



Foto: Martine Sprangers

Investering in training weegt op tegen kosten probleemgedrag

## Oudertraining Incredible Years effectief bij gedragsprobleem jong kind

Door Patty Leijten, Maartje A.J. Raaijmakers, Bram Orobio de Castro, Jocelyne A.

Posthumus en Walter Matthys

---

**De oudercursus Incredible Years leert ouders vaardigheden voor het omgaan met opstandig en agressief gedrag bij jonge kinderen, om probleemgedrag te voorkomen of verminderen. Uit een eerste onderzoek in Nederland bleek dat Incredible Years als preventieve interventie het opvoedgedrag van deelnemende ouders verbetert en het probleemgedrag van kinderen vermindert. Bovendien is Incredible Years kosteneffectief: de kosten van deelname wegen ruim op tegen kosten die het probleemgedrag met zich meebrengt. Inmiddels loopt een onderzoek naar Incredible Years als behandeling bij gezinnen met een lager opleidingsniveau en gezinnen met een niet-westerse migratieachtergrond.**

Gedragsproblemen komen vaak voor bij jonge kinderen. Bij de meeste kinderen nemen de problemen af als ze ouder worden. Er is echter een kleine groep kinderen bij wie een hoog niveau van gedragsproblemen aanhoudt (Tremblay en anderen, 2004). Deze kinderen hebben een verhoogd risico op het ontstaan van een oppositiekonformistisch gedragsstoornis (Oppositional Defiant Disorder, ODD) of een antisociale gedragsstoornis (Conduct Disorder, CD).

Gedragsstoornissen gaan vaak gepaard met andere ontwikkelingsproblemen, zoals achterblijvende schoolprestaties en sociale isolatie in de kinderleeftijd, middelenmisbruik en delinquentie in de adolescentie, en relatieproblemen en werkloosheid in de volwassenheid

(Loeber en Hay, 1997). Deze ontwikkelingsproblemen en de daarbij behorende hoge kosten zorgen ervoor dat gedragsstoornissen een negatief effect hebben op zowel het individu als het gezin en de maatschappij (Scott en anderen, 2001).

Gedragsstoornissen kunnen al vanaf 3- of 4-jarige leeftijd worden vastgesteld (Matthys, 2011). Met oog op ontwikkelingsproblemen is het van belang vroeg in te grijpen bij jonge kinderen met een oppositioneel-opstandige gedragsstoornis of een antisociale gedragsstoornis en bij kinderen met een hoog risico op het ontwikkelen van deze gedragsstoornissen.

Van de verschillende vormen van behandeling die voor gedragsstoornissen bij jonge kinderen voorhanden zijn, is oudertraining in opvoedingsvaardigheden het meest effectief. Oudertraining is effectiever dan bijvoorbeeld trainingen voor het kind zelf, bleek uit een meta-analyse van 71 studies (McCart en anderen, 2006).

Veel oudertrainingen richten zich op een brede leeftijdsgroep, zoals Parent Management Training Oregon (PMTO), of hebben verschillende niveaus van training voor verschillende leeftijdsgroepen, zoals Triple P. De programma's Parent-Child Interaction Therapy en Incredible Years zijn specifiek ontwikkeld voor de behandeling van gedragsproblemen bij jonge kinderen. Parent-Child Interaction Therapy is een individuele training. Incredible Years – in Nederland door het UMC Utrecht en ggz-instelling Altrecht aangeboden – is een groepstraining.

### **Incredible Years**

Oorspronkelijk was de oudertraining Incredible Years een groepsbehandeling voor ouders van kinderen van 3 tot en met 8 jaar met externaliserende gedragsproblemen of gedragsstoornissen (Webster-Stratton, 2001; 2002). Recent werd het programma verder uitgewerkt voor verschillende leeftijden: 0 tot 2 jaar, 3 tot 6 jaar en 6 tot 12 jaar.

De oudertraining is eind jaren tachtig ontwikkeld in de Verenigde Staten en gebaseerd op sociale-leertheoretische en cognitieve-gedragstherapeutische principes die verklaren hoe gedrag aangeleerd en veranderd kan worden. Deze principes geven aan hoe ouders vaak onbewust het ongewenste gedrag van kinderen versterken en hoe deze patronen doorbroken kunnen worden (Patterson, 1982). Sommige kinderen met bijvoorbeeld prikkelbaar en dwingend gedrag lokken bij ouders negatieve reacties uit. Als ouders zwichten voor het dwingende gedrag van hun kind, leert het kind dat het met dit

dwingende gedrag dingen voor elkaar krijgt en zal het dit dwingende gedrag vaker laten zien.

Anderzijds vindt deze versterking ook op een positieve manier plaats: als een ouder adequaat reageert met een complimentje op bijvoorbeeld het rustig spelen of goed eten van een kind, werkt dat voor het kind als een beloning en zal het kind dat gewenste gedrag vaker laten zien. Voor de ouder wordt het daardoor weer gemakkelijker om positief te reageren op het kind.

## Training

Voor de Incredible Years-training komt een groep van minimaal zes ouders wekelijks twee uur bijeen, in totaal veertien tot achttien keer. De eerste bijeenkomsten staan in het teken van het opbouwen van een hechte band tussen ouder en kind door samen te spelen. De ouders brainstormen aan het begin van de sessies over wat spelen met je kind oplevert, maar ook wat het lastig maakt. Ze bekijken videofragmenten uit het Amerikaanse programma van ouders die op verschillende manieren met hun kind spelen. Ze discussiëren vervolgens over manieren om met hun kind te spelen. In rollenspelen met de trainers en andere ouders bootsen ouders hun thuissituatie na en oefenen ze het spelen met hun kind. Ouders leren om tijdens het spelen gewenst gedrag van het kind aan te moedigen door het gedrag van hun kind te beschrijven en te prijzen.

Na de bijeenkomsten over samen spelen wordt doorgedaan met manieren om andere vormen van gewenst gedrag van kinderen te laten toenemen door te prijzen en te belonen. Ook bij deze onderwerpen komt de opbouw van samen brainstormen, discussiëren over videofragmenten en oefenen in rollenspelen terug.

Pas na de bijeenkomsten over samen spelen en het versterken van gewenst gedrag wordt ingegaan op manieren om met ongewenst gedrag van kinderen om te gaan. Ouders leren om op effectieve wijze opdrachten te geven aan kinderen, door gedrag te benoemen dat ze wél in plaats van dat ze niet willen zien en dat specifiek te omschrijven. Ze leren technieken om via negeren en *time-out* ongewenst gedrag te verminderen.

Incredible Years wordt gegeven door twee therapeuten, van wie er minimaal één een certificaat voor de interventie heeft behaald. Zij staan niet als experts voor de groep, maar zitten met de ouders in de kring en nemen deel aan de groepsdiscussies. Ze moedigen ouders aan om zelf oplossingen voor hun problemen te vinden en kiezen daarbij een coachende opstelling, bijvoorbeeld via de rollenspellen.

Aan het einde van iedere bijeenkomst formuleren ouders een doel voor de komende week. In eerste instantie betreft dat wat voor speelactiviteit ze met hun kind willen ondernemen en later welk gedrag ze willen belonen, bijvoorbeeld elke dag zijn bord leegeten of rustig meelopen van school naar huis. Daarnaast krijgen ze opdrachten om de geleerde technieken thuis te oefenen. De ouders bereiden zich wekelijks voor op de sessies door een hoofdstuk te lezen uit *Pittige jaren*, het handboek dat bij de cursus hoort (Webster-Stratton, 2007).

### **Effectiviteit**

Verschillende onderzoeken in de Verenigde Staten en Engeland hebben laten zien dat Incredible Years effectief is voor zowel de preventie als de behandeling van gedragsstoornissen bij jonge kinderen (Gardner en anderen, 2006; Webster-Stratton en anderen, 2004). In Nederland is onderzoek gedaan naar het effect van Incredible Years als preventieve interventie bij 144 kleuters met gedragsproblemen.

Incredible Years is in Nederland geïntroduceerd door de afdeling kinder- en jeugdpsychiatrie van het Universitair Medisch Centrum Utrecht. Daarvoor zijn via de entadministratie van de provincie Utrecht alle gezinnen in de provincie met 4-jarige kinderen benaderd. Na screening zijn hieruit de kinderen met gedragsproblemen geselecteerd voor het onderzoek. Alle gezinnen kregen aan het begin en het einde van de onderzoeksperiode vragenlijsten voorgelegd over het gedrag van het kind en de opvoedingsvaardigheden van de ouders. Daarnaast werden in alle gezinnen gedragsobservaties gedaan. De helft van de gezinnen kreeg Incredible Years aangeboden. Gekeken werd welke veranderingen gezinnen in de Incredible Years-groep lieten zien in vergelijking met de controlegroep, die de interventie niet kreeg aangeboden.

Uit het onderzoek bleek dat zowel de geobserveerde als door ouders zelf in de vragenlijst gerapporteerde opvoedingsvaardigheden, zoals gewenst gedrag prijzen en belonen, en consequenter reageren op ongewenst gedrag, verbeterd waren tot twee jaar na beëindiging van de training. Deze vaardigheden verbeterden in de controlegroep niet significant.

De geobserveerde gedragsproblemen van kinderen bleken twee jaar na afloop van de training significant verminderd. Vermindering van gedragsproblemen vond ook plaats bij kinderen in de controlegroep, wat overeenkomt met de natuurlijke afname van probleem-

gedrag bij kinderen vanaf 4 jaar, maar bij de interventiegroep was de afname significant sterker (Posthumus en anderen, 2011).

De afname in gedragsproblemen van het kind volgde in tijd op een belangrijke verandering in het gedrag van ouders die de Incredible Years training hadden gevolgd. De ouders gaven minder kritiek op hun kind. Deze relatie tussen het minder kritiek geven door ouders en de gedragsverbetering bij kinderen werd in de loop der tijd steeds sterker, wat illustreert dat ouders en kinderen elkaars gedrag versterken. Opmerkelijk was echter wel dat de ouders zelf geen verbeteringen rapporteerden in het gedrag van hun kind. Dit komt vaker voor in preventieve studies (Brotman en anderen, 2008) en is misschien verklaarbaar doordat ouders dankzij Incredible Years het gedrag van hun kinderen nauwkeuriger gaan observeren en meer ongewenst gedrag zien.

Behalve effectief is Incredible Years ook kostenbesparend: het UMC-onderzoek laat zien dat de opbrengsten van de interventie, in de vorm van bijvoorbeeld minder verzuim van het werk, minder vernielingen en minder doktersbezoek, hoger zijn dan de kosten. Deze kostenbesparingen zijn het grootst bij de kinderen met de meeste gedragsproblemen (Posthumus, 2009).

## Vervolgonderzoek

De eerste Nederlandse studie onderzocht Incredible Years als een preventieve interventie: kinderen hadden hogere scores voor gedragsproblemen dan hun leeftijdsgenootjes, maar er was nog geen sprake van een stoornis. Daarnaast waren de gezinnen die meededen met het onderzoek gemiddeld vrij hoog opgeleid en autochtoon. Of Incredible Years in Nederland effectief is als behandelmethodete wanneer er sprake is van gedragsstoornissen, bij ouders met een lager opleidingsniveau en bij ouders met een niet-westerse migratieachtergrond is onbekend.

In samenwerking met ggz-instelling Altrecht in Utrecht loopt sinds oktober 2009 een tweede onderzoek, uiteindelijk onder in totaal 120 tot 150 gezinnen. Het onderzoek is gericht op de effectiviteit van Incredible Years als behandeling voor gedragsstoornissen bij jonge kinderen in gezinnen met verschillende opleidingsniveaus en gezinnen met een niet-westerse migratieachtergrond. Deelnemende gezinnen worden niet alleen via Altrecht geworven. Omdat het onderzoek zich mede richt op niet-westerse migrantengezinnen, die zelf de stap naar de ggz niet zetten, wordt ook via scholen geworven.

Er zijn al drie groepstrainingen afgesloten en twee groepen zijn

begonnen. Van de deelnemende ouders heeft 40 procent een niet-westerse migratieachtergrond. De eerste indruk van hulpverleners en ouders is positief, zoals blijkt uit tevredenheidsonderzoek na afronding van iedere groep. Incredible Years lijkt door zijn opzet, met veel beeldmateriaal en openheid voor verschillende meningen en discussies, goed aan te sluiten bij de hulpvragen van de gezinnen.

Eind 2013 zal duidelijk worden of Incredible Years in Nederland, net als in de Verenigde Staten en Engeland, een effectieve behandeling is voor gedragsstoornissen bij jonge kinderen uit gezinnen met een lager opleidingsniveau en bij gezinnen met een niet-westerse migratieachtergrond.

## Verder lezen

- Brotman, L.M. e.a. (2008). Preventive Intervention for Preschoolers at High Risk for Antisocial Behavior. Long Term Effects on Child Physical Aggression and Parenting Practices. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, jaargang 37, nummer 2, pagina 386-396.
- Gardner, F., Burton, J. & Klimes, I. (2006). Randomised controlled trial of a parenting intervention in the voluntary sector for reducing child conduct problems. Outcomes and mechanisms of change. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, jaargang 47, nummer 11, pagina 1123-1132.
- Loeber, R., & Hay, D. (1997). Key Issues in the Development of Aggression and Violence from Childhood to Early Adulthood. *Annual Review of Psychology*, jaargang 48, pagina 371-410.
- Matthys, W. (2011). *Gedragsstoornissen bij kinderen* (in druk). Amsterdam, Hogrefe Uitgevers.
- McCart, M.R., Priester, P.E., Davies, W.H., & Azen, R. (2006). Differential Effectiveness of behavior Parent-Training and Cognitive Behavioral Therapy for Antisocial Youth. A Meta-Analysis. *Journal of Abnormal Child Psychology*, jaargang 34, nummer 4, pagina 527-541.
- Patterson, G.R. (1982). *Coercive family process*. Eugene, Castilia.
- Posthumus, J.A. (2009). *Preventive effects and cost-effectiveness of the Incredible Years program for parents of preschoolers with aggressive behavior* (proefschrift). Utrecht, Universiteit Utrecht.
- Posthumus, J.A., Raaijmakers, M.A.J., Maassen, H.H., Engeland, H.van, & Matthys, W. (2011). *Sustained effects of Incredible Years as a preventieve intervention in preschool children with conduct problems* (ingediend).
- Scott, S., Knapp, M., Henderson, J., & Maughan, B. (2001). Financial costs of social exclusion. Follow-up study of antisocial children into adulthood. *British Medical Journal*, jaargang 323, nummer 7306, pagina 191-194.
- Tremblay, R.E. ea. (2004). Physical aggression During Early Childhood. Trajectories and Predictors. *Paediatrics*, jaargang 114, nummer 1, pagina 43-50.

Webster-Stratton, C. (2007). *Pittige jaren. Praktische gids bij het opvoeden van jonge kinderen.*

Houthem, Bohn Stafleu van Loghum.

Webster-Stratton, C., Reid, M.J., & Hammond, M. (2004). Treating Children with Early-Onset Conduct Problems. Intervention Outcomes for Parent Child, and Teacher Training. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, jaargang 33, nummer 1, pagina 105-124.

Webster-Stratton, C. (2002). *The Incredible Years. Parents and Children Videotape Series. A Parenting Course (ADVANCE)*. Seattle, Incredible Years.

Webster-Stratton, C. (2001). *The Incredible Years. Parents and Children Videotape Series. A Parenting Course (BASIC)*. Seattle, Incredible Years.

---

**Patty Leijten** (p.h.o.leijten@uu.nl) doet aan de capaciteitsgroep Ontwikkelingspsychologie van de Universiteit Utrecht promotieonderzoek naar Incredible Years als behandeling van gedragsproblemen bij jonge kinderen.

**Maartje A.J. Raaijmakers** (m.raaijmakers@altrecht.nl) is bij de capaciteitsgroep Kinder- en Jeugdpsychiatrie van het UMC Utrecht gepromoveerd op de preventieve effectiviteit van Incredible Years in Nederland. Zij werkt bij Altrecht Jeugd en op de afdeling Ontwikkelingspsychologie van de Universiteit Utrecht, waar zij betrokken is bij onderzoek naar de effectiviteit van Incredible Years.

**Bram Orobio de Castro** (b.orobiodecastro@uu.nl) werkt als hoogleraar Experimentele Psychopathologie bij de afdeling Ontwikkelingspsychologie van de Universiteit Utrecht.

**Jocelyne A. Posthumus** (jposthumus@dewaag-nederland.nl) is bij de afdeling Kinder- en Jeugdpsychiatrie van het UMC Utrecht gepromoveerd op de preventieve effectiviteit van de oudercursus Incredible Years in Nederland. Zij werkt momenteel bij de Waag, centrum voor ambulante forensische psychiatrie.

**Walter Matthys** (w.matthys@umcutrecht.nl) werkt als hoogleraar Kinder- en Jeugdpsychiatrie bij het Universitair Medisch Centrum Utrecht.