

Stress in de kinderopvang?

Sanne de Vet

Samenvatting

Kinderopvang in kinderdagverblijven is een populaire vorm van opvang buitenshuis voor werkende gezinnen met jonge kinderen, ook in Nederland. Verschillende empirische studies hebben laten zien dat kinderen gemiddeld meer stress ervaren op het kinderdagverblijf dan thuis. Onderzoek naar specifiek baby's, de periode rondom de start in de kinderopvang en de beleving van ouders is echter nog schaars. Voor mijn proefschrift 'Settling in' heb ik daarom onderzoek gedaan naar deze onderwerpen. Samenvattend lieten de resultaten

zien dat een aanzienlijk deel van de kinderen en ouders stress ervaart rond de (her)start in de kinderopvang en kinderen ook nog geruime tijd na de start stress ervaren, onafhankelijk van de kwaliteit van de kinderopvang. Verder zijn er meerdere ouder- (bijv. verlatingsangst) en kindfactoren (bijv. leeftijd) gevonden die variaties in deze stress kunnen verklaren. Ten slotte was een eerste evaluatie van een videofeedbackinterventie positief om de start voor baby's en ouders in de kinderopvang te vergemakkelijken, maar de effectiviteit dient nog vastgesteld te worden.

In Nederland brengen zo'n 350.000 jonge kinderen een aanzienlijk deel van hun eerste levensjaren door op een kinderdagverblijf (Rijksoverheid, 2021). Alhoewel de algemene kwaliteit van de

Nederlandse kinderopvang in orde is (Slot et al., 2019), zijn er aanwijzingen dat kinderen over het algemeen meer stress ervaren op de kinderopvang dan thuis (Groeneveld et al., 2010). Over het waarom hiervan is door onderzoekers nog geen consensus bereikt, maar wel zijn er enkele factoren die variaties in stress op de kinderopvang mogelijk kunnen verklaren. Studies naar specifiek baby's, de periode rondom de start in de kinderopvang en de beleving van ouders zijn echter schaars. Voor mijn proefschrift 'Settling in' heb ik daarom samen met collega's onderzoek gedaan naar stress bij jonge kinderen - met speciale

Er zijn aanwijzingen dat kinderen over het algemeen meer stress ervaren op de kinderopvang dan thuis

aandacht voor baby's - en hun ouders tijdens en na de start op het kinderdagverblijf. Voor het Tijdschrift voor Orthopedagogiek doe ik graag verslag van onze belangrijkste bevindingen.

Opzet van de studies

In mijn proefschrift zijn meerdere onderzoeksprojecten opgenomen. Allereerst hebben we een meta-analyse uitgevoerd naar het cortisolniveau van jonge kinderen (0 - 4 jaar) op de kinderopvang versus thuis. Een meta-analyse is een gebruikelijke statistische analyse waarbij de resultaten van eerdere studies gecombineerd worden om sterkere conclusies te kunnen trekken. Hiernaast hebben we een longitudinale interventiestudie opgezet, waarbij baby's onder de 6 maanden en hun primaire opvoeder zijn gevolgd vanaf een paar weken voor de start op het kinderdagverblijf tot ongeveer tien maanden na de start. Gedurende deze periode zijn verschillende bezoeken afgelegd, zowel bij gezinnen thuis als op het kinderdagverblijf. Op die plekken hebben we observaties verricht en ouders en pedagogisch medewerkers gevraagd om 's ochtends en 's middags speeksel te verzamelen bij de baby (voor het meten van cortisol, zie kader 1) en verschillende vragenlijsten in te vullen. In het schema is een overzicht te zien van dit onderzoeksproject.

Halverwege het onderzoek heeft een willekeurig deel van de deelnemers een videofeedbackinterventie ontvangen (zie kader 2); de andere deelnemers ontvingen telefoongesprekken zonder adviezen. Vanwege de coronapandemie hebben we het project helaas eerder moeten afbreken, waardoor in totaal 32 trio's (bestaande uit baby,

Kader 1 Het stresshormoon cortisol

In de volksmond wordt het hormoon cortisol ook wel het stresshormoon genoemd en dat is niet zonder reden (Tryphonopoulos et al., 2014). Cortisol wordt echter ook geproduceerd bij de afwezigheid van stress en is nodig voor het normaal functioneren van het lichaam. Cortisol wordt aangemaakt in de bijnieren en de productie ervan volgt een dagelijkse curve: 's ochtends bij het opstaan is het cortisolniveau op zijn hoogst en gedurende de dag neemt het langzaam weer af. Als iemand stress ervaart, wordt er extra cortisol aangemaakt. Een afwijking van de dagelijkse curve duidt dus hoogstwaarschijnlijk op het ervaren van stress. Cortisol is te meten in allerlei lichaamsvloeistoffen, maar het meest gebruikelijk is het om cortisol te meten in speeksel. Alhoewel verhoogde cortisolniveaus niet meteen onwenselijk zijn en in bepaalde gevallen ook een positieve impuls kunnen geven aan de ontwikkeling, kunnen herhaalde of langdurige verhogingen wel degelijk negatieve gevolgen hebben voor allerlei processen in het lichaam en de hersenen. Om deze reden is het belangrijk om onderzoek te doen naar cortisol, zeker bij jonge kinderen, die nog volop in ontwikkeling zijn en daardoor waarschijnlijk de meeste gevolgen ondervinden van herhaalde en langdurige cortisolverhogingen.



Schema 1. Overzicht onderzoeksproject

Kader 2 Video-feedback Intervention to Promote Positive Parenting – Transition to Infant Child Care (VIPP-TICC)

De VIPP-TICC (Vrijhof et al., 2017) is een module van de VIPP (Juffer et al., 2008), een kortdurende interventie voor (professionele) opvoeders met als doel het verbeteren van de opvoeder-kindrelatie of pedagogisch medewerker-kindrelatie via het verhogen van de sensitiviteit van de (professionele) opvoeder. Sensitiviteit wordt gedefinieerd als het accuraat opmerken, interpreteren en vervolgens tijdig en adequaat reageren op de signalen van het kind (Ainsworth et al., 1978). Een extra doel van de VIPP-TICC is het verminderen van stress bij baby's en ouders rond de start in de kinderopvang. De VIPP-TICC bestaat uit zes gestructureerde bezoeken van ongeveer anderhalf uur die plaatsvinden op het kinderdagverblijf. Tijdens deze bezoeken maakt de ondersteuner video-opnames van interacties tussen de pedagogisch medewerker en de baby. Deze opnames worden tijdens het volgende bezoek bekeken en besproken. De interacties kunnen variëren van spelsituaties tot verzorgingsmomenten, waarvan sommige mogelijk lichte stress oproepen bij de baby, zoals het verschonen van de luier. Een innovatief aspect van de VIPP-TICC is dat de ouder uitgenodigd wordt voor het eerste bezoek, waarbij een video-opname van de interactie tussen ouder en kind wordt bekeken en er vragen over routines thuis worden gesteld. Tijdens het bekijken van de videobeelden geeft de ondersteuner steeds gepersonaliseerde en positieve feedback op wat er gebeurt op de videobeelden. Omdat vooral baby's nog sterk afhankelijk zijn van de hulp van gehechtheidsfiguren bij het reguleren van hun emoties (National Institute of Child Health and Human Development, 2006), verwachtten we dat de VIPP-TICC, via het verhogen van de sensitiviteit van de pedagogisch medewerkers, zou kunnen bijdragen aan het verminderen van stress bij zowel baby's als ouders. Zie tabel 1 voor een overzicht van de thema's per bezoek van de VIPP en de aanvullende thema's van de VIPP-TICC.

moeder en primaire pedagogisch medewerker) de eerste twee bezoeken (voormetingen) hebben afgerond en 11 van hen alle bezoeken (inclusief interventie en nametingen) hebben afgerond. Dit relatief lage respondentenaantal maakt dat de resultaten met voorzichtigheid geïnterpreteerd dienen te worden. Het derde onderzoeksproject ten slotte betrof een online vragenlijststudie naar de ervaringen van opnieuw geworven jonge kinderen (0 - 4 jaar) en hun ouders tijdens de eerste twee weken na de heropening van de kinderdagverblijven, na de eerste nationale lockdown in het voorjaar van 2020. De grootschalige sluiting van de kinderdagverblijven was uiteraard onverwacht en ongewenst, maar bood ons wel de mogelijkheid om een vergelijkbaar wenproces (in dit geval na een herstart) te bestuderen.

Stress bij jonge kinderen op het kinderdagverblijf

Zoals we verwachtten, liet de meta-analyse zien dat kinderen hogere cortisolniveaus in de middag produceren wanneer ze op het kinderdagverblijf zijn dan wanneer ze thuis zijn. Dit verschil werd niet gevonden voor cortisolniveaus in de ochtend. Hiernaast vond er thuis gemiddeld een cortisolafname over de dag plaats, terwijl het cortisolniveau op de kinderopvang gedurende de dag gemiddeld

Het cortisolniveau op de kinderopvang nam gedurende de dag gemiddeld gezien toe

Het verschil in cortisolpatroon werd alleen gevonden bij oudere kinderen (peuters/kleuters)

gezien toenam. Het verschil in cortisolpatroon op de kinderopvang versus thuis werd echter alleen gevonden voor studies met oudere kinderen (in de peuter- tot kleuterleeftijd) en niet voor studies met jongere kinderen (in de baby- tot peuterleeftijd). Wellicht is de kinderopvang het meest stressvol voor peuters, aangezien zij nog niet de sociale en verbale vaardigheden beheersen die nodig zijn voor interacties met leeftijdsgenootjes, terwijl kleuters deze al meer onder de knie hebben en baby's nog niet veel omgang hebben met andere kinderen (Vermeer & Groeneveld, 2017). Mogelijke algemene verklaringen voor meer stress op het kinderdagverblijf ten opzichte van thuis zijn onder andere de scheiding van ouders en overprikkeling (Vermeer & Groeneveld, 2017). De gevonden effecten waren van gemiddelde sterkte en werden in een krappe meerderheid van de studies gevonden. Verder bleek meer uren doorbrengen op het kinderdagverblijf samen te hangen met een toenemend cortisolpatroon over de dag op

de kinderopvang, maar dit effect was klein. Toch is het aan te bevelen om ouders erop te attenderen dat er wellicht voordelen voor het kind zitten aan parttime kinderopvang of kinderopvang van halve dagen. Tegen de verwachting in hebben we ten slotte niet gevonden dat temperament van het kind, groepsgrootte en de kwaliteit van de kinderopvang samenhang met de cortisolniveaus van kinderen. Een mogelijke verklaring voor de afwezigheid van een relatie met kwaliteit is dat er vooral kinderdagverblijven van gemiddelde tot hoge kwaliteit deelnamen aan de studies.

Speciale aandacht voor baby's en de rol van ouders

De baby's in onze empirische studie ervoeren ook meer stress op het kinderdagverblijf dan thuis, dit keer in zowel de ochtend als de middag, maar de verschillen tussen de settings waren niet groot. Hiernaast bleek er gemiddeld genomen geen verschil te zijn in het cortisolpatroon over de dag: zowel thuis als op het kinderdagverblijf lieten de baby's een 'normaal' patroon zien (een afname over de dag). De variatie tussen baby's was wel groot; er waren ook baby's die een toename in cortisolniveau lieten zien op het kinderdagverblijf. De baby's die meer stress ervoeren op het kinderdagverblijf hadden moeders die verwachtten meer angst en zorgen te ervaren wanneer hun baby

	VIPP-thema's	Aanvullende TICC-thema's
Bezoek 1		De baby en de thuissituatie leren kennen
Bezoek 2	Exploratie versus gehechtheidsgedrag	Wennen aan een nieuwe omgeving
Bezoek 3	Spreken voor de baby	Individuele aandacht geven aan de baby binnen de groepssetting
Bezoek 4	Sensitiviteitsketen	Het belang van afleiden, aankondigen en routines
Bezoek 5	Het delen van emoties	Troosttechnieken
Bezoek 6	Boostersessie	Boostersessie

Tabel 1. Overzicht van de bezoeken en thema's van de VIPP en VIPP-TICC

Baby's laten zowel thuis als op de opvang een 'normaal' patroon zien (een afname over de dag)

naar het kinderdagverblijf zou gaan en moeders die in hun gedrag wat minder goed afgestemd waren op de signalen van hun baby. Ten slotte was voor baby's die hoger scoorden op negatieve emotionaaliteit de kans groter dat ze een afnemend cortisolniveau over de dag lieten zien. Mogelijk anticiperen pedagogisch medewerkers met name rond de start op stress bij baby's die meer prikkelbaar zijn, waardoor deze baby's hun stress vervolgens makkelijker kunnen reguleren (Ahnert & Lamb, 2003). Alle relaties waren van kleine tot gemiddelde sterkte.

Wenperiode in de kinderopvang

De studie naar de wenperiode na de sluiting van twee maanden als gevolg van de coronapandemie leverde meer kennis op over voorspellers van stress bij zowel jonge kinderen als hun ouders. Een aanzienlijk deel (ongeveer één derde) van de in totaal 694 ondervraagde ouders en kinderen bleek stress te ervaren rondom de terugkeer van het kind naar het kinderdagverblijf. We vonden daarbij dat ouders meer stress rapporteerden bij de volgende kinderen: kinderen met angstigere ouders, jongere kinderen, kinderen die minder uur per week naar het kinderdagverblijf gingen na de sluiting, kinderen die minder stress ervoeren tijdens de sluiting en kinderen uit een eenoudergezin. Opvallend

Voornamelijk jongere kinderen zijn gebaat bij extra aandacht tijdens de (her)start op de opvang

was dat het aantal maanden dat kinderen ervaring hadden in de kinderopvang voor de sluiting niet samenhang met meer stress en dit het verband met leeftijd dus niet kon verklaren. Ouders die meer stress ervoeren rondom de terugkeer rapporteerden ook meer verlatingsangst en pandemiegerelateerde angst, minder stress tijdens de sluiting en ten slotte ervoeren moeders meer stress dan vaders. Stress van ouder en kind rondom de terugkeer hingen samen. De sterkte van de relaties was klein tot gemiddeld.

Voornamelijk jongere kinderen zullen dus gebaat zijn bij extra aandacht tijdens de (her)start op het kinderdagverblijf. Daarbij kan het tijdens de (her)start mogelijk helpen voor kinderen om wat meer uren op het kinderdagverblijf door te brengen. Transitieperiodes op het kinderdagverblijf blijken kortom een op zichzelf staande periode te zijn met unieke voorspellers van stress.

Videofeedbackinterventie tijdens de start

Vanwege de kleine steekproef hebben we helaas niet kunnen toetsen of de interventie daadwerkelijk effectief was in het verhogen van de sensitiviteit van de pedagogisch medewerkers, het welbevinden van de baby's en het bevorderen van het gehechtheidsgedrag van de baby's naar de pedagogisch medewerkers. We vonden hiervoor ook geen eerste aanwijzingen. Wel werden de praktische aspecten (het aantal en de duur van de bezoeken), de inhoud en het nut van de videotraining door pedagogisch medewerkers en moeders positief geëvalueerd, net als de omgang met de ondersteuner. Ook werd gevonden dat het eerste bezoek waarbij de pedagogisch medewerker en ouder samen videobeelden van thuis bekijken en vragen bespreken mogelijk kan bijdragen aan het verminderen van angst en zorgen bij ouders en het vergroten van hun tevredenheid over de kwaliteit van de geboden zorg aan hun baby op het kinderdagverblijf. Gezien de kleine groep is meer onderzoek echter noodzakelijk om sterkere conclusies over de haalbaarheid en met

Het lijkt zinvol om voor de start van (jonge) kinderen met ouders in gesprek te gaan over routines

name de effectiviteit van de interventie in haar geheel en het eerste bezoek in het bijzonder te kunnen trekken.

Het lijkt vooralsnog zinvol om voor de start van (jonge) kinderen op het kinderdagverblijf met ouders in gesprek te gaan over routines thuis en de gevoelens van ouders ten opzichte van de start van hun kind. Dit kan bijvoorbeeld tijdens een uitgebreide intake en eventueel met behulp van videobeelden of een vragenlijst. Mogelijk helpt dit om eventuele angst en zorgen bij ouders (deels) weg te nemen en zorgt dit voor een prettigere start voor zowel ouders als kind. Pedagogisch coaches of pedagogisch medewerkers zouden getraind kunnen worden in het voeren van zo'n gesprek. Aan dit onderzoek deden alleen moeders mee, maar het is een goed idee om ook vaders bij dit gesprek te betrekken. Zo'n gesprek kan ook gevoerd worden als kinderen na een langere periode van afwezigheid weer terugkeren naar het kinderdagverblijf of starten op een nieuwe groep.

Aanbevelingen voor de toekomst

Voor vervolgonderzoek is het nuttig om de langetermijneffecten van verhoogde cortisolniveaus op de kinderopvang verder in kaart te brengen, zodat

Het is belangrijk dat er meer tijd en aandacht komt voor de wenperiode van jonge kinderen

we beter in kunnen schatten of en wanneer deze nadelig zijn voor de ontwikkeling van kinderen. Hierbij dient echter wel opgemerkt te worden dat de kinderopvang ook meerdere positieve effecten op kinderen kan hebben, zoals bleek uit eerder grootschalig onderzoek (National Institute of Child Health and Human Development, 2006). Voor de praktijk is het belangrijk dat er meer tijd en aandacht komt voor de wenperiode van jonge kinderen op het kinderdagverblijf en zeker ook meer begeleiding voor hun ouders. Een implicatie voor beleid ten slotte is het openen van de discussie over langer ouderschapsverlof in Nederland voor zowel moeders als vaders. Als dit wordt gerealiseerd, hebben ouders meer keuzevrijheid in het maken van beslissingen met betrekking tot de zorg voor hun jonge kind. Zeker tot aan het moment dat dit mogelijk wordt, is het belangrijk voor de Nederlandse overheid om te (blijven) investeren in voldoende beschikbare en toegankelijke kinderopvang van hoge kwaliteit, met speciale aandacht voor de opvang van de allerjongsten.

Over de auteur



Sanne M. de Vet MSc

(s.m.de.vet@fsw.leidenuniv.nl)

is als promovenda werkzaam bij de programmagroep Opvoeding & Ontwikkeling van het Instituut Pedagogische Wetenschappen aan de Universiteit Leiden.

**Geraadpleegde literatuur kunt u vinden op:
www.tijdschriftvoororthopedagogiek.nl**