

Literatuuronderzoek protocol

Opvoedstress bij ouders met kleine kinderen (2-6 jaar)

Loes Vanmeerbeek, AJ:2025-2026

Inleiding en doelstelling

Met dit literatuuronderzoek wilde ik een dieper inzicht verkrijgen in wat opvoedstress precies inhoudt en welke effecten dit heeft op het gezinsleven. Daarnaast was het doel om te achterhalen welke factoren ouders globaal als stressvol ervaren in hun dagelijkse opvoedpraktijk.

Specifiek werd de doelgroep afgebakend tot ouders van jonge kinderen tussen de 2 en 6 jaar oud.

Na de resultaten uit de interviews werd besloten om een diepere kijk te nemen in het fopspeengebruik en diens effecten, aangezien al de geïnterviewden aangaven dat het afnemen van de fopspeen een emotionele periode was.

De bronnen werden verzameld van 12/10/2025-21/10/2025.

Onderzoeks vragen

Iteratie 1:

- Wat houdt opvoedstress in?
- Welke effecten heeft opvoedstress op het gezinsleven?
- Welke kleine dagelijkse factoren dragen bij aan de opvoedstress van jonge ouders, en op welke manieren kunnen deze factoren worden verlicht?

Iteratie 2:

- Welke emotionele waarde heeft een fopspeen voor bij een kind?
- Wanneer wordt een fopspeen gebruikt?
- Wat zijn de effecten van langdurig gebruik van een fopspeen?
- Wat zijn hulpmiddelen om het gebruik van een fopspeen af te leren?
- Wat zijn de effecten bij een kind wanneer de fopspeen weg moet?

Methode van literatuuronderzoek

Iteratie 1:

Als eerste stap worden op Microsoft Edge nieuwsartikelen, websites gezocht die rapporteren over het fenomeen van opvoedstress. Zoektermen hierbij zijn: ‘opvoedstress artikels’, ‘opvoedstress bij ouders’, ‘effecten opvoedstress’, ‘factoren opvoedstress’.

Vervolgens werden wetenschappelijke onderzoeken opgezocht die een dieper inzicht geven in wat de effecten zijn van opvoedstress. Hiervoor werd google scholar gebruikt. Zoektermen hierbij zijn:

'opvoedstress', 'stressfactoren ouders', 'opvoedstress oorzaak'. Hieruit werden de meest relevante studies voor het project geselecteerd en geraadpleegd.

Door het raadplegen en selecteren van deze bronnen werd dieper inzicht verkregen in wat opvoedstress inhoudt en diens effecten. Maar er kwam echter onvoldoende informatie voort over de specifieke stressfactoren thuis. Daarom werd de vraag in de site Consensus gesteld. 'Ouders ervaren opvoedstress door een opsomming van factoren, dit gaat over maatschappelijke druk maar ook stress op het werk. Maar welke factoren thuis zorgen voor stress bij ouders? Bv. opruimen, verstoring van routines, planning,..'

Alle bronnen werden geraadpleegd en hierin werden secties relevant voor dit onderzoek aangeduid. Vervolgens werden deze secties tegen over elkaar uitgezet en werden gelijkenissen gezocht. Deze vergelijkingen werden gebruikt om de onderzoeks vragen te beantwoorden.

Iteratie 2:

Als eerste stap word wederom op Microsoft Edge websites en nieuwsartikelen gezocht die rapporteren over tutgebruik van jonge kinderen en diens effecten. De prompts hierbij zijn: 'tutgebruik bij kinderen', 'effecten tut'.

Alle bronnen werden geraadpleegd en hierin werden secties relevant voor dit onderzoek aangeduid. Vervolgens werden deze secties tegen over elkaar uitgezet en werden gelijkenissen gezocht. Deze vergelijkingen werden gebruikt om de onderzoeks vragen te beantwoorden.

De beantwoorde onderzoeks vragen voor beide iteraties zijn terug te vinden in het literatuur onderzoek protocol.

Overzicht geraadpleegde bronnen

1e iteratie

- Crnic, K. A., & Greenberg, M. T. (1990). *Minor parenting stresses with young children*. *Child Development*, 61(5), 1628–1637.
<https://doi.org/10.2307/1130770>
- Deater-Deckard, K., & Scarr, S. (1996). *Parent, child, and situational factors associated with parenting stress: A systematic review*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 37(8), 1313–1333. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1996.tb01612.x>
- De Boer, I. (2020). *Masterthesis Boer, Ide-5759234* [Ongepubliceerde masterproef]. [Masterthesis Boer, Ide-5759234.pdf](#)
- Joyfromjoyce. (2025, 29 september). *Kleine gewoontes die rust geven in drukke gezinnen*. Geraadpleegd op 18 oktober 2025, van <https://www.joyfromjoyce.nl/kleine-gewoontes-die-rust-geven-in-drukke-gezinnen/>
- Kind en Gezin. (z.d.). *Wat doet stress met mij en mijn kind?* Geraadpleegd op 18 oktober 2025, van <https://www.kindengezin.be>
- Ouden, B. D., Marjolein Verhoeven, & Inge Wissink. (2023). *pse, ouder-oorzakelijke attributies en harde discipline*. [Master thesis, Universiteit van Utrecht]. <https://studenttheses.uu.nl/bitstream/handle/20.500.12932/45416/Fi>

- nal%20version_Thesis_Bo%20den%20Ouden_1171437%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Struik, M. S. (2021). *Opvoedstress bij moeders bij het opvoeden van jongens en meisjes die externaliserend gedrag vertonen in de peuterleeftijd* (Door M. Verhoeven; C. Portengen, Red.) [Master thesis, Universiteit van Utrecht]. <https://studenttheses.uu.nl/bitstream/handle/20.500.12932/40980/Masterthesis%20Struik%2c%20M-6269257.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 - Stolk, L., & Vandiest, D. (2019). *opvoedstress bij pleegouders met jonge kinderen* (Door Ruben van Esch & Isabelle Dielwart). [Bachelor thesis, Universiteit van Utrecht]. <https://studenttheses.uu.nl/bitstream/handle/20.500.12932/931/Bachelorthesis%20Stolk%2c%20L-6289886%20en%20Vandiest%2c%20D-6505481.pdf?sequence=1>
 - VRT NWS. (2024, 2 februari). *Kind en Gezin helpt ouders omgaan met “opvoedstress.”* Geraadpleegd op 18 oktober 2025, van <https://www.vrt.be/vrtnws>
 - *Wat zijn de grootste uitdagingen bij opvoedstress?* (z.d.). Comon. <https://www.comon.gent/nieuws/wat-zijn-de-grootste-uitdagingen-bij-opvoedstress>

2^e iteratie

- 24baby.be. (z.d.). *Tutje: wat zijn de voor- en nadelen voor je baby?* Geraadpleegd op [22 oktober 2025], van <https://www.24baby.be/baby/babyspullen/tut/>
- Blabloom. (z.d.). *Vanaf wanneer en tot wanneer mag mijn baby een tutje en welke fopspeen kies ik best?* Geraadpleegd op [22 oktober 2025], van <https://www.blabloom.com/nl/blog/algemeen/vanaf-wanneer-en-tot-wanneer-mag-mijn-baby-een-tutje-en-welke-fopspeen-kies-ik-best>
- Conrad Electronic. (z.d.). *Reiniging met UV-C desinfectie.* Geraadpleegd op [25 oktober 2025],, van <https://www.conrad.nl/nl/inspiratie/installatiertechniek/reiniging-met-uvc-desinfectie.html>
- Consumentenbond. (z.d.). *Fopspeen, speen of tut: advies over het gebruik.* Geraadpleegd op [22 oktober 2025], van <https://www.consumentenbond.nl/veilig-slapen/fopspeen>
- De Opvoedcoach. (z.d.). *Afscheid van het tutje – De Opvoedcoach.* Geraadpleegd op [22 oktober 2025], van [Afscheid van het tutje – De Opvoedcoach](https://www.opvoedcoach.be/afscheid-van-het-tutje)
- De Roze Doos. (2023, 8 september). *Hoe je kind laten stoppen met het tutje?* Geraadpleegd op [22 oktober 2025], van <https://www.derozedoos.be/nl/baby/groei-van-de-baby/ontwikkeling-van-het-kind/hoe-je-kind-laten-stoppen-met-het-tutje>
- Gezinsbond. (z.d.). *Stoppen met het tutje: Tips voor een makkelijker afscheid.* Geraadpleegd op [22 oktober 2025], van <https://www.gezinsbond.be/inspiratie-advies/stoppen-met-het-tutje-tips-voor-een-makkelijker-afscheid>

- Gezondheid.be. (2023, 2 mei). *De impact van een tutje op het gebit van je kindje*. Geraadpleegd op [22 oktober 2025], van <https://www.gezondheid.be/artikel/baby/de-impact-van-een-tutje-op-het-gebit-van-je-kindje-35175>
- Happybabycoach. (z.d.). *Wanneer stop je best met het tutje/speentje?* Geraadpleegd op [22 oktober 2025], van [[Wanneer stop je best met het tutje/speentje? - Happybabycoach](#)]
- Libelle Mama. (z.d.). *Hoe help je je kind van zijn tutje af?* Geraadpleegd op [22 oktober 2025], van [Hoe help je je kind van zijn tutje af? - Libelle Mama](#)
- Nûby. (z.d.). *Fopspenen: de voor- en nadelen van het tutje en hoe je kind er weer van afraakt.* Geraadpleegd op [22 oktober 2025], van <https://nubyclub.com/nl/blog/fopspeen-tutje-voordelen-nadelen>
- Onbekend. (z.d.). *Waarom een tutjesboom.* Geraadpleegd op [22 oktober 2025], van [[Waarom een tutjesboom](#)]