

1/6/2012



AUTEURS:  
CHRIS LOK &  
SYLVIA LOK

## ACH... DAT ONDERWERP *WEEGT* TOCH NIET ZO ZWAAR?

AFSTUDEERONDERZOEK NAAR AANPAK OVERGEWICHT BINNEN KWADRANT EMAUS



Kwadrant 

Begeleidend docent: Marcel Tiemensma

Praktijkbegeleidster: Tamara Hamstra

## Inleiding

In dit document staan alle bijlagen van het onderzoek. Dit zijn veel en verschillende bijlagen. Daarom hebben we ervoor gekozen om hier schematisch een overzicht van te maken.

In het schema hieronder kan gevonden worden waar wat precies staat.

Er zijn verschillende codes voor ieder type onderzoek, zodat het zoeken naar achterliggende informatie uit het gedane onderzoek tijdens het lezen van het verslag snel kan verlopen en voor de lezer duidelijk blijft. Als dus bij het lezen een code wordt aangehaald, dan kan in de onderstaande tabel opgezocht worden onder welk type onderzoek de code vermeld staat. Vervolgens kan in de bijbehorende bijlage de desbetreffende uitleg worden gevonden.

| Bijlage | Code                                                       | Type onderzoek             | Uitleg                         |
|---------|------------------------------------------------------------|----------------------------|--------------------------------|
| B       | 1.1 t/m 1.29                                               | Interview GGD arts         | Labelnummering                 |
| C       | 2.1 t/m 2.25                                               | Interview<br>Orthopedagoge | Labelnummering                 |
| D       | 0.1 t/m 0.4 &<br>2.2 t/m 2.4                               | Enquête groepsleiders      | Vraagnummering gesloten vragen |
| D       | 1.1,<br>2.1, 2.3a,<br>2.3b, 2.4a,<br>2.5,<br>3.1, 3.2, 3.3 | Enquête groepsleiders      | Vraagnummering open vragen     |

## Inhoudsopgave

|                                                                                        |            |
|----------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| GGD arts                                                                               |            |
| <b>Bijlage A: Aanbevelingsbrief</b>                                                    | <b>53</b>  |
| Interviews                                                                             |            |
| <b>Bijlage B: Interview GGD arts</b>                                                   | <b>54</b>  |
| Vragen                                                                                 | 54         |
| Verslag uitgetypt                                                                      | 56         |
| Fragmenten                                                                             | 72         |
| Labels                                                                                 | 77         |
| Labels geordend per thema                                                              | 78         |
| Kernlabelschema                                                                        | 79         |
| <b>Bijlage C: Interview orthopedagoge</b>                                              | <b>80</b>  |
| Vragen                                                                                 | 80         |
| Verslag uitgetypt                                                                      | 82         |
| Fragmenten                                                                             | 90         |
| Labels                                                                                 | 95         |
| Labels geordend per thema                                                              | 96         |
| Kernlabelschema                                                                        | 97         |
| Enquête                                                                                |            |
| <b>Bijlage D: Enquête onder groepsleiders</b>                                          | <b>98</b>  |
| Lijst alle vragen                                                                      | 98         |
| Uitwerking van alle gesloten vragen                                                    | 99         |
| Uitwerking van alle open vragen                                                        | 102        |
| BMI                                                                                    |            |
| <b>Bijlage E: afkapwaarden BMI</b>                                                     | <b>131</b> |
| Conferentie                                                                            |            |
| <b>Bijlage F: Invitational Conference</b>                                              | <b>132</b> |
| Contact deskundige                                                                     |            |
| <b>Bijlage G: Contact deskundige José Veen- Roelofs</b>                                | <b>135</b> |
| Enquête onder jongeren                                                                 |            |
| <b>Bijlage H: Verantwoording enquête jongeren</b>                                      | <b>138</b> |
| Inspectie voor de Gezondheidszorg                                                      |            |
| <b>Bijlage I: Inspectie voor de Gezondheidszorg. Bouwstenen</b>                        | <b>140</b> |
| <b>Bijlage J: Rapport over Kwadrant Emaus van de Inspectie voor de Gezondheidszorg</b> |            |

## Bijlage A Aanbevelingsbrief van Henriëtte van Domselaar



*Gelre-IJssel*

Harderwijk, 21 september 2011

Aan de behandelaars, managers van Groot Emaüs,

Met deze brief wil ik uw aandacht vragen voor het overgewicht waar veel jongeren problemen mee hebben.

Sinds een paar jaar werk ik als jeugdarts op het Emaüscollege. Ik zie en spreek in principe alle jongeren die daar op school zitten. Bijna alle jongeren verblijven in uw instelling.

Op school heb ik al vaker aangegeven dat veel jongeren overgewicht hebben. Bijna alle jongeren die ik spreek, vinden dit niet fijn, maar weten niet goed hoe ze dit moeten aanpakken. Ik geef ze wel adviezen, maar ze zijn ook afhankelijk van de mogelijkheden binnen Groot Emaüs.

Van alle kinderen die overgewicht hebben, blijkt 80 % ook op volwassen leeftijd overgewicht te hebben. Overgewicht geeft lichamelijke risico's, diabetes, hart- en vaatziekten, gewrichtsproblemen. Daarnaast tast overgewicht vaak het zelfvertrouwen van jongeren aan, het geeft onzekerheid, en ze worden vaker gepest.

Wat ik van een aantal jongeren hoor is dat ze, sinds ze in Groot Emaüs wonen, of ook wel in een andere instelling voor die tijd, aan zijn gekomen. De meeste jongeren weten wel waar je een gezond gewicht door krijgt, gezonde voeding en beweging.

Gezonde voeding is erg belangrijk, ik heb niet precies zicht op hoe dat in de instelling gaat. Na de zomer krijg ik via de jongeren te horen dat er wel verschillen tussen de groepen zijn. En ik denk dat er voor de jongeren die overgewicht hebben, wel meer aandacht kan zijn voor de voeding, zodat zij voeding krijgen die past bij wat zij specifiek nodig hebben. Omdat het deels jongeren betreft die nog in de groeispurt zijn, is het wel belangrijk dat de voeding in balans is, maar misschien meer afgestemd moet zijn op het individu.

Daarnaast zou ik een lans willen breken voor meer bewegen. Ik hoor van de jongeren dat er grote verschillen tussen de groepen zijn. De ene groep beweegt veel, de andere groep nauwelijks. In Nederland zijn er beweegnormen opgesteld, beweegnormen voor een gezond leven, bij jongeren liggen die normen hoger dan bij volwassenen. De beweegnorm voor jongeren is per dag ten minste 60 minuten bewegen, waarvan minimaal twee keer in de week op intensief niveau. Daarnaast is het zo dat uit een aantal onderzoeken blijkt dat bewegen een positief effect heeft op depressie en angst.

Ik hoop dat er op de groepen een goede balans gevonden kan worden tussen samen of individueel bewegen en andere momenten van rust.

Met deze brief hoop ik uw aandacht te hebben gekregen voor dit probleem. Het lijkt misschien een klein probleem vergeleken met alle ellende die de meeste jongeren hebben meegemaakt. Maar ik merk dat ze door hun overgewicht een nog negatiever zelfbeeld ontwikkelen en dat hun zelfvertrouwen juist groeit als ze merken dat het lukt om een gezonder gewicht te bereiken.

Altijd tot het beantwoorden van vragen bereid,  
met vriendelijke groet,

Henriëtte van Domselaar, arts M&G / jeugdarts  
GGD Gelre-IJssel  
Postbus 46  
3840 AA Harderwijk  
[h.vandomselaar@ggdgelre-ijssel.nl](mailto:h.vandomselaar@ggdgelre-ijssel.nl)  
T 088-4433165

## Bijlage B Interview met GGD arts

### Interviewvragen

#### Inleiding:

Hoelang bent u werkzaam als GGD arts?

Hoelang bent u werkzaam als GGD arts op kwadrant Emaus?

Wat doet u als GGD arts op Kwadrant Emaus?

Hoe vaak ziet u de jongeren?

Ziet u alle jongeren?

Wat voor contact heeft u met de jongeren?

*In uw brief aan de behandelaars en managers van Kwadrant Emaus schrijft u dat veel jongeren overgewicht hebben. Kunt u ons vertellen hoeveel jongeren op kwadrant Emaus met overgewicht te maken hebben?*

*In die brief geeft u aan dat bijna alle jongeren het niet fijn vinden om overgewicht te hebben.*

- Waar hebben de jongeren last van?

- Welke gevolgen heeft overgewicht op de jongeren die u spreekt?

*U geeft in de brief aan dat de jongeren niet goed weten hoe ze hun overgewicht moeten aanpakken.*

- Wat maakt dat de jongeren niet goed weten hoe ze het aan moeten pakken?

- Wat voor hulp hebben de jongeren hierbij nodig (en ook van wie)

- Op welke manier kunnen de jongeren leren hoe ze hun overgewicht kunnen aanpakken?

*Zijn de jongeren die u spreekt gemotiveerd om aan hun overgewicht te werken?*

- Waar merkt u dat aan?

*In de brief benoemt u dat de jongeren zeggen dat ze te maken kregen met overgewicht sinds ze op Emaus wonen of in een vorige instelling. Hoort u dat alleen van de jongeren of ziet u dat zelf ook wanneer een jongere na een poos weer bij u langs komt?*

*Zo ja: Ziet u dit bij veel jongeren?*

*U schrijft dat de meeste jongeren wel weten waar je een gezond gewicht door krijgt, namelijk door gezonde voeding en beweging. Daarnaast staat in de brief ook dat jongeren niet goed weten hoe ze hun overgewicht moeten aanpakken. Wat bedoelt u hiermee?*

*Wat is er nodig naast voldoende beweging en gezonde voeding om het overgewicht van de jongeren aan te kunnen pakken?*

*Heeft u wel eens contact gehad met groepsleiders over een jongere?*

- zo ja: wat voor contact?

- zo nee: hoe komt dat denkt u?

*Denkt u dat groepsleiders voldoende kennis hebben om het overgewicht van de jongere aan te kunnen pakken?*

*Is het voor groepsleiders wel te doen om het overgewicht van de jongeren aan te pakken of hebben ze hierbij, volgens u, hulp nodig van een professional (arts of diëtist) ?*

*Wat zijn volgens u de oorzaken van het overgewicht van de jongeren?*

*Welke rol speelt de licht verstandelijke beperking in het overgewicht bij de jongeren?*

*Welke factoren belemmeren eventueel de aanpak van overgewicht bij LVG-jongeren*

Welke rol spelen de volgende aspecten in het overgewicht?

- problematiek
- medicatie
- thuissituatie
- groepssituatie
- eetpatroon

Bent u bekend met methodieken en behandelingen rondom jongeren met een licht verstandelijke beperking en overgewicht?

Heeft u nog tips voor boeken die wij kunnen bestuderen t.b.v. de literatuurstudie?

## Verslag uitgetypt

S Nee maare ja kan ik gelijk maar even vertellen waar het over gaat.

H Ja dat is wel fijn ja,

S nou wij onderzoek dus op de eeh leefgroepenn hoe het eeh is met de jogneren met overgewicht ja.

eeh zoals ik al zei we stonden nog echt in de starfase, er was nog niet eerder iets onderzocht dus wij waren echt aan het kijken waar gaan we ons op richten en toen lazen we ook jouw aanbevlingsbrief

H ahu

en toen zagen we ook dat eeh nou eeh dat het toch nog wel een verschil maakt op wat voor groep een jongere zit en hoe er mee omgegaan wordt dus we dachten wij dat is denk ik wel belangrijk en de jongeren zitten ook op een leefgroep dus daar vind vind ook veel plaats qua opvoeding dus laten laten wij ons daar oprichten wij richten ons dus op de leefgroep van hoe wordt het overgewicht van de jongeren aangepakt op wat voor manier doe je dat eeh en daarbij willen we ook nog het stukje jongeren erbij pakken van hoe vinden de jongeren dat dit gebeurd en eeh hebben ze er last van of niet en daar zijn we nog een beetje naar aan het kijken want het andere groepje ons net voor was in met eeh

C enquêtes

S dus misschien kunnen we ergens nog samenwerken.. \*geluid stoort even\* maar daar zijn we dus nog even mee bezig.. maar de enquêtes van de groepsleiders hebben we de deur uit gedaan dusdats een hele uitgebreide enquête en we hebben er ook aardig wat terug

Chris: aha, stuk of 50

S en eeh

H: Ooh dat is mooi

S Ja

C Ja mag nog wel meer, wel het dubbele eigenlijk maar ja.. het liefst

S Ja.. we hebben er wel behoorlijk wat werk in zitten

C Ja

dus dat is een beetje waar we ons op richten gewoon meer verkennend aan ehh hoe we uiteindelijk aan de instelling een beeld kunnen geven hoe het onderwerp er speelt en wat er ook al aan gedaan wordt zo dat de instelling kan weten het ligt het aan de groepsleiders of is het een complex probleem en moeten we ons daar meer op richten

H Ja

dus eeh ja dat is een beetje wat wij doen

H ja heelgoed.

S Ja ja en eeh we hadden we wilden jou graag interviewen omdat we dachten ja jij ziet de jongeren ook en jij was degene die het probleem aankaartte voor de instelling en eeh ja ook omdat jij een arts bent das weer heel anders dan een orthopedagoog

H ja ja

Cja en jij hebt de jongeren gesproken.

H Ja

C Dat is ook wel heel belangrijk

S Ahum

H ja

S uuh heb je vragen tot zo ver

H Nee Nee

S is er iets onduidelijk?

H mwaha nee

S oke uuh dan beginnen we maar gewoon, wil jij er ook één?

C Oke

S wil jij er ook één? zodat je liever zelf..

H ooh nee hoor

S oke, uuh hoelang ben je nu werkzaam als ggd arts

H uuh hier op emaus? Bedoel je dan neem ik aan?

S Ja

H uuh ik denk, ja dat vroeg de vorige groep ook al (lacht) ik weet het niet precies maar ik dacht iets van vier vijf jaar hier of zo iets dergelijk

S uuh oke en eeh en hoelang ben je al werkzaam als GGD arts gewoon buiten emaus?

H dat uuh al heel lang als sinds 90 al wel meer dan 20 jaar.

C so

S kun je ons ook uitleggen wat je als ggd arts doet op kwadrant emaus?

H eeh wat ik eeh ja wat ik hier doe is dat eeh eigenlijk zie ik alle jongeren en ja eeh in principe gewoon één keer tenzij

C ahum

H tenzij er aanleidingen zijn zoals overgewicht dus dan zie ik ze wel vaker en wat ik doe is ja wat we bij alle jongeren en kinderen in Nederland doen is gewoon samen eens kijken van hoe gaat het met je gezondheid en hoe gaat het met jezelf en hoe zit je in je vel en dan eeh gezondheid in de zin eeh van preventie dat is eeh en dan in die zin gaat het over levensstijl.

S Ja okee hee je zei één keer bedoel je dan één keer per jaar

H nee één keer per kkeer als ze hier zijn.

S Oooh oke

H dus ik zie nou school regelt dat altijd hierzo en die eeh ik spreek dagen af en dan nodigen zij de jongeren uit die eeh de nieuwe jongeren.

en nieuw is relatief want sommigen zijn er al twee maanden en sommigen zijn er al vier daar ergens tussen in ja wat ik officieel doe is bevorderen en beschermen van de gezondheid en de gezondheid van de jongeren zoiets.

S oke jaa eeh

C heb je toevallig al jongeren van spinoza gesproken dan

H ooh geheid jaa

C ja want die zijn er nou net sinds januari zijn die hier want er is een nieuwe groep opgezet

H ooh dat bedoel je

C ja

H jaah precies, ooh ja want er voorheen zat er ook al een groep spinoza dus dat weet ik niet helemaal precies.

C nee

H maar..

C maakt niet uit

H dat zal best dat hun er al een keer tussen hebben gezeten maar dat is wat ik doe en omdat hier natuurlijk veel eeh op dat orthopedagogische stuk gezeten wordt laat ik en dus ga ik niet heel diep op

hun voorgeschiedenis in eeh maar met name met gezondheid en leefstijl

S Want euh, je zegt als ze echt overgewicht hebben dan zie je ze meestal wel vaker?

H Hangt een beetje van hun motivatie af. Voor een aantal keren vinden ze dat wel prettig, omdat het een beetje, omdat je dan dingen met ze afsprekt van let op frisdrank of zo, ik zeg maar wat. Dat je gewoon iets concreets afsprekt.

S Oke

H En dat je dan na twee maanden kijkt, van werkt het?

S uhu.

H Blijft je gewicht dan een beetje stabiel, ga je wat naar beneden zelfs. Kom je toch aan. Dan moet je wat anders bedenken.

S En de jongeren die bijvoorbeeld echt te dik zijn, maar niet gemotiveerd?

H Eeh. Dat is een lastige. Dat is een lastige groep.

S Ja, kan ik me voorstellen.

H Ik geef het altijd wel, altijd wel op papier even mee. Ook aan groepsleiding, wat dan verstandige dingen zijn waar je op kunt letten.

S Ja oké. En daar blijft het dan wel een beetje bij?

H Daar blijft het soms wel bij, ja.

S oké

H Ja

S Wat voor contacten heeft u met de jongeren. Dat hebben we al behoorlijk besproken.

C uhum

S Eeh, ja. En de brief aan de behandelaars, managers, daar schrijf je dat veel jongeren overgewicht hebben. Kun je ons ook, heb je ook een aantal van hoeveel jongeren dat zijn op Kwadrant Emaus?

H Nee. Dan zou ik het moeten, nee, dan zou ik zelf onderzoek moeten doen. Dat weet ik niet.

S Oké.

H Maar, weet je, overgewicht neemt sowieso toe in Nederland, he, dus dat geldt ook voor de Emaus jongeren.

S Ja

C Uhu

H En wat eh voor mij aanleiding was, voor de brief, was dat ik met name vorig jaar merkte dat steeds meer jongeren zeiden dat ze met name hier te dik waren geworden, in de tijd dat ze hier waren

S Oké.

H Dat ze echt kilo's er aan vlogen. En dat kan niet de bedoeling zijn

S Nee.

H Dat euhm.

S Nee, opvallend inderdaad.

H Ja

S Euhm je geeft ook aan dat jongeren het niet fijn vinden om overgewicht te hebben. Kun je ook vertellen waar ze precies last van hebben?

H Ja, zelfbeeld

S ja?

H ja weet je, overgewicht is natuurlijk vanaf de medische kant heeft, nou ja dat kun je natuurlijk zo uit de literatuur opduiken.

C Ja

H Dat heeft natuurlijk een hele boel gezondheidsrisico's euh. risico's brengt zich met dat, brengt zich met dat, brengt dat met zich mee.

S ja, hihi

C ja

H Euhm en euhm euh, dus dat is een belangrijke insteek sowieso wel, maar voor deze jongeren is dat ver weg, tenminste deze jongeren hebben andere dingen aan hun kop.

S ja

H Dat is vaak het lastige

C Ja

H maar op dit moment. Euh doet het wel veel met hun zelfbeeld, ze voelen zich vaak niet lekker in hun vel, en euh euh nouja ze, pesten speelt hierin absoluut ook een rol. Je krijgt ook gelijk allemaal lelijke dingen naar je hoofd als je wat te zwaar bent

C uhu

H en euh

S ja

H dus

S oke en dat ze dan echt euh ervaren dan dat ze te dik zijn en dat ze dan nog meer gepest worden of?

H ja, en in elk geval, nou ja. Echt pesten daar wordt nog wel aardig op gelet volgens mij hoor, maar goed het is toch te horen hoor, dat merk je hier in de gangen al

C ja

S uhu

H er wordt toch nog wel eens wat geroepen

S ja

H en veel zitten dan echt niet, nou ja, bepalen dan zelf over hun lijf

S ja

H Dus

S oke uhm

H en hun zelfbeeld is al niet te hoog door alles wat ze mee hebben gemaakt

S nee,

H en dat speelt ook een negatieve rol mee

S Ja, ja dat schrijf je inderdaad ook in de brief

S uhm welke gevolgen hebben we dan al besproken toch?

C ja

S Ja, oja. Je geeft ook aan in de brief dat de jongeren niet goed weten hoe ze hun overgeïcht moeten aanpakken. Wat maakt dan dat jongeren niet goed weten hoe ze het moeten aanpakken?

H kennis is 1 denk ik maar dat geldt niet alleen voor deze jongeren. Dat geldt denk ik voor heel Nederland. Geloof ik wel een beetje, want kennis over voeding en een gezonde leefstijl valt tegen. Tenminste ik werk natuurlijk ook veel met gewone jongeren en gewone ouders die en daar verbaas ik me nog steeds wel eens over

S hoe laag de kennis dan is?

H hoe laag de kennis is, ja. Ja bijna iedereen denkt dat sapjes, bijvoorbeeld he, als iets kleins, dat sapjes altijd maar gezond zijn, maar daar zitten koolhydraten in, dat wil je niet weten.

S uhu

H euh. Dus dat, dat nou ja dat soort dingen zeg maar, dat is maar één dingetje, maar dat, dat, dus kennis is echt één van die dingen en een ander ding is dat euh, deze jongeren allemaal gewoon toch weinig invloed hebben op hun eigen leven op dit moment.

H En dat ze in die groep zitten en zeker als ze gesloten zitten, dan kunnen ze alleen maar bewegen als de groepsleiders dat, als dat kan binnen die groep. En ze krijgen te eten wat ze voorgeschoteld krijgen euh, he, wat de groep gedaan wordt. Euh, dus dat maakt ook dat het soms wel lastig is.

C uhu

S ja

H sommige zijn wel gemotiveerd, maar wordt het daardoor weer lastig

S oke, hoe bedoel je dat?

H Nou sommige, er zijn ook jongeren die wel willen afvallen, maar die moeten dan hun bord leeg eten, bijvoorbeeld, ik zeg maar wat, euh. Euh, en anderen willen wel sporten, maar dat kan niet, dan gaat het weer niet door omdat er iemand op de groep dwarsligt en dat dan de groepsleiding dan weer he zijn aandacht op die moet zetten. Of het wisselt per groep, de ene groep is heel actief, de andere niet

S ja, en krijg je dat veel te horen, zei je in de brief?

H Ja, ja wel dat het wisselde.

S oke

H Ja

S Ja we hebben dan zelf ook allebei gewerkt en het klopt ook wel dat het verschilt

C ja

H ja

S het is ook hoe de groepsleiders er zelf in staan

H Ja, precies.

S ja

H ja

S Euhm, en wat voor hulp hebben ze dan, de jongeren dan hierbij nodig?

H Uh, ja in ondersteuning van de groepsleiding, meer maatwerk denk ik, ook individu. Dat wisselt ook heel erg, iedereen krijgt gewoon de zelfde hoeveelheid te eten, tenminste dat is het idee wat ik krijg.

S ja

H ik weet niet helemaal of dat klopt, maar dat is wat de jongeren zeggen.

C Ja, wat je opschept dat moet je opeten

H nou, precies he. Ja.

S ja

H en daar zou een stukje individuele ondersteuning, en dat doen de ouders ook. Die zeggen ook tegen hun kind: he, is wel goed zo

S ja

H dus dat is he, op dat stukje zou je als groepsleiding wel mee nemen. Euh, wat er in het weekend gekookt wordt, wat er getrakteerd wordt met verjaardagen

C uhu.

H eigenlijk, het hele stuk levensstijl.

S uhu

H zoals je ook zou doen als ouder met een te dik kind.

C hm

S ja

H dus dat is een stukje ondersteuning wat ze nodig hebben en de mogelijkheid tot bewegen. Dat wisselt dan erg per groep. Uhm voor sommige kinderen is dat echt voor verbetering vatbaar.

C hm

S ja, klopt. En toen jij, je schrijft ook over de bewegingsnorm in je brief. En toen dacht ik ook, het is altijd veel meer dan je denkt zeg maar, als je dan kijkt op Emaus, dat ik dacht van, nou ja, niet alle kinderen doen dat.

C uhu

H nee

S vooral niet die intensieve.

H nee

S uurtjes, dat die dan misschien op school euh, daar hebben wij dan wat minder zicht op.

H ja ze hebben wel gym, euh,

S ja, maar ja, intensief?

H dat is de vraag

C uhu.

S dat is ook maar net hoe ze der zelf inderdaad in staan.

H ja

S euhm, en denk je ook dat ze dan wat hulp nodig hebben omtrent de kennis? Dat je, dat ze daar wat meer informatie over krijgen?

H ik denk dat ze daar wel voor de rest van hun leven wat mee zouden kunnen. En dat is denk ik een deel op school. En dat kan je denk ik bij verzorging, euh, euh, kunnen ze daar een stukje aan bijdragen

C uhu.

H maar misschien ook wel op de groep, als ze samen koken of zo.

S ja

H dat je het op die manier doet.

S Ja, want heb je ook eh, weet je ook of dat nu al bij verzorging der bij gepakt wordt?

H Euh, te weinig nog, maar daar hebben we het net over gehad, dat is, dat is van de andere groep een aanbeveling om daar euh, iets meer aandacht aan te besteden

S oke, ja

H ja

S Oke euhm,

H maar weet je, dit zijn jongeren die, euhm, die moet je geen les gaan geven daarin. Dat moet al doende.

S ja inderdaad

C echt ervaringsleren is dat

S ja

H ja, dus dan kun je gewoon, weet ik veel, gewoon als je aan het eten bent, of als je samen kookt.

C uhu

S ja

H boodschappen doen, al dat soort dingen.

S ja, ja goeie, inderdaad.

H traktaties

S ja, we hadden zelf ook wat gelezen in de literatuur dat het wel echt, wil je het aanpakken dan moet je dat euh, nou zoals je ook zegt, bij je eigen kind doe je dat gewoon continu.

H ja

S en, ehm, maar dat, is dat ook echt zo, dat overgewicht dan, het lijkt gewoon 'o wat gezonder eten', maar volgens mij zit er toch wel weer veel meer werk aan vast om het echt aan te pakken.

H is ook zo

S ja

H is ook zo

H het is, euhm een epidemie euh, euh euh aan euh eigenlijk. De nieuwste getallen zijn er nog niet zo heel lang geleden uit en dan zie je gewoon weer een stijging. Zeker bij kinderen, en jongeren. En met name bij de kleuters geloof ik, zelfs. Die nemen echt schrikbarend toe in overgewicht

C uhu

H Dus het is echt iets waar heel Nederland wat mee moet. Het is niet alleen op gezinsniveau het is ook op macroniveau en euhm

S ja

C uhu

S Ja

H euh, dus iedereen moet daar wat mee, ook de fabrikanten moeten daar wat mee, dus het is heel breed.

S ja

H maar je moet, ja, ik, ik denk deze jongeren wonen hier nou, dit is hun plek.

C uhu

S uhu

H dus je zult op die plek, op die groep moet je daar wel iets mee

C ja

H dus euh, en dat is breed, dat is inderdaad niet alleen maar euh, geen snickers op tafel maar euh het is het hele pakket.

C ja

S hmm, ja

H gezonde voeding en beweging

S ja

H maar ook, ook gewoon standaard traktaties gewoon en dat soort dingen. Want dat hoor ik ook wel, als ze jarig zijn, dan komen er behoorlijk wat vette happen op tafel begrijp ik.

C ja

S uhu.

H en natuurlijk is het niet zo dat al die kinderen alleen maar op droge biscuitjes moeten leven

S nee

H en dat doe je thuis ook niet.

C nee

H maar je moet daar wel een evenwicht in zien te vinden.

S ja, absoluut. Ja, ehm. Ja, dat hebben we dan ook wel. Op welke manier de jongeren kunnen leren hoe ze het overgewicht kunnen aanpakken. Dan zeg je daar valt nog wel wat te behalen op het schoolniveau, maar daar is het andere groepje dan ook waarschijnlijk wel mee bezig.

H ja die is met name daarin bezig, volgens mij, met het euh, onderzoeken wat gebeurt er nou eigenlijk op school. En wat voor aanbeveling kunnen we aan school geven om daar meer aan mee te doen.

S ja

C ja

H maar het zou mooi zijn natuurlijk als dat in één vloeiende lijn met de groep gaat

C hmm

S Ja

H al die kinderen zitten hier op school

C ja

H dus, het, het, de communicatie daarin is wel belangrijk. Dus euh.

S ja absoluut. Dat is inderdaad wel een goeie.

C dat de groepsleider op de groep hetzelfde zegt als de juf in de les.

H ja en dat er als een kind euh, euh, uh, inderdaad echt zelf af wilt vallen bijvoorbeeld, dat er dan op de groep gesteund wordt maar dat daar ook in de klas, bij koken bijvoorbeeld, dat ie niet dat hele bord met euh, weet ik het wat, moet op eten

S nee

C nee

S nee klopt.

C en meedoen aan frikandellenwedstrijden en dat soort dingen

H ja precies, dus die lijn is wel belangrijk daarin

S ja, ja

H en kennis, kennis blijft gewoon belangrijk. Dat is doorlopend,

S hmm, ja, en dat is natuurlijk ook wel weer een lastig punt met hun beperking, maar dan is het inderdaad hoe al doende leren inderdaad.

H ja, ja, precies

S ervaringsleer.

H ja

S en we hadden ook in de literatuur gelezen over euhm, dat overgewicht ook kan ontstaan uit gedragsproblemen. Bijvoorbeeld het kan ook zijn dat je eerst slecht in je vel zit en daardoor gaat eten. We lazen toen dat ze niet zozeer het overgewicht aangepakt moet worden, maar meer de problemen daar achter. Hoe kijk jij daar tegen aan?

H Ja, daar ben ik het helemaal met je eens. Dat is wat ik in het begin al zei: he, dat stukje overgewicht en gezondheid en euh dat euh is leuk maar die koppies moeten eerst gewoon ontspannen zijn.

S ja.

H maar aan de andere kant merk ik wel dat doordat ze juist zo aankomen, gaan ze weer niet lekker in hun vel zitten euh en krijgen ze een negatiever zelfbeeld. En overgewicht is wel een iets concreets waar je wat aan kunt doen. Want ik merk hier wel, als het jongeren wel lukt om iets kwijt te raken, nou daar worden ze helemaal vrolijk van.

C um

S dat is wel een goede.

H dan zitten ze beter in hun vel en dit is een concreet iets.

S ja en het zit inderdaad best wat haken en ogen aan om het overgewicht van de jongeren zo massaal aan te pakken, maar het is wel wat je zegt, heel positief dat dit een van de weinige dingen is waaraan ze kunnen zien dat ze vooruit gaan.

H ja

S Gedrag is misschien nog wel moeilijker dan het gewicht aanpakken

H ja, en die rugzak met ellende die ze bij zich hebben, die los je niet zomaar op.

C die blijft inderdaad.

S nee. Dus je zou er ook een hele positieve ervaring van kunnen maken. Wat waarschijnlijk ook weer..

H ja dat zou, dat zou je insteek moeten zijn. Je moet inderdaad niet een sfeer creëren, van we eten hier alleen maar droge biscuitjes. Euh euh he.

S nee.

H we moeten gezond zijn

S nee.

H maar je moet het, en dat is wel een lastige, want je moet het wel naar groepsleiding weten te vertalen.

C uhu

S ja.

H ook gewoon heel nou ja heel positief en leuk is om met, op die manier met voeding bezig te zijn.

C ja.

S mja.

H en met bewegen, ja.

S weet je ook euhm, euhm, want wij kwamen erachter dat het toch behoorlijk lastig is om, voor goed literatuur, om ook het stukje gedrag erbij te pakken, euhm, ehm, heb je ook ehm, ken je ook theorieën die dat ehm, ondersteunen zeg maar. Dat op het moment dat ze door het afvallen, beter in hun vel zitten, dat dan ook weer positiever effect kan hebben op de behandeling. Iets waar we dat uit kunnen halen?

H Dat is een hele lastige. Ik betwijfel eigenlijk of daar echt literatuur of onderzoek echt ,echt eh,

S ja

H naar is.

S nou ja

H voor mij was het eigenlijk meer boerenverstand denk ik

S ja, haha

C ja

C dat kunnen we in onze literatuur niet zetten natuurlijk

H ja, ja.

S maar je bent wel een ervaringsdeskundige.

H ja dat is dat is.

C dat wel

H dat denk ik meer, eh dat je dat merkt. En overgewicht is gewoon een heel lastig probleem. Ik bedoel. We gooien het ook altijd wel op voeding en beweging. Maar dat is niet het enige natuurlijk.

S nee

H en, der, der, er zijn heel veel factoren die daar gewoon in, he, niet helemaal in bekend zijn.

C hm.

S nee, nee

H nee

S oke, duidelijk

H misschien ook wel, ik zou het zelf niet weten. Er zullen geheid wel onderzoeken gedaan hebben. ook wel...

S ja we hebben ook wel wat onderzoeken gevonden. Maar dat was eh, dat was van een universiteit uit Gent. En eh, een psycholoog, dat was wel echt, die had ook een bepaald protocol geschreven. Voor behandeling en zo.

H ja

S daar zie je gewoon hoe intensief dat is, wil je het echt eh, extreem overgewicht kunnen aanpakken S en toen lazen we dat en dachten we hoe kunnen we dat nou hier eh...?

H ja maar dat is ook heel lastig als je echt over flink, want die lopen hier natuurlijk ook wel rond, van die flink obese kinderen, dat is heel lastig. Maar ja, elke kilo die je op die weegschaal ziet, dat is concreet resultaat al.

S dat is waar, ja.

H natuurlijk ga je dan niet als slanke den weg, maar eh

S nee maar dan heb je wel een voortgang gemaakt.

H want je hebt het dan ook zelf gedaan he, dat is het ook. Het komt uit jouw kracht dat je bewogen hebt, of dat glaasje cola hebt laten staan. Of eh, het is heel concreet.

S ja hele goeie. Ehm. Nou dit heb je ook al benoemt, we hadden een vraag over eh, dat jongeren benoemen dat ze in deze instelling dikker zijn geworden. En dan was mijn vraag: zie je dat bij veel jongeren, maar volgens mij zei je al van..

H ik heb der geen getallen van, maar ik heb dat vooral vorig jaar, met name, dit jaar ook wel een paar keer, ehm, nou, het gaat toch wel, nou, 10, 20 jongeren sowieso wel. Die dát specifiek benoemden. Dat ze hier zijn aangekomen.

S van de hoeveel?

H van de.. 100 ofzo?

S Nou..

H ja dat vond ik ook

C die het zeggen, die het kunnen zeggen

H ja inderdaad. Die het kunnen benoemen. En ik kan het natuurlijk niet checken, ik heb ze niet gewogen toen ze hier binnen kwamen. Maar dat is in elk geval hun perceptie.

S ja

H en ik dan: ja dat is genoeg.

C ja

H dan eh, ja

S want inderdaad, de jongeren worden niet gewogen als ze hier binnen komen. Ja, daar valt natuurlijk ook wat over te zeggen.

H ja, dat hoeft ook niet denk ik.

S nee?

H na, nee, weet je het gaat me niet

C wordt wel heel vaak gezegd.

H ja weet je het gaat me niet, of je zou er echt onderzoek naar moeten doen, he, of dat echt zo is. En ik vind het belangrijk dat in elk geval de perceptie van de jongere is dat ze hier aankomen en dat ze er dus graag ook, dat ze er van balen, en dat is wat mij betreft genoeg om als instelling eens even achter je oren te krabben en denken van he..

C niet eens echt eh, cijfer niveau, maar echt mindset van de jongeren kunnen omzetten dat is veel belangrijker zeg je

H ja eigenlijk wel. En op cijfer niveau. Weet je, je hoeft als groepsleider alleen maar je ogen open te doen, dan zie je genoeg jongeren met overgewicht

C ja

S ja, we hebben ook echt wel in de enquête gevraagd hoeveel jongeren op je groep hebben overgewicht? Nou dat zijn bijna, echt wel alle groepen sowieso wel 2, maar ook een groep van 4 eh, van 4 jongeren. Nou dat is behoorlijk wat.

H ja

S Dus dan eh

C en zelfs 1 met 5

S ja

C ik zat nog te twifelen of ik de 5 erin zou zetten, bij overgewicht op de groep zeg maar, maar dat viel dus mee, tegen eigenlijk.

H ja. Nee maar dat zou me niet verbazen. Het zou me ook niet verbazen als dat nog een onder, eh, een onderschatting is hoor.

S Ja, het is natuurlijk wel zo, wij kunnen niet eh, het is aan de groepsleiding om dat te bepalen. Dus je kan zeggen, een bepaald BMI, maar als ze niet weten hoeveel het kind weegt en ik dacht van ja, dat is een gevaar voor ons onderzoek.

C ja

S maar ja op dit moment kunnen we ook niet heel veel anders. Want we kunnen moeilijk elke jongere op de weegschaal zetten.

H ja dan zou je dat moeten doen. Dat is een ander soort onderzoek.

S maar dat kunnen wij niet doen.

H nee

C nee

S Dan moet je dat echt als instelling willen. En daar dan ook zo aan gaan zitten.

H ja precies of ze moeten ons opdracht geven. Dat kan ook. Ik heb die gegevens natuurlijk wel.

S ja oke. Even denken.

H opzich ook niet zo'n gek idee. Wij hebben ook coassistenten namelijk om de zoveel tijd, medische studenten.

S oh oke, om daar een onderzoek naar te doen?

H ja, das niet zo gek

C nee

S nee

H als emaus dat dan wil dan moeten ze dat maar vragen, wij hebben ook regelmatig studenten dus..

S en als emaus zou eh zeggen dat eh wij ook op die gegevens toegang mogen krijgen? Mag het dan wel weer of mag het dan ook niet?

H euh, nee dat maakt niet uit of emaus dat zegt. Dat zijn natuurlijk medische gegevens. Dus dat mag alleen een medische student doen.

C ook niet zonder namen erbij?

H wat zeg je? Euh ja geanonimiseerd dan inderdaad.

S maar wel apart dan dat emaus daar niks over te zeggen heeft.

H ja nou ja, die gegevens zijn niet van emaus. Dus dat is het eh. Dat is het. En of jullie dat bij ons zouden kunnen doen dat weet ik niet eens zeker. Dat zou ik eens na moeten vragen, dat weet ik niet zo goed.

S ja oke. Zou je dat kunnen navragen?

H of dat kan? Ja dat kan ik wel even navragen. Ik vind het altijd heel lastig, want het medisch beroepsgeheim, de privacy van cliënten ligt altijd een stuk zwaarder.

S ja, dat kan ik me voorstellen.

H maar ik kan het wel even vragen inderdaad, of dat een optie is.

S ehm. Eh. Dit hebben we ook al gepakt. Dat we zeiden dat de jongere wel weet hoe waar je een gezond gewicht door krijgt, door gezonde voeding en beweging. Maar daarnaast lazen we ook in je brief dat de jongeren niet goed weten hoe ze hun overgewicht moeten aanpakken. Maar bedoel je dan weer het stukje kennis? Wat ze missen?

H ja dubbel. Want sommige willen dan wel graag bewegen, maar dat is net als wat ik net al zei, dan gaat het weer niet door, omdat een jongere flipt en er dan gewoon te weinig handen op de groep zijn. En op andere groepen staat gewoon eh, is gewoon een lege tuin. Er is niet overal een trampoline. Dus dan kunnen ze wel naar buiten, maar dan is het nog alleen maar chillen. De sportmogelijkheden zijn ook niet altijd even geweldig. Er is niet altijd wat zij graag willen. Dat dansen is dan weg gevallen. Nou bijna iedereen wil hier heel graag dansen. Nou dat eh, dat is gewoon heel jammer.

S ja

H dus het is niet altijd wat bij ze past. En voeding is voor sommigen ook echt lastig.

S ja.

H dan willen ze wel afvallen, maar, sommigen weten het zelf wel, er zijn er ook wel zelf die weten hoe het moet, maar dan hebben ze weer niet de mogelijkheid omdat ze zich aan de groep moeten conformeren.

S oke. Dus je denkt dat als de jongeren die echt gemotiveerd zijn, goed gestimuleerd zouden worden door de groepsleiding, dat daar dan nog best wel wat te behalen valt?

H daar is zeker wat in te behalen, maar zeker ook bij de jongeren die niet gemotiveerd zijn. Dat heb je overal natuurlijk, overgewicht is gewoon een lastige. Daar moet je aan werken daar heeft iedereen steun bij nodig, dat kan niemand in zijn eentje.

S nee

H dus al ben je niet helemaal gemotiveerd. Je kan iemand wel motiveren.

S ja

H en een ander ding waar ik tegen aan liep waren de rustmomenten.

S ja

H en daar hebben een heel aantal jongeren het over. Want dan zijn ze verplicht op hun kamer te zitten. Terwijl een heel aantal veel liever een potje voetbal in de tuin.

S ja

H en rustmomenten op je kamer vind ik een lastige bij jongeren, nou ja, komt die rugzak met ellende weer, maar dan ga je zitten malen. En dan, tenminste dat hoor ik ook wel van een aantal jongeren, die worden daar eerder onrustig van. Natuurlijk niet alle jongeren, want sommigen vinden het prettig om ook wel even alleen te zijn. Maar ook een aantal vinden het, zouden het ook wel lekker vinden om gewoon even, huppakee, gewoon even lekker aan de gang te gaan. Dat ontspant voor sommigen meer. En daar is ook geen keuze in. Want dat is regel hier. Punt.

S nou het kan wel veranderen als je euh, hoe verder ze in de behandeling zijn...

H klopt, hoe meer vrijheden, he.

S ja

C uhu

S minder of een half uur. Op de groep waar ik stond was het wel zo.

H ja maar het wisselt dus wel heel erg weer per groep. En er zijn dus groepen waar dat echt niet kan, waar je echt verplicht op je kamer zit.

S ja

H terwijl dat en dat is zeker voor jongens, want die zijn toch wat meer met actie, is dat voor een heel aantal jongens niet het meest optimale rustmoment. Ik denk dat ze rustiger worden van de trampoline of van een potje voetbal.

S je zegt ook van, jongeren die niet gemotiveerd zijn, die kun je motiveren. Heb je daar een idee van hoe je dat kan doen bij deze jongeren? Met een bepaald beloningsysteem. Of ..

H bijvoorbeeld, ja. Nou ja, je hebt natuurlijk een heel aantal motiverende gesprekstechnieken, waarbij je, nou ja het eerste stukje is natuurlijk zelfinzicht.

S ja

H en dat is natuurlijk wel iets wat je met de groep, of met de mentor van school eh moet doen. Kijk ik zie ze maar 1 keer, dus ik zou hooguit een start kunnen geven. Maar voor een aantal heb je daar meer voor nodig. Maar dat heeft iedereen. Dat heeft iedereen nodig. En een compliment he, als

S als het goed gaat.

H ja. Precies. Gewoon als je ziet dat iemand zijn koekje laat staan. Dat je dan als groepsleiding even laat merken dat je het gezien hebt.

C ja

S ja

H dat soort dingen helpt gewoon heel veel.

S ja goeie. Ehm. Nou wat is er naast voldoende beweging en gezonde voeding nodig om het overgewicht aan te kunnen pakken? Nou dat is gewoon een stukje kennis

H Nou ik denk dat de inzet van de groepsleiding cruciaal is. En het uitstralen zeg maar. Het niet beperken. Het is een lastige

C een bepaalde grondhouding.

H nou ja precies.

S ja, want in de literatuur hebben we gelezen hoe belangrijk de rol is van de opvoeder. Als een opvoeder al vaker de trap neemt, dat dan eh, en dat ging dan wel over kinderen. En ik dacht ja, dat gaat ook over jongeren. En het zijn ook nog wel kinderen in hun eh..

H precies he. In de ontwikkeling zijn ze toch meer, is het toch meer bovenbouw basisschool, zeg maar eh. Ja. Voor tenminste 't cognitief stukje en ook het emotioneel stuk vaak wel. Het is voorleven voor een deel. En dat is als groepsleider wel lastig vaak, maar het is wel je werk.

S heb je het idee dat groepsleiders het nu teveel laten liggen?

H een aantal wel denk ik. Er zijn een aantal groepen waar ik heel enthousiast van werd, ten minste wat de jongeren aangeven. Die zijn eh, en dat zijn met name de actieve groepen en die gaan er huppakee op uit en die zijn bezig. En eh, en van die jongeren, die voelen zich ook prettig op de groep.

S zie je echt een duidelijk verschil tussen die jongeren die op die groep zitten en die op die andere?

H qua verhalen wel, maar ik heb dat nogmaals niet helemaal helder, ik heb het niet per groep geturfd of zo hoor. Dus dat weet ik dan niet. Maar het zijn meer de verhalen. Der zijn een aantal groepen, die zijn actief. En ik spreek met name met Birgit, en die kent die groepen, zij is de teamleider hier. Dus die kent ze wel, en die beaamt dat ook wel. Ze zegt, ja der zijn een paar mannengroepen, ik geloof dat er een paar mannengroepen zijn, die flink eh.

C zoals Buxus bijvoorbeeld.

H ja nou ja weet je dat onthoud ik op de een of andere manier niet

S nee

H Maar er zijn er een aantal die dat wel doen en die ja, weet je, ook het stukje zelfbeeld en gewoon huppakee lekker bezig zijn.

S ja

H geldt voor meiden, maar ik denk zeker voor jongens.

S ja

H ja

S nou goeie. Heb je wel eens contact gehad met groepsleiders over jongeren?

H eh.. ja. Wel. Ehm, maar niet over allemaal, dat is voor mij gewoon niet te doen.

S nee.

H wat ik wel doe is het op papier dan even met ze meegeven hoe het is. Zodat ze dat zelf even kunnen bespreken. Maar ik geef het wel altijd aan de jongeren mee hoor. En dan zeg ik dat het handig is om het misschien even te bespreken met de groepsleiding. Soms ook wel een stukje steun, want sommigen lopen tegen de grenzen van de groep aan.

S oke.

H maar ik heb natuurlijk wel altijd alleen het verhaal van de jongeren. Groepsleiding kan het dan wel weer nuanceren wat er wel en niet kan en mogelijk is.

S maar echt eh, als groepsleiders graag met zijn allen het overgewicht van de jongeren willen aanpakken, dan is er bijvoorbeeld niet een spreekuur dat ze naar jou toe kunnen om een stukje over het medische gebeuren te praten?

H oh in het algemeen? Tot nu toe niet, maar daar kan ik of wij als GGD best wat in betekenen. Wij hebben ook nog wel wat materialen over gezonde leefstijl en voeding.

C en zijn dit dan boeken of ook video's.

H Wat zeg je? Nee, we hebben ook leskisten. En of die nou meer geschikt zijn voor de groep of voor school dat weten we niet helemaal.

S het wordt nu nog niet gebruikt?

H volgens mij niet, nee.

S en heb je enig idee dat groepsleiders niet weten dat het bestaat of dat die mogelijkheid er is?

H eh, dat weet ik niet. Nee, want weet je ik ben vanuit de GGD en we werken we op scholen dus ik heb wel het contact hier op school maar op de groep gewoon niet.

S nee

H en dat is wel anders, want als jongeren thuis wonen dan heb ik daar nog wel eens contact mee. Met thuis over overgewicht, want die jongeren die thuis wonen die doen het ook niet in hun eentje, die hebben ook steun van hun ouders erbij nodig.

S dan is het toch eigenlijk best apart dat je dat wel doet bij de normale kinderen.

H ja

S terwijl deze kids het toch eigenlijk meer nodig hebben.

H ja eigenlijk wel. En ik weet wel dat er vanuit Emaus wel wat aandacht voor is hoor. Maar hoe dat precies zit dat weet ik niet, daar heb ik geen bemoeienis mee.

S en is dat ook eh, een soort bezuinigingsregel dat de groepsleider er niet bij is bij het gesprekje dat je hebt met de jongere?

H nee hoor, maar normaal, op normale scholen zijn ouders er ook nooit bij. Dat heeft ook met de leeftijd te maken van de jongeren. Als je 13 14 15 bent.

S o, ik dacht dat je dat bedoelde.

H nee, maar dan heb ik nog wel eens achteraf dat ik de ouders even bel of.

S o zo!

C uhu

H op die manier

S maar het is wel zo dat de GGD dat beschikbaar stelt, die pakketten? Of er mogelijkheden zijn tot..

H ja die zijn er wel, want je kan gewoon op de site van de GGD kijken, GGD Gelre-IJssel, daar kun je zovinden wat er allemaal is. Er zit ook veel foldermateriaal op. Maar ook wel lespakketten.

S dat is wel een goeie om even te kijken.

C uhu

H ja je kan in elk geval kijken wat erin zit.

S ja. Denk je dat groepsleiders voldoende kennis hebben om het overgewicht van de jongeren te kunnen aanpakken.

H nee

S nee?

C nee

S nee, je doet het heel overtuigend.

H ja, nee dat denk ik niet. Weet je ik denk wel dat iedereen wel zijn basiskennis heeft, maar het is wat anders om daarin een hele groep te managen. En eh, en het, er zit een verschil tussen kennis en mogelijkheden. en ik denk dat groepsleiding daar wel een stukje ondersteuning bij zou kunnen gebruiken.

S en van aan wie zou je dan kunnen denken? Want ze hebben natuurlijk wel die orthopedagoog, maar die weet daar ook niet echt..

H Maar die weet niets van euh dingen beweging. Ze zouden er eigenlijk, als ze er niemand voor in huis hebben, iemand voor moeten vragen en dat kan bij ons bij de GGD maar ze kunnen ook een diëtiste vragen als ze het echt op voeding willen. Of ze kunnen een bewegingsdeskundige vragen want je moet kijken wat er, je moet de goede balans vinden wat kan en wat past. Je kan wel allemaal leuke dingen gaan bedenken, maar als het niet past dan doet niemand het en gebeurt er niks.

S nee, dat is wel een goeie om even te checken of daar al niet iemand voor is.

H want het moet wel haalbaar zijn.

C ja

S wij zelf, ik hoor het wel vaker dat eh, dat groepsleiders niet voldoende kennis hebben, maar dan heb ik zoiets van, ja, kun je dan wel verwachten terwijl ze het zelf eigenlijk nergens vandaan kunnen halen?

H nee, nee.

C Dat zal wel terug komen in de aanbevelingen waarschijnlijk

S ja

H ja precies, want ze moeten kennis hebben over voeding, maar het moet ook binnen het budget vallen zeg maar. En je hebt natuurlijk een kok die eh, kookt. Dat doet de groepsleiding dan weer niet

geloof ik. Ik weet ook niets wat voor richtlijnen die heeft. En of dat strookt met wat er op de groep gebeurt. Ik denk dat die communicatielijnen ook wel beter kunnen.

S het verschilt ook wel per jongere, of die in de groeispurt zit, of niet, wat hij mag hebben.

H precies dat maakt ook nog uit.

S oke. Das wel een belangrijke

H het is kennis maar ook weer, nouja, het moet wel toegepast kunnen worden.

S ja. Denk je dat groepsleiders wel voldoende motivatie hebben, of heb je zoiets van dat groepsleiders niet beseffen hoe grote invloed het kan hebben op de jongeren?

H ik denk dat daar ook nog wel een stukje winst te behalen valt. Ja. En dat is ook wel weer wat jij net noemde he, dat stukje grondhouding. Dat hoort daarbij denk ik, en leefstijl, alcohol en drugs en de hele reutemeteut valt daar onder, voeding en beweging, is heel belangrijk voor jongeren. En sneeuwt hier denk ik wel eens onder door alle problemen die ze met zich mee brengen en het is natuurlijk gedrag waar ook aan gewerkt moet worden.

S ja en dan blijft eigenlijk de basale opvoeding wel eens..

H blijft soms wel eens wat te veel liggen denk ik.

S terwijl je daar bij normale kids juist mee begint.

H ja

S normaal leren eten

H ja, maar nogmaals het moet wel passen. Je moet groepsleiders ook niet overbelasten. Het moet een stuk basis zijn die er gewoon is. En dan is het het handigst als je dat als basis, of dat in elk geval als basis hebt. Dan neem je echt alles mee, traktaties, verjaardagen op een gezonde manier. En daar kun je het ook wel gezellig mee maken.

S ja absoluut. Ehm.. ja, wat zijn volgens jou de oorzaken van het overgewicht van de jongere? Daar hebben we het al een beetje over gehad...

H beweging is denk ik een belangrijke, want ze bewegen hier minder. Ik hoor heel veel jongeren die hebben altijd gesport en veel gedaan en dat kan ineens niet meer. Gevoetbald, gedanst, nou ja, vechtsporten gedaan en dat gebeurt hier niet meer. Dus daar zit een stuk in. En natuurlijk zit er een groot deel in stress. Ze zaten al in de stress, maar hier zit je verplicht dus zit je nog meer in de stress, zeker in het begin. En voeding wisselt per groep. Sommige jongeren eten hier veel gezonder dan dat ze thuis deden en andere groepen weer wat minder.

S ja, ehm... welke rol speelt de licht verstandelijke beperking in het overgewicht van de jongere?

H ja dat speelt wel een rol. En dat zal in het stukje kennis voor een deel zitten.

S ja

C kennis hebben over de problemen die het met zich mee brengt zeg maar?

H dat, oorzaak gevolg is een stuk, maar ook kennis van wat zit er nou in een sapje. Of iets gezond is wat je kan bedenken. En euh, dat je van een paar glazen cola, nou dat drinken ze hier niet hoor, dat je daar, dat het toch aardig aanzet.

S nou ja, ze mogen wel 1,50 per week aan snoep doen, en zo is het dan een hele fles cola, maar als je telt hoeveel calorieën er in normale cola zit. Dat is heel veel, maar dat mogen ze niet in 1 keer opdrinken. Een glaasje mee naar boven. Maar dat verschilt ook wel weer per groep. Ja. Ja, het is eigenlijk toch wel weer de hele basale dingetjes waar je dan eigenlijk over gaat praten.

H ja

S maar wat wel heel veel invloed heeft. Eh, welke factoren belemmeren eventueel de aanpak van overgewicht bij de LVG jongeren?

H ja wat ik, de handen op de groep, denk ik, dat dat een van de dingen is, eh, de tuinen die nog wel eens leeg zijn, ze kunnen niet veel. Dat wisselt per groep hoor, maar ik hoor wel van de jongeren over een aantal lege tuinen.

S uhu

H dus dan kun je ook niet veel bewegen.

S nee.

H en de, het beperkte aantal mogelijkheden in sporten.

S ja

H en ik denk dat daar ook winst in te behalen is hoor. Dat hoeft ook niet allemaal geld te kosten. Ik denk dat het daar ook gewoon weer een kwestie van mindset is, want daar kun je misschien ook wel vrijwilligers voor vragen. Misschien zijn er best wel breakdancers van weet ik veel, van 18 jaar of 20 jaar, die dat leuk vinden om 1 keer in de week met de jongeren te dansen. En misschien heb je hier binnen ook wel jongeren, en dat weet ik wel zeker, dat er hier ook wel een aantal zitten die goed kunnen breakdancen en die zou je ook wel een stukje verantwoordelijkheid kunnen geven.

C ja zeker weten.

H om met een groep eh, weet ik veel, elke dinsdag om 4 uur drie kwartier te breakdancen. En dan zij als leraar. Ja.

S het nadeel is dan weer dat Emaus een instelling is, besloten, gesloten, waarbij de jongeren niet zonder een groepsleider mogen zitten.

H ja klopt, dus dan zit je met die handen. Maar je kan ook in de besloten groep, wie weet zit daar wel een breakdancer, of een euh iemand weet ik veel, ik verzin maar wat.. of dat je iemand naar je groep toe haalt.

S ja goeie, we horen toch van aardig wat mensen dat medicatie ook een grote rol kan spelen. Kun je ons daar wat meer over vertellen?

H ja met name een paar antipsychotica, dipiperon, risperdal, wat de jongens en meiden hier krijgen want het doet iets met je driftbuien he, of je angst eh, en dat geeft eigenlijk een soort rem, of nee eigenlijk dat je minder rem hebt, dus je kan door blijven eten. Daar wordt bijna iedereen te dik van. Dus dat is absoluut nog een complicerende factor.

S ja, en zijn er ook vervangers voor die wat minder van die bijwerkingen hebben?

H er is een nieuwe medicijn, abidify heet dat, dat wordt nog niet zo heel vaak gebruikt. Het schijnt wat minder bijwerkingen te hebben. dat is een lastige.

S ja

H en dat kun je wel voorkomen, maar dat betekent gewoon heel heel heel heel strikt zijn. En dat is echt lastig.

S ja. Eh, nou volgens mij hebben we die andere drie aspecten wel behandelt, toch?

C ja

S ben je ook bekend met methodieken en behandelingen rondom jongeren met een licht verstandelijke beperking en overgewicht? Misschien van andere scholen of instellingen?

H voor op de groep bedoel je?

S ja nou, we dachten: dit zijn de licht verstandelijk beperkte jongeren met overgewicht en hier zitten ze nog heel erg in de startblokken met overgewicht maar misschien omdat je op meerdere instellingen werkt...

H ooh dat ze op andere plekken al meer eh, ja, nee. Ik werk ook op een ZMLK school onder andere en daar heeft de fysio therapeut een soort fitnessgroep opgestart want die hebben nog meer begeleiding nodig dan wij, en dat werkt voor een aantal wel prettig.

S ja

H omdat die nog minder geneigd zijn om te bewegen zeg maar, dus dat stukje heb je bij deze jongeren in elk geval mee. De meeste jongeren willen wel bewegen.

S maar dan wordt het een soort van verplicht te fitnessen of zo?

H nee een soort fysio therapie. O nee, maar dat maken ze leuk dus die willen wel mee doen.

S o oke. Het was gewoon onder schooltijd?

H ja. Dus dat eh, deden ze dan. Verder is het een, is het denk ik niet zo heel veel anders als bij andere jongeren.

S nee. Denk je niet?

H nee, de basis is toch beweging en gezonde voeding. En ook deze jongeren moeten straks voor zichzelf gaan zorgen en moeten weten wat gezond en wat niet is. Het is alleen wat meer ervaringsleren dus eh, ja. Een VWO'er vertel je wat erin zit en die weet het dan wel, en bij deze jongeren moet je zelf een boodschapje doen en samen kijken wat gezond is. En bewegen geldt natuurlijk voor iedereen. Dat kunnen zij niet minder goed dan anderen.

S nee klopt. Ze zijn misschien wat beperkter, maar dat komt door de omgeving waarin ze zitten.

H ja dat is het, en dat is aan Emaus, om te kijken hoe we dat zo optimaal mogelijk kunnen maken.

S ja inderdaad. Laatste vraag: heb je nog tips voor informatie of boeken of eh, onderzoeken die gedaan worden met betrekking tot het onderwerp?

H eh, ja, nee nou wat ik net al zeg: op de site van GGD kun je gewoon praktische dingen bekijken. En, eh, onderzoek... Ja, der zijn der, we hebben als jeugd gezondheidszorg daar, en vandaaruit is er ook veel onderzoek naar, want eh, dat kun je ook allemaal wel op internet vinden, gewoon de cijfers zeg maar. En dat geldt dan voor Nederland en dat is uitgesplitst in eh, Turks Marokkaans, Antilliaans, want dat maakt natuurlijk ook nog wel uit.

S dat is allemaal via internet te krijgen.

H ja dat kun je zo vinden. Zal ik anders zo wel even kijken.

S oke.

H Dus daar kun je dingen ook vinden, en wij, hebben een soort, ja, overbruggingsplan noemen ze dat dan om overgewicht, eh, de onderzoeken daar naar zijn gewoon echt niet afgerond. En een effectief bewezen methode om dat aan te pakken is er eigenlijk gewoon niet. Dus wat we in Nederland doen, is de dingen waarvan we weten dat het wat toe te voegen heeft, daar werken we mee. En wij werken met name met BOFT. Borstvoeding, dus voor de kleintjes. Dat stimuleren. Want dat heeft

## Fragmenten

### Fragment

#### **Label 1.1: Contact GGD-arts en jongeren.**

S. Je zegt als ze echt overgewicht hebben dan zie je ze meestal wel vaker?

H. Hangt een beetje van hun motivatie af. Voor een aantal keren vinden ze dat wel prettig, omdat je dan dingen met ze afspreekt van let op frisdrank. Dat je gewoon iets concreets afspreekt. En dat je dan na twee maanden kijkt, van werkt het? Blijft je gewicht dan een beetje stabiel, ga je wat naar beneden zelfs. Kom je toch aan. Dan moet je wat anders bedenken.

### Fragment

#### **Label 1.2: Niet gemotiveerde jongeren, lastige doelgroep.**

S. En de jongeren die bijvoorbeeld echt te dik zijn, maar niet gemotiveerd?

H. Dat is een lastige groep.

### Fragment

#### **Label 1.3: Contact tussen GGD-arts en groepsleiding via papier.**

H. Ik geef het altijd wel, altijd wel op papier even mee. Ook aan groepsleiding, wat dan verstandige dingen zijn waar je op kunt letten.

S. En daar blijft het dan wel een beetje bij?

H. Daar blijft het soms wel bij, ja.

### Fragment

#### **Label 1.4: Jongeren aangekomen sinds verblijf op Emaus.**

H. wat voor mij aanleiding was, voor de brief, was dat ik met name vorig jaar merkte dat steeds meer jongeren zeiden dat ze met name hier te dik waren geworden, in de tijd dat ze hier waren.

H. Dat ze echt kilo's er aan vlogen. En dat kan niet de bedoeling zijn

### Fragment

#### **Label 1.5: Negatieve gevolgen voor hun zelfbeeld.**

S. je geeft ook aan dat jongeren het niet fijn vinden om overgewicht te hebben. Kun je ook vertellen waar ze precies last van hebben?

H. Ja, zelfbeeld

Hele boel gezondheidsrisico's, maar voor deze jongeren is dat ver weg, tenminste deze jongeren hebben andere dingen aan hun kop. Dat is vaak het lastige.

maar op dit moment doet het wel veel met hun zelfbeeld, ze voelen zich vaak niet lekker in hun vel, en pesten speelt hierin absoluut ook een rol. Je krijgt ook gelijk allemaal lelijke dingen naar je hoofd als je wat te zwaar bent

### Fragment

#### **Label 1.6: Gebrek aan kennis van jongeren.**

S. Wat maakt dan dat jongeren niet goed weten hoe ze het moeten aanpakken?

H. kennis is 1 denk ik maar dat geldt niet alleen voor deze jongeren. Dat geldt denk ik voor heel Nederland.

Bijna iedereen denkt dat sapjes altijd maar gezond zijn, maar daar zitten koolhydraten in, dat wil je niet weten.

**Fragment**

**Label 1.7: Jongeren hebben weinig invloed op hun leven.**

En een ander ding is dat, deze jongeren allemaal gewoon toch weinig invloed hebben op hun eigen leven op dit moment. Zeker als ze gesloten zitten, dan kunnen ze alleen maar bewegen als dat kan binnen die groep.

**Fragment**

**Label 1.8: Beperkingen van het wonen op een groep.**

Er zijn ook jongeren die wel willen afvallen, maar die moeten dan hun bord leeg eten en anderen willen wel sporten, maar dan gaat het weer niet door omdat er iemand op de groep dwarsligt en dat dan de groepsleiding dan weer zijn aandacht op die moet zetten.

**Fragment**

**Label 1.9: Per groep verschillend in hoe actief ze zijn.**

H. Of het wisselt per groep, de ene groep is heel actief, de andere niet.

**Fragment**

**Label 1.10: Mogelijkheid tot bewegen wisselt per groep.**

De mogelijkheid tot bewegen. Dat wisselt dan erg per groep. Voor sommige kinderen is dat echt voor verbetering vatbaar.

**Fragment**

**Label 1.11: Kennis over leefstijl moet gegeven worden zowel op school als op de groep.**

S. Denk je ook dat ze dan wat hulp nodig hebben omtrent de kennis? Dat ze daar wat meer informatie over krijgen?

H. ik denk dat ze daar wel voor de rest van hun leven wat mee zouden kunnen. En dat is denk ik een deel op school. Maar misschien ook wel op de groep, als ze samen koken of zo. Boodschappen doen, al dat soort dingen.

**Fragment**

**Label 1.12: Wanneer jongeren afvallen zitten ze beter in hun vel.**

Maar aan de andere kant merk ik wel dat doordat ze juist zo aankomen, gaan ze weer niet lekker in hun vel zitten en krijgen ze een negatiever zelfbeeld. En overgewicht is wel een iets concreets waar je wat aan kunt doen. Want ik merk hier wel, als het jongeren wel lukt om iets kwijt te raken, nou daar worden ze helemaal vrolijk van.

Dan zitten ze beter in hun vel en dit is een concreet iets.

**Fragment**

**Label 1.13: Bezig zijn met voeding en beweging moet positief en leuk zijn.**

Je moet inderdaad niet een sfeer creëren, van we eten hier alleen maar droge biscuitjes.

H ook gewoon dat het heel positief en leuk is om, op die manier met voeding bezig te zijn en met bewegen

**Fragment**

**Label 1.14: Elke kilo die je afvalt, is een concreet resultaat.**

H ja maar dat is ook heel lastig als je echt over flink, want die lopen hier natuurlijk ook wel rond, van die flink obese kinderen, dat is heel lastig. Maar ja, elke kilo die je op die weegschaal ziet, dat is concreet resultaat.

Want je hebt het dan ook zelf gedaan, dat is het ook. Het komt uit jouw kracht dat je bewogen hebt, of dat glaasje cola hebt laten staan. Het is heel concreet.

**Fragment**

**Label 1.15: Hoeveelheid jongeren dat aangekomen is sinds verlief.**

S. Jongeren benoemen dat ze in deze instelling dikker zijn geworden. Zie je dat bij veel jongeren?

H. Het gaat toch wel, nou, 10, 20 jongeren sowieso wel. Die dát specifiek benoemden. Dat ze hier zijn aangekomen. Van de 100

**Fragment**

**Label 1.16: Te weinig handen op de groep.**

Want sommige willen dan wel graag bewegen, maar dat is net als wat ik net al zei, dan gaat het weer niet door, omdat een jongere flipt en er dan gewoon te weinig handen op de groep zijn.

**Fragment**

**Label 1.17: Lege tuinen.**

En op andere groepen staat gewoon een lege tuin. Er is niet overal een trampoline. Dus dan kunnen ze wel naar buiten, maar dan is het nog alleen maar chillen.

**Fragment**

**Label 1.18: Sportmogelijkheden sluiten niet altijd aan bij de behoeften van jongeren.**

De sportmogelijkheden zijn ook niet altijd even geweldig. Er is niet altijd wat zij graag willen. Dat dansen is dan weg gevallen. Nou bijna iedereen wil hier heel graag dansen. Nou dat is gewoon heel jammer.

**Fragment**

**Label 1.19: Niet gemotiveerde jongeren kunnen gestimuleerd worden.**

S. Dus je denkt dat als de jongeren die echt gemotiveerd zijn, goed gestimuleerd zouden worden door de groepsleiding, dat daar dan nog best wel wat te behalen valt?

H. Daar is zeker wat in te behalen

Maar zeker ook bij de jongeren die niet gemotiveerd zijn. Dat heb je overal natuurlijk, overgewicht is gewoon een lastige. Daar moet je aan werken daar heeft iedereen steun bij nodig, dat kan niemand in zijn eentje.

Dus al ben je niet helemaal gemotiveerd. Je kan iemand wel motiveren.

**Fragment**

**Label 1.20: Verplichte rustmomenten.**

H. Een ander ding waar ik tegen aan liep waren de rustmomenten. Daar hebben een heel aantal jongeren het over. Want dan zijn ze verplicht om op hun kamer te zitten. Terwijl een heel aantal veel liever een potje voetbalt in de tuin.

En rustmomenten op je kamer vind ik een lastige bij jongeren, nou ja, dan komt die rugzak met ellende weer, maar dan ga je zitten malen. En dan, tenminste dat hoor ik ook wel van een aantal jongeren, die worden daar eerder onrustig van. Natuurlijk niet alle jongeren, want sommigen vinden het prettig om ook wel even alleen te zijn. Maar ook een aantal zouden het ook wel lekker vinden om gewoon even, lekker aan de gang te gaan. Dat ontspant voor sommigen meer. En daar is ook geen keuze in. Want dat is regel hier. Punt.

Ik denk dat ze rustiger worden van de trampoline of van een potje voetbal.

#### **Fragment**

##### **Label 1.21: Inzet groepsleiders cruciaal.**

S. Wat is er naast voldoende beweging en gezonde voeding nodig om het overgewicht aan te kunnen pakken?

H. Ik denk dat de inzet van de groepsleiding cruciaal is. En het uitstralen zeg maar. Het niet beperken. Het is voorleven voor een deel. En dat is als groepsleider wel lastig vaak, maar het is wel je werk.

#### **Fragment**

##### **Label 1.22: Jongere van actieve groepen voelen zich prettig.**

S. Heb je het idee dat groepsleiders het nu teveel laten liggen?

H. een aantal wel denk ik. Er zijn een aantal groepen waar ik heel enthousiast van werd, ten minste wat de jongeren aangeven en dat zijn met name de actieve groepen, die gaan erop uit en die zijn bezig. En de jongeren, die voelen zich ook prettig op de groep.

S. Zie je echt een duidelijk verschil tussen die jongeren die op die groep zitten en die op die andere?

H. Qua verhalen wel, maar ik heb dat nogmaals niet helemaal helder, ik heb het niet per groep geturfd. Dus dat weet ik dan niet. Maar het zijn meer de verhalen.

#### **Fragment**

##### **Label 1.23: Contact tussen groepsleider en GGD-arts.**

S. Heb je wel eens contact gehad met groepsleiders over jongeren?

H. Ja, maar niet over allemaal, dat is voor mij gewoon niet te doen. Wat ik wel doe is het op papier met ze meegeven hoe het is. Zodat ze dat zelf even kunnen bespreken. Maar ik geef het wel altijd aan de jongeren mee en dan zeg ik dat het handig is om het misschien even te bespreken met de groepsleiding. Soms ook wel een stukje steun, want sommigen lopen tegen de grenzen van de groep aan.

#### **Fragment**

##### **Label 1.24: Mogelijkheid voor grl om vragen te stellen aan GGD-arts.**

S. Als groepsleiders graag met z'n allen het overgewicht van de jongeren willen aanpakken, dan is er bijvoorbeeld niet een spreekuur dat ze naar jou toe kunnen om een stukje over het medische gebeuren te praten?

H. oh in het algemeen? Tot nu toe niet, maar daar kan ik of wij als GGD best wat in betekenen.

#### **Fragment**

##### **Label 1.25: Materialen over gezonde leefstijl en voeding.**

H. Wij hebben ook nog wel wat materialen over gezonde leefstijl en voeding.

S. Het wordt nu nog niet gebruikt?

H Volgens mij niet, nee.

S. Heb je enig idee of groepsleiders weten dat het bestaat of dat die mogelijkheid er is?

H. Dat weet ik niet. Nee, want weet je ik ben vanuit de GGD en we werken op scholen dus ik heb wel het contact hier op school maar op de groep gewoon niet.

#### **Fragment**

##### **Label 1.26: grl wel basiskennis maar niet voldoende kennis.**

S. Denk je dat groepsleiders voldoende kennis hebben om het overgewicht van de jongeren te kunnen aanpakken.

H. Nee. Ik denk wel dat iedereen zijn basiskennis heeft, maar het is wat anders om daarin een hele groep te managen. Er zit een verschil tussen kennis en mogelijkheden. Ik denk dat groepsleiding daar wel een stukje ondersteuning bij zou kunnen gebruiken.

#### **Fragment**

##### **Label 1.27: Motivatie groepsleiders en grondhouding.**

S. Denk je dat groepsleiders wel voldoende motivatie hebben, of heb je zoiets van dat groepsleiders niet beseffen hoe grote invloed het kan hebben op de jongeren?

H ik denk dat daar ook nog wel een stukje winst te behalen valt. Ja. En dat is ook wel weer wat jij net noemde, dat stukje grondhouding. Dat hoort daarbij denk ik, en leefstijl, alcohol en drugs en de hele reutemeteut valt daar onder, voeding en beweging, is heel belangrijk voor jongeren.

Je moet groepsleiders ook niet overbelasten. Het moet een stuk basis zijn die er gewoon is.

#### **Fragment**

##### **Label 1.28: Rol van de LVB in het overgewicht van de jongere.**

S. welke rol speelt de licht verstandelijke beperking in het overgewicht van de jongere?

H. Ja dat speelt wel een rol. En dat zal in het stukje kennis voor een deel zitten. Oorzaak en gevolg is een stuk, maar ook kennis van wat zit er nou in een sapje.

#### **Fragment**

##### **Label 1.29: invloed van medicatie.**

S. We horen toch van aardig wat mensen dat medicatie ook een grote rol kan spelen. Kun je ons daar wat meer over vertellen?

H. Ja met name een paar antipsychotica: dipiperon, risperdal, wat de jongens en meiden hier krijgen want het doet iets met je driftbuien, of je angst en dat geeft eigenlijk een soort rem, of nee eigenlijk dat je minder rem hebt, dus je kan door blijven eten. Daar wordt bijna iedereen te dik van. Dus dat is absoluut nog een complicerende factor. Dat kun je wel voorkomen, maar dat betekent gewoon heel heel heel heel strikt zijn. En dat is echt lastig.

Er is een nieuwe medicijn, abidify heet dat, dat wordt nog niet zo heel vaak gebruikt. Het schijnt wat minder bijwerkingen te hebben.

## Labels

|      |                                                                                   |   |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------|---|
| 1.1  | Label: Contact GGD-arts en jongeren.                                              | A |
| 1.2  | Label: Niet gemotiveerde jongeren, lastige doelgroep.                             | B |
| 1.3  | Label: Contact tussen GGD-arts en groepsleiders via papier.                       | C |
| 1.4  | Label: Jongeren aangekomen sinds verblijf op Emaus.                               | D |
| 1.5  | Label: Negatieve gevolgen voor hun zelfbeeld.                                     | E |
| 1.6  | Label: Gebrek aan kennis van jongeren.                                            | F |
| 1.7  | Label: jongeren hebben weinig invloed op hun leven.                               | I |
| 1.8  | Label: Beperkingen van het wonen op een groep.                                    | I |
| 1.9  | Label: Per groep verschillend in hoe actief ze zijn.                              | G |
| 1.10 | Label: Mogelijkheid tot bewegen wisselt per groep.                                | G |
| 1.11 | Label: Kennis over leefstijl moet gegeven worden zowel op school als op de groep. | F |
| 1.12 | Label: Wanneer jongeren afvallen zitten ze beter in hun vel.                      | H |
| 1.13 | Label: Bezig zijn met voeding en beweging moet positief en leuk zijn.             | J |
| 1.14 | Label: Elke kilo die je afvalt is een concreet resultaat.                         | H |
| 1.15 | Label: Hoeveelheid jongeren dat aangekomen is sinds verblijf.                     | D |
| 1.16 | Label: Te weinig handen op de groep.                                              | I |
| 1.17 | Label: Lege tuinen.                                                               |   |
| 1.18 | Label: Sportmogelijkheden sluit niet altijd aan bij de behoeften van jongeren.    | I |
| 1.19 | Label: Niet gemotiveerde jongeren kunnen gestimuleerd worden.                     | B |
| 1.20 | Label: Verplichte rustmomenten.                                                   | I |
| 1.21 | Label: Inzet groepsleiders cruciaal.                                              | J |
| 1.22 | Label: Jongere van actieve groepen voelen zich prettig.                           | G |
| 1.23 | Label: Contact tussen groepsleiders en GGD-arts.                                  | C |
| 1.24 | Label: Mogelijkheid voor groepsleiders om vragen te stellen aan GGD-arts.         | C |
| 1.25 | Label: Materialen over gezonde leefstijl en voeding.                              | S |
| 1.26 | Label: Groepsleiders wel basiskennis maar niet voldoende kennis.                  | J |
| 1.27 | Label: Motivatie groepsleiders en grondhouding.                                   | J |
| 1.28 | Label: Rol van de LVB in het overgewicht van de jongere.                          | I |
| 1.29 | Label: Invloed van medicatie.                                                     | I |

## Labels geordend per thema

### A

1.1 Contact GGD-arts en jongeren.

### B

1.2 Niet gemotiveerde jongeren, lastige doelgroep.

1.19 Niet gemotiveerde jongeren kunnen gestimuleerd worden.

### C

1.3 Contact tussen GGD-arts en groepsleiders via papier.

1.23 Contact tussen groepsleiders en GGD-arts.

1.24 Mogelijkheid voor groepsleiders om vragen te stellen aan GGD-arts.

### D

1.4 Jongeren aangekomen sinds verblijf op Emaus.

1.15 Hoeveelheid jongeren dat aangekomen is sinds vertrek.

### E

1.5 Negatieve gevolgen voor hun zelfbeeld.

### F

1.6 Gebrek aan kennis van jongeren.

1.11 Kennis over leefstijl moet gegeven worden zowel op school als op de groep.

### G

1.9 Per groep verschillend in hoe actief ze zijn.

1.10 Mogelijkheid tot bewegen wisselt per groep.

1.22 Jongere van actieve groepen voelen zich prettig.

### H

1.12 Wanneer jongeren afvallen zitten ze beter in hun vel.

1.14 Elke kilo die je afvalt is een concreet resultaat.

### I

1.16 Te weinig handen op de groep.

1.17 Lege tuinen.

1.18 Sportmogelijkheden sluit niet altijd aan bij de behoeften van jongeren.

1.20 Verplichte rustmomenten.

1.28 Rol van de LVB in het overgewicht van de jongere.

1.29 Invloed van medicatie.

1.7 Jongeren hebben weinig invloed op hun leven.

1.8 Beperkingen van het wonen op een groep.

### J

1.21 Inzet groepsleiders cruciaal.

1.26 Groepsleiders wel basiskennis maar niet voldoende kennis.

1.27 Motivatie groepsleiders en grondhouding.

1.13 Bezit zijn met voeding en beweging moet positief en leuk zijn.

## Kernlabelschema

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>A Contact tussen jongeren en GGD-arts.</b><br>1.1 Contact GGD-arts en jongeren.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>B Ongemotiveerde jongeren</b><br>1.2 Niet gemotiveerde jongeren, lastige doelgroep.<br>1.19 Niet gemotiveerde jongeren kunnen gestimuleerd worden.                                                                                                                          |
| <b>C Contact tussen groepsleiders en GGD-arts.</b><br>1.3 Contact tussen GGD-arts en groepsleiding via papier .<br>1.23 Contact tussen groepsleiders en GGD-arts.<br>1.24 Mogelijkheid voor groepsleiders om vragen te stellen aan GGD-arts.                                                                                                                                                           | <b>D Jongeren zijn aangekomen tijdens verblijf op Emaus.</b><br>1.4 Jongeren aangekomen sinds verblijf op Emaus.<br>1.15 Hoeveelheid jongeren dat aangekomen is sinds verblijf.                                                                                                |
| <b>E Zelfbeeld.</b><br>1.5 Negatieve gevolgen voor hun zelfbeeld.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>F Kennis.</b><br>1.6 Gebrek aan kennis van jongeren.<br>1.11 kennis over leefstijl moet gegeven worden zowel op school als op de groep.                                                                                                                                     |
| <b>G Verschillen tussen groepen.</b><br>1.9 Per groep verschillend in hoe actief ze zijn.<br>1.10 Mogelijkheid tot bewegen wisselt per groep.<br>1.22 Jongere van actieve groepen voelen zich prettig.                                                                                                                                                                                                 | <b>H Afvallen</b><br>1.12 Wanneer jongeren afvallen, zitten ze beter in hun vel.<br>1.14 elke kilo die je afvalt, is een concreet resultaat.                                                                                                                                   |
| <b>I Belemmerende factoren.</b><br>1.16 Te weinig handen op de groep.<br>1.17 Lege tuinen.<br>1.18 Sportmogelijkheden sluit niet altijd aan bij de behoeften van jongeren.<br>1.20 Verplichte rustmomenten.<br>1.28 Rol van de LVB in het overgewicht van de jongere.<br>1.29 Invloed van medicatie.<br>1.7 Jongeren hebben weinig invloed op hun leven.<br>1.8 Beperkingen van het wonen op een groep | <b>J Kennis en aandacht van Groepsleiders.</b><br>1.21 Inzet groepsleiders cruciaal.<br>1.26 Groepsleiders wel basiskennis maar niet voldoende kennis.<br>1.27 Motivatie groepsleiders en grondhouding.<br>1.13 Bezig zijn met voeding en beweging moet positief en leuk zijn. |

## Bijlage C Interview met orthopedagoge

### Interviewvragen

#### Inleiding:

Hoelang bent u werkzaam als orthopedagoge?

Hoelang bent u werkzaam als orthopedagoge op kwadrant Emaus?

Hoe vaak ziet u de jongeren?

Wat voor contact heeft u met de jongeren?

#### Verkennde vragen overgewicht:

Wat is uw visie op het onderwerp overgewicht bij jongeren met een licht verstandelijke beperking op kwadrant Emaus?

Komt u het onderwerp overgewicht tegen in de praktijk?

- Zo ja: hoe komt u dit tegen?
- Zo nee: in de brief van de GGD arts blijkt dat veel jongeren hier last van hebben, hoe komt het dat u dit onderwerp niet tegen komt?

Heeft u naar uw mening voldoende kennis om jongeren en groepsleiders te begeleiden als het gaat om het overgewicht van de jongeren?

Geeft u aan het overgewicht van de jongere prioriteit in de behandeling?

- Zo ja: hoe doet u dat?
- Zo nee: waarom niet?

Brief van GGD-arts: U vertelde aan de telefoon dat u de brief heeft gelezen.

Wat vond u van de brief?

Heeft u acties ondernomen na de brief te hebben gelezen?

Er worden verschillende uitspraken gedaan in de brief. *Bijvoorbeeld: Jongeren weten niet goed hoe ze hun eigen overgewicht moeten aanpakken.*

Klopt dit volgens u?

- Hoe komt dit volgens u?
- Op welke manier kunnen de jongeren leren hoe ze hun overgewicht kunnen aanpakken?
- Zijn jongeren gemotiveerd om te werken aan hun overgewicht? Waar merkt u dat aan?

Oorzaken: Wat zijn volgens u bepalende factoren, waardoor jongeren met een licht verstandelijke beperking overgewicht hebben/krijgen?

Welke rol speelt de licht verstandelijke beperking in het overgewicht bij de jongeren?

Gevolgen: Welke gevolgen signaleert u bij de jongeren die overgewicht hebben naast de medische gevolgen?

#### Kennis grl.:

De GGD arts geeft in haar brief aan dat het haar opvalt dat jongeren, in gesprek met haar, aangeven dat ze in deze instelling of ook wel in een vorige instelling zijn aangekomen.

Denkt u dat groepsleiders voldoende kennis hebben om het overgewicht van de jongeren aan te kunnen pakken?

Uit de enquête, ingevuld door groepsleiders, blijkt dat **75** jongeren niet zijn afgevallen en **64** jongeren aan zijn gekomen in de tijd dat ze hier wonen. (16 jongeren vermindert).

- Wat hebben de groepsleiders volgens u nodig om het overgewicht van de jongeren aan te kunnen pakken?
- Wel te doen?

Gevolgen: Welke gevolgen signaleert u bij de jongeren die overgewicht hebben naast de medische gevolgen?

Enquête vragen: *In de enquête wordt gevraagd of het overgewicht wordt besproken tijdens IO's. Van de 80 respondenten reageren **61** met een 'ja'. Wat wordt er zoal tijdens een IO besproken m.b.t. overgewicht?*

Op de vraag 'Worden er in het persoonlijk plan van de jongeren doelen opgesteld t.a.v. het overgewicht' antwoordden **46** respondenten met een 'ja' en **34** met een 'nee.' Wat is volgens jou de reden dat 34 groepsleiders zeggen van niet?

(Groepsleiders geven aa: geen tijd, geen inzicht i.v.m. geen pb'er zijn, belangrijkere zaken/problemen, jongere ondervind geen hinder, lastig te controleren op weekend, het is een taak van mentor en ouders/verzorgers.)

Welke factoren belemmeren eventueel de aanpak van overgewicht bij LVG-jongeren

Welke rol spelen de volgende aspecten in het overgewicht?

- Problematiek
- Thuisituatie
- Groepssituatie
- Eetpatroon

Bent u bekend met methodieken en behandelingen rondom jongeren met een licht verstandelijke beperking en overgewicht?

Heeft u nog tips voor ons onderzoek?

## Verslag uitgetypt

nou ik zal het even kort inleiden en dan zal sylvia, zij heeft de eh vragen op papier.

we zijn dus bezig met onderzoek naar overgewicht eeh onder jongeren van Emaus eeh we hebben ondertussen al aardig stappen ondernomen. we hebben de enquête uit de deur gdaan, aan alle groepsleiders en daar staat bijvoorbeeld een stuk in over kennis op welke manier ze aandacht besteden en wat ze erover weten zegmaar. en eeh over de belemmerende factoren en dat soort dingen. eeh daar hebben we tachtig van terug gekregen dus eeh we spraken met Joep en die zei dat het niet de helft is maar wel heel veel. eeh hij is de opdrachtgever. eeh we hebben een gesprek gehad met deehh ggd arts , henriette van domselaar, ken je die? nee. ooh eeh die zit bij het Emaus college en eeh hebben we verder nog andere dingen gedaan? eeh nee, nou we gaan misschien nog naar de dag waar de rapporten van de inspectie zorg wordt gepresenteerd. ja daar werden we ook door uitgenodigd door bianca winants. misschien dat we daar ook naartoe gaan.

maar dat is nog niet zeker, nee en eehm wat we eigenlijk met dit onderzoek willen bereiken, we willen het liefst eeh een aantal aanbevelingen doen aan de instelling waarmee we dan zegmaar nou dit hebben we onderzoek met ons onderzoek, doe ermee wat je wilt maar dit is wat wij hebben gedaan.

S: vanuit de inspectie wordt er behoorlijk wat druk opgelegd ook dat het veel geld kost, en gezondheidsproblemen en eeh dat was één kant toen we begonnen. Eeh de ggd arts die had ook een brief geschreven.

O: dat heb ik gelezen ja.

S: Ja, ja, wij dachten nu is het wel interessant hoe de groepsleiders er inderdaad tegen aankijken want vinden hun het geen probleem ja dan moet je daar misschien eerder op insteken.

O: Ja oke.

S: maar overgewicht is natuurlijk wel een maatschappelijke tendens en niet alleen op Emaus, maar heel de maatschappij.

S: Nee inderdaad, klopt. Dus eehm ik weet niet of je nog vragen hebt?

O: eeh nee.

S: Oke. eehm hoelang ben je al werkzaam als orthopedagoge?

O: ongeveer vier jaar.

S oke

S: en eehm hoe vaak zie je de jongeren?

O: Hoe vaak zie ik de jongeren. Dat kan wel eens wisslen, met de ene jongere heb je meer contact dan met de andere jongeren. Maar doorgaans heb je weinig direct contact met de jongere, meer via groepsleiders.

S: oohke.

O: Er zijn wel jongeren die zelf een gesprekje aanvragen en dan kijk je of dat nodig is en je ziet ze bij het advies gesprek en je ziet ze op de bepaalde momenten dat je op de leefgroep bent, maar doorgaans zijn de momenten dat ik op de groep ben, dan zijn de jongere op school of op stage.

S: Ja, eeh oke. Eh wat is je visie op het onderwerp overgewicht bij jongeren met een licht verstandelijke beperking op kwadrant emaus?

O: eeh ik heb toen de brief gelezen vanuit de ggd arts, de schoolarts en daar was ik het gewoon helemaal mee eens, dat is heel herkenbaar.

S: oke.

O: overgewicht is niet wenselijk, niet alleen voor deze jongeren maar voor iedereen. Het is gewoon

slecht voor je gezondheid.

S: oke, we komen zo ook nog even op terug. Maar eehm kom je het overgewicht zelf ook tegen op de werkvloer bij de jongeren?

O: ook wel bij personeel haha, daar moet je wel heel voorzichtig mee zijn.

S: Ja ehm

O: kijk, je hebt een voorbeeldfunctie, dat staat ook in de gedragscode, dat je een voorbeeldfunctie hebt

S: het is meer de manier waarop je denk ik eeh laat zien aan jongeren wat voor maaltijden je klaar maakt.

O: ik denk wel dat je eeh ik vind wel dat je als groepsleider zijnde een voorbeeldfunctie hebt in wat je uitstraalt en eeh dat je een gezond en een gevarieerd eetpatroon behoudt en dat je daarin een voorbeeldfunctie hebt en ook wel in beweging.

S: Eeh heb naar jouw mening voldoende kennis om groepsleiders en jongeren te begeleiden als het gaat om het overgewicht van de jongeren?

O: nou de manier waarop ik dat eh aanpak is eigenlijk eeh, als je een jongere hebt waarbij sprake is van overgewicht dan ga je eerst kijken eeh was dat in het verleden ook al zo, wanneer was dat en welke oorzaken, factoren spelen daarin een rol en dat kan van alles zijn: eeh hij heeft misschien heel weinig beweging gehad, misschien een heel slecht eetpatroon eehm of misschien zit er een psychische oorzaak achter of misschien veroorzaakt het nu psychische problemen.

S: Ja.

O: je gaat eerst kijken hoe komt het en dan ga je kijken wat kun je daarop inzetten en soms is het niet handig om een jongere op een dieet te zetten en als een dieet wel nodig is dan verwijzen wij heel vaak naar een diëtiste, wij gaan niet zelf een dieet bedenken.

S: nee.

O: dus wij maken wel gebruik van diëtiste.

S: er waren ook een paar mensen, niet veel mensen maar een paar gaven aan dat ze met een diëtiste wel eens in contact komen.

O: ik heb dat nu momenteel zelf niet maar eehm er zijn wel jongeren die ik onder mijn hoede heb waarbij sprake is van overgewicht maar dan ga je eerst ook kijken kun je normaliseren. Dit zijn dan jongeren die weinig beweging hebben gehad en die geen gezond eetpatroon hebben en vaak zie je dat als ze op Emaus zijn en ze gaan naar school, naar stage en naar het vrijetijd aanbod dat ze dan vanzelf afvallen.

S: Ja eehm. Geef je zelf aan het overgewicht van de jongere prioriteit in de behandeling?

O: je geeft het prioriteit als het overgewicht een onderwerp is dan neem je dat mee.

S: ja

O: Het is één van de doelen waar je dan aan gaat werken maar het ligt er ook aan of de jongere daar ook zelf voor gemotiveerd is. Je kan het wel opleggen maar dat werkt meestal niet.

S: En als de jongere niet gemotiveerd is ga je dan het stuk motivatie aanpakken?

O: dan is dat één van de doelen, dat is dan wat je aangeeft aan de groepsleiders, dat ze eerst de jongeren moeten gaan motiveren, maar ook het netwerk erbij betrekken. Het kan soms wel zo zijn dat je hierop Emaus ervoor zorgt dat de jongere voldoende beweegt, dat je de jongere motiveert en meeneemt, soms ook wel een tikje ertoe verplicht. En dat je de eetpatronen probeert te normaliseren en dat je zicht houdt dat de jongere niet al te veel snoept. Maar het is wel belangrijk dat je het netwerk hierbij betreft, want anders heeft het niet zo veel zin.

C: daar zijn ook voorbeelden van he, dat het hier heel goed gaat en dan eeh een weekje thuis en dan

is er weer 10 kilo bij

O: Ja.

S: oke, want eehm we stelden die vraag omdat in de enquête ook voor kwam dat heel veel groepsleiders geen aandacht besteden omdat er op dat moment andere problemen zijn

O: Ja dat kan soms is de jongere er nog niet aan toe of zijn er andere dingen die belangrijker zijn.

Soms werk je dan wel indirect aan het gewicht als bijvoorbeeld meespeelt dat iemand een heel negatief zelfbeeld heeft of bepaalde eeh emotieregulering problemen heeft. Bijvoorbeeld zijn verdriet wegeet of frustraties. Als je eerst dat probleem aanpakt dan pak je indirect ook het overgewicht aan. Als de jongere beter leert omgaan met bepaalde emoties te uiten.

C: dat is wel grappig want dat is precies andersom dan wat wij hadden gehoord bij de GGD arts.

O: als je afvalt doet dat weer wat goeds met je zelfbeeld, je krijgt dan misschien meer zelfvertrouwen maar andersom is het ook zo. Als je werkt aan de onderliggende problematiek, want volgens mij maken dietisten ook vaak die keuze. Ik heb ook wel eens gehoord dat een dietiste aangeeft, het heeft geen zin om een dieet te schrijven als jij niet werkt aan de onderliggende problematiek.

S: komt ook wel naar boven in de literatuur inderdaad dat ze zeggen als er sociale problemen erachter zitten dat je dan niet het overgewicht moet aanpakken omdat dat niet werkt.

O: Het kan allebei

S: Ja

S: eehm in de brief van de ggd arts staat dat jongeren niet goed weten hoe ze het overgewicht moeten aanpakken, hoe komt dat volgens jou, dat de jongere dat niet weten?

O: Nooit aandacht aan besteed of verkeerde aandacht aan besteed. Misschien speelt ook wel het stukje verstandelijke beperking mee. Dat je niet weet wat gezonde voeding is.

S: denk je dat eh er wel voldoende aandacht besteed wordt, op school bijvoorbeeld ja daar heb je misschien wat minder zicht op.

O: Ik weet niet of, ja het emaus college besteed wel aandacht aan gezonde voeding. Ik weet niet welke programma's zij gebruiken want er zijn volgens mij ook wel speciale programma's voor. Kinderen met overgewicht, ik heb daar vroeger zelf nog een studie over gedaan, maar dat ben ik alweer vergeten.

S: je hebt hem niet zelf ontworpen?

O: nee nee.

S: ja er zijn wel protocollen geschreven en boeken. Maar, weet niet wat je bedoeld. Eehm Op welke manier kun je de jongeren leren hoe ze hun overgewicht kunnen aanpakken.

O: ja dat is wel heel erg individueel bepaald. Bij de ene jongere werkt het zo en bij de andere jongere werkt het weer anders. Dat ligt ook wel een beetje aan het niveau, aan de problematiek, aan de fase van de behandeling. Dus ik kan dat niet zo kant en klaar zeggen. En de ene jongere is daarin veel meer afhankelijk van zijn context dan de andere.

S: ja.

en motivatie speelt hierin ook een rol.

S: Ja want daar hadden we ook nog een vraag over. Eehm je zei: het is belangrijk dat de jongere gemotiveerd is. Ehm maar zie je ook een verschil, zie je vaak dat een jongere wel gemotiveerd is of zie je vaker dat een jongere niet gemotiveerd is. of is dat lastig te zeggen?

O: Nou wat ik wel eens tegen kom is dat jongeren er last van hebben, dat ze bijvoorbeeld op school niet willen omkleden in bijzijn van andere jongeren maar eehm dat wil nog niet zeggen dat ehm hij of zij daar ook direct door gemotiveerd is om eeh daarmee aan de slag te gaan, soms is dat nog weer een stap te ver maar dan hebben ze wel een bepaalde leidersdruk en dat kan de eerste stap zijn om

toch eh gemotiveerd te raken om af te vallen.

Sja eehm..

O: Maar ze hebben daar meestal wel heel veel ondersteuning bij nodig.

S: Eeh overgewicht is natuurlijk wel een problematiek wat verschillende oorzaken kan hebben en het is niet zo even opgelost.

O: Nee.

S: Nee, eehm wat zijn volgens jou bepalende factoren waardoor jongeren met een licht verstandelijke beperking en overgewicht heeft? En dan bedoelen we meer mee zijn er factoren die bij deze jongere nadelig zijn en die jongeren zonder een licht verstandelijke beperking niet hebben.

O: eeh.. naja ik denk wel dat jongeren met een licht verstandelijke beperking een vaker negatief zelfbeeld hebben, minder sociale aansluiting, eehm meer moeite in sociale contacten onderhouden meer moeite met informatie verwerking.

S: en koppel je dat aan de lage niveau van de jongere of aan het stukje verleden van de jongere?

O: eeh.. dat koppel ik aan de verstandelijke beperking maar dat kan ook weer versterkt worden door bijkomende problematiek want je hebt hier te maken met jongeren met en een verstandelijke beperking en bijkomende psychiatrische problematiek en daarbij vaak ook nog een bepaalde pedagogische negatieve achtergrond dus het is en en en en en dat werd dan op elkaar door.

S: Ja maar dat is denkik niet bij overgewicht dat het dat bemoeilijkt. Eehm ja welke gevolgen signaleer je bij de jongeren die overgewicht hebben naast de medische gevolgen?

O: ook weer het laagzelfbeeld, niet lekker in je vel zitten, niet kunnen meekomen met het sporten, psychische klachten, gepest worden,

C ja en ook naar buiten treden, want we hebben het nu vooral over terugtrekken, maar als ik kijk naar de jongeren van (noemt een groep) dan..

O: Er zijn ook jongeren die een bepaalde status ontleen aan hun lichaam en die dat ook instrumenteel gaan inzetten, die voorbeelden ken ik ook wel maar dan kan het ook wel zo zijn dat ze er aan de ene kant last van hebben en dat ze daardoor toch wel een negatief zelfbeeld hebben en daardoor ook niet goed mee kunnen komen met sporten maar aan de andere kant, kunnen ze er ook gebruik van maken.

S: dus eigenlijk moet je per jongere kijken wat er aan de hand is?

O: Ja.

S: Oke, eehm

O: en misschien heb je wel jongeren waarbij het hun helemaal niet uitmaakt dat ze overgewicht hebben, dat kan natuurlijk ook en die zich dan ook niet bewust zijn van hoe andere jongeren tegen hun aankijken.

S: kan ook wel eens positief zijn.

O: Ja zeker.

s: eehm, eehm, deze komt straks denk ik, denk je dat groepsleiders voldoende kennis hebben om het overgewicht van de jongere aan te kunnen pakken?

O: eeh, ik denk als je gewoon gaat zitten op normaliseren misschien wel maar als er meer specialistische kennis nodig is dan niet. Maar dat moeten ze dan ook bij de orthopedagoog vandaan halen en de orthopedagoog kan dat ook weer deskundige inschakelen.

S: maar ja, dus van zichzelf eigenlijk niet. Dan heb je dus wel de orthopedagoog nodig.

O: Ja maar ik denk dat er wel heel veel verschillende inzichten zijn rondom gewichtsbeheersing. Daar is men helemaal niet overuit over wat wel en niet werkt. De één zegt dit en de ander zegt dat.

Genetische aanleg, daar zijn mensen het ook nog niet over een of dat wel of geen rol speelt.

S: in de maatschappij is het een hot item maar er is ook nog niet echt iets over bekend van dit werkt absoluut ofzo.

O: Nee. Er zijn heel veel verschillende wisselende inzichten maar ik denk ook niet dat groepsleiding zelf een dieet moet in elkaar moet freubelen. En een inzicht is ook dat een dieet soms ook af rechts werkt.

S ja eehm ja uit enquête ingevuld door de groepsleiders blijkt dat eh 75 jongeren niet zijn afgevallen en 64 jongeren zijn aangekomen in de tijd dat ze hier wonen ehm wat vind je hier van

O: o sorry wil je die gegevens nog even herhalen?

S: Ja, 75 jongeren die niet zijn afgevallen en 64 jongeren die zijn aangekomen en 16 zijn echt verminderd.

O: Oké maar degene die niet zijn afgevallen waren dat ook jongeren met overgewicht of waren dat jongeren met misschien wel ondergewicht of hadden ze een gezond gewicht?

S: WE hebben het alleen over de overgewicht

O: je hebt het alleen over jongeren van Emaus?

S: Ja, ja alleen op kwadrant Emaus

O: Oké en dan is 70 % niet afgevallen.

S: Uuh ik zal het nog een keer zeggen 75 van de jongeren die overgewicht hebben zijn niet afgevallen gewoon gelijk gebleven en 64 jongeren zijn aangekomen

O: en die hadden al overgewicht

S: Ja die zijn nog meer aangekomen en 16 jongeren zijn afgevallen

O: oké en is dan ook onderzocht eeh wat die jongeren wel of niet aan dieet hebben gedaan aan beweging?

S: eeh we hebben het nog niet gelinkt aan de vraag zelf he?

C: Nee.

O: en je hebt ook niet uit deze eeh.. zijn dit jongeren uit gesloten groepen of zijn dit jongeren op lvb groepen, dat kan misschien ook nog een rol spelen

S: Nee. Dat kunnen wij wel zien maar dat hebben we nog niet gedaan, omdat we de enquête nog niet gesloten hebben zegmaar, sommigen kunnen hem nog invullen.

O: oké, en je vraag aan mij is, wat vind je van deze cijfertjes?

S: Uuh ja, want wij hadden het van te voren eventjes erover van je werkt op norden natuurlijk en dat zijn toch wel een aantal groepen die qua insteek toch wel veel beweging hebben.

O: Uhu

S: en eeh ja als je deze cijfers dan hoort is dat dan nieuw voor jou?

O: hmm, ik wil dat wel in een bepaalde context zien ik zou wel meer willen weten eh.. wat is er op in gestoken, is er aandacht besteed aan beweging? Of zijn dit jongeren die in therapie zijn geweest, dan kan dit ook een negatieve invloed hebben gehad op het gewicht.

S: Ja oké, dus op dit moment kan je er niet zo heel veel mee.

O: Nee, ik kan alleen maar zeggen o dat valt dan wel zeer tegen hoeveel jongeren er zijn afgevallen als ze dit zijn.

S: Ja, ja, het is wel een groot aantal

O: Maar ik zou meer moeten weten om daar iets over te kunnen zeggen.

S: Het was ook meer wat we er al wel uit konden halen, zonder dat we het hoefden te analyseren.

O: Medicatie kan misschien ook nog wel van invloed zijn. Gebruiken ze medicatie, zijn ze hier begonnen met medicatie of zijn ze juist gestopt met medicatie?

S: Maar in principe zou het toch wel mogelijk moeten zijn dat.. want ik vind zelf toen ik het zag dat

het wel veel jongeren zijn die zijn aangekomen

O: Ja, ja.

S: ookal zijn er van bepaalde medicatie wel bekend dat er negatieve bijwerkingen zijn, maar dan alsnog zijn het toch best wel veel jongeren maargoed.

O: Ja, dat ben ik met je eens.

S: Ehm... Oja. In de enquête wordt gevraagd of het overgewicht van de jongere ook wordt besproken in het IO en van de 80 respondenten reageerden 60 met ja. Eeh wat wordt er dan voornamelijk besproken in het io?

O: eh, nou ik moet zeggen dat ik dat niet alleen in het IO bespreek. Kijk, als je soms een jongere binnenkrijgt en die jongere heeft overgewicht, ja daar kun je dan niet omheen. Dan wordt gelijk wel geobserveerd of in kaart gebracht hoe het komt dat de jongere overgewicht heeft en dan ga je eerst kijken van hoelang heeft deze jongere al overgewicht en dan ga je daar wat op inzetten maar ikzelf doe dat puur alleen in een io.

S: Nee, jij doet dat ook gewoon in de andere contacten.

O: Nou gewoon in het contact met de persoonlijke begeleidster of gewoon in een team vergadering.

S: Ja, oké, uuhm

O: en ja, ik zit natuurlijk op de besloten groepen en als een jongere binnenkomt dan ga je niet gelijk eeh daaraan heel erg eeh, daar leg je niet gelijk de nadruk daar op. Want de jongere zit nog in de wenfase, moet vaak nog eerst accepteren dat hij op Emaus is geplaatst. Maar je gaat het al wel vast eeh meenemen en hoe je erop gaat insteken ligt ook een beetje aan hoe een jongere went en eeh.

S: Want als de jongere binnenkomt dan is niet in het dossierbekend hoeveel de jongere wegen.

O: Nee, vaak wordt wel aangegeven, forse jongere, sprake van overgewicht, maar ondergewicht kan eigenlijk net zo problematisch zijn.

S: Ja eigenlijk soms wel bijna meer. Maar dat was dan weer net waar de inspectie geen aandacht aan besteed. Ja en logisch want het kost voor hun veel minder geld.

O: Ja want dat zijn met name meisjes, meisjes met een bepaalde problematiek.

S: dat is eigenlijk een heel onderzoek apart.

O: Ja dat is wel een heel ander vraagstuk.

C: Terug naar die ene vraag, mis je daar dan ook iets in, als de jongere binnenkomt? Dat er geen cijfers zijn over gewicht of wat dan ook?

O: Nee maar ik denk ook niet dat je puur naar het cijfertje moet kijken, je moet ook kijken naar de bouw van iemand, lengte, gewicht. Je kan het niet puur alleen maar eh, op het getalletje vastleggen.

S: Nee, maar het BMI dat is dan wel weer het gemiddelde, want dan zou je als groepsleider wel kunnen zien of een jongere ook echt is aangekomen.

O: Maar dat kan misschien wel wat planmatiger. Ik weet wel jongeren die bepaalde medicatie hebben dan moet het gewicht bijgehouden worden en eeh daar moet je dan best wel achteraan zitten dat een jongere gewogen moet worden.

S: het is natuurlijk ook niet iets wat een jongere heel leuk vind, om op een weegschaal te staan.

O: en mis je dingen, ja soms moet je wel gaan zoeken om te kijken, wat is er al op ingezet en ook eeh om oorzaken te kunnen vinden, ook het dossier doorlezen.

S: Ik krijg wel het idee dat jij het punt overgewicht meeneemt in, in eeh je werk. Want uit de enquête kwam ook dat sommige groepsleiders, ja die vinden het overgewicht niet echt een probleem en die besteden er gewoon geen aandacht aan, dus dan is het waarschijnlijk wel belangrijk hoe je er als orthopedagoog erin staat.

O: Jawel, maar ik merk, ik vind zelf wel dat ik er meer aandacht aan mag besteden. Ik bedoel, ik heb

nu net een jongere binnen daarvan is bekend dat hij overgewicht heeft, hij is ook behoorlijk stevig. Maar daar speelt nu zoveel om heen dat je nu niet gelijk hem ook nog gaat frustreren met zijn overgewicht, gaat praten over zijn gewicht, dat is nu ook nog te vroeg denk ik. Maar ik zou dan al wel groepsleiding wat gericht kunnen vragen, dat heb ik dus niet gedaan eeh om eeh te observeren op eeh hoe eet hij, wat is zijn eetpatroon, hoe zit het met bewegen, maar ik merk wel dat ik daar gericht op zou kunnen aansturen.

S: Ja, ja.

O: maar het is ook, door zo'n brief van zo'n schoolarts dan wordt je wel weer even daar bewust van gemaakt. En vervolgens door dit soort gesprekjes merk je oja, dit zou ik zo en zo kunnen doen.

S: Nou leuk! Eehm

O: ben eigenlijk wel benieuwd, hebben jullie daar ook vragen over gesteld hoe jongeren zelf denken?

S: nou er is dus nog een enquête gehouden, we kwamen erachter dat er nog een groepje is die hier op afstudeert maar dat is dan een ander groepje met een andere opdrachtgever vandaar dat we dat niet wisten, die onderzoeken meer de schooldiscipline, maar die hebben wel een enquête gehouden onder de jongeren en we hebben nu contact met ze gelegd, of we kunnen samenwerken en bepaalde gegevens kunnen uitwisselen. Voor ons is dat natuurlijk wel heel interessant, maar we kunnen niet nog een keer een enquête uitdelen.

O: nee, daar was ik wel benieuwd naar.

S: Ja daar zijn we zelf ook wel benieuwd naar. Eehm we hebben nog een aantal vragen over welke rol de volgende aspecten in het overgewicht spelen. Ehm maar ik weet niet of het handig is. Ja! De thuissituatie je hebt al benoemd dat dat ook heel belangrijk is. Merk je wel eens dat die absoluut niet mee werkt waardoor de behandeling..

O: dat kan, soms hebben ouders zelf forse overgewicht, soms zien ouders het probleem er niet van in, soms heb je ouders die zich eigenlijk buiten spel voelen gezet en die dat dan gaan compenseren door hun kind te verwennen met eten. Is ook wel een beetje begrijpelijk maar je hebt ook ouders die aangeven het een probleem te vinden.

S: Oké en als je kijkt naar de groepssituatie, welke rol speelt die dan in het overgewicht?

O: naja eeh een aantal dingen: is een groep gericht op het doen van activiteiten of niet? Vermaken jongeren zich vooral met computeren en televisie kijken of ga je lekker vaak naar buiten en probeer je de jongeren te stimuleren. Voorbeeldfunctie toch ook wel. Wat straal jezelf uit. Uitleg geven over voeding, de kookdames en heren als het nodig is een beetje bijsturen over dat ze gezond koken, niet elk weekend op zaterdag en zondag zitten snacken. Afspraken, hoe ga je om met snoep wat de jongeren zelf mogen kopen? Mogen ze hun hele zakgeld besteden aan snoep of ga je hun hierin ook begeleiden

S: Nou dat is al heel wat.

O: En dat soort dingen.

S: oké, de laatste vraag, ben je bekend met methodieken over jongeren met een licht verstandelijke beperking en overgewicht, de combinatie zegmaar?

O: Nee, ik vraag me ook af of daar speciale methodieken zijn, er zijn al weinig gewone methodieken speciaal gericht op de lvb dus het zal me verbazen. Het zou kunnen.

S: We dachten misschien weet jij het, wij hebben het nog niet gevonden. Oké ehm dit was eigenlijk de laatste vraag, zijn er nog dingen die je wilt toevoegen?

O: hmm.. ik ben eigenlijk wel benieuwd, ja jullie hebben het ook nog niet gevonden, ik zou eigenlijk wel willen weten of er iets is gericht op de lvb groep. Maar dan, volgens mij moet je eeh dit probleem breder zien, het is niet alleen een bepaald dieet, het is meer een bepaalde aanpak.

S hoe bedoel je dat precies?

Uuh dieet, je hebt natuurlijk talloze diëten, het gaat niet om een dieet gericht op deze speciale doelgroep, het gaat meer om een aanpak en dan zo concreet mogelijk, ik bedoel er zijn een aantal dingen waar je rekening mee moet houden bij onze doelgroep, net als de aanpak rondom middelengebruik. Dan weet je dat bij onze doelgroep een aantal factoren meespelen waardoor de risico's extra groot zijn. En eeh dan probeer je ook een aanpak toe te passen die meer gericht is op de lvb doelgroep. Maar dat is ook in ontwikkeling

S: Ja, ja dat is eigenlijk, wij hebben gezocht naar een aanpak en er is 1 aanpak en dat is een hele grote, gericht op jongeren en voor de ouders, ja dat is eigenlijk een soort protocol, maar dat is niet gericht op de licht verstandelijke beperkte doelgroep, want dat gaat ook meer uit van kinderen die nog thuis wonen en ouders die ook nog heel actief mee kunnen doen

O: jaja..

S: Wat ons wel heel erg opviel was dat eh het gaat inderdaad niet echt om een dieet het gaat om een bepaalde gedragsverandering.

O: Ja dat bedoelde ik ook eigenlijk, het gaat niet om een dieet, nee het gaat om een totale aanpak.

C: ook als je kijkt naar de dagroutine dan moet je die daaraan ook eigenlijk aanpassen, bijvoorbeeld kijk eh naar de rustmomenten, vrij veel voor kinderen die in de groei zijn en bewegen en veel naar buiten willen gaan. Als ik kijk toen ik 14 15 was, toen was ik alleen maar buiten aan het voetballen basketballen.

O: uhu

S: Je bedoelt dat ze in de dagroutine ook gaan stimuleren om er lekker opuit te gaan

O: dat rust en beweging in evenwicht zijn en daarbij aangepast op de behoefte van de jongere.

C: Ja misschien als je het aankan, dat je ook in het rustmoment naar buiten kan gaan. Want bij ons op de groep heb je 2 rustmomenten volgens mij en dat je één van die rustmomenten ook naar buiten mag als je normaal kan doen.

O: Maar dat gaat nog verder dan alleen dit onderwerp want in principe is rustmoment, moet je het rustmoment eigenlijk afstemmen op de behoefte van de jongere en dat doen we hier nog lang niet.

Eigenlijk is het beleid daarop dat in, haha, ja dat gaat weer een beetje te ver maar dat als je op een besloten groep binnen komt dan is het in principe logisch dat je meegaat in de rustmomenten zoals ze er zijn, maar daarna is de afspraak dat je gaat kijken van, heeft deze jongere dit rustmoment eigenlijk nog wel nodig? Of heeft hij dat helemaal niet nodig en kan hij zichzelf ook goed vermaken. Raakt ie niet helemaal overprikkeld als hij dat rustmoment niet heeft. dat is het beleid.

C: of ben je juist onder zijn niveau aan het insteken als je dat doet.

O: ja, of dient het alleen het organisatorische belang, dat de groepsleider tijd heeft om regelzaakjes te doen.

C: Deels misschien wel ja.

O: dat is ook wel zo en als je dan jongeren hebt die zich niet goed kunnen vermaken of eh er ontstaan ruzies met anderen dan kan vanuit dat oogpunt zijn dat je wel een rustmoment hebt. Maar dan moet je niet de illusie hebben dat dat zo is in het belang van de jongere, nee dat is in het belang van de groepsleider

S: dat zou ook weer een heel onderzoek apart kunnen.

O: Opzich ligt dat beleid heel duidelijk

S: oké, dankje wel voor dit interview .

## **Fragmenten**

### **Fragment**

#### **Label 2.1: Voorbeeldfunctie**

kijk, je hebt een voorbeeldfunctie, dat staat ook in de gedragscode

Ik vind wel dat je als groepsleider zijnde een voorbeeldfunctie hebt in wat je uitstraalt en dat je een gezond en een gevarieerd eetpatroon behoudt en dat je daarin een voorbeeldfunctie hebt en ook in beweging.

### **Fragment**

#### **Label 2.2: Aanpak overgewicht**

de manier waarop ik dat aanpak is eigenlijk, als je een jongere hebt waarbij sprake is van overgewicht dan ga je eerst kijken was dat in het verleden ook al zo, wanneer was dat en welke oorzaken/factoren spelen daarin een rol en dat kan van alles zijn: hij heeft misschien heel weinig beweging gehad, misschien een heel slecht eetpatroon of misschien zit er een psychische oorzaak achter of misschien veroorzaakt het nu psychische problemen.

Je gaat eerst kijken hoe komt het en dan ga je kijken wat kun je daarop inzetten

### **Fragment**

#### **Label 2.3: Dieet niet altijd handig**

soms is het niet handig om een jongere op een dieet te zetten en als een dieet wel nodig is dan verwijzen wij heel vaak naar een diëtiste, wij gaan niet zelf een dieet bedenken.

### **Fragment**

#### **Label 2.4: Normaliseren**

er zijn wel jongeren die ik onder mijn hoede heb waarbij sprake is van overgewicht maar dan ga je eerst ook kijken kun je normaliseren. Dit zijn dan jongeren die weinig beweging hebben gehad en die geen gezond eetpatroon hebben en vaak zie je dat als ze op Emaus zijn en ze gaan naar school, naar stage en naar het vrijetijd aanbod dat ze dan vanzelf afvallen.

### **Fragment**

#### **Label 2.5: Prioriteit van overgewicht in de behandeling.**

je geeft het prioriteit als het overgewicht een onderwerp is dan neem je dat mee

Het is één van de doelen waar je dan aan gaat werken maar het ligt er ook aan of de jongere daar ook zelf voor gemotiveerd is

### **Fragment**

#### **Label 2.6: Ongemotiveerde jongere**

Je kan het wel opleggen maar dat werkt meestal niet.

S: En als de jongere niet gemotiveerd is ga je dan het stuk motivatie aanpakken?

Dan is dat één van de doelen, dat is dan wat je aangeeft aan de groepsleiders, dat ze eerst de jongeren moeten gaan motiveren.

Maar het is wel belangrijk dat je het netwerk hierbij betreft, want anders heeft het niet zo veel zin.

#### **Fragment**

##### **Label 2.7: indirect werken aan overgewicht door bepaalde omstandigheden**

soms is de jongere er nog niet aan toe of zijn er andere dingen die belangrijker zijn. Soms werk je dan wel indirect aan het gewicht als bijvoorbeeld meespeelt dat iemand een heel negatief zelfbeeld heeft of bepaalde emotieregulering problemen heeft. Als je eerst dat probleem aanpakt dan pak je indirect ook het overgewicht aan.

als je afvalt doet dat weer wat goeds met je zelfbeeld, je krijgt dan misschien meer zelfvertrouwen maar andersom is het ook zo.

#### **Fragment**

##### **Label 2.8: leren om overgewicht aan te pakken, verschilt per individu**

Op welke manier kun je de jongeren leren hoe ze hun overgewicht kunnen aanpakken.

O: ja dat is wel heel erg individueel bepaald. Bij de ene jongere werkt het zo en bij de andere jongere werkt het weer anders. Dat ligt ook wel een beetje aan het niveau, aan de problematiek, aan de fase van de behandeling. Dus ik kan dat niet zo kant en klaar zeggen. En de ene jongere is daarin veel meer afhankelijk van zijn context dan de andere. Motivatie speelt hierin ook een rol.

#### **Fragment**

##### **Label 2.9: Last hebben van je overgewicht kan 1<sup>e</sup> stap zijn om gemotiveerd te raken**

Nou wat ik wel eens tegen kom is dat jongeren er last van hebben, dat ze bijvoorbeeld op school niet willen omkleden in bijzijn van andere jongeren maar dat wil nog niet zeggen dat hij of zij daar ook direct door gemotiveerd is om daarmee aan de slag te gaan, soms is dat nog weer een stap te ver maar dan hebben ze wel een bepaalde leidersdruk en dat kan de eerste stap zijn om toch gemotiveerd te raken om af te vallen.

#### **Fragment**

##### **Label 2.10: veel ondersteuning nodig om gemotiveerd te raken**

Maar ze hebben daar meestal wel heel veel ondersteuning bij nodig

#### **Fragment**

##### **Label 2.11: De licht verstandelijke beperking**

ik denk wel dat jongeren met een licht verstandelijke beperking een vaker negatief zelfbeeld hebben, minder sociale aansluiting, meer moeite in sociale contacten onderhouden meer moeite met informatie verwerking

## **Fragment**

### **Label 2.12: Bijkomende problematiek**

maar dat kan ook weer versterkt worden door bijkomende problematiek want je hebt hier te maken met jongeren met en een verstandelijke beperking en bijkomende psychiatrische problematiek en daarbij vaak ook nog een bepaalde pedagogische negatieve achtergrond

## **Fragment**

### **Label 2.13: Gevolgen van overgewicht**

laagzelfbeeld, niet lekker in je vel zitten, niet kunnen meekomen met het sporten, psychische klachten, gepest worden,

## **Fragment**

### **Label 2.14: Jongeren die status ontlenen aan overgewicht**

Er zijn ook jongeren die een bepaalde status ontlenen aan hun lichaam en die dat ook instrumenteel gaan inzetten, die voorbeelden ken ik ook wel maar dan kan het ook wel zo zijn dat ze er aan de ene kant last van hebben en dat ze daardoor toch wel een negatief zelfbeeld hebben en daardoor ook niet goed mee kunnen komen met sporten maar aan de andere kant, kunnen ze er ook gebruik van maken.

## **Fragment**

### **Label 2.15: voldoende kennis om te kunnen normaliseren.**

S: denk je dat groepsleiders voldoende kennis hebben om het overgewicht van de jongere aan te kunnen pakken?

O: ik denk als je gewoon gaat zitten op normaliseren misschien wel

## **Fragment**

### **Label 2.16: Groepsleiders niet voldoende kennis voor specialistische kennis**

als er meer specialistische kennis nodig is dan niet

## **Fragment**

### **Label 2.17: Specialistische kennis moet orthopedagoog geven.**

Maar dat moeten ze dan ook bij de orthopedagoog vandaan halen en de orthopedagoog kan dat ook weer deskundige inschakelen.

## **Fragment**

### **Label 2.18: Invloed medicatie**

Medicatie kan misschien ook nog wel van invloed zijn. Gebruiken ze medicatie, zijn ze hier begonnen

met medicatie of zijn ze juist gestopt met medicatie?

#### **Fragment**

##### **Label 2.19: Bij binnenkomst wordt overgewicht in kaart gebracht**

Kijk, als je een jongere binnenkrijgt en die jongere heeft overgewicht, ja daar kun je dan niet omheen. Dan wordt gelijk wel geobserveerd of in kaart gebracht hoe het komt dat de jongere overgewicht heeft en dan ga je eerst kijken van hoelang heeft deze jongere al overgewicht en dan ga je daar wat op inzetten

#### **Fragment**

##### **Label 2.20: Bij binnenkomst van jongere wordt niet gelijk de nadruk op het overgewicht gelegd.**

Als een jongere binnenkomt dan leg je niet gelijk de nadruk daar op. Want de jongere zit nog in de wenfase, moet vaak nog eerst accepteren dat hij op Emaus is geplaatst. Maar je gaat het al wel vast meenemen en hoe je erop gaat insteken ligt ook een beetje aan hoe een jongere went

#### **Fragment**

##### **Label 2.21: Getal van het gewicht alleen zegt nog niet veel**

Ik denk ook niet dat je puur naar het cijfertje moet kijken, je moet ook kijken naar de bouw van iemand, lengte, gewicht. Je kan het niet puur alleen op het getalletje vastleggen.

#### **Fragment**

##### **Label 2.22: Omgang ouders t.a.v. het overgewicht van de jongere**

Soms hebben ouders zelf forse overgewicht. Soms zien ouders het probleem er niet van in. Soms heb je ouders die zich eigenlijk buiten spel voelen gezet en die dat dan gaan compenseren door hun kind te verwennen met eten. Maar je hebt ook ouders die aangeven het een probleem te vinden.

#### **Fragment**

##### **Label 2.23: De rol die de groepssituatie speelt in het overgewicht.**

Een aantal dingen: is een groep gericht op het doen van activiteiten of niet? Vermaken jongeren zich vooral met computeren en televisie kijken of ga je lekker vaak naar buiten en probeer je de jongeren te stimuleren. Voorbeeldfunctie toch ook wel. Wat straal jezelf uit. Uitleg geven over voeding, de kookdames en heren als het nodig is een beetje bijsturen over dat ze gezond koken, niet elk weekend op zaterdag en zondag zitten snacken. Afspraken, hoe ga je om met snoep wat de jongeren zelf mogen koken? Mogen ze hun hele zakgeld besteden aan snoep of beperk je hun hierin?

#### **Fragment**

##### **Label 2.24: Het gaat niet om een dieet maar om een aanpak.**

Je hebt natuurlijk talloze diëten, het gaat niet om een dieet gericht op deze speciale doelgroep, het gaat meer om een aanpak en dan zo concreet mogelijk, ik bedoel er zijn een aantal dingen waar je

rekening mee moet houden bij onze doelgroep.

Dan weet je dat bij onze doelgroep een aantal factoren meespelen waardoor de risico's extra groot zijn. En dan probeer je ook een aanpak toe te passen die meer gericht is op de LVB doelgroep. Maar dat is ook in ontwikkeling

### **Fragment**

#### **Label 2.25: Rustmoment van de jongere.**

Maar dat gaat nog verder dan alleen dit onderwerp want in principe is rustmoment, moet je het rustmoment eigenlijk afstemmen op de behoefte van de jongere en dat doen we hier nog lang niet.

Als je op een besloten groep binnen komt dan is het in principe logisch dat je meegaat in de rustmomenten zoals ze er zijn, maar daarna is de afspraak dat je gaat kijken van, heeft deze jongere dit rustmoment eigenlijk nog wel nodig? Of heeft hij dat helemaal niet nodig en kan hij zichzelf ook goed vermaken.

## Labels

|      |                                                                                             |   |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 2.1  | Label: Voorbeeldfunctie.                                                                    | A |
| 2.2  | Label: Aanpak overgewicht.                                                                  | B |
| 2.3  | Label: Dieet niet altijd handig.                                                            | B |
| 2.4  | Label: Normaliseren.                                                                        | B |
| 2.5  | Label: Prioriteit van overgewicht in de behandeling.                                        | C |
| 2.6  | Label: Ongemotiveerde jongere.                                                              | D |
| 2.7  | Label: Indirect werken aan overgewicht door bepaalde omstandigheden.                        | B |
| 2.8  | Label: Leren om overgewicht aan te pakken, verschilt per individu.                          | B |
| 2.9  | Label: Last hebben van je overgewicht kan 1 <sup>e</sup> stap zijn om gemotiveerd te raken. | D |
| 2.10 | Label: Veel ondersteuning nodig om gemotiveerd te raken.                                    | D |
| 2.11 | Label: De licht verstandelijke beperking.                                                   | E |
| 2.12 | Label: Bijkomende problematiek.                                                             | F |
| 2.13 | Label: Gevolgen van overgewicht.                                                            | G |
| 2.14 | Label: Jongeren die status ontleen aan overgewicht.                                         | G |
| 2.15 | Label: Voldoende kennis om te kunnen normaliseren.                                          | H |
| 2.16 | Label: Groepsleiders niet voldoende kennis voor specialistische kennis.                     | H |
| 2.17 | Label: Specialistische kennis moet orthopedagoog geven.                                     | H |
| 2.18 | Label: Invloed medicatie.                                                                   | I |
| 2.19 | Label: Bij binnenkomst wordt overgewicht in kaart gebracht.                                 | B |
| 2.20 | Label: Bij binnenkomst van jongere wordt nadruk niet gelijk op het overgewicht gelegd       | B |
| 2.21 | Label: Getal van het gewicht alleen zegt nog niet zo veel.                                  | J |
| 2.22 | Label: Omgang ouders t.a.v. het overgewicht van de jongere.                                 | K |
| 2.23 | Label: De rol die de groepssituatie speelt in het overgewicht.                              | L |
| 2.24 | Label: Het gaat niet om een dieet maar om een aanpak.                                       | B |
| 2.25 | Label: Rustmoment van de jongere.                                                           | I |

## **Labels geordend per thema**

### **A**

2.1 Voorbeeldfunctie.

### **B**

2.2 Aanpak overgewicht.

2.3 Dieet niet altijd handig.

2.4 Normaliseren.

2.7 indirect werken aan overgewicht door bepaalde omstandigheden.

2.24 Het gaat niet om een dieet maar om een aanpak.

2.8 Leren om overgewicht aan te pakken, verschilt per individu.

2.19 Bij binnenkomst wordt overgewicht in kaart gebracht.

2.20 Bij binnenkomst van jongere wordt nadruk niet gelijk op het overgewicht gelegd.

### **C**

2.5 Prioriteit van overgewicht in de behandeling.

### **D**

2.6 Ongemotiveerde jongere

2.9 Last hebben van je overgewicht kan 1<sup>e</sup> stap zijn om gemotiveerd te raken.

2.10 Veel ondersteuning nodig om gemotiveerd te raken

### **E**

2.11 De licht verstandelijke beperking.

### **F**

2.12 Bijkomende problematiek.

### **G**

2.13 Gevolgen van overgewicht.

2.14 Jongeren die status ontlenden aan overgewicht.

### **H**

2.15 Voldoende kennis om te kunnen normaliseren.

2.16 Groepsleiders niet voldoende kennis voor specialistische kennis.

2.17 Specialistische kennis moet orthopedagoog geven.

### **I**

2.18 Invloed medicatie.

2.25 Rustmoment van de jongere.

### **J**

2.21 Getal van het gewicht alleen zegt nog niet zo veel.

### **K**

2.22 Omgang ouders t.a.v. het overgewicht van de jongere.

### **L**

2.23 De rol die de groepssituatie speelt in het overgewicht.

## Kernlabelschema

|                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>A Voorbeeldfunctie.</b><br>2.1 Voorbeeldfunctie.                                                                         | <b>B Aanpak van het overgewicht.</b><br>2.2 Aanpak overgewicht.<br>2.3 Dieet niet altijd handig.<br>2.4 Normaliseren.<br>2.7 indirect werken aan overgewicht door bepaalde omstandigheden.<br>2.24 Het gaat niet om een dieet maar om een aanpak.<br>2.8 Leren om overgewicht aan te pakken, verschilt per individu.<br>2.19 Bij binnenkomst wordt overgewicht in kaart gebracht.<br>2.20 Bij binnenkomst van jongere wordt nadruk niet gelijk op het overgewicht gelegd. |
| <b>C Prioriteit van overgewicht in de behandeling.</b><br>2.5 Prioriteit van overgewicht in de behandeling.                 | <b>D Motivatie.</b><br>2.6 Ongemotiveerde jongere<br>2.9 Last hebben van je overgewicht kan 1 <sup>e</sup> stap zijn om gemotiveerd te raken.<br>2.10 Veel ondersteuning nodig om gemotiveerd te raken                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>E De licht verstandelijke beperking.</b><br>2.11 De licht verstandelijke beperking.                                      | <b>F Bijkomende problematiek.</b><br>2.12 Bijkomende problematiek.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>G Gevolgen van overgewicht.</b><br>2.13 Gevolgen van overgewicht.<br>2.14 Jongeren die status ontlenden aan overgewicht. | <b>H Kennis.</b><br>2.15 Voldoende kennis om te kunnen normaliseren.<br>2.16 Groepsleiders niet voldoende kennis voor specialistische kennis.<br>2.17 Specialistische kennis moet orthopedagoog geven.                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>I Belemmerende factoren.</b><br>2.18 Invloed medicatie.<br>2.25 Rustmoment van de jongere.                               | <b>J Getal van het gewicht.</b><br>2.21 Getal van het gewicht alleen zegt nog niet zo veel.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>K Omgang ouders</b><br>2.22 Omgang ouders t.a.v. het overgewicht van de jongere                                          | <b>L Rol van de groepssituatie.</b><br>2.23 De rol die de groepssituatie speelt in het overgewicht.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

## Bijlage D Enquête onder groepsleiders

### Lijst alle vragen

- 0.1 Wat is je leeftijd?
- 0.2 Hoe lang werk je op deze instelling?
- 0.3 Op welke groep werk je nu?
- 0.4 Zijn er op dit moment volgens jou jongeren met overgewicht op de groep?
  
- 1.1 Hoe ben je aan de informatie gekomen voor de kennisvragen?
  
- 2.1 Op welke wijze besteed je aandacht aan de jongere(n) met overgewicht?
- 2.2 Wordt het overgewicht van de jongere(n) besproken in het interdisciplinair overleg? Ja/nee
- 2.3 Worden er in het persoonlijk plan van de jongeren doelen opgesteld t.a.v. het overgewicht?
  - a. Hoe wordt er aan deze doelen gewerkt?
  - b. Waarom niet?
- 2.4 Ga je in gesprek met de jongere(n) over zijn of haar overgewicht?
  - a. Wat wil/ wilde je met dit gesprek bereiken?
- 2.5 Hoe besteden jongeren met overgewicht volgens jou aandacht aan hun overgewicht?
  
- 3.1 Stel dat een jongere zelf zijn overgewicht aan wil pakken. Wat zijn in dat geval volgens jou eventueel belemmerende factoren?
- 3.2 Welke factoren kunnen jou als groepsleider belemmeren om het overgewicht van de jongere(n) aan te pakken?
- 3.3 Welke factoren kunnen volgens jou de samenwerking tussen jou en de jongere(n) belemmeren als het gaat om het aanpakken van het overgewicht van de jongere(n)?

## **Uitwerking van alle gesloten vragen**

0.1 – 0.4 & 2.2 – 2.4

### **0.1 Wat is je leeftijd?**

| Leeftijdscategorie | Aantal groepsleiders |
|--------------------|----------------------|
| 20-25              | 20                   |
| 26-30              | 23                   |
| 31-35              | 13                   |
| 36-40              | 10                   |
| 41-45              | 8                    |
| 46-50              | 7                    |
| 51-55              | 2                    |
| 55-60              | 0                    |
| Ouder              | 0                    |
| Totaal             | 83                   |

### **0.2 Hoe lang werk je op deze instelling?**

| Tijd       | Aantal groepsleiders |
|------------|----------------------|
| 1-5 jaar   | 45                   |
| 6-10 jaar  | 19                   |
| 11-15 jaar | 12                   |
| Langer     | 7                    |

### 0.3 Op welke groep werk je nu?

| Groep      | Aantal groepsleiders |
|------------|----------------------|
| Buxus      | 2                    |
| Bosbes     | 3                    |
| Albatros   | 4                    |
| Brem       | 3                    |
| Apollo     | 6                    |
| Plato      | 2                    |
| Spinoza    | 3                    |
| Moeflon    | 3                    |
| Cantharel  | 1                    |
| Kameleon   | 7                    |
| Vlier      | 2                    |
| Bamboe     | 1                    |
| Vuurdoorn  | 5                    |
| Cosmos     | 6                    |
| Korenbloem | 7                    |
| Orion      | 1                    |
| Castor     | 4                    |
| Sirius     | 4                    |
| Linde      | 5                    |
| Calypso    | 4                    |
| Corneille  | 7                    |
| Tjalk      | 1                    |
| Botter     | 1                    |
| Klipper    | 1                    |

**0.4 Zijn er op dit moment volgens jou jongeren met overgewicht op de groep?**

|    |     |
|----|-----|
| Ja | Nee |
| 76 | 7   |

**2.2 Wordt het overgewicht van de jongere(n) besproken in het interdisciplinair overleg?**

|    |     |
|----|-----|
| Ja | Nee |
| 64 | 19  |

**2.3 Worden er in het persoonlijk plan van de jongeren doelen opgesteld t.a.v. het overgewicht?**

|    |     |
|----|-----|
| Ja | Nee |
| 48 | 35  |

**2.4 Ga je in gesprek met de jongere(n) over zijn of haar overgewicht?**

|    |     |
|----|-----|
| Ja | Nee |
| 76 | 7   |

## **Uitwerking van alle open vragen**

1.1 – 2.1, 2.3a, 2.3b, 2.4a, 2.5 – 3.1, 3.2, 3.3

### **Vraag 1.1 Hoe ben je aan deze informatie gekomen?**

In deze tabel staan de resultaten van de vragen aan groepsleiders waar ze de informatie vandaan hebben, om vier kennisvragen te beantwoorden. Dit zijn de kennisvragen:

- *Hoe kan overgewicht ontstaan?*
- *Welke lichamelijke gevolgen kan overgewicht hebben?*
- *Welke psychologische gevolgen kan overgewicht hebben?*
- *Welke gevolgen kan overgewicht op sociaal gebied hebben?*

|                         | School | Instelling | Anders | Totaal |
|-------------------------|--------|------------|--------|--------|
| Ontstaan overgewicht    | 20     | 8          | 73     | 83     |
| Lichamelijke gevolgen   | 17     | 5          | 78     | 83     |
| Psychologische gevolgen | 19     | 4          | 78     | 83     |
| Sociale gevolgen        | 16     | 4          | 78     | 83     |
| Totaal                  | 72     | 21         | 307    | 400    |

**Vraag 2.1 Op welke wijze besteed je aandacht aan de jongere(n) met overgewicht?**  
**Kernthema's**

**Labels**

|     |                                                                                                                                           |    |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1.  | Regelmatig motiveren om mee te doen aan een actieve activiteit                                                                            | 73 |
| 2.  | In gesprek gaan over het overgewicht                                                                                                      | 49 |
| 3.  | Laten merken dat hij/zij niet te dik is                                                                                                   | 11 |
| 4.  | In samenwerking <b>met</b> de jongere letten op de voeding die hij of zij krijgt                                                          | 71 |
| 5.  | <b>Zonder</b> samenwerking met de jongere letten op de voeding die hij of zij krijgt                                                      | 27 |
| 6.  | Ik besteed geen aandacht aan het overgewicht                                                                                              | 1  |
| 7.  | Met ouders bespreken qua snoep wat ze meegeven                                                                                            | 1  |
| 8.  | sportactiviteiten proberen te doen met de jongeren, vaak kiezen ze daar niet voor en wordt het vaak een activiteit achter een beeldscherm | 1  |
| 9.  | Naar een dietiste gaan                                                                                                                    | 1  |
| 10. | voorlichting geven                                                                                                                        | 1  |
| 11. | opnemen in pedagogisch werkplan /persoonlijk plan                                                                                         | 1  |

## Labels geordend per thema

### Beweging

|    |                                                                                                                                           |           |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 1. | Regelmatig motiveren om mee te doen aan een actieve activiteit                                                                            | 73        |
| 8. | sportactiviteiten proberen te doen met de jongeren, vaak kiezen ze daar niet voor en wordt het vaak een activiteit achter een beeldscherm | 1         |
|    | <b>Totaal</b>                                                                                                                             | <b>74</b> |

### Praten

|     |                                                    |           |
|-----|----------------------------------------------------|-----------|
| 2.  | In gesprek gaan over het overgewicht (met jongere) | 49        |
| 7.  | Met ouders bespreken qua snoep wat ze meegeven     | 1         |
| 10. | voorlichting geven                                 | 1         |
| 3.  | Laten merken dat hij/zij niet te dik is            | 11        |
|     | <b>Totaal</b>                                      | <b>62</b> |

### Samen met jongere letten op voeding

|    |                                                                                  |           |
|----|----------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 4. | In samenwerking <b>met</b> de jongere letten op de voeding die hij of zij krijgt | 71        |
|    | <b>Totaal</b>                                                                    | <b>71</b> |

### Zonder samenwerking van jongere letten op de voeding

|    |                                                                                      |           |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 5. | <b>Zonder</b> samenwerking met de jongere letten op de voeding die hij of zij krijgt | 27        |
|    | <b>Totaal</b>                                                                        | <b>27</b> |

### Professionele hulp zoeken

|    |                        |          |
|----|------------------------|----------|
| 9. | Naar een dietiste gaan | 1        |
|    | <b>Totaal</b>          | <b>1</b> |

### Geen aandacht voor het overgewicht

|    |                                              |          |
|----|----------------------------------------------|----------|
| 6. | Ik besteed geen aandacht aan het overgewicht | 1        |
|    | <b>Totaal</b>                                | <b>1</b> |

### In persoonlijk plan opnemen

|     |                                                   |          |
|-----|---------------------------------------------------|----------|
| 11. | opnemen in pedagogisch werkplan /persoonlijk plan | 1        |
|     | <b>Totaal</b>                                     | <b>1</b> |

## Vraag 2.3a Hoe wordt er aan deze doelen gewerkt?

### Labels

| Nr. | Antwoord                                                                                                                                                         | Aantal |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 1.  | In persoonlijk plan werkpunten opstellen en op kaart zetten                                                                                                      | 15     |
| 2.  | Dieet opstellen                                                                                                                                                  | 3      |
| 3.  | a.d.h.v. voedingsschema                                                                                                                                          | 2      |
| 4.  | Opletten wat er gegeten wordt                                                                                                                                    | 9      |
| 5.  | (Motiveren om zoveel mogelijk te) sporten                                                                                                                        | 16     |
| 6.  | m.b.v. Diëtiste                                                                                                                                                  | 3      |
| 7.  | Voedingsafspraken                                                                                                                                                | 3      |
| 8.  | Rapporteren en evalueren van eetgedrag                                                                                                                           | 3      |
| 9.  | Opletten tijdens vrije tijd                                                                                                                                      | 1      |
| 10. | na bezoek arts/psychiater eventueel andere medicatie                                                                                                             | 1      |
| 11. | (Mentor)gesprek met jongere                                                                                                                                      | 8 (3)  |
| 12. | Wegen                                                                                                                                                            | 1      |
| 13. | Bewustwording bij jongere op gang brengen                                                                                                                        | 2      |
| 14. | Bewustwording bij systeem op gang brengen                                                                                                                        | 1      |
| 15. | Schriftje door de jongere bij laten houden                                                                                                                       | 1      |
| 16. | In samenwerking met school meer sporten                                                                                                                          | 1      |
| 17. | Activiteiten organiseren die betrekking hebben op overgewicht                                                                                                    | 1      |
| 18. | Dagprogramma opgezet met daarin minimaal 30 min. Bewegen/<br>bewegingsplan                                                                                       | 1 / 1  |
| 19. | Met alle collega's op één lijn zitten                                                                                                                            | 1      |
| 20. | Informatie geven                                                                                                                                                 | 2      |
| 21. | Er wordt een plan opgesteld voor de jongere hoe te handelen. Hier wordt<br>deze steeds naar terugverwezen en dit wordt aan het eind van de dag door<br>besproken | 1      |
| 22. | In samenwerking met de jongere. (bijv. kijken naar eetpatroon                                                                                                    | 1 (1)  |
| 23. | Motiveren/stimuleren                                                                                                                                             | 4      |
| 24. | In gesprek met ouders gaan                                                                                                                                       | 1      |
| 25. | Extra begeleiding bij sporten                                                                                                                                    | 1      |
| 26. | Zorgen voor gezonde tussendoortjes                                                                                                                               | 1      |

|     |                                                                                                                                                  |   |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 27. | Alternatieven bieden                                                                                                                             | 1 |
| 28. | Individuele activiteiten plannen                                                                                                                 | 1 |
| 29. | In overleg met de jongere, mentor en eventueel huisarts een plan opgesteld                                                                       | 1 |
| 30. | stappenplan, maar dan moet de jongere er wel open voor staan en gemotiveerd zijn. zodra dit het geval is kan je stappen ondernemen en uitzetten. | 2 |

## Labels geordend per thema

### Voeding

|     |                                                             |           |
|-----|-------------------------------------------------------------|-----------|
| 1.  | In persoonlijk plan werkpunten opstellen en op kaart zetten | 15        |
| 2.  | Dieet opstellen                                             | 3         |
| 3.  | a.d.h.v. voedingsschema                                     | 2         |
| 4.  | Opletten wat er gegeten wordt                               | 9         |
| 7.  | Voedingsafspraken                                           | 3         |
| 26. | Zorgen voor gezonde tussendoortjes                          | 1         |
| 27. | Alternatieven bieden                                        | 1         |
| 4.  | Opletten wat er gegeten wordt                               | 9         |
| 8.  | Rapporteren en evalueren van eetgedrag                      | 3         |
| 9.  | Opletten tijdens vrije tijd                                 | 1         |
| 12. | Wegen                                                       | 1         |
|     | <b>Totaal</b>                                               | <b>48</b> |

### Beweging

|     |                                                                            |           |
|-----|----------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 5.  | (Motiveren om zoveel mogelijk te) sporten                                  | 16        |
| 16. | In samenwerking met school meer sporten                                    | 1         |
| 17. | Activiteiten organiseren die betrekking hebben op overgewicht              | 1         |
| 18. | Dagprogramma opgezet met daarin minimaal 30 min. Bewegen/<br>bewegingsplan | 1 / 1     |
| 25. | Extra begeleiding bij sporten                                              | 1         |
| 28. | Individuele activiteiten plannen                                           | 1         |
|     | <b>Totaal</b>                                                              | <b>22</b> |

### Cognitie

|     |                                                                                                                                                                 |       |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 11. | (Mentor)gesprek met jongere                                                                                                                                     | 9 (3) |
| 13. | Bewustwording bij jongere op gang brengen                                                                                                                       | 2     |
| 14. | Bewustwording bij systeem op gang brengen                                                                                                                       | 1     |
| 15. | Schriftje door de jongere bij laten houden                                                                                                                      | 1     |
| 20. | Informatie geven                                                                                                                                                | 2     |
| 21. | Er wordt een plan opgesteld voor de jongere hoe te handelen. Hier wordt<br>deze steeds naar terugverwezen en dit wordt aan het eind van de dag<br>doorbesproken | 1     |
| 22. | In samenwerking met de jongere. (bijv. kijken naar eetpatroon                                                                                                   | 1 (1) |
| 23. | Motiveren/stimuleren                                                                                                                                            | 4     |
| 24. | In gesprek met ouders gaan                                                                                                                                      | 1     |
| 29. | In overleg met de jongere, mentor en eventueel huisarts een plan<br>opgesteld                                                                                   | 1     |

|     |                                                                                                                                                  |           |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 30. | stappenplan, maar dan moet de jongere er wel open voor staan en gemotiveerd zijn. zodra dit het geval is kan je stappen ondernemen en uitzetten. | 2         |
|     | <b>Totaal</b>                                                                                                                                    | <b>29</b> |

#### **Professionele hulp**

|     |                                                      |          |
|-----|------------------------------------------------------|----------|
| 6.  | m.b.v. Diëtiste                                      | 3        |
| 10. | na bezoek arts/psychiater eventueel andere medicatie | 1        |
|     | <b>Totaal</b>                                        | <b>4</b> |

#### **Samenwerking collega's**

|     |                                       |          |
|-----|---------------------------------------|----------|
| 19. | Met alle collega's op één lijn zitten | 1        |
|     | <b>Totaal</b>                         | <b>1</b> |

### Vraag 2.3b Waarom niet?

#### Labels

|     |                                                                                                                |   |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 1.  | Moet nog opgepakt worden                                                                                       | 2 |
| 2.  | Aandacht is meer gericht op gedrag dan op medische aspecten                                                    | 1 |
| 3.  | Als iets ingezet wordt is het lastig vast te houden en te controleren (vooral als jongere op weekendverlof is) | 1 |
| 4.  | Niet besproken                                                                                                 | 2 |
| 5.  | Taak voor de persoonlijk begeleider                                                                            | 2 |
| 6.  | Geen tijd                                                                                                      | 1 |
| 7.  | Niet problematisch                                                                                             | 6 |
| 8.  | Geen prioriteit (wordt wel benoemd in vergaderingen, maar daar blijft het bij)                                 | 4 |
| 9.  | Is geen doel voor de behandeling                                                                               | 1 |
| 10. | Onbekend                                                                                                       | 9 |
| 11. | Wordt in het IO besproken.                                                                                     | 1 |
| 12. | Jongere ondervindt zelf geen hinder                                                                            | 1 |
| 13. | Jongere moet hier ook zelf aan willen werken                                                                   | 3 |
| 14. | Geen zicht op aangezien het niet mijn mentorjongere is                                                         | 2 |
| 15. | Wordt met medisch specialist overlegd, en van daaruit afspraken gemaakt over bijv. dieet                       | 1 |
| 16. | Andere zaken zijn belangrijker                                                                                 | 1 |

## Labels geordend per thema

### Prioriteit

|     |                                                                                |    |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1.  | Moet nog opgepakt worden                                                       | 2  |
| 2.  | Aandacht is meer gericht op gedrag dan op medische aspecten                    | 1  |
| 4.  | Niet besproken                                                                 | 2  |
| 6.  | Geen tijd                                                                      | 1  |
| 7.  | Niet problematisch                                                             | 6  |
| 8.  | Geen prioriteit (wordt wel benoemd in vergaderingen, maar daar blijft het bij) | 4  |
| 9.  | Is geen doel voor de behandeling                                               | 1  |
| 16. | Andere zaken zijn belangrijker                                                 | 1  |
|     | Totaal                                                                         | 18 |

### Motivatie jongere

|     |                                                                                                                |   |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 3.  | Als iets ingezet wordt is het lastig vast te houden en te controleren (vooral als jongere op weekendverlof is) | 1 |
| 12. | Jongere ondervindt zelf geen hinder                                                                            | 1 |
| 13. | Jongere moet hier ook zelf aan willen werken                                                                   | 3 |
|     | Totaal                                                                                                         | 5 |

### Taken opnemen

|     |                                                        |    |
|-----|--------------------------------------------------------|----|
| 5.  | Taak voor de persoonlijk begeleider                    | 2  |
| 10. | Onbekend                                               | 9  |
| 14. | Geen zicht op aangezien het niet mijn mentorjongere is | 2  |
|     | Totaal                                                 | 13 |

### Anderzijds aangepakt

|     |                                                                                          |   |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 11. | Wordt in het IO besproken.                                                               | 1 |
| 15. | Wordt met medisch specialist overlegd, en van daaruit afspraken gemaakt over bijv. dieet | 1 |
|     | Totaal                                                                                   | 2 |

## Vraag 2.4a Wat wil/ wilde je met dit gesprek bereiken?

### Labels

| Nr. | Antwoord                                                                                                                                                                                             | Aantal |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 1.  | minder vet percentage                                                                                                                                                                                | 1      |
| 2.  | Bespreken overgewicht                                                                                                                                                                                | 1      |
| 3.  | Contact maken met jongere, om erachter te komen wat de oorzaak is (en hoe hij geholpen kan worden)                                                                                                   | 4      |
| 4.  | Rustiger eten                                                                                                                                                                                        | 1      |
| 5.  | Openheid creëren                                                                                                                                                                                     | 4      |
| 6.  | Intrinsieke motivatie <u>(als een jongere het vanuit zichzelf ook in gaat zien (intrinsieke motivatie) zal je meer successen behalen, dan wanneer een jongere het van buitenaf opgesteld krijgt)</u> | 3      |
| 7.  | Bespreken van de aanpak van overgewicht                                                                                                                                                              | 3      |
| 8.  | Motiveren om te letten op wat jongere eet                                                                                                                                                            | 4      |
| 9.  | Stimuleren dat iets minder zwaar zijn helpt met beter kunnen bewegen/sporten                                                                                                                         | 1      |
| 10. | Enthousiasme creëren om mee te doen met activiteiten                                                                                                                                                 | 1      |
| 11. | Stimuleren om meer te bewegen                                                                                                                                                                        | 7      |
| 12. | Inzicht in gevolgen geven                                                                                                                                                                            | 12     |
| 13. | Inzicht in gezond gewicht geven                                                                                                                                                                      | 1      |
| 14. | Meer zelfinzicht geven                                                                                                                                                                               | 2      |
| 15. | Minder tussendoor snoepen                                                                                                                                                                            | 1      |
| 16. | Inzicht geven in overgewicht                                                                                                                                                                         | 14     |
| 17. | Oplossing zoeken                                                                                                                                                                                     | 1      |
| 18. | Bewustwording creëren van overgewicht                                                                                                                                                                | 14     |
| 19. | Motivatie om te veranderen                                                                                                                                                                           | 2      |
| 20. | bewustwording van belang van gezonde voeding en lichamelijke beweging                                                                                                                                | 2      |
| 21. | Bewust maken van levensstijl                                                                                                                                                                         | 3      |
| 22. | Inzicht in (on-)gezonde voeding geven                                                                                                                                                                | 6      |
| 23. | Dat de jongere gaat letten op zijn eet en beweegpatroon                                                                                                                                              | 3      |
| 24. | Enthousiasme creëren om zelf stappen te ondernemen.                                                                                                                                                  | 1      |
| 25. | Bewustwording dat groepsleiding helpt.                                                                                                                                                               | 3      |
| 26. | inzicht geven wat de jongere er aan kan doen om eetpatronen te doorbreken                                                                                                                            | 1      |
| 27. | en informatie geven wat dikmakend is.                                                                                                                                                                | 1      |

|     |                                                                   |   |
|-----|-------------------------------------------------------------------|---|
| 28. | Om overgewicht in te dammen                                       | 1 |
| 29. | Informatie bieden                                                 | 2 |
| 30. | mogelijkheden bieden                                              | 2 |
| 31. | Herkenning                                                        | 2 |
| 32. | Bewustwording dat opkroppen van bepaalde gevoelens een oorzaak is | 1 |
| 33. | Eventuele hulpvraag beluisteren                                   | 1 |
| 34. | Bewustwording dat je goed voor je lichaam moet zorgen.            | 1 |
| 35. | Bewustwording eetpatroon                                          | 2 |
| 36. | Bespreken of jongere openstaat voor verandering                   | 1 |
| 37. | Minder eten                                                       | 1 |
| 38. | Laten inzien dat we iemand accepteren zoals diegene is            | 1 |
| 39. | Risico's van overgewicht bespreken                                | 6 |

## Labels geordend per thema

### Bewustwording

|     |                                                                           |    |
|-----|---------------------------------------------------------------------------|----|
| 7.  | Bespreken van de aanpak van overgewicht                                   | 3  |
| 12. | Inzicht in gevolgen geven                                                 | 12 |
| 13. | Inzicht in gezond gewicht geven                                           | 1  |
| 14. | Meer zelfinzicht geven                                                    | 2  |
| 16. | Inzicht geven in overgewicht                                              | 14 |
| 18. | Bewustwording creëren van overgewicht                                     | 14 |
| 20. | bewustwording van belang van gezonde voeding en lichamelijke beweging     | 3  |
| 21. | Bewust maken van levensstijl                                              | 2  |
| 22. | Inzicht in (on-)gezonde voeding geven                                     | 6  |
| 23. | Dat de jongere gaat letten op zijn eet en beweegpatroon                   | 3  |
| 25. | Bewustwording dat groepsleiding helpt.                                    | 3  |
| 26. | inzicht geven wat de jongere er aan kan doen om eetpatronen te doorbreken | 1  |
| 27. | Informatie geven wat dik makend is.                                       | 1  |
| 29. | Informatie bieden                                                         | 2  |
| 32. | Bewustwording dat opkroppen van bepaalde gevoelens een oorzaak is         | 1  |
| 34. | Bewustwording dat je goed voor je lichaam moet zorgen.                    | 1  |
| 35. | Bewustwording eetpatroon                                                  | 2  |
| 39. | Risico's van overgewicht bespreken                                        | 6  |
|     | Totaal                                                                    | 77 |

### Motivatie

|     |                                                                                                                                                                                                        |    |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 6.  | Intrinsieke motivatie ( <u>als een jongere het vanuit zichzelf ook in gaat zien (intrinsieke motivatie) zal je meer successen behalen, dan wanneer een jongere het van buitenaf opgesteld krijgt</u> ) | 3  |
| 8.  | Motiveren om te letten op wat jongere eet                                                                                                                                                              | 4  |
| 9.  | Stimuleren dat iets minder zwaar zijn helpt met beter kunnen bewegen/sporten                                                                                                                           | 1  |
| 10. | Enthousiasme creëren om mee te doen met activiteiten                                                                                                                                                   | 1  |
| 11. | Stimuleren om meer te bewegen                                                                                                                                                                          | 7  |
| 19. | Motivatie om te veranderen                                                                                                                                                                             | 3  |
| 24. | Enthousiasme creëren om zelf stappen te ondernemen.                                                                                                                                                    | 1  |
|     | Totaal                                                                                                                                                                                                 | 20 |

### Openheid creëren

|    |                                                                                                    |   |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 2. | Bespreken overgewicht                                                                              | 1 |
| 3. | Contact maken met jongere, om erachter te komen wat de oorzaak is (en hoe hij geholpen kan worden) | 4 |

|     |                                                        |    |
|-----|--------------------------------------------------------|----|
| 5.  | Openheid creëren                                       | 4  |
| 31. | Herkenning probleem                                    | 2  |
| 33. | Eventuele hulpvraag beluisteren                        | 1  |
| 36. | Bespreken of jongere openstaat voor verandering        | 1  |
| 38. | Laten inzien dat we iemand accepteren zoals diegene is | 1  |
|     | Totaal                                                 | 14 |

#### **Tegengaan overgewicht**

|     |                             |   |
|-----|-----------------------------|---|
| 1.  | minder vet percentage       | 1 |
| 17. | Oplossing zoeken            | 1 |
| 28. | Om overgewicht in te dammen | 1 |
| 30. | mogelijkheden bieden        | 2 |
|     | Totaal                      | 5 |

#### **Gedragsverandering**

|     |                           |   |
|-----|---------------------------|---|
| 4.  | Rustiger eten             | 1 |
| 15. | Minder tussendoor snoepen | 1 |
| 37. | Minder eten               | 1 |
|     | Totaal                    | 3 |

## Vraag 2.6 Hoe besteden jongeren met overgewicht volgens jou aandacht aan hun overgewicht?

### Labels

| Nr. | Antwoord                                                                                            | Aantal |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 1.  | Ze proberen af te vallen                                                                            | 39     |
| 2.  | Ze praten hierover met groepsleiding                                                                | 34     |
| 3.  | Ze besteden geen aandacht aan hun overgewicht                                                       | 40     |
| 4.  | Ze zwijgen erover of maken er grapjes over om het te bagatelliseren                                 | 1      |
| 5.  | Met behulp van gesprekken succesvol zelfstandig af vallen                                           | 1      |
| 6.  | Proberen extra te sporten                                                                           | 1      |
| 7.  | Dieet volgen                                                                                        | 1      |
| 8.  | Fruit eten                                                                                          | 1      |
| 9.  | Zwijgen en voelen zich er rot onder                                                                 | 1      |
| 10. | Korte periode fitness of hardlopen of minder vet eten. Vervolgens verslapt motivatie na enige tijd. | 2      |
| 11. | Jongere zo op eten gefocust dat hij moeite heeft met afvallen.                                      | 1      |
| 12. | Er status aan ontleen                                                                               | 1      |
| 13. | Denken er over na.                                                                                  | 1      |

## Labels geordend per thema

### Afvallen

|     |                                                                                                     |    |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1.  | Ze proberen af te vallen                                                                            | 39 |
| 6.  | Proberen extra te sporten                                                                           | 1  |
| 7.  | Dieet volgen                                                                                        | 1  |
| 8.  | Fruit eten                                                                                          | 1  |
| 10. | Korte periode fitness of hardlopen of minder vet eten. Vervolgens verslapt motivatie na enige tijd. | 2  |
|     | Totaal                                                                                              | 44 |

### In gesprek gaan

|    |                                                           |    |
|----|-----------------------------------------------------------|----|
| 2. | Ze praten hierover met groepsleiding                      | 34 |
| 5. | Met behulp van gesprekken succesvol zelfstandig af vallen | 1  |
|    | Totaal                                                    | 35 |

### Geen aandacht

|     |                                                                     |    |
|-----|---------------------------------------------------------------------|----|
| 3.  | Ze besteden geen aandacht aan hun overgewicht                       | 40 |
| 4.  | Ze zwijgen erover of maken er grapjes over om het te bagatelliseren | 1  |
| 9.  | Zwijgen en voelen zich er rot onder                                 | 1  |
| 11. | Jongere zo op eten gefocust dat hij moeite heeft met afvallen.      | 1  |
| 12. | Er status aan ontlelen                                              | 1  |
| 13. | Denken er over na.                                                  | 1  |
|     | Totaal                                                              | 45 |

**Vraag 3.1 Wat zijn volgens jou eventuele belemmerende factoren als een jongere zelf zijn overgewicht aan wil pakken?**

**Labels**

| Nr. | Antwoord                                                                   | Aantal |
|-----|----------------------------------------------------------------------------|--------|
| 1.  | Sociale druk                                                               | 2      |
| 2.  | Omgeving                                                                   | 4      |
| 3.  | Voeding Emaus niet op ingesteld.                                           | 2      |
| 4.  | Geen mogelijkheid te sporten bij club                                      | 1      |
| 5.  | Financieel niet haalbaar (gezond koken, rolo minder geld, enz)             | 5      |
| 6.  | Systeem                                                                    | 3      |
| 7.  | Thuisituatie vaak ongezonde voeding                                        | 2      |
| 8.  | gebrek mankracht om individueel te sporten                                 | 3      |
| 9.  | Gebrek tijd (om te sporten, gezond te koken..)                             | 9      |
| 10. | Eigen beperking jongere                                                    | 8      |
| 11. | Beperkte vrijheden (op crisis/observatie groep)                            | 11     |
| 12. | Te weinig weg kunnen uit paviljoen om te sporten bij ROLO (ivm veiligheid) | 1      |
| 13. | ASITO                                                                      | 2      |
| 14. | Kosten extra maaltijden                                                    | 1      |
| 15. | Eten/snoep van thuis                                                       | 1      |
| 16. | Motivatie                                                                  | 11     |
| 17. | Besteding zakgeld (onvoldoende zicht hierop)                               | 2      |
| 18. | Te groot aanbod snoep/koek op de groep.                                    | 1      |
| 19. | Negatief zelfbeeld                                                         | 2      |
| 20. | Niet snel genoeg resultaat                                                 | 1      |
| 21. | Ondersteuning is minimaal                                                  | 1      |
| 22. | Gebrek aan steun van thuis                                                 | 7      |
| 23. | Gebrek aan invloed op wat er gekookt wordt op de groep.                    | 4      |
| 24. | Ouders besteden hier geen aandacht aan.                                    | 1      |
| 25. | Financiële omstandigheden thuissituatie.                                   | 2      |
| 26. | Beïnvloedbaarheid door andere jongeren                                     | 1      |
| 27. | Grote verleiding op groep                                                  | 4      |
| 28. | Gebrek aan kennis over gezonde voeding                                     | 5      |

|     |                                                                   |   |
|-----|-------------------------------------------------------------------|---|
| 29. | Gebrek aan vaardigheden om het aan te pakken                      | 5 |
| 30. | Gebrek aan inzicht                                                | 4 |
| 31. | Gebrek aan kennis over afvallen                                   | 5 |
| 32. | Beperkte bewegingsmogelijkheden (kleinere bez. Rolo)              | 6 |
| 33. | Groepsdruk                                                        | 8 |
| 34. | Gebrek aan doorzettingsvermogen                                   | 8 |
| 35. | Gebrek overzicht                                                  | 1 |
| 36. | Vertekend zelfbeeld (ik ben niet te dik, anderen dikker)          | 1 |
| 37. | Medicatie                                                         | 3 |
| 38. | Ageren op regels v.d. groep.                                      | 1 |
| 39. | Snackdag op de groep                                              | 3 |
| 40. | Feestjes op de groep                                              | 1 |
| 41. | Gezichtsverlies bij sporten/lijnen                                | 1 |
| 42. | Discipline                                                        | 4 |
| 43. | extreem: niet meer of heel weinig eten, maar wel ongezonde dingen | 2 |
| 44. | Moeite met minder eten                                            | 1 |
| 45. | Grote verleiding buiten groep                                     | 1 |
| 46. | Schaamte tegenover groepsgenoten.                                 | 5 |
| 47. | Klimaat op de groep: onvoldoende ondersteuning                    | 1 |
| 48. | Psychische factoren (bijv. gevoelig voor eetstoornissen)          | 1 |
| 49. | Stoer gedrag                                                      | 1 |
| 50. | Geen structuur bij groepsleiding                                  | 1 |
| 51. | Geen goed voorbeeld                                               | 1 |
| 52. | Problematiek, gericht op behoeftebevrediging (emotie eten)        | 3 |
| 53. | Pesten                                                            | 2 |
| 54. | Voortdurend in stresssituatie bevinden                            | 2 |
| 55. | Passieve levensstijl (PC en TV)                                   | 1 |
| 56. | Weinig afwisseling voedingspatroon                                | 1 |
| 57. | Probleem niet serieus genomen                                     | 1 |
| 58. | Bak en kook activiteiten op school = extra maaltijden             | 1 |
| 59. | Ontbreken van eigen initiatief                                    | 1 |
| 60. | Beperkte mogelijkheden om te sporten                              | 1 |

|     |                                                                               |   |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------|---|
| 61. | Chips in weekend                                                              | 1 |
| 62. | Koken voor hele groep. (weinig rekening kunnen houden met individuele diëten. | 4 |
| 63. | Jongeren zonder overgewicht eten ook veel                                     | 3 |
| 64. | Drukke dagbesteding                                                           | 1 |
| 65. | Te weinig controle                                                            | 1 |
| 66. | Mogelijke aandachtsvraag                                                      | 1 |
| 67. | Dieetlijsten diëtiste niet afgestemd op doelgroep                             | 1 |

## Labels geordend per thema

### Instellingsniveau

|     |                                                                               |    |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------|----|
| 5.  | Financieel niet haalbaar (gezond koken, rolo minder geld, enz)                | 5  |
| 63. | Drukke dagbesteding                                                           | 1  |
| 4.  | Geen mogelijkheid te sporten bij club                                         | 1  |
| 32. | Beperkte bewegingsmogelijkheden (kleinere bez. Rolo)                          | 6  |
| 59. | Beperkte mogelijkheden om te sporten                                          | 1  |
| 3.  | Voeding Emaus niet op ingesteld.                                              | 2  |
| 13. | ASITO                                                                         | 2  |
| 14. | Kosten extra maaltijden                                                       | 1  |
| 23. | Gebrek aan invloed op wat er gekookt wordt op de groep.                       | 4  |
| 39. | Snackdag op de groep                                                          | 3  |
| 40. | Feestjes op de groep                                                          | 1  |
| 56. | Weinig afwisseling voedingspatroon                                            | 1  |
| 58. | Bak en kook activiteiten op school = extra maaltijden                         | 1  |
| 60. | Chips in weekend                                                              | 1  |
| 61. | Koken voor hele groep. (weinig rekening kunnen houden met individuele diëten. | 4  |
| 67. | Dieetlijsten diëtiste niet afgestemd op doelgroep                             | 1  |
| 8.  | gebrek mankracht om individueel te sporten                                    | 3  |
| 9.  | Gebrek tijd (om te sporten, gezond te koken..)                                | 9  |
| 12. | Te weinig weg kunnen uit paviljoen om te sporten bij ROLO (ivm veiligheid)    | 1  |
| 21. | Ondersteuning is minimaal                                                     | 1  |
| 47. | Klimaat op de groep: onvoldoende ondersteuning                                | 1  |
| 50. | Geen structuur bij groepsleiding                                              | 1  |
| 64. | Te weinig controle                                                            | 1  |
|     | Totaal                                                                        | 52 |

### Psychologisch niveau jongere

|     |                                                          |    |
|-----|----------------------------------------------------------|----|
| 16. | Motivatatie                                              | 11 |
| 34. | Gebrek aan doorzettingsvermogen                          | 8  |
| 36. | Vertekend zelfbeeld (ik ben niet te dik, anderen dikker) | 1  |

|     |                                                                   |    |
|-----|-------------------------------------------------------------------|----|
| 42. | Discipline                                                        | 4  |
| 43. | extreem: niet meer of heel weinig eten, maar wel ongezonde dingen | 2  |
| 44. | Moeite met minder eten                                            | 1  |
| 45. | Grote verleiding buiten groep                                     | 1  |
| 19. | Negatief zelfbeeld                                                | 2  |
| 48. | Psychische factoren (bijv. gevoelig voor eetstoornissen)          | 1  |
| 54. | Voortdurend in stresssituatie bevinden                            | 2  |
| 52. | Problematiek, gericht op behoeftebevrediging (emotie eten)        | 3  |
| 55. | Passieve levensstijl (PC en TV)                                   | 1  |
| 59. | Ontbreken van eigen initiatief                                    | 1  |
| 65. | Mogelijke aandachtsvraag                                          | 1  |
|     | Totaal                                                            | 39 |

#### **Omgeving jongere**

##### **Groep**

|     |                                                 |    |
|-----|-------------------------------------------------|----|
| 1.  | Sociale druk                                    | 2  |
| 18. | Te groot aanbod snoep/koek op de groep.         | 1  |
| 26. | Beïnvloedbaarheid door andere jongeren          | 1  |
| 27. | Grote verleiding op groep                       | 4  |
| 33. | Groepsdruk                                      | 8  |
| 38. | Ageren op regels v.d. groep.                    | 1  |
| 41. | Gezichtsverlies bij sporten/lijnen              | 1  |
| 53. | Pesten                                          | 2  |
| 46. | Schaamte tegenover groepsgenoten.               | 5  |
| 49. | Stoer gedrag                                    | 1  |
| 62. | Jongeren zonder overgewicht eten ook veel       | 3  |
| 11. | Beperkte vrijheden (op crisis/observatie groep) | 11 |
|     | Totaal                                          | 29 |

##### **Thuis**

|     |                                          |   |
|-----|------------------------------------------|---|
| 2.  | Omgeving                                 | 4 |
| 6.  | Systeem                                  | 3 |
| 7.  | Thuisituatie vaak ongezonde voeding      | 2 |
| 15. | Eten/snoep van thuis                     | 1 |
| 22. | Gebrek aan steun van thuis               | 7 |
| 24. | Ouders besteden hier geen aandacht aan.  | 1 |
| 25. | Financiële omstandigheden thuissituatie. | 2 |

|     |                               |    |
|-----|-------------------------------|----|
| 51. | Geen goed voorbeeld           | 1  |
| 57. | Probleem niet serieus genomen | 1  |
|     | Totaal                        | 22 |

#### **Kennisniveau jongere**

|     |                                              |    |
|-----|----------------------------------------------|----|
| 10. | Eigen beperking jongere                      | 8  |
| 17. | Besteding zakgeld (onvoldoende zicht hierop) | 2  |
| 20. | Niet snel genoeg resultaat                   | 1  |
| 28. | Gebrek aan kennis over gezonde voeding       | 5  |
| 29. | Gebrek aan vaardigheden om het aan te pakken | 5  |
| 30. | Gebrek aan inzicht                           | 4  |
| 31. | Gebrek aan kennis over afvallen              | 5  |
| 35. | Gebrek overzicht                             | 1  |
|     | Totaal                                       | 31 |

#### **Medicatie**

|     |           |   |
|-----|-----------|---|
| 37. | Medicatie | 3 |
|     | Totaal    | 3 |

### Vraag 3.2 Welke factoren kunnen jou als groepsleider belemmeren om het overgewicht van de jongere(n) aan te pakken?

#### Labels

| Nr. | Antwoord                                                                                                                 | aantal |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 1.  | Gebrek aan tijd om te sporten                                                                                            | 2      |
| 2.  | Ontbreken van 'drive' om de jongeren te motiveren gezond te leven en het ontbreken van een sportcultuur.                 | 1      |
| 3.  | Afwezigheid van groepsleider/niet altijd aanwezig zijn (wat leidt tot uitzonderingen i.g.v. niet teambrede visie/aanpak) | 3      |
| 4.  | Druk op de groep, andere dingen eisen meer aandacht                                                                      | 3      |
| 5.  | Jongere heeft weerstand                                                                                                  | 5      |
| 6.  | Motivatie van jongeren                                                                                                   | 21     |
| 7.  | Systeem werkt niet (goed) mee                                                                                            | 10     |
| 8.  | Geen motivatie tijdens weekendverlof, dus verval                                                                         | 2      |
| 9.  | Gebrek aan geld                                                                                                          | 5      |
| 10. | Gebrek aan personeel                                                                                                     | 1      |
| 11. | Aanwezige (ongezonde) voeding op de groep                                                                                | 5      |
| 12. | Vrijheidsbeperkingen voor bepaalde jongeren                                                                              | 1      |
| 13. | Gebrek aan tijd                                                                                                          | 18     |
| 14. | Jongeren hebben al veel stress en dan moet ik ze ook nog belasten met een voedingsprogramma (dus meer stress)            | 1      |
| 15. | Gebrek aan middelen                                                                                                      | 1      |
| 16. | Gebrek aan (gerichte) kennis om jongere te helpen                                                                        | 6      |
| 17. | Jongere ontkent probleem                                                                                                 | 2      |
| 18. | Geen teambrede aanpak/visie                                                                                              | 5      |
| 19. | Het hele team moet er gedisciplineerd mee omgaan                                                                         | 1      |
| 20. | Geen zicht op verlofgang                                                                                                 | 2      |
| 21. | Gebrek aan mogelijkheden om te sporten.                                                                                  | 5      |
| 22. | Onduidelijke niet evalueerbare methode                                                                                   | 1      |
| 23. | Niet genoeg faciliteiten                                                                                                 | 1      |
| 24. | Omgang met groepsgenoten                                                                                                 | 2      |
| 25. | Gebrek aan mogelijkheden op de leefgroep                                                                                 | 1      |

|     |                                                                                  |   |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------|---|
| 26. | Inactiviteit van groepsleider                                                    | 1 |
| 27. | Groepsleider heeft overgewicht                                                   | 3 |
| 28. | Gebrek aan tijd voor individuele begeleiding                                     | 4 |
| 29. | Bang dat de jongere zich gekwetst of aangevallen voelt als ik dit aankaart.      | 2 |
| 30. | Geen ingang voor gesprek met de jongere                                          | 1 |
| 31. | Afspraken niet nakomen                                                           | 1 |
| 32. | Jongere kan/wil geen band met groepsleider aangaan                               | 1 |
| 33. | Menu's niet passend bij jongeren die op dieet zijn.                              | 1 |
| 34. | Niet consequent het goede voorbeeld geven van gezond eten (bijv. in het weekend) | 1 |

## Labels geordend per thema

### Instellingsniveau

|     |                                                       |    |
|-----|-------------------------------------------------------|----|
| 9.  | Gebrek aan geld                                       | 5  |
| 10. | Gebrek aan personeel                                  | 1  |
| 13. | Gebrek aan tijd                                       | 18 |
| 15. | Gebrek aan middelen                                   | 1  |
| 21. | Gebrek aan mogelijkheden om te sporten.               | 5  |
| 22. | Onduidelijke niet evalueerbare methode                | 1  |
| 23. | Niet genoeg faciliteiten                              | 1  |
| 28. | Gebrek aan tijd voor individuele begeleiding          | 4  |
| 1.  | Gebrek aan tijd om te sporten                         | 2  |
| 25. | Gebrek aan mogelijkheden op de leefgroep              | 1  |
| 12. | Vrijheidsbeperkingen voor bepaalde jongeren           | 1  |
| 4.  | Drukke op de groep, andere dingen eisen meer aandacht | 3  |
| 11. | Aanwezige (ongezonde) voeding op de groep             | 5  |
| 33. | Menu's niet passend bij jongeren die op dieet zijn.   | 1  |
|     | Totaal                                                | 49 |

### Psychologisch niveau jongere

|     |                                                                                                               |    |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 14. | Jongeren hebben al veel stress en dan moet ik ze ook nog belasten met een voedingsprogramma (dus meer stress) | 1  |
| 29. | Bang dat de jongere zich gekwetst of aangevallen voelt als ik dit aankaart.                                   | 2  |
| 5.  | Jongere heeft weerstand                                                                                       | 5  |
| 6.  | Motivatie van jongeren                                                                                        | 21 |
|     | Totaal                                                                                                        | 29 |

### Samenwerkingsniveau groepsleiders

|     |                                                                                                                                |   |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 3.  | Afwezigheid van groepsleider/niet altijd aanwezig zijn (wat leidt tot uitzonderingen in geval van niet teambrede visie/aanpak) | 3 |
| 2.  | Ontbreken van 'drive' om de jongeren te motiveren gezond te leven en het ontbreken van een sportcultuur.                       | 1 |
| 18. | Geen teambrede aanpak/visie                                                                                                    | 5 |
| 19. | Het hele team moet er gedisciplineerd mee omgaan                                                                               | 1 |
| 31. | Afspraken niet nakomen                                                                                                         | 1 |

|     |                                                                                  |    |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------|----|
| 34. | Niet consequent het goede voorbeeld geven van gezond eten (bijv. in het weekend) | 1  |
| 26. | Inactiviteit van groepsleider                                                    | 1  |
| 27. | Groepsleider heeft overgewicht                                                   | 3  |
|     | Totaal                                                                           | 16 |

#### **Samenwerkingsniveau groepsleider met jongere**

|     |                                                    |   |
|-----|----------------------------------------------------|---|
| 30. | Geen ingang voor gesprek met de jongere            | 1 |
| 32. | Jongere kan/wil geen band met groepsleider aangaan | 1 |
|     | Totaal                                             | 2 |

#### **Omgeving jongere**

##### **Groep**

|     |                          |   |
|-----|--------------------------|---|
| 24. | Omgang met groepsgenoten | 2 |
|     | Totaal                   | 2 |

##### **Thuis**

|     |                                                  |    |
|-----|--------------------------------------------------|----|
| 7.  | Systeem werkt niet (goed) mee                    | 10 |
| 20. | Geen zicht op verlofgang                         | 2  |
| 8.  | Geen motivatie tijdens weekendverlof, dus verval | 2  |
|     | Totaal                                           | 14 |

#### **Kennis niveau groepsleider**

|     |                                                   |   |
|-----|---------------------------------------------------|---|
| 16. | Gebrek aan (gerichte) kennis om jongere te helpen | 6 |
|     | Totaal                                            | 6 |

#### **Kennisniveau jongere**

|     |                          |   |
|-----|--------------------------|---|
| 17. | Jongere ontkent probleem | 2 |
|     | Totaal                   | 2 |

**Vraag 3.3 welke factoren kunnen volgens jou de samenwerking tussen jou en de jongere(n) belemmeren als het gaat om het aanpakken van het overgewicht van de jongere?**

**Labels**

| Nr. | Antwoord                                                                                                                                                               | aantal |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 1.  | Geen teambrede aanpak/visie                                                                                                                                            | 6      |
| 2.  | Gebrek aan inzicht van jongere. (ontleent er bijv. status aan)                                                                                                         | 3      |
| 3.  | Gebrek aan creativiteit om jongere te helpen                                                                                                                           | 1      |
| 4.  | Gebrek aan (gerichte) kennis om jongere te helpen                                                                                                                      | 2      |
| 5.  | Als groepsleiding te veel 'pusht'                                                                                                                                      | 1      |
| 6.  | Eetpatroon van groepsleider zelf.                                                                                                                                      | 1      |
| 7.  | Gebrek aan geld                                                                                                                                                        | 6      |
| 8.  | Jongere kan zich afgewezen voelen wanneer het onderwerp ter sprake komt.                                                                                               | 1      |
| 9.  | Gebrek aan tijd                                                                                                                                                        | 12     |
| 10. | Gebrek aan mogelijkheden op de leefgroep                                                                                                                               | 1      |
| 11. | Jongere heeft moeite met het onderwerp                                                                                                                                 | 1      |
| 12. | Groepsdruk                                                                                                                                                             | 1      |
| 13. | Sfeer op de groep                                                                                                                                                      | 1      |
| 14. | Jongeren doen hun kooktaak te snel, waardoor ongezond gekookt wordt.                                                                                                   | 2      |
| 15. | Groepsleider is niet bewust van de valkuilen                                                                                                                           | 1      |
| 16. | Jongere ontkent probleem                                                                                                                                               | 3      |
| 17. | Eten is een voorwaarde. Begeleiden van eetgewoonten/eetproblemen vraagt soms om dagelijks terugkerende maatregelen. Die kunnen de omgang verstoren op andere gebieden. | 1      |
| 18. | Vastzitten aan maaltijden van ASITO                                                                                                                                    | 1      |
| 19. | Emotionele problemen                                                                                                                                                   | 1      |
| 20. | Jongere heeft weerstand                                                                                                                                                | 3      |
| 21. | Motivatatie van jongeren                                                                                                                                               | 12     |
| 22. | Systeem werkt niet (goed) mee                                                                                                                                          | 5      |
| 23. | Drukke op het werk                                                                                                                                                     | 1      |
| 24. | Als jongere en groepsleider niet hetzelfde doel hebben                                                                                                                 | 2      |
| 25. | Afspraken niet nakomen door jongere                                                                                                                                    | 2      |

|     |                                                                                                                                                                                                          |   |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 26. | Gedrag van de jongere. Jongere bepaald of hij/zij initiatief onderneemt.                                                                                                                                 | 1 |
| 27. | Jongere ziet het nut niet in van afvallen                                                                                                                                                                | 1 |
| 28. | Geen belemmeringen, ligt aan de manier waarop je dingen bespreekbaar maakt. Voelt de jongere zich serieus genomen dan kan meestal alles besproken worden zonder dat het de samenwerking op het spel zet. | 2 |
| 29. | Beperking van de jongere                                                                                                                                                                                 | 1 |
| 30. | Strijd over onderwerp (bijv. tijdens corrigeren van eetgedrag)                                                                                                                                           | 6 |
| 31. | Slechte werkrelatie (bijv. Geen vertrouwen)                                                                                                                                                              | 9 |
| 32. | Gebrek aan ondersteuning                                                                                                                                                                                 | 1 |
| 33. | Jongere staat niet achter gemaakte plan                                                                                                                                                                  | 1 |
| 34. | Geslotenheid van de jongere over het onderwerp                                                                                                                                                           | 5 |
| 35. | Psychische problemen                                                                                                                                                                                     | 1 |
| 36. | Emotionele problemen                                                                                                                                                                                     | 1 |

## Labels geordend per thema

### Instellingsniveau

|     |                                          |    |
|-----|------------------------------------------|----|
| 7.  | Gebrek aan geld                          | 6  |
| 9.  | Gebrek aan tijd                          | 12 |
| 10. | Gebrek aan mogelijkheden op de leefgroep | 1  |
| 18. | Vastzitten aan maaltijden van ASITO      | 1  |
| 23. | Drukke op het werk                       | 1  |
|     | Totaal                                   | 21 |

### Psychologisch niveau jongere

|     |                                                                                                                                                                        |    |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 8.  | Jongere kan zich afgewezen voelen wanneer het onderwerp ter sprake komt.                                                                                               | 1  |
| 11. | Jongere heeft moeite met het onderwerp                                                                                                                                 | 1  |
| 17. | Eten is een voorwaarde. Begeleiden van eetgewoonten/eetproblemen vraagt soms om dagelijks terugkerende maatregelen. Die kunnen de omgang verstoren op andere gebieden. | 1  |
| 19. | Emotionele problemen                                                                                                                                                   | 1  |
| 20. | Jongere heeft weerstand                                                                                                                                                | 3  |
| 21. | Motivatie van jongeren                                                                                                                                                 | 12 |
| 26. | Gedrag van de jongere. Jongere bepaald of hij/zij initiatief onderneemt.                                                                                               | 1  |
|     | Totaal                                                                                                                                                                 | 20 |

### Samenwerkingsniveau groepsleiders

|    |                             |   |
|----|-----------------------------|---|
| 1. | Geen teambrede aanpak/visie | 6 |
|    | Totaal                      | 6 |

### Samenwerkingsniveau groepsleider met jongere

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 24. | Als jongere en groepsleider niet hetzelfde doel hebben                                                                                                                                                                                                             | 2 |
| 25. | Afspraken niet nakomen door jongere                                                                                                                                                                                                                                | 2 |
| 28. | Geen belemmeringen, ligt aan de manier waarop je dingen bespreekbaar maakt. Voelt de jongere zich serieus genomen dan kan meestal alles besproken worden zonder dat het de samenwerking op het spel zet. <u>(dus als jongere zich niet serieus genomen voelt!)</u> | 2 |
|     | Totaal                                                                                                                                                                                                                                                             | 6 |

### Omgeving jongere

#### Groep

|     |            |   |
|-----|------------|---|
| 12. | Groepsdruk | 1 |
|-----|------------|---|

|     |                   |   |
|-----|-------------------|---|
| 13. | Sfeer op de groep | 1 |
|     | Totaal            | 2 |

#### **Thuis**

|     |                               |   |
|-----|-------------------------------|---|
| 22. | Systeem werkt niet (goed) mee | 5 |
|     | Totaal                        | 5 |

#### **Kennis niveau groepsleider**

|     |                                                   |   |
|-----|---------------------------------------------------|---|
| 3.  | Gebrek aan creativiteit om jongere te helpen      | 1 |
| 4.  | Gebrek aan (gerichte) kennis om jongere te helpen | 2 |
| 5.  | Als groepsleiding te veel 'pusht'                 | 1 |
| 6.  | Eetpatroon van groepsleider zelf.                 | 1 |
| 15. | Groepsleider is niet bewust van de valkuilen      | 1 |
|     | Totaal                                            | 6 |

#### **Kennisniveau jongere**

|     |                                                                      |    |
|-----|----------------------------------------------------------------------|----|
| 2.  | Gebrek aan inzicht van jongere. (ontleent er bijv. status aan)       | 3  |
| 14. | Jongeren doen hun kooktaak te snel, waardoor ongezond gekookt wordt. | 2  |
| 16. | Jongere ontkent probleem                                             | 3  |
| 27. | Jongere ziet het nut niet in van afvallen                            | 1  |
| 29. | Beperking van de jongere                                             | 1  |
|     | Totaal                                                               | 10 |

## Bijlage E Afkapwaarden BMI

| leeftijd<br>in<br>jaren | Jongens                 |              |             |                        | Meisjes                 |              |             |                        |
|-------------------------|-------------------------|--------------|-------------|------------------------|-------------------------|--------------|-------------|------------------------|
|                         | ernstig<br>ondergewicht | ondergewicht | overgewicht | ernstig<br>overgewicht | ernstig<br>ondergewicht | ondergewicht | overgewicht | ernstig<br>overgewicht |
| 2                       | 13,93                   | 14,95        | 18,41       | 20,09                  | 13,87                   | 14,74        | 18,02       | 19,81                  |
| 3                       | 13,60                   | 14,54        | 17,89       | 19,57                  | 13,55                   | 14,38        | 17,56       | 19,36                  |
| 4                       | 13,41                   | 14,30        | 17,55       | 19,29                  | 13,34                   | 14,15        | 17,28       | 19,15                  |
| 5                       | 13,23                   | 14,12        | 17,42       | 19,30                  | 13,16                   | 13,97        | 17,15       | 19,17                  |
| 6                       | 13,13                   | 14,03        | 17,55       | 19,78                  | 13,06                   | 13,92        | 17,34       | 19,65                  |
| 7                       | 13,12                   | 14,06        | 17,92       | 20,63                  | 13,08                   | 14,00        | 17,75       | 20,51                  |
| 8                       | 13,21                   | 14,20        | 18,44       | 21,60                  | 13,17                   | 14,16        | 18,35       | 21,57                  |
| 9                       | 13,36                   | 14,41        | 19,10       | 22,77                  | 13,35                   | 14,42        | 19,07       | 22,81                  |
| 10                      | 13,58                   | 14,69        | 19,84       | 24,00                  | 13,63                   | 14,78        | 19,86       | 24,11                  |
| 11                      | 13,87                   | 15,03        | 20,55       | 25,10                  | 14,04                   | 15,25        | 20,74       | 25,42                  |
| 12                      | 14,24                   | 15,47        | 21,22       | 26,02                  | 14,54                   | 15,83        | 21,68       | 26,67                  |
| 13                      | 14,69                   | 15,98        | 21,91       | 26,84                  | 15,08                   | 16,43        | 22,58       | 27,76                  |
| 14                      | 15,20                   | 16,54        | 22,62       | 27,63                  | 15,60                   | 17,01        | 23,34       | 28,57                  |
| 15                      | 15,74                   | 17,13        | 23,29       | 28,30                  | 16,07                   | 17,52        | 23,94       | 29,11                  |
| 16                      | 16,27                   | 17,70        | 23,90       | 28,88                  | 16,48                   | 17,95        | 24,37       | 29,43                  |
| 17                      | 16,76                   | 18,24        | 24,46       | 29,41                  | 16,84                   | 18,33        | 24,70       | 29,69                  |
| ≥ 18                    | 17,00                   | 18,50        | 25,00       | 30,00                  | 17,00                   | 18,50        | 25,00       | 30,00                  |

(<http://www.nationaalkompas.nl/>)

### **‘Bevordering gezonde leefstijl in de zorg voor LVB jongeren’ Inspectie voor de gezondheidszorg**

**Datum 19-04-12**

**Spreker: Edwin Rutten.**

LVG jongeren zijn zeer afhankelijk van hun omgeving.

Intro: filmpje over 2 jongeren, 1 jongere vertelt dat hij 6 tot 7 liter cola per dag dronk en had niet door hoe ongezond dit is en hoeveel dit is.

**Spreker: Petra reulings**, projectleider van de inspectie m.b.t. dit onderwerp.

waarom is het belangrijk? Omdat mensen in nl leven langer en chronische ziektes toe nemen.

**Spreker: Prof. Mackenbach.**

Hij geeft aan dat door preventie veel aandoeningen vermijdbaar zijn.

**Spreker: Kees de koek.**

Er is eigenlijk geen norm voor wat is goed, wat is voldoende. vandaar de bouwstenen van de inspectie.

Nederlanders hebben 19 % overgewicht. Van de LVG jongeren heeft 30-53% overgewicht.

Er is heel bewust gekozen voor de obs's van de licht verstandelijke beperking omdat LVG jongeren kwetsbaarder zijn en meer afhankelijk zijn van hun omgeving.

Er wordt gepresenteerd hoe de instelling gescoord hebben (geanonimiseerd)

Beleid.

Is er een beleid geformuleerd?

Rondom thema roken is er vaak wel een beleid geformuleerd.

Voor zowel overgewicht als lichamelijke inactiviteit is er geen beleid geformuleerd.

Wel aandacht voor bevordering gezonde leefstijl, maar niet systematisch.

Er is geen relatie tussen beleid en uitvoering

leefstijl moet deel uit maken van het grote geheel.

er moeten relaties ontstaan tussen verschillende disciplines.

Scholing.

Hoe zit het met de scholing van medewerkers? als medewerkers geen kennis hebben, is het zo wie zo lastig om het beleid uit te kunnen voeren

Rondom roken, overgewicht en lichamelijke inactiviteit zijn weinig mensen geschoold.

Er vind wel scholing plaats maar echt gericht op de preventie relatief weinig.

Registratie van leefstijl.

Binnen de dossiers wordt bijna/niet geregistreerd.

Er wordt standaard weinig/niet opgenomen in de behandelplan.

Er is vaak geen registratie op instellingsniveau, soms vindt er wel registratie op individueel niveau plaats.

Preventie overgewicht gebeurt niet systematisch.

- aandacht voor gezonde voeding.

- individuele preventie overgewicht op basis van klinische blik

- aanbieden van gezonde voeding is niet systematisch aan de orde.

Individuele motivatie van groepsleider.

Het maakt heel erg uit hoe een personeelslid zelf erin staat. Hou je zelf van mountainbiken dan doe je dit ook sneller met de kids. Hoe je niet van sporten dan ga je er als groepsleiding minder snel met de kids een sportieve activiteit uitvoeren.

Er zijn grote verschillen in de praktijk

De uitvoeringspraktijk is afhankelijk van de opvattingen van individuele medewerkers. Binnen één organisatie kunnen daardoor grote verschillen bestaan. Met als gevolg dat de jongere de mogelijkheid onthouden wordt om een gezonde keuze te maken.

Als er weinig aandacht voor preventie is, dan wordt er een keuze onthouden voor de jongere om meer of minder gezond te leven.

Voldoende mogelijkheden voor preventie lichamelijke inactiviteit.

In dagelijkse praktijk wordt hieraan relatief goed vormgegeven omdat OBC's in het algemeen voldoende mogelijkheden hebben om jongeren te laten bewegen.

Hoe nu verder.

Implementeren van de bouwstenen in 2012.

Staat van de gezondheidszorg.

in 2013 zal herhaling van de meting plaatsvinden en hierop aansluitend (indien nodig) handhaving.

De inspectie zal kijken wat er veranderd is tussen de eerste en de tweede meting en als er niks veranderd is zal de inspectie hierop terug komen.

voorstel aanpassing bouwstenen:

specifiekere randvoorwaarden scholing.

Altijd registratie leefstijl in behandelplan, zodat je weet rookt een jongere of rookt hij niet.

Registratie ondersteuning gezonde leefstijl in behandelplan vastleggen.

Preventie inbouwen in instellingsleven:

voorbeeldgedrag professional: niet meer roken

voeding volgens schijf van vijf.

### **Spreker: medewerker vanuit Middenveld.**

Hoe hebben zij de bouwstenen gebruikt m.b.t. leefstijlbegeleiding?

Ze hebben als instelling bedacht, hoe gaan we dat doen?

Mensen met een licht verstandelijke beperking reageren op impulsen, ze zijn gericht op snelle bevrediging van behoeften.

De instelling heeft ingestoken op het gedrag van de jongere.

Hoe zit het met geld, want voor dit project was geld nodig.

Als de jongeren onder de 18 zijn dan is er weinig geld wat je kunt krijgen om wat te doen. Er was dus geen geld om allerlei grote dingen te doen. Tegenwoordig zit de diëtist niet meer bij het pakket in.

Ze besloten als instelling om sprokkelaars te worden, hiermee werd bedoeld dat ze het doen met het geld dat ze al hebben en verder op zoek zijn gegaan naar sponsors

Uiteindelijk hebben ze gebruik gemaakt van het project 'only friends', ze hebben sponsors gevonden om op elke groep een fitnes apparaat te krijgen en er kwam een kickboxcursus waardoor de jongeren meer zelfvertrouwen kregen en zich beter konden beheersen.

Als instelling zijn ze ook gaan kijken naar het behandelplan. Inmiddels wordt er aandacht besteed op het gebied van leefstijl en indien nodig wordt er een beweegplan gemaakt.

De instelling probeerde de ouders erbij te betrekken, al is dat wel een hoofdstuk apart. Ze hopen dat wanneer ouders zien dat het kind het fijn vindt om te bewegen dat de ouders hierbij positief betrokken raken.

**Spreker: Peter van der Weerden, van de instelling De La Salle.**

Als je gedrag van de cliënten wilt veranderen, moet het personeel het voorbeeld geven.

Als instelling maakten hun gebruik van onder andere de Cruijff foundation. En er wordt jaarlijks een voetbaltoernooi gehouden .

De instelling De La Salle heeft een commissie ingeroepen en een plan gemaakt, vervolgens is dit besproken met de cliëntenraad. De instelling heeft het Intakeverslag aangepast en er zijn meer sportieve activiteiten gekomen. Inmiddels is er een pilot gestart met een obesitas coach.

Wat belangrijk is, is de volgende vraag: hoe verhoudt de gezonde leefstijl tot de behandeling? Het kan zijn dat de jongeren soms iets anders aan zijn hoofd heeft, in dat geval is het niet slim om met zijn of haar overgewicht aan de slag te gaan. Het gaat erom: kan ik iemand zover krijgen dat iemand eraan wilt werken. Er is geen resultaatverplichting maar een inspanningsplichting voor de groepsleiding.

**Bevindingen uit de workshops.**

Leefstijl moet deel uit maken van het grote geheel.

Er moeten relaties ontstaan tussen verschillende disciplines.

Je moet gebruik maken van het enthousiasme van de collega's.

Je moet niets iets veranderen omdat het moet, maar je moet het zo verwerken dat het past binnen het beleid.

Het management moet zich bewust zijn van de leefstijlproblematiek.

Je moet als management het zo gedragen proberen te krijgen dat het niet persoonsafhankelijk wordt.

## **Bijlage G Contact deskundige José Veen- Roelofs, kinderdietist/dietist VG, auteur Happy Weight stippenplan**

Tijdens ons literatuur onderzoek zijn we erachter gekomen dat er voor de doelgroep LVB jongeren die te maken hebben met overgewicht weinig behandelingen en middelen bekend zijn om het overgewicht van de LVB jongere aan te kunnen pakken. Op de Invitational conference dat georganiseerd werd door de inspectie werd deze gedachte bevestigd. Sylvia is op deze conferentie in contact gekomen met José van Veen. We hebben contact gehad met haar over het Happy Weight stippenplan. Hier volgen de belangrijkste uitkomsten uit dit contact.

Allereerst vroegen we aan José of zij met ons als deskundige wil meedenken en haar mening op de volgende punten wilde geven. Dit wilde ze en hieronder is haar reactie te lezen.

Vraag: Op welke wijze kan het overgewicht van de LVB jongeren van Kwadrant Emaus behandeld worden?

Reactie: Met behulp van het Happy Weight stippenplan. Dat is een hulpmiddel voor jongeren met een licht verstandelijke beperking om vat te krijgen op: Wat eet je en Hoeveel calorieën zitten daar in en hoeveel calorieën heb jij persoonlijk nodig. Het is voor ons al lastig vat te hebben op deze dingen, laat staan voor deze jongeren.

De jongeren kunnen dit nooit helemaal alleen is mijn ervaring. Een persoonlijk begeleider moet er echt de aandacht voor hebben en hen helpen met de praktische uitvoering/invulling.

### **Het Happy Weight stippenplan**

Het Happy Weight stippenplan is een soort “last resort” voor deze jongeren. Zij worden bij elk ander programma buitengesloten. Als de voorwaarden goed zijn, kan dit programma leiden tot hele goede resultaten.

In dit programma mag alles als je maar weet hoe je dat kan inpassen in de dag en hoeveel je er van mag eten/drinken binnen het aantal stippen wat voor de jongere geldt. De keuze is positief gesteld: gezond dan wel minder gezond eten, doormiddel van groene en oranje stippen. Rood kennen wij niet. Er is niets verboden! Jongeren kunnen er heel snel zelf mee werken en dat vinden zij belangrijk. Het gaat bij overgewicht om het begrenzen van de calorieën, dat is hoofdzaak en dat werkt met de stippen heel prettig en duidelijk.

De volgende vraag die we stelden aan haar was: welke kennis is volgens jou aanwezig bij groepsleiders en jongeren?

Reactie: Ik denk dat er niet zo veel kennis aanwezig is. Mijn ervaring is, dat dit te wensen overlaat. Bovendien heeft iedereen vanuit zijn eigen opvoeding ideeën over voeding en die zijn niet altijd juist. Maar wat vooral lastig is, is de verwarring die dat geeft bij de jongeren. Je moet duidelijk en gestructureerd werken met voeding in een groep. In die zin is het stippenplan een hulpmiddel om allemaal op 1 lijn te gaan zitten.

De volgende vraag die we haar stelden was: Welke methodieken en behandelingen zijn er in Nederland bekend rondom jongeren met een licht verstandelijke beperking en overgewicht?

Reactie: Uitsluitend het Happy Weight stippenplan. Zelfs tot over de grens is er niets anders te vinden. Ik spreek inmiddels ook vaak over het stippenplan als ‘best practice’ bij deze doelgroep op internationale congressen ( the dotsplan).

Vervolgens vroegen we aan José Veen: Welke factoren belemmeren eventueel de aanpak van overgewicht bij LVB jongeren?

Reactie: Gebrek aan goede voorbereiding van de aanpak, op welke wijze dan ook. Het is niet zo maar “even” een dieetje gaan doen, daar komt veel meer bij kijken. De voorwaarden die nodig zijn voor een goed resultaat van het programma moeten op orde zijn en gefaciliteerd worden door de instelling.

Verder moet de groepsleiding goed geschoold zijn en aandacht (willen) hebben voor het programma. Groepsleiding moet duidelijk en consequent zijn. Niet vrijblijvend in de zin van “ze moeten het zelf

kunnen”, nee echt betrokken zijn en pedagogisch slim met het een en ander omgaan. Het gaat ook altijd om de “motivatie” bij groepsleiding en anderen, maar dat is lastig. Intrinsieke motivatie is al helemaal moeilijk. Daarom moet je ook dat heel praktisch houden en zorgen voor een beloning dat niet te ver in de tijd ligt.

Overgewicht is iets waar niet elke jongere last van ondervindt en het getal op de weegschaal zegt hen vaak niks. Dus moet je op een andere manier werken. Het vraagt om creativiteit.

Met José Veen hebben we ook gesproken over de lay-out van het stippenplan. Hier hadden we zelf onze vraagtekens bij omdat op de voorpagina een man met het syndroom van down staat. Naar ons idee zou de kans groot kunnen zijn dat dit veel aversie oproept bij de jongeren van Kwadrant Emaus en dat dit hun kan tegenhouden om open te staan voor dit programma. We hebben gevraagd wat haar ervaringen hierin waren met het inzetten van het Happy Weight stippenplan bij jongeren met een licht verstandelijke beperking.

Haar reactie:

Dit herken ik wel. De lay-out KAN dus het probleem zijn. Toch heb ik ervaring met veel LVB jongeren en zelfs met jongeren van normaal niveau.

Ik heb al met de uitgever besproken dat wij voor een volgende druk zoeken naar een wat neutralere lay-out. Hier moet nog wat mee gedaan worden, dat is zeker.

Maar de uitgever investeert pas als er voldoende “markt” voor is. Mijn idee is nu om te komen tot een lay-out die het mogelijk maakt een bredere doelgroep aan te spreken en zo het product kostendekkend te krijgen. Het is nu wel de tijd om dat te doen. Overgewicht is een ‘hot item’, maar de recessie gooit dan roet in het eten. Geld is altijd erg bepalend, maar daar moet je met elkaar creatief in zijn.

Wat wij al wel hebben uitgetest is een “gewone” kaft/ map, waar wij de stippenplan-inhoud (losbladig) in kunnen onderbrengen. Dat is de lay out van de “gewone” HW variant. Die vind je ook op de site. Die mappen heeft de uitgever op de plank liggen, dus dat kan altijd.

Maar dat is toch ook nog beperkt, aangezien er een mooie jonge vrouw op staat. Dan kan je je nl. weer afvragen of dat wel past bij de doelgroep LVB. Foto’s en plaatjes, ik werk al 20 jaar met HW stippenplan en daar is altijd discussie over. Er is niets zo moeilijk als het passend maken van visualisatie. Dat geldt voor de foto’s van de mensen en voor de plaatjes van de voedingsmiddelen.

Informatie over het Happy Weight Stippenplan (<http://www.happyweight.nl/>)

Het Stippenplan bestaat uit de combinatie van vier elementen:

1. Energiebeperking
2. Gedragsmodificatie
3. Lichaamsbeweging
4. Participatie van betrokkenen

Het Stippenplan wordt altijd op maat samengesteld voor de deelnemer. Zo krijgt de deelnemer precies dat advies dat bij hem past. Dit advies, gekoppeld aan het Deelnemerspakket, geeft de basis voor een succesvol resultaat: het behalen (en behouden!) van een gezond gewicht.

De methode van het Stippenplan is in 1991 ontwikkeld door José Veen (diëtist) en Sylvia Rasenberg (orthopedagoog). De effectiviteit van het programma is in die afgelopen vijftien jaar ruimschoots bewezen: met het Stippenplan worden voedingsproblemen structureel aangepakt.

Voor diëtisten en gedragsdeskundigen is er een uitgebreide Handleiding verkrijgbaar.

Het stippenplan is een visueel programma over voeding (=plaatjes) en calorieën (=stippen), over wat gezond (groen) en wat minder gezond (oranje) is om te eten of te drinken, het geeft duidelijkheid en structuur, en middels het individueel vastgestelde aantal stippen per dag is helder waar de grens moet liggen voor eten en drinken als het gaat om energie. Kiezen mag, een groene stip is evenveel waard als een oranje stip, maar het aantal stippen per dag is bindend. De deelnemer

moet zich aan houden aan het aantal voorgeschreven stippen om tot het gewenste resultaat te komen.

Het stippenplan sluit aan bij de mogelijkheden van mensen van lager niveau, zodat zij zelf meer vat krijgen op het begrip voeding en de keuzes die zij daar in hebben al kunnen zij dat nooit helemaal zonder hulp .

### **Het programma**

→ De deelnemer is door een arts (eventueel via de orthopedagoge) verwezen naar een diëtist. De diëtist zorgt ervoor dat het Stippenplan op maat gemaakt wordt voor de deelnemer. Daarvoor neemt de diëtist een voedingsanamnese af, onder andere door de deelnemer (met behulp van ouders of verzorgers) een eetdagboek bij te laten houden. Na analyse van alle gegevens stelt de diëtist de energiebeperking vast en koppelt daaraan een bepaalde hoeveelheid stippen (kilocalorieën) voor de deelnemer. Gekoppeld aan het aantal stippen en de voorkeuren van de deelnemer stelt de diëtist een dagmenu samen.

→ Voordat de deelnemer daadwerkelijk aan de slag gaat, worden alle betrokkenen geïnformeerd, geïnstrueerd en worden gezamenlijk afspraken gemaakt. De deelnemer maakt een belangrijke afspraak: door het ondertekenen van het Happy Weight Stippenplan-contract belooft hij zich in te zetten om een gezond gewicht te bereiken.

→ Vanaf dit moment gaat de deelnemer, met behulp van alle betrokkenen, aan de slag. Bij elke maaltijd of eetmoment neemt de deelnemer zijn Stippenkaart mee. In totaal zijn er zes eetmomenten per dag. Voordat hij iets gaat eten, zoekt hij op de productkaarten op hoeveel stippen hij wil gebruiken en kleurt hij deze in op de kaart. Zijn alle stippen opgebruikt, dan heeft hij genoeg gegeten voor die dag.

→ Naast de energiebeperking belooft de deelnemer te (gaan) bewegen. Hoe vaak hij beweegt, en wat voor activiteit hij wanneer gaat doen, wordt eveneens bijgehouden op een kaart.

→ Eens per week gaat de deelnemer op de weegschaal, zodat het resultaat van het Stippenplan bijgehouden wordt. Dit wordt op de gewichtskaart genoteerd.

→ Om de deelnemer gemotiveerd te houden, kan de deelnemer bij goede inzet en goede resultaten een beloning verdienen. De deelnemer weet van tevoren wat de beloning zal zijn.

→ Gedurende de eerste periode volgt de deelnemer exact het dagmenu. Na verloop van tijd kunnen er voor de deelnemer meer keuzemomenten ingebouwd worden. Zo kan de deelnemer zelf kiezen wat hij wil eten en hoeveel. Hij leert zelf onderscheid te maken tussen gezonde en minder gezonde producten en leert variatie in de keuze van voedingsmiddelen aan te brengen.

→ De diëtist kan tussentijds de energiebeperking aanpassen, al naar gelang de resultaten. Bij onvoldoende resultaat onderzoeken de betrokkenen, samen met de deelnemer, wat de mogelijke oorzaak is.

→ De betrokkenen houden elkaar op de hoogte van de vorderingen, maar ook van speciale momenten als een feestdag. Gezamenlijk zorgen zij ervoor dat de deelnemer het maximaal aantal stippen per dag niet overschrijdt. Zij blijven de deelnemer stimuleren en aanmoedigen en helpen hem waar nodig om het Stippenplan succesvol te laten verlopen.

### **Multidisciplinaire begeleiding**

Toepassing van het advies in de praktijk vraagt om goede begeleiding, waarbij vooral de samenwerking tussen diëtist en orthopedagoog meerwaarde geeft. Het is erg belangrijk dat alle betrokkenen vooraf goed geïnformeerd worden over de werkwijze en toepassing van het stippenplan. Dus niet alleen de ouders, maar ook de groepsopvoeders, leerkrachten, begeleiders op dagbesteding, werk- en woonvoorzieningen etc. Een goede start is het halve werk.

Naast deze samenwerking van diëtist/orthopedagoog is begeleiding vanuit een multidisciplinair team aan te bevelen. Dit team bestaat bij voorkeur uit: een arts, een diëtist, een gedragsdeskundige en eventueel een fysiotherapeut of ergotherapeut.

## Bijlage H Verantwoording enquête jongeren

In deze bijlage zullen we beschrijven hoe het komt dat we wel van plan waren om enquêtes te houden onder de jongeren, maar dit uiteindelijk niet gedaan hebben door bepaalde omstandigheden. We zullen de stappen beschrijven die we hierin ondernomen hebben.

Eind februari/begin Maart

De enquête vragen voor de jongeren waren grotendeels opgesteld. Op dit moment waren we bezig om de online enquête bekendheid te geven bij de groepsleiders. Dit deden we door een moment op te eisen in de teamvergaderingen van alle groepen.

1 Maart attendeerde Bianca Winants ons erop dat er een ander groepje ook bezig was met een afstudeeronderzoek met betrekking tot het onderwerp overgewicht. Ze adviseerde om contact met elkaar op te nemen. Dit hebben we gedaan door hun te mailen (we hadden geen telefoonnummer). We hadden pas een week later contact met hun omdat hun mail er een week uit lag. Na een kort telefoongesprek werd duidelijk dat zij zich richten op het Emaus college en dat wij ons richten op de leefgroepen.

Op 14 maart schreven we de volgende email.

**Van:** Lok, Chris [mailto:cllok@student.che.nl]

**Verzonden:** woensdag 14 maart 2012 14:05

**Aan:** Onderzoek

**Onderwerp:** FW: Onderzoek overgewicht

*Hallo Dorien en Sanne,*

*Lukt het afstuderen een beetje?*

*Wij hadden nog een vraag. We zijn nu bezig met het opstellen van een enquête voor jongeren op de leefgroepen. Maar als ik het me goed herinner wilden jullie ook enquêtes afnemen aan de jongeren toch?*

*we vroegen ons af wat de doel van jullie enquête was, zodat we even kunnen kijken of we niet dezelfde doel hebben.*

*Groetjes chris en sylvia*

We kregen onderstaande reactie.

**Van:** Onderzoek [onderzoek@emauscollege.nl]

**Verzonden:** donderdag 15 maart 2012 12:28**Aan:** Lok, Chris**Onderwerp:** RE: Onderzoek overgewicht

*Hoi Chris en Sylvia,*

*Ja het gaat allemaal aardig volgens planning, we mogen niet klagen!*

*Bij jullie dan?*

*Wij hebben vorige week enquêtes uitgedeeld onder de jongeren, wij wilden graag weten welke voorzieningen ze missen op het terrein en of ze wel eens bezig zijn geweest met afvallen, of ze tevreden zijn met zichzelf, of ze aan een dieet mee zouden doen, van wie ze hulp zouden willen en wat zij onder een gezonde leefstijl verstaan!*

*Dat was het wel zo'n beetje.*

*Groetjes Sanne en Dorien*

Vervolgens hebben we gevraagd wat hun doel van de enquête was en wat voor soort vragen ze opgesteld hadden. De doelen die zij met de enquête hadden kwamen overeen met de doelen die wij ook hadden. Wij wilden met onze enquête erachter komen op wat voor manier jongeren aandacht besteden aan hun overgewicht, of de jongeren last ervaren van hun overgewicht en of ze wel eens geprobeerd hebben om af te vallen. Vergelijkbare vragen hadden hun ook.

We besloten dat het geen zin had om een zelfde enquête te verspreiden onder de jongere. De kans dat we dan enquêtes zouden krijgen was zeer klein. Met ons afstudeerdocent hebben we het erover gehad om niet de enquêtes uit te delen maar om langs alle groepen te gaan en dus de enquête per jongere persoonlijk af te laten nemen. We zagen dit niet zitten in de tijd die we nog hadden, om langs alle groepen meerdere keren langs te gaan.

Ondanks dat we onze keuze hadden gemaakt en we dit konden verantwoorden waren we het beiden erover eens dat we een belangrijk onderdeel van ons onderzoek misten. In overleg met ons afstudeerdocent hebben we ervoor gekozen aan het andere groepje voor te stellen om onze onderzoeken met elkaar te vergelijken en om informatie uit te wisselen. Wij hadden de focus voornamelijk op de leefgroepen en zij hadden de focus op de school en vrije tijd. Ons doel was absoluut niet om dezelfde aanbevelingen te verkrijgen maar om de verschillende disciplines met elkaar te vergelijken. Door middel van het vergelijken van het onderzoek zouden we eventuele verbanden kunnen leggen die we anders niet konden doen. Dit gold wat ons betreft voor beide kanten. Het andere groepje wilde hier niets van weten. Zij hadden het gevoel dat ze hun onderzoek dan weggaven. In diverse mailtjes lukte het niet om hun ervan te overtuigen.

Tijdens de conferentie die Sylvia samen met Bianca Winants heeft bezocht vertelde Sylvia over hoe het afstuderen ging en ze vertelde ook over de situatie met het andere afstudeerkoppel. Bianca stelde voor dat zij contact met het andere groepje en de begeleider van het andere groepje op zou nemen om er alsnog voor te kunnen zorgen dat we de onderzoeken met elkaar konden vergelijken.

Helaas heeft Bianca nog geen contact op kunnen nemen met de begeleider van het andere groepje. Wij hebben niet de mogelijkheid gehad om het andere onderzoek in te zien. In de aanbevelingen raden wij de instelling aan om zowel het onderzoek van Sanne en Dorien als die van ons te gebruiken en deze twee onderzoeken met elkaar te vergelijken.

## **Bijlage I Inspectie voor de Gezondheidszorg. Bouwstenen**

Deze bijlage bevat geen paginanummering. Tevens hebben we ervoor gekozen om deze lege pagina als startpagina voor bijlage I te gebruiken. Hierdoor wordt zoeken met de inhoudsopgave toch mogelijk.

## **Bijlage J Rapport van de Inspectie voor de gezondheidszorg**

Deze bijlage bevat geen paginanummering. Tevens hebben we ervoor gekozen om deze lege pagina als startpagina voor bijlage J te gebruiken. Hierdoor wordt zoeken met de inhoudsopgave toch mogelijk.