

Stress en het opvoeden van een kind; hoe gaat dat samen?

De relatie tussen ervaren opvoedstress en ondersteunend en structurerend opvoedgedrag

Master's thesis

Universiteit Utrecht

Master's program Clinical Child, Family and Education Studies

Collegejaar 2020-2021

Student: D. van Rangelrooij (6351484)

Thesis supervisor: Dr. S.N. Duijff

Tweede supervisor: Dr. M.J.M. Volman

Date: 24 januari 2021

Voorwoord

Voor u ligt de thesis ‘Stress en het opvoeden van een kind; hoe gaat dat samen?’. Ik heb deze thesis geschreven in het kader van mijn afstuderen voor de opleiding Clinical Child, Family and Education Studies aan de Universiteit Utrecht.

Op verschillende momenten zorgden afleiding van werk, een verhuizing en moeite met het creëren van een prettige werkplek in tijden van corona voor veel afleiding en een gebrek aan motivatie. Ondanks dat het hierdoor een erg lang traject is geworden, heb ik deze thesis met plezier kunnen schrijven. Uiteindelijk heb ik dit traject zeker als leerzaam ervaren en lever ik het eindresultaat met een tevreden gevoel in.

Ik heb ervan genoten om me verder te kunnen verdiepen in opvoedgedrag en opvoedstress. Daarnaast heb ik veel extra kennis opgedaan over mindfulness en hoe dit door verschillende personen ervaren kan worden.

Ik wil Sasja Duijff dan ook graag bedanken dat ze mij de mogelijkheid heeft gegeven om zelf een mindfulness training te volgen en een mindfulness training met ouders bij te mogen wonen. Daarnaast wil haar bedanken voor de prettige begeleiding, met al haar geduld en bemoedigende woorden heeft zij het gehele traject voor mij een stuk prettiger gemaakt. Ook Chiel Volman bedankt dat u me heeft voorzien van nuttige feedback en voor het beoordelen van mijn stuk. Daarnaast wil ik mijn zus Lotte van Rangelrooij bedanken, iedere keer als ik ergens niet uitkwam, kon ik haar bellen en deed ze alles binnen haar kunnen om mij verder te helpen. Tenslotte wil ik ook mijn vader Ad van Rangelrooij bedanken, voor het keer op keer controleren op het taal technische aspect van de thesis.

Ik wens u veel leesplezier toe.

Diede van Rangelrooij

's-Hertogenbosch, 24 januari 2021

Abstract

Supportive and structuring parenting behaviour plays an important role in the upbringing of a child. Too much parenting stress can make parents less able to regulate their behaviour. This study investigates the relationship between supportive (affection, sensitivity, and responsiveness) and structuring (organization, clarity, and consistency) parenting behaviour and experienced parenting stress when raising a toddler (2-4 years). Parents have been approached through day-cares and kindergartens and were asked to complete questionnaires about supportive and structuring parenting behaviour and experienced parenting stress. The research data of 767 parents was used (341 both parents, 47 mothers and 38 fathers in a family). Multiple regression analyses have been performed to investigate the relationship between supportive and structuring parenting behaviour and experienced parenting stress. Results show that parents who experience more parenting stress, make less use of supportive and structuring parenting behaviour. For both domains of behaviour, an average to large negative correlation with experienced parenting stress was found (respectively, $R^2 = -.16$ and $R^2 = -.15$). The results also show that mothers make more use of supportive and structuring parenting behaviour than fathers. Against expectations, gender did not play a moderating role in the relationship between supportive and structuring parenting behaviour and experienced parenting stress. The experienced parenting stress and the gender of the parent together are the best predictors for structuring a supportive parenting behaviour (respectively $R^2 = .26$ $R^2 = .17$). The results indicate that experienced parenting stress can predict different domains of parenting behaviour. Further research is desirable to determine this.

Keywords: parenting behaviour, supportive parenting behaviour, structuring parenting behaviour, parenting stress, toddlers, gender of parents

Samenvatting

Ondersteunend en structurerend opvoedgedrag spelen een belangrijke rol bij het opvoeden van een kind. Te veel opvoedstress kan ervoor zorgen dat ouders hun opvoedgedrag minder goed kunnen reguleren. Deze studie onderzoekt het verband tussen ondersteunend (affectie, sensitiviteit en responsiviteit richting het kind) en structurerend (organisatie, duidelijkheid en consequent zijn) opvoedgedrag en ervaren opvoedstress bij het opvoeden van een peuter (2-4 jaar). Ouder zijn benaderd via kinderdagverblijven en peuterspeelzalen, zij hebben vragenlijsten ingevuld over ondersteunend en structurerend opvoedgedrag en over ervaren opvoedstress. De onderzoeksgegevens van 767 ouders zijn gebruikt in de analyses (341

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

beide ouders, 47 moeders en 38 vaders uit één gezin). Om de relatie tussen ondersteunend en structurerend opvoedgedrag en ervaren opvoedstress te onderzoeken zijn multiple regressieanalyses uitgevoerd. Uit de resultaten blijkt dat ouders die meer opvoedstress ervaren, minder gebruik maken van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag. Voor beide opvoedgedragingen is een gemiddelde tot grote negatieve samenhang met ervaren opvoedstress gevonden (respectievelijk $R^2 = -.16$ en $R^2 = -.15$). Daarnaast blijkt dat moeders meer gebruik maken van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag dan vaders. Tegen de verwachting in speelde het geslacht van de ouder geen modererende rol in de relatie tussen ondersteunend en structurerend opvoedgedrag en ervaren opvoedstress. De ervaren opvoedstress en het geslacht van de ouders samen zijn de beste voorspellers voor ondersteunend en structurerend opvoedgedrag (respectievelijk $R^2 = .26$ en $R^2 = .17$). De resultaten maken aannemelijk dat ervaren opvoedstress verschillende domeinen van opvoedgedrag kan voorspellen. Om dit vast te kunnen stellen is vervolgonderzoek nodig.

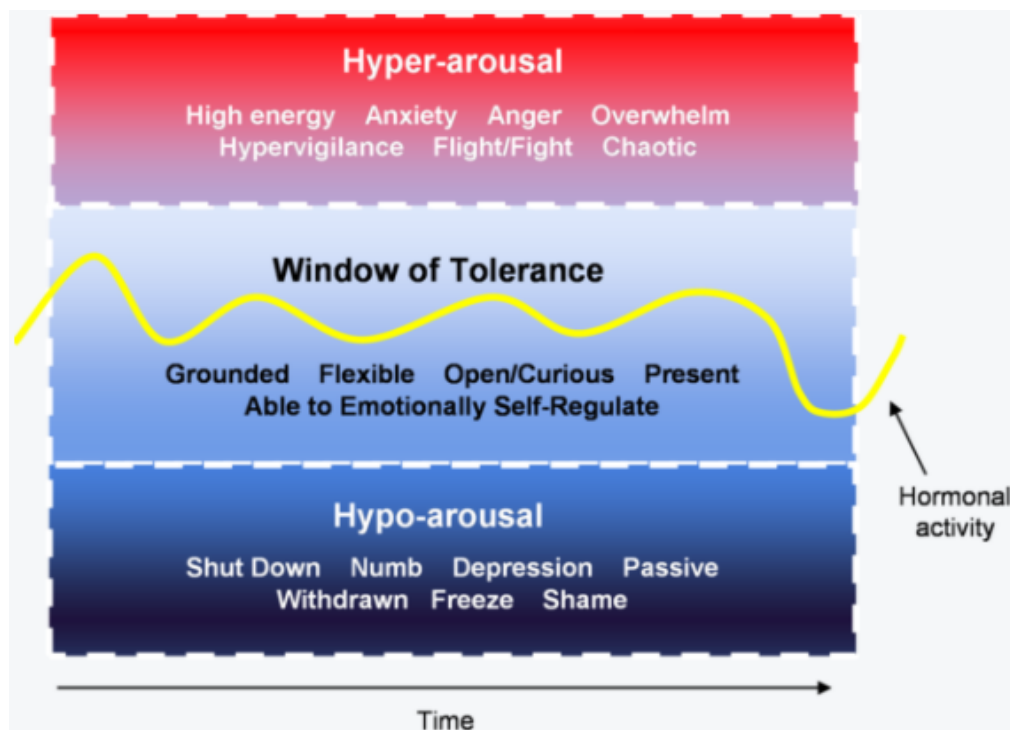
Sleutelwoorden: opvoedgedrag, ondersteunend opvoedgedrag, structurerend opvoedgedrag, opvoedstress, peuters, geslacht ouders.

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

Volgens de gehechtheidstheorie van Bowlby (1969) ontwikkelen kinderen zich het best wanneer ouders een warme en veilige basis voor hun kinderen creëren. Als ouders hierin slagen, geeft dit een kind de ruimte de omgeving te onderzoeken en zich op sociaal-emotioneel gebied te ontwikkelen (Cooke et al., 2019; Wicks-Nelson & Israel, 2016; Zimmer-Gembeck et al., 2015). Als ouders niet slagen in het creëren van deze warme en veilige basis, loopt het kind meer risico op het ontwikkelen van gedragsproblemen en sociaal-emotionele problemen (Steinberg et al., 1994; Williams et al., 2009). Voornamelijk de vroege kindertijd (0-4 jaar) is een belangrijke periode voor het leggen van een goede basis voor de sociaal-emotionele ontwikkeling (Glascoe & Leew, 2010; Landry et al., 2010).

Om een warme en veilige basis te creëren is het voor ouders belangrijk ondersteuning en structuur te kunnen bieden aan hun kind (Verhoeven et al., 2010; Zimmer-Gembeck & Thomas, 2010). Het gedrag van ouders kan ondersteunend worden genoemd als een ouder het kind affectie toont, sensitief is voor de signalen van het kind en responsief is door te voldoen aan de behoeften van het kind. Het gedrag van ouders kan structurerend worden genoemd wanneer ouders zorgen voor een georganiseerde omgeving en duidelijke regels hebben die consequent worden gehanteerd. Hierbij dienen ouders ervoor te zorgen dat emoties niet de overhand nemen in de reactie op het kind (Grolnick & Pomerantz, 2009; Lorber, 2012; Verhoeven et al., 2017).

Het opvoeden van een kind gaat op momenten samen met een bepaalde mate van opvoedstress. De theorie van Siegel (1999) over de 'Window of Tolerance' beschrijft dat stress in algemene zin een natuurlijk verschijnsel is en mensen dit nodig hebben om tot handelen te komen. Wanneer zeer stressvolle gebeurtenissen plaatsvinden, komen stresshormonen vrij die mensen aansporen te vechten, te vluchten of te bevriezen. De 'Window of Tolerance' is de mate van stress die iemand kan verdragen waarbinnen hij of zij nog goed kan functioneren. Wanneer meer stress aanwezig is dan binnen de 'Window of Tolerance' past, of wanneer de stress langdurig aanhoudt, kunnen mensen 'uit hun raampje gaan'. Dit kan zorgen voor minder grip op het eigen gedrag, gevoel en gedachten. (Corrigan et al., 2011; Siegel, 1999). Deze theorie wordt inzichtelijk gemaakt in figuur 1.



Figuur 1. Window of tolerance (Emery, 2020)

Opvoedstress is een specifieke vorm van stress die ouders ervaren als gevolg van een disbalans tussen de eisen die het ouderschap met zich meebrengt en het kunnen toepassen van de juiste vaardigheden om aan die eisen te kunnen voldoen (Costa et al., 2006; Deater-Deckard, 1998; Hayes & Watson, 2013). Vaak verwachten ouders veel van zichzelf, deze irreële verwachtingen kunnen ook opvoedstress veroorzaken (Flykt et al., 2011). Hierdoor kunnen ouders ‘uit hun raampje gaan’, waardoor zij minde grip hebben op hun gedrag, gevoel en gedachten. (Corrigan et al., 2011; Siegel, 1999). Een hoge mate van opvoedstress kan zorgen voor verminderde emotionele beschikbaarheid, responsiviteit en sensitiviteit van ouders richting het kind (McMahon & Meins, 2012; Neece et al., 2012; Potharst et al., 2017; Potharst et al., 2018). Echter, het kunnen sturen van het eigen gedrag, emotionele beschikbaarheid, responsiviteit en sensitiviteit van ouders is noodzakelijk voor het kunnen toepassen van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag (Grolnick & Pomerantz, 2009; Lorber, 2012; Verhoeven et al., 2017). Daarom is het belangrijk dat ouders zoveel mogelijk ‘binnen hun raampje’ blijven.

Het meeste onderzoek naar opvoedgedrag is gedaan bij moeders, dit maakt dat er minder bekend is over de rol en het opvoedgedrag van vaders (Hallers-Haalboom et al., 2014). De

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

literatuur die wel is gevonden, maakt het aannemelijk dat het geslacht van de ouder invloed heeft op de mate van ervaren opvoedstress en op de mate van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag. Uit verschillende onderzoeken blijkt dat moeders responsiever en sensitiever zijn voor de signalen van hun kind dan vaders en dat ze meer warmte uitstralen. Moeders zouden dus gemakkelijker ondersteunend en structurerend opvoedgedrag kunnen toepassen dan vaders (Hallers-Haalboom et al., 2014; Sabbatini & Leaper, 2004; Simons & Conger, 2007). Uit ander onderzoek blijkt dat moeders meer stress ervaren dan vaders bij vergelijkbare situaties en dat de coping van moeders vaker emotioneel en ontwijkend is terwijl vaders hun emoties en gedrag meer in de hand houden (Matud, 2004; McDonough & Walters, 2001). Moeders lijken sneller ‘buiten hun raampje’ te komen dan vaders. Samenvattend betekent dit dat moeders meer gebruik lijken te maken van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag dan vaders, maar dat opvoedstress bij moeders sneller zorgt voor minder ondersteunend en structurerend opvoedgedrag.

Huidige onderzoek

De beschreven literatuur maakt het aannemelijk dat ouders die veel opvoedstress ervaren, minder gebruik kunnen maken van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag (Neece et al., 2012; Verhoeven et al., 2017). Echter zijn weinig studies gevonden die zich hier specifiek op richten. Door hier meer onderzoek naar te doen ontstaat duidelijkheid over de relatie tussen ondersteunend en structurerend opvoedgedrag en opvoedstress. Deze bevindingen kunnen bijdragen aan het ontwikkelen van passende interventies om ouders op een positieve manier aan te laten sluiten bij hun kind, wat de ontwikkeling van het kind ten goede kan komen (Cooke et al., 2019; Zimmer-Gembeck & Thomas, 2010).

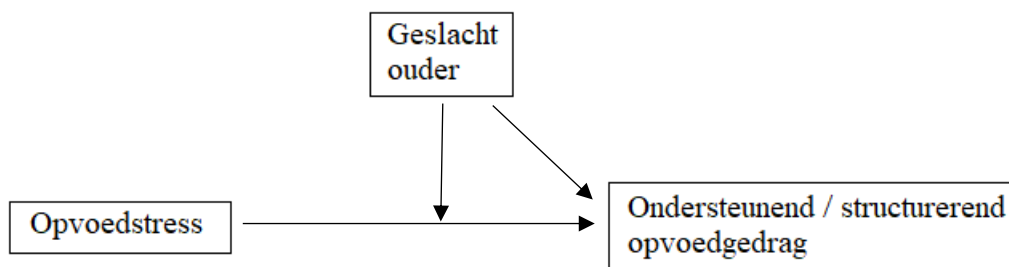
Het doel van dit onderzoek is de relatie tussen ondersteunend en structurerend opvoedgedrag en de mate van ervaren opvoedstress van ouders van kinderen van 2 tot 4 jaar beter te begrijpen. De onderzoeksvraag hierbij is: ‘Maken ouders die in hogere mate opvoedstress ervaren minder gebruik van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag dan ouders die in mindere mate opvoedstress ervaren, en neemt het geslacht van ouders hierbij een modererende rol in?’ De deelvragen zijn als volgt:

- 1a. Is er een negatieve samenhang tussen ondersteunend opvoedgedrag en ervaren opvoedstress?

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

- 1b. Wordt een eventuele relatie tussen ondersteunend opvoedgedrag en ervaren opvoedstress beïnvloed door het geslacht van ouders?
- 2a. Is er een negatieve samenhang tussen structurerend opvoedgedrag en ervaren opvoedstress?
- 2b. Wordt een eventuele relatie tussen structurerend opvoedgedrag en ervaren opvoedstress beïnvloed door het geslacht van ouders?

De onderzoeksvragen zijn met een padmodel weergegeven in figuur 2.



Figuur 2. Visuele weergave van de onderzoeksvragen

In figuur 2 is ondersteunend en structurerend opvoedgedrag samen weergegeven. Deze factoren worden echter afzonderlijk getest omdat de relatie mogelijk anders is voor ondersteunend opvoedgedrag dan voor structurerend opvoedgedrag.

Uit de literatuur blijkt dat een hoge mate van opvoedstress is gerelateerd aan een verminderde mate van het sturen van het eigen gedrag, emotionele beschikbaarheid, responsiviteit en sensitiviteit van ouders. Deze vaardigheden zijn noodzakelijk om ondersteunend en structurerend opvoedgedrag in te kunnen zetten. Daarom is de verwachting dat ouders die veel opvoedstress ervaren, minder gebruik maken van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag (Neece et al., 2012; Siegel, 1999; Verhoeven et al., 2017).

Daarbij wordt verwacht dat deze relatie sterker is bij moeders dan bij vaders. Moeders lijken meer gebruik te maken van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag en een toename van opvoedstress lijkt bij moeders een sterkere negatieve invloed te hebben op het opvoedgedrag dan bij vaders (Hallers-Haalboom et al., 2014; Matud, 2004; Sabbatini & Leaper, 2004).

Methode

In dit onderzoek is de relatie tussen ondersteunend en structurerend opvoedgedrag en de mate van ervaren opvoedstress onderzocht, hierbij is ook de modererende variabele geslacht van ouders geanalyseerd.

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

Participanten

Aan het onderzoek hebben 1040 ouders uit 530 gezinnen met kinderen van 2 tot 4 jaar meegewerkt. De data zijn gecontroleerd op codeerfouten, missende waarden en uitbijters. De analyses zijn uitgevoerd met de overige data ($n = 767$) afkomstig van in totaal 426 gezinnen. Bij 341 gezinnen zijn de vragenlijsten van beide ouders gebruikt, bij 47 gezinnen enkel die van de moeder en bij 38 gezinnen enkel die van de vader. De gemiddelde leeftijd van de moeders is $M = 34.96$ jaar ($SD = 4.50$) en van de vaders is dit $M = 36.96$ jaar ($SD = 5.18$). Van deze groep ouders heeft 62% minimaal een HBO-bachelorsdiploma, 38% is lager opgeleid. Daarnaast heeft 99.5% van de ouders een Nederlandse nationaliteit.

Procedure

Voor het huidige onderzoek is gebruik gemaakt van een dataset uit eerder onderzoek (Verhoeven et al., 2017). Dit was een cross-sectioneel kwantitatief onderzoek. Bachelor- en masterstudenten van de Universiteit Utrecht hebben data verzameld door via peuterspeelzalen en kinderdagverblijven ouders te benaderen. De ouders hebben een brief ontvangen waarin het doel van het project is uitgelegd. Bij instemming kregen de ouders vragenlijsten toegestuurd via de mail. Ouders kregen het verzoek deze vragenlijsten onafhankelijk van elkaar in te vullen. De resultaten zijn anoniem verwerkt.

Meetinstrumenten

In dit onderzoek zijn de vragenlijsten over opvoedgedrag en opvoedstress gebruikt. Uit de verzamelde demografische gegevens is gebruik gemaakt van het geslacht van de ouders.

De Comprehensive Early Childhood Parenting Questionnaire (CECPAQ) is gebruikt om opvoedgedrag te meten (Verhoeven et al., 2017). De CECPAQ meet het opvoedgedrag van ouders richting hun kind van 1 tot 5 jaar in 5 verschillende opvoeddomeinen (ondersteuning, stimulering, structuur, harde discipline en positieve discipline). De opvoeddomeinen ondersteuning en structuur zijn in het huidige onderzoek gebruikt, deze hangen middelmatig met elkaar samen ($r = .54$). De vragenlijst bestaat uit 70 stellingen, 15 stellingen hebben betrekking op het opvoeddomein ondersteuning en 15 stellingen op het opvoeddomein structuur. Onder het opvoeddomein ondersteuning valt de sensitiviteit, responsiviteit en affectie van de ouders. Een voorbeeld is: 'Ik weet heel goed wat mijn kind wil of voelt.' Onder het opvoeddomein structuur valt routine, overreageren en consistentie die ouders bieden. Een voorbeeld is: 'Mijn kind eet op vaste tijden.' De items zijn op een Likertschaal van 1 tot en met 6 beantwoord, hierbij geldt 1 als

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

‘nooit’ en 6 als ‘altijd’. Een hoge score betekent een hoge mate van ondersteunend of stimulerend opvoedgedrag. De scores zijn per opvoeddomein bij elkaar opgeteld en gebruikt bij verdere analyses. De betrouwbaarheid is beoordeeld voor de moeders en de vaders. De betrouwbaarheid is voor beiden goed beoordeeld bij het opvoeddomein ondersteuning (Cronbach's $\alpha_{moeders} = .88$, Cronbach's $\alpha_{vaders} = .88$) en het opvoeddomein structuur (Cronbach's $\alpha_{moeders} = .79$, Cronbach's $\alpha_{vaders} = .79$).

De Nijmeegse Ouderlijke Stress Index, verkorte versie (NOSIK) is gebruikt om ervaren opvoedstress van ouders te meten (Brock et al., 1990). De vragenlijst bestaat uit 25 stellingen. Een voorbeeld is: ‘Mijn kind eist vaak meer aandacht van me dan ik kan geven.’ De items zijn op een Likertschaal van 1 tot en met 6 beantwoord, hierbij geldt 1 als ‘helemaal mee oneens’ en 6 als ‘helemaal mee eens’. Bij het beantwoorden van de vragen dient de ouder steeds hetzelfde kind in gedachte te houden, de leeftijd van het kind mag variëren van 2 tot 4 jaar. Een hoge score betekent een hoge mate van ervaren opvoedstress. De scores zijn bij elkaar opgeteld en gebruikt bij verdere analyses. De betrouwbaarheid is beoordeeld voor moeders en vaders. Voor beiden is de betrouwbaarheid goed beoordeeld (Cronbach's $\alpha_{moeders} = .88$, Cronbach's $\alpha_{vaders} = .87$).

Analyseplan

In dit onderzoek is als eerst de relatie tussen ondersteunend opvoedgedrag (CECPAQ-opvoeddomein ondersteunend) en ervaren opvoedstress (NOSIK) onderzocht. Vervolgens is de relatie tussen structurerend opvoedgedrag (CECPAQ-opvoeddomein structurerend) en ervaren opvoedstress (NOSIK) onderzocht. Daarnaast is de modererende rol van het geslacht onderzocht, dit is gedaan met multiële regressieanalyses met interactie-effect. SPSS-versie 22 is gebruikt om de statistische analyses uit te voeren (Allen et al., 2014). Het databestand is gecontroleerd op codeerfouten en missende waarden. Voorafgaand aan de analyses is de samenhang van de twee opvoeddomeinen gecontroleerd. Vervolgens zijn de assumpties gecontroleerd.

Binnen de analyses is onderscheid gemaakt tussen de afhankelijke variabelen, de onafhankelijke variabele en de moderator. De onderzoeksvragen richten zich op twee verschillende afhankelijke variabelen, namelijk ondersteunend opvoedgedrag (totaalscore CECPAQ-opvoeddomein ondersteunend) en structurerend opvoedgedrag (totaalscore CECPAQ-opvoeddomein structurerend). De ervaren opvoedstress (totaalscore NOSIK) is de onafhankelijke

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG
variabele. De afhankelijke en onafhankelijke variabelen zijn van interval meetniveau. De moderator is het geslacht van de ouder en is van nominaal meetniveau.

De multipale regressieanalyses zijn eerst uitgevoerd voor de afhankelijke variabele ondersteunend opvoedgedrag en daarna voor de afhankelijke variabele structurerend opvoedgedrag. Met de multipale regressieanalyse zijn de hoofdeffecten van ervaren opvoedstress en het geslacht van ouders op beide opvoeddomeinen gemeten, daarnaast is het interactie-effect gemeten. Deze effecten (B-coëfficiënten) zijn significant beoordeeld wanneer $p < .05$. Naast de significantie is ook de effectgrootte (R^2) bepaald om de relevantie te beoordelen. Deze is als volgt beoordeeld; $R^2 = .01$ als klein, $R^2 = .09$ als gemiddeld en $R^2 = .25$ als groot (Allen et al., 2014).

Resultaten

Data-inspectie

Een Pearson's correlatie is uitgevoerd om te controleren of de opvoeddomeinen ondersteunend en structurerend opvoedgedrag voldoende van elkaar verschillen. Vooraf is besloten dat bij een zeer sterke samenhang ($r > .8$), de domeinen als één variabele worden meegenomen. Hiervan is geen sprake ($r = .45$, $p < .001$), daarom zijn de analyses over de beide opvoeddomeinen los van elkaar uitgevoerd.

Voorafgaand aan het uitvoeren van de multipale regressieanalyses, zijn de assumpties onderzocht. Zeven uitbijters zijn verwijderd, de analyses zijn uitgevoerd met de overige 767 participanten. Volgens de Centrale Limiettheorie ($n > 30$) en visuele beoordeling van de normaalverdeling is voldaan aan de assumptie van normaliteit (Field, 2018). Voor de variabele ervaren opvoedstress is een verhoogde score gevonden op de laagst mogelijke score (*Censored Data*) (Sigelman, & Zeng, 2000). Omdat de residuen van de scores op ervaren opvoedstress normaal verdeeld zijn, zal dit weinig invloed hebben op de analyses. Er is geen sterke samenhang tussen de verschillende predictoren, daarmee is aan de assumptie van multicollineariteit voldaan. Aan de hand van een spreidingsdiagram wordt geconcludeerd dat aan de assumpties lineariteit en homoscedasticiteit is voldaan (Allen et al., 2014).

Beschrijvende statistiek

In tabel 1 staan de beschrijvende statistieken weergegeven van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag en de mate van ervaren opvoedstress voor moeders en vaders.

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

Tabel 1. *Steekproefgrootte (n), gemiddelde scores (M), standaarddeviaties (SD) en het bereik op beide opvoeddomeneinen en ervaren opvoedstress voor moeders en vaders*

	Ondersteunend opvoedgedrag				Structurerend opvoedgedrag			Ervaren opvoedstress		
	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	Bereik	<i>M</i>	<i>SD</i>	Bereik	<i>M</i>	<i>SD</i>	Bereik
Moeders	388	75.20	6.48	51-90	71.69	5.53	55-86	45.01	12.50	25-90
Vaders	379	70.15	7.52	47-88	70.01	5.90	51-87	46.26	12.79	25-85
Totaal	767	72.70	7.45	47-90	70.86	5.77	51-87	45.63	12.65	25-90

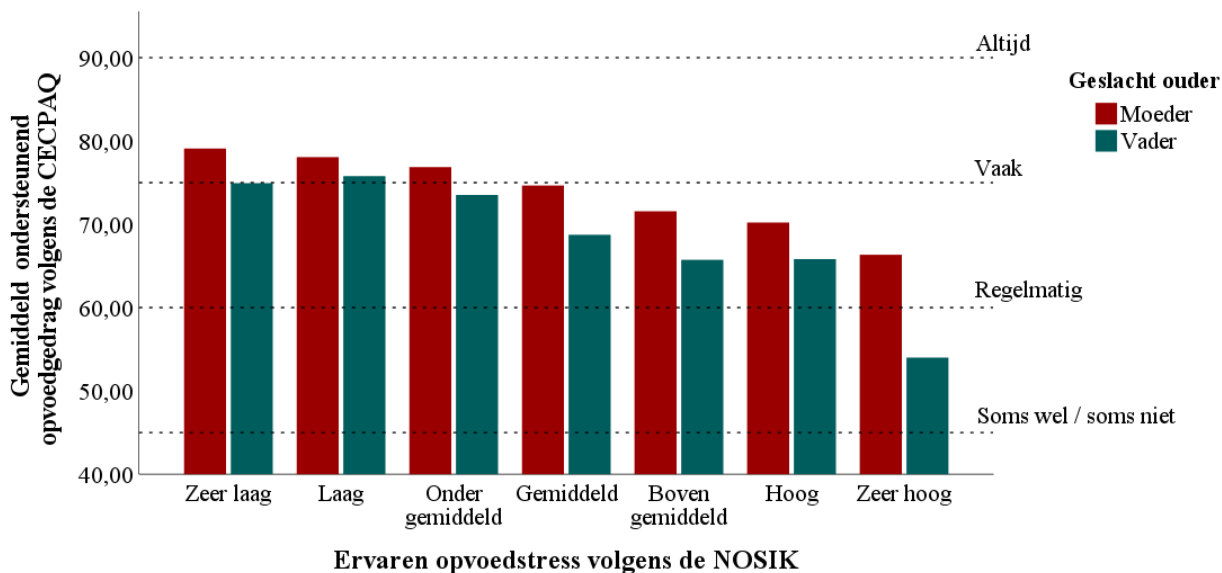
Uit de gemiddelden blijkt dat moeders vaak ondersteunend opvoedgedrag gebruiken en vaders regelmatig tot vaak. Moeders en vaders maken regelmatig tot vaak gebruik van structurerend opvoedgedrag. De scores op ervaren opvoedstress zijn vergeleken met de normscores van de NOSIK (Brock et al., 1990). De verdeling hiervan is weergegeven in tabel 2.

Tabel 2. *Frequenties per niveau van ervaren opvoedstress volgens de NOSIK voor moeders en vaders*

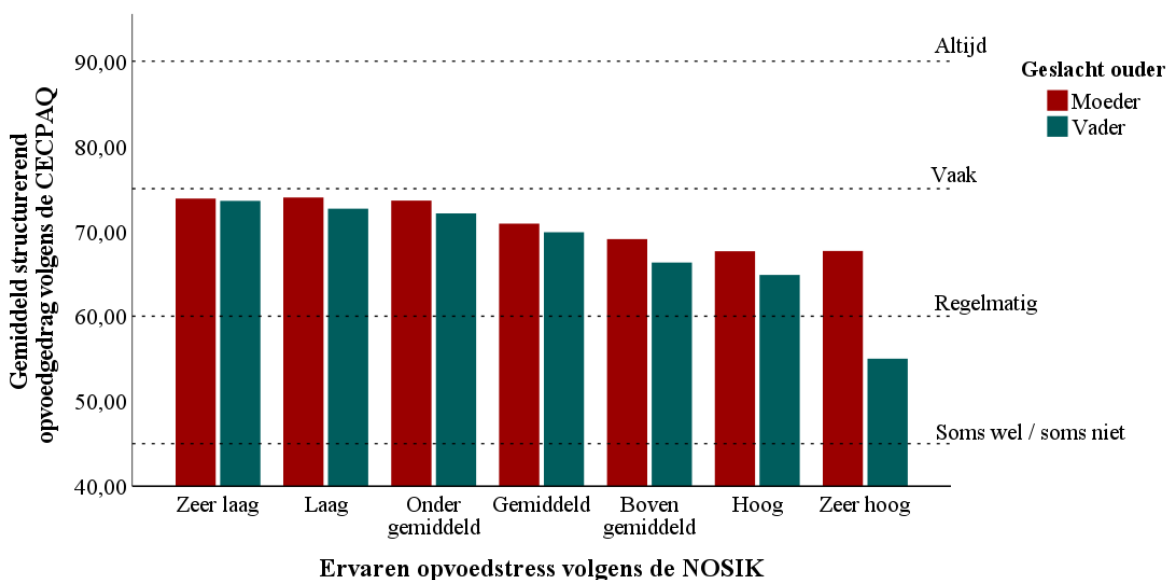
	<i>Ze er la ag (<28)</i>	<i>La ag (29-32)</i>	<i>O n d e r g e m i d d e l d (33-40)</i>	<i>G e m i d d e l d (41-57)</i>	<i>B o v e n g e m i d d e l d (58-68)</i>	<i>H o o g (69-84)</i>	<i>Z e e r h o o g (>85)</i>
Moeders	22 (6%)	30 (8%)	111 (29%)	164 (42%)	38 (10%)	20 (5%)	3 (1%)
Vaders	16 (4%)	33 (9%)	90 (24%)	168 (44%)	50 (13%)	21 (6%)	1 (0.3%)
Totaal	38 (5%)	63 (8%)	201 (26%)	332 (43%)	88 (11%)	41 (5%)	4 (0.5%)

In figuur 3 en 4 zijn geclusterde staafdiagrammen van de gemiddelde scores op ondersteunend en structurerend opvoedgedrag weergegeven per niveau van ervaren opvoedstress. Daarbij wordt op de y-as een interpretatie gegeven aan de mate van het desbetreffende opvoedgedrag. De verschillende niveaus van ervaren opvoedstress staan weergegeven op de x-as.

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG



Figuur 3. Geclusterde staafdiagram van de gemiddelde score op ondersteunend opvoedgedrag voor de verschillende niveaus van ervaren opvoedstress voor moeders en vaders



Figuur 4. Geclusterde staafdiagram van de gemiddelde score op structurerend opvoedgedrag voor de verschillende niveaus van ervaren opvoedstress voor moeders en vaders

In beide staafdiagrammen wordt gezien dat groepen die hoog scoren op ervaren opvoedstress, lager scoren op het desbetreffende opvoedgedrag dan groepen die lager scoren op ervaren opvoedstress. Bij vaders liggen deze scores op het opvoedgedrag in verhouding lager dan bij moeders.

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

Ondersteunend opvoedgedrag

Om te toetsen of ondersteunend opvoedgedrag kan worden verklaard door ervaren opvoedstress en om de modererende rol van het geslacht te toetsen, is een multiële regressieanalyse uitgevoerd (Tabel 3).

Tabel 3. Gestandaardiseerde regressiecoëfficiënt (β) per predictor en de verklaarde variantie (R^2) per regressiemodel op beide opvoeddomeinen ($N = 767$)

Predictoren	Ondersteunend gedrag		Structurerend gedrag	
	Gestandaardiseerde <i>B</i> -Coëfficiënt	Adjusted R^2	Gestandaardiseerde <i>B</i> -Coëfficiënt	Adjusted R^2
Model 1		.16***		.15***
Opvoedstress	-.40***		-.39***	
Model 2		.26***		.17***
Opvoedstress	-.39***		-.38***	
Geslacht	-.32***		-.13***	
Model 3		.26***		.17***
Opvoedstress	-.35***		-.39***	
Geslacht	-.19		.04	
Geslacht* opvoedstress	-.14		-.18	

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Uit model 1 blijkt dat ondersteunend opvoedgedrag voor een significant deel van 16% verklaard kan worden door ervaren opvoedstress, $R^2 = .16$, $F(1, 765) = 146.67$, $p < .001$, dit is een gemiddeld tot groot effect ($.09 < R^2 < .25$). Een hogere mate van ervaren opvoedstress resulteert in minder ondersteunend opvoedgedrag.

In model 2 is het geslacht van ouders toegevoegd aan de multiële regressieanalyse, dit zorgt voor een significante toename van 10% van de verklaarde variantie $\Delta R^2 = .10$, $\Delta F(1, 764) = 105.87$, $p < .001$. Het totale model 2 verklaart een significant deel van 26% van de variantie in ondersteunend opvoedgedrag $R^2 = .26$, $F(2, 764) = 136.32$, $p < .001$, dit is een groot effect ($R^2 >$

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

.25). Een hogere mate van ervaren opvoedstress resulteert in minder ondersteunend opvoedgedrag en vaders scoren lager op ondersteunend opvoedgedrag dan moeders.

Ten slotte is in model 3 het interactie-effect van geslacht*ervaren opvoedstress toegevoegd, dit zorgt voor een niet-significante toename van 0.1% van de verklaarde variantie in ondersteunend opvoedgedrag $\Delta R^2 = .001$, $\Delta F(1, 763) = 1.35$, $p = .25$. Het totale model 3 verklaart een significant deel van 26% van de variantie in ondersteunend opvoedgedrag $R^2 = .26$, $F(3, 763) = 91.37$, $p < .001$, dit is een groot effect ($R^2 > .25$). In tabel 3 is te zien dat de effecten van geslacht en geslacht*ervaren opvoedstress op ondersteunend opvoedgedrag niet als significant worden beoordeeld. Er is dus geen sprake van een interactie-effect van het geslacht op de relatie tussen ondersteunend opvoedgedrag en ervaren opvoedstress.

Structurerend opvoedgedrag

Vervolgens is hetzelfde gedaan voor de voor de afhankelijke variabele structurerend opvoedgedrag (tabel 3). Uit model 1 blijkt dat structurerend opvoedgedrag voor een significant deel van 15% verklaard kan worden door ervaren opvoedstress, $R^2 = .15$, $F(1, 765) = 137.29$, $p < .001$, dit is een gemiddeld tot groot effect ($.09 < R^2 < .25$). Een hogere mate van ervaren opvoedstress resulteert in minder structurerend opvoedgedrag.

In model 2 is het geslacht van ouders toegevoegd aan de multiële regressieanalyse, dit zorgt voor een significante toename van 1.6% van de verklaarde variantie $\Delta R^2 = .02$, $\Delta F(1, 764) = 14.78$, $p < .001$. Het totale model 2 verklaart een significant deel van 17% van de variantie in structurerend opvoedgedrag $R^2 = .17$, $F(2, 764) = 27.77$, $p < .001$, dit is een gemiddeld tot groot effect ($.09 < R^2 < .25$). Een hogere mate van ervaren opvoedstress resulteert in minder structurerend opvoedgedrag en vaders scoren lager op structurerend opvoedgedrag dan moeders.

Ten slotte is in model 3 het interactie-effect van geslacht*ervaren opvoedstress toegevoegd, dit zorgt voor een niet-significante toename van 0.2% van de verklaarde variantie in structurerend opvoedgedrag $\Delta R^2 = .002$, $\Delta F(1, 763) = 1.85$, $p = .17$. Het totale model 3 verklaart een significant deel van 17% van de variantie in structurerend opvoedgedrag $R^2 = .17$, $F(3, 763) = 52.19$, $p < .001$, dit is een gemiddeld tot groot effect ($.09 < R^2 < .25$). In tabel 5 is te zien dat de effecten van geslacht en geslacht*ervaren opvoedstress op structurerend opvoedgedrag niet als significant worden beoordeeld. Er is dus geen sprake van een interactie-effect van het geslacht op de relatie tussen structurerend opvoedgedrag en ervaren opvoedstress.

Discussie

De hoofdvraag van dit onderzoek is: ‘Maken ouders die in hogere mate opvoedstress ervaren minder gebruik van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag dan ouders die in mindere mate opvoedstress ervaren, en neemt het geslacht van ouders hierbij een modererende rol in?’. De resultaten laten zien dat ouders die meer opvoedstress ervaren, minder gebruik maken van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag dan ouders die minder opvoedstress ervaren. Moeders maken hierbij meer gebruik van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag. Geslacht heeft geen modererend effect op de relatie tussen ondersteunend en structurerend opvoedgedrag en opvoedstress.

Om antwoord te geven op de hoofdvraag zijn verschillende deelvragen onderzocht. Omdat de hypothesen en resultaten voor zowel het opvoeddomein ondersteunend als structurerend opvoedgedrag sterk overeenkomen, worden deze tegelijkertijd besproken. Als eerst is de vraag ‘Is er een negatieve samenhang tussen ondersteunend/structurerend opvoedgedrag en ervaren opvoedstress?’ beantwoordt. De hypothese dat ouders die meer opvoedstress ervaren minder gebruik maken van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag, wordt ondersteund door de resultaten. Zowel het staaftdiagram (figuur 3 en 4) als de multipale regressieanalyse (figuur 5) laten zien dat ervaren opvoedstress significante negatief samenhangt met ondersteunend en structurerend opvoedgedrag.

Tenslotte is de vraag ‘Wordt een eventuele relatie tussen ondersteunend/structurerend opvoedgedrag en ervaren opvoedstress beïnvloed door het geslacht van ouders?’ De hypothese dat moeders meer gebruik maken van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag, maar dat dit sterker zou afnemen bij moeders dan bij vaders naarmate ervaren opvoedstress zou stijgen, wordt niet ondersteund door de resultaten. Moeders maken wel significant meer gebruik van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag dan vaders. De relatie tussen ervaren opvoedstress en ondersteunend en structurerend opvoedstress is voor moeders echter niet sterker dan voor vaders. De ervaren opvoedstress en het geslacht van de ouder samen verklaren het grootste deel van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag, hierbij is de ervaren opvoedstress de grootste voorspeller.

De resultaten van dit onderzoek ondersteunen eerdere bevindingen. Deze bevindingen maakten al aannemelijk dat een negatieve samenhang bestaat tussen ondersteunend en structurerend opvoedgedrag (Neece et al., 2012; Verhoeven et al., 2017). Ook de ‘Window of

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

Tolerance' maakte aannemelijk dat wanneer ouders door opvoedstress 'buiten het raampje' komen, ze minder grip hebben op het eigen opvoedgedrag (Siegel, 1999). Daarnaast ondersteunt de huidige studie de bevindingen dat moeders meer gebruik maken van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag (Hallers-Haalboom et al., 2014; Sabbatini & Leaper, 2004).

De resultaten van dit onderzoek zijn niet in lijn met eerder bevindingen over het modererende effect van het geslacht van ouders. Eerder onderzoek maakte aannemelijk dat moeders sneller 'buiten hun raampje' komen dan vaders (Matud, 2004; McDonough & Walters, 2001), daarom werd een sterker verband tussen ondersteunend en structurerend opvoedgedrag en ervaren opvoedstress verwacht bij moeders dan bij vaders. Dit blijkt echter niet uit de resultaten. Een mogelijke verklaring hiervan is dat moeders en vaders wel vergelijkbare mate van stress ervaren (Padden & James, 2017). Een andere verklaring kan zijn dat moeders sneller stress rapporteren dan vaders, terwijl deze in werkelijkheid vergelijkbaar is (Foody et al., 2014). Dit kan erop duiden dat een zelf-rapportage vragenlijst over stress een ander beeld geeft voor moeders dan voor vaders. Er bestaat dus nog steeds veel onduidelijkheid over de rol van het geslacht bij opvoedstress, opvoedgedrag en de relatie hiertussen.

Bij het interpreteren van de resultaten moet met een aantal aspecten rekening worden gehouden, zo is de populatie in het onderzoek niet volledige representatief voor ouders in Nederland. Van de deelnemende ouders had 99.5% een Nederlandse etniciteit, terwijl 75.8% van de Nederlandse inwoners een Nederlandse etniciteit heeft (CBS, 2020). Daarnaast heeft 62% van de deelnemende ouders minimaal een HBO-Bachelor diploma, terwijl van de Nederlandse inwoners in de leeftijdscategorie van 25 tot 55 jaar slechts 43% minimaal een HBO-bachelor diploma heeft (CBS, 2020b). De onderzoekspopulatie bestaat dus uit meer hoger opgeleide ouders met een Nederlandse etniciteit dan gemiddeld. De resultaten zijn dus niet volledig generaliseerbaar. Door gebruik te maken van een gerandomiseerde steekproef kan dit in het vervolg worden voorkomen, kinderdagverblijven en peuterspeelzalen zouden bijvoorbeeld willekeurig geselecteerd kunnen worden.

Daarnaast bestaan twijfels over de onafhankelijkheid van de steekproef, omdat 341 ouders uit hetzelfde gezin komen. Door de grootte van de steekproef wordt verwacht dat dit geen groot effect zal hebben op de resultaten. In het vervolg kan hier rekening mee worden gehouden door gepaarde analyses uit te voeren.

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

Daarnaast kunnen zelfrapportages een vertekend beeld geven van de werkelijkheid. De huidige scores geven aan hoe ouders hun eigen opvoedstress ervaren, dit kan per ouder verschillend worden geïnterpreteerd. Bovendien bestaat bij zelfrapportages een verhoogd risico op sociaal-wenselijke antwoorden (Korzillius, 2000). Om dit risico te minimaliseren is in het onderzoek de anonimiteit van de participanten gewaarborgd (Neuman, 2009). Daarnaast zijn de betrouwbaarheid en validiteit van beide vragenlijsten goed beoordeeld (Brock et al., 2009; Verhoeven et al., 2017).

Op basis van dit onderzoek worden een aantal suggesties gedaan voor vervolgonderzoek. Ten eerste kan in het vervolg gebruik worden gemaakt van een longitudinaal onderzoeksdesign. Het huidige onderzoek heeft een cross-sectioneel design, hierdoor kunnen uitspraken worden gedaan over verbanden. Bij longitudinaal onderzoek kunnen conclusies worden getrokken over causaliteit (Neuman, 2009), dit zou dus na kunnen gaan of een afname in ervaren opvoedstress ook daadwerkelijk leidt tot een toename in ondersteunend en structurerend opvoedgedrag.

Ten tweede geven de resultaten aanleiding tot het onderzoeken van meerdere aspecten van opvoedgedrag. Ondanks dat ondersteunend en structurerend opvoedgedrag niet sterk met elkaar samenhangen ($r = .45$), is de conclusie voor beide opvoeddomeinen vergelijkbaar. Mogelijk wijst dit erop dat ervaren opvoedstress samenhangt met meerdere aspecten van opvoedgedrag dan in deze studie zijn onderzocht. Volgens de 'Window of Tolerance' kan stress zorgen voor minder grip op gedrag, gevoel en gedachten (Corrigan et al., 2011; Siegel, 1999). Dit, in combinatie met de huidige bevindingen, kan erop duiden dat de samenhang met opvoedstress niet enkel geldt voor ondersteunend en structurerend opvoedgedrag, maar ook voor andere opvoeddomeinen (Verhoeven et al., 2017). Meer onderzoek kan een completer beeld schetsen.

Ten slotte kan het in vervolgonderzoek nuttig zijn om meerdere eigenschappen van de ouders, het kind en de omgeving mee te nemen. Dit onderzoek heeft zich enkel op de moderator geslacht gericht. Echter is het aannemelijk dat andere eigenschappen van ouders ook invloed hebben op het verband tussen opvoedgedrag en opvoedstress. Zo heeft de leeftijd van ouders mogelijk invloed op de mate van ervaren opvoedstress en opvoedgedrag van ouders. Verschillende onderzoeken maken het bijvoorbeeld aannemelijk dat oudere moeders meer positief opvoedgedrag kunnen inzetten dan jongere moeders (Aalbers-van Leeuwen et al., 2002;

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

Barnes et al., 2014; Bornstein et al., 2006). Ook etniciteit en cultuur bepalen mede hoe ouders hun kind opvoeden (De Haene & Derluyn, 2015; Mistry et al., 2012).

Om ouders te helpen meer gebruik te maken van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag, kan het nuttig zijn interventies toe te passen die zich richten op opvoedstress. De resultaten tonen aan dat ouders die meer opvoedstress ervaren minder gebruik maken van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag. Een geschikte interventie voor het afnemen van opvoedstress, is mindfulness. Mindfulness kan ouders helpen meer bewust te worden van de eigen 'Window of Tolerance' (Bögels et al., 2010, Khoury et al., 2015). Mogelijk kan mindfulness helpen bij het laten toenemen van ondersteunend en structurerend opvoedgedrag, waarbij opvoedstress als mediërende factor kan werken. Wanneer resultaten worden bijgehouden kan dit ook een bijdrage bieden aan vervolgonderzoek.

Concluderend kan worden gesteld dat bij de huidige onderzoeksgroep een hoge mate van ervaren opvoedstress samenhangt met minder ondersteunend en structurerend opvoedgedrag bij ouders van kinderen van 2 tot 4 jaar. Het geslacht heeft hierbij volgens dit onderzoek geen modererende rol. In de huidige literatuur is hier echter nog geen consensus over. Het huidige onderzoek maakt ook aannemelijk dat een hoge mate van opvoedstress een negatieve invloed heeft op meerdere aspecten van opvoedgedrag. Om dit vast te kunnen stellen is vervolgonderzoek nodig. Hierbij wordt aangeraden een longitudinaal onderzoeksdesign te gebruiken, om meerdere opvoeddomeinen te onderzoeken en om meerdere eigenschappen van ouder en kind mee te nemen.

Literatuur

- Allen, P., Bennett, K., & Heritage, B. (2014). *SPSS Statistics version 22: A practical guide*. Cengage Learning.
- Bögels, S. M., Lehtonen, A., & Restifo, K. (2010). Mindful parenting in mental health care. *Mindfulness, 1*, 107-120. <https://doi.org.10.1007/s12671-010-0014-5>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* [E-book]. Basic books. <https://parentalalienationresearch.com/PFD/1969bowlby.pdf>
- Brock, A. J. L. L., Vermulst, A. A., Gerris, J. R. M., & Abidin, R. R. (1990). *De Nijmeegse Ouderlijke Stress Index; Handleiding*. Swets en Zeitlinger.
- Centraal Bureau voor de Statistiek. (2020a). *Bevolking; geslacht, leeftijd, generatie en migratieachtergrond*. <https://www.cbs.nl/nl-nl/cijfers/detail/37325>
- Centraal Bureau voor de Statistiek. (2020b). *Bevolking; onderwijsniveau; geslacht, leeftijd, en migratieachtergrond*. <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/82275NED/table?fromstatweb>
- Cooke, J. E., Kochendorfer, L. B., Stuart-Parrigon, K. L., Koehn, A. J., & Kerns, K. A. (2019). Parent-child attachment and children's experience and regulation of emotion: A meta analytic review. *Emotion, 19*, 1103. <https://doi.org/10.1037/emo0000504>
- Corrigan, F. M., Fisher, J. J., & Nutt, D. J. (2011). Autonomic dysregulation and the window of tolerance model of the effects of complex emotional trauma. *Journal of Psychopharmacology, 25*, 17-25. <https://doi.org/10.1177/0269881109354930>
- Costa, N. M., Weems, C. F., Pellerin, K., & Dalton, R. (2006). Parenting stress and child psychopathology: An examination of specificity to internalizing and externalizing symptoms. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 28*, 113-122. <https://doi.org/10.1007/s10862-006-7489-3>
- Deater-Deckard, K. (1998). Parenting stress and child adjustment: Some old hypotheses and new questions. *Clinical psychology: Science and practice, 5*, 314-332. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.1998.tb00152.x>
- De Haene, L., & Derluyn, I. (2015). Ontwikkeling en opvoeding in culturele context: betekeniswereld, migratie en maatschappelijke positie. In *Diagnostiek bij kinderen, jongeren en gezinnen: deel II: ontwikkeling in context* (pp. 145-168). Acco.

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

- Emery, J. (2020, 10 April). Window of tolerance [illustratie]. <https://www.psychologytoday.com/ie/blog/lifespan-psychology/202004/expanding-the-window-tolerance>
- Field, A. (2018). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics*. Sage Publications Ltd.
- Flykt, M., Lindblom, J., Punamäki, R. L., Poikkeus, P., Repokari, L., Unkila-Kallio, L., Vilska, S., Sinkkonen, J., Tiitinen, A., Almqvist, F., & Tulppala, M. (2011). Prenatal expectations in transition to parenthood: Former infertility and family dynamic considerations. *Journal of Family Psychology, 23*, 779-789.
<https://doi.org/10.1037/a0016468>
- Foody, C., James, J. E., & Leader, G. (2015). Parenting stress, salivary biomarkers, and ambulatory blood pressure: a comparison between mothers and fathers of children with autism spectrum disorders. *Journal of autism and developmental disorders, 45*, 1084-1095. <https://doi.org/10.1007/s10803-014-2263-y>
- Glascoc, F. P., & Leew, S. (2010). Parenting behaviors, perceptions, and psychosocial risk: impacts on young children's development. *Pediatrics, 125*, 313-319.
<https://doi.org/10.1542/peds.2008-3129>
- Grolnick, W. S., & Pomerantz, E. M. (2009). Issues and challenges in studying parental control: Toward a new conceptualization. *Child Development Perspectives, 3*, 165–170.
<https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2009.00099.x>
- Hallers-Haalboom, E. T., Mesman, J., Groeneveld, M. G., Endendijk, J. J., van Berkel, S. R., van der Pol, L. D., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2014). Mothers, fathers, sons and daughters: Parental sensitivity in families with two children. *Journal of Family Psychology, 28*, 138–147. <https://doi.org/1037/a0036004>
- Hayes, S. A., & Watson, S. L. (2013). The impact of parenting stress: A meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders, 43*, 629-642.
<https://doi.org/10.1007/s10803-012-1604-y>
- Khoury, B., Sharma, M., Rush, S. E., & Fournier, C. (2015). Mindfulness-based stress reduction for healthy individuals: A meta-analysis. *Journal of psychosomatic research, 78*, 519-528. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2015.03.009>
- Korzilius, H. (2000). *De kern van survey-onderzoek*. Assen, Nederland: Van Gorcum.

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

- Landry, S. H., Swank, P. R., Assel, M. A., Smith, K. E., & Vellet, S. (2001). Does early responsive parenting have a special importance for children's development or is consistency across early childhood necessary? *Developmental Psychology, 37*, 387-403. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.37.3.387>
- Lorber, M. F. (2012). The role of maternal emotion regulation in overreactive and lax discipline. *Journal of Family Psychology, 26*, 642-647. <https://doi.org/10.1037/a0029109>
- Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and individual differences, 37*(7), 1401-1415. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.01.010>
- McDonough, P., & Walters, W. (2001). Gender and health: reassessing patterns and explanations. *Social Science & Medicine, 52*, 547-559. [https://doi.org/10.1016/S0277-9536\(00\)00159-3](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(00)00159-3)
- McMahon, C. A., & Meins, E. (2012). Mind-mindedness, parenting stress, and emotional availability in mothers of preschoolers. *Early Childhood Research Quarterly, 27*, 245-252. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2011.08.002>
- Mistry, J., Contreras, M., & Dutta, R. (2012). Culture and child development. *Handbook of Psychology, Second Edition, 6*. <https://doi.org/10.1002/9781118133880.hop206011>
- Neece, C. L., Green, S. A., & Baker, B. L. (2012). Parenting stress and child behavior problems: A transactional relationship across time. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities, 117*, 48-66. <https://doi.org/10.1352/1944-7558-117.1.48>
- Neuman, W. L. (2009). *Understanding research*. Londen, Verenigd Koninkrijk: Pearson Education.
- Padden, C., & James, J. E. (2017). Stress among parents of children with and without autism spectrum disorder: a comparison involving physiological indicators and parent self-reports. *Journal of developmental and Physical disabilities, 29*, 567-586. <https://doi.org/10.1007/s10882-017-9547-z>
- Potharst, E. S., Aktar, E., Rexwinkel, M., Rigterink, M., & Bögels, S. M. (2017). Mindful with your baby: Feasibility, acceptability, and effects of a mindful parenting group training for mothers and their babies in a mental health context. *Mindfulness, 8*, 1236-1250. <https://doi.org/10.1007/s12671-017-0699-9>

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

- Potharst, E. S., Zeegers, M., & Bögels, S. M. (2018). Mindful With Your Toddler Group Training: Feasibility, Acceptability, and Effects on Subjective and Objective Measures. *Mindfulness*, 1-15. <https://doi.org/10.1007/s12671-018-1073-2>
- Sabattini, L., & Leaper, C. (2004). The relation between mother's and father's parenting styles and their division of labor in the home: Young adults' retrospective reports. *Sex Roles*, 50, 217-225. <https://doi.org/10.1023/B:SERS.0000015553.82390.f7>
- Siegel, D. J. (1999). *The Developing Mind*. The Guilford.
- Sigelman, L., & Zeng, L. (2000). Analyzing censored and sample-selected data with Tobit and Heckit models. *Political analysis*, 167-182. <https://www.jstor.org/stable/25791605>
- Simons, L. G., & Conger, R. D. (2007). Linking mother-father differences in parenting to a typology of family parenting styles and adolescent outcomes. *Journal of Family Issues*, 28, 212-241. <https://doi.org/10.1177/0192513X06294593>
- Steinberg, L., Lamborn, S. D., Darling, N., Mounts, N. S., & Dornbusch, S. M. (1994). Over-time changes in adjustment and competence among adolescents from authoritative, authoritarian, indulgent, and neglectful families. *Child development*, 65(3), 754-770.
- Verhoeven, M., Deković, M., Bodden, D., & van Baar, A. L. (2017). Development and initial validation of the comprehensive early childhood parenting questionnaire (CECPAQ) for parents of 1–4 year-olds. *European Journal of Developmental Psychology*, 14, 233-247. <https://doi.org/10.1080/17405629.2016.1182017>
- Verhoeven, M., Junger, M., Van Aken, C., Deković, M., & Van Aken, M. A. G. (2010). Parenting and children's externalizing behavior: Bidirectionality during toddlerhood. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 31, 93–105. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2009.09.002>
- Wicks-Nelson, R., & Israel A. C., (2016). *Abnormal Child and Adolescent Psychology DSM-5 Update*. (8th edition). Routledge.
- Williams, L. R., Degnan, K. A., Perez-Edgar, K. E., Henderson, H. A., Rubin, K. H., Pine, D. S., Steinberg, L., & Fox, N. A. (2009). Impact of behavioral inhibition and parenting style on internalizing and externalizing problems from early childhood through adolescence. *Journal of abnormal child psychology*, 37, 1063-1075. <https://doi.org/10.1007/s10802-009-9331-3>

OPVOEDSTRESS & ONDERSTEUNEND EN STRUCTUREREND OPVOEDGEDRAG

Zimmer-Gembeck, M. J., & Thomas, R. (2010). Parents, parenting and toddler adaptation: Evidence from a national longitudinal study of Australian children. *Infant Behavior and Development*, 33, 518-529. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2010.07.004>

Zimmer-Gembeck, M. J., Webb, H. J., Pepping, C. A., Swan, K., Merlo, O., Skinner, E. A., & Dunbar, M. (2015). Review: Is parent-child attachment a correlate of children's emotion regulation and coping? *International Journal of Behavioral Development*, 41, 1-20. <https://doi.org/10.1177/0165025415618276>

Bijlage 1.

Data-collectie

De dataverzameling voor het huidige onderzoek was al uitgevoerd, hierin heb ik dus geen rol gehad. In overleg met Sasja Duijff en de andere studenten is er een plan gekomen om toch voldoende kennis op te doen over dataverzameling.

Als eerste hebben we met de hele groep een training mindfulness gevolgd. Hierbij is nagedacht over geschikte vragenlijsten om hierbij af te nemen. De vragenlijsten heb ik op verschillende momenten in de training ingevuld. Daarnaast heb ik actief meegedacht in het onderzoek rondom de mindfulness training voor ouders met een kind met het syndroom 22q11. Hierin is contact geweest met Sasja en collega's van Sasja. Ik heb zowel in boeken als op internet (COTAN, NJI, etc.) gezocht naar passende vragenlijsten, rekening houdend met onder andere het onderwerp van de lijst, de beoordeling van de lijst en de hoeveelheid vragen. Tenslotte ben ik aangesloten bij een mindfulness traject met een groep ouders van een kind met 22q11. Hierbij heb ik geholpen de vragenlijsten af te laten nemen en heb ik het gehele proces van de mindfulness training meegemaakt.

Naast de daadwerkelijke dataverzameling, was het voor mij interessant om zoveel extra te kunnen zien en leren over mindfulness. Ik heb gemerkt dat dat mij persoonlijk rust geeft, ook heb kunnen zien wat voor effect dit kan hebben bij ouders met een kind met een beperking. Voor mij als orthopedagoog is het erg waardevol om dit laatste te hebben ervaren omdat dit mij een bijzondere kijk heeft gegeven op hoe ouders omgaan met het kind, de beperking van het kind, het hele gezin en zichzelf. Het was daarnaast een boeiende uitdaging om na te denken over hoe de effecten van de training gemeten konden worden. Het is mij opgevallen dat dit erg lastig is. Ik ben tot de conclusie gekomen dat je voor je gevoel al snel 'te veel' vraagt van mensen. Dit viel me op toen ik de lijsten zelf in moest vullen, ook viel het me op bij de ouders in de training. Door het vele overleg met andere studenten, met Sasja en met andere professionals viel me daarentegen ook op dat je deze hoeveelheid vragenlijsten wel nodig hebt. Het is dus continu afwegen wat het belangrijkste is, dat je alleen datgene meeneemt wat je écht nodig hebt.