

Interview protocol

Opvoedstress bij ouders met kleine kinderen

Loes Vanmeerbeek, AJ:2025-2026

Project informatie

Projectnaam: Opvoedstress bij ouders met kleine kinderen – Project Gebruiksgericht ontwerpen

Voor het vak Project Gebruiksgericht ontwerpen te Kortrijk dient er een slim product ontworpen te worden die de opvoedstress bij ouders met kleine kinderen verlicht. Dit gaat om een materieel en interactief product. Interviews worden afgenoem om te achterhalen wat de stressfactoren bij de ouders zijn. Hieraan ging er reeds een literatuurstudie vooraf en werden er benchmarks bekeken.

Interviewer: Vanmeerbeek Loes, Student Industrieel Ingenieur Industrieel Ontwerpen

Doelstelling en kadering

Uit literatuuronderzoek blijkt dat jonge ouders opvoedstress ervaren als gevolg van een combinatie van verschillende factoren. Vaak is het niet één grote gebeurtenis, maar juist de opeenstapeling van meerdere kleine voorvallen die tot aanzienlijke stress leidt, naast werkgerelateerde spanningen en maatschappelijke druk op ouderschap. Het doel van deze interviews is om te achterhalen welke kleine stressfactoren ouders in het dagelijks leven ervaren en hoe deze mogelijk verlicht kunnen worden.

'Opvoedstress kan worden gedefinieerd als 'de disbalans tussen de eisen die worden gesteld aan de ouder en de vermogens die de ouder heeft wat betreft de opvoeding en verzorging van het kind'.¹ Deze opvoedstress kan uit onderzoek gelinkt worden aan depressie, angst en vermoeidheid bij de ouders.² Belangrijk is dat deze stress een invloed kan hebben in het ontwikkelen van de sociale vaardigheden van het kind. Deze worden immers ontwikkeld in de jonge levensjaren van het kind.³ Het kan dus zeer waardevol zijn om deze stress te verminderen.

¹ Stolk, L., & Vandiest, D. (jaartal). *Onderzoek over opvoedstress bij pleegouders met kinderen tussen de 0 en 4 jaar oud* (Bachelorthesis, Universiteit Utrecht). Geraadpleegd van <https://studenttheses.uu.nl/bitstream/handle/20.500.12932/931/Bachelorthesis%20Stolk%2c%20L-6289886%20en%20Vandiest%2c%20D-6505481.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

² Fang, Y., Luo, J., Boele, M., Windhorst, D., van Grieken, A., & Raat, H. (2022). *Parent, child, and situational factors associated with parenting stress: A systematic review*. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(6), 1687-1705. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-02027-1>

³ Boer, I. (2020). *Titel van de masterscriptie* (Masterthesis, Universiteit Utrecht). Geraadpleegd van <https://studenttheses.uu.nl/bitstream/handle/20.500.12932/36552/Masterthesis%20Boer%2c%20Ide-5759234.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

De interviews worden afgenumen aan het begin van de discovery-fase van het ontwerpproces bij 3 ouders.

De interviews duren ongeveer 30 minuten en worden afgenumen van 12/10/2025-26/10/2025.

Steekproefomschrijving (N = 3)

pseudonym	respondent type	interview datum	interview locatie	Recruterings methode
Brecht	Leerkracht Lichaamelijke Opvoeding, 2 kinderen (2 jaar, 4 jaar)	14/10/2025	Microsoft teams	Collega moeder
Lena en Pieter	3 kinderen (13 jaar, 12 jaar, 9 jaar)	19/10/2025	3210 Linden, thuisaderdes geïnterviewde	Familie
David en Marijke	2 kinderen (2 jaar, 4 jaar)	25/10/2025	3320 Hoegaarden, Thuisadres geïnterviewde	Kennis van ouders

Methode

De geïnterviewden werden aangeschreven via mail waarin het project kort werd toegelicht. De interviews vonden online of in persoon plaats. Ze werden opgenomen via de Spraak recorder op de telefoon, de geïnterviewden tekenden hiervoor een informed consent (bijlage 1). Later werden ze getranscribeerd en geanalyseerd in het interview rapport.

Tijden het interview werd gebruik gemaakt van een discussiegids, zie onderstaand, die vooraf werd opgesteld. Deze werd opgesteld op basis van het literatuuronderzoek.

Bij de analyse werd er naar gemeenschappelijke stressfactoren gezocht en werden deze tegenover elkaar uitgeschreven.

Naast bovenstaande interviews vonden ook 2 gesprekken plaats met bevriende pedagogen in opleiding. Zij gaven extra inzicht in de pedagogische voordelen van het concept.

Pilot test

Het initieel interview werd getest met mijn moeder (2 kinderen). Naar aanleiding hiervan werden de vragen bijgestuurd.

Onderzoeksvragen

- Welke kleine dagelijkse factoren dragen bij aan de opvoedstress van jonge ouders, en op welke manieren kunnen deze factoren worden verlicht?
 - Hoe ervaren ouders de opeenstapeling van kleine stressmomenten?
 - In welke situaties voelen ouders zich het meest belast?
 - Welke kleine, terugkerende gebeurtenissen dragen bij aan deze stress?
 - Welk effect hebben bestaande producten op hun stressniveau?

Overzicht van de discussiegids en tijdsinschatting

- Deel 1 – Introductie (5')
- Deel 2 – Voorstelling van de geïnterviewde (5')
- Deel 3 – thema 1: Dagstuurctuur (15')
- Deel 4 – thema 2: Reeds bestaande oplossingen (15')
- Deel 5 - thema 3:
- Deel 5 – Wrap-up (5')

Discussiegids

1. Introductie

Bedankt voor je deelname aan dit onderzoek.

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

Ik ben Loes Vanmeerbeek en ik studeer aan de Universiteit Gent campus Kortrijk met afstudeerrichting industrieel ingenieur industrieel ontwerpen.

Voor het vak Project Gebruiksgericht Ontwerpen werken we aan het ontwerp van een slim product dat de opvoedstress bij jonge ouders helpt verminderen. Tijdens dit project leren we hoe we een interactief en materieel product kunnen ontwikkelen dat aansluit bij de noden en ervaringen van jonge ouders.

Met dit interview wil ik graag inzicht krijgen in wat de stressfactoren zijn in het dagelijkse leven, en op welke manieren die eventueel verlicht kunnen worden. Er zijn geen juiste of foute antwoorden — ik ben vooral benieuwd naar uw persoonlijke ervaringen en eerlijke mening.

Alles wat in dit gesprek aan bod komt, wordt volledig vertrouwelijk behandeld. Als student van de UGent ben ik gebonden aan de Europese privacyrichtlijnen (GDPR). In de uiteindelijke analyse en rapportage worden alle antwoorden geanonimiseerd, zodat uw naam niet gekoppeld wordt aan specifieke uitspraken.

Meer informatie over het doel van het onderzoek, de verwerking van gegevens en ons privacybeleid vind je in het document 'Informed Consent'. Voor we van start gaan, heb ik graag uw expliciete akkoord met dit document.

Tot slot wil ik vragen of ik dit gesprek mag opnemen met een voice recorder. Die opname dient enkel om het gesprek later correct te kunnen analyseren, wordt niet gedeeld met derden,

en wordt verwijderd na afloop van het project.
Als u hiermee akkoord gaat, kunnen we daarna meteen met het interview beginnen.

Bedankt dat u wil deelnemen aan dit onderzoek.

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

Contextuele vragen

2. Voorstelling geinterviewde

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

- Hoelang bent u al ouder?
- Hoeveel kinderen heeft u?
- Hoe oud zijn de kinderen nu?
- Kan u het verloop van een doordeweekse dag beschrijven?
- Krijgt u veel hulp van vrienden en familie?
- Ervaart u in de loop van de dag spanning/stress? Treedt er ook thuis spanning / stress op?

3. Hoofdvragen

In dit gebruikersgericht onderzoek wil ik inzetten op de uitdaging "Hoe kunnen we de opvoedstress bij ouders verlichten?". De specifieke situatie en onderzoeksvraag daarbij luidt: "Welke kleine dagelijkse factoren dragen bij aan de opvoedstress van jonge ouders, en op welke manieren kunnen deze factoren worden verlicht?". We hebben daar al met verschillende mensen over gepraat, maar ik wil graag eerst een stapje terugzetten en kijken wat dit voor jou betekent.

- Wat verstaat u onder opvoedstress?
- Als u deze ervaart, hoe ervaart u dit?
- Als u deze stress ervaart, wanneer is deze dan aanwezig?
- Zijn er situaties waar u dagelijks tegen aanloopt?
- Zo ja: Welke? Wat is hier de oorzaak van?
- Zijn sommige stressmomenten volgens u groter of belangrijker dan andere?
- Zijn er nog zaken die bijdragen aan de stress die u ervaart?

4. Thema 1 : Dagstructuur

- Heeft u elke dag een vaste routine met uw kinderen?
- Zo ja: Welke? Loopt dit soms fout?
- Worden deze routines soms verstoord?
- Door welke factoren komt dit?
- Moeten uw kinderen huishoudelijke taken uitvoeren zoals speelgoed opruimen, zich uitkleden?
- Zo ja: Welke? Loopt dit soms fout?
- Loopt het vaak fout? Wat is volgens u de oorzaak?

5. Thema 2: Reeds bestaande oplossingen

- Heeft u zelf al stappen ondernomen om deze oorzaak te verminderen?
- Zo ja: welke?
- Waarom werken deze wel /niet?
- Heeft u kennis van andere bestaande oplossingen?
- Zo ja: welke? Waarom maakt u hier geen gebruik van?
- Als u zelf zou mogen dromen van een ideale oplossing, zonder limieten, wat zou deze dan zijn?

6. Thema 3: Gebruik van fopspenen bij kinderen

- Heeft uw kind een fopspeen?
- Zo ja: wanneer gebruikt uw kind dit meestal?
- Gebruikt uw kind dit vaak?
- Heeft u al geprobeerd de tut weg te nemen of het gebruik te beperken?
Zo ja: Hoe probeert u dit aan te pakken?
Zo nee: Hoe denkt u dit in de toekomst aan te pakken?
- Heeft u kennis van hoe andere ouders dit aanpakken?
- Hoe reageerde uw kind daarop? Waarom?
- Wat zou het makkelijker maken om de tut af te leren?

7. Wrap-up

We zijn aan het einde gekomen van dit interview. 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?

Heel erg bedankt voor uwe tijd en openheid tijdens dit gesprek.
Uw inzichten en ervaringen zijn ontzettend waardevol voor mijn onderzoek en zullen helpen om een product te ontwerpen dat écht inspeelt op de noden van jonge ouders. Zoals vermeld blijven alle gegevens volledig vertrouwelijk en worden de opnames enkel gebruikt voor de analyse binnen dit project.
Nogmaals dank om hieraan te willen meewerken — uw bijdrage maakt een groot verschil.

Bijlage 1: Informed consent

INFORMATIE- EN

TOESTEMMINGSFORMULIER

Doelpubliek: volwassenen vrijwilligers

Anonieme dataverzameling: Er wordt een anonieme opname gemaakt en geen persoonsgegevens verzameld

Taal: Nederlands

LUIK 1 – INFORMATIEBRIEF VOOR DEELNEMERS AAN HET INTERVIEW

Titel van het interview: Opvoedstress bij jonge ouders

Dit is een interview dat wordt uitgevoerd door een student die een opleiding volgt aan de Universiteit Gent, Industrieel ingenieur industrieel ontwerpen. Dit gebeurt binnen het vak Basis Industrieel Ontwerpen (E610060). De verantwoordelijke lesgever is:

Bastiaan Baccarne

Professor Human-centered design

Universiteit Gent

E-mail: Bastiaan.baccarne@ugent.be

A. Informatie over het interview

Beste,

U wordt uitgenodigd om deel te nemen aan een interview dat kadert binnen de opleiding Industrieel Ingenieur Industrieel Ontwerpen, vak Project gebruiksgericht ontwerpen aan de Universiteit Gent campus Kortrijk. Neem voldoende tijd om deze informatiebrief aandachtig te lezen voor u beslist deel te nemen aan dit interview. Aarzel niet om vragen te stellen aan de student-onderzoeker als er onduidelijkheden zijn of indien u bijkomende informatie wenst. Zorg ervoor dat je alles begrijpt. Eens u beslist heeft om deel te nemen aan het interview zal men u vragen om het toestemmingsformulier achteraan deze bundel te ondertekenen.

Wat is het doel van het interview?

Het hoofddoel van deze studie is om inzicht te verwerven in opvoedstress bij jonge ouders. Centraal staat de onderzoeks vraag “Welke kleine dagelijkse factoren dragen bij aan de opvoedstress van jonge ouders, en op welke manieren kunnen deze factoren worden verlicht?”.

Dit interview heeft als doel meer informatie te verwerven in wat specifiek de factoren zijn bij ouders die voor een verhoogd stressniveau zorgen. Dit interview zal ongeveer 30-45 minuten duren.

Informatie over Privacy en Persoonsgegevens

In deze studie worden geen persoonsgegevens verzameld. Alle gegevens die worden verzameld zijn van bij aanvang anoniem. Dit betekent dat wij noch andere personen je identiteit kunnen afleiden uit de verzamelde gegevens of deze gegevens kunnen koppelen aan uw identiteit. De data die gebruikt worden zijn geluidsopnames en foto's.

B. Informatie over deelname aan het interview

Wat houdt deelnemen aan dit interview in?

De deelname aan dit interview is volledig vrijwillig en er kan op geen enkele manier sprake zijn van dwang. U kunt weigeren om deel te nemen aan het interview en u kunt zich op elk ogenblik terugtrekken uit het interview zonder dat u hiervoor een reden moet opgeven.

LUIK 2 – TOESTEMMINGSFORMULIER

A. Toestemming m.b.t. deelname aan het interview

Gelieve het juiste vakje aan te kruisen	ja	nee
Ik neem vrijwillig deel aan dit interview en geef toestemming aan de student-onderzoeker om mijn gegevens anoniem te verwerken, ze te bewaren, te analyseren en er over te rapporteren.	o	o
Ik weet dat ik me op elk ogenblik uit het interview mag terugtrekken zonder een reden voor deze beslissing op te geven.	o	o
Ik heb het informatieformulier gelezen en heb voldoende uitleg gekregen over de aard, het doel en de duur van het interview. Ik kreeg de gelegenheid om vragen te stellen en ik heb op al mijn vragen een bevredigend antwoord gekregen.	o	o

Naam deelnemer	Naam onderzoeker
Datum:	Datum:
Handtekening	Handtekening