



Introductie

Hierbij ontvangt u alweer de elfde nieuwsbrief van het project 'Een Goed Begin'. Deze nieuwsbrief verschijnt 3 à 4 keer per jaar en is bestemd voor (aanstaande) moeders en vaders, verloskundigen en andere partijen die betrokken zijn bij het project 'Een Goed Begin'. In deze nieuwsbrief maken we kennis met een aantal nieuwe student-onderzoekers en met senior-onderzoeker Kristiaan van der Heijden. Daarnaast worden er een aantal taakjes die wij doen tijdens de huisbezoeken en resultaten van het onderzoek besproken. Wij wensen u veel leesplezier!

Even voorstellen...

Vanaf februari zijn er weer een aantal nieuwe student-onderzoekers werkzaam op het project 'Een Goed Begin'. Hierbij verwelkomen wij student-onderzoekers Ashllie Mahler, Nadine Vermeer en Hetty Faber (op onderstaande foto's v.l.n.r.). Zij zullen gaan assisteren bij de derde afspraak die plaatsvindt op het babylab in Leiden.



Interview met Kristiaan van der Heijden

Sinds 2008 werkt Kristiaan van der Heijden mee aan het project 'Een Goed Begin' als senior onderzoeker. Hij doet onderzoek op het gebied van slaap en houdt zich bezig met risico- en beschermende factoren voor het ontstaan van probleemgedrag in de vroege kinderonwikkeling.

1. *Wat is uw rol binnen het project 'Een Goed Begin' precies?*

Ik ben binnen het project senior-onderzoeker en tevens (mede-)begeleider van de twee promovendi van 'Een Goed Begin'. Ik maak deel uit van een wetenschappelijk team van in totaal vier senior-onderzoekers en twee promovendi. En dan zijn er ook nog coaches en de (student)assistenten die meewerken aan het project.

2. *Waarom is dit project van belang volgens u?*

Het project kan belangrijk theoretisch inzicht en praktische kennis opleveren. In het project wordt onder andere onderzocht of langdurige coaching van moeders bij de opvoeding een positief effect heeft op de gezondheid van het kind en het gehele gezin. Dat de coaching effectief zal zijn, dat is waarschijnlijk omdat dat ook in buitenlandse onderzoeken naar soortgelijke coachingsvormen is gebleken. Waar wij ons ook op richten is de vraag wat nu eventueel maakt dat de coaching effectief is? Is dat omdat moeders beter leren nadenken over de wensen van hun kind, of omdat ze consequenter optreden of zijn het andere zaken die daar mee te maken hebben? En kunnen we voorspellen voor welk type moeders die coaching het beste werkt? Zijn dat moeders die tijdens de zwangerschap al een bepaalde 'kijk' op 'het opvoeden' hebben? Met die kennis kunnen we in de toekomst de coaching mogelijk gericht en efficiënter toepassen.



Omdat we de kinderen en moeders gedurende enkele jaren volgen, kunnen we ook veel te weten komen over wat nu maakt dat het ene kind zich op de ene manier ontwikkelt en het andere kind op een andere manier. Een vraag die we zouden willen beantwoorden is: kunnen we al vroegtijdig voorspellen dat sommige kinderen heel gevoelig of juist heel ongevoelig worden voor hun sociale omgeving? Dat soort kennis is erg belangrijk om vroegtijdig te kunnen ingrijpen als er iets lijkt mis te gaan in de ontwikkeling van een kind.

3. U doet veel onderzoek naar slaap. Heeft u tips voor de moeders van het project over dit onderwerp?

Ik kan wat algemene tips geven, maar het is belangrijk om te benadrukken dat er veel verschillende soorten slaapproblemen zijn en dat slaapproblemen bij kinderen op verschillende manieren kunnen ontstaan. De aanpak van slaapproblemen kan daarom ook op veel verschillende manieren gebeuren. Voor de aanpak van sommige slaapproblemen zijn specialisten nodig zoals orthopedagogen, kinderpsychologen of artsen. In het algemeen kan gezegd worden dat het belangrijk is dat ouders hun jonge kind vanaf het begin leren om zelfstandig in slaap te vallen. Als je een baby in de eerste levensmaanden leert om in slaap te vallen in jouw armen, aan de borst, bij je in bed, of met jouw aanwezigheid in zijn/haar bed, dan ontstaat al snel de situatie dat je baby niet meer zonder jouw aanwezigheid in slaap kan vallen. En dat is dan vaak moeilijk op te lossen, want je kind blijft ‘net zo lang’ huilen totdat je toegeeft. Zodra je dat hebt gedaan leert een baby dat het dus gewoon heel lang moet huilen en dan uiteindelijk de zin krijgt. Dat is dan moeilijk weer af te leren. Zodra het kind iets ouder wordt en voornamelijk 's nachts gaat slapen, dan wordt het erg belangrijk dat er veel regelmaat in het ritme komt, omdat dan de biologische klok in de hersenen van je kind weet wanneer je kind moet gaan slapen. En verder is het belangrijk dat er een kalmerende bedtijdroutine is: voorlezen, zingen, bad/douche etc. Dat blijkt goed te helpen om het kind beter in slaap te kunnen laten vallen.



Wist u dat?

- AIO's Jill en Hanneke in juli op de International Conference on Infant Studies in Berlijn staan met 2 posterpresentaties over het project?
- Stephan Huijbregts op hetzelfde congres in Berlijn een presentatie houdt over ‘een goed begin’ over de invloed van roken tijdens de zwangerschap?
- Er sinds de vorige nieuwsbrief 13 kinderen geboren zijn?
- Er de afgelopen maanden meer meisjes dan jongens geboren zijn (8 meisjes, 6 jongens)?
- De eerste kinderen al de laatste afspraak van het project hebben gehad?
- Er in mei een extra promovenda op het project komt werken?

Smaken verschillen

Tijdens de vierde afspraak nemen wij een taakje af waarin wij kijken in hoeverre kinderen begrijpen dat hun eigen verlangens kunnen verschillen van de verlangens van iemand anders. De kinderen worden uitgenodigd om uit twee verschillende soorten snackjes één snackje uit te kiezen. Alleen vindt de onderzoeker ‘toevallig’ net een ander snackje lekker dan de kinderen uit het onderzoek. De onderzoeker vraagt het kind dan om voor haar een snackje uit te zoeken. Het is de bedoeling dat kinderen de onderzoeker dan niet het snackje geven van de eigen voorkeur (wat de meeste jonge kinderen zullen doen), maar het snackje dat de voorkeur van de



onderzoeker heeft. Dit sociale inzicht is belangrijk voor de sociale ontwikkeling van kinderen, bijvoorbeeld voor het maken van vriendjes en het kunnen onderhouden van vriendschappen. Op de leeftijd van 20 maanden is dit sociale inzicht nog volop aan het ontwikkelen. Voor de meeste kinderen van deze leeftijd lijkt dit taakje dan ook nog best moeilijk te zijn. Ongeveer een kwart van de kinderen die tot nu toe hebben deelgenomen aan de vierde afspraak, was al goed in staat om onderscheid te maken tussen de eigen voorkeur en die van een ander. Dit komt overeen met wat er ook in andere studies is gevonden. Verder kwam naar voren dat er geen verschil is in hoe jongens en meisjes presteren op deze taak. We zijn nog hard bezig om te kijken hoe de prestaties van kinderen op deze taak samenhangt met de verdere ontwikkeling die kinderen doormaken.

Scriptie resultaten

Maaike de Goede onderzocht of stress bij jonge aanstaande moeders van invloed is op baby's van zes maanden oud. Ze vond dat veel stress tijdens de zwangerschap een negatief effect heeft op de aaibaarheid en troostbaarheid van de baby's. Hoe meer impact stressvolle, ingrijpende gebeurtenissen tijdens de zwangerschap op de aanstaande moeder hebben gehad, des te lastiger zij het troosten van hun kindje vonden. Verder bleek dat hoe meer bezorgdheid moeders hebben ervaren gedurende het eerste trimester van hun zwangerschap, hoe minder zij vonden dat hun kind genot liet zien wanneer het gedragen of geknuffeld werd. Daarnaast vonden zij dat hun kind minder hun nabijheid opzocht.

'Een goed begin' wenst u alvast fijne paasdagen!

De nieuwe nieuwsbrief kunt u in de zomer verwachten. U leest dan meer over de nieuwe promovenda die zal starten op het project en leest u een verslag van de ervaringen van Jill en Hanneke op het congres in Berlijn.



Meedoen met 'een goed begin'?

De aanmeldingsperiode is wegens het succes en de positieve reacties verlengd tot de zomer van 2014, dus: kent of bent u een aanstaande moeder van tussen de 17 en 25 jaar, in verwachting van uw eerste kindje en wilt u meedoen aan het onderzoek 'Een Goed Begin'? Aanmelden kan via het deelnameformulier op www.eengoedbegin-leiden.nl of via de contactgegevens onderaan de nieuwsbrief. Op de website vindt u ook meer informatie over het onderzoek en over wat deelname inhoudt. Wilt u meer informatie, dan kunt u ook bellen met één van de onderzoekers op het project: 071 -527 3847 of 071 – 527 4088

Reageren?

Heeft u suggesties, wilt u reageren op de nieuwsbrief of heeft u een vraag over het project, stuur dan een berichtje naar eengoedbegin@fsw.leidenuniv.nl. U kunt hier tevens terecht voor vragen met betrekking tot de betrokken onderzoekers en coaches. De informatie uit deze nieuwsbrief mag eventueel worden toegevoegd als rubriek aan reeds bestaande nieuwsbrieven binnen de participerende organisaties.

Colofon

Deze nieuwsbrief wordt uitgegeven door 'Een goed begin', een onderzoeksproject van de afdeling Orthopedagogiek van de Universiteit Leiden.

Redactie: H.J.A. Smaling en J. Suurland

Contact 'een goed begin': eengoedbegin@fsw.leidenuniv.nl, 071-527 3847 of 071-527 4088