

Interview protocol

Project informatie

Projectnaam: *Slaapregressie bij jonge kinderen (1,5–2,5 jaar).*

Slaapregressie bij jonge kinderen is een tijdelijke maar uitdagende fase, waarin hun ontwikkeling het slaappatroon verstoort. Dit project wil inzicht krijgen in de oorzaken en beleving van deze periode bij zowel kind als ouder.

De interviews dienen om praktische en emotionele noden van ouders beter te begrijpen en zo input te verzamelen voor het ontwerpen van een ondersteunend product of dienst.

Het onderzoek maakt deel uit van het opleidingsonderdeel “project gebruikgericht ontwerpen” binnen de opleiding Industrieel Ingenieur Industrieel Ontwerpen aan de Universiteit Gent, campus Kortrijk, en situeert zich in de discovery fase van het ontwerpproces.

Interviewer: *Felix Vanhoutte* (*felix.vanhoutte@ugent.be*), Student Industrieel Ingenieur Industrieel Ontwerpen

Doelstelling en kadering

Slaapregressie bij jonge kinderen is een natuurlijke, maar voor ouders vaak moeilijke fase waarin het slaappatroon van hun kind plots verandert. Deze periodes kunnen leiden tot vermoeidheid en onzekerheid bij ouders, die niet altijd weten hoe ze hier het best mee omgaan.

De interviews hebben als doel meer inzicht te krijgen in de oorzaken, ervaringen en noden die gepaard gaan met slaapregressie. De verkregen informatie zal helpen om een product of dienst te ontwikkelen die ouders ondersteunt tijdens deze periode.

De interviews kaderen binnen de discovery fase van het ontwerpproces, waarin de probleemruimte verkend wordt om later te komen tot relevante ontwerpideeën.

Respondenten

De respondenten bestaan uit één moeder en één papa, één grootmoeder.

Zij bieden elk een ander perspectief op het thema: de moeders vanuit hun dagelijkse ervaring met slaapregressie en opvoeding, en de grootouder vanuit haar observerende en ondersteunende rol binnen het gezin. Samen geven ze een breed en genuanceerd beeld van hoe slaapregressie wordt beleefd en aangepakt in de praktijk.

De interviews duren *20 min* en worden afgenomen van *<voeg data toe>*

Steekproefomschrijving (N = 3)

pseudonym	respondent type	interview	interview locatie
-----------	-----------------	-----------	-------------------

		datum	
<i>Sabine De Leeuw</i>	<i>Kinesist, 2 kinderen één van 2 jaar en één van 6 jaar</i>	<i>3 oktober</i>	<i>Telefoonisch</i>
<i>Jean-Louis Hanssens</i>	<i>Orthodonthist, 3 kinderen jongste is 1.5 jaar</i>	<i>10 oktober</i>	<i>thuis</i>
<i>Chantal Verbeke</i>	<i>Pensioen, oma van 4 jonge kleinkinderen</i>	<i>12 oktober</i>	<i>thuis</i>

Onderzoeksvragen

Hoofdonderzoeksvraag:

Hoe ervaren ouders van kinderen tussen 1,5 en 2,5 jaar de slaapregressie en welke ondersteuningsbehoeften hebben zij om deze periode beter te hanteren?

Deelvragen:

- 1. Welke specifieke gedragsveranderingen en slaapproblemen merken ouders bij hun kind tijdens de 18-maanden- en 2-jarigen slaapregressie?*
- 2. Welke impact heeft de slaapregressie op het dagelijks leven, welzijn en stressniveau van ouders?*
- 3. Welke strategieën en oplossingen passen ouders momenteel toe om de slaapregressie te beheersen?*
- 4. Welke informatie, hulpmiddelen of ondersteuning zouden ouders nuttig vinden om deze periode gemakkelijker door te komen?*
- 5. Zijn er verschillen in ervaring en copingmechanismen tussen ouders van verschillende leeftijden en gezinsstructuren?*

Overzicht van de discussiegids en tijdsinschatting

<Plaats hier een overzicht van de topics die je zal bespreken met een tijdsaanduiding (zie voorbeeld). Daarbij is het belangrijk

- Deel 1 – Introductie
- Deel 2 – Voorstelling Interviewee
- Deel 3 – thema 1: Ervaring van slaapregressie
- Deel 4 – thema 2: Impact op ouders
- Deel 5 – thema 3: Huidige oplossingen en ondersteuningsbehoeften
- Deel 6 – Wrap-up

Discussiegids

Introductie

Bedankt voor je deelname aan dit onderzoek.

Ik zal starten met het project en mezelf kort voor te stellen.

Ik ben *Felix Vanhoutte* en ik studeer aan de universiteit Gent campus Kortrijk met afstudeerrichting industrieel ingenieur industrieel ontwerpen.

Dit interview kadert zich binnen het opleidingsonderdeel project gebruikgericht ontwerpen waarin we onderzoeken hoe ontwerp en technologie maatschappelijke uitdagingen kunnen verlichten.

We willen begrijpen hoe ouders de slaapregressie van hun kinderen ervaren en welke uitdagingen dit met zich meebrengt. Hun ervaringen helpen ons om oplossingen te ontwerpen die echt aansluiten bij hun noden.

We stellen vragen over de slaapproblemen van het kind, de impact op het dagelijks leven en de strategieën die ouders gebruiken. Ook peilen we naar hoe dit nog beter kan.

De input van ouders geeft ons inzicht in hun behoeften en uitdagingen, zodat we oplossingen kunnen ontwikkelen die praktisch en nuttig zijn in hun dagelijkse leven.

Ik ben erg benieuwd naar jouw inzichten en ervaringen. Er zijn geen juiste of foute antwoorden. Ik ben gebaat bij jouw oprechte feedback rond de topics die we zullen behandelen.

Ik wil zeker nog onderstrepen dat alles wat straks in het gesprek aan bod komt in absolute confidentialiteit behandeld wordt. We zijn als studenten aan de Ugent namelijk gebonden aan de Europese privacy richtlijnen. Voor de synthese met de inzichten en aanbevelingen worden individuele meningen sowieso ook geanonimiseerd. Je naam zal met andere woorden niet gekoppeld worden aan specifieke uitspraken. Een meer gedetailleerde beschrijving van onze intenties, verwerking van gegevens, en algemeen beleid kan je nalezen in de 'Informed Consent'. Voor we van start kunnen met het interview, heb ik jouw expliciet akkoord nodig met dit document.

Ten slotte, had ik je ook graag gevraagd of ik straks dit gesprek mag opnemen met een voice recorder, om ons gesprek te kunnen herbeluisteren wanneer de analyse wordt gemaakt. Uiteraard wordt deze opname niet gedeeld met derden, en verwijderd na afloop van het project. Als u hiermee akkoord gaat, stel ik voordat we het interview beginnen.

-----[invullen informed consent & start recording] -----

Contextuele vragen

Voorstelling Interviewee

Alvorens we in de materie duiken, wil ik graag eerst even kennismaken.

- Kan je kort **jezelf voorstellen** en de organisatie waarvoor je werkt?
 - Waar zet jouw organisatie vooral op in?
- Kan je me iets meer **over je job** vertellen?
 - Hoe zou je je functie omschrijven? En wat houdt je job precies in?
 - Waar ligt voor jou persoonlijk de grootste uitdaging?

Hoofd vragen

In dit project onderzoek ik hoe we ouders kunnen ondersteunen tijdens de slaapregressie van hun jonge kinderen. Wat roept deze uitdaging bij jou op?

- *Hoe zou je slaapregressie bij je kind omschrijven?*
- *Welke typische situaties herken je waarin de regressie zich uit?*
- *Welke impact heeft dit op het gezin of op jezelf als ouder?*
- *Wat is volgens jouw de oorzaak?*

Thema 1 – Slaappatronen & gedragingen (15 min)

- *Hoe verloopt een normale nacht of dutjesperiode tijdens deze regressie?*
 - *Welke gedragsveranderingen merk je bij je kind?*
 - *Welke emoties spelen mee bij je kind en bij jou?*
 - *Zijn er momenten waarop het slapen makkelijker of moeilijker gaat?*
 - *Welke signalen merk je op als je kind onrustig of moe is, maar niet kan slapen?*
-

Thema 2 – Copingstrategieën & routines (15 min)

- *Welke methodes of routines gebruik je om je kind te helpen slapen?*
 - *Wat werkt goed, wat minder goed?*
 - *Hoe belangrijk vind je vaste routines of rituelen?*
 - *Zijn er hulpmiddelen, apps of producten die je al gebruikt of zou willen gebruiken?*
 - *Wat zou je willen van een app*
 - *Hoe zorg je ervoor dat je kind ook zelfstandig kan inslapen?*
-

Thema 3 – Technologie & ondersteuning (15 min)

- *Ken je digitale hulpmiddelen of apps die bij slaap zouden kunnen helpen?*
- *Hoe kan technologie bijdragen aan betere slaap voor je kind of meer rust voor jezelf?*
- *Waar ligt volgens jou de grens tussen ondersteuning en controle?*
- *Wat betekent een “warme” of “mensgerichte” technologie voor jou in deze situatie?*

Wrap-up

Wenst u zelf nog zaken toe te voegen?

De belangrijkste zaken die ik heb geleerd uit dit interview zijn, ...

Heb ik het juist begrepen als ...?

Wat zijn de belangrijkste elementen waarvan u denkt dat ik die het meest zou moeten onthouden?

Bedankt voor uw tijd!