

Minor Leefstijlcoach

Coördinator ontwikkeling: Wim Wieringa

Coördinator uitvoering: Cuny de Nie

Wim Wieringa

Rob Oudkerk

Lectoraat Leefstijlverandering bij Jongeren, Haagse Hogeschool, Den Haag

Samenvatting

Het Lectoraat Leefstijlverandering bij jongeren biedt studenten de kans met de problematiek van overgewicht aan de slag te gaan. Daarvoor is een minor Leefstijlcoach ontwikkeld.

In dit artikel wordt op de ontwikkeling en de uitvoering van de eerste versie van de minor Leefstijlcoach terug gekeken. In de beschrijving van *Het Proces* valt op dat het lectoraat zoekt naar een plaats tussen academies, die uiteindelijk de minor zullen moeten overnemen.

In *De inhoud* komt aan de orde hoe doelen van de minor en de behoefte van het lectoraat om onderzoek te doen zich tot elkaar verhouden.

In *PR en Inschrijving* blijkt, dat de start van de minor en de inschrijving van de studenten afhankelijk is van de manier waarop medewerkers hun werk opvatten in relatie tot regelingen in de hogeschool.

Bemensing en begroting is de paragraaf waarin wordt beschreven hoe externe deskundigen door de hogeschool tegemoet worden getreden.

De spanning tussen behaalde competenties en het slagen van studenten is het onderwerp van *Resultaten*.

Het Vervolg handelt over de ontwikkelingen die de minor in de komende jaren nog zal doormaken.

Dit artikel is geschreven met het doel discussie op te roepen over de plaats van lectoraatsminor in de hogeschool en het onderzoeksklimaat dat daarmee kan samenhangt. Onderstaande vraag is een voorbeeld van een vraag die in *Discussie* wordt gesteld

Inleiding

Over de problematiek van overgewicht en obesitas is veel gepubliceerd. Zie daarvoor o.a. het artikel "Gezondheidsbeleving bij kinderen met betrekking tot overgewicht" van Gwendell Foendoe Aubel e.a. ([bijlage 1](#))

Het Lectoraat Leefstijlverandering bij Jongeren van de Haagse Hogeschool stelt zich ten doel om in de regio Den Haag een bijdrage te leveren aan de terugdringing van het probleem. Dat moge blijken uit de missie van het Lectoraat: "Het Creëren van meer maatschappelijke '*Sense of Urgency*' m.b.t. primaire en secundaire preventie van overgewicht bij jongeren d.m.v. '*Education Permanente*'".

De Haagse Hogeschool heeft in haar beleid t.a.v. de lectoraten uitgesproken, dat lectoraten geacht worden onderwijs te ontwikkelen voor de studenten.

Om studenten de kans te bieden daadwerkelijk met de problematiek van overgewicht aan de slag te gaan, besloot het Lectoraat meteen na de oprichting in 2007 te onderzoeken of het ontwikkelen van een minor zinvol en haalbaar was. Eind 2007 werd die vraag bevestigend beantwoord en werd een start gemaakt met de ontwikkeling en aanvraag van een minor "Leefstijlcoach".

De bedoeling was om de studenten in april 2008 al op te roepen tot inschrijving voor deze minor, die zou worden uitgevoerd in het tweede blok van het cursusjaar 2008/2009.

Met dit artikel willen de schrijvers de ervaringen die met de ontwikkeling en de uitvoering van de minor "Leefstijlcoach" zijn opgedaan, onder de aandacht brengen van geïnteresseerden binnen de Haagse Hogeschool.

Een belangrijke bron van informatie vormt de evaluatie van de minor in maart 2009 ([bijlage 2](#)).

In dit artikel komen aan de orde: het ontwikkelproces, het resultaat na uitvoering zoals in de evaluatie onderzocht, het vervolg op de eerste minor en discussiepunten voor de Haagse Hogeschool als geheel en het Lectoraat in het bijzonder.

Het Proces

1. Plaatsbepaling van de minor "Leefstijlcoach" binnen de Haagse Hogeschool **Multidisciplinaire aanpak**

De minor kon voor de uitvoering worden gekoppeld aan een academie of aan het lectoraat zelf.

Koppeling aan een academie zou het voordeel opleveren dat de minor direct kon steunen op een onderwijsorganisatie: handig voor rooster, de invoering van studiepunten, het inroosteren, etc. Daar is niet voor gekozen.

De kenniskring kwam al snel tot de conclusie, dat het probleem van overgewicht gebaat is bij een aanpak vanuit verschillende disciplines. De leden van de kenniskring vertegenwoordigen diverse vakterreinen: opleidingen basisonderwijs en bewegingsonderwijs, bewegingstechnologie, ICT, communicatie en marketing, facilitaire dienst, voeding en diëtetiek. De kenniskring had er dan ook behoefte aan een stevig stempel op de inhoud van de minor te drukken.

Koppeling aan het Lectoraat

Daarom is besloten de minor voorlopig onder beheer van het Lectoraat als een hogeschoolbrede minor aan te bieden. Voorlopig, want het is uiteindelijk de bedoeling dat de minor onder beheer komt van een academie. De Academie voor Gezondheid, opleiding Voeding en Diëtetiek, is daarvoor (naast b.v. Halo en Pabo) een geschikte kandidaat. Toenadering vanuit het Lectoraat tot de Academie voor Gezondheid heeft slechts beperkt tot samenwerking geleid. Wel heeft inmiddels een flink aantal derdejaars studenten van Voeding en Diëtetiek de weg naar de minor gevonden. Om dat mogelijk te maken, heeft het Lectoraat besloten de minor ook in het eerste blok van het cursusjaar 2009/2010 aan te bieden. De grote deelname van studenten van Voeding en Diëtetiek is op zich al reden genoeg om samenwerking met de Academie voor Gezondheid te blijven nastreven.

Uitvoerend coördinator

Gevolg van de keuze om de minor onder beheer van het Lectoraat uit te voeren, leverde een personeel probleem op. Hoewel het de bedoeling is, dat kenniskringleden colleges in de minor verzorgen, ging het te ver om de hele uitvoering binnen de aanstellingsomvang van de kenniskringleden te realiseren. Dat zou ten koste gaan van onderzoeksactiviteiten van het Lectoraat. Daarom is een uitvoerend coördinator aangetrokken, die tevens de coaching van de studenten voor haar rekening nam. Dit was makkelijk binnen de begroting te verwezenlijken.

Daarnaast vervult het bureau van de Lectoraten ondersteunende activiteiten, b.v. bij het inschrijven van studenten en het invoeren van studiepunten in het studentenregistratiesysteem (Osiris). Het vergde even tijd om tot samenwerking te komen; het was in ieder geval voor de kenniskring een nieuwe constructie om in te werken.

2. Eisen van de Haagse Hogeschool

De Dienst Onderwijs en Studentzaken (OSZ) controleert de ontwikkeling van (nieuwe) minors die hogeschoolbreed via de Minorcatalogus worden aangeboden. De eisen waaraan moet worden voldaan, staan genoteerd in stukken die van de medewerkers-site kunnen worden gedownload. Belangrijk is

de Minornotitie (23 febr 2006), waarin o.a. een format voor het beschrijven van een minor en de eisen van het Haags Kader i.v.m. accreditatie zijn te vinden. Daarnaast is het format voor het aanleveren van informatie voor de Minorcatalogus een handig middel om tot een compacte en volledige beschrijving van de minor te komen.

Spannend

De ambitie van het Lectoraat om de minor voor de cursus 2008/2009 in de minorcatalogus te geplaatst te krijgen, leverde nogal wat tijdsdruk op. Het ging erom spannen of de inleverdatum wel gehaald kon worden.

De aanvraag voor de minor werd gehonoreerd en de soepele houding van de dienst OSZ stond garant voor opname in de minorcatalogus.

De Inhoud

Drie leden van de kenniskring hebben na brainstorm een conceptset aan competenties geproduceerd. De kenniskring heeft de competenties vastgesteld.

Coachen

Het zwaartepunt is komen te liggen op leren coachen van jongeren. Alle te verwerven competenties en te behalen kennisdoelen staan ten dienste van het leren coachen op leefstijl, zoals het kunnen hanteren van interventies en kennis over de fysiologische processen achter energiebalans ([bijlage 3](#)).

Opportunistisch

Op zoek naar mogelijkheden om een omvangrijk onderzoek te doen op een aantal basisscholen, heeft de kenniskring het oog laten vallen op studenten van de minor. Een aantal studenten heeft ervoor gekozen aan het onderzoek van de kenniskring mee te doen. Door deelname aan het onderzoek zouden de studenten de in de minor geëiste competenties moeten kunnen behalen. Gezien de aard van de onderzoeksactiviteiten en het gebrek aan coachactiviteiten bleek dat onmogelijk (zie ook: Resultaten).

Onderzoeksklimaat

De conclusie kan worden getrokken dat de minor is gebruikt om onderzoek op grotere schaal mogelijk te maken. Als deze aanpak het resultaat is van de ambitie van de Haagse Hogeschool om op HBO-niveau onderzoek door lectoraten te entameren, dan rijst de vraag of het onderzoeksklimaat op de Haagse Hogeschool het toelaat dat minoren hiervoor worden gebruikt. De kenniskring vraagt zich af hierover op beleidsniveau wordt nagedacht. De uiterst beperkte deelname van docenten en studenten aan de "OnderzoekswEEK 2009" is een extra stimulans om tot beleid voor een goed onderzoeksklimaat te komen.

Kort

Voor het uitvoeren van een omvangrijk onderzoek duurt een minor relatief kort: tien weken. Het is niet perse nodig dat een student fulltime met onderzoek bezig is, maar afhankelijk van het onderzoek, kan een langere beschikbaarheid van studenten gewenst zijn.

PR en inschrijving

Nadat de aanvraag door de dienst OSZ was gehonoreerd, moesten voorlichting en reclame voor een inschrijving van minimaal 15 studenten.

De Minormarkt wordt georganiseerd om alle studenten van de Haagse Hogeschool de kans te geven zich te informeren over de aangeboden minors.

Moorkoppen

De kenniskring verscheen op de minormarkt (april 2008) met de tegendraadse lokker van 50 moorkoppen. Dat viel op.

Jammer het daarom, dat de markt was weggestopt in het atrium van de rugzak, waardoor studenten beperkt werden bereikt. Dit jaar (april 2009) in de foyer was de aanloop veel groter.

Leden van de kenniskring hebben daarnaast voorlichting gegeven aan de studenten van hun eigen academie. Dit soort voorlichting leverde een opmerkelijk aantal studenten op.

Handmatig

Via de Minorcatalogus kan binnen bepaalde periodes door studenten in Osiris worden ingeschreven. Regelingen kloppen echter niet altijd met de werkelijkheid van de studenten. Opleidingen werken bijvoorbeeld met toestemmingsprocedures, die geen gelijke tred houden met het tijdpad van de Minorcatalogus. Inschrijven voor een hogeschoolbrede (lectoraats)minor vergt soms nogal wat doorzettingsvermogen van de student. Om de wens van de studenten te kunnen honoreren blijft het belangrijk dat de coördinator/contactpersoon van de minor goed bereikbaar is en indien nodig zorgt voor handmatige inschrijving eventueel buiten de inschrijfperiodes om. Uiteindelijk hebben 18 studenten de minor Leefstijlcoach gevolgd.

Bemensing en begroting.

Toen duidelijk werd dat er voldoende inschrijvingen waren om de minor daadwerkelijk te kunnen uitvoeren, konden docenten worden aangetrokken.

Genant

Deskundigen zijn deels binnen de Haagse Hogeschool te vinden, maar bepaalde specifieke knowhow en praktijkkennis moeten in het werkveld gezocht worden. Uitgangspunt voor de lectoraten is o.a., dat zij communiceren met en iets betekenen voor het werkveld in de regio.

De coördinatoren gingen dus op zoek naar hooggekwalificeerde gastdocenten.

Die zijn te vinden bij o.a. de GGD Den Haag, het RIVM en TNO. Tot onze verbazing bleek het hogeschoolbeleid er niet op gericht te zijn deze deskundigen een redelijke vergoeding te bieden voor de voorbereiding en de uitvoering van hun gastcolleges.

Richtlijn was gastdocenten te verleiden tijd vanuit hun functie ter beschikking te doen stellen. Mocht dat niet lukken, dan moest volstaan worden met een cadeaubon. In het uiterste geval kon een zo beperkt mogelijk aantal uren a €50.- per uur gedeclareerd worden. Bij onze verzoeken aan externe deskundigen geneerden wij ons voor de krenterigheid die de Haagse Hogeschool op dit punt uitstraalt.

Inzet

Gezegd moet worden dat de gastdocenten zich bijzonder hebben ingezet en door de studenten hoog gewaardeerd zijn. Dat blijkt uit zowel de voorbereiding als de uitvoering van hun colleges. Zij zullen opnieuw benaderd worden voor de minor 2009/2010.

Resultaten

1. Evaluatie van de doelen

- a. Ervan uit gaande, dat 17 van de 18 studenten de toetsing op voldoende wijze hebben doorstaan, kan worden aangenomen, dat studenten de gevraagde competenties hebben verworven. Dat is echter te kort door de bocht: uit de evaluatie blijkt dat de toetsing niet volledig dekkend is, want de studenten geven aan beperkt in staat te zijn interventies te hanteren en zich onvoldoende competent te voelen om de problematiek in de praktijk aan te kunnen pakken.
- b. Merkwaardig is, dat studenten in de evaluatie desgevraagd aangeven de gevraagde competenties te hebben verworven. Conclusie van de coördinatoren is, dat niet waar kan zijn, omdat studenten bij andere vragen tegengestelde antwoorden geven (zie a). Zij spreken zichzelf tegen.
- c. Door deelname aan het onderzoek "Gezondheidsbeleving bij kinderen met betrekking tot overgewicht" hebben dertien studenten een andere route gevolgd dan de overige minorstudenten. Zij hebben geleerd een focusgroep-interview te houden met kinderen, zij hebben meegedacht over de te stellen vragen, zij hebben geleerd de resultaten van het interview vast te leggen, zij hebben geleerd het onderzoek te organiseren. Onderzoek doen stond voor hen centraal. Zij hebben zich minder met de praktijk van kinderen met overgewicht bezig kunnen houden dan de andere studenten. Aan coachen van jongeren zijn zij niet toegekomen. Toch hebben zij de minor afgerond: deelname aan onderzoek van de kenniskring heeft in de beoordeling compensatie opgeleverd.
- d. De studenten geven in de evaluatie aan behoefte te hebben aan meer en eenvoudiger meettechnieken om bewegingsintensiteit te meten.
- f. Een tegenvaller is, dat studenten aangeven dat ze onvoldoende gebruik hebben gemaakt van de formatieve toets. Daarmee kunnen ze zelf hun kennis toetsen, daarop feedback krijgen om vervolgens de kennislacunes zelfstandig op te vullen. Aan de formatieve toets waren niet direct punten verbonden. Het lijkt erop dat studenten niet voldoende intrinsiek zijn gemotiveerd om de formatieve toets te benutten.

2. Evaluatie van de uitvoering.

- a. De studenten zijn positief over de manier waarop de minor is uitgevoerd los van deelname aan het onderzoek "Gezondheidsbeleving bij kinderen met betrekking tot overgewicht". Er wordt positief gescoord op organisatie (dit ondanks de roosterproblematiek), informatie, begeleiding en het ingaan op vragen. Daarin vinden we bevestiging voor de aanstelling van een uitvoerend coördinator en coach.
- b. Minor en onderzoek. De studenten zijn negatief over de uitvoering van het onderzoek "Gezondheidsbeleving bij kinderen met betrekking tot overgewicht". Ze scoren negatief op informatie, organisatie en voorbereiding. Alleen het inspelen op

vragen scoort voldoende; dat was ook hard nodig om de zaak op gang te houden. Het is zeer de vraag of het goed mogelijk is om tijdens een minor van 10 weken samen met de studenten een onderzoek op te zetten en uit te voeren.

Daarnaast was eerder al geconstateerd dat studenten door deelname aan het onderzoek beperkter competenties verwerven dan de minor in principe eist.

Als kenniskringleden willen aansluiten bij de doelstelling onderzoek te versterken op het HBO, dan lopen zij de kans op de Haagse Hogeschool in een spagaat terecht te komen.

Het Vervolg

1. Cursusjaar 2009/2010.

De minor wordt dit cursusjaar tweemaal aangeboden: in blok 1 en in blok 2. Meer dan zestig studenten hebben zich aangemeld. Het grotere succes van de minormarkt 2009 zal daar niet vreemd aan zijn.

2. Overdracht.

Komend cursusjaar zal de kenniskring voorbereidingen moeten treffen voor de overdracht van de minor naar een Academie. Kunnen de uitgangspunten voor de minor gewaarborgd worden als een Academie haar eigen uitgangspunten zal hanteren?

3. Nascholing

In het werkveld rijst de vraag of scholing, zoals die in de minor wordt aangeboden, voor werkers in het veld beschikbaar kan komen. Het lijkt verstandig de markt daarvoor te verkennen. Mogelijk kan worden aangesloten bij het professionaliseringsaanbod van Academies.

4. Master

In ontwikkeling is de Master Leefstijlconsulent. De aansluiting van de minor op de master verdient nog aandacht.

Discussie

1. Binnen het Lectoraat Leefstijlverandering bij Jongeren

- Is het gezien de behoefte om studenten te laten deelnemen aan onderzoek van de kenniskring, te overwegen een onderzoeksminor op te zetten.
- Hoe kan het lectoraat de minor overdragen aan een Academie en de uitgangspunten daarin handhaven?

2. Hogeschoolbreed

- Hoe wil de Haagse Hogeschool hoog gekwalificeerde buitenstaanders honoreren?
- Het is de vraag of het goed mogelijk is om tijdens een minor van 10 weken samen met de studenten een onderzoek op te zetten en uit te voeren. Zijn er voorbeelden te vinden binnen de hogeschool waaruit blijkt dat is nagedacht over een minorperiode van een half jaar, waarin twee minoren naast elkaar draaien?
- De Dienst Onderwijs en Studentzaken heeft een te downloaden document geproduceerd over de plaats van de minors in het rooster: **Argumenten voor de herziene roostering van minors: Roostering minors** ([bijlage 4](#)). Het is frappant dat de Dienst met geen woord rept over de koppeling van minoren aan lectoraten cq aan onderzoek door lectoraten, terwijl de minoren de mogelijkheid tot omvangrijk onderzoek zouden kunnen bieden. Moet de dienst niet het voortouw nemen om hierover na te denken of ontbeert ook de dienst een duidelijke door het College van Bestuur geformuleerde visie op onderzoek op de Haagse Hogeschool?
- Is de Haagse Hogeschool bereid de consequenties te trekken uit de ambitie om onderzoek in het HBO te versterken?

- Moet de mogelijkheid geopend worden voor studenten om te kiezen voor zoiets als een “onderzoeksmenor” gekoppeld aan een lectoraat?
- Kunnen in de minor te verwerven competenties worden aangepast aan het doen van onderzoek dat gekoppeld is aan een lectoraat?

Bijlagen

Bijlage 1

Artikel Gezondheidsbeleving bij kinderen met betrekking tot overgewicht: ***Inleiding.***

Bijlage 2:

Uit het Verslag Eindevaluatie Minor Leefstijlcoach: ***3. Adviezen voor de volgende editie van de minor***

Bijlage 3:

Minorbeschrijving met competenties

Bijlage 4:

Roostering Minors

Artikel Gezondheidsbeleving bij kinderen met betrekking tot overgewicht

Inleiding

Overgewicht en obesitas vormen wereldwijd een groeiend probleem. Met name in de Verenigde Staten en Spanje is het aantal volwassenen en kinderen met overgewicht ($25 < \text{Body Mass Index} < 30$) en obesitas ($\text{Body Mass Index} > 30$) de laatste jaren sterk gestegen. Nederland loopt in vergelijking met deze landen achter, maar ook hier is sprake van een explosieve stijging. Het percentage kinderen van zeven jaar en ouder dat te dik was in de periode 2002-2004 is ten opzichte 1997 sterk gestegen en soms zelfs verdubbeld. Het percentage kinderen met ernstig overgewicht is in diezelfde periode ook sterk toegenomen en op sommige leeftijden zelfs meer dan verdrievoudigd ⁽¹⁾. Volgens Hirasings (2007) zijn dikke kinderen van nu zwaarder dan dat de dikke kinderen van 15 jaar geleden waren.

Opvallend is dat groepen met verschillende etnische achtergronden duidelijke verschillen in prevalentie van overgewicht laten zien (de Wilde et al, 2008). Autochtonen in Den Haag vertonen bijvoorbeeld duidelijk minder overgewicht dan allochtonen. Echter, binnen de groep allochtonen zien we verschillen. Hindostanen zitten op hetzelfde niveau als autochtonen, terwijl in de Turkse gemeenschap vaker overgewicht voorkomt. Al met al varieert het percentage kinderen met overgewicht, afhankelijk van de etnische achtergrond, op dit moment tussen de 15 en 30%.

Overgewicht en obesitas vormen een probleem om onder andere medische redenen. Er zijn duidelijke correlaties gevonden tussen enerzijds overgewicht en anderzijds diabetes type 2, gewrichtsproblemen, kanker en hart- en vaatziekten zoals hypertensie en verhoogde cholesterol (Seidell et al, 2007). Daarnaast komen dyslipidemie en abnormaliteiten in de linker ventrikel van het hart voor (Reilly, 2003). Ook is er een verhoogde kans op diabetes type 1 en ontstekingen en abnormaliteiten van de voetstructuur (Reilly, 2003). Behalve aan de medische consequenties lijden mensen met overgewicht ook onder de sociaaleconomische, psychische en psychiatrische gevolgen (Reilly, 2003). Jeugdobesitas is waarschijnlijk een grote oorzaak van ziekte tijdens volwassenheid, maar levert ook een substantiële bijdrage aan ziekte tijdens de kinderjaren.

De directe oorzaak van overgewicht is duidelijk. Er is sprake van een dysbalans in de opname en het verbruik van energie. Er worden meer calorieën ingenomen dan verbruikt. De onderliggende redenen hiervoor zijn onderwerp van onderzoek. Zo zijn er sterke aanwijzingen dat het eetgedrag van de moeder tijdens de zwangerschap een sterke invloed heeft op de ontwikkeling van overgewicht bij haar nakomelingen (Kral et al, 2006; Bayol et al, 2007). Ook de hoeveelheid calorieën die een persoon tijdens zijn baby- en peuters tijd krijgt, lijkt hier sterke invloed op te hebben (Benysheck, 2007; Maurage, 2008; Monteiro, 2003; Samaras, 2005). Deze gegevens pleiten voor interventies bij zeer jonge kinderen en hun moeders. Echter, op dit moment hebben kinderen buiten deze leeftijdscategorie te maken met een grote toename van overgewicht. Zolang er geen veilige medicijnen of andersoortige ingrepen beschikbaar zijn, lijkt het veranderen van leefstijl bij deze groep de beste manier om overgewicht via preventie aan te pakken.

Het is belangrijk dat een interventie om de leefstijl van kinderen te veranderen aansluit bij de belevingswereld van het kind. Onder belevingswereld wordt verstaan: de wijze waarop iemand de werkelijkheid ervaart. Tussen volwassenen en kinderen bestaat op een aantal

punten een groot verschil in de belevingswereld. Het zou kunnen dat dit ook het geval is op het gebied van gezondheid, bewegen en voeding. Interventies worden altijd ontworpen door volwassenen en dus ook vanuit de belevingswereld van volwassenen. Er bestaat daarom een gerede kans dat als beide leefwerelden niet overeen komen, de interventie niet efficiënt is of beter zou kunnen.

In het kader hiervan is een onderzoek geïnitieerd vanuit het lectoraat "Leefstijlverandering bij Jongeren" van De Haagse Hogeschool dat zich richt op de Haagse regio. Uit eerder onderzoek (van 1999 tot 2007) zijn de volgende conclusies met betrekking tot deze regio naar voren gekomen (de Wilde, 2008). Overgewicht bij Turkse kinderen neemt sterk toe. Daarentegen neemt overgewicht bij Nederlandse meisjes juist af. Bij Marokkaanse en Hindostaanse kinderen lijkt er sprake te zijn van een stabilisatie en in achterstandswijken komt overgewicht vaker voor dan in andere wijken.

Het eerste doel van dit onderzoek is de belevingswereld bij kinderen van 8 t/m 12 jaar van verschillende etnische achtergronden met betrekking tot gezonde voeding en beweging systematisch in kaart te brengen en te relateren aan de hierboven genoemde conclusies. Op basis hiervan zullen voorwaarden voor duurzame interventies worden geformuleerd. Het tweede doel is het inventariseren van eventuele vernieuwende ideeën voor interventies op het gebied van leefstijl, die de kinderen vanuit hun leefwereld naar voren brengen.

Bijlage 2

3. Adviezen voor de volgende editie van de minor

Gedeeltelijk worden hier ook adviezen uit de tussenevaluatie (zie bijlage 2) in opgenomen.

3.1 Algemeen

- Minor voorlopig aan lectoraat blijven koppelen.
- Is koppeling aan grote onderzoeken eigenlijk wel mogelijk? De dienst OSZ meegeven minoren over twee perioden/blokken te laten lopen
- Uitvoerend coördinator handhaven.
- Niveau: derde jaar handhaven.
- Aansluiting zoeken bij deskundigen lectoraat Jeugd en Opvoeding i.v.m. het onderdeel meten van gedrag.
- Meer inzetten op daadwerkelijke bewegingsinterventies: de zaal in, naar buiten, fitnessclub, ICT.
- Studenten moeten leren voedings- en bewegingsprogramma's te maken voor hun coachee.
- Studenten leren meten van BMI, buikomvang en het afnemen van een vragenlijst (op ps-soc-maatsch. aspecten) op de leefstijl en toepassen in hun praktijk.
- Studenten aan het werk zetten met actief interventies opzoeken en overdragen aan de elkaar.

3.2 Coaching

- Coaching door docenten van studenten handhaven.
- Dwingender coachen en confronteren van studenten bij benutten van formatieve toets? Het benadrukken voor studenten 'dit is de kans om te doen wat je wilt'. Een deel van de coaching is daarop gericht: wat wil je onderzoeken en wat wil je bereiken met je coaching. DOEL: studenten proactiever laten werken, sommigen kozen nu vanwege het 'makkelijke' voor het lectoraatonderzoek, zonder bewust te kiezen.
- Meer inzetten op coaching **door** studenten in de praktijk van jongeren met leefstijlproblematiek. Het 'hebben' van een coachee is een vereiste voor ze de minor binnen stappen. Mogelijk ontstaat daardoor meer zicht op samenhang van de stof uit het basisgedeelte.
- Studenten een Plan van Aanpak voor de 10 weken laten maken met behulp van een format. Het PvA is gericht op onze en hun eigen doelen, op coaching en onderzoek. DOEL: Studenten gericht te laten werken, meer bij de les te houden in zelfstudietijd.

3.3 Didactiek

- Rekening houden met instroom vanwege:
 - aanwezige kennis, b.v. Halostudenten hebben al veel fysiologie gehad, Pabo-studenten niet (kansen benutten voor onderlinge instructie)
 - de kans om met individuele studenten meer diepgang te bereiken
- Geen eenzijdig college geven over schoolorganisaties, omdat toevallig een grote groep pabo-studenten deelneemt in de minor. Meer focussen op organisaties in algemeen: B.v. wat doet de Rabobank aan leefstijl. Die is erg actief op leefstijl met personeel.

3.4 Onderzoek

- Steviger inzetten op onderzoeksvaardigheden in de eerste twee weken.

•
•

Bijlage 3

Competenties

Onderstaande aanvraag is inmiddels geaccepteerd en kent een inschrijving van 22 studenten.

Onderdelen minorbeschrijving	Tekst minorbeschrijving
1. * Titel v.d. minor (nederlands / engels)	Minor Leefstijlcoach/Lifestylecoach
2. * Aanbiedende academie / opleiding / lectoraat	Lectoraat Leefstijlverandering bij Jongeren
3. * Contactpersoon voor deze minor (naam, e-mailadres en telefoonnummer)	W.K. (Wim) Wieringa W.K.Wieringa@hhs.nl 070 4458560
4. * Algemene doelstelling	De student verwerft competenties die hem in staat stellen jongeren zowel individueel als in groepsverband te coachen op een route naar een gezonde leefstijl en een daarmee samenhangend gezond gewicht.
5. * Korte weergave inhoud	De minor richt zich op overgewicht, de gevolgen en de aanpak daarvan bij kinderen van 4 tot 18 jaar. Inhouden: • Ontwikkelingspsychologie • Fysieke ontwikkeling, groei • Fysiologie kennis, stofwisseling • Energiebalans, voeding en beweging • Omgevingsfactoren • Groepsdynamica • Communicatie met jongeren, ouders, individuen en groepen. • Coachingstechnieken • Onderzoekstechnieken • Het gebruik van interventies • Gebruik ICT, digitale coach • Gebruik van meetinstrumentarium
6. Samenwerkingspartners	<i>Intern</i> • Academie voor Gezondheid: Voeding en Diëtetiek, Opleiding verpleegkunde. • Academie voor Sportstudies: Halo en Sportmanagement • Academie voor Technology, Management & Design: Bewegingstechnologie • Pedagogische Academie voor Basisonderwijs • Academie voor ICT & Media <i>Extern</i> • Gemeente Den Haag, Gezond gewicht. Hester van Leeuwen • Welzijnsorganisaties Den Haag

	• GGD Den Haag. Irene van de Meer • Arbo • Verzekeringsmaatschappijen • Sportverenigingen • Fitnesscentra • Bedrijfsleven: o.a. Mc Roberts
7. * Beschrijving doelgroep	Studenten van: • Academie voor Gezondheid: Voeding en Diëtetiek, Opleiding verpleegkunde. • Academie voor Sportstudies: Halo en Sportmanagement • Academie voor Technology, Management & Design: Bewegingstechnologie • Pedagogische Academie voor Basisonderwijs • Academie voor ICT & Media • Academie voor Sociale Professions: Sociaal Pedagogische Hulpverlening
8. * Ingangseisen	Derdejaarsstudenten per 1-9-2008 D.m.v. sollicitatie wordt geselecteerd op: • Motivatie • Koppeling aan de beroepspraktijk
9. * Werkvormen	Hoorcolleges, intervisie, projectonderwijs, stageactiviteiten, onderzoeksbegeleiding
10. * Te verwerven competenties en beheersingsniveau (algemeen en beroeps)	Op het gebied van coachen: • De student kan de verschillende aspecten van coaching hanteren. • De student beschikt over een ruim arsenaal aan communicatietechnieken o.a. naar ouders. • De student kan communiceren met en verwijzen naar ter zake doende instanties. • De student kan leerdoelen formuleren. Kennis: • De student heeft kennis van fysiologie en voeding . • De student heeft kennis van de fysieke, de motorische, de sociaal-emotionele en de cognitieve ontwikkeling van het kind. Op het gebied van interventies: • De student kan interventies hanteren op het gebied van beweging, voeding en gedrag. • De student kan interventies beoordelen op hun werking. • De student is vaardig in het gebruiken van meetapparatuur. Reflectie: • De student heeft een onderzoekende houding naar eigen handelen.

11. * Studiebelasting per week	15 studiepunten verdeeld over 10 weken van 40 uur per week
12. * Contactmomenten (aantal dagdelen)	2 dagdelen per week
13. Beschrijving van de toets(en) en minimumeisen voor een voldoende	• Kennistoets (basisgedeelte) • Presentatie ontwikkeling • Portfolio • Werkplek-assessment
14. Leer(hulp)middelen	Literatuur. ICT., gymzaal
15. Minimum- en maximumdeelname	Minimaal 20, maximum 25
16. Periode van uitvoering/startdatum	Semester 1B; Studiejaar 2008-2009
17. * Wijze van evalueren van inhoud en uitvoering	De evaluatieprocedure zal van een van de deelnemende academies 'geleend' worden
18. Bijzonderheden	De minor wordt opgezet als een pilot met een beperkt aantal deelnemers en uitvoerders. Na evaluatie worden besluiten genomen over het vervolg.
19. English abstract	
20. Code (voor OSIRIS)	De OSIRIS-code heeft het volgende format: volgt.



Bijlage 4

Roostering minors.

In de werkgroep logistiek is destijds een voorstel gedaan om in de propedeuse blok 3 in te roosten voor een blok minor en blok 3 en 4 voor een lintminor. Voor de hoofdfase werd het blok vrijgelaten maar werd wel nadrukkelijk gekozen voor een combinatie van blok- en lintminoren.

In de conceptnotitie 'uitwerking van de keuzemogelijkheden binnen het Haags bachelorbeleid' is op grond van de uitkomsten van de tweedaagse werkconferentie gekozen voor het inplannen van vaste timeslots in blok 3 om daarmee de student in de gelegenheid te stellen zijn ontwikkelingsruimte in te vullen. Of en hoe er daarnaast majoronderwijs verzorgd zou worden bleef open.

Daarnaast werden timeslots vastgesteld voor de lintminoren.

Bij nader inzien blijkt dat deze logistieke invulling op een aantal bezwaren stuit:

Voor de student:

1. Een blokminor van 15 sp vult de gehele studielast van het derde blok, dus feitelijk past daar geen majoronderwijs naast. In de hoofdfase worden 45 studiepunten ontwikkelingsruimte geboden. Wanneer de student kiest voor het volgen van blokminors betekent dit dat hij de gehele hoofdfase gedurende periode 3 geen majoronderwijs kan volgen. Dit kan als uiterste consequentie hebben dat geen enkele opleiding in blok 3 majoronderwijs aanbiedt.
Uit de praktijk bij de HU waar ook gekozen kan worden voor blok- en lintminors, blijkt dat zeer weinig opleidingen er voor kiezen lintminors aan te bieden en daarmee bovenstaande geschetste situatie zeker niet denkbeeldig is.
2. De meeste studenten zijn gebaat bij een gelijkmatige studielast. Dit is daarnaast één van de accreditatie-eisen. Een enkele student die toch een surplus op de normale studiebelasting wil, kan gebruik maken van door de Hogeschool aangeboden keuzemodulen, waarmee hij 15 studiepunten van zijn ontwikkelingsruimte kan vullen. Deze lopen als een lint naast het overige onderwijs maar hebben als voordeel dat de eenheden kleiner zijn. Een student is daarmee slechts kortere tijd extra belast.
3. Studenten moeten alle jaren in de hoofdfase tijdens blok 3 in de gelegenheid zijn om hun ontwikkelingsruimte in te vullen. Zij kunnen dat blok geen reguliere stage lopen en zijn dus in het merendeel van de gevallen 'in huis' wat een behoorlijke claim legt op de faciliteiten binnen de hogeschool. Daarnaast wordt de student in een vast stramien gedwongen en biedt dit systeem weinig flexibiliteit voor de student om samen met stage-instellingen tot een door hen beide gewenste invulling te komen. Ook het volgen van minors buiten de Hogeschool wordt daarmee bemoeilijkt.
4. In het vierde jaar zijn studenten bezig met hun afstudeertraject. Het moeten volgen van een minor in het derde blok kan door hen als een inbreuk op dit proces worden ervaren.

Voor de opleiding:

5. Opleidingen hebben door het vaste timeslot van het derde blok weinig flexibiliteit om hun curriculum vorm te geven. Stages moeten daarom heen gepland worden. Het gevolg is dat stage-instellingen gedurende één periode weinig tot geen stagiaires zullen hebben wat in het licht van een tekort aan stageplaatsen in bepaalde sectoren geen gewenste

uitgangssituatie is.

6. Qua personele bezetting heeft deze roostering nogal wat consequenties voor een opleiding.
Er wordt in blok 3 met name personeel ingezet ten behoeve van minoronderwijs. Er vindt slechts in de propedeuse majoronderwijs plaats. Dit kan voor sommige docenten dus leiden tot extreme piek- en dal belastingen.

Daarnaast:

7. Bij de Hogeschool van Utrecht wordt op grond van hun ervaringen nadrukkelijk het advies gegeven niet met blok- én lintminoren te starten. Hun ervaring is dat het veel verwarring schept omtrent het daarnaast al dan niet aanbieden van major onderwijs, een te grote oftewel een te kleine studielast wanneer de student daarnaast majoronderwijs volgt. Ook is onduidelijk op elke wijze de student de door de opleiding vastgestelde timeslots in blok 3 voor de ontwikkelingsruimte moet invullen wanneer hij via lintminors zijn studiepunten al haalt. Dit kan een negatieve werking hebben op de binding van de student aan de hogeschool. Daar wordt zelfs gesproken om in het kader van de eenvoud en beheersbaarheid de vrije keuzemodules af te schaffen. Dit heeft onze voorkeur niet omdat dit studenten juist binnen grenzen wat extra mogelijkheden biedt.

Het nieuwe voorstel luidt als volgt:

Minors worden in blokvorm aangeboden in blok 1 en/of 2. Opleidingen hebben daarmee verspreid over 3 jaar 6 timeslots om studenten hun ontwikkelingsruimte te laten invullen en minors aan te bieden of in het geval van een vraaggestuurd curriculum hebben studenten 6 timeslots over 3 jaar om hun ontwikkelingsruimte in te vullen. Daarnaast houden studenten de mogelijkheid om naast het overige onderwijs vrije keuzemodules te volgen.

Voordelen van dit model:

Voor de student:

1. Studenten hebben meer vrijheid samen met instellingen een stage op maat te ontwikkelen en het werkveld heeft een continu aanbod aan stagiaires.
2. Door dit model hoeft de afstudeerfase niet doorbroken te worden.
3. Een populaire minor kan twee keer per jaar aangeboden worden in twee verschillende blokken, waardoor studenten meer mogelijkheden hebben die betreffende minor te volgen.
4. Wanneer een opleiding de student in de gelegenheid stelt 30 studiepunten ontwikkelingsruimte achter elkaar te plannen, kan de student twee opeenvolgende minors volgen of is in de gelegenheid om zelf een voorstel te doen zijn ontwikkelingsruimte in te vullen met bijvoorbeeld een stage in het buitenland van een half jaar. Ook andere hogescholen bieden vaak minors aan van 30 studiepunten. Deze kunnen dan probleemloos gevolgd worden.
5. In een vraaggericht curriculum heeft de student meer mogelijkheden om zijn route te bepalen.

Voor de opleiding:

6. Een opleiding kan schuiven met de binnen een curriculum vast te stellen momenten voor het invullen van de ontwikkelingsruimte. Daardoor blijft de invulling van het majordeel van de opleiding heel flexibel (bijvoorbeeld een opleiding die een lange stageperiode van een jaar heeft kan dit houden).
7. Een opleiding kan er voor kiezen om de keuzemomenten zodanig te spreiden dat er tegelijkertijd in een ander cohort majoronderwijs aangeboden wordt. Dit zal de personele inzet vergemakkelijken en de piek- en dalbelasting voor docenten verminderen ten opzichte van het eerste model.
8. Er zijn geen piekmomenten of dagen voor wat betreft de roostering. Studenten krijgen niet te maken met een beperking van dubbelroostering en docenten kunnen zowel in het major als in het minoronderwijs ingezet worden. Dit hoeft elkaar niet te bijten omdat het verschillende studentengroepen betreft.
9. De faciliteiten van de hogeschool worden evenwichtig verdeeld over het studiejaar belast. Er is geen sprake van een blok dat alle studenten 'in huis' zijn.

Voorbeeldmatrix:

	1	2	3	4
1			@	
2	X	X O		
3	X	X		
4	X O	X O		

@=minor in de propedeuse van 0-15 studiepunten

X=momenten waarop minors aangeboden worden

O=timeslots opleiding waarin de student bijv. d.m.v. het volgen van minors invulling kan geven