

Ouderbetrokkenheid

De invloed van ouders op het beweeggedrag van kinderen in groep 8

Afstudeeronderzoek Fontys Sporthogeschool – afstudeerrichting Wellness

Naam: Marieke Obbes
Studiejaar: 2015-2016
Studentnummer: 2200679
Datum: juni 2016
Docent: Menno Slingerland



Voorwoord

Voor u ligt mijn afstudeerscriptie in het kader van de opleiding Sport & Bewegingseducatie gevolgd aan Fontys Sporthogeschool in Eindhoven. De scriptie is geschreven gedurende mijn stageperiode bij het PHASE-onderzoek vanuit de Universiteit van Maastricht in de periode van september 2015 tot juli 2016.

Voor deze scriptie is onderzoek gedaan naar de invloed van ouders op het beweeggedrag van kinderen in groep 8 (11/12 jaar) binnen drie basisscholen in 's-Hertogenbosch. Ik ben zelf het gehele studiejaar betrokken geweest bij het overkoepelende onderzoek, genaamd: 'PHASE kwalitatief' dat wordt uitgevoerd vanuit de Universiteit van Maastricht. Daarnaast ben ik ook actief geweest binnen een projectteam van Physical Activity Centre (PAC) in 's-Hertogenbosch. Hier heb ik tweedejaars studenten van de opleiding Sport & bewegingseducatie begeleid. Het aanbieden van sport- en beweegactiviteiten aan kinderen op de basisschool stond hierin centraal.

Deze combinatie was ideaal doordat ik op deze manier vanuit twee kanten het proces van 'kinderen aan het bewegen krijgen' heb kunnen en mogen meemaken.

Het schrijven van deze scriptie heb ik als een zeer leerzame periode ervaren. Graag wil ik via deze weg alle deelnemers bedanken die hebben deelgenomen aan dit onderzoek. Daarnaast wil ik Dhr. T. Remmers bedanken voor zijn begeleiding en expertise op dit gebied. Ik heb enorm veel van hem geleerd. Docent Menno Slingerland vanuit Fontys Sporthogeschool zou ik natuurlijk willen bedanken voor zijn begeleiding bij de totstandkoming van dit onderzoek.

Ik wens u veel leesplezier toe.

Marieke Obbes,

's-Hertogenbosch, juni 2016

Samenvatting

Dit is een beknopte samenvatting van het onderzoek naar de ouderbetrokkenheid wat betreft het beweeggedrag van kinderen in groep 8 in de gemeente 's-Hertogenbosch. Voor meer gedetailleerde informatie betreffende het onderzoek wordt u verwezen naar het onderzoeksrapport.

Introductie

Het PHASE – onderzoek is een initiatief vanuit de Universiteit van Maastricht, die het beweeg- en verplaatsingsgedrag onderzoekt bij kinderen die de overstap maken van het basisonderwijs (groep 8) naar het voortgezet onderwijs (brugklas). Het blijkt dat het beweeggedrag van kinderen die naar de middelbare school gaan daalt (Struij & Wisse, 2011). Uit de resultaten is gebleken dat hier te weinig informatie naar voren is gekomen om een beeld te krijgen van de factoren die van invloed zijn op de motivatie van de ouders ten aanzien van het beweeggedrag van hun kind. Daarom is 'PHASE kwalitatief' opgestart. Om meer inzicht te krijgen en achterliggende redenen te kunnen ontdekken worden er interviews afgenomen met zowel het kind als de ouder. Op deze manier ontstaat er meer diepgang om PHASE kwantitatief te ondersteunen. Voor dit afstudeeronderzoek wordt de focus gelegd op hoe en op welke manier ouders betrokken zijn bij het beweeggedrag van hun kind.

Methode

De onderzoeksmethode bestond uit het afnemen van semi-gestructureerde interviews. De onderzoeksgroep die hiervoor gehanteerd is bestaat uit ouders van kinderen in groep 8 van basisschool De Bron, Merlijn en 't Sparreboos in 's-Hertogenbosch. Hiervan zijn transcripten gemaakt en vervolgens geanalyseerd met het programma Nvivo. Dit is gedaan door de transcripten te coderen met verschillende thema's. Vervolgens werden er onderlinge verbanden vastgesteld.

Resultaten

Er zijn veertien (N=14) semi-gestructureerde interviews afgenomen bij ouders van kinderen in groep 8. Alle kinderen doen aan beweging, maar niet allemaal in de vorm van sport.

Ouders stimuleren hun kind tot beweging voornamelijk door zelf betrokken te zijn bij het bewegen van hun kind. Het motiveren gebeurt voornamelijk op een onbewuste manier en het merendeel van de ouders denkt daadwerkelijk nog invloed te hebben op hun kind. Daarnaast zijn vriendjes en vriendinnetjes een steeds grotere beïnvloedingsfactor. Concrete afspraken wat betreft bewegen of schermapparaten worden er niet gemaakt, echter wordt het door de meeste ouders wel in de gaten gehouden. Wanneer de ouders zelf sporten, wordt er ook vaker bewogen door de ouder samen met het kind. Ze zijn tevreden over de speelpleinen in de buurt maar de kinderen maken hier steeds minder gebruik van.

Conclusie

De invloed van ouders ten aanzien van het beweeggedrag van hun kind in groep 8 van het basisonderwijs blijkt zeker aanwezig te zijn. Zij stimuleren dit op diverse manieren waarvan de twee meest voorkomende manieren zijn het minimaliseren van sedentair gedrag en het tonen van betrokkenheid bij fysieke activiteiten van hun kind. Ouders geven aan dat de invloed van andere omgevingsfactoren, zoals vrienden, een steeds grotere rol speelt.

Eventueel vervolgonderzoek moet uitwijzen of dit beeld ook in wijken met een hogere of lagere Sociaal Economische Status (SES) in de gemeente 's-Hertogenbosch naar voren komt.

Inhoudsopgave

Voorwoord	1
Samenvatting	2
Introductie	2
Methode	2
Resultaten	2
Conclusie	2
Inhoudsopgave	3
Leeswijzer	5
1. Literatuurstudie	6
Begripsverheldering	6
Nationale Norm Gezond Bewegen (NNGB)	6
Gevolgen van fysieke activiteit	7
Determinanten van fysieke activiteit	8
Individuele factoren	9
Rol van de ouder op het beweeggedrag van het kind	10
Situatie 's-Hertogenbosch	11
Ouders en thuissituatie in 's-Hertogenbosch	11
Beweeggedrag van kinderen in 's-Hertogenbosch	11
Aanleiding praktijkonderzoek	12
Vraagstelling	12
2. Methode	13
Populatie en de onderzoeksgroep	13
Onderzoeksopzet	14
Tijdsplanning	14
Meetinstrument	14
Data analyse	16
3. Resultaten	17
Onderzoeksgroep	17
Beweeggedrag kinderen	17
<i>Sedentaire gedragingen</i>	18
Betrokkenheid ouders	18
Beïnvloeden van beweeggedrag	18
<i>Afspraken</i>	19
<i>Ouder en ouder-kind beweging</i>	20
<i>Verenigingsbetrokkenheid</i>	20

<i>Sport interesse in media</i>	20
<i>Vriendenbeweging</i>	20
Omgeving.....	21
4. Discussie	22
5. Conclusie en aanbevelingen	25
Conclusie	25
Aanbevelingen.....	25
Bronnenlijst	27
Bijlage 1: Operationalisatieschema	30
Bijlage 2A: Protocol afname interview	34
Bijlage 2B: Interviewleidraad ouder	35
Bijlage 2C: Interviewleidraad kind	37
Bijlage 3A: Brief school	39
Bijlage 3B: Brief ouders	40
Bijlage 4: Onderzoeksprocedure	42
Bijlage 5: Ethische overwegingen	43

Leeswijzer

Het eerste hoofdstuk wordt gestart met een korte beschrijving van de organisatie. Vervolgens wordt in dit hoofdstuk 'literatuurstudie' de kennis vanuit de literatuur met betrekking tot het onderwerp beschreven, welke de basis vormt van het onderzoek. Dit hoofdstuk wordt afgesloten met de aanleiding van dit onderzoek en wordt de vraagstelling geformuleerd. Daarna volgt de methode waarin de manier van onderzoek wordt onderbouwd. Hierin komen zaken als populaties, onderzoeksopzet, tijdsplanning en de manier van dataverzameling terug. Vervolgens worden de bevindingen van het onderzoek besproken worden in hoofdstuk 3. In hoofdstuk 4 wordt de discussie beschreven. Hierin worden de factoren besproken die mogelijk invloed hebben gehad op de beschreven resultaten van het vorige hoofdstuk. Hierin zijn tevens de sterktes en zwaktes van het onderzoek nauwkeurig beschreven. In hoofdstuk 5 wordt antwoord gegeven op de vraagstelling en wordt er een aanbeveling gedaan met betrekking tot de ouderbetrokkenheid van het beweeggedrag van kinderen tussen de 10 en 12 jaar. Tenslotte is achteraan de bronnenlijst te vinden en de diverse bijlages met onder andere de brief die naar de school gestuurd is, operationalisatie schema en de interviewleidraad.

1. Literatuurstudie

Het PHASE-onderzoek is een initiatief van de Universiteit van Maastricht. Hierin willen zij onderzoeken wat de ontwikkeling is van het beweeggedrag van kinderen in de fase waarbij zij de overgang maken van het basisonderwijs (groep 8) naar het voortgezet onderwijs (brugklas) (Remmers, 2015). Het PHASE-onderzoek werkt met GPS meters én accelerometers (geavanceerde stappentellers) om het beweeggedrag van de kinderen te monitoren. Bij de kinderen verandert er veel in de omgeving bij deze overstap. De Universiteit van Maastricht onderzoekt of de omgeving invloed heeft op dit gedrag en welke factoren dit dan daadwerkelijk zijn. Om dit te monitoren hebben zij gemeente 's-Hertogenbosch uitgekozen. Binnen de gemeente 's-Hertogenbosch valt de organisatie 'S-Port. 'S-Port bestaat uit combinatiefunctionarissen die woonwijken van de gemeente onder hun hoede hebben op het gebied van sport- en bewegen. 'S-port heeft als doel om iedereen in de gemeente 's-Hertogenbosch en de omliggende kernen een laagdrempelig en betaalbaar sport- of beweegaanbod in de directe omgeving te bieden (S-port, 2015). Om dit te bereiken hebben zij nauw contact met omliggende sportverenigingen en het onderwijs. Het PHASE-onderzoek van de Universiteit van Maastricht sluit hier nauw op aan en de combinatiefunctionarissen worden hierin betrokken.

Hieronder wordt relevante literatuur beschreven en dit hoofdstuk wordt afgesloten met de vraagstelling van dit onderzoek.

Begripsverheldering

De omschrijving van fysieke activiteit is als volgt: 'een door skeletspieren geproduceerde beweging (dynamisch) en/of (statische) houding die samengaat met een toename van het energieverbruik' (Caspersen, Powell, & Christenson, 1985, p. 126).

In literatuur wordt er een onderscheidt gemaakt tussen activiteiten met een hoge en een lage intensiteit. De gevolgen van een activiteit met hoge intensiteit heeft andere gevolgen dan een activiteit van lage intensiteit. De maatstaf 'MET' (metabolic equivalent of Task) wordt hiervoor gebruikt, wat het niveau van energieverbruik aangeeft. Om de intensiteit van bepaalde activiteiten te bepalen wordt het energieverbruik van de activiteit vergeleken met het energieverbruik in rust. Dit energieverbruik in rust staat namelijk gelijk aan 1 MET. Zo komt 1 MET overeen met 3.5 milliliter zuurstof per kilogram lichaamsgewicht per minuut. Voorbeeld: een activiteit van 3 MET's komt dus overeen met een drie keer zo grote energieverbruik dan in rust. (Jongert, 2012)

Nationale Norm Gezond Bewegen (NNGB)

De Nationale Norm Gezond Bewegen geeft een minimale niveau van bewegen dat nodig is om gezondheidswinst te behalen. Deze norm is opgezet in 2000 voor het onderhouden van de gezondheid (Kemper, Ooijendijk, & Stiggelbout, 2000). De NNGB is onderverdeeld in drie categorieën:

- Jeugd (4-17 jaar): 7 dagen per week matig tot licht intensieve lichamelijke activiteit gedurende minimaal 60 minuten. Dit houdt in een MET waarde tussen de 5 en 8. Dit komt ongeveer neer op 8 km/uur hardlopen. Minimaal moet er twee maal per week kracht-, lenigheid- en coördinatieoefeningen gedaan worden voor de algemene fitheid. Zie tabel 1.
- Volwassenen (18-55 jaar): minimaal 5 dagen per week matige intensiteit (MET waarde tussen 4 en 6.5) gedurende minimaal 30 minuten per dag. Voorbeelden hiervan zijn wandelen op 5 km/u of fietsen op 16 km/uur.
- Ouderen (55+): 7 dagen per week minimaal 30 minuten matig intensief bewegen tussen de 3 en 5 MET.

Jaar	Inactief	NNGB
2006	13,5	26,9
2007	13,1	19,2
2008	16,6	25,8
2009	13,6	21,6
2010	11,9	17,3
2011	12,0	17,5
2012	11,2	21,1
2013	11,7	15,9

Tabel 1: percentage inactieve Nederlandse jongeren en percentage jongeren dat aan de beweegnormen voor jongeren voldoet (Bernaards, 2013)

Daarnaast is een internationaal onderzoek gedaan, genaamd Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) die zich op 11, 13 en 15 jarige hebben gericht. Hieruit volgde dat er in Nederland 19% van de meisjes en 24% van de jongens voldoen aan het minimum van 60 minuten matig tot zware fysieke activiteit (Currie, et al., 2012)

Gevolgen van fysieke activiteit

Fysieke activiteit heeft voor kinderen diverse gevolgen. Zo stelt de Greef (2009) dat weinig beweging zorgt voor een vroegtijdige veroudering in ons lichaam zoals de afname van fysieke fitheid en cognitief prestatie vermogen. Naar schatting overlijden er 8000 mensen in Nederland per jaar aan de gevolgen van te weinig beweging. Daarnaast is de kans op diverse ziekten groter bij weinig lichamelijke inspanning. Denk hierbij aan kanker, dementie, hart- en vaatziekten en diabetes. Bewegingsarmoede leidt ook tot een negatief effect op de stofwisseling omdat onze skeletspieren minder behoefte hebben aan energie. Het basale metabolisme in ons lichaam vergt namelijk 1/3 van het energieverbruik (2/3 voor lichamelijke activiteit) (Bernaards, 2013).

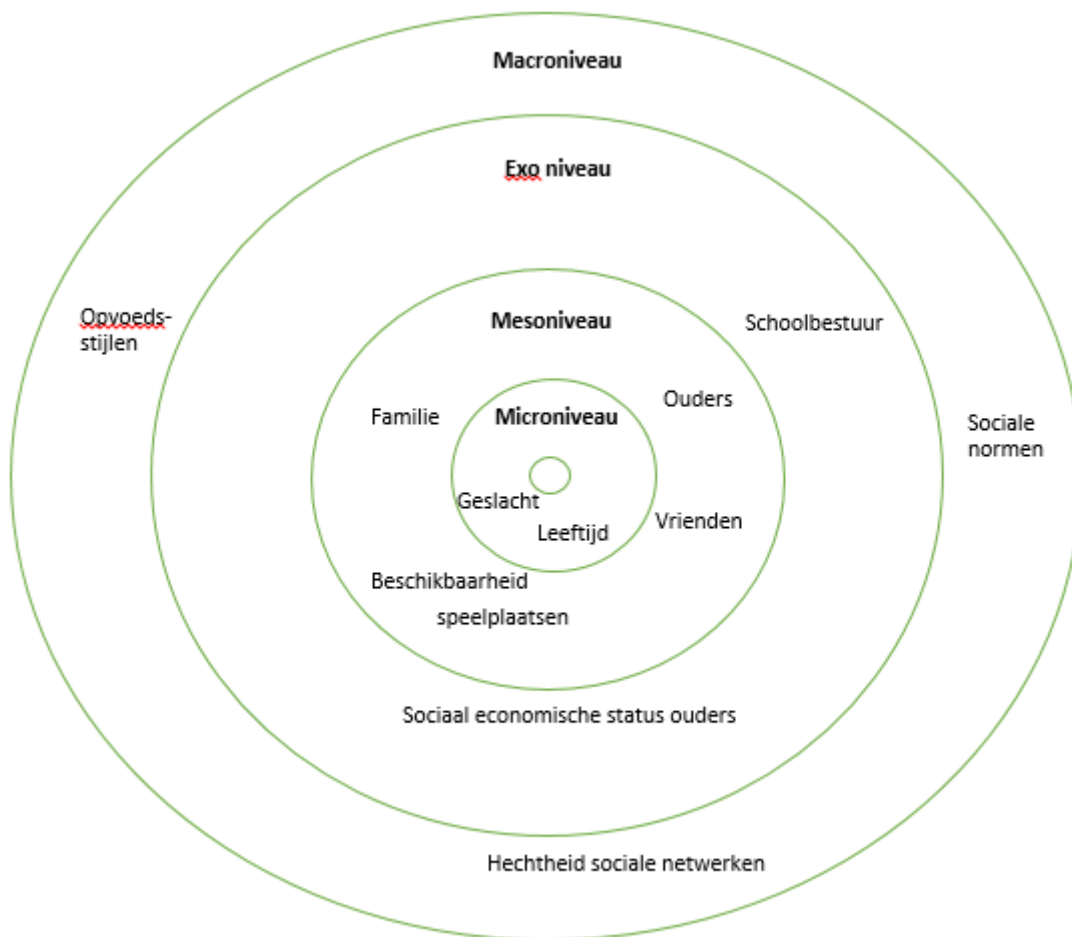
Wetenschappelijk onderzoek van LeBlanc en Janssen (2010) toont aan dat jongeren tussen de 5 en 17 jaar minstens een matige en het liefst een zware intensiteit moeten hebben om gezondheidsvorderingen te zien. Wanneer kinderen zich aan de NNGB houden levert dit een betere algemene fitheid en conditie op. Daarnaast bevordert het ook de kwaliteit van de botten (LeBlanc & Janssen, 2010).

Uit onderzoek blijkt dat kinderen die op jonge leeftijd fysiek actief zijn, vaak ook actief zijn wanneer zij volwassenen zijn (Letho, Reunamo, & Ruismaki, 2012). Dit is naast het voorkomen/verminderen van overgewicht, ook belangrijk voor de ontwikkeling van het kind, maar ook de ontwikkeling op latere leeftijd (Grinsburg, 2007). Het gedrag ten aanzien van bewegen op jonge leeftijd heeft gevolgen voor de gehele groei, ontwikkeling, leren en welzijn van de mens in een latere levensfase. Naast een verbeterde fysieke activiteit, wordt ook de mentale gezondheid bevorderd bij kinderen tussen de 5 en 17 jaar. Zij hebben namelijk een mindere kans om depressieve symptomen en angst te ontwikkelen. Daarnaast ontwikkelen kinderen, die voldoende bewegen, sociale vaardigheden, het leren samenwerken etc. Tenslotte verhoogt fysieke activiteit het zelfvertrouwen van kinderen. (World Health Organization, 2010)

Determinanten van fysieke activiteit

Determinanten zijn factoren die van invloed zijn op een bepaald gebied, in dit geval fysieke activiteit (Encyclo, 2015). Een model dat ten grondslag ligt aan dit onderzoek is het sociaal ecologisch model van Bronfenbrenner waarbij de focus wordt gelegd op de verhouding van mens en omgeving (Bronfenbrenner, 1979). Hierbij is er een koppeling te maken met de bovengenoemde individuele en omgevingsfactoren. In afbeelding 1 is dit model weergegeven. Bij dit model wordt er onderscheid gemaakt in de volgende vier beïnvloedende concentrische systemen:

- Microniveau: Dit betreft de directe ervaringen van een kind in een bepaalde setting: de specifieke plek waar het gedrag plaatsvindt zoals school of thuis.
- Mesoniveau: Dit houdt de relatie met de verschillende omgevingsfactoren in, zoals familie en school. Het mesoniveau richt zich op de invloed op het gedrag zelf en gaat over de mate waarin fysieke activiteit minder of meer mogelijk kan plaatsvinden.
- Exoniveau: dit zijn zaken waarmee het kind geen direct contact mee heeft, maar die indirect wel van invloed zijn, zoals schoolbeleid en het werk van de ouders.
- Macroniveau: het macro niveau gaat over het brede systeem dat gedrag kan beïnvloeden zoals normen en waarden.



Afbeelding 1: sociaal ecologisch model van Bronfenbrenner (1979)

Determinanten zijn onder te verdelen in individuele factoren en omgevingsfactoren. Op deze manier proberen onderzoekers te bepalen waarom sommige mensen wel fysiek actief zijn en anderen niet. Hieronder worden verschillende determinanten uitgelegd die betrekking hebben op dit onderzoek.

Individuele factoren

- Fysieke activiteit heeft allereerst als individuele factor 'geslacht'. Onderzoek van Tine en Sarah (2012) heeft bewezen dat meisjes minder fysieke activiteiten uitvoeren dan jongens op matig tot zware intensiteit. Hier zijn een drietal redenen voor te noemen. Meisjes worden minder ondersteund en gestimuleerd door hun ouders en vrienden om fysiek actief te zijn. Daarnaast is de eigen effectiviteit van jongens wat betreft lichamelijke activiteit hoger dan bij meisjes. Ook zien jongens meer voordelen in van bewegen dan meisjes (Tine & Sarah, 2012). Eigen effectiviteit houdt de mate in waarin personen zichzelf inschatten om een voorgenomen handeling uit te voeren. Volgens Nederland Instituut voor Sport en Bewegen zitten er dikwijls barrières tussen die dit mogelijk kunnen beïnvloeden. Wanneer kinderen dus meer vertrouwen hebben in hun mogelijkheid om fysiek actief te zijn ondanks de barrières, zullen zij daadwerkelijk ook meer fysieke activiteiten uitvoeren (NISB, 2015).
- De eigen effectiviteit komt voort uit het ASE-model. Dit staat voor attitude, sociale invloed en eigen-effectiviteit (Vries, Bakker, Overbeek, Boer, & Hopman-Rock, 2005). Dit samen geeft de motivatie weer om een bepaald gedrag uit te voeren en zijn dus erg belangrijke individuele determinanten.

Met attitude wordt de houding van een persoon bedoeld die hij/zij heeft ten opzichte van bepaald gedrag (Vries, Bakker, Overbeek, Boer, & Hopman-Rock, 2005). Zo zullen kinderen met een positieve houding ten opzichte van bewegen sneller meer bewegen dan kinderen met een negatieve houding. Dit is naar verwachting een factor die beïnvloedbaar is, waarbij het bij kinderen essentieel is dat er plezierbeleving plaatsvindt.

De sociale invloed wordt bepaald door sociale normen, het waargenomen gedrag van anderen en de ervaren sociale druk of steun voor het gedrag van relevante anderen (Vries, Bakker, Overbeek, Boer, & Hopman-Rock, 2005). In dit geval zijn de ouders een belangrijke sociale invloed. Dit wordt verder besproken bij omgevingsfactoren.
- Daarnaast is leeftijd ook een individuele factor. Zo is er een significante daling te zien in fysieke activiteit wanneer kinderen van de basisschool overgaan naar de middelbare school (Tine & Sarah, 2012). Kinderen die op jonge leeftijd al voldoen aan de NNGB-norm (30 minuten matig tot intensief bewegen gedurende 7 dagen per week) hebben meer kans om ook fysiek actief te zijn wanneer zij volwassen zijn (Stegeman, 2007). Een persoon heeft namelijk de neiging lange tijd gedrag te behouden. Zo heeft de inactiviteit van kinderen een slechte invloed op de algemene gezondheid en het welzijn van de kinderen. De kinderfase is dus een belangrijke, beslissende fase voor de gezondheid. (World Health Organization, 2010).
- Vervolgens heeft de socio-economische status (SES) invloed op de algemene gezondheid en het welzijn van de bevolking. De SES staat voor de positie van mensen op de maatschappelijke ladder met het daaraan verbonden aanzien en prestige (Verweij, 2010). Dit is een niet te observeren concept. Daarom gebruiken onderzoekers drie indicatoren om de economische status te bepalen, namelijk opleidingsniveau, hoogte van inkomen en beroepsstatus. In dit geval wordt de status van de ouders als uitgangspunt genomen en is dus binnen dit onderzoek een belangrijk aspect. Uit onderzoek van de Vries blijkt dat kinderen die uit een gezin komen met een lage socio-economische status minder fysiek actief zijn dan kinderen uit een hoge socio-economische klasse (Vries, Bakker, Overbeek, Boer, & Hopman-Rock, 2005). Dit is waarschijnlijk het gevolg van het feit dat gezinnen in een hoge SES beschikken over meer mogelijkheden en grotere toegang om fysiek actief te zijn en een gezonde leefstijl na te streven. Uit dit zelfde onderzoek kan ook nog geconcludeerd dat autochtone kinderen meer bewegen dan allochtone kinderen.

Omgevingsfactoren

De mate dat kinderen fysiek actief zijn heeft naast bovengenoemde individuele factoren ook te maken met diverse omgevingsfactoren. Omgevingsfactoren zijn factoren die buiten de persoon zelf ook aan te wijzen zijn als beïnvloedende factoren van gedrag. Omgevingsfactoren zijn een onderdeel van de ecologische modellen en definiëren verschillende types (Lechner, Kremers, Meertens, & Vries, 2012). De volgende types zijn te onderscheiden:

- *Fysieke omgeving*: Onder fysieke omgeving valt de beschikbaarheid en bereikbaarheid van bijvoorbeeld speeltuinen in de woonomgeving of het aanbod van ongezond eten in de schoolkantine. Dit valt onder gewoontegedrag (Brug & Visscher, Determinanten van overgewicht, 2004). Dit betekent dat bepaald gedrag soms automatisch plaats vindt, als reactie op zogenaamde 'situationele cues'. Voorbeelden hiervan zijn dat kinderen automatisch na school een half uur computeren in plaats van buitenspelen. Uit onderzoek kwam als grootste belemmering naar voren dat door het ontbreken van voldoende en geschikte sport- en spelmogelijkheden veel kinderen te weinig bewegen (Timmerman, Meinema, & Snel, 2013).
- *Sociale- culturele omgeving*: Dit wordt bepaald door milieu en erfelijke eigenschappen. Het zijn de sociale invloeden en de hechtheid van het sociale netwerk zoals vrienden en familie (Brug, Assema, & Lechner, 2007).
- *Economische omgeving*: Dit gaat over de kosten die betrekking hebben op gezond en ongezond gedrag. Voorbeelden hiervan zijn de inkomens van de ouders en de economische status van een land. Uit onderzoek van de Vries blijkt dat kinderen die uit een gezin komen met een hoge socio-economische status meer fysiek actief zijn dan kinderen uit een lage socio-economische klasse (Vries, Bakker, Overbeek, Boer, & Hopman-Rock, 2005).
- *Politieke omgeving*: hier worden alle regels en wetgeving die de gezondheid kunnen beïnvloeden mee bedoeld, bijvoorbeeld het rookverbod.

Rol van de ouder op het beweeggedrag van het kind

Volgens de leertheorie van Bandura (1977) leren kinderen veel door gedrag te observeren van anderen en dit te imiteren. Dit effect wordt groter wanneer het gedrag versterkt wordt door bijvoorbeeld beloningen. Hierdoor gaat een kind het gedrag herhalen. Van een voorbeeld uit de omgeving leert een kind veel. Voornamelijk van de ouders omdat het kind hier veel mee in aanraking komt (Meire, 2011). Uit onderzoek van Tine en Sarah (2012) blijkt dat ouders bepaalde opvattingen, attitudes en gedraging aanleren bij het kind en kinderen zijn geneigd om deze toe te passen en/of over te nemen. Dit betekent dus ook dat beweeggedrag beïnvloed kan worden door het voorbeeld van de vader of moeder. Zo blijkt uit onderzoek dat de twee belangrijkste factoren om kinderen meer aan het bewegen te krijgen zijn het aanmoedigen van fysieke activiteit (bijv. zorgen voor vervoer) en voorbeeldgedrag (Davinson, Cutting, & Birch, 2008).

Ouders zijn degenen die hun kind(eren) kunnen enthousiasmeren en stimuleren tot een gezonde leefstijl. Uit recent onderzoek is gebleken dat iedere opvoedstijl invloed heeft op het kind (Brug & Visscher, 2004). De autoritatieve opvoedstijl houdt in dat de ouders nauw betrokken zijn bij de kinderen en hun individuele ontplooiing staat centraal (Aben, 2011). Er worden sterke grenzen gesteld maar het kind wordt wel voorzien van aandacht. 'Laissez fair' opvoedstijl wordt ook wel verwennende opvoeding genoemd. Er worden weinig eisen en regels gesteld waardoor er weinig controle ontstaat. De autoritaire opvoedstijl houdt in dat het kind moet gehoorzamen aan de ouders. Hier worden veel regels aan gekoppeld, waarover niet kan worden gediscussieerd. Wanneer kinderen opgevoed zijn door middel van de autoritatieve opvoedstijl blijken zij een hogere lichamelijke activiteit te hebben en gezonde voeding te nuttigen dan wanneer een autoritaire of 'laissez-fair' opvoedstijl is toegepast (2011).

Ouders hebben een sturende rol in de mate waarin hun kind(eren) lichamelijk actief zijn. Kinderen brengen op deze leeftijd veel tijd door met haar/zijn ouder(s) en zijn zeer afhankelijk van hen. Zo

spelen zij ook een belangrijke rol bij de keuze van een sportvereniging. Daarnaast heeft het ook te maken met zaken zoals emotionele ondersteuning en wegbrengen naar de training (Buisman, 2004). Daarnaast verhoogt de fysieke activiteit van kinderen wanneer de ouders hun kind(eren) motiveren om te sporten of wanneer zij hun kinderen aanmoedigen tijdens beweging (Tine & Sarah, 2012). Uit onderzoek is gebleken dat ouders die het leuk vinden om te bewegen, eerder hun kind aanmoedigen om dit ook te doen (Martin & Choi, 2009). De correlatie tussen het beweeggedrag van de ouders en de steun die ze hun kind geven blijkt significant (Loprinzi & Trost, 2010). Ze zijn een belangrijke factor met betrekking tot de gezonde leefstijl van het kind, vooral door hun voorbeeldfunctie. Sociale steun is niet altijd vanzelfsprekend. Zo laat het rapport 'Kinderen en jongeren in beweging: de rol van de school en de ouders' zien dat 3 van de 4 kinderen die onvoldoende bewegen niet worden gestimuleerd door school om dit meer te doen. Daarnaast sport 12% van de ouders van kinderen die onvoldoende bewegen soms hun kind aan meer te bewegen (Klauw, Schokker, Slinger, & Verheijden, 2012). Zo is er onderzocht dat de kans vijf keer zo groot is dat kinderen fysiek actief zijn wanneer beide ouders zelf lichamelijke activiteiten uitvoeren dan wanneer zij dit niet doen (Moore, et al., 1991). In 2007 sportte 87% van de kinderen waarbij beide ouders ook sporten, tegenover 61% van de kinderen met twee niet-sportende ouders (Haan, Iersel, & Vloet, 2007). Hieraan is toe te voegen dat het een positief effect heeft wanneer ouders samen met hun kind(eren) lichamelijk actief zijn zoals op straat voetballen of in de tuin werken (Edwardson & Gorely, 2010). Ouders bepalen ook deels de activiteiten die gedaan worden, waardoor een gedeelte van de fysieke activiteit van ouder en kind tegelijk plaats vindt (Schols, Weert, & Haan, 2010). Zo brengt de helft van de ouders hun kind met de auto naar school in plaats van op de fiets of te voet. Dit komt doordat de ouders de directe omgeving van de school gevaarlijk vinden door de grote chaos vanwege de vele auto's rondom de school (Tiems, 2013).

Situatie 's-Hertogenbosch

Om de twee jaar wordt er vanuit de GGD Hart voor Brabant een Jeugdmonitor samengesteld (GGD, 2013). Hierin worden alle betrokken aspecten van het jeugdleven door middel van cijfers in kaart gebracht binnen de gemeente 's-Hertogenbosch. Hieraan ten grondslag ligt een enquête die is afgenomen bij 12.000 ouders van kinderen tussen 0 en 12 jaar.

Ouders en thuissituatie in 's-Hertogenbosch

Uit onderzoek van de Vries blijkt dat kinderen die uit een gezin komen met een lage socio-economische status minder fysiek actief zijn en meer overgewicht hebben dan kinderen uit een hoge socio-economische klasse (Vries, Bakker, Overbeek, Boer, & Hopman-Rock, 2005). Uit de Jeugdmonitor van de GGD blijkt dat 7% van de ouders laag is opgeleid (geen / basisonderwijs / LBO), 46% hoog is opgeleid (HBO/ Universiteit) en de overige 47% is gemiddeld opgeleid (MBO) (GGD, 2013).

De samenstelling van de gezinnen in 2013 binnen de gemeente 's-Hertogenbosch is als volgt: 91% van de kinderen t/m 11 jaar wonen de meeste dagen van de week bij hun vader en moeder samen. 2% van de kinderen woont bij de vader of moeder met nieuwe partner en 5% van de kinderen woont in een éénoudergezin (GGD, 2013).

Beweeggedrag van kinderen in 's-Hertogenbosch

Er is door de GGD een onderzoek gedaan waarbij bijna twaalf duizend ouders van kinderen tot en met elf jaar in de gemeente 's-Hertogenbosch hebben deelgenomen. Dit is uitgevoerd middels een enquête in 2013. Uit dit onderzoek van de GGD is het beweeggedrag van deze kinderen als volgt in kaart gebracht:

Binnen de gemeente 's-Hertogenbosch speelt 11% van de kinderen tot en met 11 jaar weinig buiten. Weinig wordt hier beschouwd wanneer een kind minder dan 3.5 uur per week buiten speelt. 68% speelt een gemiddeld aantal uren buiten (3.5 uur – 14 uur per week) en maar 21% veel (meer dan 14 uur per week) (GGD, 2013).

Daarnaast zijn 26% van de kinderen in 2013 buiten school helemaal niet actief. 23% van de kinderen zijn buiten school veel actief, wat neerkomt op meer dan 3 uur per week. In 2013 zijn 65% van de kinderen lid van een sportvereniging.

Wat bovendien opvallend is, is dat 30% van de kinderen tot en met 11 jaar meer dan 14 uur per week besteedt aan tv/dvd/computer (GGD, 2013).

Tenslotte vindt 14% van de ondervraagden dat er een veilige speelplek voor de kinderen mist en is 49% ontevreden over het verkeersgedrag van automobilisten wat ten koste gaat van de veiligheid in de buurt.

Aanleiding praktijkonderzoek

Kleine toenames in het aantal minuten bewegen per dag kan al belangrijk zijn voor de gezondheid van kinderen (Remmers, 2013). Als kinderen naar de middelbare school neemt de hoeveelheid bewegen af, blijkt uit onderzoek (Struij & Wisse, 2011). De mate waarin kinderen fysiek actief zijn hangt samen met de aanwezigheid van sportfaciliteiten en speelterreinen rondom scholen. De kwaliteit van de openbare ruimte, de toegankelijkheid en aantrekkelijkheid een belangrijke invloed hebben op het buitenspelen van kinderen (Wendel-Vos, Blokstra, Zwakhals, Wijga, & Tijhuis, 2005).

Binnen het PHASE onderzoek wordt onderzoek gedaan naar het beweeggedrag van kinderen in groep 8 van het basisonderwijs en een jaar later in de brugklas. Dit kwantitatieve onderzoek wordt gedaan middels GPS-meters en accelerometers die de kinderen gedurende een week dragen. Met deze instrumenten wordt het soort beweging en de locaties waar de deelnemers zich bevinden vastgesteld. In dit longitudinale onderzoek is tevens een enquête afgenomen bij de ouders met enkele vragen die de focus leggen op hun invloed op het beweeggedrag van hun kind. Daaruit blijkt bijvoorbeeld uit onderzoek van Remmers (2014) dat 43 procent regels stelt aan haar/zijn kind wat betreft buiten spelen. Daarnaast stellen hoogopgeleide ouders dat hun kind(eren) 28,4 minuten minder buiten spelen dan laagopgeleide ouders (Remmers, et al., 2014).

Het PHASE onderzoek is tot nu toe gebaseerd op kwantitatieve gegevens. Dit biedt echter onvoldoende mogelijkheden om een duidelijk beeld te krijgen van beweegredenen en motivatie van de ouders ten aanzien van het beweeggedrag van hun 11/12 jarige kind. Om deze reden wordt er dit kwalitatieve onderzoek opgezet om de kwantitatieve gegevens te kunnen ondersteunen.

Vraagstelling

Aan de hand van kwalitatief onderzoek wordt onderzocht wat de invloed is van ouders op hun kind ten aanzien van het sport- en beweeggedrag. De doelgroep bestaat uit ouders van kinderen uit groep 8 van het basisonderwijs (11/12 jaar oud). De volgende onderzoeksvraag is geformuleerd:

‘Op welke manier zijn ouders betrokken bij het beweeggedrag van hun kind(eren) in de leeftijdscategorie 11 tot en met 13 jaar (groep 8) binnen de basisscholen de Bron, montessorischool Merlijn en ‘t Sparrenbos in de gemeente ‘s-Hertogenbosch?’

2. Methode

Voorafgaand aan dit onderzoek heeft er een onderzoek vanuit PHASE plaatsgevonden waarbij de focus gericht was op de ontwikkeling van het beweeggedrag van kinderen in de fase waarbij zij de overgang maken van het basisonderwijs (groep 8) naar het Voortgezet Onderwijs (brugklas). Dit valt onder 'PHASE kwantitatief'.

Dit afstudeeronderzoek is onderdeel van het grote 'PHASE kwalitatief'. 'PHASE kwalitatief' in zijn geheel bestaat uit de volgende onderdelen:

- Minimaal 30 kinderen uit groep 8 dragen gedurende één week een GPS meter en accelerometer meter.
- De kinderen vullen een dagboekje in wat betreft hun beweegactiviteiten.
- De kinderen worden geïnterviewd. Hierbij krijgen ze plaatjes te zien van speelplaatsen in hun omgeving waarbij ze uit gaan leggen wat ze hier juist wel of niet leuk aan vinden.
- De ouders van de kinderen worden bevraagd door middel van een interview over het beweeggedrag van hun kind en hoe ze hun kind kunnen stimuleren/begeleiden.

Dit afstudeeronderzoek richt zich daarbinnen specifiek op de ouderbetrokkenheid. Het gaat er om in hoeverre de ouders invloed hebben op het beweeggedrag van hun kind. Dit wordt onderzocht door interviews af te nemen.

Populatie en de onderzoeksgroep

De populatie bestond uit 21 basisscholen die mee hebben gedaan met voorafgaand onderzoek binnen PHASE kwantitatief in de gemeente 's-Hertogenbosch. Voor de steekproef zijn 3 scholen benaderd voor dit onderzoek. Deze scholen werden gezien als toegankelijke scholen voor dit onderzoek op basis van de volgende punten:

- Locatie en wijkkenmerken. Hierbij is gelet op een vergelijkbare hoeveelheid buitenspeelruimte aan huis en de hoeveelheid openbare ruimtes in de wijk.
- Organisatie van de school en ervaringen van vorig jaar. De samenwerking met deze basisscholen is vorig jaar door de onderzoekers als positief ervaren. Er was een goed overlegcontact.
- Autochtone populatie. Hier is voor gekozen om het mogelijk taalprobleem bij het afnemen van interviews bij allochtonen uit te sluiten. Dit zou de betrouwbaarheid kunnen beïnvloeden.
- Locatie van de basisschool ten opzichte van middelbare scholen. Er wordt aangehouden om scholen te selecteren die in een straal liggen van 20 kilometer omdat het onderzoek gericht is op de gemeente 's-Hertogenbosch.
- Sociaal economische status (SES). Bij de drie gekozen scholen is de SES van gemiddeld niveau (Roedig & Zwakhals, 2013).

De scholen werden in eerste instantie benaderd met een brief. Deze is terug te vinden in bijlage 3A. Wanneer er na 7 dagen geen reactie ontvangen was, was er een herinneringsmail verstuurd. Wanneer er hierna nog geen reactie ontvangen was, is er telefonisch contact gezocht. Vervolgens is er een kennismakingspresentatie gegeven voor de kinderen over het onderzoek en de werkwijze ervan op school. Zij kregen een brief mee die gericht was aan hun ouders. De ouders konden hun kind online opgeven via een link die op de brief stond (zie bijlage 3B). Het opgeven van het kind was tevens goedkeuring van deelname vanuit de ouder. Dit valt onder 'informed consent' wat ook wel ethische kwesties wordt genoemd. Andere overwegingen op het gebied van ethiek zijn terug te vinden in bijlage 5. Minimaal werden er per school 5 kinderen (en dus ook 5 ouders) gebruikt als steekproef. Wanneer er teveel kinderen zich hadden opgegeven, werd er een selectie gemaakt. Een criterium op voorhand was dat het essentieel was om het aantal meisjes en jongens ongeveer gelijk te houden om een zo representatief mogelijke conclusie te kunnen trekken. Naast geslacht is het huisadres ook een selectiecriterium. Huisadressen buiten de bebouwde kom zijn buiten beschouwing gelaten omdat daar de algemene voorzieningen in de omgeving geringer zijn. Wanneer de

ingeschreven kinderen aan deze eisen voldeden, werden de geïncludeerde kinderen gerandomiseerd. Hieruit werden willekeurig kinderen gekozen die mee zouden doen aan het onderzoek. Dit komt neer op een gestratificeerde aselechte steekproef.

Onderzoeksopzet

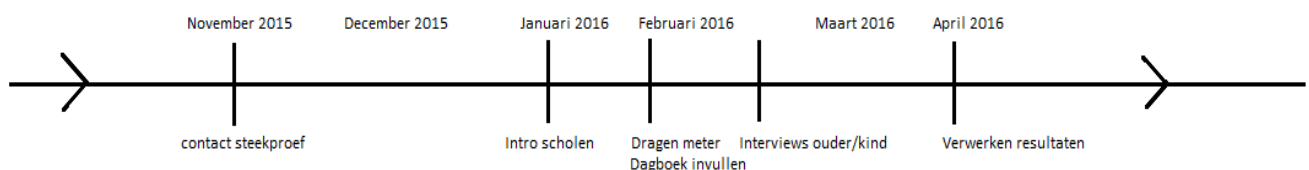
'PHASE ouderbetrokkenheid' is gebaseerd op eigenschappen die niet kwantificeerbaar zijn, waarbij het gaat over gevoelens, gedachten en ervaringen van ouders die niet terug te brengen zijn tot nummers (Gratton, Jones, & Robinson, 2011). Het betreft hier dus een kwalitatief onderzoek. Daarnaast valt dit onderzoek onder de type verklarende onderzoeken. Het houdt zich namelijk voornamelijk bezig met de 'waarom' in plaats van de 'wat'. Er werd gekeken naar de factoren en redenen van de ouderbetrokkenheid in het beweeggedrag van kinderen (Gratton, Jones, & Robinson, 2011). Tenslotte is dit onderzoek in te delen onder de cross-sectionele onderzoeksontwerpen. Dit vanwege het feit dat de metingen plaats vonden op één moment door middel van interviews. Alle metingen van de individuen vonden tevens in dezelfde periode plaats. (Gratton, Jones, & Robinson, 2011).

Dit onderzoek loopt parallel aan het onderzoek dat uitgevoerd is door V van den Heuvel over de (buiten)speel voorkeuren van kinderen in groep 8. Hier zijn interviews afgenomen bij de kinderen van de ouders die binnen dit onderzoek als respondenten gebruikt zijn.

Tijdsplanning

Begin februari hadden de leerlingen gedurende één week de GPS en accelerometer gedragen. De afnames van de interviews hebben meteen daarna plaatsgevonden op een doordeweekse dag. De ouders kozen voor hun een rustig moment in de week uit om het interview te laten plaats vinden en de interviewers gingen hier flexibel mee om. Er is gestreefd om het zo laagdrempelig mogelijk te houden voor het kind en de ouder. Het interview heeft namelijk thuis bij de kinderen/ouders plaatsgevonden. De interviews werden begin maart afgenomen en per interview duurde dit ongeveer een half uur.

Bij de afname werd het interview van het kind en de ouder samen ingepland, maar zijn ze wel apart bevraagd om te zorgen dat beide personen elkaar niet beïnvloeden in het geven van antwoorden. Bij het huisbezoek zijn er daarom twee interviewers meegegaan. Eén interviewer heeft de ouder geïnterviewd en één interviewer heeft het kind bevraagd in een andere ruimte. De interviews met zowel het kind als de ouder hebben plaatsgevonden in een rustige ruimte in hun eigen huis waar de geïnterviewde zo min mogelijk last had van afleiding door bijvoorbeeld andere gezinsleden of activiteiten. Na de afname van de interviews zijn de data verwerkt. Hieronder de schematische weergave. De totale onderzoeksprocedure is tevens terug te vinden in bijlage 4.



Figuur 2: schematische weergave tijdsplanning data verzameling

Meetinstrument

De methode die gehanteerd werd bij dit onderzoek is het afnemen van interviews bij 14 ouders (en hun kind uit groep 8). Er zijn een aantal argumenten te noemen waarom gekozen is voor interviews in plaats van andere meetinstrumenten. (Gratton, Jones, & Robinson, 2011):

- De respondent krijgt de mogelijkheid om over zijn eigen ervaringen te praten in zijn eigen woorden en kan uitweiden over bepaalde onderwerpen die hij juist wel of niet interessant vindt.

- Er kunnen onverwachte gegevens naar boven komen. Enquêtes worden beperkt met de vragen die gesteld worden.
- Mogelijkheid van lichaamstaal, gezichtsuitdrukkingen, toonhoogte van de stem etc. vaststellen. In sommige gevallen is dit erg zinvol.
- Er kan sneller een vertrouwensband gecreëerd worden. Dit kan nuttig zijn wanneer er vertrouwelijke of gevoelige informatie wordt gedeeld.

Daarnaast zijn er ook een aantal nadelen te noemen voor het afnemen van interviews, wat kan leiden tot bedreigingen voor dit onderzoek (Gratton, Jones, & Robinson, 2011):

- Het afnemen van interviews vereist meer middelen dan het afnemen van een enquête. Het kost veel tijd, zowel het afnemen als de reistijd. Het resultaat hiervan is dat de steekproef vaak kleiner is.
- Het is mogelijk dat je een vertekend beeld krijgt door je eigen, vaak onbewust, verbale of non-verbale reacties tijdens de interviews. Bijvoorbeeld het knikken tijdens bepaalde antwoorden. Hierdoor kan de respondent aangemoedigd worden om een antwoord te geven in de richting dat de interviewer misschien wil. Dit wordt zoveel mogelijk getackeld door een neutrale houding aan te nemen en het stellen van open vragen.
- De respondent kan de leiding van het interview overnemen waardoor er een hele andere richting in gegaan wordt. De interviewer moet dit kunnen voorkomen en anders terug kunnen sturen.
- De analyse van de gegevens kan moeilijk zijn.

De interviews werden afgenomen bij één van de ouders. Er is geen onderscheid gemaakt of dit de vader of moeder moest zijn. Echter zijn kinderen waarvan de ouders gescheiden zijn (waar kinderen op twee locaties wonen in één week) bij het online aanmelden reeds voorgeselecteerd. Op deze manier zijn deze eruit gehaald en niet meegenomen. De interviews werden afgenomen in een semigestructureerde vorm. Hierbij werd gebruik gemaakt van een aantal voorbereide vragen, maar de onderzoeker heeft een flexibele houding gedurende het interview (Gratton, Jones, & Robinson, 2011). Er is een protocol opgesteld voor het afnemen van het interview, die terug te vinden is in bijlage 2. Dit zijn zaken zoals waar en op welke manier de deelnemer ontvangen wordt, hoe de houding moet zijn van de interviewer etc. Dit alles om de betrouwbaarheid van het onderzoek te verhogen.

De samenstelling van de vragen is voortgekomen uit de operationalisatie van de onderzoeksvraag. De volgende aspecten worden onder andere belicht om de ouderbetrokkenheid in het beweeggedrag van het kind te kunnen bepalen: opvoedstijlen, betrokkenheid ouder kind, motiveren / aanmoedigen en fysieke activiteit van het kind en van de ouder. Het operationaliseren is voortgekomen uit wetenschappelijke literatuur die terug te vinden is in de literatuurstudie. Hier is een schema van opgesteld en deze is terug te vinden in bijlage 1. Dit proces van operationaliseren is uitgevoerd om de validiteit van het onderzoek te waarborgen. Daarnaast is de 'face validity' verhoogd doordat medestudenten vanuit Fontys Sporthogeschool de methode getest hebben in week 51 (16 december 2015). Daarnaast is er nog een validatie moment geweest in week 2 (13 januari 2016) waarbij medestudenten en docenten het meetinstrument getest hebben en dit voorzien hebben van feedback. Tenslotte is de content validiteit gewaarborgd doordat een deskundige naar het meetinstrument gekeken heeft en hier een goedkeuring voor gegeven heeft. Bij dit onderzoek betreft dit hoofdonderzoeker PHASE, Teun Remmers.

De hele interviewleidraad is terug te vinden in bijlage 2B. In een ander parallel lopend onderzoek is het kind geïnterviewd maar dit wordt nauwelijks meegenomen in de resultaten. De topiclijst van dit interview is terug te vinden in de bijlage 2C.

Data analyse

De verwerking van de interviews heeft plaatsgevonden met het programma 'Word'. Hierin werden alle veertien interviews volledig uitgeschreven op basis van de geluidsopnames. De transcripten zijn vervolgens gebruikt voor verdere analyse. De interviews werden gecodeerd met het programma 'Nvivo'. NVivo analyseert, classificeert en ordent de informatie op basis van codes en categorieën. Allereerst zijn er codes aangemaakt met verschillende onderwerpen zoals "beïnvloeden", "beweegafspraken", "motiveren", "sportinteresse". Van alle interviews werd er gearceerd wat er over een bepaalde code werd gezegd en dit wordt onder de desbetreffende code ondergebracht. Dit wordt open codering genoemd (Gratton, Jones, & Robinson, 2011). Vervolgens werd tijdens de axiale codering aanvullende codes toegevoegd zoals een onderverdeling in positieve en negatieve benadering. Tenslotte heeft de selectieve codering plaatsgevonden waarin alle basisgegevens nog eens zijn doorgenomen en zijn quotes geselecteerd om de resultaten te illustreren.

3. Resultaten

In dit hoofdstuk worden de belangrijkste resultaten beschreven. Alle ondervraagden zijn gekoppeld aan een respondentnummer. Deze resultaten zijn tot stand gekomen door de transcripten te coderen met behulp van Nvivo zoals benoemd in de methode. De onderzoeksgroep, het huidige beweeggedrag van de kinderen, de beïnvloeding van de ouders op het beweeggedrag van kinderen en de omgeving wordt besproken.

De resultaten worden geïllustreerd door middel van quotes uit de interviews. De respondentnummer staat tussen haakjes geformuleerd achter de quote.

Onderzoeksgroep

De semi gestructureerde interviews zijn anoniem afgenomen bij veertien (N=14) ouders van kinderen in groep 8 van basisschool de Merlijn, de Bron en het Sparrebos in Den Bosch. Voorafgaand aan het onderzoek zouden er vijftien interviews plaatsvinden, maar deze respondent en de vervangers hiervan wilden niet meewerken of hadden er geen tijd voor. In totaal zijn er twaalf moeders ondervraagd en twee vaders.

De gezinnen wonen allemaal in een straal van een halve kilometer tot twee kilometer van school. De kinderen van de ondervraagden zijn acht meisjes en zes jongens. De kinderen hebben een gemiddelde leeftijd van 11,6 jaar. Zeven van de ondervraagde kinderen woont in een gezin met twee kinderen, vier wonen er in totaal met drie kinderen en drie ondervraagden wonen met vier kinderen. In onderstaande tabel 2 zijn de gegevens weergegeven.

Geslacht	Meisjes	Jongens	Totaal (meisjes +jongens)
Aantal	8	6	14
Leeftijd (gemiddelde)	11,50	11,67	11,57
Leeftijd (standaarddeviatie)	0,76	0,82	0,76

Tabel 2: weergave gegevens onderzoeksdoelgroep

Beweeggedrag kinderen

Alle ouders geven aan dat hun kind aan beweging doet en het overgrote deel van de ouders geeft ook aan dat hun kind lid is van een sportvereniging (zie tabel 3). Alle ouders geven aan dat hun kind gebruik maakt van de fiets wanneer ze ergens heen moeten. De bestemming naar school, stad of vriendjes en vriendinnetjes wordt het meest genoemd. Daarnaast gaan alle kinderen van de ondervraagden met de fiets of te voet naar school.

“Ze gaat in ieder geval met de fiets naar school maandag tot en met vrijdag en als wij ergens heen gaan gaat dat ook altijd met de fiets. Naar de stad, grote boodschappen dan niet, maar wel gewoon naar het winkelcentrum en dat soort dingen. Dat is allemaal op de fiets”, [6005].

De voornaamste reden is dat de kinderen allemaal in een straal van zes kilometer van school wonen en de ouders vinden dat ze op die leeftijd alleen naar school kunnen gaan.

Meer dan de helft van de ouders heeft het idee dat hun kind niet meer of minder buiten speelt dan hun leeftijdsgenootjes, maar gewoon zoals andere kinderen. Een aantal geven aan hier helemaal geen idee van te hebben omdat het zicht op de kinderen steeds minder wordt in deze leeftijd.

Sedentaire gedragingen

Zo geeft meer dan de helft van de ouders aan dat hun kind meer dan twee uur per dag besteedt aan schermapparaten (Playstation, televisie, Xbox etc.) en de andere helft minder dan twee uur.

“Ik vind het heel erg maar het zal deze generatie zijn, maar met vriendjes zitten ze allemaal online te gamen en al die jongens zitten met elkaar in verbinding”, [6021].

Degene die aangaven dat ze meer dan twee uur per dag aan televisie, computer, iPad en dergelijke besteden, denken dat dit gemiddeld is ten opzichte van leeftijdsgenootjes en kinderen die hier minder dan twee uur aanbesteden denken dat dit onder het gemiddelde van de leeftijdsgenootjes is.

Betrokkenheid ouders

Ouders beïnvloeden hun kinderen voornamelijk door zelf betrokken te zijn bij het bewegen van hun kind. Zo nemen ze hun kind mee om meer te bewegen. Dit gaat vaak om kleine dingen zoals naar de stad fietsen in plaats van met de auto. Daarnaast zijn kinderen makkelijker te beïnvloeden om te bewegen wanneer zij uit zichzelf sportiever zijn. Deze kinderen zijn makkelijker achter de Playstation of televisie te halen om iets actiefs te doen dan kinderen die uit zichzelf niet sportief zijn. Daarnaast wordt er ook gezegd dat de ouders geen moeilijkheden of drempels zien om hun kind meer te kunnen laten bewegen. Financiën, lange werkdagen en/of onregelmatige werktijden worden als geen probleem ervaren. Over het algemeen is vervoer ook geen probleem omdat de kinderen oud genoeg zijn om zelf te fietsen. In sommige gevallen, wanneer dit te ver is om te fietsen, is het voor de ouders organisatorisch nog wel eens lastig maar hier is altijd een oplossing voor waardoor het bewegen van het kind niet belemmerd wordt. Teamgenootjes of opa en oma kunnen het kind dan eventueel wegbrengen en ophalen. Het overgrote deel van de ouders geeft aan dat voldoende bewegen belangrijk is.

“Het gewoon maken van bewegen, daar draait het om” [7010]

Beïnvloeden van beweeggedrag

Ouders geven aan dat zij hun kind stimuleren om en daadwerkelijk invloed hebben op bewegen. Vaak gebeurt dit niet op een bewuste manier naar de kinderen toe door te zeggen hoe goed en gezond het is. Dit gebeurt dan vaak op een onbewuste manier. Voorbeelden hiervan zijn dat er op vakanties actief bewogen wordt en gedurende wandelingen worden spelletjes ingebracht om het zo leuk mogelijk te maken. De ouders geven aan dat wanneer er zo’n alternatieve activiteit aangeboden wordt, het kind dit goed vindt. Het merendeel geeft aan dat ze daadwerkelijk nog invloed hebben op het beweeggedrag van hun kind. Vooral de leeftijd is hier een essentiële factor.

“Als ze misschien een jaar of veertien / vijftien zijn, dan zeggen ze: ja mam, het is goed maar daar heb ik geen zin in maar ik heb afgesproken met m’n vrienden of zo.” [7001]

Echter geven een aantal ouders ook aan dat ze denken hier geen invloed op te hebben omdat hun kinderen op deze leeftijd eenmaal andere interesses krijgen en vriendjes een meer sturende rol hebben dan de ouder.

De meeste respondenten geven aan dat buiten zichzelf als ouder, het weer ook een erg belangrijke factor is of de kinderen buiten actief zijn. De kinderen doen dan liever dingen binnen en de ouders geven aan dat zij zelf ook minder getriggerd worden om naar buiten te gaan met slecht weer en dit doorgeven aan de kinderen. Het volgende citaat is van respondentnummer 6021 die aangeeft dat ze bij slecht weer ook liever de auto pakt in plaats van de fiets of lopend gaat, waardoor het kind ook met de auto gaat:

“Als het slecht weer is dan ben ik ook niet vies van de auto”

Bij de enkeling waar slecht weer geen invloed heeft blijkt ook dat de ouders altijd graag buiten zijn en het kind ook een buitenmens is.

Afspraken

Tevens geven de ouders aan dat er geen harde afspraken gehanteerd worden binnen het gezin wat betreft bewegen. Wel wordt er in de gaten gehouden of er genoeg bewogen wordt en impliciet zorgen ze wel dat beweging bevorderd wordt.

“Op een gegeven moment zijn ze vier / vijf jaar dan wil je ze op zwemles hebben. Daarna hadden ze gewoon vrije keus qua sport” , [6006]

Daarentegen zijn de meningen meer verdeeld wat betreft het gebruik van computer, tv, iPad etc. De helft van de gezinnen maakt hier geen afspraken over omdat ze het niet nodig vinden of omdat de kinderen goed luisteren. Bij de andere helft moeten de kinderen na een bepaalde tijd andere dingen gaan doen, maar hier wordt niet altijd een exacte tijdseenheid aan gekoppeld. Tevens is het vaak zo dat bij de oudere in het gezin minder regels zijn gekoppeld dan bij de jongere kinderen in het gezin. Ze geven hierbij aan dat dit leeftijd technisch niet meer mogelijk is.

“De oudste mag na school wel op de Ipad en de jongste niet. Hij vindt dat dan niet leuk. Als ik uitleg waarom, luistert hij er wel naar”, [7001]

De ouders hebben hier niet een directe reden voor maar vinden het na een bepaalde tijd nodig dat ze andere dingen gaan doen. Soms worden hier wel afspraken over gemaakt. De volgende citaten bekrachtigen dit met voorbeelden:

“Ik vind na een uur schermje kijken, of dat nou een telefoon, Ipad of de tv is, dat vind ik dan klaar. Dat moet dan wel uit,” [5002]

“Bij ons mogen ze dus als ze uit school komen eigenlijk niet achter de computer. Pas om half vijf ‘s middags mag er een scherm, en of dat nou televisie computer of telefoon is dat maakt mij dan niet uit,” [5011]

Bij de meesten die hier concrete afspraken over maken blijken de kinderen ook sportiever te zijn. Dit komt naar voren doordat betreffende kinderen vaker lid zijn van een sportvereniging en frequenter buiten spelen.

Ouder en ouder-kind beweging

Uit de interviews komt naar voren dat alle ouders bewegen, maar niet altijd in de vorm van sport.

“Nou met een gezin van vier kinderen beweeg je heel veel”, [4005]

Vier van de veertien gezinnen geven aan dat ze met de fiets naar het werk gaan, veel met de hond lopen of in het weekend met het gezin een wandeling of fietstocht maken. Echter voert het merendeel wel een specifieke sport uit. Deze gegevens staan tevens weergegeven in onderstaande tabel 3. Bijna alle ouders die een sport beoefenen, sporten ook samen met hun kind in de vrije tijd door ze bijvoorbeeld mee te nemen naar de fitness of samen hard te lopen. Dit wordt puur voor het plezier gedaan. De ouders die niet sporten, bewegen ook minder met hun kind. Vaak bewegen ze onbewust wel door samen naar de stad te fietsen, de hond uit te laten of in het weekend met het gezin naar het bos te gaan. De ouders geven aan dat dit niet wekelijks of dagelijks is, maar net wanneer het goed uitkomt. Daarnaast geven ze aan dat het voor hen in de zomer toegankelijker is dan in de winter en ze in de zomer dus meer samen buiten actief zijn.

	Kind	Ouder
Lid van een sportvereniging	12	9
Niet lid van een sportvereniging	2	5
Totaal	14	14

Tabel 3: weergave van de frequentie (in aantallen) of de kinderen en ouders lid zijn een sportvereniging of niet

Verenigingsbetrokkenheid

Ouders geven aan dat ze betrokken zijn bij de sportvereniging van hun kind, wanneer het kind dit ook leuk vindt. Bijna elke ouder gaat kijken wanneer hun kind een wedstrijd of voorstelling heeft. Ouders vinden het belangrijk voor hun kind dat ze komen kijken om betrokkenheid te tonen.

“Je hebt natuurlijk sowieso wel een band als moeder en dochter maar dat je nog net even wat extra je inleeft in wat haar bezighoud”, [7013]

Zeven van de veertien ouders geeft aan dat ze coach zijn of training geven aan het team van hun kind of zijn vrijwilliger bij een wedstrijd. Echter geven een aantal ouders aan dat ze weinig betrokken zijn omdat het kind dit niet wenst. Redenen die hiervoor worden gegeven zijn dat de kinderen gedemotiveerd of zenuwachtig raken wanneer de ouder zich met de wedstrijd bemoeit. Ze geven hierbij aan dat ze dit uit gunste van het kind doen. Vaak brengen ze hun kind wel wanneer dit nodig is naar een training of wedstrijd.

Sport interesse in media

De meeste kinderen zijn niet geïnteresseerd in sport wanneer het draait om sport op televisie of sport in andere media. De kinderen die wel sport op televisie kijken zijn uit zichzelf sportiever. Het blijkt ook dat wanneer de ouders zelf weinig of geen sport op televisie kijken, dat de kinderen dit ook gering doen. De Wereldkampioenschappen en Europese kampioenschappen voetbal worden door de meesten wel gekeken met de hele familie of klas. Sport in tijdschriften wordt bij de kinderen als niet boeiend ervaren.

Vriendenbeweging

De meningen over het feit of het bewegen met vriendjes en vriendinnetjes invloed heeft is wisselend. Bij de ouders die aangeven dat dit geen invloed heeft, is te zien dat die kinderen vaak vanuit zichzelf al meer sporten en bewegen.

“Ze doet haar eigen ding en ze vindt het gewoon leuk, en dat heb ik juist altijd gestimuleerd”, [5002]

Bij de kinderen die uit zichzelf minder bewegen, geven de ouders aan dat het bewegen met vriendjes en vriendinnetjes wel invloed heeft maar ouders hebben hier toch altijd weer een rol in.

“Dat we daar mee bezig zijn en hem die aanwijzingen geven, is hij al actiever. In die zin, hij geeft het altijd een plek. Het zit in zijn bewustzijn en dan is het kijken wat hij er van mee krijgt maar meestal als je dat meegeeft, vindt het ook wel ergens een plek”.

Er wordt ook regelmatig bewogen met broers en zussen maar er is geen onderscheid in het aantal broers en zussen in een gezin.

Omgeving

Het overgrote deel van de ondervraagden is in desbetreffende wijk gaan wonen omdat het een “kindvriendelijke” buurt is. Ouders geven aan dat er overal speelmogelijkheden zijn en er daarom ook veel kinderen wonen, en dat is wat het een kindvriendelijke buurt maakt.

“Ik denk als er heel veel jonge kinderen die samen opgroeien, in een jonge wijk gaan wonen met veel jonge kinderen, als ze heel klein zijn gaan ze veel naar buiten en als ze dan gewend zijn blijven ze dat ook heel veel doen”, [4005]

Er is weinig verschil te zien tussen kinderen die ver of minder ver van school af wonen omdat overal genoeg speelmogelijkheden zijn volgens de ouders. Het blijkt dat in een straal van vijfhonderd meter speelmogelijkheden zijn voor de kleinere kinderen en binnen een straal van acht honderd meter voor de grotere kinderen. De ouders zijn dan ook tevreden over de speelmogelijkheden in de buurt, waardoor de omgeving het beweeggedrag van de kinderen niet belemmert. De veiligheid is over het algemeen goed. Ouders geven hierover aan dat er niet hard gereden kan worden met auto's omdat er alleen maar kleine, smalle straatjes zijn. Sommige geven aan dat de veiligheid soms wat minder is omdat een plein bijvoorbeeld aan de rand van het water ligt maar met de leeftijd die de kinderen nu hebben blijkt het geen probleem meer te zijn. Er wordt aangegeven dat de bereikbaarheid in orde is omdat er een doorgaand fietspad is naar de betreffende veldjes toe.

Alle ondervraagden hebben de beschikking over een eigen tuin en het overgrote deel geeft tegelijkertijd aan dat er van de tuin weinig gebruik wordt gemaakt. De gedachten die hierover gegeven worden zijn dat de tuin een te beperkte ruimte is en de ouders geven aan steeds minder invloed te hebben op hun kind wat betreft hun bezigheden.

“Nu gaan ze wel met jongens naar buiten en willen ze niet met jongens thuis zijn. Ik merk wel dat die periode voorbij is”, [6021]

De kinderen gaan vaker de deur uit zodat de ouders minder zicht op ze hebben. Bij degene waar wel veel gebruik van de tuin wordt gemaakt is de ruimte ook veel groter en in die gevallen wordt er aangegeven dat er minder gebruik wordt gemaakt van speelveldjes. Over het algemeen wordt er gezegd dat de kinderen in de zomer meer gebruik maken van de tuin dan in de winter omdat er vaak een zwembad geplaatst wordt.

4. Discussie

In dit hoofdstuk worden de belangrijkste uitkomsten uit het hoofdstuk resultaten bediscussieerd en daarna wordt er kritisch terug geblikt op het onderzoek. Als uitgangspunt voor deze discussie geldt de onderzoeksvraag, die luidt als volgt:

‘Op welke manier zijn ouders betrokken bij het beweeggedrag van hun kind(eren) in de leeftijdscategorie 11 tot en met 13 jaar (groep 8) binnen de basisscholen de Bron, montessorischool Merlijn en het Sparrenbos in de gemeente ‘s-Hertogenbosch?’

Beweeggedrag kinderen

Volgens de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) moeten kinderen in de leeftijdscategorie 4 t/m 17 jaar minimaal zeven dagen per week 60 minuten matig tot intensief bewegen om gezondheidswinst te behalen. De geïnterviewde ouders van de kinderen geven aan dat ze niet precies kunnen aangeven hoeveel ze bewegen omdat dit afhankelijk is van vele factoren zoals vakantie, het weer etc. In dit kwalitatieve afstudeeronderzoek is de hoeveelheid van bewegen niet terug te brengen naar concrete cijfers om dit te concluderen. Hierdoor is het niet mogelijk om een exacte correlatie te bepalen. Echter, op basis van de interview data kan wel aangenomen worden dat zo goed als alle kinderen aan de beweegnorm voldoen. Ook omdat 12 van de 14 kinderen lid is van een sportvereniging en daarnaast tijdens en na school actief zijn. Dit kan ook een verklaring zijn van de ouderinvloed. Zo maken de meeste ouders geen beweegafspraken met hun kind, omdat zij uit zichzelf al voldoende bewegen. Wel heeft het merendeel van de ouders aangegeven het sedentaire gedrag vaak te beperken met als gevolg dat het kind een andere activiteit zoekt.

Rol van de ouder

Uit de resultaten blijkt dat veel ouders denken dat zij invloed hebben op het beweeggedrag van hun kind. Echter geven ook veel ouders aan dat vriendjes en vriendinnetjes meer invloed krijgen op het beweeggedrag van hun kinderen. Voor jonge kinderen is de invloed van ouders zeer groot. Zij zijn de belangrijkste op dit gebied omdat zij hier het meest mee in aanraking komen (Meire, 2011). Richting de pubertijd gaan leeftijdsgenoten/vrienden een steeds grotere rol spelen (Meeus, Helsen, & Vollebergh, 1997). Het zijn zelf gekozen relaties op basis van gedeelde interesses. De invloed van leeftijdsgenoten neemt toe met de leeftijd. Gebleken is dat ouders en vrienden maar ook bijvoorbeeld leerkrachten op verschillende manieren hun inbreng hebben op het gedrag van jongeren. Over het algemeen blijkt dat ouders meer invloed hebben op school- en beroepskeuze bijvoorbeeld en vrienden/leeftijdsgenoten meer invloed hebben op muziekstijl en vrijetijdsleven waartoe sport ook behoort (Naber, 2004).

Ouders zijn een rolmodel voor het kind wat betreft bewegen. De correlatie die te zien is in de literatuur wat betreft het beweeggedrag van de ouders en de steun die ze hun kind geven wordt in dit onderzoek bevestigd (Tine & Sarah, 2012). Daaraan is toe te voegen dat het merendeel van de ouders die fanatiek sport, het kind dit ook doet. Uit onderzoek van Klauw (2012) blijkt dat slechts 12% van de ouders hun kind, die onvoldoende beweegt, aanmoedigt. Uit de semi gestructureerde interviews blijkt ook dat niet-sportieve ouders hun kind ook minder stimuleren in bewegen. Waarschijnlijk wordt dit veroorzaakt door het feit dat de betreffende ouders het belang van voldoende bewegen niet inzien en dit niet overbrengen op hun kinderen. Volgens Moore et al. (1991) bewegen kinderen vaker wanneer hun ouders zelf ook fysiek actief zijn. Dit wordt in dit afstudeeronderzoek bekrachtigd. Het blijkt dat de ouders die samen met hun kind bewegen, ook de ‘sportieve’ gezinnen zijn. In dit onderzoek zijn het niet alleen de ouders die bepalen welke activiteiten ze gezamenlijk doen; de kinderen bepalen mee, in tegenstelling tot wat in de literatuur beschreven staat (Schols, Weert, & Haan, 2010). Mogelijk heeft dit ook met de leeftijd te

maken, aangezien kinderen in de leeftijdscategorie 11 t/m 13 jaar hierover een eigen mening hebben.

Tenslotte is er nog een tegenstrijdig resultaat te zien wat betreft het vervoer naar school. Volgens het onderzoek van Tiems (2013) brengt de helft van de ouders de kinderen met de auto naar school omdat de weg van en naar school in de beleving van ouders te gevaarlijk is. In dit kwalitatieve onderzoek is gebleken dat geen enkele ouder hun kind naar school brengt met de auto (enkel in hoge uitzondering). Dit kan veroorzaakt worden doordat de kinderen oud genoeg zijn, de afstand kort is en de omgeving veilig genoeg bevonden wordt door de ouders. De respondenten zijn geselecteerd op hun adres dicht bij school binnen een straal van twee kilometer. Wanneer kinderen verder weg van school wonen, kan dit mogelijk andere resultaten hebben. Uit onderzoek is namelijk gebleken dat veertig procent van de basisschoolkinderen met de auto naar school gebracht worden wanneer de afstand naar huis meer dan twee kilometer is (Houwen, Goossen, & Veling, 2014). Binnen de twee kilometer gaan de kinderen met de fiets of lopend naar school en slechts tien procent wordt gebracht met de auto. Behalve de afstand van huis naar school, is de kindvriendelijke buurt wat betreft infrastructuur, een mogelijke verklaring van dit verschil.

Omgeving

Volgens de literatuur zijn omgevingsfactoren in te delen in verschillende types, namelijk fysieke omgeving, sociaal-culturele omgeving, economische omgeving en politieke omgeving (Lechner, Kremers, Meertens, & Vries, 2012). Sociaal-culturele en de politieke omgeving worden hier niet belicht. De fysieke omgeving betreft de mogelijkheden om te bewegen in de directe omgeving van het huis. Uit eerder onderzoek van Timmerman (2013) is gebleken dat kinderen vaker buiten spelen wanneer er in de buurt speelmogelijkheden zijn zoals voetbalveldjes, klimrekken en dergelijke. Het merendeel van de respondenten heeft aangegeven speciaal in desbetreffende wijk te zijn gaan wonen vanwege de aanwezigheid van vele speelmogelijkheden. Dit blijkt uit de resultaten succesvol te zijn omdat hun kinderen volgens de ouders gemiddeld of boven gemiddeld buiten spelen. Uit gelijktijdig uitgevoerd onderzoek van van den Heuvel (2016) onder de kinderen van deze ouders blijkt dat er voldoende mogelijkheden zijn voor hen in de omgeving van het huis.

Uit de Jeugdmonitor van GGD Hart van Brabant (2013) blijkt dat 49% van de inwoners van de gemeente 's-Hertogenbosch ontevreden is over het rijgedrag van motorvoertuigbestuurders. Echter de respondenten van dit afstudeeronderzoek geven aan dat dit niet het geval is en zij hun buurt juist heel veilig vinden voor hun kinderen. Waarschijnlijk heeft dit te maken met de infrastructuur van de wijk. Het is een relatief jonge wijk, waar met de aanleg rekening gehouden is met jonge gezinnen. Een aantal aspecten komen overeen met de kenmerken die in de literatuur naar voren komen als 'kindvriendelijke' infrastructuur (Sprado, 2011). Voorbeelden hiervan zijn: brede stoepen, schoolroute niet te ver lopen, autoverkeer te gast en veilige voetgangersoversteekplaatsen. De economische omgeving is van invloed op het beweeggedrag van kinderen. Hoe hoger de Sociaal Economische Status (SES), hoe hoger het beweeggedrag van de kinderen is (Vries, Bakker, Overbeek, Boer, & Hopman-Rock, 2005). Voor dit onderzoek is gekozen voor een wijk met een gemiddeld sociaaleconomisch niveau. Uit de resultaten blijkt dat de ouders geen financiële belemmeringen hebben om hun kinderen te laten bewegen. Dit verklaart waarom de kinderen uit dit onderzoek voldoende mogelijkheden hebben om te sporten en te bewegen.

Kritische terugblik

Bij de interpretatie van de resultaten van dit onderzoek, kunnen enkele sterke punten van het onderzoek benoemd worden. Daarnaast heeft het onderzoek ook een aantal beperkingen die hieronder geformuleerd worden.

Sterktes van het onderzoek:

- De interviews zijn afgenomen in een vertrouwde omgeving van de respondenten, namelijk hun eigen huis. Op deze manier mag er aangenomen worden dat de ouders in staat zijn om open en eerlijke antwoorden te geven.
- De interviews zijn volledig opgenomen met professionele opname apparatuur. Van alle veertien interviews is een transcript gemaakt dat ervoor zorgt dat de interviews optimaal gecodeerd kunnen worden. Er kan altijd teruggevallen worden op de opnames en transcripten wat betreft de resultaten.
- Daarnaast is de research error niet van toepassing. Alle interviews zijn afgenomen door één onderzoeker waardoor de manier van afname volledig gelijk is, in combinatie met het opgestelde protocol.
- De interviews zijn allemaal rond hetzelfde tijdstip van de dag afgenomen, waardoor een mogelijk subject error geminimaliseerd is.
- Het subject bias is een bedreiging die duidelijk van toepassing kan zijn bij dit onderzoek. Het is zoveel mogelijk uitgeschakeld door de geïnterviewde vanaf het begin af aan gerust te stellen en er is duidelijk aangegeven dat er vertrouwelijk om wordt gegaan met de gegevens (volgens protocol). Wanneer er tijdens het interview toch twijfels ontstonden of de antwoorden daadwerkelijk correct zijn, heeft de interviewer doorgevraagd over het desbetreffende onderwerp.

Zwaktes van het onderzoek

- Allereerst zijn de interviews afgenomen bij één van de ouders in plaats van beide ouders, wat mogelijk geleid heeft tot een onvolledig beeld.
- Er dient met duidelijke voorzichtigheid omgegaan te worden met de resultaten van dit onderzoek. Het is namelijk een relatief kleinschalig onderzoek (14 respondenten) bestaande uit een homogene groep wat betreft sociaal economische status en woonomgeving.
- Omdat interviews een subjectief meetinstrument zijn, dienen de resultaten van dit onderzoek voorzichtig te worden geïnterpreteerd. De respondenten kunnen bijvoorbeeld de fysieke activiteiten en sedentaire gedragingen van zichzelf en hun kind onder- of overschatten (Stephard, 2003). De resultaten zijn over het algemeen niet uitgedrukt in concrete cijfers. In geraadpleegde literatuur is dit wel het geval waardoor het lastig is om mogelijke correlaties te kunnen interpreteren zoals bijvoorbeeld bij de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB).
- De interviews zijn afgenomen in een wintermaand (begin maart), waardoor de gegeven antwoorden wat betreft buiten spelen en sport mogelijk kunnen verschillen van een andere maand. Deze antwoorden zijn seizoen beïnvloedbaar.
- Kinderen waarvan de ouders gescheiden zijn, zijn niet in de selectie opgenomen. Hier is voor gekozen omdat kinderen van gescheiden ouders twee leefomgevingen hebben. Om beide leefomgevingen te betrekken zou er een verwarrend resultaat ontstaan. Tevens zijn ouders die geen Nederlands spreken niet in de selectie opgenomen omdat zij door de taalbarrière het interview niet naar verwachting kunnen voeren. Tijdens één van de interviews bleek dat een betreffende ouder nauwelijks Nederlands sprak. In de voorbereiding van dit afstudeeronderzoek is onvoldoende rekening gehouden met mogelijke problemen die taalbarrières met zich meebrengen.

5. Conclusie en aanbevelingen

Conclusie

In dit hoofdstuk wordt een conclusie getrokken en daarmee antwoord gegeven op de onderzoeksvraag, die luidt :

‘Op welke manier zijn ouders betrokken bij het beweeggedrag van hun kind(eren) in de leeftijdscategorie 11 tot en met 13 jaar (groep 8) binnen de basisscholen de Bron, montessorischool Merlijn en het Sparrenbos in de gemeente ‘s-Hertogenbosch?’

Uit dit afstudeeronderzoek zijn een aantal aspecten naar voren gekomen die de betrokkenheid van de ouders ten aanzien van het beweeggedrag van hun kind in kaart hebben gebracht. Twaalf van de veertien kinderen zijn lid van een sportvereniging en alle kinderen gaan met eigen vervoer naar school (fietsend of lopend). Tevens zijn ze op school allemaal fysiek actief tijdens de gymles, gedurende het buiten spelen etc. Er kan op een voorzichtige manier geconcludeerd worden dat deze kinderen een vrij hoge mate van bewegingsactiviteit hebben. De ouders zeggen in deze leeftijdsfase nog steeds een zekere mate van invloed te hebben op hun kind wat betreft beweeggedrag. Zij stimuleren het bewegen op verschillende manieren. De twee belangrijkste die genoemd worden zijn:

- Het tonen van interesse in het beweeggedrag van hun kind. Ouders proberen zoveel mogelijk betrokken te zijn op diverse manieren. Ouders gaan bij hun kind kijken bij de sportwedstrijden en zorgen voor het vervoer wanneer nodig. Ook wanneer het kind niet aan sport doet, proberen ze zo betrokken mogelijk te zijn door mee te gaan naar diverse sportverenigingen om te achterhalen wat het kind leuk vindt en door met ze te gaan wandelen, fietsen en dergelijke. Zij zeggen vaak niet zozeer bewust tot bewegen te stimuleren maar door hun eigen voorbeeldgedrag gebeurt het toch.
- Minimaliseren van sedentair gedrag. Door beperkingen op te leggen ten aanzien van de tijdsduur die aan computer, televisie e.d. besteedt mogen worden gaat het kind vaak andere invulling zoeken, wat onder andere uitmondt in fysieke activiteit. De ouders zijn van mening dat dit beter werkt dan het expliciet stimuleren van fysieke activiteiten.

Tevens blijkt uit dit afstudeeronderzoek dat de invloed van ouders op de kinderen steeds minder wordt in deze levensfase. Ouders geven aan dat zij niet meer als enige het voorbeeld zijn voor hun kind. De impact van vriendjes en vriendinnetjes wordt steeds groter. De tijd die kinderen in de omgeving van hun ouders zijn wordt ook minder. Ze zijn steeds meer zelfstandig weg. Naar school, naar de sportclub, buiten spelen en zo meer.

Aanbevelingen

Naar aanleiding van dit onderzoek worden er een aantal aanbevelingen gedaan. Deze zijn gericht aan de betrokken scholen en de opdrachtgever, namelijk het PHASE onderzoek.

Aanbeveling 1:

Nader onderzoek Voorgezet Onderwijs

Om de ouderbetrokkenheid binnen het bestaande PHASE onderzoek te optimaliseren zou er nader onderzoek gedaan moeten worden. PHASE is namelijk gericht op kinderen in de overstapperiode van basisonderwijs naar voortgezet onderwijs. Dit afstudeeronderzoek heeft plaatsgevonden onder ouders van kinderen in groep 8 van het basisonderwijs. Om PHASE kwantitatief te complementeren is het van belang om een vervolgonderzoek uit te voeren, bij voorkeur onder dezelfde respondenten. Dit om de betrouwbaarheid en de relatie met PHASE kwantitatief te waarborgen. Dit huidige afstudeeronderzoek en het toekomstig vervolgonderzoek zijn samen een aanvulling op PHASE kwantitatief. Het geeft een beeld in hoeverre er een verandering waarneembaar in de invloed die

ouders hebben op het beweeggedrag van hun kind in groep 8 ten opzichte van hun kind dat in de eerste klas zit van het middelbaar onderwijs. Dit onderzoek kan mogelijk uitgevoerd worden door onderzoekers van PHASE zelf of het kan een afstudeeronderzoek worden van een Fontys Sporthogeschool student.

Aanbeveling 2:

Nader onderzoek overige SES wijken

Dit afstudeeronderzoek heeft plaatsgevonden in een deel van de gemeente 's-Hertogenbosch met een gemiddeld Sociaal Economische Status (SES). Ter aanvulling zou het interessant zijn om een dergelijk project te implementeren in een deel van 's-Hertogenbosch met een lage en hoge SES. Naar verwachting betekent dit bij de lage SES wijken een extra complexiteit. Hierbij valt met name te denken aan de taalbarrière. Dit vraagt in de voorbereiding extra aandacht zoals samenwerking met een tolk, verdiepen in verschillende culturen etc. Dit zou naar verwachting resultaten kunnen opleveren die representatief zijn voor de hele gemeente 's-Hertogenbosch. Dit onderzoek kan ook uitgevoerd worden door onderzoekers van het PHASE onderzoek of het kan een afstudeeronderzoek van een Fontys Sporthogeschool betreffen.

Aanbeveling 3:

Bewustwording van ouders

Uit dit afstudeeronderzoek is onder andere gebleken dat de invloed van ouders steeds minder wordt, op het gebied van het bewegen van het kind. De scholen zouden kunnen inspelen op het bewustwordingsproces van de ouders op dit gebied, zonder dat het heel tijdrovend hoeft te zijn. Tijdens de reguliere oudergesprekken (rapportbesprekingen) zou het belang van voldoende beweging benadrukt kunnen gaan worden. Docenten kunnen in dit persoonlijke gesprek het belang van een positieve cognitieve- fysieke en mentale ontwikkeling op latere leeftijd benadrukken die door voldoende beweging wordt bewerkstelligd.

Om dit zo efficiënt mogelijk te implementeren zullen deze persoonlijke gesprekken op een zo effectief mogelijke manier gevoerd moeten worden. Het blijkt dat motivational interviewing (MI) een goede manier is om te achterhalen wat de ouders nodig hebben om hun kind meer te laten bewegen (Ricke, 2014). Het is dus van belang dat docenten hierin voldoende geschoold zijn. Mocht deze cursus nog niet gevolgd zijn, wordt het aanbevolen om dit alsnog te doen.

Aanbeveling 4:

Betrokkenheid ouders

De afdeling 's-Port van de gemeente 's-Hertogenbosch zorgt voor het beweegaanbod tijdens en na schooltijd voor de kinderen. Dit wordt uitgevoerd door combinatiefunctionarissen die gekoppeld zijn aan één of meerdere scholen. Uit dit onderzoek blijkt dat ouders vaak hun kind op een onbewuste manier beïnvloeden ten aanzien van bewegen. Om de ouders meer betrokken te laten worden bij het beweegaanbod op school kunnen de combinatiefunctionarissen vanuit 's-Port hen uitnodigen om op school te komen kijken. Op deze manier zijn de ouders beter bewust van wat de kinderen leren en wat ze mogelijk thuis voor activiteiten samen kunnen doen (Ricke, 2014). Het ligt in de verwachting dat de kinderen door samen bewegen actiever worden. Een aanbeveling die gedaan wordt aan de gemeente 's-Hertogenbosch is om elke maand een 'kijk-uur' in te lassen voor de ouders bij een willekeurige beweegles op de school van hun kind. Dit kan zowel de gymles als een naschoolse beweegactiviteit zijn.

Bronnenlijst

- Aben, S. (2011). *Pedagogisch medewerker saw 3*.
- ACSM. (2014). *Guidelines for exercise testing and prescription*. Wolters Kluwer.
- Arredondo, E., Elder, J., Ayala, G., Campbell, N., Baquero, B., & Duerksen, S. (2006). Is parenting style related to children's healthy eating and physical activity in Latino families?
- Balldex, M., & Schreuder, L. (2005). *Biologisch ritme en schooltijden*. Gouda: NIZW Jeugd.
- Bernaards. (2013). *Bewegen in Nederland 2000-2013*. Resultaten TNO Monitor bewegen en gezondheid.
- Bronfenbrenner. (1979). Hoofdstuk 2: theoretische uiteenzetting. In *Opvoeding op school en in het gezin* (pp. 17 - 54).
- Brug, J., & Visscher, T. (2004). Determinanten van overgewicht. *Bijblijven*, 353 - 360.
- Brug, J., & Visscher, T. (2004). Determinanten van overgewicht. *Bijblijven*, 353 - 360.
- Brug, J., Assema, v. P., & Lechner, L. (2007). *Gezondheidsvoorlichting en gedragsverandering*. Assen: Koninklijke van Gorcum BV.
- Buisman, A. (2004). Opvoeding in en door sport. *Pedagogiek*.
- Caspersen, C., Powell, K., & Christenson, G. (1985). Physical activity, exercise and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports*, 126-131.
- Currie, C., Zanotti, C., Morgan, A., Curry, D., Looze, M. d., Roberts, C., . . . Barnekow, V. (2012). *Health policy for children and adolescents*. World Health Organisation.
- Davinson, K., Cutting, T., & Birch, L. (2008). Parents activity-related parenting practices predict girls physical activity. *Med Sci Sports Exerc*.
- Edwardson, E., & Gorely, T. (2010). Parental influences on different types and intensities of physical activity in youth: A systematic review. *Psychology of Sport and exercise*, 522- 535.
- Encyclo. (2015). Opgehaald van Nederlandse encyclopedie:
<http://www.encyclo.nl/begrip/determinant>
- GGD. (2013). *Jeugdmonitor 0 t/m 11 jaar*. 's-Hertogenbosch: GGD Hart van Brabant.
- Gratton, C., Jones, I., & Robinson, T. (2011). *Onderzoeksmethoden voor sportstudies*. Groningen: Routledge.
- Greef, d. (2009). *Het belang van bewegen voor onze gezondheid*. Partnership huisartsenzorg in beweging.
- Grinsburg, K. (2007). The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics*, 182 - 191.
- Haan, M. d., Iersel, B. v., & Vloet, L. (2007). Gezin & sportvereniging: samenvatting van een onderzoek naar de relatie die ouders van jeugdleden hebben met de sportclub van hun kinderen. NCS.
- Houwen, v., Goossen, & Veling. (2014). *Reisgedrag van kinderen naar de basisschool*.

- Jongert, T. (2012). Feiten over beweging. *Tijdschrift voor praktijkondersteuning*, 132 - 135.
- Kemper, H., Ooijendijk, W., & Stiggelbout, M. (2000). Consensus over de Nederlandse Norm Gezond Bewegen. *Sociale Gezondheidszorg*, 180-183. Opgehaald van www.nationaalkompas.nl.
- Klauw, M. v., Schokker, D., Slinger, J., & Verheijden, M. (2012). *Kinderen en jongeren in beweging: de rol van de school en de ouders*. Leiden: TNO preventie en gezondheid.
- LeBlanc, & Janssen. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*.
- Lechner, L., Kremers, S., Meertens, R., & Vries, H. d. (2012). *Gezondheidsvoorlichting en gedragsverandering*. Assen: van Gorcum & Comp B.V.
- Letho, S., Reunamo, J., & Ruismaki, H. (2012). Children's peer relations and children's physical activity. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*.
- Loprinzi, P., & Trost, T. (2010). *Parental influences on physical activity behavior in preschool children*. Preventive medicine.
- Martin, J., & Choi, Y. (2009). *Parents' physical activity related perceptions of their children with disabilities*.
- Meeus, Helsen, & Vollebergh. (1997). *Ouders en leeftijdsgenoten in de adolescentie*. Assen: Van Gorcum.
- Meire. (2011). *Boetseren en bijpuzzelen: kinderen en ouders over de omvang met hun gezinstijd*. Onderzoekscentrum kind & samenleving.
- Moore, M., Lombardi, D., White, M., Campbell, J., Oliveria, S., & Ellison, R. (1991). Influence of parents' physical activity levels on activity levels of young children.
- Naber. (2004). *Vriendschap en sociale cohesie: de rol van leeftijdsgenoten in de opvoeding van jeugd*. Den Haag: Hogeschool InHolland.
- NISB. (2015). Opgehaald van www.nisb.nl:
http://www.nisb.nl/weten/kennisgebieden/beweeggedrag-veranderen/bewust-kiezen/ase-model_.html
- Pluijm, S., Visser, M., Puts, M., Dik, M., Schalk, B., Schoor, N. v., . . . Deeg, D. (2006). Ongezonde leefstijl in de loop van het leven: samenhang met. *Gerontologie en Geriatrie*.
- Remmers. (2013). Bewegen bij kinderen: alle beetjes helpen. *Nederlands Tijdschrift voor Geneeskunde*.
- Remmers. (2013). *Changes in PA of children when going to secondary school*. Maastricht: Universiteit Maastricht.
- Remmers. (2015). *Start onderzoeksproject PHASE in groep 8:*. Universiteit Maastricht.
- Remmers, T. (2015, mei). Data 0-meting.
- Remmers, T., Broeren, S., Renders, C., Hirasing, R., Grieken, A., & Raat, H. (2014). *A longitudinal study of children's outside play using family environment and perceived physical environment as predictors*.

- Ricke, E. (2014). *Ouderbetrokkenheid en fysiek actieve kinderen: project Fitsaam*. Den Haag: GGD.
- Roedig, & Zwakhals. (2013). *Achtergrond en details bij de berekening van SES-scores*. Opgehaald van www.zorgatlas.nl: <http://www.zorgatlas.nl/beinvloedende-factoren/sociale-omgeving/ses/achtergrond-en-details-bij-de-berekening-van-ses-scores/>
- Schols, M., Weert, C. v., & Haan, J. d. (2010). *Doet voorbeeld volgen? Gelijkenis in de vrijetijdsbesteding van kinderen en hun ouders*. Den Haag.
- S-port. (2015). Opgehaald van www.s-port.nl: <http://www.s-port.nl/>
- Sprado. (2011). *Kindvriendelijke looprouter*. Delft: Technische Universiteit Delft.
- Stegeman, H. (2007). *Effecten van sport en bewegen op school*. 's-Hertogenbosch: Mulier Instituut.
- Stephard, R. (2003). Limits to the measurement of habitual physical activity by. *Sports Medicine*, 197 - 206.
- Struij, M., & Wisse, E. (2011). School, bewegen en sport; eindresultaten uit een landelijk onderzoek.
- Tiems, J. (2013). De wikip volstaat niet. *Limburgs Dagblad*.
- Timmerman, Meinema, & Snel. (2013). *Onderzoek buitenspelen 2013*. Amsterdam: TNS-NIPO.
- Tine, C., & Sarah, M. (2012). *De invloed van de thuisomgeving en het gedrag van de ouders op de mate van fysieke activiteit en overgewicht bij kinderen*. Universiteit Gent.
- Verweij. (2010, december 7). Opgehaald van www.nationaalkompas.nl: <http://www.nationaalkompas.nl/bevolking/segv/wat-is-sociaaleconomische-status/>
- Vries, Bakker, Overbeek, Boer, & Hopman-Rock. (2005). *Kinderen in prioriteitswijken: lichamelijke (in)activiteit en overgewicht*. TNO kwaliteit van leven.
- Wendel-Vos, G., Blokstra, A., Zwakhals, S., Wijga, A., & Tjhuis, M. (2005). *De fysieke omgeving in relatie tot bewegen en voeding*. Bilthoven.
- World Health Organization. (2010). *Global recommendations on physical activity for health*.
- www.nisb.nl. (sd). Opgehaald van <http://www.nisb.nl/weten-kennisgebieden/maatschappelijke-spin-off/doelgroepfactsheets.pdf>.

Bijlage 1: Operationalisatieschema

‘Op welke manier zijn ouders betrokken bij het beweeggedrag van hun kind(eren) in de leeftijdscategorie 11/12 jaar (groep 8) binnen de basisscholen de Bron, Montessorischool Merlijn en Sparrenbos in de gemeente ‘s-Hertogenbosch?’

Begrip / concept uit vraagstelling	Dimensie	Indicator	Vragen / stellingen	Antwoordcategorie
<u>Ouderbetrokkenheid</u> Ouders hebben een sturende rol in de mate dat hun kind(eren) lichamelijk actief zijn. Uit onderzoek van Tine en Sarah (2012) blijkt dat ouders bepaalde opvattingen , attitudes en gedraging aanleren bij het kind en kinderen zijn geneigd om deze toe te passen en/of over te nemen . Daarnaast verhoogt de fysieke activiteit van kinderen wanneer de ouders hun kind(eren) motiveren om te sporten of wanneer zij hun kinderen aanmoedigen tijdens beweging (Tine & Sarah, 2012).	Motiveren / aanmoedigen	Betrokkenheid	In hoeverre motiveert u uw kind om te bewegen? - Zo ja, op welke wijze doet u dit? - Zo nee, welke redenen houden dit tegen?	Open en waarom
	Bewuste beïnvloeding	Attitudes, gedragingen en opvattingen aanleren	In hoeverre probeert u het bewegen van uw kind te beïnvloeden? - Zo ja, welke moeilijkheden en mogelijkheden ziet u hierin? Kunt u hier voorbeelden van noemen? (Denk als de respondent niets weet bijvoorbeeld aan lange werktijden, vervoer, kosten etc.)	Open
			In hoeverre denkt u dat u invloed heeft op het bewegen van uw kind?	Open

	Modelling	Modelling	Beweegt u wel eens samen met uw kind? - En uw partner? - IN hoeverre bent u of uw partner actief betrokken bij de sportvereniging of het sportgedrag van uw kind? - Zo ja, waarom doet u of uw partner dit?	Ja / nee en doorvragen
	Onbewuste beïnvloeding	Attitudes, gedragingen en opvattingen overnemen	Is uw kind geïnteresseerd in sport? - Zo ja, hoe uit zich dit?	Ja / nee en doorvragen
			Beweegt uw kind wel eens samen met vriendjes of vriendinnetjes? - Hoe vaak ongeveer? - In welke mate heeft dit invloed op het beweeggedrag van uw kind? - Over welke vormen van bewegen hebben we het dan? - Wonen de vriendjes/vriendinnetjes dicht bij of ver weg?	Ja / nee en doorvragen
<u>Beweeggedrag</u> Een door skeletspieren geproduceerde beweging (dynamisch) en/of (statische) houding die samengaat met een toename van het energieverbruik (Caspersen, Powell, & Christenson, 1985, p. 126). Sociaal ecologisch model geeft de factoren weer die invloed hebben	Beweging	Fysieke activiteit	Welke vormen van beweging doet uw kind zoal? - Kunt u hier voorbeelden van noemen	 keer per week en doorvragen
			Hoeveel tijd besteedt uw kind ongeveer per week aan computeren, TV, Xbox e.d.? - Kunt u hier voorbeelden van noemen? - Is dit meer of minder dan leeftijdsgenootjes?	

op beweeggedrag (Bronfrenbrenner, 1979).	Sociaal ecologisch model	Microniveau	Doen andere gezinsleden (ook) aan sport? - Waarom?	Open en doorvragen
			Wat is de afstand van huis naar school? - Hoe gaat uw kind naar school? - Waarom?	
		Mesoniveau	Hoe is de omgeving van uw huis wat betreft speelmogelijkheden in de buurt? - Bent u daar tevreden over? - Wat vindt u van: * bereikbaarheid * veiligheid * attractiviteit van de velden	Open en doorvragen
			Hebben jullie een tuin waar de mogelijkheid is om te spelen? - Wordt hier veel gebruik van gemaakt door uw kind? - Waarom?	Ja / nee en doorvragen
		Exoniveau	Kunt u vertellen of er drempels zijn waardoor uw kind minder kan bewegen dan hij/zij zou willen zoals vervoersproblemen, kosten, onregelmatige werktijden?	Ja / nee en doorvragen
		Macroniveau	Zijn er binnen het gezin afspraken wat betreft bewegen? - Kunt u hier voorbeelden van noemen?	Ja / nee en doorvragen
			Zijn er binnen het gezin afspraken over de tijd dat uw kind aan televisie,	Ja / nee en doorvragen

			Playstation, X-box en computer mag besteden? - Kunt u hier een voorbeeld van noemen?	
<u>Kinderen in groep 8</u> Individuele deelnemers in de leeftijdscategorie 11/12 jaar waarbij ouders een sturende rol hebben in de sportdeelname .	Individuele deelnemers	Geslacht	Is uw kind een jongen of een meisje?	Jongen / meisje
		Leeftijd	Hoe oud is uw kind?	 jaar
		Gezinssituatie	Uit hoeveel kinderen bestaat uw gezin?	 kinderen
	Sportdeelname	Sportvereniging	Zit uw kind op een sportvereniging? Zo ja, welke sport(en)? - Kunt u aangeven hoe vaak ongeveer en is dit meer of minder dan zijn leeftijdsgenootjes? - Waarom?	Ja / nee en doorvragen
		Buiten spelen	Speelt uw kind buiten? - Kunt u aangeven hoe vaak ongeveer en is dit meer of minder dan zijn leeftijdsgenoten? - Waarom speelt uw kind graag wel of niet graag buiten?	
	Ouders	Omgevingsfactor	Beweegt u zelf? - Welke vormen van bewegen zijn dat? (als respondent het niet weet vraag door met huishoudelijk werk, sport, wandelen/fietsen enz.)	Ja / nee en doorvragen
			Hoeveel beweegt uw partner (indien van toepassing)? - Welke vormen van bewegen zijn dit?	

Bijlage 2A: Protocol afname interview

Plaats:

De interviews worden uitgevoerd bij de ouders en kinderen thuis op een rustige plek waar de mogelijkheid tot afleiding zo gering mogelijk is. Denk hierbij aan huisdieren en andere familieleden.

Tijd:

De interviews worden afgenomen bij voorkeur tussen 15u en 18u op een doordeweekse dag. De ouders geven zelf een voorkeurstijd in de week aan en de interviewer speelt hier flexibel in mee.

1. Voorbereiding interview:
 - Door de interviewer wordt neutrale kleding gedragen zodat de deelnemer geen indirecte invloeden van de interviewer kan krijgen wanneer hij/zij sportkleding draagt. Dit zijn alledaagse kleren zonder opvallende zaken.
 - Test de opname apparatuur voordat het interview plaats vindt.
 - Zorg dat het opname apparatuur volledig opgeladen is voordat het interview plaats vindt.
 - Ben op tijd (5 minuten voor aanvang) aanwezig bij het huisadres.
2. Ontvangst deelnemer (wanneer de opnameapparatuur uit staat)
 - Het interview met de ouder en het kind worden afgenomen in een aparte ruimte. Op deze manier kunnen de antwoorden van ouder en kind niet beïnvloed worden door elkaar.
 - De deelnemer en interviewer zitten tegenover elkaar
 - Doel van het onderzoek wordt verteld: inzicht krijgen in de mening van ouders over het beweeggedrag van hun kinderen.
 - Er wordt aangegeven dat het interview opgenomen wordt door middel van opnameapparatuur en hier wordt goedkeuring voor gevraagd wanneer de opnameapparatuur aan staat.
3. Afname interview (wanneer de opnameapparatuur aan staat)
 - Wanneer de opname apparatuur aan staat wordt er het volgende verteld:
 - Datum en tijd van het interview
 - Respondentnummer geïnterviewde
 - Ouder- of kind interview
 - Formele toestemming vragen voor opname: de resultaten worden vertrouwelijk behandeld, er bestaan geen foute antwoorden, alle opnames worden veilig opgeslagen bij de Universiteit van Maastricht. Alleen de in de brief beschreven onderzoekers hebben toestemming tot de gegevens.
 - Totaal duurt het interview 30 – 45 minuten.
 - Interviewer lukt geen antwoord uit die hij/zij wilt horen, maar de interviewer stelt zich neutraal op tijdens het interview.
 - Er worden open vragen gesteld waardoor de 'waarom' zoveel mogelijk naar voren komt.
 - Er wordt doorgevraagd op antwoorden die de deelnemer geeft.
4. Registratie data
 - In principe worden er 15 interviews afgenomen (drie per school). Vanwege het feit dat het een kwalitatief onderzoek betreft, is dit echter afhankelijk van de afgenomen interviews. Er zijn pas genoeg interviews afgenomen wanneer er geen nieuwe inzichten over bepaalde onderwerpen meer worden verkregen uit voorgaande interviews. Pas wanneer dit het geval is, is het onderzoek theoretisch verzadigd. Het is dus mogelijk dat er meer interviews afgenomen worden.
 - De data van alle interviews wordt verwerkt in het programma 'Nvivo'.
 - De data wordt gekoppeld aan respondentnummers

Bijlage 2B: Interviewleidraad ouder

Goedemiddag mevrouw/meneer,

Nogmaals hartelijk dank dat u deel wilt nemen aan dit onderzoek. Ik ga u zo meteen eerst wat introducerende vragen stellen over uw kind en u. Vervolgens een aantal vragen over uw betrokkenheid bij het beweeggedrag van uw kind. Bij deze wil ik nog duidelijk maken dat er geen foute antwoorden zijn en dat de opnames veilig worden opgeslagen bij de Universiteit van Maastricht. Alleen de in de brief beschreven onderzoekers hebben toegang tot de gegevens. Ik zal dit interview met een recorder opnemen. Is dit in orde?

Introductie:

1. Is uw kind een jongen of een meisje?
2. Hoe oud is uw kind?
3. Uit hoeveel kinderen bestaat uw gezin?

Huidig beweeggedrag kind:

4. Welke vormen van beweging doet uw kind zoal?
 - Kunt u hier voorbeelden van noemen?
5. Speelt uw kind buiten?
 - Kunt u aangeven hoe vaak ongeveer en is dit meer of minder dan zijn leeftijdsgenoten?
 - Waarom speelt uw kind graag of niet graag buiten?
6. Wat is de afstand van huis naar school?
 - Hoe gaat uw kind naar school?
 - Waarom?
7. Hoeveel tijd besteedt uw kind ongeveer per week aan computeren, TV, Xbox e.d.?
 - Kunt u hier voorbeelden van noemen?
 - Is dit meer of minder dan zijn leeftijdsgenoten?
8. Zit uw kind op een sportvereniging? Zo ja, van welke sport(en)?
 - Kunt u aangeven hoe vaak ongeveer en is dit meer of minder dan zijn leeftijdsgenoten?
 - Waarom?

Inleiding in ouderschapspraktijken:

9. In hoeverre probeert u het bewegen van uw kind te beïnvloeden?
 - Zo ja, welke moeilijkheden en mogelijkheden ziet u hierin? Kunt u hier voorbeelden van noemen? (Denk als de respondent niets weet bijvoorbeeld lange werktijden, vervoer, kosten, etc.).
 - Zo nee, waarom niet?
10. In hoeverre denkt u dat u invloed heeft op het bewegen van uw kind?

Motiveren beweeggedrag:

11. In hoeverre motiveert u uw kind om te bewegen?
 - Zo ja, op welke wijze doet u dit?
 - Zo nee, welke redenen houden dit tegen?

Beïnvloeden beweeggedrag:

12. Zijn er binnen het gezin afspraken wat betreft bewegen?
 - Kunt u hier voorbeelden van noemen?
13. Zijn er binnen het gezin afspraken over de tijd dat uw kinderen aan televisie, Playstation, Xbox en computer mogen besteden?
 - Kunt u hier een voorbeeld van noemen?
14. Hoeveel beweegt u zelf?

- Welke vormen van bewegen zijn dat? (als respondent het niet weet vraag door met huishoudelijk werk, sport, wandelen/fietsen, enz).
- 15. Hoeveel beweegt uw partner (indien van toepassing)?
 - Welke vormen van bewegen zijn dit?
- 16. Beweegt u weleens samen met uw kind?
 - En uw partner?
 - In hoeverre bent u of uw partner actief betrokken bij de sportvereniging of het sportgedrag van uw kind?
 - Zo ja, waarom doet u of uw partner dit?
- 17. Is uw kind geïnteresseerd in sport?
 - Zo ja, hoe uit zich dit?
- 18. Beweegt uw kind weleens samen met vriendjes of vriendinnetjes?
 - Hoe vaak?
 - In welke mate heeft dit invloed op het beweeggedrag van uw kind?
 - Over welke vormen van bewegen hebben we het dan?
 - Wonen de vriendjes/vriendinnetjes dichtbij of ver weg?
- 19. Doen andere gezinsleden (ook) aan sport?
 - Waarom?

Omgeving:

- 20. Hoe is de omgeving van uw huis wat betreft speelmogelijkheden in de buurt?
 - Bent u daar tevreden over?
 - Wat vindt u van:
 1. Bereikbaarheid
 2. Veiligheid
 3. Attractiviteit van de velden
- 21. Hebben jullie een tuin waar de mogelijkheid is om te spelen?
 - Wordt hier veel gebruik van gemaakt door uw kind?
 - Waarom?

Bijlage 2C: Interviewleidraad kind

Het doel van het interview is om te weten te komen welke belemmerende en stimulerende factoren een bijdrage kunnen leveren aan het speelgedrag op de omliggende speelplaatsen van de kinderen in de leeftijd van 10-12 jaar van basisscholen de Bron, montessorischool Merlijn en het Sparrebosch in de gemeente 's-Hertogenbosch.

Het interview met het kind vindt plaats in een ongestructureerde vorm, waarbij topics al leidraad gebruikt worden.

1. Introductie:
 - Introductie interviewer: naam, rol in het onderzoek
 - Persoonsgegevens geïnterviewde: naam, leeftijd, actief in een sport?
2. Beweeggedrag:
 - Hoe ga je meestal van en naar school?
 - Doe je dat alleen? Of met vriendjes, ouders etc.
 - Wat doe je op school tijdens de pauze?
 - Vind je het leuk om te gymmen?
 - Doe je ook altijd goed mee in de gymles?
 - Als je thuiskomt uit school, wat ga je dan meestal doen?
 - Ga je weleens sporten? Zit je bij een vereniging?
 - Vind je het leuk om te bewegen?
 - Helpt je moeder je mee om te bewegen? En ja vader? Wat vinden ze van bewegen? Hoeveel bewegen je vader en je moeder zelf?
3. Speelgedrag:
 - Ik zal beginnen met het uitleggen wat onder buitenspelen valt: Buitenspelen is alles wat je buiten doet, wat niet van tevoren vast staat. Dus als jij buiten zelf gaat voetballen is het buitenspelen, maar als je bij de vereniging gaat voetballen is het sporten (duidelijk krijgen of ze het verschil hiertussen weten en anders nog meer voorbeelden geven).
 - Wat vind je van buitenspelen?
 - Als je gaat buitenspelen, waar ga je dan vaak heen?
 - Ga je daar dan alleen heen, of met vriendjes?
 - Speel je dan vaak alleen met je vriendjes of ook kinderen die daar toevallig zijn?
 - Wanneer speel je meestal buiten?
 - Mag je van je ouders zomaar altijd gaan buitenspelen?
 - Willen je ouders graag weten waar je bent als je buiten bent?
 - Mag je overal heen of heb je afspraken thuis? Drukke straat, niet te ver weg?
4. Speelplekken:
 - Ga je weleens naar speelplekken of speelveldjes in de buurt of blijf je vaak dicht bij huis?
 - Hoe ga je daar dan heen? Met de fiets, lopend?
 - Wat vind je van speelmogelijkheden bij jou in de buurt? Veel/weinig. Leuk/saai, enz.
 - Hoe kies je uit waar je gaat buitenspelen?
 - Waar heeft dit mee te maken? Wat is de belangrijkste factor?
 - Wat vind je het belangrijkste dat er bij een speelplek moet zijn?
 - Wat maakt jou een ideale speelplek?
 - Foto vragen

Er worden nu een aantal foto's getoond. Voordat er een foto getoond wordt, wordt altijd even het nummer van de foto op de band ingesproken. Er wordt bij elk kind een duidelijke mix gemaakt tussen de speelplekken waar ze wel geweest zijn en de speelplekken waar ze niet geweest zijn.

- Wat vind je van deze speelplek?
- Wat vind je hier nu leuk aan? Wat vind je hier minder leuk aan?
- Foto vragen (foto waarbij het kind niet geweest is, maar wel een speelplek is die in de buurt ligt)
 - Wat vind je van deze speelplek? Zie je jezelf hier wel spelen?
 - Weet je waar deze speelplek ligt?
 - Zou je het leuk vinden om nieuwe speelplekken te ontdekken?
- 5. Afsluiting:
 - Zou je nog iets willen vertellen?
 - Hoe is het onderzoek bevallen?
 - Bedanken geïnterviewde en aangeven wat er met de informatie gedaan wordt

Bijlage 3A: Brief school



Beste,

Afgelopen jaar hebben er bij jullie op school een groot aantal leerlingen van groep 8 meegedaan aan het PHASE-onderzoek. Dit ging over het beweeggedrag en de omgeving, waarbij kinderen een week beweegmeters en GPS loggers hebben gedragen. Deze kinderen worden binnenkort door ons persoonlijk uitgenodigd om dit jaar opnieuw deel te nemen.

We willen graag het onderzoek op jullie school nog iets uitbreiden, waarbij nu de focus meer zal liggen op de verzameling van kwalitatieve gegevens.

- De kinderen van groep 8 dragen weer een week een GPS meter en beweegmeter. Daarnaast krijgen ze een klein dagboekje waarin ze belangrijke gebeurtenissen opschrijven.
- Er wordt een interview met het kind en ouder ingepland, gericht op de perceptie van de omgeving en het 'waarom' achter hun beweeggedrag. Bovendien bevat het een aantal vragen over ouderbetrokkenheid.

Het is de bedoeling dat de daadwerkelijke metingen in februari 2016 plaatsvinden bij ongeveer 5 kinderen uit groep 8. Op deze manier hebben wij meer en dieper inzicht in het beweeggedrag van deze kinderen. Net als vorig jaar kost het onderzoek jullie in principe geen tijd. Uiteraard zullen we de uitslagen met jullie delen.

Zouden jullie ons hierbij willen helpen? Het is mogelijk om een gesprek in te plannen zodat we het een en ander kunnen toelichten.

We horen het graag van jullie.

Met vriendelijke groet,

Marieke Obbes

PHASE onderzoek

Fontys Sporthogeschool

Teun Remmers

Onderzoeker PHASE onderzoek

PhD at Maastricht University

Bijlage 3B: Brief ouders

Beste ouder(s)/verzorger(s),

De school van uw kind is uitgekozen om met zijn leerlingen van groep 8 mee te doen aan een uniek wetenschappelijk onderzoek: het PHASE project. De school van uw kind is akkoord en onderschrijft het belang van dit onderzoek.

U wordt dus bij deze van harte uitgenodigd om samen met uw kind en zijn/haar klasgenoten mee te doen. Het onderzoek is van de Universiteit Maastricht in samenwerking met de gemeente 's-Hertogenbosch, en probeert erachter te komen hoe de omgeving moet worden ingericht om beweging bij kinderen te stimuleren. Denk dan bijvoorbeeld aan speelmogelijkheden of veiligheid van uw buurt of school. Vorig jaar hebben al zo'n 350 kinderen (ook van deze basisschool) meegedaan aan het PHASE onderzoek, en worden in het voorjaar van 2017 opnieuw gemeten op de middelbare school. De metingen waar we nu uw kind voor uitnodigen zijn extra onderdeel daarvan.

De overgang van de basisschool naar de middelbare school is een belangrijke fase in de ontwikkeling van het beweeggedrag van uw kind. Niet alleen de school maar ook bijvoorbeeld de omgeving, vrienden, en interesses kunnen in deze periode namelijk allemaal veranderen. Omdat deze fase voorspellend is voor de ontwikkeling van de gezondheid van uw kind, is het belangrijk dat onderzoekers het bewegen van kinderen en hun omgeving meten. Deze gegevens leveren unieke en erg belangrijke informatie op over hoe de omgeving en de gezondheid van kinderen zich ontwikkelt, en welke rol de omgeving daarin heeft. Bovendien geeft het gemeentes inzicht over hoe de omgeving 'beweegvriendelijk' in te richten.

Om de hoeveelheid beweging en de omgeving van uw kind goed in beeld te brengen, maken we gebruik van innovatieve technologie, in de vorm van een kleine beweegmeter en een GPS meter. Kinderen dragen deze kleine kostbare meters voor 1 week de hele dag bij zich. De apparaten hinderen kinderen niet en ze meten volledig automatisch.

Wat vragen we u concreet te doen?

- We vragen uw kind om begin 2016 (groep 8) en begin 2017 (brugklas middelbare school) mee te doen aan deze meting. U kunt de meting vergelijken met het dragen van een stappenteller. Uw kind krijgt duidelijke instructies hoe de meters te dragen.
- Om de gegevens die de meters opgeslagen hebben nog beter te kunnen begrijpen, vragen we uw kind om secuur een dagboekje in te vullen.
- Na de meting zullen u en uw kind worden uitgenodigd voor het plannen van een interview van maximaal 30 minuten met u en uw kind, om wat extra vragen te beantwoorden over de tijd dat uw kind de meters droeg.

We vragen u en uw kind om toestemming om mee te doen aan dit project. Als u en uw kind willen meedoen, verzoeken wij u vriendelijk het toestemmingsformulier volledig in te vullen op <https://tinyurl.com/aanmelden-phase>. Mocht u niet over internet beschikken kunt u de onderzoeker via onderstaande contactgegevens bellen, dan zorgen we dat u een formulier opgestuurd krijgt.

Als dank voor volledige deelname krijgen alle deelnemende kinderen een cadeaubon van €10,-.

Bedenkt u zich eens rustig of u en uw kind hieraan willen meedoen. Deelname is helemaal vrijwillig. Ook als u toestemming geeft, kunt u die altijd weer intrekken zonder daarvoor een reden op te geven. De Medisch Ethische Toetsingscommissie van de Universiteit Maastricht is van oordeel dat dit onderzoek niet onder de wet medisch-wetenschappelijk onderzoek (WMO) valt, omdat mensen niet worden onderworpen aan handelingen en hen geen gedragswijzen worden opgelegd. Deze commissie heeft geen bezwaar tegen het uitvoeren van dit onderzoek. Alle medewerkers die betrokken zijn bij het PHASE project houden zich aan de Code Goed Gedrag van de Federatie Medisch Wetenschappelijke Verenigingen.

Privacy van zowel deelnemende kinderen als ouders zijn volledig gewaarborgd. Alle informatie zal uiterst vertrouwelijk worden behandeld. De persoonsgegevens zullen bijvoorbeeld worden vervangen door een codenummer. In het verdere onderzoek zal geen gebruik worden gemaakt van persoonsgegevens, maar van dit codenummer. Alleen de onderzoeker van de Universiteit Maastricht heeft toegang tot de sleutel van deze codenummers. De anonieme gegevens uit de vragenlijsten en metingen zullen voor 10 jaar na de laatste meting worden bewaard. Alleen de onderzoekers van de Universiteit Maastricht krijgen inzicht in de gegevens. U en uw kind hebben het recht om de gegevens op te vragen en te laten verwijderen.

Als u meer informatie wilt over het project of nog vragen heeft, kunt u tijdens kantooruren gerust contact opnemen met Teun Remmers via de contactgegevens onderaan deze brief.

We hopen u en uw kind te mogen verwelkomen als deelnemers van het PHASE onderzoek.

Met vriendelijke groet,

Teun Remmers, onderzoeker Universiteit Maastricht

phase-onderzoek@maastrichtuniversity.nl

www.phase-onderzoek.nl/maastricht

Meteen aanmelden? Ga naar

<https://tinyurl.com/aanmelden-phase>



Bijlage 4: Onderzoeksprocedure



Bijlage 5: Ethische overwegingen

Ethische bedreiging	Mogelijke oplossingen	Uiteindelijke keuze & motivatie daarvan
De kinderen doen uit vrije wil mee, waarbij toestemming gegeven moet worden gevraagd aan de ouders.	- De toestemming kan gevraagd worden door middel van een brief die meegegeven wordt aan de ouders waarbij zij een handtekening moeten zetten voor akkoord. - De ouders kunnen hun kind online opgeven en tevens een toezegging geven voor deelname.	Er is gekozen om de ouders de kinderen online op te geven en daarmee tevens toestemming van deelname geven. Dit is gekozen omdat de technologie van tegenwoordig hoog is, waarbij er wordt verwacht dat briefjes terugbrengen met handtekening stroever verloopt dan wanneer de ouders dit online via de computer / smartphone kunnen doen.
De privacy van de deelnemers wordt gegarandeerd en individuele onderzoeksgegevens worden niet gedeeld met derden.	- Alle gemeten data wordt op een OneDrive of Dropbox waarbij meerdere betrokken bij kunnen komen. - Alle gemeten data wordt verzameld op een persoonlijk account van de Universiteit van Maastricht waar enkel één onderzoeker recht van inzage in heeft.	Er is gekozen om alle data te verzamelen op een persoonlijk account van de Universiteit van Maastricht omdat dit de hoogste betrouwbaarheid genereert.
Enkel onderzoeksgegevens die legitiem zijn voor het beantwoorden van de onderzoeksvraag worden verzameld en kwetsende vragen worden vermeden.	- Het interview is door de interviewer voorafgaand aan het verzamelen van de data geoefend bij een ouder en kind in de omgeving (pilot). - Er wordt gevraagd aan medestudenten / docenten wat zij vinden van de vragen en dit aanpassen	Er is gekozen om een pilot van het interview uit te voeren. Dit is gekozen omdat het werkelijk uitvoeren van een interview nog vaak onderschat wordt. Zaken waar tegenaan wordt gelopen binnen deze doelgroep kunnen op deze manier voortijdig ontlopen worden.
De onderzoeksgegevens worden geanonimiseerd voor analyse en bewaring.	- Bij aanvang van het verzamelen van de data kan er niet naar de naam gevraagd worden en wordt heel het interview anoniem uitgevoerd. - De aanvang van het verzamelen wordt er niet anoniem omgegaan met de data. Wanneer de verwerking van de data plaats vindt, worden alle individuen omgezet in een respondentnummer.	Er is gekozen om de data in eerste instantie niet anoniem te verzamelen maar pas wanneer de data geanalyseerd wordt, worden de individuen omgezet in respondentnummer. Dit is vanwege het feit dat de deelnemers in eerste instantie zich meer betrokken voelen wanneer ze aangesproken worden met haar/zijn naam. Er wordt de deelnemers wel verteld dat nadat alle data verzameld is, dit wordt omgezet naar respondentnummers.

