

OBIC-Ouderbegeleiding

de ervaring van ouders

Een onderzoek naar de meerwaarde van OBIC-Ouderbegeleiding bij het opvoeden van kinderen met gedragsproblemen



OBIC-Ouderbegeleiding

Een onderzoek naar de meerwaarde van OBIC-ouderbegeleiding bij het opvoeden van kinderen met gedragsproblemen.

15 juni 2023

Sofie de Bruijn

Meike Van Leeuwen

Leah Martis

Isa van der Moer

Marjolein Passchier

Pedagogische Wetenschappen - Universiteit Leiden

Begeleider: Dr. M. Stoltenborgh

OBIC-Ouderbegeleiding - Marnix van Rossum

Het onderzoek waarover deze publicatie rapporteert, is door studenten van de Universiteit Leiden uitgevoerd in het kader van hun opleiding. Het advies dat hieruit voortkomt is geen formeel advies namens de Universiteit Leiden.

Samenvatting

OBIC-Ouderbegeleiding (OBIC), *Out of the Box Into your Centre*, is een relatief nieuwe oudergerichte interventie. OBIC helpt ouders die stress-, spannings- en vermoeidheidsklachten ervaren bij de opvoeding van hun kind. Waar andere interventies zich primair focussen op het kind, richt OBIC zich juist op de ouders. Het doel van dit onderzoek is om te kijken hoe ouders van kinderen met gedragsproblemen OBIC-Ouderbegeleiding ervaren. Hiervoor is de volgende onderzoeksvraag opgesteld: “Welke aspecten en elementen van OBIC-Ouderbegeleiding hebben volgens ouders meerwaarde bij het opvoeden van kinderen met gedragsproblemen?” Onder aspecten worden interne processen bij de ouder verstaan zoals zelfinzicht en emotieregulatie. Onder elementen worden de opdrachten van OBIC verstaan.

Om antwoord te kunnen geven op de onderzoeksvraag is allereerst literatuuronderzoek gedaan naar zelfinzicht en emotieregulatie. Vervolgens is empirisch onderzoek uitgevoerd door middel van het afnemen van semigestructureerde interviews bij ouders die OBIC hebben gevolgd. Uit het literatuuronderzoek bleek dat zowel zelfinzicht als emotieregulatie belangrijk is bij de opvoeding van het kind. Een hoge mate van zelfinzicht en emotieregulatie dragen bij aan het algemeen welzijn van ouders. Zowel zelfinzicht als emotieregulatie zijn van grote waarde bij een positieve opvoeding van het kind. Het belang van zelfinzicht in het ouderschap werd ook door de resultaten van het huidige empirische onderzoek bevestigd: ouders gaven aan na het OBIC-traject te beschikken over meer zelfinzicht. Het belang van emotieregulatie bleef in het empirisch onderzoek daarentegen relatief onbesproken.

Op basis van deze resultaten wordt aanbevolen om binnen OBIC meer te focussen op het verbeteren van emotieregulatie van ouders. Verder is het ook van belang om extra te focussen op de structuur van het OBIC-traject, aangezien structuur volgens sommige ouders ontbrak. In eventueel vervolgonderzoek zou onderzocht kunnen worden welke bijdrage de cliënt-therapeut relatie levert aan het succes van de interventie. Ouders leken de trainer en OBIC als één geheel te hebben ervaren, waardoor uitspraken doen over alleen OBIC, onafhankelijk van welke trainer, lastig is. Eventueel vervolgonderzoek zou zich ook kunnen richten op het individuele traject van ouders. OBIC is immers erg flexibel, waardoor elke ouder een ander traject heeft gevolgd.

Inhoudsopgave

Inleiding	6
Onderzoeksaanpak	9
Opzet literatuuronderzoek	9
Opzet empirisch onderzoek	9
Steekproef	9
Procedure	9
Instrumenten	10
Analyse	10
Uitkomsten literatuuronderzoek	11
Zelfinzicht	11
Definitie zelfinzicht	11
Relevantie van zelfinzicht voor het individueel welzijn	11
Relevantie van zelfinzicht in de opvoeding	11
Zelfinzicht vergroten	12
Emotieregulatie	13
Definitie emotieregulatie	13
Relevantie emotieregulatie voor het welzijn	13
Invloeden op de ontwikkeling van emotieregulatie	13
De rol van ouders bij de ontwikkeling van emotieregulatie van kinderen	14
Uitkomsten dataverzameling	15
Opdrachten van OBIC	16
Werkwijze OBIC	18
Therapeut	19
Resultaten van OBIC	20
Mogelijke verbeterpunten	21
Zelfinzicht	22
Inzicht in jezelf en de manier van opvoeden	22
Inzicht in de eigen jeugd	22
Inzicht in de gezinssituatie en het gedrag kind	22
Emotieregulatie	23
Conclusie, Advies & Discussie	24
Zelfinzicht	24
Zelfinzicht in OBIC	24
Emotieregulatie	25
Emotieregulatie in OBIC	25
OBIC volgens ouders	26
Behulpzame elementen volgens ouders	26
Niet behulpzame elementen volgens ouders	26
Advies	27
Discussie	28

Literatuurlijst	30
Bijlagen	35
Bijlage 1 - Vragenlijst	35

Inleiding

OBIC-Ouderbegeleiding (OBIC), *Out of the Box Into your Centre*, is een interventie die in 2017 is ontwikkeld voor ouders die stress-, spannings- en vermoeidheidsklachten ervaren bij het opvoeden van hun kind met gedragsproblemen (OBIC-Ouderbegeleiding, z.d.-a). Waar andere interventies zich primair focussen op (het gedrag van) het kind, richt OBIC zich juist op de ouders. Middels OBIC leren ouders beter in te spelen op opvoedsituaties, waardoor de spanningsklachten van ouders vermoedelijk zullen afnemen. Uit de literatuur blijkt dat vermindering van spanningsklachten samenhangt met logisch nadenken, betere beslissingen nemen en het positiever interpreteren van situaties (Dollekamp, 2020). Spanningsklachten van ouders kunnen het gevolg zijn van verwachtingen en overtuigingen waar het kind niet aan kan voldoen (OBIC-Ouderbegeleiding, z.d.-a). Deze verwachtingen kunnen leiden tot bepaalde reacties bij ouders, zoals een negatievere interpretatie van bepaalde situaties. Door het bijstellen van de verwachtingen ten opzichte van hun kind kunnen ouders flexibeler reageren en beter rekening houden met de behoeften van zowel het kind als zichzelf (OBIC-Ouderbegeleiding, z.d.-a).

OBIC is een oudergerichte interventie bij kinderen met gedragsproblemen (OBIC-Ouderbegeleiding, z.d.-a). Oudergerichte interventies blijken in de praktijk nauwelijks toegepast te worden (Havighurst et al., 2010). Doordat OBIC zich richt op ouders in plaats van het kind onderscheidt OBIC zich van traditionele interventies, waarin juist gedragsproblemen van het kind centraal staan. Bij OBIC worden ouders gestimuleerd hun negatieve gedachten en gevoelens aan te pakken, waardoor ruimte wordt gecreëerd om adequater op het kind te reageren. Met adequaat wordt bedoeld dat ouders de signalen van het kind op de juiste manier interpreteren en hun reacties kunnen afstemmen op de situatie. Hierdoor kan conflict tussen ouder en kind worden voorkomen (van IJendoorn & van Rosmalen, 2016).

Indien ouders zich kunnen vinden in de opzet en gedachtegang van OBIC, kunnen zij zich aanmelden voor een OBIC-traject. Het volledige OBIC-traject duurt zes tot negen maanden en bestaat uit wekelijkse huisbezoeken van een professional (OBIC-Ouderbegeleiding, z.d.-a). De interventie wordt afgestemd op de vraag en situatie van het gezin. Wanneer niet alle stappen van de interventie voor het betreffende gezin relevant zijn, kan OBIC gedeeltelijk ingezet worden.

Om de opzet van OBIC te onderbouwen is in dit onderzoek, op verzoek van Marnix van Rossum, oprichter van OBIC, gekeken naar de onderliggende theorie en huidige werking van deze interventie. De oorspronkelijke vraag vanuit de opdrachtgever bestond uit verschillende deelvragen. Zo is gevraagd om onderzoek te doen naar welke opdrachten ouders bruikbaar vonden en te kijken welke vergelijkbare interventies al beschikbaar zijn. Daarnaast is gevraagd literatuuronderzoek te doen naar de onderliggende concepten van OBIC: emotieregulatie, zelfinzicht en de motivatie van ouders. Tijdens het specificeren van de definitieve onderzoeksvraag is besloten de vraag naar beschikbare interventies en de motivatie van ouders niet op te nemen in het onderzoek. Deze laatste twee onderwerpen leken niet aan te sluiten bij de andere vragen, waardoor het formuleren van één overkoepelende onderzoeksvraag niet mogelijk was. Ook is bij het aanscherpen van de onderzoeksvraag rekening gehouden met de haalbaarheid van het onderzoek binnen de tijdsperiode van het Bachelorproject.

Uitgaande van bovenstaande keuzes beoogt dit adviesrapport de volgende onderzoeksvraag te beantwoorden: “Welke aspecten en elementen van OBIC-Ouderbegeleiding, hebben volgens ouders meerwaarde bij het opvoeden van kinderen met gedragsproblemen?”. Onder aspecten worden interne processen bij de ouder verstaan, zoals zelfinzicht en emotieregulatie. Onder elementen worden de opdrachten van OBIC verstaan. Deze opdrachten zullen nader worden toegelicht in dit adviesrapport. Op basis van de onderzoeksvraag zijn de volgende deelvragen opgesteld. De eerste deelvraag luidt: “Welke rol speelt zelfinzicht van ouders, volgens de literatuur, bij het opvoeden van kinderen met gedragsproblemen?”. De tweede deelvraag is: “Welke rol speelt emotieregulatie van ouders, volgens de literatuur, bij het opvoeden van kinderen met gedragsproblemen?”. De derde deelvraag is: “Welke elementen van OBIC-Ouderbegeleiding hebben ouders als behulpzaam ervaren bij het opvoeden van kinderen met gedragsproblemen?”. De laatste deelvraag luidt: “Welke elementen van OBIC-Ouderbegeleiding hebben ouders als minder of niet behulpzaam ervaren bij het opvoeden van kinderen met gedragsproblemen?”.

Uit de deelvragen blijkt dat enerzijds in dit onderzoek, middels literatuuronderzoek, een wetenschappelijke onderbouwing voor de opzet van OBIC wordt gezocht. Anderzijds worden de meningen van ouders die de training gevolgd hebben, middels empirisch onderzoek, in kaart gebracht. Dit kan bijdragen aan de ontwikkeling en verbetering van de interventie. Uit onderzoek van Boendermaker (2011) is immers gebleken dat gebruik van kennis uit wetenschappelijk onderzoek één van de werkzame factoren is die kan bijdragen aan de effectiviteit van interventies. De

resultaten worden verwacht inzicht te geven in de sterke en zwakke punten van OBIC. Dit geeft mogelijke aanknopingspunten voor de doorontwikkeling van OBIC. Een verbeterde versie van OBIC zal meerwaarde opleveren voor gezinnen die in de toekomst een OBIC-traject zullen starten.

In het huidige adviesrapport wordt eerst de onderzoeksopzet beschreven. Vervolgens worden de resultaten van zowel het literatuuronderzoek als het empirisch onderzoek gerapporteerd. Hierna wordt een conclusie geformuleerd, die uitmondt in een advies voor de opdrachtgever.

Onderzoeksaanpak

Opzet literatuuronderzoek

Voor het literatuuronderzoek is informatie gezocht over zelfinzicht en emotieregulatie. Hierbij zijn de zoekmachines *Google Scholar* en *LeidenCatalogus* gebruikt. In dit onderzoek is gebruikgemaakt van de mogelijkheid bij deze zoekmachines om te sorteren op relevantie. Voor het onderwerp zelfinzicht zijn de volgende zoektermen gebruikt: *self-insight*, *self-insight development*, *self-understanding*, *self-image*, *improving self-insight*, zelfinzicht, zelfbeeld. De gebruikte zoektermen voor het onderwerp emotieregulatie zijn: *Emotion regulation*, *behavior(al) problems*, *child emotion regulation*, *emotion regulation and socialization parents*, *parental emotion regulation*. De zoekresultaten zijn gefilterd. Op deze manier zijn de meest relevante artikelen gekozen voor het beantwoorden van de onderzoeksvraag. De artikelen die opgenomen zijn in dit onderzoek hebben een publicatiedatum vanaf 2010 en zijn *peer-reviewed*. De resultaten uit dit literatuuronderzoek zijn gebaseerd op achttien studies.

Opzet empirisch onderzoek

Steekproef

De steekproef van dit onderzoek bestond uit vier participanten (N=4). De participanten waren ouders van kinderen met gedragsproblemen die OBIC hebben afgerond. Onder afronding van OBIC werd verstaan dat ouders geen sessies meer volgden.

Procedure

Voor de werving van ouders is een wervingsmail naar de opdrachtgever gestuurd. Hierin werd het onderzoek beschreven en stond een link naar een Qualtrics formulier met daarin aanvullende informatie over het onderzoek en een mogelijkheid voor aanmelding. Deelname aan het onderzoek was enkel mogelijk indien ouders *informed consent* gaven.

De wervingsmail is door de opdrachtgever doorgestuurd naar de trainers, met de trainers in de BCC en de onderzoekers in de CC. Hierdoor kon gecontroleerd worden of de wervingsmail was verstuurd aan de trainers, maar bleven de e-mailadressen van de trainers anoniem (Haesevoets et al., 2020). De trainers is gevraagd om de wervingsmail door te sturen naar de ouders, waarbij de onderzoekers niet in de (B)CC staan. Hierdoor

werd de anonimiteit van de ouders gewaarborgd tot het moment van eventuele aanmelding voor het onderzoek.

Na aanmelding via de Qualtrics link is contact met ouders opgenomen via het opgegeven e-mailadres. Vervolgens is een datum voor een interview van maximaal zestig minuten afgesproken. De ouders hebben hiervoor een uitnodiging via Microsoft Teams ontvangen. Bij de afname van de interviews waren naast de ouder, een gespreksleider en ondersteuner van het onderzoeksteam aanwezig. Tijdens de interviews zijn audio-opnames gemaakt met behulp van Kaltura Capture, die naderhand zijn getranscribeerd.

De Ethische Commissie Pedagogische Wetenschappen heeft de onderzoeksopzet goedgekeurd, waarna het onderzoek kon starten.

Instrumenten

Voor het beantwoorden van de onderzoeksvraag is gebruikgemaakt van kwalitatief onderzoek. In de periode maart/april 2023 zijn semigestructureerde interviews afgenomen met een door de onderzoekers opgestelde vragenlijst. Aan alle ouders zijn vier basisvragen gesteld over hun OBIC-traject (Bijlage 1). Aangezien OBIC een flexibele opzet heeft en deze aangepast wordt aan de unieke behoeften van de ouders, hebben alle ouders een ander traject gevolgd. Afhankelijk van de vorm van dit traject zijn in het interview vervolgvragen gesteld.

Analyse

Gedurende de interviews kwamen verschillende onderwerpen aan bod. De onderwerpen die het meest relevant waren voor het beantwoorden van de onderzoeksvraag en veelvuldig terugkwamen in de data hebben een code gekregen. Indien andere relevante informatie werd ontdekt tijdens het coderen waar nog geen bestaande code voor beschikbaar was, werden nieuwe codes opgesteld om deze informatie te kunnen categoriseren.

De transcripten zijn gecodeerd door twee onderzoekers. Daarna zijn de gecodeerde transcripten besproken met de andere onderzoekers om de intercodeurbetrouwbaarheid te waarborgen (González-Prieto et al., 2023).

De getranscribeerde interviews zijn geanalyseerd met behulp van het programma ATLAS.ti. Met behulp van *Code Co-Occurrence analysis* is de data geanalyseerd. Met *Code Co-Occurrence analysis* wordt gekeken naar de samenhang tussen verschillende codes (Contreras, 2011).

Uitkomsten literatuuronderzoek

De onderliggende concepten van OBIC, zelfinzicht en emotieregulatie, zijn in dit onderzoek los van elkaar onderzocht. Bij het lezen van de onderstaande resultaten is het van belang in gedachten te houden dat samenhang tussen deze concepten bestaat. Dit wordt in de discussie nader toegelicht.

In het literatuuronderzoek is gekeken naar de definitie van zelfinzicht, de relevantie van zelfinzicht voor ouders en manieren om zelfinzicht te vergroten. Daarnaast wordt ingegaan op de definitie van emotieregulatie, de ontwikkeling van emotieregulatie, de relevantie van emotieregulatie voor het welzijn en de invloed van emotieregulatie van de ouder op de ontwikkeling van emotieregulatie van het kind.

Zelfinzicht

Definitie zelfinzicht

In de literatuur worden de concepten zelfinzicht, zelfbewustzijn en zelfbeeld genoemd. Deze drie samenhangende concepten zijn van invloed op de keuzes die een individu maakt en de manier waarop een ouder opvoedt en interacteert met het kind (London, 2021). Zelfinzicht wordt gedefinieerd als het begrip dat een individu heeft van belangrijke aspecten van zichzelf, zoals eigen doelen, behoeften en overtuigingen. Met zelfbewustzijn wordt de mate van volledigheid en nauwkeurigheid van het zelfinzicht bedoeld. Zelfbeeld wordt gedefinieerd als de houding die een persoon aanneemt ten opzichte van zichzelf, waarbij overtuigingen, gedachten en oordelen over zichzelf een rol spelen (Hoorn, 2022).

Relevantie van zelfinzicht voor het individueel welzijn

De relevantie van zelfinzicht komt veelvuldig naar voren in de literatuur. Zo draagt een hoge mate van zelfinzicht bij aan het algemene gevoel van tevredenheid over het leven, het subjectieve geluk en het psychologisch welzijn (Nakajimaa et al., 2018). Daarnaast vormt zelfinzicht een beschermend mechanisme tegen stressoren. Een individu dat beschikt over een hoge mate van zelfinzicht heeft hierdoor minder kans op het ontwikkelen van psychische klachten, zoals angststoornissen en depressiviteit (Nakajimaa et al., 2018).

Relevantie van zelfinzicht in de opvoeding

Naast het belang van zelfinzicht voor het individueel welzijn, is zelfinzicht ook van belang bij de opvoeding (Siegel & Hartzell, 2014). De ouder neemt in de opvoeding van

het kind positieve en negatieve ervaringen en overtuigingen mee vanuit het eigen verleden. Inzicht in het eigen verleden en de manier waarop dit de huidige opvoeding beïnvloedt, stelt de ouder in staat om beter met het kind te communiceren en interacteren en het kind een gevoel van veiligheid te kunnen geven.

Daarnaast speelt zelfinzicht een belangrijke rol bij het herkennen van ongezonde patronen in de opvoeding (Siegel & Hartzell, 2014). Bewustzijn van ongezonde patronen bij ouders is een noodzakelijke voorwaarde om deze patronen te kunnen veranderen. Op die manier kan worden voorkomen dat deze ongezonde patronen overgenomen worden door het kind.

Tot slot stelden Yaakov et al. (2022) dat zelfbewustzijn van de ouder samenhangt met een veilige gehechtheid tussen ouder en kind. Het goed kunnen reflecteren op eigen gevoelens vormt een belangrijke basis voor veilige gehechtheid. Door zich bewust te zijn van eigen gevoelens kan de ouder sensitiever reageren op het kind, waardoor deze zich beter begrepen voelt.

Zelfinzicht vergroten

Gezien de relevantie van zelfinzicht bij het individueel welzijn en in de opvoeding is het belangrijk om te onderzoeken op welke manieren het zelfinzicht vergroot kan worden.

Ten eerste kan zelfinzicht worden vergroot door het verbeteren van het zelfbeeld en/of het zelfbewustzijn (Dunning, 2012). Het meemaken van gebeurtenissen en hierop reflecteren geeft inzicht in eigen krachten en beperkingen. Hierdoor ontstaat een nauwkeuriger zelfbeeld en zelfbewustzijn. Dit kan ook worden bewerkstelligd door het ontvangen van feedback van anderen. Wanneer een persoon feedback ontvangt van anderen heeft dit hetzelfde effect als wanneer een persoon zelf inzicht creëert.

Zelfinzicht kan ook verbeterd worden door het toepassen van *self-analysis*, *self-testing* en *self-training* (London, 2021). Bij *self-analysis* bekijkt een persoon het eigen gedrag vanuit het perspectief van een buitenstaander. *Self-testing* is het experimenteren met gedragsveranderingen, waardoor zelfbewustzijn wordt vergroot. Zo zou een introvert persoon kunnen proberen zich extravert te gedragen, waardoor hij zich bewust wordt van eigen krachten en beperkingen. Bij *self-training* wordt gebruikgemaakt van beschikbare hulpmiddelen, zoals zelf-observatie, om interne veranderingen te bewerkstelligen, waardoor meer inzicht in eigen gedrag kan worden verkregen.

Emotieregulatie

Definitie emotieregulatie

In de literatuur worden verschillende definities van emotieregulatie gehanteerd. In dit adviesrapport is gekozen voor de veelgebruikte definitie: “Het geheel van interne en externe processen die betrokken zijn bij het initiëren, behouden en aanpassen van de verschijning, intensiteit en uiting van emotie.” (Rutherford et al., 2015).

Relevantie emotieregulatie voor het welzijn

Het belang van een effectieve emotieregulatie wordt in de literatuur veelvuldig benadrukt. McRae en Gross (2020) hebben aangetoond dat een effectieve emotieregulatie verschillende positieve uitkomsten heeft voor het functioneren van mensen: zij zijn socialer, hebben een betere fysieke en mentale gezondheid, hebben minder symptomen van psychopathologie en halen hogere academische prestaties dan mensen met een minder effectieve emotieregulatie. Verder is een effectieve emotieregulatie van belang voor adaptief sociaal gedrag en algemeen welzijn (Hu et al., 2014). Bovendien vergroot een ineffectieve emotieregulatie de kans op lichamelijke problemen zoals spanning en maagklachten (Aerts, 2020). Daarnaast blijkt dat problemen in emotieregulatie kunnen bijdragen aan de ontwikkeling van internaliserende en externaliserende psychologische stoornissen (Bariola et al., 2011; Quetsch et al., 2018).

Gezien de relevantie van een effectieve emotieregulatie voor het algemeen welzijn, is tevens gekeken naar adaptieve en maladaptieve emotieregulatie-strategieën. Een effectieve emotieregulatie wordt gekenmerkt door het gebruik van adaptieve emotieregulatie-strategieën, zoals het accepteren van de situatie (Volkaert et al., 2017). Daarentegen wordt een ineffectieve emotieregulatie gekenmerkt door het gebruik van maladaptieve emotieregulatie-strategieën, zoals opgeven of terugtrekken. De aanwezigheid van maladaptieve emotieregulatie-strategieën en de afwezigheid van adaptieve emotieregulatie-strategieën zijn schadelijk voor het algemeen welzijn van mensen. Het is dus van belang om maladaptieve emotieregulatie-strategieën af te leren, om deze vervolgens te kunnen vervangen door adaptieve strategieën.

Invloeden op de ontwikkeling van emotieregulatie

Vanuit de wetenschappelijke kennis dat emotieregulatie kan bijdragen aan het individueel welzijn en functioneren, is het zinvol om in kaart te brengen welke factoren van invloed zijn op de ontwikkeling van emotieregulatie.

Emotieregulatie is geen statisch construct; het kan gedurende het leven veranderen en ook door andere factoren beïnvloed worden (Aerts, 2020). Zo is leeftijd

bijvoorbeeld van invloed op de persoon bij wie een kind steun zoekt om emoties te reguleren. Jonge kinderen zijn afhankelijk van de ondersteuning van hun ouders bij het reguleren van emoties (Morris et al., 2017), terwijl adolescenten eerder steun zoeken bij leeftijdsgenoten (Aerts, 2020). Leeftijd is tevens van invloed op de aard en intensiteit van emoties. Adolescenten ervaren bijvoorbeeld meer intense en negatieve emoties in vergelijking met volwassenen, die hun emoties beter onder controle kunnen houden (Zimmermann & Iwanski, 2014). Naast leeftijd, heeft ook het krijgen van een kind invloed op de emotieregulatie (Rutherford et al., 2015). Het krijgen van een kind gaat bij zowel vaders als moeders gepaard met neurobiologische en hormonale veranderingen in het brein, waarbij zij gevoeliger worden voor emotionele signalen van het kind. Dit kan zorgen voor gedragsveranderingen bij ouders, waardoor ouders beter in staat zijn om zowel de eigen emoties als die van het kind te reguleren.

De rol van ouders bij de ontwikkeling van emotieregulatie van kinderen

Doordat kinderen in eerste instantie afhankelijk zijn van hun ouders bij het ontwikkelen van hun emotieregulatie (Morris et al., 2017) is het van belang om te onderzoeken op welke manier ouders deze ontwikkeling beïnvloeden.

Dat ouders een belangrijke rol spelen in de ontwikkeling van emotieregulatie van kinderen, wordt toegelicht in het volgende model: *The Tripartite Model of the Impact of the Family on Children's Emotion Regulation and Adjustment* (Morris et al., 2017). Het model onderscheidt drie manieren waarop ouders bijdragen aan de ontwikkeling van de emotieregulatievaardigheden van het kind. Ten eerste leren kinderen hun emoties te reguleren door de emotieregulatie van hun ouders te observeren en te imiteren. Ten tweede is de manier waarop ouders het kind opvoeden en omgaan met emoties in de interactie met het kind van grote invloed op (de ontwikkeling van) de emotieregulatie van het kind. Tot slot draagt ook de manier waarop andere gezinsleden omgaan met emoties bij aan de mate waarin het kind zijn emoties leert te reguleren. Vanuit het inzicht dat de mate waarin het kind zijn emoties leert reguleren grotendeels afhankelijk is van de vaardigheden en gedragingen van de ouder, benadrukt dit model het belang van een effectieve emotieregulatie bij de ouder.

Hieraan gerelateerd is de hechtingsrelatie tussen ouder en kind. Deze hechtingsrelatie vormt de basis voor het emotieregulatie-systeem dat een kind ontwikkelt (Volkaert et al., 2017). Hechting wordt gedefinieerd als de neiging van jonge kinderen om contact te zoeken met één of meerdere vaste verzorgers in beangstigende en kwetsbare situaties, die bij het kind sterke emoties oproepen (Fearon & Roisman, 2017). De gehechtheidsrelatie tussen ouder en kind kan veilig of onveilig zijn. Bij een

veilige hechting leert het kind adequaat reageren in emotionele of stressvolle situaties en ontwikkelt het kind adaptieve emotieregulatie-strategieën (Zimmer-Gembeck et al., 2021). Bij onveilige hechting maakt het kind gebruik van maladaptieve emotieregulatie-strategieën, wat kan leiden tot psychopathologie bij het kind (Volkaert et al., 2017). Voor een veilige hechtingsrelatie is sensitief ouderschap van belang (Rutherford et al., 2015). Een belangrijke voorwaarde voor sensitief ouderschap is een effectieve emotieregulatie. Ouders die goed in staat zijn hun eigen emoties te reguleren, voeden positiever op en hebben kinderen die hun emoties beter kunnen reguleren (Zimmer-Gembeck et al., 2021).

Ook door Crespo et al. (2017) wordt de rol van ouders bij de ontwikkeling van de emotieregulatie van kinderen benadrukt. Zij hebben aangetoond dat moeders die meer aandacht hebben voor eigen emoties en deze emoties begrijpen, meer adaptieve emoties en probleemoplossend vermogen laten zien. Dit vormt een basis voor de ontwikkeling van positieve emotieregulatie bij hun kind. Door een effectieve eigen emotieregulatie kunnen ouders kinderen beter ondersteunen bij moeilijke of in emotionele situaties. Echter, hierbij is ook een negatieve associatie zichtbaar; wanneer ouders problemen ervaren in de eigen emotieregulatie kan dit overgedragen worden op het kind (Bariola et al., 2011).

Wanneer wordt gekeken naar ouders van kinderen met gedragsproblemen is bij deze groep een grotere dysregulatie van eigen emoties zichtbaar dan bij ouders van kinderen zonder gedragsproblemen (Quetsch et al., 2018). De emotieregulatie van de ouder is op deze manier via de emotieregulatie van het kind van invloed op de gedragsproblemen bij het kind. Echter, het is belangrijk om in te zien dat het gaat om bi-directionele relatie, waarin de emotieregulatie van zowel de ouders als het kind van invloed zijn op elkaar. Hierdoor kan het zinvol zijn om aandacht te besteden aan emotieregulatie problemen van zowel ouders als kind.

Uitkomsten dataverzameling

In het empirisch onderzoek is op verzoek van de opdrachtgever onderzocht welke elementen van OBIC ouders als behulpzaam of minder/niet behulpzaam hebben ervaren. Onderstaand worden de resultaten van het empirisch onderzoek beschreven, waarbij de mening van ouders over volgende onderwerpen van OBIC weergegeven wordt: opdrachten, werkwijze, therapeut, resultaten en mogelijke verbeterpunten. Ten slotte wordt besproken wat ouders hebben verteld over de onderliggende concepten van OBIC, zelfinzicht en emotieregulatie.

Opdrachten van OBIC

Uit de interviews bleek dat bij alle ouders gedurende het OBIC-traject verschillende opdrachten zijn ingezet, die aansloten bij de gezinssituatie. De opdrachten die terugkwamen in de interviews worden hieronder beschreven.

Ten eerste gaven sommige ouders aan de opdracht **Brief aan je ouders** behulpzaam te vinden. Deze opdracht gaf ze inzicht in de manier waarop zij zelf zijn opgevoed (OBIC-Ouderbegeleiding, z.d.-b). In deze opdracht schrijven ouders een denkbeeldige brief aan hun eigen ouders, waarbij ze ingaan op hun gevoelens met betrekking tot de relatie met hen. Enkele ouders gaven aan het gevoel te hebben, middels deze opdracht, te kunnen reflecteren op hun eigen opvoeding. Tijdens het interview gaf een ouder als suggestie deze brief niet alleen te schrijven, maar ook hardop voor te lezen tijdens een sessie. De ouder verwacht dat op deze wijze het geschrevene 'kwijtgeraakt' kan worden.

“Die oefening was bedoeld om zeg maar het eruit te gooien. En we hebben die brief geschreven en dan gingen we in de les. En dan moest je dat in je hoofd aan jezelf voorlezen. En ik denk dat het veel sterker is als je dat gewoon hardop voorleest.”

- Ouder 1

Daarnaast gaven enkele ouders aan dat ze bij de opdracht **Conflict oplossen** triggers voor conflict beter hadden leren herkennen. In deze opdracht leren ouders beter communiceren om conflicten constructiever op te kunnen lossen

(OBIC-Ouderbegeleiding, z.d.-b). Ouders gaven aan hierdoor het vertrouwen te hebben dat ze in de toekomst conflicten beter kunnen voorkomen. Hierdoor ontstond meer vertrouwen in de gezinsleden en meer harmonie binnen het gezin.

Daarnaast gaf één ouder aan dat ze bij de opdracht **Out of the box naar je kind kijken** meer inzicht kreeg in de triggers en het karakter van zijn kind. In deze opdracht gaan ouders, met behulp van een vragenlijst, vanuit verschillende perspectieven naar het kind kijken (OBIC-Ouderbegeleiding, z.d.-b). Deze opdracht werd als prettig ervaren, omdat een bredere blik richting (het gedrag van) het kind ontstond.

Ook de **Toolbox** werd door twee ouders als prettig ervaren. Gedurende deze opdracht maakten ouders aan de hand van vragenkaartjes handvatten voor zichzelf voor in ingewikkelde situaties (OBIC-Ouderbegeleiding, z.d.-b). Ouders gaven aan dat het behulpzaam was om over iets tastbaars te beschikken waar na het traject op teruggegrepen kan worden. Daarnaast gaven ouders aan dat ze het behulpzaam vonden dat deze toolbox op maat werd samengesteld aan de hand van de behoeften van het gezin.

Verder werd de **Meditatie** opdracht door meerdere ouders als fijn ervaren, omdat het hele lichaam erbij betrokken werd. In deze opdracht kijken ouders terug op hun eigen levensverhaal, in stappen van zeven jaar (OBIC-Ouderbegeleiding, z.d.-b). Deze ouders gaven aan tot de eigen kern te komen en beelden van vroeger naar boven te laten komen. Hierdoor kon het innerlijke kind van de ouder meegenomen worden in het contact met hun eigen kind.

“Het ging ook echt om een bepaalde kern, namelijk: de kern van dat het ouderschap invloed heeft, dat je ook je eigen innerlijke kind meeneemt in het contact met je eigen kinderen.”

- Ouder 4

Eén ouder gaf aan dat deze opdracht zelfs prettig is wanneer je zelf nog weinig ervaring hebt met mediteren. Deze ouder gaf aan dat hij zichzelf door deze opdracht beter had leren kennen. Daarnaast werd het door de ouders gewaardeerd dat de meditatie in een veilige sfeer werd nabesproken. Sommige ouders gaven aan de meditatie na het afsluiten van OBIC nog steeds te gebruiken.

Ook de opdracht **Valkuilen herkennen en dichtgooien** hebben enkele ouders als nuttig ervaren. In deze opdracht kijken ouders naar hun eigen kwaliteiten, valkuilen, allergieën en uitdagingen (OBIC-Ouderbegeleiding, z.d.-b). Hoewel deze ouders de opdracht als nuttig hebben ervaren, gaven zij aan dat het herkennen van valkuilen niet betekent dat deze valkuilen daadwerkelijk zijn dichtgegooid. Voor deze opdracht was ook tegengeluid te horen: niet iedereen vond deze opdracht even behulpzaam of prettig. De redenen hiervoor waren dat de werkwijze niet goed aansloot bij de behoeften van de ouder en dat de ouder het gevoel had geen nieuwe inzichten te verkrijgen.

Daarnaast gaven enkele ouders aan de opdracht **Genogram** nuttig te vinden. Door het tekenen van de familiestamboom, worden inzichten vergaard in de patronen en relaties binnen de familie (OBIC-Ouderbegeleiding, z.d.-b). Middels deze opdracht konden ouders probleemgedrag beter plaatsen binnen de familie, wat zorgde voor een gevoel van herkenning en saamhorigheid.

Ten slotte werd de opdracht **Thermometer** als prettig ervaren. Bij deze opdracht wordt een ouder aan het begin en het einde van het traject gevraagd hoe hij zich voelt (OBIC-Ouderbegeleiding, z.d.-b). Door deze antwoorden tegen elkaar af te zetten kan de mate van vooruitgang worden geëvalueerd. Als verbeterpunt werd door meerdere ouders aangedragen deze evaluatiemomenten tijdens het traject vaker voor te laten komen.

Werkwijze OBIC

Naast uitspraken over de opdrachten, deden enkele ouders ook uitspraken over de werkwijze van OBIC en hun gedachten en gevoelens hierbij.

Ten eerste werd aangegeven dat de opzet van OBIC als aangenaam werd ervaren. Zo gaf één ouder aan dat het fijn was dat bij OBIC naar het gezin als geheel wordt gekeken en de focus niet alleen ligt op het probleemgedrag van het kind. Daarnaast vonden ouders de afwisseling tussen verschillende opdrachten prettig. Ze vonden het fijn om de ene keer de diepte in te gaan, bijvoorbeeld met **Meditatie**, en de andere keer wat praktischer bezig te zijn met een oefening als de **Toolbox**.

“Ik vond het ook een mooie opbouw qua onderwerpen. En, ja het is ons goed bevallen. Juist ook om dat in zijn geheel te bekijken als gezin en ons niet alleen maar te focussen op [...] en [...]’s vervelende gedrag”

- Ouder 3

Daarnaast hadden alle ouders het gevoel dat door inzet van OBIC meer ruimte ontstond om gesprekken te voeren in het gezin. Deze gesprekken werden behulpzaam ervaren, omdat alle gezinsleden hun mening konden delen. Door het eerlijk uitspreken van gevoelens, ontstond een meer open vorm van communicatie in het gezin.

Ook gaven enkele ouders aan het behulpzaam te vinden om na afloop van de sessies tijd te krijgen om de opgedane kennis te laten bezinken en hierop te reflecteren. Verder vonden deze ouders het fijn om nieuwe gedragingen en gewoontes te creëren middels inzet van OBIC. Daarnaast was het behulpzaam om gedurende de sessies geconfronteerd te worden met lastige situaties binnen het gezin. Op deze manier kregen ouders het gevoel dat zij gevoelens en frustraties beter uit konden spreken. Hierdoor werd de communicatie in het gezin bevorderd.

“Belangrijkste denk ik dat je er even bij stilstaat van wat er gebeurt en het levert voor jezelf ook frustratie op. En het is gewoon fijn om daarover te praten. En dat doe je dan normaal gesproken met je partner, maar ergens nog met een derde persoon, die er ervaring of verstand van heeft, dat is wel prettig.”

- Ouder 4

Overigens werd wel door bepaalde ouders aangegeven dat het praten over triggers als lastig en confronterend werd ervaren. OBIC werd door het grootste deel van de ouders als emotioneel en vermoeiend beleefd, bijvoorbeeld doordat ouders tegen eigen tekortkomingen aanliepen. Verder gaf een enkele ouder aan dat OBIC weerstand bij hen opriep, omdat de manier van werken en de filosofie achter OBIC niet bij hen aansloot.

Therapeut

In de gesprekken met de ouders werd het belang van de therapeutische relatie en persoonlijke kenmerken van de therapeut door ouders ter sprake gebracht. Zo werd aangegeven dat een fijne therapeutische relatie noodzakelijk is voor een goed verloop van het OBIC-traject. Door een positieve therapeutische relatie en een veilige sfeer durfden de meeste ouders binnen de sessies meer buiten hun comfortzone te treden. Verder gaven deze ouders aan dat zij de gesprekken met de therapeut als prettig hebben ervaren.

Voor wat betreft de kenmerken van de therapeut gaven bijna alle ouders aan de alternatieve visie van de therapeut als waardevol te ervaren. Op deze manier werden problemen vanuit een ander licht bekeken.

“Dus als je een begeleider hebt die *out of the box* denkt, is dat gewoon heel fijn.”

- Ouder 2

Verder gaven meerdere ouders aan het fijn te vinden dat de therapeut goed kon inschatten welke behoeften het gezin had. Daarnaast vonden verschillende ouders het prettig dat de therapeut openstond voor feedback. De therapeut werd als deskundig, meedenkend, flexibel en doortastend ervaren. Aan de andere kant kon de doortastendheid en de aanhoudende manier van werken soms te ver gaan. Enkele ouders kregen het gevoel dat de therapeut soms te ver ging in het zoeken van problemen, die door de ouder zelf niet werden ervaren. Ten slotte waren sommige ouders van mening dat de therapeut de gevoelens en behoeften van de ouder onvoldoende erkende en dat het prettig zou zijn als de therapeut soms voorzichtiger was in het oordelen hierover.

Resultaten van OBIC

Tijdens de interviews gaven ouders informatie over wat OBIC hen heeft opgeleverd. Meerdere ouders gaven aan na het traject minder streng te zijn voor zichzelf. Ook hadden zij het gevoel zichzelf beter te kennen en beter voor zichzelf te kunnen zorgen. Daarnaast is OBIC bij sommige ouders van positieve invloed geweest op de relatie met hun partner doordat wederzijdse verwachtingen werden bijgesteld en wederzijds begrip toenam. Ook merkten de meeste ouders dat aanpassing van hun eigen reactie het gedrag van het kind positief beïnvloedde. Zo gaf één ouder aan dat het gezin door OBIC weer leuke momenten kon ervaren.

Daarnaast vonden meerdere ouders dat de communicatie in het gezin verbeterde. Door te luisteren naar het kind ontstond beter begrip en werd minder geoordeeld over het gedrag van het kind. Op deze manier konden ouders beter rekening houden met het kind. Hierdoor nam de spanning in het gezin af en ontstond meer warmte en liefde richting het kind.

“Dat we weer een beetje meer met liefde naar elkaar konden kijken. Want dat was wel behoorlijk weg, moet ik toch wel eerlijk toegeven. Dus er kwam weer wat warmte terug naar elkaar.”

- Ouder 3

Door het verbeteren van de communicatie in het gezin, gaven de meeste ouders aan dat eigen behoeften en grenzen beter aangegeven konden worden, waardoor conflicten makkelijker vermeden konden worden. Verder gaven meerdere ouders aan te hebben geleerd op welke manieren zij uit een conflict kunnen stappen.

Bij het benoemen van de positieve resultaten werd door één ouder de kanttekening gemaakt dat hij het moeilijk vond om te achterhalen of de afname van het probleemgedrag werd veroorzaakt door het volgen van OBIC of door andere factoren, zoals het ouder worden van het kind of andere hulpverlening. Daarnaast moet ook de kanttekening geplaatst worden dat ouders vooral veel spraken over hun relatie met de trainer en relatief weinig over het OBIC-traject zelf. Het OBIC-traject en de relatie met de trainer konden volgens ouders niet los van elkaar worden gezien. Ten slotte gaf één ouder aan dat hij de kosten van de training hoog vond. Hij twijfelde op enig moment of OBIC niet te duur was voor wat het hem opleverde.

Mogelijke verbeterpunten

Alle ouders gaven als verbeterpunt aan dat ze behoefte hadden aan meer structuur in het traject. Een ouder gaf als tip dat het maken van een map voor alle losse papieren meer structuur zou kunnen opleveren. Daarnaast gaven de meeste ouders aan dat ze behoefte hadden aan meer praktische handvatten en tools waarmee vaardigheden en kennis in de praktijk toegepast konden worden. Ondanks de praktische **Toolbox** opdracht, vonden meerdere ouders dat gedurende het traject te veel op abstract niveau gekeken werd naar het probleemgedrag en de gezinssituatie. De koppeling tussen het aanleren van een nieuwe manier van kijken naar problemen en het toepassen in de praktijk van deze nieuwe visies ontbrak volgens sommige ouders.

Zelfinzicht

Gedurende de interviews is niet specifiek naar zelfinzicht gevraagd, maar deden ouders uitspraken waaruit bleek dat hun zelfinzicht tijdens OBIC was toegenomen. Tijdens het analyseren bleek dat deze uitspraken onderverdeeld konden worden in verschillende subcategorieën: inzicht in jezelf en de manier van opvoeden, inzicht in eigen jeugd en inzicht in de gezinssituatie.

Inzicht in jezelf en de manier van opvoeden

Een hogere mate van zelfinzicht zorgde volgens de meeste ouders voor een beter begrip over hoe zij met het kind om kunnen gaan. Ook kregen deze ouders meer inzicht in hun eigen triggers en waarom ze iets doen, wat leidde tot het aanpassen van de manier waarop zij naar het kind keken en op het kind reageerden.

“En die warmte en die liefde weer voor elkaar, dat versterkte hierdoor ook weer. We konden ook weer anders naar ons kind gaan kijken, door eerst naar onszelf te kijken. Die blik wordt steeds milder, begripvoller eigenlijk”

- Ouder 3

Een ouder gaf aan dat door een hogere mate van zelfinzicht ook meer inlevingsvermogen ontstond voor zijn kind. Hierdoor begreep hij beter hoe het kind het beste benaderd kon worden. Een andere ouder vertelde dat door meer inzicht en veranderingen in eigen gedrag, ook het gedrag van het kind veranderde. Door meer inzicht te hebben in zichzelf konden ouders zich begripvoller opstellen tegenover het kind, wat volgens hen heeft geleid tot een sensitievere opvoeding.

Inzicht in de eigen jeugd

Meerdere ouders gaven aan dat zij, door **Meditatie**, meer inzicht kregen in hun eigen kindertijd en jeugd. Hierdoor kregen zij inzicht in de invloed van hun eigen opvoeding op de opvoeding van hun kind. Daarnaast kregen de ouders meer inzicht in de patronen in de eigen opvoeding, die zij zelf hebben overgenomen van hun eigen ouders.

Inzicht in de gezinssituatie en het gedrag kind

Middels inzet van OBIC werd volgens de meeste ouders meer inzicht verkregen in de grenzen van gezinsleden, mogelijke behoeften van het gezin en de gevoelens van andere gezinsleden. Hierdoor ontstond meer tolerantie in het gezin. Ouders gaven tevens

aan beter te begrijpen waar de problematiek van hun kind vandaan kwam, hoe die problematiek standhield en hoe dit van invloed was op het gezin. Dit resulteerde in meer acceptatie van het gedrag van het kind.

“Ja dat inzicht. Dat heeft wel heel veel gedaan, gewoon waarom doe je dingen zoals je doet. Dat heeft wel heel veel inzicht gegeven en ook hoe we [...] moeten benaderen en hoe [...] dat ervaart.”

- Ouder 1

Emotieregulatie

Emotieregulatie werd in één interview expliciet benoemd. Deze ouder gaf aan dat het belangrijk is om te letten op je eigen emoties en gevoelens, ze te erkennen en ermee te leren omgaan. Het is volgens deze ouder belangrijk om niet te blijven hangen in de emotie, de emotie uit te spreken en rustig te blijven.

Conclusie, Advies & Discussie

Het doel van de huidige studie was aan de ene kant om het belang van zelfinzicht en emotieregulatie in de opvoeding te onderzoeken met als doel een bijdrage te leveren aan de wetenschappelijke onderbouwing van OBIC; aan de andere kant om de ervaringen van ouders te inventariseren, zodat deze gebruikt kunnen worden bij de verdere ontwikkeling van OBIC.

Onderstaand worden conclusies getrokken op basis van de resultaten. Ten eerste zal worden beschreven hoe de onderliggende concepten zelfinzicht en emotieregulatie vorm krijgen in OBIC. Vervolgens wordt ingegaan op de ervaringen van ouders met OBIC. Hierna zal een concreet advies geformuleerd worden voor de opdrachtgever. Ten slotte zullen enkele beperkingen in het onderzoek worden toegelicht en worden suggesties gedaan voor eventueel vervolgonderzoek.

Zelfinzicht

Zelfinzicht in OBIC

De resultaten van zowel het literatuuronderzoek als het empirisch onderzoek hebben het belang aangetoond van zelfinzicht in het algemeen welzijn van een individu, de opvoeding en voor de ontwikkeling van het kind. Zo kan zelfinzicht van ouders positieve invloed hebben op de opvoedvaardigheden van de ouder, de interactie tussen ouder en kind en de gehechtheidsrelatie. Bovendien kan door zelfinzicht bij de ouders intergenerationele overdracht van ongezonde gedrags- en emotiepatronen worden voorkomen. Zo komt uit onderzoek naar voren dat door begrip en acceptatie van het eigen verleden een betere relatie met het kind kan worden opgebouwd. Dit verband is bevestigd in het empirisch onderzoek. Ouders gaven aan dat zij door meer inzicht in het eigen verleden in staat waren om beter voor het kind te kunnen zorgen. Tevens gaven ouders aan een grotere mate van zelfinzicht te ervaren en beter inzicht te hebben in de gezinssituatie en het gedrag van het kind, waardoor meer begrip en acceptatie voor het kind ontstond. Uit onderzoek blijkt dat dit vergrootte begrip richting het kind ertoe leidt dat ouders meer adequaat kunnen reageren op het kind.

De mate van zelfinzicht bij ouders is middels inzet van verschillende opdrachten van OBIC vergroot. Een opdracht die hier goed op aansluit is **Brief aan je ouders**. Tijdens deze opdracht schrijven ouders een brief naar hun eigen ouders waardoor ouders zich bewust worden van bepaalde patronen die zich voordoen in de opvoeding die zij zelf

hebben ontvangen. Door inzicht te krijgen in zowel gezonde als ongezonde patronen in de huidige opvoeding kunnen ouders deze patronen aanpassen.

Een manier om zelfinzicht te vergroten is gebruik maken van *self-analysis*, *self-testing* en *self-training*. *Self-analysis* komt sterk terug in OBIC. Door *self-analysis* toe te passen kunnen ouders vanuit het perspectief van een buitenstaander kijken naar wat hun kind nodig heeft. Bij OBIC wordt dit bijvoorbeeld gedaan door middel van de opdracht **Out of the box naar je kind kijken**. Door dit vernieuwde perspectief kunnen ouders opvoedingsstrategieën toepassen die beter aansluiten bij de behoeften van hun kind.

Emotieregulatie

Emotieregulatie in OBIC

Naast de aangetoonde relevantie van zelfinzicht komt ook het belang van emotieregulatie in de literatuur duidelijk naar voren. Zo is emotieregulatie van belang voor het algemeen, fysiek en emotioneel welzijn van een individu. Emotieregulatie bleek een dynamisch construct, dat beïnvloed kan worden door onder andere leeftijd, het krijgen van een kind en omgevingsfactoren. *The Tripartite Model of the Impact of the Family on Children's Emotion Regulation and Adjustment*, laat de invloed zien van ouders op de ontwikkeling van de emotieregulatie van het kind. Bovendien bestaat samenhang tussen emotieregulatie en de gehechtheidsrelatie tussen ouder en kind.

OBIC sluit in haar opzet aan op de eerder genoemde wetenschappelijke inzichten. Zo kent OBIC belang toe aan het afleren van maladaptieve emotieregulatie-strategieën van ouders. Hierdoor leren ouders effectief omgaan met emoties en conflicten binnen het gezin. Daardoor kan een effectieve emotieregulatie ontstaan waarbij ouders het kind beter begrijpen en adequaat reageren op het kind. Daarnaast leidt het aanleren van adaptieve emotieregulatie-strategieën tot een verkleinde kans op het ontwikkelen van interne, externe of lichamelijke problematiek. Om adaptieve emotieregulatie-strategieën aan te leren focust OBIC zich bijvoorbeeld op het bewustzijn van eigen emotionele patronen. Doordat de emotieregulatie van zowel ouders als kind van invloed zijn op elkaar, is de verwachting dat wanneer zij op een effectievere manier leren omgaan met emotioneel uitdagende situaties, dit ertoe leidt dat het algeheel functioneren van het gezin verbetert en de problematiek afneemt.

\gulatie, bestaan volgens ouders binnen OBIC geen opdrachten die specifiek gericht zijn op verbeteren van emotieregulatie. In de interviews is emotieregulatie eveneens weinig aan bod gekomen. Slechts één ouder bracht het aspect emotieregulatie

ter sprake tijdens het interview. Deze ouder gaf aan dat het belangrijk is om aandacht te hebben voor eigen gevoelens en emoties. Door emoties uit te spreken, rustig te blijven en niet in emoties te blijven hangen, kon de ouder zijn eigen emoties en gevoelens erkennen. De uitspraak van deze ouder kan in verband gebracht worden met *The Tripartite Model of the Impact of the Family on Children's Emotion Regulation and Adjustment*. Dit model stelt onder andere dat de manier waarop de ouder omgaat met de eigen emoties van grote invloed is op de ontwikkeling van emotieregulatie van het kind. Door de situatie rustig in te schatten en emoties durven uit te spreken wordt vanuit wetenschappelijk inzicht verwacht een positieve invloed te hebben op de emotieregulatie van het kind.

OBIC volgens ouders

Behulpzame elementen volgens ouders

In het empirisch onderzoek gaven ouders ten eerste aan de volgende opdrachten als overwegend behulpzaam te ervaren: **Out of de box naar je kind kijken, Meditatie, Genogram, Toolbox, Thermometer, Brief aan je ouders, Valkuilen herkennen en dichtgooien** en **Conflict oplossen**. Wel werd de confrontatie in de drie laatstgenoemde oefeningen door ouders als emotioneel en vermoeiend ervaren. Hoewel de confrontatie niet altijd als prettig werd ervaren, gaven ouders wel aan dat de oefeningen hebben bijgedragen aan betere communicatie in het gezin, bijvoorbeeld doordat gevoelens en frustraties werden uitgesproken. Bovendien gaven ouders aan de afwisseling tussen opdrachten en de focus op het gezin, als waardevol te beschouwen. Tot slot werd in de interviews het belang van de therapeutische relatie benadrukt. Ouders gaven aan de relatie met de trainer te waarderen, wat volgens hen heeft bijgedragen aan het resultaat van OBIC.

Niet behulpzame elementen volgens ouders

Gedurende de interviews zijn ook niet behulpzame elementen van OBIC besproken. Met uitzondering van **Valkuilen herkennen en dichtgooien**, werden geen opdrachten als niet behulpzaam genoemd. Wel gaven ouders aan het gebrek aan praktische handvatten als minder behulpzaam te ervaren. Ouders hadden behoefte aan tools en kennis om toe te kunnen passen in de dagelijkse opvoedingssituatie. Daarnaast gaven ouders aan dat de doortastendheid en de aanhoudende manier van werken van de trainer soms als opdringerig werd ervaren. Tot slot werd meer structuur in de trajecten

gewenst door de ouders. Zo gaven ouders aan behoefte te hebben aan een gestructureerde folder waarin informatie en opdrachten van OBIC weergegeven worden.

Advies

Op basis van de bovenstaande conclusies zijn vier adviezen geformuleerd voor de opdrachtgever.

Ten eerste, op basis van het huidige onderzoek wordt geadviseerd om in de opzet van OBIC verschillende opdrachten te behouden. De opdrachten **Brief aan je ouders, Out of de box naar je kind kijken, Meditatie, Valkuilen herkennen en dichtgooien, Genogram, Conflict oplossen, Toolbox** en **Thermometer**, zijn door ouders als behulpzaam ervaren en dragen daarmee bij aan de kwaliteit van OBIC. Tijdens deze opdrachten wordt gewerkt aan zowel het vergroten van het zelfinzicht als het verbeteren van de emotieregulatie, wat kan bijdragen aan een verbeterde gezinssituatie. Dit verband is teruggevonden in de literatuur.

Daarentegen werd het gebrek aan praktische handvatten door ouders als minder behulpzaam ervaren. Ten behoeve van de ontwikkeling van OBIC wordt dan ook geadviseerd om ouders in het vervolg meer tools te bieden. Hierdoor stelt OBIC de ouders beter in staat om de kennis die zij tijdens het traject opdoen te vertalen naar concreet opvoedgedrag dat past bij hun dagelijkse opvoedsituatie.

Ten tweede zou OBIC kunnen onderzoeken op welke manier emotieregulatie van ouders een prominentere rol kan krijgen in de opzet van OBIC. In het empirisch onderzoek bleef het concept emotieregulatie immers relatief onbesproken, terwijl uit het literatuuronderzoek het belang veelvuldig naar voren komt. Dit zou mogelijk verklaard kunnen worden doordat de ouders gedurende het OBIC-traject vooral onbewust aan het oefenen waren met het reguleren van emoties. Echter, het zou ook mogelijk zijn dat OBIC in haar opzet nog te weinig aandacht richt op het verbeteren van de emotieregulatie van ouders. Vanwege bovenstaande punten is het belangrijk om te onderzoeken of OBIC voldoende inspeelt op de emotieregulatie van ouders. Mocht toekomstig onderzoek uitwijzen dat verbetering van emotieregulatie onvoldoende terugkomt in de opzet van OBIC, adviseren wij hierop in te spelen door emotieregulatie een prominentere rol in OBIC te geven.

Ten derde gaven ouders aan dat ze behoefte hadden aan meer structuur gedurende het OBIC-traject. OBIC zou kunnen nadenken over een raamwerk dat om de interventie heen gebouwd kan worden om meer structuur te creëren. Bij een dergelijk raamwerk kan worden gedacht aan een map, waarin ouders formulieren en uitwerkingen

van opdrachten kunnen bijhouden. Op deze manier beschikken ouders over een duidelijk overzicht van het OBIC-traject.

Daarnaast wordt aanbevolen te onderzoeken welke bijdrage de cliënt-therapeut relatie levert aan het door ouders ervaren succes van de interventie. De reden voor deze aanbeveling is dat uit empirisch onderzoek naar voren is gekomen dat ouders veelal positief zijn over de trainer zelf. Bovendien gaven ouders aan dat de relatie met de trainer een grote bijdrage heeft geleverd aan het succes van OBIC. Ouders spraken veel over hun relatie met de trainer en relatief weinig over OBIC zelf. Hieruit bleek dat ouders de relatie met de trainer en het OBIC-traject als één geheel hebben ervaren. Op basis van deze resultaten wordt geadviseerd te onderzoeken welke eigenschappen en gedragingen van de trainer als positief en behulpzaam zijn ervaren. Door inzicht te krijgen in de werkzame elementen van de therapeutische relatie, kan hier aandacht aan besteed worden in de opleiding van toekomstige trainers.

Discussie

Binnen het huidige onderzoek zijn enkele sterke punten en beperkingen in zowel de opzet als het proces van het onderzoek te identificeren die hieronder nader worden toegelicht.

Ten eerste, het huidige onderzoek is het eerste onderzoek dat is uitgevoerd naar OBIC-Ouderbegeleiding. Dit kan benoemd worden als een sterk punt. Het is immers belangrijk om onderzoek te doen naar weinig onderzochte interventies, zodat inzicht ontstaat in de sterke en zwakke punten van de interventie (O'Leary, 2021). Bovendien kan de verkregen informatie inzicht geven in mogelijkheden voor vervolgonderzoek (Malmqvist et al., 2019).

Een ander sterk punt heeft te maken met de manier waarop de data gecodeerd is. Tijdens het codeerproces werden de transcripten gecodeerd in tweetallen en vervolgens met de andere onderzoekers besproken. Hierdoor is de intercodeurbetrouwbaarheid bevorderd (González-Prieto et al., 2023). Dit heeft als gevolg dat de kwaliteit van analyses werd verbeterd (O'Connor & Joffe, 2020). Daarnaast zorgde dit ook voor consistentie tijdens het coderen. Deze factoren kunnen ervoor zorgen dat de data van het onderzoek betrouwbaarder wordt.

In het huidige onderzoek zijn ook enkele beperkingen gevonden. In het onderzoek zijn vier ouders geïnterviewd. Tijdens het laatste interview kwam nog nieuwe informatie naar voren wat erop wijst dat het theoretische saturatiepunt niet is bereikt (Kraayenbrink, 2017). Om een theoretisch saturatiepunt te kunnen bereiken zijn minimaal

acht tot tien participanten nodig (Baarda, 2013). Dit betekent dat met het huidige onderzoek geen volledig beeld kan worden geschetst van de ervaringen van ouders met OBIC. Het lage aantal participanten was te wijten aan de moeizame werving, waarbij de wervingsmail niet direct maar via twee opeenvolgende stappen is verstuurd naar de ouders. Hierdoor bestond onzekerheid of de wervingsmail was aangekomen bij de beoogde ouders. Voor toekomstig onderzoek wordt geadviseerd een directere wervingsprocedure te hanteren.

Daarnaast was in dit onderzoek sprake van *participation bias*. *Participation bias* houdt in dat de steekproef van het onderzoek niet representatief is voor de doelgroep, aangezien participanten te veel op elkaar lijken (Elston, 2021). De geïnterviewde ouders hebben hun OBIC-traject gevolgd onder begeleiding van een beperkt aantal trainers, terwijl meerdere trainers gecertificeerd zijn om OBIC te geven. Bij de implementatie van een interventie nemen professionals hun eigen werkwijze mee (Daamen, 2015). Dit impliceert dat de gevonden ervaringen van ouders beïnvloed zijn door de eigenschappen van de trainers. In vervolgonderzoek zou dan ook gekeken kunnen worden naar OBIC-trajecten van meer trainers zodat een objectiever beeld wordt geschetst van OBIC.

Daarnaast is het van belang om te benoemen dat alle ouders verschillende trajecten hebben doorlopen. Dit kan verklaard worden door de flexibiliteit van OBIC waarbij het individuele traject kan worden afgestemd op de specifieke behoeften van de ouders en het gezin. In het huidige onderzoek bestond echter onvoldoende zicht op het specifieke traject dat ouders hebben doorlopen waardoor onderlinge vergelijking van de ervaringen lastig was. Hieruit volgt het advies om in vervolgonderzoek rekening te houden met de specifieke trajecten die ouders hebben doorlopen, om beter zicht te krijgen op de werkzame elementen van OBIC.

Tot slot

Ondanks de beperkingen van het huidige onderzoek heeft dit onderzoek wel degelijk een belangrijke bijdrage geleverd aan de wetenschappelijke onderbouwing van OBIC. Het huidige onderzoek biedt hiermee handvatten voor de doorontwikkeling van OBIC. Doordat de effectiviteit van een interventie onder andere afhangt van de doelgroep (Hermans, 2014), is het van belang om het OBIC-traject beter aan te laten sluiten bij de behoeften van de ouders. Hierdoor kunnen ouders beter geholpen worden met stress-, spannings- en vermoeidheidsklachten die worden ervaren tijdens de opvoeding van het kind met gedragsproblemen.

Literatuurlijst

- Aerts, H. (2020). *Emotieregulatie in het dagelijks leven: De link tussen zelfcompassie, sociale steun zoeken en depressieve symptomen bij jongeren*. Geraadpleegd op 17 januari 2023, van https://libstore.ugent.be/fulltxt/RUG01/002/863/664/RUG01-002863664_2020_0001_AC.pdf
- Baarda, B. (2013). *Basisboek kwalitatief onderzoek: handleiding voor het opzetten en uitvoeren van kwalitatief onderzoek*. (3de druk). Noordhoff.
- Bariola, E., Gullone, E., & Hughes, E. K. (2011). Child and Adolescent Emotion Regulation: The Role of Parental Emotion Regulation and Expression. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 14(2), 198–212. <https://doi.org/10.1007/s10567-011-0092-5>
- Boendermaker, L. (2011). *Implementeren Is Reflecteren: Evidence based werken en de implementatie van interventies in de Jeugdzorg*. Amsterdam University Press.
- Contreras, R. B. (2011). Examining the context in qualitative analysis: The role of the co-occurrence tool in ATLAS.ti. *ATLAS.ti Newsletter*, August, 5-6.
- Crespo, L. M., Trentacosta, C. J., Aikins, D. & Wargo-Aikins, J. (2017). Maternal Emotion Regulation and Children's Behavior Problems: The Mediating Role of Child Emotion Regulation. *Journal of Child and Family Studies*, 26(10), 2797–2809. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0791-8>
- Daamen, W. (2015). *Wat werkt bij het implementeren van jeugdinterventies?* Nederlands Jeugdinstituut. Geraadpleegd op 18 april 2023, van <https://www.nji.nl/sites/default/files/2021-06/Wat-werkt-bij-het-implementeren-van-jeugdinterventies.pdf>
- Dollekamp, L. (2020). *Het belang van een ontspannen lichaam en geest binnen cognitieve gedragstherapie* [Masterthesis]. Universiteit Utrecht.
- Dunning, D. (2012). *Self-Insight: Roadblocks and Detours on the Path to Knowing Thyself*. Psychology Press.
- Elston, D. M. (2021). Participation bias, self-selection bias, and response bias. *Journal of the American Academy of Dermatology*. <https://doi.org/10.1016/j.jaad.2021.06.025>
- Fearon, R. P., & Roisman, G. I. (2017). Attachment theory: progress and future directions. *Current Opinion in Psychology*, 15, 131-136.

- González-Prieto, Á., Perez, J., Perez, J., & López-Fernández, D. (2023). Reliability in software engineering qualitative research through Inter-Coder Agreement. *Journal of Systems and Software*, 202, 111707. <https://doi.org/10.1016/j.jss.2023.111707>
- Haesevoets, T., De Cremer, D., & McGuire, J. (2020). How the use of Cc, Bcc, forward, and rewrite in email communication impacts team dynamics. *Computers in Human Behavior*, 112, 106478. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106478>
- Havighurst, S. S., Wilson, K. R., Harley, A. E., Prior, M. R. & Kehoe, C. (2010). Tuning in to Kids: improving emotion socialization practices in parents of preschool children - findings from a community trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 51(12), 1342–1350. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2010.02303.x>
- Hermans, K. (2014). Methodiekontwikkeling, evaluatieonderzoek en de body of knowledge van het sociaal werk. *Journal of social intervention: Theory and Practice*, 23(1), 33. <https://doi.org/10.18352/jsi.394>
- Hoorn, D. (2022, 12 oktober). *Zelfbeeld: wat is het en wat als deze negatief is?* Psyned. <https://www.psyned.nl/zelfbeeld/>
- Hu, T., Zhang, D., Wang, J., Mistry, R., Ran, G., & Wang, X. (2014). Relation between emotion regulation and mental health: A meta-analysis review. *Psychological reports*, 114(2), 341-362.
- Kraayenbrink, N. (2017). *Een verkenning van unusual routines in Nederlandse gemeenten* [Bachelorscriptie]. Radboud Universiteit Nijmegen.
- London, M. (2021). *The Oxford Handbook of Lifelong Learning*. Oxford University Press. https://books.google.nl/books?hl=nl&lr=&id=T-VDzmBqTnUC&oi=fnd&pg=PA52&dq=self-insight+development&ots=fVL-hElJwq&sig=zlac5ya-bT3oDuSBW1i7-n_aA9s &redir_esc=y#v=onepage&q=self-insight%20development&f=false
- Malmqvist, J., Hellberg, K., Möllås, G., Rose, R., & Shevlin, M. (2019). Conducting the Pilot Study: A Neglected Part of the Research Process? Methodological Findings Supporting the Importance of Piloting in Qualitative Research Studies. *International Journal of Qualitative Methods*, 18, 160940691987834. <https://doi.org/10.1177/1609406919878341>
- McRae, K., & Gross, J. J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1–9. <https://doi.org/10.1037/emo0000703>
- Morris, A. S., Criss, M. M., Silk, J. S., & Houltberg, B. J. (2017). The Impact of Parenting on Emotion Regulation During Childhood and Adolescence. *Child Development Perspectives*, 11(4), 233–238. <https://doi.org/10.1111/cdep.12238>

- Nakajima, M., Takano, K., & Tanno, Y. (2018). Contradicting effects of self-insight: Self-insight can conditionally contribute to increased depressive symptoms. *Personality and Individual Differences*, 120, 127–132.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.08.033>
- OBIC–Ouderbegeleiding. (z.d.-a). Geraadpleegd op 2 februari 2023, van <https://www.obic-ouderbegeleiding.nl/>
- OBIC-Ouderbegeleiding (z.d.-b). *OBIC - Ouderbegeleiding voor Forta* [Google Classroom]
<https://classroom.google.com/c/MTg30TU3MDAzMjQ5>
- O'Connor, C. M. & Joffe, H. (2020). Intercoder Reliability in Qualitative Research: Debates and Practical Guidelines. *International journal of qualitative methods*, 19, 160940691989922. <https://doi.org/10.1177/1609406919899220>
- O'Leary, Z. (2021). *The Essential Guide to Doing Your Research Project*. Geraadpleegd op 13 maart 2023, van <http://ci.nii.ac.jp/ncid/BB00898975>
- Quetsch, L. B., Wallace, N. M., McNeil, C. B. & Gentzler, A. L. (2018). Emotion Regulation in Families of Children with Behavior Problems and Nonclinical Comparisons. *Journal of Child and Family Studies*, 27(8), 2467–2480. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1081-9>
- Rutherford, H. J., Wallace, N. S., Laurent, H. K. & Mayes, L. C. (2015). Emotion regulation in parenthood. *Developmental Review*, 36, 1–14.
<https://doi.org/10.1016/j.dr.2014.12.008>
- Siegel, D. J. & Hartzell, M. (2014). *Parenting from the Inside Out: how a deeper self-understanding can help you raise children who thrive* (New edition). Scribe Publications.
- Van IJzendoorn, M., & Van Rosmalen, L. (2016). *Pedagogiek in beeld: Een inleiding in de pedagogische studie van opvoeding, onderwijs en hulpverlening*. Bohn Stafleu van Loghum.
- Volkaert, B., Van Malderen, E., Leclercq, P., Van Beveren, M., Cracco, J., & Braet, C. (2017). Emotieregulatie bij adolescenten met een middelenmisbruikstoornis: een onderzoek naar kwetsbaarheden. *Tijdschrift voor Orthopedagogiek, Kinderpsychiatrie en Klinische Kinderpsychologie*, 42(4), 187–206.
- Yaakov, O. B., Shlomo, S. B., & Keini, N. L. (2022). Parental stress among parents of young children-the contribution of parental self- awareness, attachment orientation, quality of couple relationship and child's temperament. *Current Psychology*.
<https://doi.org/10.1007/s12144-022-02721-y>
- Zimmer-Gembeck, M. J., Rudolph, J., Kerin, J., & Bohadana-Brown, G. (2021). Parent

emotional regulation: A meta-analytic review of its association with parenting and child adjustment. *International Journal of Behavioral Development*, 46(1), 63–82. <https://doi.org/10.1177/01650254211051086>

Zimmermann, P., & Iwanski, A. (2014). Emotion regulation from early adolescence to emerging adulthood and middle adulthood. *International Journal of Behavioral Development*, 38(2), 182–194. <https://doi.org/10.1177/0165025413515405>

Bijlagen

Bijlage 1 - Vragenlijst

Vraag 1

Wanneer heeft u OBIC-Ouderbegeleiding gevolgd en wanneer is deze afgerond?

Vraag 2

Wat is de reden dat u OBIC-Ouderbegeleiding bent gaan volgen?

Vraag 3

Hoe heeft u OBIC-Ouderbegeleiding in het algemeen ervaren?

Welke onderdelen heeft u als behulpzaam/prettig ervaren?

Welke onderdelen heeft u als minder behulpzaam/prettig ervaren?

Vraag 4

Hoe heeft u de begeleider van uw OBIC-traject ervaren?