

DE ALPHA-NL

VRAGENLIJST HEEFT U BEHOEFTE AAN STEUN OF HULP?

Hoe zijn uw persoonlijke omstandigheden en hoe gaat het straks als de baby er is? De komst van een baby verandert uw leven en vraagt veel aanpassing. De verloskundige kan u ondersteunen bij de voorbereidingen of verwijzen naar hulp. Om u zo goed mogelijk te kunnen helpen, vragen wij u de onderstaande vragen te beantwoorden. Uw informatie blijft vertrouwelijk. Wij bieden dit al onze cliënten aan.

Beantwoord de vragen door het cijfer dat het meest van toepassing is, te **omcirkelen**. Bijvoorbeeld: omcirkel 5 als u heel blij bent met de zwangerschap. Bij de andere vragen **kruist** u 'ja' of 'nee' aan of vult u een antwoord in.

Invuldatum								
Zwangerschap en moeder worden								
1	Toen ik merkte dat ik zwanger was, voelde ik me...	helemaal niet blij	1	2	3	4	5	heel blij
2	Op dit moment voel ik mij over de zwangerschap...	helemaal niet blij	1	2	3	4	5	heel blij
3	In deze zwangerschap is mijn stemming meestal...	somber, ongelukkig	1	2	3	4	5	blij, gelukkig
4a	Ik heb vertrouwen in het moederschap straks	nee, helemaal niet	1	2	3	4	5	ja, helemaal
4b	Hoe gaat het met de verzorging en opvoeding van uw kind(eren)?	moelijk, stressvol	1	2	3	4	5	gemakkelijk, ontspannen
Mijn (huidige) partner								
5	Ik heb op dit moment een partner (bij 'nee' ga naar vraag 21).	helemaal niet blij	1	2	3	4	5	heel blij
6	Mijn partner voelt zich over de zwangerschap...	heel gespannen	1	2	3	4	5	heel ontspannen
7	De relatie met mijn partner is meestal...	heel gespannen	1	2	3	4	5	heel ontspannen
8	Hoe verwacht u dat de relatie met uw partner zal zijn als de baby er is?	met veel moeite	1	2	3	4	5	zonder moeite
9	Het oplossen van meningsverschillen en ruzie gaat bij ons...	heel moeilijk	1	2	3	4	5	heel gemakkelijk



De ALPHA-NL is een korte papieren vragenlijst over allerlei niet-medische onderwerpen, die de zwangere invult en bespreekt met de verloskundige. De vragenlijst is ontwikkeld door TNO, samen met professionals¹, op basis van de Canadese ALPHA (Antenatal Psychosocial Health Assessment)².

DOEL

Het doel van de vragenlijst is om de psychosociale situatie van de zwangere (en eventuele partner), en daarmee de opgroei-omstandigheden voor het kind, in kaart te brengen en samen met de aanstaande ouders na te gaan of en waar er eventueel behoefte aan steun of hulp tijdens de zwangerschap is. De ALPHA-NL is een hulpmiddel voor de verloskundig zorgverlener om hierover met cliënten in gesprek te gaan, voor de beste start met hun baby en de eerste 1000 dagen. Zie ook: <https://www.tno.nl/nl/aandachtsgebieden/gezond-leven/roadmaps/youth/de-eerste-duizend-dagen-van-het-kind/>

WERKWIJZE

De ALPHA-NL wordt aan alle cliënten (universeel) aangeboden, zo vroeg mogelijk in de zwangerschap (in het tweede of derde consult). Het invullen gebeurt in de wachtkamer of aparte

ruimte, voorafgaand aan een consult.

De verloskundige en de zwangere of beide aanstaande ouders, bespreken vervolgens aan de hand van de ALPHA-NL of en wat de hulpbehoefte is tijdens de zwangerschap, voor een goede start met de baby. Onderwerpen zijn bijvoorbeeld: de eigen jeugd, verwachtingen van het ouderschap, relatie, alcohol en drugsgebruik, sociale steun, emoties, stress, ingrijpende gebeurtenissen, psychische problemen en zorgen om bijvoorbeeld wonen en financiën.

Doordat de ALPHA-NL een zelfinvul-lijst is, en een uitgebreider nagesprek alleen nodig is als dit uit de antwoorden blijkt, vraagt dit niet veel extra tijd van de verloskundig zorgverlener. De antwoordopties op een 5-puntsschaal bieden de cliënt mogelijkheid om nuance aan te brengen en regie te behouden in het gesprek. De uitkomsten van het

1 Vink, R.M., Rijnders M.E.B., Dommelen P. van, & Broerse A. (2009) Vroeg signaleren van ongunstige opgroei-omstandigheden door verloskundigen in Zaanstad en Amsterdam-Noord. Leiden. TNO Kwaliteit van Leven, 2 Carroll, J.C., Reid, A.J., Biringier, A., Midmer D., Glazier R.H., Wilson, L., Permaul, J.A., Pugh, P., Chalmers, B., Seddon, F., & Stewart, D.E. (2005) Effectiveness of the Antenatal Psychosocial Health Assessment (ALPHA) form in detecting psychosocial concerns: a randomized controlled trial. CMAJ 173 (3), 253: 259

QUESTIONNAIRE ARE YOU IN NEED OF HELP OR SUPPORT?

What are your personal circumstances and how will the baby influence your daily life? Having a baby usually means changes in your daily life. You may wish to discuss this with your midwife or doctor. She/he may help or support you with these changes. Please answer the questions the best way you can. Your answers will remain confidential. We offer this questionnaire to all our clients. Our aim is to help you.

Please answer the questions by checking the most appropriate number on the scale. For example, if you felt very happy with your pregnancy at first, circle number 5. Other questions require ticking the box with a 'yes' or 'no' or require writing an answer in the space provided.

Date: _____

My pregnancy and partner								
1	Do I find my feelings about this pregnancy weird ...	very unhappy	1	2	3	4	5	very happy
2	How my feelings about this pregnancy are ...	very unhappy	1	2	3	4	5	very happy
3	I should my mood in this pregnancy is ...	and down	1	2	3	4	5	happy up
4a	I feel confident about being / becoming a mother	no, not at all	1	2	3	4	5	yes, very much
4b	How are you coping with the care of your other children?	difficult, stressful	1	2	3	4	5	easy, relaxed
		not applicable: I am a first-time mother						
My partner								
5	I have a partner at the moment (if 'no' please go to question 11)	no					yes	
6	About this pregnancy, my partner feels ...	very unhappy	1	2	3	4	5	very happy
7	To general the relationship with my partner is ...	very stressful	1	2	3	4	5	very relaxed
8	After the baby, I expect that the relationship with my partner will be ...	very stressful	1	2	3	4	5	very relaxed
9	We work out arguments ...	with great difficulty	1	2	3	4	5	very easily
10	I have felt or feel scared because of what my partner says or does	yes, very often	1	2	3	4	5	no, never
11	I have been hit / pushed / slapped by my partner	yes, very often	1	2	3	4	5	no, never
12	I have felt threatened / humiliated / oppressed by my partner	yes, very often	1	2	3	4	5	no, never
13	I have been forced by my partner to have sex or to perform sexual acts	yes, very often	1	2	3	4	5	no, never
14	My partner has one or more underage children who do not live with her or her (if 'yes' please give the reason)	yes					no	
		because						
							
							
15	My partner uses recreational drugs (e.g. marijuana, cocaine, etc)	yes, very often	1	2	3	4	5	no, never
16	My partner has a drug problem	yes					no	
17	My partner has a drinking problem (alcohol)	yes					no	
18	My partner has (had) mental health problems	yes, very often	1	2	3	4	5	no, never
19	My partner sees or has seen a psychiatrist / psychologist	yes					no	
Support network								
20	My partner will be involved with the baby	no, not at all	1	2	3	4	5	yes, very much
21	About this pregnancy, my family / in-laws feels ...	very unhappy	1	2	3	4	5	very happy
22	I feel supported in this pregnancy	no, not at all	1	2	3	4	5	yes, very much
23	Once the baby is born, I can ask for help from my family, friends, neighbours	no, not at all	1	2	3	4	5	yes, a lot

p.t.a.

TNO innovation for life

gesprek tussen verloskundig zorgverlener en cliënt kunnen, als daar aanleiding voor is en met toestemming, overgedragen of besproken worden met de kraamzorg en/of jeugdgezondheidszorg of andere professionals. De ALPHA-NL is kosteloos en beschikbaar in het Nederlands en Engels.

TRAINING

Het praten met cliënten over niet-medische zaken vraagt van verloskundig zorgverleners om specifieke gespreksvaardigheden. Daarom is training voorafgaand aan het gebruik van de ALPHA-NL belangrijk. In de training staan een positieve oplossingsgerichte benadering en 'shared decision making' centraal ("wat heb jij nodig om een goede start met je baby te kunnen maken?") en wordt geoefend met een trainingsactrice. Een training duurt ongeveer een dagdeel en is geaccrediteerd.

BESCHIKBAARHEID VAN STEUN EN HULP

Voorwaarde voor gebruik van een vragenlijst is tevens dat er vervolghulp beschikbaar is en dat daarover samenwerkingsafspraken (ook wel 'zorgpaden') in de regio of in het VSV (Verloskundig SamenwerkingsVerband) zijn of worden gemaakt. TNO kan hierin adviseren en meedenken.

ONDERZOEK

De ALPHA-NL heeft een goede face-validity en bestaat voor de helft uit twee gevalideerde schalen. Eerdere proefimplementaties toonden dat de ALPHA-NL eenvoudig en snel (in max 10 minuten) in te vullen is en goed in de verloskundige praktijk in te voeren is (zowel in eerste als tweede lijn). De acceptatie van de ALPHA-NL is zowel onder verloskundig zorgverleners als cliënten goed¹. Verder onderzoek naar de validiteit en betrouwbaarheid van de ALPHA-NL loopt op dit moment (zie: <https://www.zonmw.nl/nl/onderzoek-resultaten/jeugd/programmas/project-detail/effectief-werken-in-de-jeugdsector/alpha-nl-signalering-kindermishandeling-tijdens-de-zwangerschap/>)

TNO.NL

KERNGEBIED AFZENDER

Het expertisegebied Child Health omvat onderzoeksgebieden die betrekking hebben op het gezond en veilig opgroeien van jeugdigen:

- Verloskunde en Kraamzorg
- Preventieve gezondheidszorg voor kinderen van 0 tot 23 jaar
- Psychosociale ontwikkeling van kinderen en jongeren.

TNO Child Health
Remy Vink

T 06 21 1344 83
E remy.vink@tno.nl