschap en aan de andere kant de ondermijning van gedrag tussen partners (Feinberg & Kan, 2008).

Onder het ondersteunen van de partner tijdens het ouderschap verstaat men; elkaar bevestiging geven wanneer iemand iets 'goed' doet als ouder, elkaar respecteren en waarderen en de normen en waarden die men als ouder heeft bij elkaar durven te uiten. Onder het ondermijnen van de partner wordt bedoeld; veel kritiek hebben op de andere en hem of haar vaak de schuld geven (Feinberg & Kan, 2008).

Verschuivingen suggereren dat een positieve (samenwerkings-)relatie belangrijk is voor de ontwikkeling van het kind (Feinberg & Kan, 2008).

Tijdens de overgang naar het ouderschap verandert er veel in de relatie, hierdoor kan het voorkomen dat partners zich ongerust of angstig voelen. Een gevoel van onrust of angst bij de ouders kan gevolgen hebben voor de ontwikkeling van het gedrag van het kind en voor de hechting tussen ouder en kind. Dit gevoel kan voorkomen worden wanneer partners elkaar goed ondersteunen (Feinberg & Kan, 2008).

Naast dat het ondersteunen van elkaar tijdens het ouderschap helpt bij het voorkomen of verminderen van angst, zorgt het er ook voor dat het kindje in een goede omgeving opgroeit waar er weinig sprake is van stress en onenigheid. Dit heeft een positief effect op stress gerelateerde fysiologische processen bij het kind. Wanneer dit niet gebeurt kan dit namelijk effect hebben op een aantal zaken; het slaappatroon van het kind, de aandacht die aan het kind wordt gegeven en het kalmeren wanneer men gestrest is (Feinberg & Kan, 2008).

Hoe de cursus OuderTeam bijdraagt aan de ontwikkeling van een positieve (samenwerkings-)relatie, wordt hieronder verder besproken.

2.1 Inhoud cursus OuderTeam

De cursus is ontwikkeld voor aanstaande ouders en voor ouders die in verwachting zijn van een (volgend) kind. In totaal bestaat de cursus uit vier groepsbijeenkomsten en twintig digitale modules.

De cursus is opgedeeld in twee gedeelten. Één gedeelte vindt plaats twee maanden voor de bevalling (de prenatale module) en één gedeelte vindt plaats twee maanden na de bevalling (de postnatale module).

Het is de bedoeling dat ouders, die deelnemen aan de cursus, beide gedeeltes volgen. Het doel van de cursus is om de ouders voor te bereiden op de transitie die zij doormaken van partnerrelatie naar ouderrelatie en alles wat hierbij komt kijken.

Met dit als hoofddoel, is de cursus opgedeeld in verschillende subdoelen:

Aanstaande ouders hebben een positieve (samenwerkings-)relatie:

- Ouders hebben kennis van het belang van een positieve samenwerkingsrelatie voor de ontwikkeling van het kind.
- Ouders hebben vaardigheden om hun partner te steunen, zowel praktisch als emotioneel.
- Ouders hebben vaardigheden om op een constructieve manier met elkaar te communiceren en partner conflicten adequaat met elkaar op te lossen
- Ouders communiceren met elkaar over wederzijdse behoeften en verwachtingen tijdens en na de zwangerschap, waaronder de taakverdeling.
- Ouders tonen waardering naar hun partner.

Aanstaande ouders zijn voorbereid op de veel voorkomende veranderingen in de transitie naar het ouderschap:

- Ouders hebben kennis over veel voorkomende tegenslagen en problemen die aanstaande of nieuwe ouders kunnen ervaren.
- Ouders hebben kennis van hechting, temperament en opvoeding.
- Ouders kunnen omgaan met stressvolle situaties door zelfzorg-technieken in te zetten, zoals ontspannende ademhaling.
- Ouders hebben vertrouwen in hun eigen kunnen in het (aanstaand) ouderschap

(OuderTeam, 2021).

De inhoud van de cursus richt zich op het versterken van de (samenwerkings-)relatie tussen de partners.

Dit maakt het einddoel van de cursus het stimuleren van een gezonde en een veilige opvoeding voor het kind.

Tijdens de uitvoering van de cursus wordt er gewerkt via een zogenaamde 'teambenadering'. Dit houdt in dat zowel de trainer als de ouders tijdens de cursus aan het woord zijn. Zo is er tijdens de oefeningen veel ruimte voor gesprek en het uitwisselen van ervaringen.

De thema's die aan bod komen tijdens de cursus zijn de volgende: 'communicatie tussen partners', 'onzekerheden en de verwachtingen van het ouderschap' en 'hoe omgaan met stressvolle, onverwachte situaties'. Deze thema's worden verder in het theoretisch kader besproken.

2.1.1 3 G's: gevoelens, gedachten, gesprek

In de cursus OuderTeam wordt er veel gewerkt met het 3G schema, dit staat voor; gevoelens, gedachten en gedrag. Het 3G model is gebaseerd op de 'rational emotive behavior therapy' (REBT) van Albert Ellis (1991).

Voor dit onderzoek is het van belang om te weten hoe dit model in elkaar steekt.

Het 3G model focust zich op de gevoelens, de gedachten en het gedrag van mensen. Volgens dit schema, staan deze drie aspecten allemaal met elkaar in verbinding. Hiermee wordt bedoeld dat de gevoelens of gedachten die mensen ervaren vaak invloed hebben op het gedrag wat mensen vertonen, en andersom. Wanneer men zich in een conflict of discussie bevindt, kan het voorkomen dat de emoties de overhand nemen. Het gevolg hiervan is dat het gedrag wat vertoond wordt soms niet op een lijn ligt met de gevoelens en de gedachten van iemand (Ellis, 1991).

Tijdens de transitie naar het ouderschap verandert er veel, om deze reden is er bij ouders meer kans op het ervaren van conflict. Tijdens conflictsituaties kunnen emoties wel eens de overhand nemen. Om deze reden heeft OuderTeam als doel om de ouders te laten oefenen met het vaker stil staan bij deze bovengenoemde drie G's (OuderTeam, 2021).

Binnen de cursus OuderTeam wordt er geprobeerd om ouders bewust te maken dat gevoelens, gedachten en gesprek allemaal met elkaar verbonden zijn. Wanneer ouders zich bijvoorbeeld in een conflict bevinden, worden zij aangemoedigd om de situatie tijdelijk te pauzeren en hier op een afstand naar te kijken.

Op deze manier wordt er stilgestaan bij de vraag 'wat voel ik nu?' of 'wat zijn mijn gedachten hierover?' (OuderTeam, 2021).

2.1.2 Communicatie en conflict tussen partners

Uit onderzoek blijkt dat het onderhouden van de relatie afneemt nadat de transitie naar het ouderschap is gemaakt. Onder het onderhouden van de relatie verstaat men; de communicatie tussen partners over het bespreken van problemen, het uiten van gevoelens en behoeftes en het tegemoetkomen van elkaars behoeftes (Curran, Hazen, Jacobvitz & Feldman, 2005). De komst van een nieuwe baby brengt veel veranderingen met zich mee, zoals veranderingen in de taakverdeling. Door deze drukte en deze veranderingen is er voor ouders minder tijd om aandacht aan elkaar te geven. Om deze reden is het onderhouden van de relatie door het uiten van gevoelens en intimiteit des te belangrijker (Curran et al., 2005).

Duidelijke communicatie tussen ouders helpt bij het uiten van gevoelens. Daarom is het dus erg belangrijk voor het onderhouden van een sterke partnerrelatie. Om deze redenen is 'communicatie tussen de ouders' een thema wat uitgebreid behandeld wordt tijdens de cursus OuderTeam, en ook een thema wat verdere uitleg behoeft voor dit onderzoek.

Vele onderzoeken wijzen uit dat partners die net ouders zijn geworden namelijk meer conflict en onenigheid ervaren dan vóór het ouderschap (Kluwer, 2010).

Met de transitie van partnerschap naar ouderschap verandert de manier waarop partners met een conflict omgaan. Uit onderzoek blijkt dat vóór de komst van de baby de conflicten tussen partners op een meer constructieve manier worden aangepakt dan na de komst van de baby. Na de komst van de baby is er tijdens een conflict meer sprake van een 'eisende' en teruggetrokken houding tussen de partners. Partners kunnen als het ware snel een situatie vermijden (Kluwer, Heesink & Vliert, 2002).

Er zijn verschillende onderwerpen die tijdens de transitie van partnerschap naar het ouderschap voor conflict kunnen zorgen. Te denken valt dan aan; de vrijetijdsbesteding van de partners, hoeveel tijd partners samen doorbrengen, fysieke en emotionele intimiteit en werk gerelateerde onderwerpen (Kluwer, 2010).

Daarnaast is de verdeling tussen de huishoudelijke taken ook een onderwerp wat voor conflict kan zorgen. Vaak zijn het de vrouwen in de relatie die, tijdens de zwangerschap, verwachtingen hebben over de verdeling van de huishoudelijke taken. Wanneer er niet aan deze verwachtingen wordt voldaan, kan dit uiteindelijk effect hebben op de kwaliteit van de partnerrelatie (Belsky & Rovine, 1990).

2.1.3 Taakverdeling

Het verdelen van de taken is een belangrijk onderdeel van de samenwerking tussen ouders. Hier vallen huistaken onder, zoals bijvoorbeeld het doen van de boodschappen, het schoonmaken van het huis en het verschonen van de pasgeboren baby. Naast huistaken kan men ook denken aan taken buitenshuis. Grote beslissingen als wie er gaat werken, zullen besproken worden.

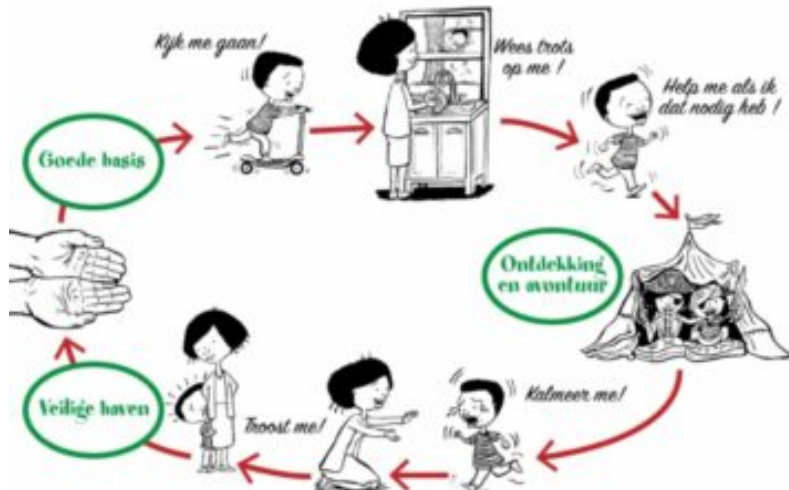
Het is belangrijk dat taken onder de ouders goed verdeeld worden. Er moeten dus compromissen gesloten worden en ouders moeten open staan voor discussie en onderhandeling. Het duidelijk verdelen van de taken is namelijk belangrijk voor het creëren van een succesvolle samenwerkingsrelatie (Gravesteyn, 2019).

Alle veranderingen die partners doormaken in de transitie naar het ouderschap kunnen, zoals al eerder benoemd, ervoor zorgen dat ouders zich onzeker of ongelukkig gaan voelen binnen het ouderschap of de relatie. De transitie naar het ouderschap en de verschuivingen in het welbevinden wat dit met zich meebrengt, kunnen uiteindelijk ook invloed hebben op de ontwikkeling van het kind. Wanneer een ouder niet goed in zijn of haar vel zit, kan dit er bijvoorbeeld voor zorgen dat de ouder zich niet volledig kan inzetten voor de opvoeding van het kind en dus bijvoorbeeld minder goed met het kind kan hechten (Kaczynski et al., 2006). Daarom is het onderwerp 'hechting' ook een onderwerp wat wordt meegenomen binnen de cursus OuderTeam.

2.1.3 Hechting

Tijdens de kindertijd komt het vaak voor dat kinderen ouders opzoeken wanneer zij gevoelens van stress of gevaar ervaren. Het intensieve contact tussen kinderen en ouders leert het kind wat het van andere mensen kan verwachten. Ouders worden door het kind gezien als een 'veilige basis'.

In de cursus OuderTeam wordt er nadruk gelegd op de 'cirkel van veiligheid':



De cirkel van veiligheid wordt in de literatuur ook wel beschreven als de 'secure base phenomenon' (Ainsworth & Blehar, 2015).

Deze cirkel geeft goed aan waar een kind behoefte aan heeft. Zo is het belangrijk om een kind zelf de wereld te laten ontdekken. Hierdoor leert het kind vaardigheden aan om voor zichzelf te zorgen. Daarnaast zal het kind ook veel steun bij de ouders zoeken, bijvoorbeeld wanneer het kind getroost moet worden. Dit wordt de 'veilige haven' genoemd. Voor ouders is het belangrijk om af en toe stil te staan bij de plek waar hun kind op de cirkel van veiligheid staat (Ainsworth & Blehar, 2015).

Voor een effectieve hechting is het van belang dat de ouders elkaar ondersteunen zodat zij zich zelfverzekerd voelen over het ouderschap. Wanneer een ouder goed in zijn of haar vel zit, heeft de ouder meer tijd en aandacht voor het kind.

Wanneer ouders weinig aandacht hebben voor het kind en vaak afwezig zijn, kan het kind een vermijdende hechtingsstijl ontwikkelen. Kinderen met een vermijdende hechtingsstijl ervaren in de toekomst tijdens stressvolle situaties, soms moeite met het vertrouwen van andere mensen. Onveilige hechting kan een negatieve invloed hebben op de sociale-emotionele ontwikkeling van het kind.

Wanneer ouders niet goed met de emoties van hun kind om weten te gaan bestaat er een kans dat het kind een angstige hechtingsstijl ontwikkelt. Wanneer kinderen een angstige hechtingsstijl ontwikkelen, kunnen zij in de toekomst veel angst hebben wanneer zij alleen worden gelaten (Einav, 2013).

2.2 Inhoud verwerkt in cursus

De onderwerpen die hierboven benoemd zijn, zijn onderwerpen die veel naar voren komen tijdens het ouderschap. OuderTeam heeft deze onderwerpen op verschillende manieren toegepast binnen de cursus.

2.2.1 Communicatie binnen cursus

Binnen de cursus OuderTeam ligt de nadruk bij communicatie, vooral op het aanleren van gesprekstechnieken. Het verwoorden van een standpunt, vriendelijk een gesprek openen, rustig praten en tijd nemen om echt naar elkaar te luisteren, zijn vaardigheden die benadrukt worden.

Deze vaardigheden zijn belangrijk voor partners om aan te leren en ze te helpen, onder andere, bij het oplossen van conflicten (OuderTeam, 2021).

Uit de theorie blijkt dat ouders sneller conflict en onenigheid ervaren dan voor het ouderschap. Om deze redenen wordt er binnen de cursus OuderTeam ook aandacht besteed aan 'conflicthantering'. Het is de bedoeling dat ouders na de cursus kennis hebben over verschillende problemen die zich kunnen voordoen tijdens het ouderschap. Om te voorkomen dat een conflict escaleert, worden er verscheidene technieken aangeleerd.

Dit zijn technieken zoals; ademhalingsoefeningen, het tijdelijk afstand nemen van de situatie en hier later op terugkomen en het leren om elkaar de ruimte te geven in een situatie (OuderTeam, 2021).

2.2.2 Taakverdeling binnen cursus

Taakverdeling is vaak een onderwerp waar ouders niet aan denken voor de komst van de baby. Uit de theorie blijkt dat het wel een belangrijk onderwerp is waarover gesproken moet worden. Om deze reden wordt er bij de cursus OuderTeam ook aandacht besteed aan het bespreekbaar maken van de taakverdeling. Het doel hiervan is om verwachtingen van de ouders met elkaar te delen, een teamgevoel op te bouwen en de kans op eventuele gevoelens van oneerlijkheid tijdens het ouderschap te verminderen (OuderTeam, 2021).

2.2.3 Hechting binnen cursus

Tijdens de uitvoering van de cursus wordt de ouders uitgelegd wat hechting precies is en hoe ouders in bepaalde situaties het beste op hun kind kunnen reageren. Daarnaast ligt de focus binnen de cursus op het normaliseren van de verschillende manieren waarop ouders met het kind om kunnen gaan. Moeders zijn vaak meer beschermend en vaders meer uitdagend, deze verschillen mogen er zijn. Dit wordt tijdens de cursus veel besproken, met als doel om conflicten tijdens het ouderschap te voorkomen of verminderen (OuderTeam, 2021).

2.3 Evaluatie van een cursus

Een manier om een cursus te evalueren, is via het vier level model van Kirkpatrick. Dit model stelt dat er vier niveaus zijn waarop je een cursus kan evalueren;

- Level 1: reactie, hoe reageerden de deelnemers op de training?
- Level 2: leren, hebben de deelnemers nieuwe vaardigheden/kennis opgedaan?
- Level 3: gedrag, vertonen de deelnemers nieuw gedrag naar aanleiding van de cursus?
- Level 4: resultaten, wat zijn de uitkomsten van de cursus op het vraagstuk?

Dit model geeft aan dat, hoe hoger je komt op het evaluatie niveau, hoe moeilijker het wordt om te evalueren. Hieronder worden de levels verder toegelicht:

Level 1 houdt zich bezig met de reactie van de deelnemers op de cursus. Bij dit eerste level is de evaluatie nog redelijk oppervlakkig. De vraag die centraal staat is; 'Hoe hebben de deelnemers de cursus ervaren?'

Dit niveau van evaluatie wordt vaak bereikt via evaluatieformulieren. Deze worden direct na afronding van de cursus afgenomen.

Level 2 houdt zich bezig met erachter komen wat de deelnemers hebben opgestoken van de training. Hierbij kan worden gekeken naar bepaalde inzichten of kennis die een deelnemer heeft opgedaan en of een deelnemer van plan is om de opgedane kennis ook toe te passen. Een voorbeeld van kennis dat een ouder heeft opgedaan na deelname aan de cursus OuderTeam, is kennis over de hechting met het kind of kennis over bepaalde conflicten die zich voordoen tijdens het ouderschap.

Dit niveau kan geëvalueerd worden met bijvoorbeeld het afnemen van een test of het afnemen van interviews.

Level 3 houdt zich bezig met of het gedrag van de deelnemers is veranderd na deelname aan de cursus. Dit niveau kan bijvoorbeeld gemeten worden door het observeren van de deelnemers op de werkvloer.

Level 4 houdt zich bezig met of de veranderingen een positieve bijdrage leveren aan de doelen van de organisatie. Hierbij worden de doelen van de training, geëvalueerd (Nilson, 2003).

De cursus OuderTeam wordt momenteel geëvalueerd op niveau, het reactieniveau. Dit niveau wordt geëvalueerd met behulp van de enquêtes die de deelnemers na afloop van de cursus hebben ingevuld. Met behulp van dit onderzoek wordt er ook op niveau 2 geëvalueerd, het leerniveau. Dit niveau wordt geëvalueerd middels het afnemen van interviews (J. Grolleman, persoonlijke communicatie, 30 november 2021).

2.4 Transfer van training

Om in te kunnen schatten of een training zijn gewenste doelen bereikt wordt er ook gekeken naar in hoeverre de training daadwerkelijk leidt tot gedragsverandering op de werkvloer. Dit wordt 'de transfer van de training' genoemd.

Er zijn verschillende modellen en theorieën die gedragsverandering verklaren.

Het lectoraat Ouderschap werkt met de theorie geïntroduceerd door Bandura (1986), genaamd 'self-efficacy' (zelfwerkzaamheid).

2.4.1 Self-efficacy

Self-efficacy kan ook wel vertaald worden naar 'eigen effectiviteitsverwachting'.

Dit staat voor de verwachting die iemand heeft over zijn of haar eigen vermogen om bepaald gedrag te vertonen. Volgens Bandura zijn er drie factoren die meespelen bij self-efficacy.

1. Magnitude: het inschatten van de moeilijkheidsgraad van vaardigheden die gebruikt worden bij het vertonen van bepaald gedrag.
2. Generality: het inschatten van eventuele problemen die het gedrag met zich mee kan brengen.
3. Strength: hoeveel vertrouwen iemand heeft dat hij of zij het gedrag zelf kan uitvoeren

(Brug, Van Assema & Lechner, 2017).

Een hoge eigen effectiviteitsverwachting bij het vertonen van bepaald gedrag zorgt voor de vermindering van stress en werkt positief voor het doorzettingsvermogen bij het uitvoeren van een bepaalde taak (Brug et al., 2017).

Er zijn een aantal aanleidingen welke de eigen effectiviteitsverwachting van mensen bevorderen. Wanneer men iemand anders bepaald gedrag succesvol ziet uitvoeren, kan men het vertrouwen krijgen dat zij dit gedrag ook goed zullen uitvoeren. Daarnaast speelt het actief beoefenen van het gedrag ook een rol bij het creëren van vertrouwen. Tenslotte helpt het om mensen verbaal te overtuigen dat zij de capaciteiten hebben om het gedrag te vertonen (OuderTeam, 2021).

In de cursus OuderTeam wordt er vooral gefocust op het verhogen van het gevoel van self-efficacy in plaats van het aanleren van vaardigheden die helpen om de self-efficacy te verhogen. Hier wordt gekeken naar factor drie, 'strength'. Dit betekent niet dat er geen aandacht wordt besteed aan het aanleren van vaardigheden aan ouders, de nadruk wordt alleen meer gelegd op het verhogen van het zelfvertrouwen van de ouders. Volgens OuderTeam is een ouder die vertrouwen heeft in zichzelf een ouder die succesvol zal zijn. Het idee hierachter is, dat het verhogen van het gevoel van self-efficacy ervoor zorgt dat ouders het langer zouden kunnen volhouden, meer zelfverzekerd worden en beter presteren (OuderTeam, 2021).

2.5 Conclusie

De transitie van partnerschap naar ouderschap brengt veel veranderingen met zich mee. Omdat er een derde persoon in de familie is gekomen, wordt het moeilijker voor ouders om hun relatie te onderhouden. Zo ervaren ouders tijdens de eerste periode na de zwangerschap vaak moeite met het communiceren van hun gevoelens. In sommige gevallen kan dit leiden tot conflict. Onderwerpen waar ouders vaak conflict over krijgen zijn; het verdelen van de taken, fysieke- en emotionele intimiteit en vrijetijdsbesteding. Vooral het verdelen van de taken is iets waar ouders niet altijd bij stilstaan.

Dit zorgt ervoor dat ouders soms het gevoel hebben dat zij niet goed zijn voorbereid op het ouderschap, wat weer voor onzekerheid en een ongelukkig gevoel kan zorgen.

Wanneer een ouder niet goed in zijn of haar vel zit, bestaat er een kans dat hij of zij zich moeilijk met het pasgeboren kind kan hechten. De hechting van het kind is cruciaal voor de ontwikkeling van het kind. Om deze reden is het extra belangrijk dat ouders worden ondersteund tijdens de transitie naar het ouderschap en dat zij zich voorbereid voelen voor het ouderschap.

Deze thema's worden uitgebreid behandeld in de cursus OuderTeam. De ouders worden met een focus op deze thema's, nieuwe vaardigheden en kennis aangeleerd.

Volgens Kirkpatrick zijn er verschillende niveaus waarop je een training kan evalueren.

De niveaus richten zich op de reactie van deelnemers, de vaardigheden en kennis die deelnemers hebben opgedaan, het gedrag wat vertoond wordt na deelname aan de training en of de opgestelde doelen van de organisatie worden bereikt.

Momenteel wordt de cursus OuderTeam op niveau 1 geëvalueerd. Met dit onderzoek wordt de cursus ook op niveau 2, het leerniveau, geëvalueerd. Dit wordt gedaan door het afnemen van interviews.

Om in te schatten in hoeverre er gedragsverandering plaats zal vinden bij de ouders kan er gekeken worden naar de self-efficacy theorie. Deze theorie stelt dat vertrouwen van ouders in hun vermogen om bepaalde gedrag te vertonen, een belangrijke bijdrage levert aan het behalen van gedragsverandering in de praktijk.

De onderzoeksvraag van dit onderzoek luidt dus als volgt:

'Hoe ervaren de deelnemende ouders, de cursus OuderTeam?'

Om deze onderzoeksvraag te beantwoorden zijn de onderstaande deelvragen, naar aanleiding van het theoretisch kader, opgesteld:

- Deelvraag 1: In hoeverre hebben ouders, na deelname aan de cursus OuderTeam, het gevoel dat zij kennis bezitten over de thema's die aanbod komen tijdens het ouderschap?
- Deelvraag 2: Welke nieuwe vaardigheden hebben ouders, volgens de ouders, aangeleerd na deelname aan de cursus OuderTeam?
- Deelvraag 3: In hoeverre ervaren de ouders dat de vooraf gestelde doelen van de cursus OuderTeam worden bereikt?

3. Methode

In dit onderzoek wordt gebruik gemaakt van een kwalitatieve onderzoeksmethode. Als aanvulling op de resultaten uit het kwalitatieve onderzoek, worden er ook kwantitatieve gegevens gebruikt uit de al eerder benoemde enquêtes.

Hier is om verschillende redenen voor gekozen; Met kwalitatief onderzoek wordt er gefocust op de emoties en de behoeftes van de ouders. In vergelijking met het eerdere afgenomen kwantitatieve onderzoek, richt de onderzoeker zich bij kwalitatief onderzoek meer op het 'waarom' dan op het 'hoeveel'. In het geval van dit onderzoek ligt de focus dan bijvoorbeeld niet zozeer op het erachter komen hoe vaak partners ruziën, maar eerder waarom partners zo vaak ruziën (Baarda, 2019).

Bij kwalitatief onderzoek richt men zich op ervaringen, woorden en betekenissen. Dit onderzoek richt zich op het achterhalen van ervaringen; kwalitatief onderzoek sluit hier dus goed op aan. Daarnaast is kwalitatief onderzoek geschikt wanneer er sprake is van een open onderzoeksvraag, wat bij dit onderzoek ook het geval is.

Naast de kwalitatieve onderzoeksmethode wordt er ook een klein deel van kwantitatieve resultaten gebruikt. Waarom hiervoor is gekozen wordt verder in dit hoofdstuk toegelicht.

Voor dit onderzoek was het van belang om achter de directe ervaringen van de ouders te komen. Om deze reden is er gekozen voor het afnemen van interviews. De interviews zijn op een semi-gestructureerde manier afgenomen. De onderwerpen van de vragen staan vast, maar kan er tijdens het interview zelf bepaald worden op welke onderwerpen er wordt doorgevraagd.

Naast dat er bij de ouders interviews zijn afgenomen, is er ook informatie gehaald uit de al eerder genoemde enquêtes. Deze enquêtes bestaan uit twee delen; enquêtes ingevuld na de prenatale bijeenkomsten en enquêtes ingevuld na de postnatale bijeenkomsten. De vragen in de enquête zijn open vragen ter evaluatie van de cursus.

Uit de prenatale enquêtes zijn de resultaten van de volgende vragen gebruikt voor dit onderzoek; *Wat heeft u tot nu toe aan de cursus gehad? Hoe vindt u dat de cursus georganiseerd is?*

Uit de postnatale enquête zijn de resultaten van de volgende vragen gebruikt voor dit onderzoek; *waar heeft u het meest aan gehad? Wat had u graag anders gewild?*

De enquêtes die zijn afgenomen na de prenatale bijeenkomsten, zijn ingevuld door 26 ouders. De enquêtes die zijn afgenomen na de postnatale bijeenkomsten, zijn ingevuld door 17 ouders. Dit zijn andere ouders, dan de geïnterviewde ouders. De enquêtes worden alleen gebruikt ter aanvulling op de resultaten uit de interviews.

Populatie + steekproef

De doelgroep van dit onderzoek zijn ouders die deel hebben genomen aan de cursus OuderTeam. Het onderzoek is uitgevoerd bij acht verschillende ouders, in totaal zijn dit vier koppels.

De koppels die deel hebben genomen aan de cursus bestaan uit een man en een vrouw. Voor dit onderzoek zijn er vier vrouwen en vier mannen geïnterviewd. De steekproef van respondenten is daarom representatief wat betreft man vrouw verhouding.

Bij dit onderzoek is er gebruik gemaakt van een 'selecte steekproef'. Hierbij is de 'zelfselectie' methode gehanteerd. Dit houdt in dat ouders zichzelf opgeven, na het ontvangen van een uitnodiging.

Werving

Het werven van respondenten voor de interviews bleek uiteindelijk lastiger te zijn dan in eerste instantie verwacht was. Ouders met een kind van twee maanden hebben het over het algemeen erg druk. Om deze reden is het moeilijk om ouders over te halen om mee te werken aan een onderzoek. De tijd van de werving heeft in totaal ongeveer twee maanden geduurd.

Om respondenten te werven zijn de volgende stappen ondernomen;
Allereerst zijn er, in overleg met de opdrachtgever, mails gestuurd naar ouders die de cursus recentelijk hadden afgerond. Hier werd weinig tot niet op gereageerd.
Anderhalve week na het versturen van de mails is er via het lectoraat Ouderschap en Ouderbegeleiding een herinneringsmail naar de ouders gestuurd. Hier werd ook niet op gereageerd.

Wegens privacy redenen konden de ouders niet via de telefoon bereikt worden.
Om deze reden is er na drie weken contact opgenomen met de verschillende zorgprofessionals die de training geven. Het doel hiervan was om ervoor te zorgen dat de zorgprofessionals wellicht in contact konden komen met de ouders.

Vanwege drukke schema's van deze zorgprofessionals was dit uiteindelijk ook geen mogelijkheid.

Vijf weken na de start van de werving is het de onderzoeker gelukt om aan te sluiten bij een van de groepsbijeenkomsten. Tijdens deze bijeenkomst werd het onderzoek voorgesteld in de hoop om op een persoonlijke manier meer respondenten te werven. Na deze bijeenkomst hebben vier respondenten zich aangemeld.

Uiteindelijk hebben twee respondenten zich een aantal dagen na de bijeenkomst nog aangemeld. De laatste twee respondenten hebben zich via de mail opgegeven.

In totaal zijn er acht respondenten die mee wilden werken aan dit onderzoek.

Topiclijst

Het meetinstrument wat gebruikt is voor de interviews is een topiclijst.

De onderwerpen op de topiclijst zijn gebaseerd op thema's die voorkomen in de cursus OuderTeam en op verdere informatie opgedaan uit het theoretisch kader.

Omdat het een semi-gestructureerd interview is, was er geen sprake van een volgorde in de vraagstelling. Het was echter wel belangrijk dat alle onderwerpen werden besproken.

Het interview werd geopend met een aantal algemene vragen zoals 'Wat is uw algemene indruk van de cursus OuderTeam?' en 'Wat is de reden dat u meedoet aan de cursus OuderTeam?'

Daarnaast zijn er vragen gesteld over de volgende thema's:

- De samenwerkingsrelatie
- De taakverdeling tussen partners
- Conflicthantering/communicatie tussen partners
- 3G schema
- Hechting met het kind
- Waardering
- Voorbereid gevoel op het ouderschap (self-efficacy)

Omdat er weinig respondenten meewerkten aan dit onderzoek, was het van belang dat de interviews die wel plaatsvonden soepel verliepen. Om deze reden is het meetinstrument voorafgaande aan de interviews geoefend met personen van buitenaf. Daarnaast is de topiclijst goedgekeurd door de inhoudelijk begeleidster van dit afstudeerproject.

Betrouwbaarheid, validiteit

Op verschillende manieren wordt de validiteit van dit onderzoek gewaarborgd;

Omdat de focus ligt op ervaringen wordt er kwalitatief onderzoek uitgevoerd.

De vragen van de interviews zijn gebaseerd op onderwerpen die aan bod komen in de cursus en op informatie vanuit het theoretisch kader. Deze onderwerpen zijn eerst besproken met de opdrachtgever, hierdoor is het zeker dat er gemeten wordt wat er gemeten moet worden.

Daarnaast zijn de vragen van de interviews open en niet-suggestief, op belangrijke antwoorden wordt er doorgevraagd. Op deze manier worden de respondenten niet in een bepaalde richting gestuurd en zullen er eerlijke antwoorden uit de interviews komen.

De betrouwbaarheid van het onderzoek wordt via de volgende manieren gewaarborgd; Bij de afname van de interviews worden er open, objectieve vragen gesteld. Zo blijven de resultaten van het onderzoek betrouwbaar en zijn ze niet sturend. Tenslotte worden alle interviews getranscribeerd en gecodeerd. Op deze manier wordt er niks geïnterpreteerd en kan alles naderhand worden teruggelezen.

Uitvoering interviews

Het afnemen van de interviews is soepel verlopen. De interviews vonden plaats in de periode van 23-05-22 tot 05-06-22. Vanwege covid en de wensen van de ouders, hebben de interviews plaatsgevonden via het online platform 'ZOOM'.

Voor aanvang van het interview is er een informatiebrief gestuurd naar de respondenten (bijlage 8.1). Hierin stond een uitgebreide uitleg over het onderzoek en het doel van de interviews. Daarnaast is er ook een toestemmingsverklaringformulier opgestuurd (bijlage 8.2).

Het interview begon met een algemeen praatje waarin de onderzoeker zichzelf en het onderzoek voorstelde. Op deze manier ontstond er een ontspannen sfeer. De eerste vraag was altijd de vraag naar de algemene indruk over de cursus. Vanuit daar is de topiclijst afgewerkt.

Dataverzamelingsmethode en analyse

Na afname van de interviews zijn deze eerst getranscribeerd.

Dit houdt in dat alles wat in de interviews wordt benoemd, woord voor woord is overgeschreven.

Na het transcriberen van de interviews zijn de interviews gecodeerd.

Het coderen van de interviews is in drie stappen verlopen:

Allereerst zijn de interviews open gecodeerd. Hierbij is er een label gekoppeld aan bepaalde stukken tekst. Na het open coderen van de interviews is de tekst axiaal gecodeerd. Tijdens dit axiaal coderen zijn de codes met elkaar vergeleken en zijn er overkoepelende codes gemaakt (Baarda, 2019).

Tenslotte zijn de resultaten beschreven. De resultaten van het interview zijn ondersteund door verschillende citaten die voorkwamen in de interviews.

Ethische aspecten

De anonimiteit van de respondenten is gewaarborgd door in plaats van de volle naam van de respondent een M=man of V=vrouw te noteren met het cijfer van het interview erachter, zie 'M1' of 'V2'.

Voor aanvang van de interviews, hebben de respondenten een toestemmingsverklaring formulier ingevuld waarin zij aangeven akkoord te gaan met het opnemen van de interviews.

4. Resultaten

In dit hoofdstuk worden de bevindingen van het onderzoek besproken.

De volgende hoofdvraag staat in dit onderzoek centraal: 'Hoe ervaren de deelnemende ouders, de cursus OuderTeam?'

Om deze hoofdvraag te beantwoorden is er veldonderzoek gedaan. In totaal zijn er acht respondenten geïnterviewd. In dit hoofdstuk worden de verschillende antwoorden van de respondenten besproken. De resultaten worden ondersteund door citaten uit de interviews en versterkt door resultaten uit de eerder afgenomen enquêtes.

In dit hoofdstuk worden per deelvraag de belangrijkste resultaten beschreven.

Daarnaast worden ook de overige relevante resultaten beschreven.

4.1 Algemene indruk

Allereerst is er aan de ouders gevraagd wat de reden was dat de ouders deelnamen aan de cursus OuderTeam. De geïnterviewde ouders geven aan dat de cursus OuderTeam hun aansprak om de volgende redenen; Voor alle ouders was dit hun eerste kind, zij konden daarom alle hulp goed gebruiken. De cursus OuderTeam werd gratis aangeboden via de verloskundige. Daarnaast is de cursus OuderTeam, volgens de ouders, niet vergelijkbaar met een andere zwangerschapscursus. Dit komt doordat de cursus zich richt op de (samenwerkings-)relatie tussen de ouders en niet zozeer op het opvoeden van het kind zelf. Ouders geven aan dat de cursus OuderTeam hun het gevoel gaf dat zij het ouderschap als een 'team' benaderde, waarbij zij elkaar moeten ondersteunen. Volgens de ouders ontstaat dit gevoel doordat OuderTeam een cursus is die zich voornamelijk richt op het aankaarten van het belang van een samenwerking tussen de moeder en vader in plaats van bijvoorbeeld alleen op de moeder te focussen.

"Het idee inderdaad van een ouderschapscursus. Iets wat gaat over ouderschap los van het kind eigenlijk en uhm, hoe je in zo'n turbulente periode met zulke levensveranderende ervaringen en omstandigheden omgaat. Met elkaar en elkaar niet verliest, met de ruzies die gaan komen en dat soort zaken, dat sprak mij wel aan."
aldus respondent V4.

Alle geïnterviewde ouders begonnen zonder verwachtingen en zonder persoonlijke doelen aan de cursus. Dit kwam doordat de ouders voor aanvang van de cursus weinig kennis hadden over de inhoud van de cursus en het liever over zich heen lieten komen.

Een groot deel van zowel de geïnterviewde ouders als de ouders die de enquêtes hebben ingevuld ervoerde de cursus als praktisch, nuttig, gevarieerd en als een 'stoomcursus' voor het ouderschap. Een cursus die ouders bewust maakt van alle veranderingen binnen de relatie die voorkomen in de transitie naar het ouderschap.

Alle geïnterviewde ouders gaven aan dat zij vooral het delen van ervaringen met andere stellen als erg leerzaam hebben ervaren. Resultaten uit de postnatale enquête sluiten hierop aan. Een van de vragen uit deze enquête luidt: 'waar heeft u het meest aan gehad?' Uit deze resultaten blijkt dat negen van de zestien ouders het meeste hebben gehad aan het delen van de ervaringen met andere stellen.

"Ervaringen van andere stelletjes aanhoren, ik denk dat daar de meeste waarde zit."
aldus respondent M4.

Naast alle positieve ervaringen, klonken er ook een aantal tegengeluiden.

Een aantal van de geïnterviewde ouders hebben de cursus af en toe als 'langdradig' en 'geïmproviseerd' ervaren. Als verklaring hiervoor gaven de ouders aan dat de presentatie van de zorgprofessional enige structuur miste. Hierdoor kwam het volgens ouders soms ' knullig' over.

"Het is net iets te langdradig, en uh, ja, het lijkt soms, met alle respect, een beetje geïmproviseerd. Het heeft wat meer structuur nodig." aldus respondent M2.

"Mijn algemene indruk van de cursus is uhm, inderdaad super nobel streven en een goed doel, maar ontzettend knullig ingericht. Met knullig bedoel ik uhm, dat het weinig gestroomlijnd overkwam. Dat ik denk van; als je dan digitaal doet en je hebt een PowerPoint en je verdeelt daar een beetje de rol in over twee of drie mensen uhm. Veel al kwamen ze niet uit hun woorden, waren ze verhalen aan het vertellen waar ze niet uitkwamen. Het duurde heel lang, kwam heel knullig over waar ze van het een op het andere onderwerp overgingen. Uhm, ik, ik, vond het daardoor soms heel stroperig en moeizaam om te volgen." aldus respondent M4.

Uit de postnatale enquête blijkt dat de ouders de cursus gemiddeld een 7,5 geven.

4.2 Kennis

De eerste deelvraag luidt: In hoeverre hebben ouders, na deelname aan de cursus OuderTeam, het gevoel dat zij kennis bezitten over de thema's die aan bod komen tijdens de cursus OuderTeam?

De volgende thema's zijn besproken tijdens de cursus OuderTeam en worden bij de resultaten besproken, namelijk; het 3G schema, communicatie en conflicthantering, hechting, veel voorkomende veranderingen in het ouderschap.

4.2.1 3G

Binnen de cursus wordt er gewerkt met behulp van het 3G schema.

Het doel van de cursus is om de ouders aan te leren wat het 3G schema precies inhoudt en om de ouders ervan bewust te maken dat gevoelens, gedachten en gedrag allemaal met elkaar in verbinding staan. Dit wordt gedaan door de ouders hiermee te laten oefenen. Het idee hierachter is dat wanneer ouders kennis bezitten over het 3G schema, zij tijdens momenten van discussie bij de 3 G's stil zullen staan. Het gevolg hiervan is dat men voorkomt dat een discussie uitloopt tot een conflict. Dit heeft als gevolg dat de (samenwerkings-)relatie tussen de ouders wordt bevorderd.

Uit de resultaten van de interviews blijkt dat de meeste ouders zich niet meer goed kunnen herinneren wat het 3G schema precies inhoudt. Veel ouders kunnen zich de woorden 'gesprek', 'gedachten' en 'gedrag' herinneren omdat deze tijdens de cursus vaak zijn herhaald. Het doel van deze drie woorden kunnen zij zich echter niet meer herinneren.

"Nee, ik kan het mij niet meer goed herinneren. Het is niet dat ik die stappen doorloop tijdens het communiceren." aldus respondent V1.

Uit de interviews blijkt dat de ouders dit schema soms wel onbewust inzetten tijdens het communiceren met hun partner. Hierover meer onder het kopje 'vaardigheden'.

4.2.2 Communicatie en conflicthantering

Het thema 'communicatie en conflicthantering' is een thema wat alle ouders na afronding van de cursus is bijgebleven. Veel van de geïnterviewde ouders geven aan tijdens de cursus kennis te hebben opgedaan over de verschillende problemen die tijdens het ouderschap op hun pad kunnen komen. Een aantal voorbeelden van deze problemen zijn discussies over de taakverdeling en discussies die uitlopen tot een conflict wanneer er sprake is van vermoeidheid. De geïnterviewde ouders geven aan dat zij voor de start van de cursus niet bij deze problemen stilstonden.

Zowel de geïnterviewde ouders als de ouders die de enquêtes hebben ingevuld geven aan dat de cursus hen heeft laten inzien dat duidelijke communicatie cruciaal is voor het voorkomen van deze problemen, het oplossen van deze problemen en daarmee het creëren van een effectieve (samenwerkings-)relatie. Hierbij wordt bedoeld op; verwachtingen en behoeftes uitspreken, gesprekken voeren over de taakverdeling, gevoelens benoemen etc.

Binnen de cursus is er veel aandacht besteed aan het aanleren van verschillende communicatietechnieken om gesprekken aan te gaan of om conflicten te de-escaleren. Zowel de geïnterviewde ouders als de ouders die de enquêtes hebben ingevuld geven aan veel te hebben opgestoken van de verschillende communicatietechnieken. Dit wordt verder toegelicht onder het kopje 'vaardigheden'.

4.2.3 Hechting

De geïnterviewde ouders geven aan dat de hechting met het kind iets is wat veelal via zijn natuurlijke verloop gaat.

Zo geven verschillende geïnterviewde moeders aan dat de hechting vanaf het begin, wanneer het kind op de borst wordt gelegd, al sterk aanwezig is. Het is een thema wat, volgens de ouders, lastig is om via een theoretische hoek te benaderen.

"Die hechting, je voelt het, je kan het niet zeg maar vanuit een theoretische ding bekijken. Je voelt het." aldus respondent V2.

Verschillende geïnterviewde ouders geven aan dat de kennis die zij tijdens de cursus hebben opgedaan behulpzaam is bij de hechting met het kind. Zo geven verschillende ouders aan dat zij door de cursus weten wat ze wel en niet moeten doen om de hechting met het kind te bevorderen.

"Ja er zijn inderdaad wel wat tips gegeven. Bijvoorbeeld lichaamscontact, dat dat belangrijk is." aldus respondent V3.

"Maar ook wel hoe je kind reageert, hoe jij daar dan weer op moet reageren. De cirkel van veiligheid. Dat als het kind iets vraagt, dan moet je er wel op reageren. Dat leer je wel echt." aldus respondent M1.

Daarnaast zijn er ook een aantal geïnterviewde ouders die aangeven dat zij de theorie over de hechting overbodig vonden. Zij geven aan dat zij hier weinig van hebben opgestoken en dat zij die tijd liever aan een ander onderwerp kwijt waren.

4.2.4 Veranderingen

Zowel de geïnterviewde ouders als ouders die de enquêtes hebben ingevuld geven aan dat zij bij de cursus ook kennis hebben opgedaan over de verschillende veranderingen die het ouderschap met zich mee zal brengen.

Voordat de ouders deelnamen aan de cursus hadden zij vaak geen weet van wat hen allemaal te wachten stond. Zo geven de ouders aan dat de cursus OuderTeam ze heeft laten inzien dat er zich tijdens het ouderschap nieuwe conflicten voor zullen doen en dat het niet altijd makkelijk zal zijn om hiermee om te kunnen gaan. Ouders geven aan dat zij door deze nieuwe kennis een 'voorbereid gevoel' en een 'gevoel van rust' ervaren omdat ze weten wat er mogelijk op hun pad zal komen.

"De cursus heeft ons ook wel echt bewust gemaakt, dat er momenten gaan komen dat het allemaal even wat zwaarder is. Maar dat dit geen reden is tot paniek, het hoort erbij." aldus respondent V1.

Uit de resultaten van de enquêtes blijkt dat deze ouders hier veelal hetzelfde over dachten. De volgende quote is afkomstig uit de postnatale enquête;

"Waar heb je het meest aan gehad?"

"Het normaliseren van bepaalde (negatieve) gevoelens die je ook kunt ervaren met de komst van een kleintje."

4.3 Vaardigheden

De tweede deelvraag luidt: Welke nieuwe vaardigheden hebben ouders, volgens de ouders, aangeleerd na deelname aan de cursus OuderTeam?

Uit de interviews blijkt dat de ouders vooral vaardigheden hebben geleerd op het gebied van communicatie. Dit is dan ook het thema wat hieronder verder wordt uitgelicht.

4.3.1 Communicatie

Alle ouders die hebben meegewerkt aan dit onderzoek geven aan dat zij bij het volgen van de cursus verschillende communicatietechnieken hebben geleerd.

De geïnterviewde ouders geven aan dat zij het gevoel hebben in staat te zijn om, met behulp van de aangeleerde technieken, een gesprek aan te gaan of een conflict te hanteren.

Zowel de geïnterviewde ouders als de ouders die de prenatale enquête hebben ingevuld rapporteren dat de cursus hen vooral heeft geleerd om het belang in te zien van duidelijke communicatie tijdens het ouderschap. Dit sluit aan op de al eerder benoemde bewustwording van de veel voorkomende veranderingen.

Zo geven verschillende geïnterviewde ouders aan dat zij sinds de afronding van de cursus vaker dan voor de cursus met elkaar in gesprek gaan over bepaalde verwachtingen die zij hebben en over gevoelens die zij ervaren.

Zoals al eerder benoemd werd, wordt er binnen de cursus gewerkt met het 3G schema. Uit de interviews blijkt dat ouders het 3G schema vooral onbewust inzetten tijdens bepaalde momenten. De geïnterviewde ouders geven aan vaker stil te staan bij de gevoelens die zij ervaren, zij hebben hier een bepaalde gedachte over en proberen hun gedrag hierop aan te passen.

"Dan is het allemaal op dat moment heel druk, dan voel ik een bepaald gevoel opkomen en weet ik dat het niet het moment is om boos te worden. Dan probeer ik wel rustig te blijven door te zeggen; 'nu even niet, de baby huilt, ik ben aan het koken, het wordt mij allemaal teveel, even niet. Dadelijk als ze aan tafel zit kunnen we het even bespreken. Als je nu door gaat zetten dan word ik helemaal gestrest.'" aldus respondent V1.

Daarnaast zijn er veel verschillende communicatietechnieken die ouders als prettig, leerzaam en makkelijk toepasbaar ervaren. Veel van deze technieken worden, volgens de ouders, ook toegepast in het dagelijkse leven.

De volgende technieken worden veelal toegepast; het luisteren naar- en samenvatten van een verhaal van de partner, het bewaren van de rust door het gevoel te benoemen, een conflict laten rusten en hier achteraf op terugkomen en tot tien tellen wanneer de emoties hoog oplopen.

"Ik zeg waarom ik het niet wil, hoe ik mij daarbij voel en ik kom ook met een oplossing." aldus respondent V2.

Naast de positieve reacties op de aangeleerde communicatietechnieken, is er ook een oefening die minder goed aanslaat bij de meeste geïnterviewde ouders. Dit is 'de ademhalingsoefening'.

Meerdere ouders vinden deze oefening 'te zweverig' en niet bij hun passen.

"Ja, gewoon iets te zweverig soms. Ik kon mij niet helemaal herkennen in de oefeningen die werden gegeven zoals met dat ademen. Dat is gewoon echt niks voor mij." aldus respondent M2.

Toch blijft dit onderdeel, in de ogen van de geïnterviewde ouders, een oefening die niet van nature verkeerd is, maar het moet wel bij iemand zijn karakter passen. Hier kan dus verder weinig over gezegd worden.

4.4 Doelen

De derde deelvraag luidt: In hoeverre ervaren de ouders dat de gestelde doelen van de cursus OuderTeam worden bereikt?

De cursus OuderTeam bestaat uit een hoofddoel, dit doel is onderverdeeld in twee subdoelen; Het doel van de cursus is om de ouders voor te bereiden op de transitie die zij doormaken van partnerrelatie naar ouderrelatie en alles wat hierbij komt kijken.

- Aanstaaende ouders hebben een positieve (samenwerkings-)relatie.
- Aanstaaende ouders zijn voorbereid op de veel voorkomende veranderingen in de transitie naar het ouderschap.

4.4.1 Positieve (samenwerkings-) relatie

Allereerst is er aan de geïnterviewde ouders gevraagd in hoeverre zij zelf het gevoel hebben dat de cursus een bijdrage heeft geleverd aan de (samenwerkings-)relatie met hun partner.

Ouders gaven aan dat het op verschillende manieren een bijdrage heeft geleverd; ouders hebben het gevoel dat het 'teamgevoel' binnen de relatie is versterkt. Hiermee bedoelen de ouders dat zij door het volgen van deze cursus het gevoel hebben dat zij het ouderschap als een team benaderen met dezelfde ideeën en opvoedstrategieën.

Daarnaast geven de geïnterviewde ouders aan dat de communicatie tussen de partners is verbeterd. Zoals al eerder benoemd geven de ouders aan dat zij door deze cursus verwachtingen naar elkaar uitspreken en gevoelens durven te benoemen.

Dit alles draagt volgens de ouders en volgens de cursus OuderTeam bij aan het versterken van de (samenwerkings-)relatie.

Hiernaast zijn er ook andere factoren die invloed hebben op het bereiken van een positieve (samenwerkings-)relatie. Deze factoren zijn benoemd in het theoretisch kader en uitgevraagd in het interview.

Zoals hierboven benoemd, geven ouders aan dat zij vooral veel communicatietechnieken hebben aangeleerd. Deze technieken helpen de geïnterviewde ouders met het aangaan van een gesprek.

"Ik merk wel dat als er conflicten zijn, uhm, ja, dat jij er niet meer vol boos op reageert maar het een beetje rustig met je gevoel introduceert. Je benoemt vaker je gevoel."
aldus respondent V2 over M2.

"Toen dacht ik inderdaad terug aan de cursus en dacht ik, ik ga het anders zeggen. Toen heb ik iets in de richting gezegd van; 'ja ik wilde even zeggen, dat het niet verkeerd bedoeld is want ik zie dat jij ook heel veel doet. Maar het voelt voor mij op het moment alsof ik alles moet doen.' En toen kwam er echt wel gewoon een rustig gesprek op gang over de hele situatie in plaats van een boze opmerking." aldus respondent V2.

Een ander onderdeel wat volgens OuderTeam effect heeft op de (samenwerkings-)relatie is in hoeverre partners elkaar op een effectieve manier ondersteuning kunnen bieden. Vaardigheden die te maken hebben met het bieden van ondersteuning, zijn bijvoorbeeld het vaker uitspreken van verwachtingen naar elkaar, waardering voor elkaar uitspreken en het effectief verdelen van de taken, zoals ook beschreven onder het kopje 'vaardigheden'.

"Zij pakt graag de avonduren. Met verschonen en melk geven, en tussen de dag help ik ook een beetje na werk enzo. In de weekenden ga ik ook verschonen en melk geven als het in de avonduren zijn." aldus respondent M2.

"Maar ik vind wel, sinds de baby er is, het is gewoon ook veel drukker uhm met, er is gewoon twee keer zo veel was en dat soort dingen. Ik moet zeggen dat ik het nu,

misschien ligt het beetje aan mij, nu vind ik het makkelijker om ook tegen M. te zeggen 'zou jij die was op willen hangen?'. Voorheen vond ik dan dat ik dat allemaal zelf moest doen. Dus in die zin durf ik wel meer om hulp te vragen." aldus respondent V3.

Een ander onderdeel wat veel lof krijgt van ouders is elkaar complimenteren. Ouders geven aan dat zij door de cursus hebben geleerd om elkaar vaker complimenten te geven over de acties die zij uitvoeren.

"Wanneer ik zie dat ze moe is en al de hele tijd met de baby loopt, dan zeg ik wel 'goh schat wat doe je het goed, ik ben trots op je' daar hecht zij veel waarde aan en uhm, voor mij is het geen moeite om te zeggen" aldus respondent M3.

4.4.2 Voorbereid op de veranderingen

De geïnterviewde ouders vinden zelf dat zij op verschillende manieren voorbereid zijn op de veel voorkomende veranderingen die het ouderschap met zich meebrengt.

Tijdens de interviews is er aan de ouders gevraagd in hoeverre ouders een zelfverzekerd gevoel hebben over het ouderschap. De geïnterviewde ouders geven aan dat het aanleren van communicatietechnieken en het bespreekbaar maken van de uitdagingen binnen het ouderschap, voor een zelfverzekerd gevoel hebben gezorgd. Ouders geven aan dat zij weten wat hun te wachten staat en dat dit voor rust zorgt. Dit draagt bij aan een voorbereid gevoel.

Zoals ook al eerder benoemd, geven de ouders aan dat zij zijn voorbereid op de verschillende conflicten die kunnen ontstaan tijdens het ouderschap. Ouders geven aan kennis te hebben over de verschillende problemen die kunnen ontstaan en hun zijn ook handvatten aangereikt om hiermee om te gaan.

Daarnaast blijkt uit de interviews dat de ouders kennis hebben over het onderwerp 'hechting'. Dit valt onder de subdoel 'ouders zijn voorbereid op de veel voorkomende veranderingen'. Zo geven de geïnterviewde ouders aan dat zij begrijpen dat de hechting tussen de vader en moeder verschillend is en dat de cursus heeft benadrukt dat dit normaal is. Hierdoor voelen de ouders zich gerustgesteld en zelfverzekerd. Daarnaast geven verschillende ouders aan dat de theorie die aan bod kwam tijdens de cursus ervoor heeft gezorgd dat zij weten wat ze moeten doen in bepaalde situaties. Wanneer hun kind bijvoorbeeld huult, weten zij dat het kind om aandacht vraagt.

Over het algemeen waren ouders positief te spreken over hoe de cursus van invloed was op de veranderingen die het ouderschap met zich meebrengt.

Toch zijn er ook een aantal geïnterviewde ouders die aangeven dat de cursus te weinig impact had om hun echt voor te bereiden op alle veranderingen die zullen komen. De reden hierachter is dat de cursus, volgens deze ouders, soms niet praktisch genoeg was. Zo werden er volgens de ouders niet genoeg tips gedeeld. Dit wordt versterkt door een reactie uit het evaluatieformulier op de vraag *'wat had u graag anders gezien in deze cursus?'*; *"Er had wel meer hands on theorie & tips in gekund"*.

"Uhh, nou, ik denk dat ik er zo hard over moet nadenken dat het antwoord nee is. Ik denk dat het te weinig impact heeft daarvoor. Wat mij het meest blijft is in het geval van conflict, met elkaar, wat sowieso gaat komen met kinderen." aldus respondent M4.

"Het is niet dat de cursus mij een heel ander beeld heeft gegeven dan wat ik van tevoren al dacht. Het wordt wel duidelijk van hoe het bij andere stelletjes gaat dat is wel fijn. Maar het is echt niet dat ze zeggen van nou eh je moet zo dit doen of dat doen. Het is niet echt praktisch met tips enzo." aldus respondent V1.

4.5 Overige relevante resultaten

De cursus bestaat in totaal uit vier bijeenkomsten. Twee bijeenkomsten vinden plaats voor de bevalling, namelijk de prenatale bijeenkomsten, en twee bijeenkomsten vinden plaats na de bevalling, de postnatale bijeenkomsten. Vanwege de corona crisis vonden sommige bijeenkomsten fysiek plaats en sommige bijeenkomsten online.

4.5.1 Online en fysiek

Volgens de geïnterviewde ouders was er bij de fysieke bijeenkomsten veel interactie tussen de verschillende stellen. Daarnaast ervaren de ouders deze bijeenkomsten als meer 'persoonlijk' omdat er meer mogelijkheid was tot interactie.

De ouders die de prenatale enquête hebben ingevuld ervaren prefereren de fysieke bijeenkomsten boven de online bijeenkomsten.

Volgens de ouders is het enige nadeel aan de fysieke bijeenkomsten dat het minder praktisch is na de bevalling. Ouders geven aan na de bevalling erg druk te zijn met het pasgeboren kind en hierdoor minder tijd te hebben voor het bijwonen van de cursus. Daarnaast ervaren de geïnterviewde ouders ook dat er tijdens de fysieke bijeenkomsten minder privacy is dan bij de online bijeenkomsten. Hiermee bedoelen de ouders dat zij de ruimte waarin de bijeenkomst wordt gegeven soms te klein vinden. Hierdoor voelen de ouders zich minder op hun gemak om persoonlijke zaken met elkaar te bespreken omdat andere stellen dit ook kunnen horen.

"De gesprekken die je met elkaar voert, dat dat misschien een beetje gedempt zou gaan als je dat in een ruimte zou moeten voeren waar alle stellen aanwezig zijn. Misschien toch wat behoudender praat." aldus respondent M4.

Volgens de geïnterviewde ouders is er bij de online bijeenkomsten veel sprake van afleiding. Dit komt vooral door de baby in huis. Daarnaast ervaren zij de online bijeenkomsten als minder persoonlijk. Wat ouders wel fijn vonden aan de online bijeenkomsten is dat het praktisch is om een cursus vanuit huis bij te wonen.

In de enquête wordt de volgende vraag gesteld 'wat had u graag anders gezien in de cursus?'. Op deze vraag geven verschillende ouders aan dat zij de hoeveelheid informatie wat wordt gegeven in de cursus veel vinden voor de hoeveelheid bijeenkomsten. Een aantal ouders geven aan dat zij de cursus liever in zes bijeenkomsten hadden gevolgd in plaats van vier.

4.5.2 Overig

Alle ouders die mee hebben gewerkt aan dit onderzoek hebben het delen van ervaringen tussen de stellen als erg waardevol ervaren.

Verschillende ouders geven aan dat het delen van ervaringen met de andere stellen hun het meest heeft bijgebracht.

"Nou het enige wat ik vond, het waren weinig stelletjes, het was niet heel druk bezocht. Het wordt niet echt gepromoot. En het zou wel fijn zijn als er dan ja, meer mensen waren om ervaringen mee te delen. daar heb ik persoonlijk het meest aan gehad." aldus respondent M2.

Dit gaf ouders het gevoel van 'herkenning' wat weer een gevoel gaf van 'rust'.

Een kwart van de geïnterviewde ouders geeft aan tevreden te zijn over de groepsgrootte van drie tot vier stellen. Zo voelen ouders zich veilig in een kleinere groep om persoonlijke zaken te bespreken.

De andere drie kwart van de geïnterviewde ouders geeft aan dat ze liever in een grotere groep van vijf tot zes stellen zaten. Volgens deze ouders is er met een grotere groep meer ruimte om ervaringen te delen. Hier leren ouders, volgens de ouders, het meeste van.

"Ik denk dat het misschien beter zou zijn als het iets groter was. Dan heb je meer verschillen. Nu waren er twee stellen die we niet kende, de ene viel eruit en dan was er nog 1 over. Dat was het enige groepje waar we verschillen konden kijken. Het zou wel een groepje van zes stellen kunnen zijn, dan heb je meer vergelijkingsmateriaal." aldus respondent M2.

5. Conclusie en aanbevelingen

In dit hoofdstuk wordt er antwoord gegeven op de onderzoeksvraag 'Hoe ervaren de deelnemende ouders, de cursus OuderTeam?'.

5.1 Conclusie

Naar aanleiding van de resultaten kan geconcludeerd worden dat de ouders na deelname aan de cursus kennis bezitten over de volgende thema's die aanbod komen binnen de cursus OuderTeam; communicatie, conflicthantering en een klein beetje hechting. Daarnaast hebben de ouders ook veel kennis opgedaan over de veel voorkomende veranderingen die het ouderschap met zich meebrengt.

Het '3G schema', is een onderwerp dat de deelnemende ouders minder bewust is bijgebleven. De ouders weten niet meer precies wat dit schema inhoudt. Wel kan geconcludeerd worden dat een groot deel van de ouders het 3G schema onbewust in het dagelijks leven toepast.

Naar aanleiding van de resultaten kan er geconcludeerd worden dat de ouders vooral communicatieve vaardigheden hebben aangeleerd, na hun deelname aan de cursus OuderTeam. Ouders geven aan in het dagelijkse leven gebruik te maken van deze verschillende communicatietechnieken. Deze technieken worden toegepast wanneer er zich een conflictsituatie voordoet, wanneer ouders verwachtingen uit willen spreken of wanneer zij gevoelens naar elkaar willen uiten.

Naar aanleiding van de resultaten kan er geconcludeerd worden dat de ouders ervaren dat de opgestelde doelen van de cursus OuderTeam deels worden behaald.

Er kan geconcludeerd worden dat de (samenwerkings-)relatie tussen de ouders, volgens de ouders, is versterkt. De argumenten hiervoor zijn dat de ouders elkaar ondersteuning kunnen bieden en op een effectieve manier met elkaar kunnen communiceren.

Daarnaast geven de ouders aan dat de cursus hen heeft voorbereid op de veranderingen die zich voordoen tijdens het ouderschap.

Toch kan er geconcludeerd worden dat de cursus de ouders niet volledig heeft voorbereid op alle veranderingen. De meeste ouders geven aan dat een gehele voorbereiding niet mogelijk is. Om deze reden zijn niet alle doelen van de cursus volledig bereikt, maar is er volgens de ouders wel het meeste uitgetaald als wat erin zat.

Naast het beantwoorden van de deelvragen, zijn er nog meer resultaten die relevant zijn om mee te nemen in het beantwoorden van de onderzoeksvraag.

De uitvoering van de cursus ervaren ouders deels als positief. Ouders geven wel aan dat zij hier, voor de toekomst, nog verbetering in aanbevelen.

Over het algemeen ervaren de ouders de fysieke bijeenkomsten positiever dan de online bijeenkomsten. Ouders geven aan dat zij de online bijeenkomsten praktischer vinden, maar wel minder persoonlijk. Daarnaast geeft het overgrote deel van de ouders aan dat zij de cursus liever in een grotere groep volgen. De reden hierachter is dat de ouders op die manier met meer stellen in contact komen met wie zij ervaringen kunnen delen. Het delen van ervaringen hebben ouders namelijk als het meest leerzaam gedeelte van de hele cursus ervaren.

Het antwoord op de onderzoeksvraag 'Hoe ervaren de deelnemende ouders, de cursus OuderTeam?' luidt als volgt: de ouders die deel hebben genomen aan de cursus OuderTeam hebben de cursus over het algemeen als 'positief' en 'leerzaam' ervaren. De onderwerpen die de ouders het meeste aanspraken en die hen het meest hebben bijgebracht zijn de onderwerpen; conflicthantering en communicatie tussen partners. De onderwerpen die de ouders het minste aanspraken zijn de onderwerpen 'hechting' en '3G schema'. Er kan geconcludeerd worden dat de ouders ervaren dat de meeste doelen van de cursus OuderTeam zijn bereikt. Als het gaat om de uitvoering van de cursus, zijn de

ouders het meest te spreken over de fysieke bijeenkomsten vanwege de vele mogelijkheden tot interactie.

Verder hebben de ouders het meeste opgestoken van het delen van de ervaringen met andere stellen en om deze reden geven ouders aan dat een grotere groep nuttig kan zijn in de toekomst.

5.2 Aanbevelingen

Met de conclusie van het vraagstuk kunnen er aanbevelingen gedaan worden ter verbetering van de cursus OuderTeam. De adviesvraag van de opdrachtgever luidt als volgt; Bereikt de cursus het gewenste resultaat bij de ouders? En zo niet, wat moet er veranderen?

In de conclusie is duidelijk geworden dat de ouders een positieve ervaring hebben overgehouden aan hun deelname aan de cursus OuderTeam. Naast deze positieve ervaring zijn er punten waar de ouders nog verbetering in zien.

5.2.1 Inhoud cursus

Uit de resultaten en uit de conclusie blijkt dat de ouders erg veel baat hebben gehad aan het delen van ervaringen. Veel ouders die mee hebben gewerkt aan dit onderzoek, zowel via de interviews als via het invullen van de enquêtes, geven aan dat het delen van ervaringen hen het meest heeft bijgebracht. Daarom is het advies om hier meer ruimte voor te creëren tijdens de groepsbijeenkomsten. Om ervoor te zorgen dat 'het uitwisselen van ervaringen' iets wordt waar alle deelnemende ouders aan bijdragen, is het belangrijk dat er meer interactie ontstaat tussen de verschillende koppels.

Twee voorbeelden om meer interactie te stimuleren zijn: het vormgeven van interactieve oefeningen tussen de stellen of het voeren van een kringgesprek waarbij alle stellen aan bod komen.

Het advies is om tijdens een groepsbijeenkomst al duidelijk aan te geven wat de onderwerpen zijn voor de volgende groepsbijeenkomst. Hierbij is het belangrijk om te benoemen wat er van de ouders verwacht wordt en welke bijdrage ouders hieraan kunnen leveren. Een voorbeeld hiervan is aangeven dat ouders moeten nadenken over een conflictsituatie die is voorgevallen. Zo worden ouders voorbereid op wat er gaat komen, en voelen zij wellicht minder de drempel om ervaringen te delen.

Een van de onderdelen van de cursus OuderTeam is het onderdeel 'hechting'. Het lectoraat heeft als doel om de ouders ervan bewust te maken dat er verschillende manieren van hechting zijn en dat dit normaal is. Uit de conclusie komt naar voren dat ouders hier weinig van hebben opgestoken omdat de hechting volgens de ouders vooral natuurlijk verloopt. De theorie over hechting, sluit niet goed aan bij de ouders. Het advies is om dit onderwerp, binnen de cursus, wat kleiner te maken. Het advies is om het minder te benaderen via een theoretische hoek, maar om meer te focussen op de verschillende soorten hechting die ouders met het kind kunnen hebben. Zo is het belangrijk om te benadrukken dat er een verschil in hechting met het kind kan zijn tussen de man en de vrouw, of tussen de andere koppels. Dit is normaal.

Een idee hiervoor is om ouders een voorbeeld in te laten sturen van een moment van hechting met de baby die hen is bijgebleven. Op deze manier zullen ouders wellicht meer uit het onderwerp 'hechting' halen.

5.2.2 Uitvoering cursus

Uit de resultaten blijkt dat de voorkeur van de respondenten uitgaat naar fysieke bijeenkomsten. De reden hierachter is dat zij deze bijeenkomsten als persoonlijker ervaren. Toch is het voor nieuwe ouders soms praktischer om de bijeenkomst online bij te wonen. Het nadeel van de online bijeenkomsten is dat het, volgens ouders, niet persoonlijk genoeg is en dat er weinig contact is met andere stellen.

Om deze redenen zijn er verschillende adviezen gemaakt.

Bij online bijeenkomsten is het advies om rekening te houden met de spreektijd van de ouders. De bedoeling hiervan is dat alle ouders tijdens de bijeenkomst een specifiek aantal minuten aan het woord komen. Daarbij is het een advies om ouders van te voren te informeren over de onderwerpen die tijdens de bijeenkomst behandeld worden, met de vraag of ouders na kunnen denken aan voorbeelden uit het dagelijkse leven. Op deze manier voelen ouders wellicht minder de drempel om een ervaring te delen en zullen alle ouders evenveel aan het woord komen.

Bij fysieke bijeenkomsten is het advies om een groep van ongeveer zes stellen te creëren. De fysieke bijeenkomsten vragen veel van de ouders. Wanneer ouders weten dat er veel stellen aanwezig zullen zijn, zullen zij wellicht sneller geneigd zijn om op te komen dagen. Ook zullen zij er op dat moment meer uit halen.

Voor de fysieke bijeenkomsten is er ook een tweede advies gevormd. Dit advies stelt dat de ruimte waarin de cursus gegeven wordt groot genoeg moet zijn zodat er genoeg privacy is om persoonlijke gesprekken te voeren. Op deze manier ervaren de ouders ook de privacy die zij tijdens de online bijeenkomsten ook als prettig ervaren.

Het laatste advies wat wordt meegegeven is om de laatste twee bijeenkomsten wat in te korten. Vanwege de drukke en onverwachte schema's van de ouders, na de geboorte van hun kind, lukt het niet altijd om twee uur bij te wonen. Hierdoor komt het wel eens voor dat ouders zich afmelden voor een bijeenkomst. Om deze reden is er het advies om de laatste twee bijeenkomsten in te korten naar ongeveer een uur of om de inhoud van de cursus te verspreiden over zes bijeenkomsten in plaats van vier.

6. Discussie

In dit hoofdstuk wordt er ingezoomd op de sterke en op de zwakkere punten van dit onderzoek.

Tijdens de uitvoering van het onderzoek is er veel rekening gehouden met de inhoud van de training. De onderwerpen van de topiclijst zijn hierop gebaseerd en tijdens het afnemen van de interviews is er geen onderwerp overgeslagen. Hierdoor kan er gesteld worden dat de resultaten van de interviews valide zijn en relevant zijn voor de evaluatie.

Daarnaast zijn de interviews een keer geoefend met mensen van dezelfde leeftijd als de doelgroep. Hierdoor is de topiclijst goed geëvalueerd en verbeterd. Het zou nog mooier zijn geweest als de topiclijst kon worden geoefend met de daadwerkelijke doelgroep. Dit was, vanwege het gebrek aan respondenten, helaas niet haalbaar.

In de uitvoering van het onderzoek zijn ook een aantal zwakke punten te benoemen. Zo zijn er alleen acht respondenten geïnterviewd. Alhoewel het een gelijke ratio aan man en vrouw was, blijven dit maar vier koppels. Hierdoor kan de representativiteit en de betrouwbaarheid van het onderzoek in twijfel worden getrokken.

Daarnaast is er geen deelvraag gevormd over de ervaring van ouders wat betreft de 'uitvoering' van het onderzoek. Tijdens het afnemen van de interviews, bleek dat ouders hier een sterke mening over hadden. Dit valt ook onder de ervaringen van ouders en is relevant om mee te nemen in de evaluatie van de cursus.

De resultaten van de verschillende enquêtes waren moeilijk te gebruiken voor dit onderzoek. Dit komt doordat vragen op de enquêtes niet op de thema's binnen de cursus gericht zijn en hierdoor minder overeenkomen met de vragen gesteld in de interviews.

Een ander punt waarover gediscussieerd kan worden is hoe de interviews zijn afgenomen. Vanwege het gebrek aan respondenten, was het belangrijk om mee te gaan met de wensen van de ouders die wel wilden meewerken. De deelnemende ouders vonden het gemakkelijker om tegelijk geïnterviewd te worden dan apart. Er was ook de keuze om de ouders apart van elkaar te interviewen. Het risico daarvan was dat sommige respondenten hierdoor af zouden vallen. Daarom is ervoor gekozen om de interviews met allebei de ouders tegelijk af te nemen.

Het kan zijn dat deze opstelling ervoor heeft gezorgd dat ouders elkaar op sommige vlakken hebben beïnvloed in hun antwoord. Wanneer de ouders toch apart werden geïnterviewd, waren er misschien meer details duidelijk geworden over gevoelige onderwerpen zoals 'conflictsituaties' en 'communicatie tussen de partners'.

Bij het invullen van de postnatale enquêtes hebben de ouders de cursus een rapportcijfer gegeven. Van de 16 ouders die de postnatale enquête hebben ingevuld, is het gemiddelde rapportcijfer een 7,5. Dit cijfer zou wellicht gekoppeld kunnen worden aan de volgende resultaten; de ouders waren positief over het delen van ervaringen en de ouders hebben veel baat gehad aan het bespreekbaar maken van onderwerpen die voorkomen tijdens het ouderschap.

7. Literatuurlijst

Ainsworth, S. M. D., & Blehar, M. C. (2015). *Patterns of Attachment* (1ste editie). Taylor & Francis.

Baarda, B. (2019). *Dit is onderzoek!* (1ste editie, Vol. 3). Noordhoff.

Belsky, J., & Rovine, M. (1990). Patterns of Marital Change across the Transition to Parenthood: Pregnancy to Three Years Postpartum. *Journal of Marriage and the Family*, 52(1), 5. <https://doi.org/10.2307/352833>

Brug, J., Van Assema, P., & Lechner, L. (2017). *Gezondheidsvoorlichting en gedragsverandering* (9de editie). Koninklijke Van Gorcum.

Cowan CP, Cowan PA. (1995) Interventions to ease the transition to parenthood: Why they are needed and what they can do. *Family Relations: Journal of Applied Family & Child Studies*. 44(4):412– 423.

Curran, M., Hazen, N., Jacobvitz, D., & Feldman, A. (2005). Representations of Early Family Relationships Predict Marital Maintenance During the Transition to Parenthood. *Journal of Family Psychology*, 19(2), 189–197. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.19.2.189>

Einav, M. (2013). Perceptions About Parents' Relationship and Parenting Quality, Attachment Styles, and Young Adults' Intimate Expectations: A Cluster Analytic Approach. *The Journal of Psychology*, 148(4), 413–434. <https://doi.org/10.1080/00223980.2013.805116>

Ellis, A. (1991). The revised ABC's of rational-emotive therapy (RET). *Journal of Rational-Emotive Cognitive-Behavior Therapy*, 9, 139-172. <http://doi.org/10.1007/BF01061227>

Feinberg, M. E., & Kan, M. L. (2008). Establishing family foundations: Intervention effects on coparenting, parent/infant well-being, and parent-child relations. *Journal of Family Psychology*, 22(2), 253–263. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.2.253>

Gravesteyn, C. (2019). Ondersteun je de ouder, dan ondersteun je het kind (pdf, 627 KB). *Tijdschrift Relatierecht en praktijk*, 4, 41-46.

Gravesteyn, C. (2015). *Ouderschap in ontwikkeling* (1ste editie). SWP.

Gravesteyn, C., & Ketner, S. (2015). *Ouderschap is multitasken: Ondersteun ouders alle ballen in de lucht te houden*.

Kaczynski, K. J., Lindahl, K. M., Malik, N. M. & Laurenceau, J. P. (2006). Marital conflict, maternal and paternal parenting, and child adjustment: A test of mediation and moderation. *Journal of Family Psychology*, 20(2), 199–208. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.20.2.199>

Kluwer, E. S. (2010). From Partnership to Parenthood: A Review of Marital Change Across the Transition to Parenthood. *Journal of Family Theory & Review*, 2(2), 105–125. <https://doi.org/10.1111/j.1756-2589.2010.00045.x>

Kluwer, E. S., Heesink, J. A. M., & Vliert, E. (2002). The Division of Labor Across the Transition to Parenthood: A Justice Perspective. *Journal of Marriage and Family*, 64(4), 930–943. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00930.x>

Lévesque, S., Bisson, V., Charton, L., & Fernet, M. (2020). Parenting and Relational Well-being During the Transition to Parenthood: Challenges for First-time Parents. *J Child Fam Stud* 29, 1938–1956. <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01727-z>

Nilson, C. D. (2003). *How to Manage Training* (Vol. 3). AMACOM.

Over het lectoraat. (2019, 15 maart). Hogeschool Leiden. Geraadpleegd op 9 maart 2022, van <https://www.hsleiden.nl/ouderschap-en-ouderbegeleiding/over-het-lectorat/index>

OuderTeam. (2021). *Trainershandleiding en Curriculum*. Leiden: Lectoraat Ouderschap en Ouderbegeleiding Hogeschool Leiden.

Welgraven, C. (2010, 6 februari). 'Opvoeden is geen toverstafje'. Trouw. Geraadpleegd op 11 maart 2022, van <https://www.trouw.nl/cultuur-media/opvoeden-is-geen-toverstafje~b9e6f75d/>

8. Bijlagen

8.1 Informatiebrief

Geachte mevrouw, meneer,

De transitie van partnerschap naar ouderschap brengt veel uitdagingen met zich mee. Om deze uitdagingen zo goed mogelijk aan te gaan, is het belangrijk dat de kwaliteit van de (samenwerkings-)relatie goed is. De cursus OuderTeam, ontwikkeld door het lectoraat Ouderschap & Ouderbegeleiding van de hogeschool Leiden, focust zich op het versterken van deze (samenwerkings-)relatie. Om ervoor te zorgen dat de cursus zijn gewenste doelen bereikt, vindt er een evaluatie plaats waar er wordt geluisterd naar de ervaringen van ouders.

Wij vragen u om mee te doen aan een onderzoek over de ervaringen van ouders na hun deelname aan de cursus OuderTeam.

Het onderzoek wordt uitgevoerd door een student van de Hogeschool Leiden. Aan het onderzoek nemen 12 mensen deel.

Het doel van dit onderzoek is om te evalueren of de cursus de vooropgestelde doelen bereikt. Het uiteindelijke doel is om met de informatie opgedaan in dit onderzoek, een terugkoppeling geven aan het lectoraat Ouderschap & Ouderbegeleiding. In deze terugkoppeling worden de belangrijkste uitkomsten van het onderzoek uitgebreid besproken, en wordt er advies gegeven ter verbetering van de cursus.

Wat uw deelname inhoudt

Als u meedoet met het onderzoek gaan wij met u in gesprek over uw mening en ervaring over de cursus OuderTeam. Hoe heeft u de cursus ervaren, welke vaardigheden/kennis neemt u mee naar de praktijk en wat zou u graag zien veranderen in de toekomst. De interviewer zal u vragen stellen ter verduidelijking en verheldering van wat u vertelt. Het gesprek duurt ongeveer 30 minuten.

Mogelijke voor- en nadelen

Meedoen aan het onderzoek is vrijwillig. Lees de informatie in deze brief rustig door en vraag gerust om verder uitleg aan de onderzoeker. Met uw deelname kunt u zorgen dat de cursus OuderTeam beter zal worden wat er uiteindelijk voor zorgt dat er meer ouders zullen deelnemen.

Niet deelnemen of stoppen met deelname

Uw deelname is geheel vrijwillig. Als u niet wilt deelnemen of als u er kort voor het interview toch vanaf wil zien, dan hoeft u daarvoor geen verklaring te geven en u hoeft ook niets te tekenen.

Gebruik van uw gegevens

Voor dit onderzoek geeft u uw mening en deelt u uw ervaringen over de cursus OuderTeam. Het gesprek wordt opgenomen, later uitgetypt en gebruikt voor het onderzoek. Uw

gegevens worden anoniem verwerkt. Elke deelnemer krijgt namelijk een code zodat de informatie niet tot u ter herleiden is. Verder worden uw gegevens alleen binnen dit onderzoek gebruikt. Alleen de onderzoekers weten welke code u heeft. Uw gegevens worden 1 jaar bewaard en daarna vernietigd.

Heeft u vragen?

Uw vragen kunt u stellen aan de onderzoeker of u kunt contact opnemen met: Nina Kagie.
Email: s1102063@student.hsleiden.nl

Ondertekening toestemmingsformulier

Wanneer u voldoende bedenktijd heeft gehad en uw eventuele vragen naar tevredenheid zijn beantwoord beslist u of u wilt deelnemen. Indien u toestemming geeft, dan vragen we u om de bijgevoegde toestemmingsverklaring te ondertekenen. Met deze schriftelijke verklaring geeft u aan dat u de informatie heeft begrepen en instemt met deelname aan het onderzoek.

Uw toestemmingsverklaring wordt door ons bewaard. U krijgt van ons een kopie of tweede exemplaar van deze toestemming. Hierop staan ook onze contactgegevens voor het geval u ons later nog wil bereiken.

Hartelijk dank voor uw aandacht.

8.2 Toestemmingsverklaringformulier

Onderzoek: Evaluatieonderzoek cursus OuderTeam.

- Ik heb de informatiebrief gelezen. Ik heb de vragen die ik had kunnen stellen en heb hierop voldoende antwoord gekregen. Ik heb genoeg tijd gehad om te beslissen.
- Ik weet dat meedoen vrijwillig is. Ook weet ik dat ik op elk moment kan stoppen en dat ik hiervoor geen reden hoeft op te geven.
- Ik weet dat alleen de bij het onderzoek betrokken onderzoeker mijn gegevens kunnen inzien.
- Ik geef toestemming voor het verzamelen en gebruiken van mijn gegevens en voor de doelen zoals in de informatiebrief beschreven.
- Ik geef toestemming om mijn gegevens 1 jaar na afloop van dit onderzoek te bewaren.
- Ik wil meedoen aan dit onderzoek.

Naam deelnemer:

Handtekening:

Datum:

=====

Ik verklaar dat ik deze deelnemer volledig heb geïnformeerd over het genoemde onderzoek. Als er tijdens het onderzoek informatie bekend wordt die de toestemming van de proefpersoon zou kunnen beïnvloeden, dan breng ik de deelnemer daarvan tijdig op de hoogte.

Onderzoeker (of diens vertegenwoordiger):

Naam: Nina Kagie

Handtekening:

Datum: 22-5-22

De deelnemer krijgt de volledige informatiebrief, samen met een kopie van het ondertekende toestemmingsformulier mee.

8.3 Topiclijst

Hoofddoel cursus:

(samenwerkings)relatie tussen ouders versterken en ouders voorbereiden op het ouderschap.

Introductie 3 min

- Voorstellen: mijn naam is Nina Kagie, ik ben 23 jaar oud en ik ben momenteel dus bezig met een onderzoek voor mijn afstudeerscriptie.
- Interesse tonen/feliciteren met pasgeboren baby
- Uitleg doel van het interview → *Het doel van dit interview is om te onderzoeken welke ervaringen jullie als ouders hebben opgedaan tijdens jullie deelname aan de cursus OuderTeam. Dit wordt onderzocht om uiteindelijk te cursus te evalueren. Naar aanleiding van de informatie wat uit de interviews komt, wordt er gekeken naar of de doelen van de cursus worden behaald en wordt er een advies gegeven aan de organisatie ouderteam. De onderwerpen die tijdens dit interview aan bod komen, zijn onderwerpen die behandeld worden tijdens de training.*
- Anonimiteit van bijdrage van respondent → *De cursus is geheel anoniem. Zoals jullie in de informatiebrief hebben gelezen, wordt er nergens jullie naam gebruikt. Ik ben ook de enige die de audio-opname zal horen, dit is alleen zodat ik het interview terug kan luisteren en uit kan typen.*
- Toestemming vragen voor audio-opname → *gaan jullie akkoord met het opnemen van de interviews? En hebben jullie het toestemmingsverklaringformulier toevallig al ondertekend?*

Algemene vragen:

- Wat is uw algemene indruk van de cursus OuderTeam?
- Waarom hebben jullie besloten om deze cursus te volgen? Wat waren jullie verwachtingen? Heeft u het gevoel dat uw persoonlijke doelen zijn bereikt? (waarom wel/niet?)

Onderwerp	Subonderwerp
(Samenwerkings)relatie	- De term samenwerkingsrelatie uitleggen: elkaar ondersteunen, waardering/bevestiging tonen, elkaar respecteren. - Algemene ervaring: in hoeverre heeft de cursus voor u een bijdrage geleverd aan het versterken van jullie (samenwerkings)relatie?

Taakverdeling	- Kunt u mij iets vertellen over hoe de taken binnen jullie relatie verdeeld zijn? (huishoudelijke taken, werk, etc.) - In hoeverre merkt u een verschil in deze taakverdeling na de komst van de baby in vergelijking met daarvoor? - Heeft u het idee dat de cursus hier iets aan heeft bijgedragen? Zo JA → op wat voor manier?
Conflicthantering/stressvolle situaties/Communicatie tussen partners	- Heeft u misschien een concreet voorbeeld van een communicatieprobleem of een conflictsituatie die ooit bij jullie, tijdens het ouderschap, is voorgevallen? - JA: Hoe gaat u/gaan jullie hier momenteel mee om? - Uitleg: Tijdens de cursus wordt er ook aandacht besteed aan het aanleren van bepaalde technieken die helpen bij het omgaan met deze stressvolle situaties. In hoeverre heeft u het gevoel dat u bepaalde conflictsituaties op een effectieve manier kan aanpakken? In hoeverre hebben jullie het gevoel dat deze training jullie heeft voorbereid op het aanpakken van de conflictsituaties die je tegenkomt in het ouderschap? (waarom wel/niet/ hoe dan?)
3 G's	- Er wordt bij de cursus gewerkt via het 3G schema. Kunt u mij hier iets over vertellen? - In hoeverre hebben jullie het gevoel dat jullie het communiceren via het 3G schema onder de knie hebben? - In hoeverre wordt is het communiceren via het 3G schema, iets wat u meeneemt in uw relatie? (waarom wel/niet?)

Hechting	- Definitie begrip - Hoe ervaart u de hechting met uw kind? - Wat is uw aandeel hierin? - Heeft u het idee dat de cursus op enige manier heeft geholpen bij de hechting met uw kind?
Waardering	- Op welke manier wordt er waardering getoond aan elkaar? - Welke bijdrage heeft de cursus geleverd aan het tonen naar waardering aan elkaar?
Gevoel	- In hoeverre heeft u het gevoel dat u uw gevoelens kunt herkennen, controleren en benoemen? Heeft u het gevoel dat de cursus hier een bijdrage aan heeft geleverd? JA: Hoe dan? - In hoeverre voelt u zich voorbereid voor de veranderingen die het ouderschap met zich mee zal brengen? In hoeverre heeft de cursus, volgens u, hier iets aan bijgedragen? - Met welk gevoel benaderd u het ouderschap? (zelfverzekerd, onzeker etc.)