De effecten van Schooljudo op emotionele problematiek bij kinderen

Een afstudeeronderzoek naar de effectiviteit van Schooljudo bij kinderen tussen de 8-12 jaar oud op gebied van emotionele problemen





Auteur: Adon Sharbat

Studentnummer: 340786

Docentbegeleider: Inge Noback

Opdrachtgever: Maurice Topper

Instelling: Academie voor Sociale Studie –Hanzehogeschool te Groningen

Opleiding: Toegepaste Psychologie

Datum: 06-01-2020

# Voorwoord

Deze scriptie is geschreven in het kader van mijn afstudeertraject bij de HBO opleiding Toegepaste Psychologie, aan de Hanzehogeschool in Groningen. Als liefhebber en voorstander van het toepassen van de vechtkunst als hulpmiddel om mensen emotioneel en sociaal beter op weg te helpen, sprak het mij erg aan om dit onderzoek uit te voeren. Ik ben blij om te zien dat Nederland steeds bekender wordt met de vechtkunst en met de voordelen die het met zich mee kan brengen. Als jongvolwassene heb ik zelf kunnen ervaren hoe de vechtkunst mij heeft geholpen om een completer en zelfverzekerder persoon te worden. Ik hoop alleen maar dat Schooljudo hetzelfde kan bereiken met de huidige basisschool generatie.

Dit rapport is bedoeld om inzicht te geven in het Schooljudo programma en de mogelijke effecten ervan op de emotionele ontwikkeling van een kind. Het is bedoeld als evaluatie op het Schooljudo programma, maar ook als introductie op en kennismaking met de wereld van de vechtkunst en de psychologische voordelen ervan.

Voordat ik u kennis laat maken met Schooljudo en dit onderzoeksrapport, wil ik even de ruimte nemen om een aantal personen te bedanken. Allereerst wil ik Schooljudo en mijn opdrachtgever Maurice Topper bedanken. Door de ondersteuning en het meedenken van Maurice, kon ik het meeste halen uit de verzamelde data. Ten tweede wil ik mijn afstudeerbegeleidster, Inge Noback, bedanken voor haar eerlijke en goed onderbouwde feedback op mijn producten. Daarnaast wil ik mijn mede student en afstudeerster, Ella van Keulen, bedanken. Wij zijn samen vaak op pad geweest om de metingen te doen en ik kon altijd steun vinden in het delen van elkaars ervaringen.

Als laatst wil ik in het bijzonder mijn ouders bedanken, die mij te allen tijde hebben ondersteund. In de moeilijke tijden en de makkelijkere tijden. Zij verdienen een speciaal bedankje omdat ik zonder hen hier niet zou zijn gekomen.

Ik wens u veel leesplezier toe.

**Adon Sharbat**

# Samenvatting

Dit onderzoek is voor Schooljudo uitgevoerd om te meten in hoeverre hun interventieprogramma invloed heeft op de emotionele problemen van kinderen tussen 8-12 jaar oud. Het onderzoek is uitgevoerd in het kader van een afstudeertraject voor de studie Toegepaste Psychologie van de Hanzehogeschool te Groningen. Schooljudo heeft een interventieprogramma opgezet waarbij lichamelijke beweging in spelvorm wordt ingezet om te oefenen met ‘skills of life’. Deze zijn gebaseerd op de zeven kernwaarden van Schooljudo: vertrouwen, samenwerken, respect, beheersing, weerbaarheid, discipline en veel plezier. Het doel van het programma is om sociale vaardigheden aan kinderen te leren, groepsdynamiek te verbeteren en om een veilig schoolklimaat te waarborgen.

Om de effectiviteit van het interventieprogramma te meten, is er een pilot onderzoek opgezet. In deze pilot zijn sterktes en zwaktes, angsten en persoonlijkheid van de kinderen in kaart gebracht. Er is echter in dit onderzoeksrapport specifiek toegespitst naar het aspect ‘emotionele problemen’ uit de sterktes en zwaktes vragenlijst. Er is tevens deskresearch gedaan naar bestaande interventiemethoden die emotionele problemen aanpakken. De onderzoeksvraag die hieruit volgt is: *In hoeverre vindt er verandering plaats op het gebied van emotionele problemen bij kinderen, van 8 tot 12 jaar oud, op basisscholen in Friesland, na een Schooljudo programma van 4 weken?*

Om antwoord te kunnen geven op de onderzoeksvraag, is er gebruik gemaakt van de Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ). Deze vragenlijst wordt voorafgaand aan de eerste judoles (interventie) afgenomen (0-meting). Vervolgens vindt de interventie van vier weken plaats. Na de interventie vindt de tweede meting plaats en drie maanden na de tweede meting, vindt de laatste meting plaats. Voor dit onderzoek zijn de verzamelde data van de 0-meting en de tussenmeting met elkaar vergeleken om te kijken in hoeverre er een verschil is in de ervaren emotionele problemen van de deelnemende kinderen (N = 120; jongens = 57, meisjes = 63; gem. leeftijd = 9,6).

Er is een gepaarde t-toets uitgevoerd op de verzamelde data via SPSS. Hierbij zijn de data van de voormeting in vergelijking gezet met de data van de tweede meting. In de resultaten komt naar voren dat er een significant verschil is tussen de 0-meting en de tussenmeting. Dat betekent dat de emotionele problemen van de gemeten kinderen zijn gedaald na de vier weken interventie van Schooljudo. Er is tevens naar voren gekomen dat het gebruik maken van twee verschillende meetinstrumenten (papier of digitaal), geen verschil heeft gemaakt in de uitkomsten van de kinderen.

Hoewel er in de resultaten significante verschillen zijn opgemerkt, kan er niet met zekerheid gezegd worden dat het verschil volledig te danken is aan het Schooljudo interventieprogramma. Een kanttekening bij dit onderzoek is namelijk het gebrek aan een controlegroep. Er is geen controlegroep, dus kan er niet worden uitgesloten dat de waargenomen emotionele ontwikkeling van de kinderen beïnvloed is geweest door externe factoren, zoals bijvoorbeeld natuurlijke ontwikkeling.

Er wordt aanbevolen om dit onderzoek voort te zetten met verbeterde organisatie en planning en een controlegroep om de gemeten data mee te vergelijken. Wat betreft organisatie is het zaak dat Schooljudo alle administratieve en planvaardige taken op zich neemt, opdat de onderzoeker zich slechts hoeft te richten op de afnames en de uitkomsten van de vragenlijsten.

# Abstract

This study is conducted for Schooljudo to test what influence their intervention program has on the emotional symptoms of children from the age of 8 to 12 years. This study is conducted in the context of a thesis for the study Applied Psychology of the Hanzehogeschool in Groningen. Schooljudo has put up an intervention program that uses physical movement in the form of a game to practice with ‘skills of life’. These skills are based on the seven core values of Schooljudo: trust, cooperation, respect, control, resilience, discipline and lots of fun. Het aim of this program is to teach the children social skills, to improve group dynamic and to secure a save school climate.

A pilot study has been set up, to measure the effectiveness of the intervention program. Within this pilot the strengths and difficulties, anxiety and personality of the children will be tested. This report of the study will focus on just the ‘emotional symptoms’ from the strengths and difficulties questionnaire. There has also been done desk research about existing intervention programs that tackle emotional symptoms. The research question that is formed for this study is: *What kind of change occurs in the field of emotional symptoms, for children between the age 8 and 12, at primary schools in Friesland, after an Schooljudo intervention program of four weeks?*

In order to answer this question, the research used a Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ). This questionnaire gets taken before the first judo lesson (intervention). Afterwards, the intervention of four weeks takes place. After the intervention the questionnaire gets taken for the second time, and three months later, the questionnaire gets taken for the last time. For this study only the data of the first and second time will be taken in account. Their data on emotional symptoms will be compared with each other to see if there are any differences within the emotional symptoms of the participating children (N = 120; boys = 57, girls = 63; mean age = 9,6).

Using SPSS, a paired t-test was conducted. The data of the first and second measurement got compared. The results show that there is a significant change between the first and second measurement. This means that the emotional symptoms of the children that were examined decreased substantially after for weeks of intervention. Furthermore, results show that using different kinds of measurement tools (paper or digital), don’t make a difference in the children’s outcomes.

Even though the results of this study show a significant change, it doesn’t mean that the intervention program caused that change. Critique on this study is the lack of a control group. There is no control group to measure against, so the chance that external factors, like natural development, have had their influence on the emotional development of the children, can’t be excluded.

The researcher recommends to continue this study under better organizational circumstances and with a control group to compare data with. Concerning the organization, it is important that Schooljudo takes on any administrative tasks. That way the researcher can focus solely on the research tasks.

Inhoud

[Voorwoord 2](#_Toc29199487)

[Samenvatting 3](#_Toc29199488)

[Abstract 5](#_Toc29199489)

[Hoofdstuk 1: Inleiding 9](#_Toc29199490)

[1.1 Opdrachtgever 9](#_Toc29199491)

[1.2 Aanleiding 10](#_Toc29199492)

[1.3 Relevantie van de opdracht 11](#_Toc29199493)

[1.4 Bestaande interventiemethodes 12](#_Toc29199494)

[1.4.1 Cognitieve gedragstherapie (CGT) 12](#_Toc29199495)

[1.4.2 FRIENDS 13](#_Toc29199496)

[1.4.3 LEAD 14](#_Toc29199497)

[1.4.4 Schooljudo 15](#_Toc29199498)

[1.5 Onderzoeksvraag 17](#_Toc29199499)

[Hoofdstuk 2: Methode 18](#_Toc29199500)

[2.1 Onderzoeksopzet 18](#_Toc29199501)

[2.2 Procedure 18](#_Toc29199502)

[2.3 Respondenten 19](#_Toc29199503)

[2.2 Meetinstrumenten 19](#_Toc29199504)

[2.3 Scoring 20](#_Toc29199505)

[2.4 Analyse 21](#_Toc29199506)

[2.5 Ethiek 22](#_Toc29199507)

[Hoofdstuk 3: Resultaten 23](#_Toc29199508)

[3.1 Beschrijvende statistiek 23](#_Toc29199509)

[3.2 Meetinstrument 24](#_Toc29199510)

[3.3 Emotionele problemen 24](#_Toc29199511)

[Hoofdstuk 4: Conclusie 25](#_Toc29199512)

[Hoofdstuk 5: Discussie 26](#_Toc29199513)

[5.1 Onderzoeksopzet 26](#_Toc29199514)

[5.2 Meetinstrument 26](#_Toc29199515)

[5.3 Organisatie 28](#_Toc29199516)

[5.1 Aanbevelingen 28](#_Toc29199517)

[Literatuur 30](#_Toc29199518)

[Bijlagen 32](#_Toc29199519)

[Bijlage 1: Toestemmingsformulier Schooljudo 32](#_Toc29199520)

[Bijlage 2: Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ) – Nederlandse vertaling 34](#_Toc29199521)

[Bijlage 3: Output analyse uit SPSS 36](#_Toc29199522)

[3.1 Analyse beschrijvende statistiek 36](#_Toc29199523)

[3.2 Analyse emotionele problemen 39](#_Toc29199524)

[3.3 Analyse meetinstrumenten 41](#_Toc29199525)

# Hoofdstuk 1: Inleiding

## 1.1 Opdrachtgever

Schooljudo is een opvoedkundig beweegprogramma dat al 15 jaar actief is en zich bezig houdt met het aanleren van ‘skills of life’ door middel van judolessen bij kinderen van 8-12 jaar oud op school. Er wordt door Schooljudo geen concrete definitie gegeven voor het begrip ‘skills of life’. Het gaat hierbij namelijk om zeven waarden, die Schooljudo centraal heeft staan in haar programma: vertrouwen, samenwerken, respect, beheersing, weerbaarheid, discipline en veel plezier (Schooljudo, 2019). Door actief bezig te gaan met deze waarden, kunnen de kinderen verschillende ‘skills of life’ leren. Een voorbeeld hiervan zou kunnen zijn dat de kinderen leren hoe ze samen kunnen werken in een uitdagende situatie. Daarbij komen waarden zoals samenwerken, weerbaarheid, vertrouwen en respect aan bod. Naast deze ‘skills of life’, zet Schooljudo zich ook in om sociale vaardigheden aan de kinderen te leren, groepsdynamiek te verbeteren en om een veilig schoolklimaat te waarborgen (Schooljudo, 2019).

Dit doen ze aan de hand van hun interventieprogramma. Dit interventieprogramma wordt aan de basisscholen geboden op basis van een eenjarig, driejarig of zesjarig programma. Binnen een jaarprogramma wordt er focus gelegd op één van de bovengenoemde waarden. De rest van de waarden komen tevens aan bod gedurende het jaar, maar de focus ligt op één waarde. Bij een zesjarig commitment worden dus alle zes waarden één keer in het grote licht gezet. Daarbij is veel plezier hebben de overkoepelende zevende waarde (Schooljudo, 2019).

Het interventieprogramma (gebaseerd op één jaar) bestaat uit vier verschillende onderdelen:

* Een Waardenworkshop voor de leerkrachten, gegeven door een Waardenspecialist. Deze workshop wordt voorafgaand aan de eerste les gegeven.
* Een les 0, waarbij de Entertrainer zich voor kan stellen aan de leerlingen. Dit wordt in de klas gedaan. De Entertrainer is de, door Schooljudo aangestuurde, judoleraar of –lerares. Hij/zij zorgt voor de judolessen.
* Judolessen, bestaande uit een programma van vier weken.
* Een jaar lang toegang tot de online leeromgeving van Schooljudo voor de leerkrachten.

De judolessen zijn het onderdeel waarin de meeste interactie plaatsvindt tussen de kinderen en de Entertrainer. In deze judolessen wordt er actief gewerkt met de waarden van Schooljudo. Daarnaast maakt Schooljudo gebruik van twee methodieken, de Duimen Feedback Methode en de Schooljudo Schouderklop (Schooljudo, 2019). Deze methodieken worden gebruikt zodat de kinderen het volgende leren doen:

1. Hun gevoel en mening uiten
2. Kritisch naar zichzelf kijken (reflecteren)
3. Complimenten geven aan zichzelf en aan anderen en complimenten ontvangen

De Duimen Feedback Methode is een manier om direct na afloop van een oefening feedback aan elkaar en de groep te geven. Door de duim te laten zien, kan worden aangegeven door de kinderen of er respectvol samengewerkt is en er dus rekening gehouden werd met elkaars (on)mogelijkheden. Daarnaast kan hierdoor worden aangegeven of de intentie van de oefening goed is uitgevoerd. Een duim omhoog betekent ‘een compliment’, een horizontale duim betekent ‘een kanttekening’ en een duim omlaag betekent ‘een waarschuwing’.

Met de Schooljudo Schouderklop gaat het om het uitdelen en ontvangen van complimenten. Een schouderklop en een duim omhoog geeft aan dat de kinderen de oefening goed hebben afgerond. Deze schouderklop kan op twee manieren worden uitgevoerd: een kind geeft een schouderklop aan een medeleerling om bevestiging te geven dat de medeleerling het goed heeft gedaan. De andere manier is om jezelf een schouderklop te geven. Dit zou moeten helpen met het zelfvertrouwen van het kind.

## 1.2 Aanleiding

Schooljudo is reeds een aantal jaar actief geweest bij veel scholen in Nederland. Momenteel zijn er ruim 400 scholen die zich een Schooljudo-school mogen noemen. Ze proberen hun programma zo bekend mogelijk te maken, zodat het in de toekomst mogelijk internationaal ingezet kan worden. Het programma dient echter wel gecontroleerd te zijn op effectiviteit, indien men Schooljudo op grotere schaal wil toepassen. Om dit te kunnen doen, vindt er eerst een onderzoek plaats om het effect van het Schooljudo programma op kinderen op de basisschool in kaart te brengen. Het doel van het Schooljudo programma is om een significante bijdrage te leveren aan de lichamelijke en de sociaal-emotionele ontwikkeling van de kinderen. Om deze bijdrage van Schooljudo te kunnen meten, is er gekozen om een kwantitatief onderzoek op te starten bij een selecte groep deelnemende basisscholen. De resultaten van het onderzoek dat hieronder zal worden uitgewerkt, geven weer in hoeverre Schooljudo effect heeft op de emotionele ontwikkeling van de kinderen.

Het onderzoek dat Schooljudo heeft opgezet zal zich richten op de sterktes en zwaktes van de kinderen, angstproblematiek en de persoonlijkheid. Deze drie onderdelen geven samen een overzichtelijk beeld van de sociaal-emotionele toestand van een kind. In dit rapport zal echter de focus liggen op één specifiek aspect van deze onderdelen: de emotionele problemen. De reden dat er gekozen is voor de emotionele problemen, is omdat de emotionele toestand erg belangrijk is in de ontwikkeling van een kind. Zo is de kans groter dat leeftijdsgenoten een ander kind accepteren wanneer hij/zij uit een gezinssituatie komt die warmte, begrip en wederkerigheid in de relaties kent (Meij & Ince, 2013). Het zelfbeeld van een kind op de basisschool is vaak gebaseerd op sociale vergelijking met leeftijdsgenoten (Feldman, 2012). Zelfbeeld bestaat uit de opvattingen die een kind heeft over het ik. Vervolgens is er de eigenwaarde, de waardering die het kind aan zijn/haar zelfbeeld geeft; deze waardering is meer emotioneel georiënteerd. De eigenwaarde in de schooltijd is aan verandering onderhevig, omdat de kinderen hun eigen maatstaaf van succes creëren en deze in vergelijking gaan houden met anderen (Feldman, 2012). Aangezien de emotionele ontwikkeling van een kind zo belangrijk is voor het vormen van een positief zelfbeeld en het aangaan van (nieuwe) sociale contacten, is het zeer interessant om erachter te komen in hoeverre emotionele problemen een rol spelen in de ontwikkeling van de deelnemende kinderen. Daarnaast is het interessant om te zien in hoeverre het Schooljudo programma ervoor kan zorgen dat deze emotionele problemen worden verminderd, zodat de kinderen een betere emotionele en sociale ontwikkeling kunnen ondergaan.

## 1.3 Relevantie van de opdracht

De emotionele ontwikkeling is een onderdeel van de algemene psychosociale ontwikkeling van een mens. Als men spreekt van psychosociale problemen, dan kan dat zich voordoen als gedragsproblemen of emotionele problemen (Zeijl, 2005). Gedragsproblemen zijn vaak naar buiten toe gericht en veroorzaken hinder voor anderen. Dit wordt ook wel externaliserend gedrag genoemd. Denk aan agressief gedrag of sociale problemen. Emotionele problemen hebben betrekking tot het interne proces van een mens. Emotionele problemen zijn naar binnen gerichte problemen zoals teruggetrokkenheid, psychosomatische klachten, angsten, depressieve klachten en emotionele reactiviteit (Zeijl, 2005). Angst- en depressiestoornissen vallen ook onder internaliserende problemen. Uit onderzoek van Zeijl (2005) komt naar voren dat 21% van de kinderen tussen 8-12 jaar in Nederland psychosociale problemen ervaart. Van deze groep ervaart 45% van de meisjes en 41% van de jongens internaliserende problemen. In dit onderzoeksrapport worden internaliserende of emotionele problemen onderverdeeld in vijf aspecten: psychosomatische problemen, zorgen maken, ongelukkigheid, zelfvertrouwen en angst. Deze zijn gebaseerd op de vijf items waaruit de schaal ‘emotionele problemen’ bestaat. Psychosomatische klachten zijn lichamelijke klachten als gevolg van een verslechterde psychische of mentale toestand, zoals buikpijn bij stress of hoofdpijn bij overprikkeling. Het aspect zorgen maken spreekt voor zich en betreft de mate waarop een kind over zaken inzit en dus zorgen maakt. Ongelukkigheid betreft de mate waarin een kind zich ongelukkig of in de put voelt. Bij zelfvertrouwen gaat het erom in hoeverre een kind zich zenuwachtig voelt in nieuwe situaties en hoe makkelijk het kind zijn/haar zelfvertrouwen kan verliezen. Het aspect angst betreft hoe snel een kind angst ervaart (GGD Nederland, 2006). Deze komen voort uit de sterkten en zwakten vragenlijst, de SDQ. Meer informatie over de vragenlijst en deze subschaal is te vinden in hoofdstuk 2: Methode.

## 1.4 Bestaande interventiemethodes

Het Schooljudoprogramma is een interventiemethode, die bij kinderen wordt toegepast om een bevordering te bewerkstelligen op fysiek en mentaal vlak van het kind. Het programma is echter nog niet eerder getoetst op betrouwbaarheid, validiteit en effectiviteit. Hieronder worden bestaande en bekende interventiemethoden besproken. Dit zijn interventieprogramma’s die vergelijkbaar zijn met het Schooljudo programma doordat zij een beroep doen op het veranderen en bevorderen van ofwel het fysieke als het mentale van een persoon. Door iets te zeggen over bijvoorbeeld de effectiviteit van deze interventiemethoden, kan er een vergelijking worden gemaakt met Schooljudo en kunnen er voorlopige verwachtingen worden gecreëerd over de effectiviteit van het Schooljudo programma.

### 1.4.1 Cognitieve gedragstherapie (CGT)

Er zijn diverse interventiemethoden die in de praktijk worden gebruikt bij kinderen om emotionele problemen te voorkomen of te verminderen. Cognitieve gedragstherapie (CGT) is één van de meest bekende methoden, die voor zowel volwassenen als kinderen effectief wordt ingezet (Boeting, 2002). Volgens Rooijen (2018) is CGT zelfs de meest evidence based methodiek voor het verminderen en voorkomen van angstproblemen bij kinderen en jongeren; angst is een veelvoorkomend emotioneel probleem.

Bij CGT worden de angstproblemen in stappen behandeld (Rooijen, 2018). Allereerst krijgen de ouders en het kind psycho-educatie. Hierbij wordt er uitleg gegeven over de methode en kunnen eventuele vragen worden gesteld over de behandeling. De volgende stap is het aanleren van copinggedrag. Het gaat dan om het leren van vaardigheden die het kind kan inzetten bij angst (ontspanningsoefeningen, ademhalingsoefeningen). De derde stap heet cognitieve herstructurering. Bij deze stap worden de angstige gedachtes uitgevraagd, uitgedaagd en omgezet in helpende gedachtes. Vervolgens vindt er exposure plaats. Dat betekent dat het kind geleidelijk wordt blootgesteld aan hetgeen het kind bang voor is. Langzaamaan kan het kind zo leren de angst te overwinnen in plaats van telkens te vermijden. Als laatste worden er plannen voor het voorkomen van terugval gemaakt. Dit kunnen terugkomsessies zijn of gesprekken met de ouders en/of het kind op school.

CGT kan zowel in een individuele setting worden toegepast als in groepsverband. Uit onderzoeken van Barrett (1998) en Silverman et al. (1999) bleek dat er een groter percentage kinderen diagnosevrij werd verklaard na afloop van groep-CGT en gezin-CGT dan de individuele CGT. Volgens Boeting (2002) zijn er twee voordelen aan de groep-CGT in vergelijking met de individuele CGT: een beter behandelklimaat en een grotere kosteffectiviteit. Kinderen voelen zich prettiger en veiliger in bijzijn van leeftijdsgenoten; er kan op deze manier worden gezorgd voor een veilig leer en oefen klimaat. Daarnaast kan de tijd van de therapeut op deze manier efficiënter worden ingezet. De therapeut kan namelijk in dezelfde tijd een grotere groep kinderen bereiken.

### 1.4.2 FRIENDS

Een andere methode, die veel gebruikt wordt bij het voorkomen en behandelen van angst- en depressiestoornissen, is het FRIENDS-programma, ontwikkeld door Paula Barrett (2006). Dit interventieprogramma wordt in groepsverband uitgevoerd en helpt kinderen met bijvoorbeeld angstproblematiek om te gaan met hun angsten. In de groep wordt er aandacht besteed aan coping technieken, zoals emotie herkenning en regulatie, ontspanningsoefeningen, cognitieve herstructurering en probleemoplossend denken (Weist et al., 2014). In 2006 schrijft Barrett een evaluatierapport over een longitudinale onderzoek van 36 maanden, waarbij het FRIENDS-programma is toegepast bij kinderen en jongeren in Australië. De participanten van dit onderzoek zijn onderverdeeld in een controlegroep en een interventiegroep. De interventiegroep ondervindt het FRIENDS programma en de controlegroep niet. Bij de interventie worden de kinderen zogenoemde ‘social and emotional skills’ aangeleerd en wordt er bijgedragen aan het bevorderen van het welzijn en de weerbaarheid van een kind (MentalhealthUK, 2016). Het kind leert angsten bij zichzelf te herkennen, positieve gedachten te creëren en emoties te reguleren (Barrett, 2014). Deze vaardigheden worden aangeleerd door middel van spelvormen. Een voorbeeld hiervan is de oefening “Emotion Match Game”, waarbij de kinderen emoties proberen te koppelen aan afbeeldingen van verschillende gezichtsuitdrukkingen. Op deze manier leren ze emoties te herkennen aan de hand van iemands gezichtsuitdrukking. Bij een andere oefening leren de kinderen wat een boom nodig heeft om te groeien (aarde, water, zon etc.). Dit helpt bij het aanleren en ontwikkelen van empathie bij de kinderen. Volgens Barrett (2014) zijn zulke spellen voor de kinderen een betere manier zijn om te leren, dan via de standaard schoolboeken. Bij beide groepen werden angst en depressie symptomen in kaart gebracht. Elke 12 maanden vond er een meting plaats. Uit de resultaten van dit onderzoek blijkt dat er na 36 maanden een significant verschil is tussen de interventiegroep en de controlegroep. Hoge scores op de vragenlijsten, betekent dat er een verhoogd risico bestaat dat de participant angst en/of depressie ervaart. De controlegroep van dit onderzoek scoort significant hoger dan de interventiegroep (Barrett, 2006). Ook uit het onderzoek van Stallard et al. (2006) is er een verschil te zien in angst symptomen en in het zelfvertrouwen bij kinderen van 9-10 jaar oud na het toepassen van het FRIENDS programma op school. Hoewel beide aspecten vooraf aan de interventie vrijwel stabiel waren, was er 3 maanden na afloop van het FRIENDS programma een duidelijke verbetering te zien in angst symptomen en zelfvertrouwen bij de kinderen. Stallard et al. (2006) noemt dat het FRIENDS programma een focus legt op het herkennen en aanpakken van onbehulpzame gedachten die angst veroorzaken of vergroten. Het leren omgaan met deze onbehulpzame gedachtes heeft volgens Stallard et al. (2006) tevens een positief effect op het algemene zelfvertrouwen van het kind en de manier waarop het kind andere zaken, zoals relaties, waarneemt.

### 1.4.3 LEAD

Er zijn naast de bovengenoemde interventiemethoden tevens andere manieren die helpen de algemene mentale gesteldheid te onderhouden en daarbij dus ook de emotionele ontwikkeling te reguleren. De vechtkunst is hier een voorbeeld van. Volgens Woodward (2009) zijn er studies die aangeven dat het beoefenen van een vechtkunst de mentale gezondheid verbetert. Dat houdt in dat woederegulatie wordt verbeterd, het algemene mentale welbevinden wordt bevorderd en minder depressieve klachten en slaapproblemen worden ervaren. Woodward (2009) geeft tevens aan dat het zelfvertrouwen bij overlevenden van borstkanker na 12 weken tai chi (Chinese vechtkunst) te hebben beoefend, is gegroeid. In tegenstelling tot een andere groep patiënten, die traditionele psychotherapie aangeboden kreeg. Bij deze groep was er zelfs sprake van achteruitgang in het zelfvertrouwen.

Lakes (2004) beweert dat het toepassen van vechtkunst programma’s bij jongeren kan helpen met het verbeteren van de zelfregulatie van het kind. Zelfregulatie wordt hier door Lakes (2004) omschreven als: ‘de innerlijke processen van een persoon om zijn eigen gedachtes, emoties en gedragingen aan te kunnen passen’ (p. 284). Lakes (2004) benoemd dat de vechtkunst over het algemeen positieve gevolgen heeft op de gedachtes, emoties en gedragingen van een mens en dus zelfregulatie bevorderd. Onder de affectieve (emotionele) verbeteringen valt bijvoorbeeld een positiever zelfbeeld, een positievere reactie op fysieke uitdagingen, hogere autonomie, emotionele stabiliteit, (hogere) assertiviteit en hoger zelfvertrouwen. Om te testen of een vechtkunst programma positieve uitkomsten kan verzorgen op het gebied van zelfregulatie, is er door Lakes (2004) een evaluatief onderzoek opgezet voor het Leadership Education Through Athletic Development (LEAD). LEAD is gebaseerd op een Koreaanse vechtkunst en is ontwikkeld door Grootmeester Joon Pyo Choi, die meer dan 50 jaar ervaring heeft in de vechtkunst. LEAD is in essentie een interventieprogramma voor jongeren, die het doel heeft om een positieve ontwikkeling teweeg te brengen in het karakter en de zelf regulatie van een persoon. LEAD wordt toegepast op scholen als een onderdeel van het curriculum. Door middel van verschillende meetinstrumenten brengt LEAD de volgende aspecten in kaart: reactie op fysieke uitdagingen, sterktes en zwaktes, aandacht en concentratie en zelfbeeld. Respectievelijk worden deze aspecten gemeten aan de hand van: Response to Challenge Scale (RCS), Strength and Difficulties Questionnaire, Teacher Version (SDQT), Wechsler Intelligence Scale for Children-Third Edition (WISC-III) en de Self-esteem Inventory (SEI). Uit de resultaten van dit onderzoek komt naar voren dat de groep die mee heeft gedaan aan het LEAD programma over het algemeen significant hoger scoort op zelf regulatie dan de controlegroep, die traditionele lichamelijke opvoeding kreeg op school. Dit significante verschil geldt voor alle drie de aspecten van zelf regulatie: cognitieve, affectieve en fysieke zelf regulatie (Lakes, 2004).

### 1.4.4 Schooljudo

Het Schooljudo programma is te vergelijken met het LEAD programma als men kijkt naar de algemene opzet van beide interventieprogramma’s. Het idee achter zowel LEAD als Schooljudo is om vechtkunst op school aan te bieden aan kinderen zodat zij de positieve psychologische effecten van het beoefenen van vechtkunst kunnen ervaren. Daarbij wordt er gebruik gemaakt van verschillende psychologische methodieken (Duimen Feedback Methode en Schooljudo Schouderklop) om de fysieke oefening aan te laten sluiten op de mentale gesteldheid van het kind. Bovendien wordt er bij de judolessen van Schooljudo altijd een koppeling gemaakt met één of meerdere van hun waarden. In de afbeelding (1) hieronder is een voorbeeld te zien van een judoles. De oefening wordt uitgelegd, de koppeling met de fantasie wordt gemaakt, het motorische aspect wordt uitgelicht, maar met name de koppeling met de waarden is hier belangrijk.

![C:\Users\HP\AppData\Local\Packages\microsoft.windowscommunicationsapps_8wekyb3d8bbwe\LocalState\Files\S0\2565\Attachments\Schermafbeelding 2019-10-22 om 16.17.09[4716].png]()

Afbeelding 1: voorbeeld judoles van Schooljudo (Stempelen en terugstempelen) met koppeling aan de waarden.

Hierboven is in de afbeelding te zien hoe één van de judolessen van Schooljudo eruit kan zien. In afbeelding 1 wordt een oefening van het Schooljudo programma uitgelegd met de koppeling die gemaakt kan worden met de Schooljudo waarden. De oefening ‘Stempelen’ is een fysieke oefening die in tweetallen wordt uitgevoerd. Kenmerkend is dat de oefening simpel van aard is, maar wel valt te koppelen aan meerdere waarden. In de eerste kolom staan de instructies van de oefening weergegeven. In eerste instantie wordt de oefening gekoppeld aan een bepaalde (scène uit een) Disneyfilm. Bij ‘Stempelen’ wordt de koppeling gemaakt met het gestoei tussen Nala en Simba, uit de speelfilm De Leeuwenkoning. In deze oefening gaan de kinderen namelijk in tweetallen met elkaar stoeien; de ene pakt de boven positie en vervolgens wisselen ze. In de meest rechterkolom staat de koppeling met de waardes weergegeven. Eén van de koppelingen met de waarde ‘Vertrouwen’ is het omgaan met fysieke tweezaamheid; de kinderen hebben en houden elkaar vast. Een koppeling met ‘Respect’ is dat de kinderen voldoende begrip voor elkaar kunnen tonen en samen zorgen voor (de grenzen van) elkaar. Op dezelfde manier zijn er tevens andere oefeningen ontworpen met uiteraard de koppeling met de waardes.

## 1.5 Onderzoeksvraag

Zoals eerder besproken is dit een onderzoeksrapport gericht op het in kaart brengen van de emotionele problemen van de kinderen op de deelnemende basisscholen. Er is voor dit specifieke kwantitatieve pilot-onderzoek een onderzoeksvraag opgesteld. De hoofdvraag van dit onderzoek luidt als volgt: *In hoeverre vindt er verandering plaats op het gebied van emotionele problemen bij kinderen, van 8 tot 12 jaar oud, op basisscholen in Friesland, na een Schooljudo programma van 4 weken?*

Gebaseerd op besproken literatuur van bestaande interventiemethoden, kan worden gesteld dat het Schooljudo programma, na toepassing, positieve effecten kan hebben op de emotionele ontwikkeling van een kind. De verwachting is dat er een afname plaats vindt in de waargenomen emotionele problemen van kinderen die deelnemen aan het interventieprogramma. Deze verwachting is gebaseerd op de uitkomsten van het longitudinale onderzoek naar het FRIENDS programma, de uitkomsten van het LEAD onderzoek en de positieve uitkomsten van het toepassen van CGT in groepsverband. De methode en de werkwijze van het Schooljudo programma zijn vergelijkbaar met de interventiemethoden die hierboven zijn besproken. Bij de deelnemende kinderen, van 8-12 jaar op Friese basisscholen, wordt er een negatief effect van Schooljudo op emotionele problemen verwacht. Deze hypothese zal in de resultaten beantwoord worden.

# Hoofdstuk 2: Methode

## 2.1 Onderzoeksopzet

Dit kwantitatieve pilot onderzoek is een veldonderzoek naar de effecten van het Schooljudo programma op het gebied van emotionele problemen, bij kinderen van 8-12 jaar oud, op Friese basisscholen in Nederland. Voor dit onderzoek wordt het gemeten aspect ‘emotionele problemen’ geanalyseerd. De steekproef van dit onderzoek zijn kinderen in Friesland van 8-12 jaar oud, die op een reguliere basisschool zitten. Deelname aan het onderzoek wordt aan de hand van toestemmingsformulieren gedaan (zie bijlage 1). Vooraf aan de metingen worden er toestemmingsformulieren uitgedeeld aan de kinderen in de klas. Deze formulieren worden meegenomen naar huis, opdat de ouders van het kind zich kunnen inlezen over het onderzoek. Met toestemming van de ouders (handtekening), worden de formulieren ingevuld weer ingeleverd bij de leerkracht. Er zijn in totaal vier basisscholen die deelnemen aan het Schooljudo programma en dit onderzoek. Deze basisscholen krijgen binnen een schooljaar te maken met drie meetmomenten, de interventie (judolessen) en extra oefenmateriaal voor in de klas. Het eerste meetmoment vindt plaats vóór de eerste judoles (interventie); dit is de 0-meting. Na vier weken Schooljudo te hebben gekregen, komt de tweede meting; de tussenmeting. Deze wordt zo snel mogelijk na afloop van de judolessen afgenomen. De derde en laatste meting (de nameting) vindt pas 3 maanden na de laatste les plaats. De meetmomenten zijn bedoeld om vragenlijsten af te nemen bij de kinderen die deelnemen aan het programma. Extra oefenmateriaal bestaat onder andere uit de online leeromgeving van Schooljudo, waarvoor de leerkrachten toegang krijgen. Voor dit onderzoek worden slechts de resultaten van de 0-meting en de tussenmeting meegenomen. In verband met tijd is het, voor dit onderzoekstraject, niet haalbaar om de derde meting mee te nemen in de resultaten.

## 2.2 Procedure

Schooljudo maakt contact met verschillende reguliere basisscholen in de provincie Friesland. Wanneer een school heeft ingestemd om het Schooljudo programma toe te passen en deel te nemen aan het onderzoek, wordt het tijd om een afspraak in te plannen voor de 0-meting. De afspraken voor de meetmomenten worden ofwel telefonisch dan wel via de mail gemaakt. Vervolgens vindt de meting plaats op de afgesproken datum, bij de betreffende school. Aan de kinderen wordt kort uitgelegd wat het Schooljudo is en wat dit onderzoek inhoudt. De vragenlijsten worden uitgedeeld aan de deelnemende kinderen. De kinderen vullen de vragenlijsten zelfstandig in, zonder te overleggen met medeleerlingen. Bij moeilijke woorden of onduidelijkheden kan er om hulp worden gevraagd bij de aanwezige onderzoeker van Schooljudo. Na de 0-meting vinden de vier judolessen plaats gespreid over vier weken. Na de judolessen wordt er zo snel mogelijk nog een afspraak gemaakt met de school, zodat de tussenmeting kan plaatsvinden. De vragenlijsten worden dan opnieuw afgenomen bij dezelfde kinderen. De ingevulde vragenlijsten worden door de onderzoeker weer meegenomen voor analyse.

## 2.3 Respondenten

De respondenten voor dit onderzoek zijn kinderen van de leeftijd 8-12 jaar (groep 5 t/m 8), die op een reguliere basisschool zitten in de provincie Friesland. Uiteraard zijn dat de kinderen van wie een ingevuld en ondertekend toestemmingsformulier is ontvangen. Hierbij wordt er geen onderscheid gemaakt in geslacht, etnische of culturele achtergrond. Het aantal respondenten is van tevoren niet vastgesteld, omdat er vanuit Schooljudo gedurende het onderzoek nog contact wordt opgenomen met mogelijke nieuwe deelnemers. Er wordt gestreefd naar een aantal respondenten van ten minste 100. Met een aantal van 100 of meer zijn de uitkomsten betrouwbaarder en heeft de uiteindelijke conclusie meer betekenis.

## 2.2 Meetinstrumenten

Voor het Schooljudo project wordt er gebruik gemaakt van een testbatterij bestaande uit drie vragenlijsten die sterktes en zwaktes, angst en persoonlijkheid meet. Het pakket bevat respectievelijk de Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ), de Youth Anxiety Measure (YAM) en de DISC persoonlijkheidsvragenlijst. De uitkomsten van de drie vragenlijsten zullen samen een helder beeld over het kind vormen; van hun sterktes tot zwaktes, tot angsten en persoonlijkheid. Bovendien is er een voorpagina, waarop personalia vragen worden gesteld; naam, leeftijd, geslacht, groep en adres. De voorkeur is om de vragenlijsten digitaal aan te bieden aan de kinderen, zodat zij met een tablet of laptop gemakkelijk de vragenlijsten kunnen invullen. Dit is helaas niet haalbaar voor alle scholen, omdat er deelnemende scholen zijn die niet beschikken over tablets of laptops in de klas. Tevens is het voor Schooljudo niet mogelijk om voor deze scholen speciaal tablets te regelen. Met deze reden zijn er scholen waarbij de vragenlijsten op papier worden afgenomen en zijn er scholen waarbij de vragenlijsten digitaal worden afgenomen. Het komt niet voor dat de 0-meting digitaal wordt afgenomen en de tussenmeting op papier, of omgekeerd. Scholen waarbij de 0-meting digitaal is verlopen, hebben ook de tussenmeting digitaal gedaan. Dit is hetzelfde voor de scholen die de vragenlijsten op papier hebben gedaan.

Zoals eerder benoemd is, zal dit onderzoeksrapport zich toespitsen tot een specifiek aspect van de meting: de emotionele problemen. Emotionele problemen is een subschaal van één van de bovengenoemde vragenlijsten: de SDQ. De SDQ is van oorsprong een Engelse vragenlijst, ontwikkeld in 1997 door Goodman en later vertaald naar het Nederlands door Treffers en van Widenfelt in 2000 (GGD Nederland, 2006). Het is een ‘sterktes en zwaktes’ vragenlijst voor kinderen die de aanwezigheid van psychosociale problemen meet, de sterktes van het kind in kaart brengt en de invloed van psychosociale problemen op het dagelijks functioneren meet (GGD Nederland, 2006). De vragenlijst bevat in totaal 25 items, die onderverdeeld zijn in de vijf subschalen van de SDQ:

* Hyperactiviteit/aandachttekort
* Emotionele problemen
* Problemen met leeftijdsgenoten
* Gedragsproblemen
* Pro-sociaal gedrag

Voor dit afstudeertraject is gekozen om de focus te leggen op de subschaal ‘emotionele problemen’. Deze bestaat uit de 5 items: psychosomatische problemen, zorgen maken, ongelukkigheid, zelfvertrouwen en angst. De SDQ is in de bijlage opgenomen (bijlage 2). De Cronbach’s Alpha van de subschaal is goed (α = ,840). Dat betekent dat de betrouwbaarheid van deze schaal redelijk hoog is. De items van de SDQ bestaan uit stellingen waarop de respondent moet aangeven in hoeverre deze stelling waar is voor hem/haar. Er zijn drie antwoordcategorieën waaruit de respondent kan kiezen: niet waar, een beetje waar, zeker waar. Hieronder staat het item ‘somatische klachten’ als voorbeeld weergegeven:

*3. Klaagt vaak over hoofdpijn, buikpijn, of misselijkheid niet waar/een beetje waar/zeker waar*

## 2.3 Scoring

De antwoorden op de vragenlijst worden gescoord per subschaal en vervolgens worden de subschalen samen genomen om een totaalscore te berekenen. Het gaat bij dit instrument om een somscore van de verschillende items. De antwoorden die worden gegeven op de vragen krijgen ieder een score. Het antwoord ‘niet waar’ krijgt een score van 0, ‘een beetje waar’ krijgt altijd de score 1 en het antwoord ‘zeker waar’ krijgt een score van 2 (GGD Nederland, 2006). Uiteindelijk worden deze scores bij elkaar opgeteld om een score per subschaal te krijgen en vervolgens ook een totaalscore. Wat betreft emotionele problemen worden de scores als volgt geïnterpreteerd:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| SDQ subschaal | Normaal | Grensgebied | Verhoogd |
| SDQ totale probleemscore | 0-10 | 11-13 | 14-40 |
| Emotionele problemen | 0-3 | 4 | 5-10 |

Tabel 1: interpretatie scoring ‘emotionele problemen’ (GGD Nederland, 2006)

Een score tussen de 0-3 op de schaal ‘emotionele problemen’ wordt gezien als een normale score. Bij een score van 4 wordt er rekening gehouden met een mogelijk verhoogd niveau van emotionele problemen; dit wordt het grensgebied genoemd. Er wordt gesproken van een verhoogd niveau van emotionele problemen als de respondent een score behaald van 5 of hoger op deze subschaal (GGD Nederland, 2006).

## 2.4 Analyse

Wanneer alle data verzameld is, worden er meerdere analyses uitgevoerd op de verkregen data. Deze analyses worden gedaan aan de hand van het statistiek programma SPSS. Allereerst wordt de beschrijvende statistiek weergegeven. Hierbij worden het aantal respondenten weergegeven, hoeveel jongens en meisjes er zijn, hoeveel vragenlijsten op papier zijn gemaakt en hoeveel digitaal. Ook de gemiddelde scores op de subschaal ‘emotionele problemen’ tussen jongens en meisjes wordt weergegeven.

Daarnaast wordt er gekeken of er ook een significant verschil is tussen de verschillende meetmanieren: papier of digitaal. Deze analyse wordt op de voormeting uitgevoerd met behulp van een onafhankelijke t-toets. Daarbij worden alle scholen met elkaar vergeleken en wordt er onderscheid gemaakt in de manier waarop de vragenlijsten op de betreffende school zijn afgenomen. Er zal worden gekeken of er een significant verschil is tussen de resultaten van de papierenversie en de digitale versie. Zo kan worden uitgesloten of het, wat betreft de uitkomsten, uitmaakt of de vragenlijsten per papier worden afgenomen of digitaal.

In de analyse van de gepaarde t-toets wordt er gekeken in hoeverre er een verschil is wat betreft de score op de subschaal ‘emotionele problemen’ tussen de 0-meting en de tussenmeting. Dit wordt gedaan door de somscore van ‘emotionele problemen’ bij de 0-meting te vergelijken met de somscore van de tussenmeting. Er wordt dan gekeken of er een significant verschil is in de emotionele problemen bij de kinderen tussen de periode vóór de judolessen en direct erna; tussenin zit dus een periode van interventie van 4 weken.

## 2.5 Ethiek

Dit onderzoek heeft een ethische kanttekening, waar rekening mee gehouden moet worden. Het gaat hier namelijk om een onderzoek bij kinderen. Dit is ethisch gezien een lastige doelgroep, omdat je te maken hebt met consensus van de ouders, de school en het kind zelf. Er dient rekening gehouden te worden met de zorgen van de ouders en de school rondom het onderzoek, terwijl er ook toestemming gevraagd moet worden aan het kind. Daarbij hoort dat de ouders en de school goed genoeg geïnformeerd worden voorafgaand aan het onderzoek. Zij dienen geïnformeerd te worden over het doel van het onderzoek, de inhoud van de vragenlijsten en de wijze waarop het onderzoek wordt uitgevoerd. Vervolgens dienen ouders en kind schriftelijk toestemming te geven aan het betreffende onderzoeksbureau, zodat het kind kan deelnemen aan het onderzoek. Voor dit onderzoek van Schooljudo is er daarom gebruik gemaakt van toestemmingsformulieren (zie bijlage 1). Deze hebben de kinderen vanuit school meegekregen, zodat ouders geïnformeerd kunnen worden over het onderzoek en mogelijk schriftelijk toestemming kunnen geven om hun kind te laten participeren aan het onderzoek.

Hierbij geldt uiteraard dat er, door de onderzoekers, vertrouwelijk wordt omgegaan met ingevulde vragenlijsten. De resultaten van de kinderen worden niet doorgespeeld aan derden en zullen niet worden besproken met de ouders, de school of het kind zelf. Dit wordt vooraf aan het afnemen tevens verteld aan de kinderen. Op de voorpagina van de testbatterij kunnen de kinderen specifieke persoonlijke gegevens kwijt, zodat het voor de onderzoekers duidelijk is wie welke vragenlijst heeft ingevuld. Deze persoonlijke gegevens worden zodanig uitgevraagd dat er geen rechtstreekse schending van privacy plaatsvindt. Zo worden slechts de eerste drie letters van de voornaam van het kind gevraagd en ook alleen maar de dag van de maand waarop het kind jarig is (niet de hele geboortedatum). De resultaten van het onderzoek zullen binnen Schooljudo blijven en worden alleen gebruikt voor het analyseren en rapporteren van dit kwantitatieve onderzoek.

# Hoofdstuk 3: Resultaten

In dit hoofdstuk zullen de resultaten van het uitgevoerde Schooljudo onderzoek worden weergegeven. Dit betreft de uitkomsten voor het aspect ‘emotionele problemen’. De onderzoeksvraag die dient te worden beantwoord luidt als volgt: *‘In hoeverre vindt er verandering plaats op het gebied van emotionele problemen bij kinderen, van 8 tot 12 jaar oud, op basisscholen in Friesland, na een Schooljudo programma van 4 weken?’*

De hypothese die hierbij is opgesteld luidt als volgt: *‘Schooljudo zal een negatief effect hebben op de emotionele problemen van de deelnemende kinderen.’*

## 3.1 Beschrijvende statistiek

Het totaal aantal respondenten dat heeft deelgenomen aan dit onderzoek bedraagt n = 120. Daarvan zijn er 57 jongens en 63 meisjes; bijna een gelijke verdeling qua geslacht. De gemiddelde leeftijd van de respondenten is 9,6. Ruim 40% (n = 49) zat in groep 5-6 en de overige 60% (n=71) zat in groep 7-8. Van de afgenomen vragenlijsten is slechts 35% (n = 42) digitaal gedaan en 65% (n = 78) is op papier ingevuld.

De gemiddelde score van emotionele problemen bij de onderzochte kinderen is 2,31 op de voormeting, met een standaarddeviatie van 1,98. Bij de tussenmeting is het gemiddelde gedaald naar 1,86 met een standaarddeviatie van 2,06. In tabel 2 is een overzicht gemaakt van de steekproef met de gemiddelde scores op emotionele problemen en de standaarddeviatie.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | N | Gemiddelde | Standaarddeviatie |
| Emotionele problemen\_0-meting | 120 | 2,3125 | 1,98398 |
| Emotionele problemen\_tussenmeting | 120 | 1,8563 | 2,05662 |

Tabel 2: Beschrijvende statistiek op de 0-meting en de tussenmeting (totaal)

Bij zowel de 0-meting als de tussenmeting scoren de jongens gemiddeld lager dan de meisjes op emotionele problemen. Tevens lopen de antwoorden bij de jongens minder erg uit elkaar dan bij de meisjes. Dit is te zien aan de lagere standaarddeviatie bij de jongens dan bij de meisjes. In tabel 3 is een overzicht gemaakt de gemiddelde scores tussen jongens en meisjes met de standaarddeviatie.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| geslacht |  | N | Gemiddelde | Standaarddeviatie |
| Jongen | Emotionele problemen\_0-meting | 57 | 1,7281 | 1,68454 |
|  | Emotionele problemen\_tussenmeting | 57 | 1,5219 | 1,72578 |
| Meisje | Emotionele problemen\_0-meting | 63 | 2,8413 | 2,09613 |
|  | Emotionele problemen\_tussenmeting | 63 | 2,1587 | 2,28746 |

Tabel 3: Beschrijvende statistiek op de 0-meting en tussenmeting, verdeeld in twee groepen (jongens en meisjes)

## 3.2 Meetinstrument

Er is tevens gekeken of er enig significant verschil zou zijn in de resultaten tussen de kinderen die de vragenlijsten op papier hebben ingevuld en de kinderen die de vragenlijsten digitaal hebben ingevuld. Hiervoor is een onafhankelijke t-toets in SPSS uitgevoerd. De onafhankelijke variabelen waren de op papier afgenomen vragenlijsten en de digitaal afgenomen vragenlijsten. De toets is uitgevoerd op de voormeting van de deelnemende scholen. Van de 120 afnames zijn er 78 op papier afgenomen en 42 digitaal. Het verschil in de gemiddelde scores tussen de papierenversies (*M* = 2,2; *SD* = 1,87) en de digitale versies (*M* = 2,50; *SD* = 2,19), bij een betrouwbaarheidsinterval van 95%, is niet significant (t(118) = -,758; *p* = ,450). Het type meetinstrument heeft geen significant effect op de uitkomsten van de vragen die de kinderen hebben ingevuld.

## 3.3 Emotionele problemen

De onderzoeksvraag is in SPSS getest door een gepaarde t-toets uit te voeren. De uitkomsten van de voormeting en de nameting van de gemeten basisscholen zijn met elkaar vergeleken. De gemiddelde score op emotionele problemen bij de 0-meting (2,31) is hoger dan de gemiddelde score bij de tussenmeting (1,86). De gemiddelde verschilscore (,45625) tussen de beide meetmomenten is significant (*t*(119) = 3,33; *p* = ,001). De emotionele problemen bij de deelnemende kinderen zijn in de periode tussen de 0-meting en de tussenmeting afgenomen.

# Hoofdstuk 4: Conclusie

In dit hoofdstuk wordt een concluderende observatie gegeven van de resultaten. Er zal antwoord worden gegeven op de onderzoeksvraag: *‘In hoeverre vindt er verandering plaats op het gebied van emotionele problemen bij kinderen, van 8 tot 12 jaar oud, op basisscholen in Friesland, na een Schooljudo programma van 4 weken?’* Hiervoor is een kwantitatief onderzoek opgesteld naar de scholen die meedoen aan het Schooljudo programma.

Uit het onderzoek naar huidige interventieprogramma’s is naar voren gekomen dat er verschillende manieren zijn om emotionele problemen bij kinderen te verlagen. Er zijn programma’s die beroep doen op het mentale proces van een persoon en programma’s die gebruik maken van fysieke oefeningen om de emotionele toestand van een persoon te reguleren.

De cognitieve gedragstherapie laat zien dat een interventie in groepsverband voordelen kan hebben voor zowel de therapeut als de cliënten. Het LEAD programma geeft weer hoe er gebruik kan worden gemaakt van fysieke oefeningen om zelfregulatie te bevorderen. Bovendien laat het FRIENDS-programma zien dat een oefening in de vorm van een spel een betere manier is voor kinderen om te leren, dan via een traditionele wijze (bijvoorbeeld schoolboeken). Deze aspecten vormen de basis van het Schooljudo-programma; een combinatie van fysieke en mentale oefeningen, in de vorm van een spel en in groepsverband. Er werd een verwachting opgesteld dat de deelnemende kinderen, na afloop van een 4 weken durende interventie van Schooljudo, minder emotionele problemen zullen ervaren.

Uit de resultaten van dit onderzoek is naar voren gekomen dat er een significante afname heeft plaatgevonden tussen de 0-meting en de tussenmeting, wat betreft het aspect ‘emotionele problemen’. Dat betekent dat de ervaren emotionele problemen van de kinderen, die mee hebben gedaan aan het 4 weken durende Schooljudo programma, zijn gedaald. Deze kinderen ervaren nu minder emotionele problemen dan ze voorheen deden.

Er is tevens onderzocht of het gebruik van verschillende meetinstrumenten invloed heeft gehad op de resultaten van de vragenlijsten. Geen significant verschil tussen de afnames op papier en de afnames digitaal betekent dat het niet heeft uitgemaakt op welke manier de kinderen de vragenlijsten hebben ingevuld. De kinderen zouden vrijwel dezelfde antwoorden hebben gegeven als zij de vragenlijsten op een ander type meetinstrument hadden gemaakt.

# Hoofdstuk 5: Discussie

Er is een aantal punten dat belangrijk is om genoemd te worden als het gaat om het verloop van dit onderzoek. Deze punten zijn zowel kanttekeningen over het onderzoeksopzet, verbeterpunten wat betreft de uitvoer en organisatie en kritische punten omtrent de uitkomsten van het onderzoek. Hieronder zal per onderdeel worden benoemd over welke discussiepunten het gaat.

## 5.1 Onderzoeksopzet

Er is geen controlegroep aanwezig om de gemeten data van de deelnemende scholen mee te vergelijken. Mede hierdoor kan er niet met zekerheid gezegd worden dat enige verandering, in de emotionele problemen van de kinderen, toe te wijzen is aan de interventie. Verandering in de emotionele problemen kunnen ook een gevolg zijn van natuurlijke ontwikkeling. Zonder controlegroep kan niet worden gecontroleerd hoe groot de effecten van de interventie daadwerkelijk zijn.

De data waarop de scholen gemeten zijn, lopen erg uiteen. Dit maakt dat er scholen zijn die al een nameting hebben gehad terwijl andere scholen nog geen voormeting hebben gehad. Voor een optimaal resultaat dienen de onderzoek omstandigheden tevens optimaal te zijn en zo gelijk mogelijk voor iedere respondent. Dit is nu niet het geval omdat de metingen niet allemaal rond dezelfde periode hebben plaats gevonden.

Daarnaast waren niet alle scholen, vooraf aan een meting, goed op de hoogte van het onderzoek. Onduidelijkheden bij de scholen en leraren betroffen: niet weten hoelang de meting duurt en niet weten waar de vragenlijsten over gaan. Dit maakte dat er bij sommige meetmomenten niet genoeg tijd is uitgetrokken voor de onderzoeksassistenten en dat sommige kinderen niet de hele testbatterij af konden maken.

## 5.2 Meetinstrument

Er zijn voor verschillende scholen in dit onderzoek ook verschillende typen meetinstrumenten gebruikt. Dit kan effect hebben gehad op de betrouwbaarheid van het onderzoek. Aangezien het logistiek gezien niet bij alle scholen mogelijk was om digitaal de vragenlijsten af te nemen, zijn er scholen die de vragenlijsten op papier hebben ingevuld en scholen waarbij dar via een tablet of laptop ging. Hoewel er is bevonden dat het geen verschil maakt of de vragenlijsten op papier zijn afgenomen of digitaal, is dit alsnog een punt waar in de toekomst mee rekening gehouden kan te worden. Zodat het meetinstrument eenduidig is. Voor Schooljudo is de meest simpele oplossing dat de scholen zelf de kinderen voorzien van tablets of laptops om de vragenlijsten digitaal in te vullen. Mocht er een school zijn die geen beschikking heeft over tablets of laptops voor hun leerlingen, is het belangrijk dat Schooljudo hiervoor zorgt. Schooljudo zou ervoor kunnen zorgen dat zij tablets achter de hand hebben liggen voor een hoeveelheid van een gemiddelde basisschool klas (25-30 leerlingen). Bij scholen die geen tablets of laptops hebben, kan de onderzoeker de Schooljudo tablets meenemen, opdat alle metingen digitaal kunnen worden afgenomen.

Er zijn helaas ook scholen afgehaakt naar aanleiding van het zien van de vragenlijst of na afloop van de metingen. De voornaamste reden om af te haken, was omdat de vragenlijsten te heftig zouden zijn voor de kinderen. Er is ook een enkele school die aangeeft te hebben gestopt omdat de communicatie tussen Schooljudo en de school niet optimaal was. Een aantal leraren geeft aan dat ze sommige vragen te moeilijk vinden voor de kinderen om te begrijpen; dit is met name het geval voor kinderen van groep 5 en/of 6. Daarnaast is er ook aangegeven door de leraren dat sommige vragen te heftig zouden zijn voor de kinderen. Vragen over het kwijtraken van je ouders of vragen over de dood zijn, volgens sommige scholen en leraren, te zwaar voor kinderen van deze leeftijd. Het kan volgens hen zaken laten opborrelen bij de kinderen, waar ze voorheen niet over na hebben gedacht. Daarbij komt ook kijken dat er wel degelijk kinderen tussen zitten die al in aanraking zijn gekomen met de dood of het kwijtraken van een ouder. Sommige leraren vinden dat deze kinderen hier niet aan herinnerd dienen te worden door middel van zo’n vragenlijst. Dit blijft een gevoelig discussiepunt, omdat er aan de andere kant ook scholen en leraren zijn die aangeven dat het bij de natuurlijke ontwikkeling van een kind hoort om over zulke zaken na te denken en eventueel te praten.

Hoewel er in de resultaten geen (significant) verschil is gevonden tussen de metingen op papier en de digitale metingen, maakt het praktisch gezien wel een verschil. Op papier is het mogelijk om een vraag over te slaan (niet in te vullen) en om meerdere antwoorden aan te kruisen in plaats van één. In de digitale versie is het niet mogelijk om naar de volgende pagina te gaan zonder dat de respondent bij alle vragen een antwoord heeft aangetikt. Daarnaast geeft de digitale versie niet de mogelijkheid om meerdere antwoorden aan te tikken. Dit verschil tussen de papieren versie en de digitale versie, maakt dat het betrouwbaarder is om de vragenlijst digitaal af te nemen. kan je vragen overslaan of twee antwoorden invullen. Digitaal niet mogelijk, dus digitaal is meer betrouwbaar.

De testbatterij die is gebruikt voor dit onderzoek is vertaald vanuit het Engels. Deze vertaalslag heeft ervoor gezorgd dat er in de Nederlandse versie een paar moeilijke woorden tussen zitten, maar ook dat sommige vragen (voor kinderen) lastig geformuleerd zijn. Zo zitten er vragen tussen die een (dubbele) ontkenning in de zin hebben. Dit kan erg verwarrend zijn bij het antwoord geven. De meeste vragen van de kinderen tijdens de metingen betroffen moeilijke woorden zoals ‘piekeren’ of onduidelijkheid rondom het antwoord geven bij een vraag met (dubbele) ontkenning. Het is dus nog steeds mogelijk dat er vragen verkeerd zijn geïnterpreteerd door de kinderen. Of dat het omgekeerde antwoord is gegeven.

## 5.3 Organisatie

Naast de discussiepunten over het onderzoek zelf, zijn er ook verbeterpunten rondom de praktische zaken van het onderzoek doen bij Schooljudo. Zo was het lange tijd onduidelijk voor de onderzoeksassistent wie hij voor wat moest contacteren. De instantie waaruit gewerkt wordt is Schooljudo, maar de daadwerkelijke opdrachtgever van de onderzoeksassistent is een onafhankelijke onderzoeker die is ingehuurd door Schooljudo, Maurice Topper. Binnen Schooljudo waren er tevens meerdere personen die het woord deden. Het was daarom vooral onduidelijk wie welke informatie hoorde te krijgen.

Dit heeft tevens effect gehad op de communicatie tussen Schooljudo en de onderzoeksassistent. Om dit te verbeteren is er afgesproken om wekelijks een overleg in te plannen om de stand van zaken te bespreken met elkaar. Zo bleven alle partijen op de hoogte van elkaar.

## 5.1 Aanbevelingen

Op basis van dit onderzoek is er een advies opgesteld voor Schooljudo. Er wordt aanbevolen om, het onderzoek dat nu is opgezet, verder uit te gaan werken. Het idee van dit onderzoek was goed en kan in de toekomst nog succesvoller worden gemaakt, mits de praktische zaken beter geregeld zijn. In het vervolg van dit onderzoek is het zaak dat de organisatorische zaken van tevoren geregeld zijn door Schooljudo. Denk aan de planning van de meetmomenten, het informeren van de scholen en ouders over het onderzoek en de vragenlijsten en het te gebruiken meetinstrument (papier of digitaal). Als deze zaken vooraf goed geregeld zijn, hoeft de onderzoeksassistent zich alleen maar te richten op de afname. Zo kunnen organisatorische misverstanden en miscommunicaties worden vermeden. Tevens kan het gebruik van één meetinstrument voor een hogere betrouwbaarheid van de resultaten zorgen.

Het voornaamste advies voor het vervolg van dit onderzoek is het gebruik maken van een controlegroep. Indien dit onderzoek voortgezet gaat worden met dezelfde of een soortgelijke opzet, dan is het zaak dat er in vervolg een controlegroep is waarmee de data van de deelnemende scholen kan worden vergeleken. Door gebruik te maken van een controlegroep, kunnen externe factoren die de (emotionele) ontwikkeling van het kind beïnvloeden, worden uitgesloten. De uitkomsten zullen dan betrouwbaarder zijn.

Het Schooljudo programma, als interventiemethode om emotionele problemen bij kinderen tussen 8-12 jaar te verhelpen, lijkt effectief te zijn. Op basis van de positieve uitkomsten van dit onderzoek zou het interventieprogramma kunnen worden aanbevolen voor praktisch gebruik. Er moet echter wel rekening gehouden worden met het feit dat er voor dit onderzoek geen controlegroep aanwezig was. Dit mankement maakt dat de resultaten niet betrouwbaar genoeg zijn om op basis daarvan aan te bevelen het Schooljudo programma te gebruiken. Er wordt aangeraden om het vervolgonderzoek af te wachten en pas het gebruik van het Schooljudo programma te heroverwegen, als er onderzoek is gedaan met behulp van een controlegroep. Een vervolgonderzoek met een controlegroep zou voor betrouwbaardere resultaten kunnen zorgen over het effect van Schooljudo op de emotionele problemen van de kinderen. Bij de bestaande interventiemethodes is er ook gewerkt met controlegroepen om de effectiviteit van de interventie te meten. Schooljudo heeft de kans om te groeien tot een interventieprogramma, dat even effectief is als groep-CGT of het FRIENDS-programma. Hier is echter langer onderzoek voor nodig.

# Literatuur

Barrett, P. M. (1998). Group therapy for anxiety disorders in children. *Journal of Clinical Child Psychology,* (27), 459.

Barrett, P. M. (2006). Long-Term Outcomes of an Australian Universal Prevention Trial of Anxiety and Depression Symptoms in Children and Youth: An Evaluation of the Friends Program. Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 35 (3), 403-411.

Barrett, P. (2014). *Professor Paula Barrett – Friends for Life Resilience Program – Pathways Health and Research Centre.* [Youtube-video]. Brisbane: Youtube.

Boeting, M. et al. (2002). *Interventie- en preventie programma’s voor angst en depressie.* Geraadpleegd op 1 oktober 2019, van [file:///E:/Afstuderen/Schooljudo%20onderzoek/Boeting2002\_Article\_Interventie-EnPreventieveProgr.pdf](file:///E%3A/Afstuderen/Schooljudo%20onderzoek/Boeting2002_Article_Interventie-EnPreventieveProgr.pdf)

Feldman, R. S. (2012). *Ontwikkelingspsychologie.* Amsterdam: Pearson Education Benelux

GGD Nederland. (2006). *Handleiding voor het gebruik van de SDQ binnen de jeugdgezondheidszorg: Vragenlijst voor het signaleren van psychosociale problemen bij kinderen van 7-12 jaar.* Geraadpleegd op 3 oktober 2019, van <https://www.ggdghorkennisnet.nl/?file=2576&m=1311083734&action=file.download>

Lakes, K. D. et al. (2004). Promoting self-regulation through school-based martial arts training. *Journal of Applied Developmental Psychology, 25* (3), 283-302.

Meij, H. & Ince, D. (2013). *De ontwikkeling van kinderen.* Geraadpleegd op 15 december 2019, van <https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/De-ontwikkeling-van-kinderen.pdf>

MentalhealthUK. (2016). *FRIENDS for Life: Learning disabilities – adaptions.* Geraadpleegd op 18 november 2019, van <https://www.mentalhealth.org.uk/sites/default/files/friends-for-life-background-paper-2016.pdf>

Postma, S. (2008). *JGZ-richtlijn: Vroegsignalering van psychosociale problemen.* Geraadpleegd op 28 september 2019, van <https://rivm.openrepository.com/bitstream/handle/10029/261022/295001002.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Schooljudo. (2019) *Entertrainershandleiding*. Geraadpleegd op 21 september 2019, van [file:///C:/Users/HP/AppData/Local/Packages/microsoft.windowscommunicationsapps\_8wekyb3d8bbwe/LocalState/Files/S0/2565/Attachments/SJ-Entertrainershandleiding-2019[4675].pdf](file:///C%3A/Users/HP/AppData/Local/Packages/microsoft.windowscommunicationsapps_8wekyb3d8bbwe/LocalState/Files/S0/2565/Attachments/SJ-Entertrainershandleiding-2019%5B4675%5D.pdf)

Silverman, W.K. et al. (1999).Treating anxiety disorders in children with group cognitive-behavioural therapy: A randomized clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, (67), 995-1004.

Stallard, P. et al. (2007). The FRIENDS Emotional Health Program: Initial Findings from a School-Based Project. *Child and Adolescent Mental Health, 12*(1), 32-37

Stone, L. et al. (2015). The Strengths and Difficulties Questionnaire: psychometric properties of the parent and teacher version in children aged 4-7. *BMC Psychology, 3* (1), 4. doi: [10](https://dx.doi.org/10.1186/s40359-015-0061-8%22%20%5Ct%20%22pmc_ext)

[.1186/s40359-015-0061-8](https://dx.doi.org/10.1186/s40359-015-0061-8%22%20%5Ct%20%22pmc_ext)

Van Rooijen, K. (2018). *Preventie en behandeling van angst. Wat helpt wel?* Geraadpleegd op 23 oktober 2019, van [https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/Wat-werkt-publicatie/(311053)-nji-dossierDownloads-WatWerkt\_Angststoornissen.pdf](https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/Wat-werkt-publicatie/%28311053%29-nji-dossierDownloads-WatWerkt_Angststoornissen.pdf)

Weist, M. D. et al. (2014). *Handbook of School Mental Health: research, training, practice and policy.* New York: Springer.

Zeijl, E. (2005). *Kinderen in Nederland.* Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

# Bijlagen

## Bijlage 1: Toestemmingsformulier Schooljudo

 

Haarlem, 26 september 2019

Betreft: Onderzoek naar sociaal emotionele ontwikkeling en groepsdynamiek

Geachte ouder(s)/verzorger(s),

In het schooljaar van 2019/2020 zal de school van uw zoon/dochter deelnemen aan een schooljudo programma. Dit programma heeft tot doel om de fysieke en sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen te bevorderen en daarnaast de groepsdynamiek in de klas te versterken. Wij willen zoveel mogelijk leerlingen van de school van uw zoon/dochter uitnodigen om aan een onderzoek deel te nemen. In dit onderzoek willen we graag te weten komen wat het effect is van schooljudo op de groepsdynamiek en de sociaal-emotionele ontwikkeling van deelnemende kinderen.

Wat houdt het onderzoek precies in?

Deelname aan het onderzoek houdt in dat uw zoon/dochter op drie momenten in het komende schooljaar een vragenlijst invult over zijn/haar sociale vaardigheden en zijn/haar beoordeling van de sfeer in de groep. Het invullen van de vragenlijst zal ongeveer 45 minuten in beslag nemen en zal plaatsvinden tijdens een normale lesdag voorafgaand aan de start van het schooljudo lesprogramma en op twee momenten na afloop van het programma.

Is mijn kind verplicht om mee te doen?

Deelname aan deze studie is helemaal vrijwillig. Als uw zoon/dochter niet wil meedoen, dan hoeft dat ook niet. Bovendien kan hij/zij altijd stoppen zonder daar een reden voor te hoeven geven.

Wat gebeurt er met de informatie die mijn zoon/dochter geeft?

Wij zullen alle informatie die uw zoon/dochter op de vragenlijst geeft strikt vertrouwelijk behandelen. Dat houdt in dat wij de resultaten van de vragenlijsten niet aan derden zullen doorgeven, ook niet aan de leraren of klasgenoten van uw zoon/dochter.

Hoe kan ik toestemming geven voor deze studie?

Op de achterzijde van dit formulier treft u een toestemmingsformulier aan. U verleent toestemming door dit formulier te ondertekenen. Uw zoon/dochter zal eveneens gevraagd worden om toestemming te verlenen.

Heeft u nog vragen?

Misschien heeft u nog vragen over het onderzoek? U kunt ons altijd een e-mail sturen (mauricetopper@gmail.com).

Hartelijk dank voor uw medewerking!

Maurice Topper Ivar Spierings

(onderzoeker) (operationeel directeur schooljudo.nl)

**Schriftelijke toestemming voor het onderzoek naar de effectiviteit van schooljudo**

Ik ben over bovengenoemd wetenschappelijk onderzoek geïnformeerd. Ik heb de schriftelijke informatie die ik heb ontvangen gelezen. Ik ben in de gelegenheid gesteld om vragen te stellen over dit onderzoek. Ik heb voldoende tijd gehad om over deelname aan het onderzoek na te denken. Ik heb het recht om mijn toestemming op ieder moment weer in te trekken zonder dat ik daarvoor een reden behoef op te geven.

Als ik nog verdere informatie over het onderzoek zou willen krijgen, nu of in de toekomst, kan ik me wenden tot de onderzoeker Dr. Maurice Topper (e-mail: mauricetopper@gmail.com). Voor eventuele klachten over dit onderzoek kan ik me wenden tot de Commissie Ethiek van de Hanzehogeschool Groningen (telefoon: 06-18154783; of e-mail: mauricetopper@gmail.com).

***Ik stem toe met deelname van mijn zoon/dochter aan bovengenoemd onderzoek.***

**Ouder/Verzorger**

Voor- en achternaam:

Telefoon:

Adres en Woonplaats:

Datum:

Handtekening:

## Bijlage 2: Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ) – Nederlandse vertaling

**Sterke Kanten en Moeilijkheden: Vragenlijst voor Jongeren (SDQ-Dut)**

Wil je alsjeblieft bij iedere vraag een kruisje zetten in het vierkantje voor `Niet waar', `Een beetje waar' of `Zeker waar'. Het is belangrijk dat je alle vragen zo goed mogelijk beantwoordt, ook als je niet helemaal zeker bent of als je de vraag raar vindt. Wil je alsjeblieft bij je antwoorden denken hoe dat bij jou de laatste zes maanden is geweest

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Je naam ..............................................................................................Je geboortedatum ........................................................... |  | Jongen / Meisje |
|  | **Niet waar** | **Een beetje waar** | **Zeker waar** |
| Ik probeer aardig te zijn tegen anderen. Ik houd rekening met hun gevoelens | □ | □ | □ |
| Ik ben rusteloos, ik kan niet lang stilzitten | □ | □ | □ |
| Ik heb vaak hoofdpijn, buikpijn, of ik ben misselijk | □ | □ | □ |
| Ik deel gemakkelijk met anderen (snoep, speelgoed, potloden, enz.) | □ | □ | □ |
| Ik word erg boos en ben vaak driftigIk ben nogal op mijzelf. Ik speel meestal alleen of bemoei mij niet met anderen | □□ | □□ | □□ |
| Ik doe meestal wat me wordt opgedragen | □ | □ | □ |
| Ik pieker veel | □ | □ | □ |
| Ik help iemand die zich heeft bezeerd, van streek is of zich ziek voelt | □ | □ | □ |
| Ik zit constant te wiebelen of te friemelen | □ | □ | □ |
| Ik heb minstens één goede vriend of vriendin | □ | □ | □ |
| Ik vecht vaak. Het lukt mij andere mensen te laten doen wat ik wil | □ | □ | □ |
| Ik ben vaak ongelukkig, in de put of in tranen | □ | □ | □ |
| Andere jongeren van mijn leeftijd vinden mij over het algemeen aardig | □ | □ | □ |
| Ik ben snel afgeleid, ik vind het moeilijk om me te concentrerenIk ben zenuwachtig in nieuwe situaties. Ik verlies makkelijk mijn zelfvertrouwen | □□ | □□ | □□ |
| Ik ben aardig tegen jongere kinderenIk word er vaak van beschuldigd dat ik lieg of bedrieg | □□ | □□ | □□ |
| Andere kinderen of jongeren pesten of treiteren mij | □ | □ | □ |
| Ik bied vaak anderen aan hun te helpen (ouders, leerkrachten, kinderen) | □ | □ | □ |
| Ik denk na voor ik iets doe | □ | □ | □ |
| Ik neem dingen weg die niet van mij zijn thuis, op school of op andere plaatsen | □ | □ | □ |
| Ik kan beter met volwassenen opschieten dan met jongeren van mijn leeftijd | □ | □ | □ |
| Ik ben voor heel veel dingen bang, ik ben snel angstig | □ | □ | □ |
| Ik maak af waar ik mee bezig ben. Ik kan mijn aandacht er goed bij houden | □ | □ | □ |

Handtekening ..................................................................... Datum ........................................................................... **Dank je wel voor je medewerking** © Robert Goodman, 2005

## Bijlage 3: Output analyse uit SPSS

### 3.1 Analyse beschrijvende statistiek

**Frequencies**

[DataSet1] C:\Users\luigg\Downloads\nieuwstedatabestand.sav

|  |
| --- |
| **Statistics** |
| geslacht  |
| N | Valid | 120 |
| Missing | 0 |

|  |
| --- |
| **geslacht** |
|  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | jongen | 57 | 47,5 | 47,5 | 47,5 |
| meisje | 63 | 52,5 | 52,5 | 100,0 |
| Total | 120 | 100,0 | 100,0 |  |

**Descriptives**

|  |
| --- |
| **Descriptive Statistics** |
|  | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
| leeftijd | 120 | 7,00 | 12,00 | 9,5917 | 1,11141 |
| Valid N (listwise) | 120 |  |  |  |  |

DESCRIPTIVES VARIABLES=SDQ\_emo\_prob\_vm SDQ\_emo\_prob\_nm

 /STATISTICS=MEAN STDDEV MIN MAX.

**Descriptives**

|  |
| --- |
| **Descriptive Statistics** |
|  | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
| SDQ\_emo\_prob\_vm | 120 | ,00 | 10,00 | 2,3125 | 1,98398 |
| SDQ\_emo\_prob\_nm | 120 | ,00 | 10,00 | 1,8563 | 2,05662 |
| Valid N (listwise) | 120 |  |  |  |  |

FREQUENCIES VARIABLES=groep

 /ORDER=ANALYSIS.

FREQUENCIES VARIABLES=meetinstrument\_vm

 /ORDER=ANALYSIS.

**Frequencies**

|  |
| --- |
| **Statistics** |
| meetinstrument\_vm  |
| N | Valid | 120 |
| Missing | 0 |

|  |
| --- |
| **meetinstrument\_vm** |
|  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | papier | 78 | 65,0 | 65,0 | 65,0 |
| digitaal | 42 | 35,0 | 35,0 | 100,0 |
| Total | 120 | 100,0 | 100,0 |  |

DESCRIPTIVES VARIABLES=SDQ\_emo\_prob\_vm SDQ\_emo\_prob\_nm

 /STATISTICS=MEAN STDDEV MIN MAX.

SORT CASES BY geslacht.

SPLIT FILE LAYERED BY geslacht.

DESCRIPTIVES VARIABLES=SDQ\_emo\_prob\_vm SDQ\_emo\_prob\_nm

 /STATISTICS=MEAN STDDEV MIN MAX.

**Descriptives**

|  |
| --- |
| **Descriptive Statistics** |
| geslacht | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
| jongen | SDQ\_emo\_prob\_vm | 57 | ,00 | 8,00 | 1,7281 | 1,68454 |
| SDQ\_emo\_prob\_nm | 57 | ,00 | 8,00 | 1,5219 | 1,72578 |
| Valid N (listwise) | 57 |  |  |  |  |
| meisje | SDQ\_emo\_prob\_vm | 63 | ,00 | 10,00 | 2,8413 | 2,09613 |
| SDQ\_emo\_prob\_nm | 63 | ,00 | 10,00 | 2,1587 | 2,28746 |
| Valid N (listwise) | 63 |  |  |  |  |

DESCRIPTIVES VARIABLES=meetinstrument\_vm

 /STATISTICS=MEAN STDDEV MIN MAX.

DATASET COPY DataSet2 WINDOW=FRONT.

DATASET ACTIVATE DataSet2.

SPLIT FILE OFF.

T-TEST GROUPS=meetinstrument\_vm(0 1)

 /MISSING=ANALYSIS

 /VARIABLES=SDQ\_emo\_prob\_vm SDQ\_emo\_prob\_nm

 /CRITERIA=CI(.95).

### 3.2 Analyse emotionele problemen

T-TEST PAIRS=SDQ\_emo\_prob\_vm WITH SDQ\_emo\_prob\_nm (PAIRED)

 /CRITERIA=CI(.9500)

 /MISSING=ANALYSIS.

**T-Test**

|  |
| --- |
| **Paired Samples Statistics** |
|  | Mean | N | Std. Deviation | Std. Error Mean |
| Pair 1 | SDQ\_emo\_prob\_vm | 2,3125 | 120 | 1,98398 | ,18111 |
| SDQ\_emo\_prob\_nm | 1,8563 | 120 | 2,05662 | ,18774 |

|  |
| --- |
| **Paired Samples Correlations** |
|  | N | Correlation | Sig. |
| Pair 1 | SDQ\_emo\_prob\_vm & SDQ\_emo\_prob\_nm | 120 | ,725 | ,000 |

|  |
| --- |
| **Paired Samples Test** |
|  | Paired Differences | t | df | Sig. (2-tailed) |
| Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference |
| Lower | Upper |
| Pair 1 | SDQ\_emo\_prob\_vm - SDQ\_emo\_prob\_nm | ,45625 | 1,49918 | ,13686 | ,18526 | ,72724 | 3,334 | 119 | ,001 |

DATASET ACTIVATE DataSet1.

SORT CASES BY geslacht.

SPLIT FILE LAYERED BY geslacht.

T-TEST GROUPS=meetinstrument\_vm(0 1)

 /MISSING=ANALYSIS

 /VARIABLES=SDQ\_emo\_prob\_vm

 /CRITERIA=CI(.95).

### 3.3 Analyse meetinstrumenten

T-TEST GROUPS=meetinstrument\_vm(0 1)

 /MISSING=ANALYSIS

 /VARIABLES=SDQ\_emo\_prob\_vm

 /CRITERIA=CI(.95).

**T-Test**

|  |
| --- |
| **Group Statistics** |
|  | meetinstrument\_vm | N | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean |
| SDQ\_emo\_prob\_vm | papier | 78 | 2,2115 | 1,87130 | ,21188 |
| digitaal | 42 | 2,5000 | 2,18922 | ,33780 |

|  |
| --- |
| **Independent Samples Test** |
|  | Levene's Test for Equality of Variances | t-test for Equality of Means |
| F | Sig. | t | df | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | Std. Error Difference | 95% Confidence Interval of the Difference |
| Lower | Upper |
| SDQ\_emo\_prob\_vm | Equal variances assumed | ,694 | ,406 | -,758 | 118 | ,450 | -,28846 | ,38039 | -1,04174 | ,46482 |
| Equal variances not assumed |  |  | -,723 | 73,545 | ,472 | -,28846 | ,39876 | -1,08308 | ,50616 |