

Ouderbetrokkenheid binnen IK Lekker fit!?

Gedragsdeterminantenanalyse naar ouderbetrokkenheid bij het preventieve programma IK

Lekker fit! ? op de basisschool



Leonie Gotink (L. E.)

3215342

Juni 2013



Universiteit Utrecht

Universiteit Utrecht

Faculteit Sociale Wetenschappen

Master Maatschappelijke Opvoedingsvraagstukken

Naam begeleider: Dr. P. L. M. Baar

Tweede beoordelaar: Dr. C. Baerveldt

Opdrachtgever: Sportservice Noord-Holland

Abstract

The aim of this study was to get more insight in the parental involvement in the Dutch primary school health program IK Lekker fit! ? and to investigate if the parents were influenced in a way by the program. In order to reach this aim a qualitative analysis of determinants was completed. After an online questionnaire, schools were selected for interviews. Six parents, two headmasters and two teachers were interviewed in-depth. The results showed that the parents were influenced through the children by the program. Also the health activities on the schools were not enough integrated with IK Lekker fit! ?, what explained why the parents were not aware of all the activities around the program. The teachers found it especially hard to get immigrant parents involved in the program. It was recommended that school needs to get the children excited about IK Lekker fit! ? so they will tell their parents about it. It was also important to develop more activities for the children and parents together and to make adaptations to lower the barriers for immigrant parents.

Key words: Ouderbetrokkenheid, ouderparticipatie, basisschool, gezonde leefstijl, interventieprogramma, IK Lekker fit! ?

Mede dank aan de Hartstichting.

IK Lekker fit!? en ouderbetrokkenheid

Steeds meer jongeren kampen met overgewicht. Van de Nederlandse jongeren heeft in 2009 tot 2011 11% overgewicht en 2,5% obesitas (CBS, 2012). De oorzaak van overgewicht ligt in een energierijk voedselpatroon, met veel vet en suikers, in combinatie met afgenomen lichamelijke activiteiten waardoor een positieve energiebalans ontstaat (Schrijvers & van Wijnen, 2008) Er wordt dus meer energie ingenomen dan dat het lichaam nodig heeft.

Het toenemend overgewicht zorgt voor zowel individuele als maatschappelijke problemen. De individuele problemen zijn op te delen in fysieke en psychische problematiek. Jongeren kunnen te maken krijgen met stigmatisering, waardoor zij in de vroege adolescentie kans hebben op een relatief lage zelfwaardering en daarmee samenhangende psychosociale problemen, zoals eenzaamheid, verdriet en gespannenheid (Strauss, 2000). Fysieke problemen zijn onder andere een verhoogde bloeddruk, aandoeningen aan het spijsverteringskanaal en diabetes type 2 (Must & Strauss, 1999; Reilly et al., 2003). Wanneer kinderen dit op een jonge leeftijd ontwikkelen, kan het gevolgen hebben voor de rest van hun leven. Het kan namelijk leiden tot beperkingen in het dagelijks leven en uiteindelijk zelfs tot vroegtijdig overlijden (World Health Organization, 2012). De individuele problemen zijn gerelateerd aan maatschappelijke problemen. Naast dat mensen met overgewicht minder kans hebben om door te groeien in hun huidige baan (Ball, Mishra, & Crawford, 2002; Cawley, 2004), worden de zorgkosten in Nederland voor overgewicht berekend op 1,2 miljard euro (Slobbe et al., 2006).

De Nederlandse overheid zet zich in om overgewicht bij jongeren te voorkomen en terug te dringen door het inzetten van interventies. De schoolomgeving wordt vaak gebruikt voor deze gezondheidsinterventies omdat er intensief contact is met de kinderen gedurende een lange periode (Peterson & Fox, 2007). In Nederland worden veel verschillende interventies op scholen ingezet om overgewicht te voorkomen. Daar is veel geld en tijd mee gemoeid. Het is voor zowel de jongeren als de school van belang te weten dat de interventies (kosten)effectief zijn. Er zijn echter momenteel geen interventies gericht op preventie van overgewicht die binnen de Databank voor Effectieve Jeugdinterventies een andere erkenning dan theoretisch goed onderbouwd hebben gekregen. Als voorbeelden kunnen de preventieve programma's '*B-Fit*', '*JUMP-in*' en ook '*Lekker fit!*' gegeven worden (NJI, 2012). De overheid zal steeds meer evidence-based en effectief gebleken interventies als voorwaarde gaan zien voor de financiering ervan (Baar, Wubbels, & Vermande, 2007). Ook kan het als onethisch worden beschouwd om kinderen te belasten met een interventie waarvan de

werking nog niet is aangetoond (Veerman, Janssens, & Delicat, 2005) Het is dus van belang om bestaande interventies door te blijven ontwikkelen en te blijven onderzoeken op effectiviteit en efficiëntie.

IK Lekker fit!?

De opdrachtgever Sportservice Noord-Holland heeft interesse getoond om meer onderzoek te doen naar ouderbetrokkenheid binnen het programma IK Lekker fit!?. IK Lekker fit!? is een uitbreiding van het programma Lekker fit! welke als theoretisch goed onderbouwd is erkend door de Erkeningscommissie Interventie (NJI, 2012). IK Lekker fit!? wordt uitgevoerd in de provincie Noord-Holland. Dit programma richt zich op leerlingen van het basisonderwijs van groep 1 tot en met 8. Het einddoel van het programma Lekker fit! is dat leerlingen van het primair onderwijs meer gaan bewegen en gezonder eten op school (Janssen-ten Haaf & Willemsen, 2011). De drie punten waar op gefocust wordt is voeding, beweging en gezonde keuzes. De basis van het programma ligt in een lespakket dat geïntegreerd wordt met de reguliere lessen om zo een gezonde schoolomgeving te creëren. Deze aspecten worden zowel bij Lekker fit! als bij IK Lekker fit!? gewaarborgd.

In een review van McLean, Griffin, Toney en Hardeman (2003) is naar voren gekomen dat wanneer ouders betrokken worden in een interventie gericht op het tegengaan van overgewicht, de kinderen significant betere resultaten behalen dan wanneer zij niet betrokken worden. Dit resultaat wordt bevestigd in het onderzoek van Golan en Crow (2004). Daarin werd ook gevonden dat de lange termijn-effecten in de afname van gewicht bij kinderen groter zijn wanneer de ouders worden betrokken. In andere reviews wordt het betrekken van ouders bij gezonde leefstijlactiviteiten ook als positief bevonden om het gewenste resultaat te bereiken (McGovern et al., 2008; Wilfley, Tibbs, van Buren, Reach, & Walker, 2007).

De algemene doelstelling van dit onderzoek is inzicht verkrijgen in de ouderbetrokkenheid met betrekking tot het programma IK Lekker fit!?, teneinde aanbevelingen naar de interventie te doen. Dit onderzoek zal de verbeterpunten, maar ook de sterke punten van ouderbetrokkenheid gegeven door scholen en ouders binnen IK Lekker fit!? blootleggen. Ook zal het meer inzicht geven in de ervaren beïnvloeding bij de ouders. Doordat er nog geen onderzoek is verricht naar de beïnvloeding van ouders door ouderbetrokkenheid binnen IK Lekker fit!?, zal het meer wetenschappelijk inzicht geven en voor meer kennis gaan zorgen. Wanneer ouderbetrokkenheid verhoogd kan worden binnen IK Lekker fit!?, zou dit mogelijk kunnen leiden tot grotere lange termijn-effecten binnen het

programma (Campbell & Hesketh, 2006; Golan & Crow, 2004; Golley, Hendrie, Slater, & Corsini, 2010).

Ouderbetrokkenheid

Ouderparticipatie wordt in dit onderzoek gedefinieerd als “actieve deelname van ouders aan activiteiten op school.” (p.1, Smit, Driessen, Sluiter, & Brus, 2007). Ouderparticipatie richt zich alleen op het deelnemen aan activiteiten welke op de school van het kind plaatsvinden, zoals komen kijken bij de sportdag, en gaat vooraf aan ouderbetrokkenheid. Onder ouderbetrokkenheid wordt het volgende verstaan: “De betrokkenheid van ouders bij de opvoeding en het onderwijs van hun eigen kind, thuis (bijvoorbeeld samen koken) en op school (bijvoorbeeld deelnemen aan een ouderraad of sportcommissie).” (p.1, Smit et al., 2007). Het wordt dus gezien als het algemene geheel van de betrokkenheid van ouders bij de ontwikkeling en opvoeding van het kind. In dit onderzoek wordt aangehouden dat wanneer er geen ouderparticipatie plaatsvindt, er geen sprake kan zijn van ouderbetrokkenheid. Het is dus van belang dat ouders actief deelnemen aan gezondheidsactiviteiten op school (ouderparticipatie), waarna ouderbetrokkenheid buiten school mogelijk is.

Er bestaat nog onduidelijkheid over wat de beste manier is om ouders te betrekken (Dalton & Kitzmann, 2008; Golley et al., 2010; Kuipers, 2010; McLean et al., 2003). Uit onderzoek blijkt dat ouderbetrokkenheid een positieve relatie heeft op de leerresultaten (Inspectie van het Onderwijs, 2005), waardoor het voor scholen interessant kan zijn deze ouderbetrokkenheid te vergroten. Rond Lekker fit! blijkt dat de scholen het zeer moeilijk vinden om ouders te betrekken bij deze onderwerpen. Zij geven aan behoefte te hebben aan meer handvatten voor het betrekken van ouders. Zij vinden het vooral moeilijk om de juiste ouders te bereiken en te betrekken bij de activiteiten die op school worden georganiseerd en bij medewerking aan het programma zelf (Hesselink, van der Sluis, & Martens, 2011; Kuipers, 2010).

Hoewel de interventie IK Lekker fit!? zich op school afspeelt, is het van belang dat ook de ouders hierin betrokken worden (McLean et al., 2003). Eén van de subdoelstellingen van het programma IK Lekker fit!? is dat er “draagvlak en participatie van ouders gecreëerd moet worden om hen meer bewust te laten worden van gezond eten en bewegen” (Sportservice Noord-Holland, 2011, p. 1). Ouders worden door hun kinderen beschouwd als rolmodel wat betreft het eet- en beweeggedrag (Golan & Crow, 2004).

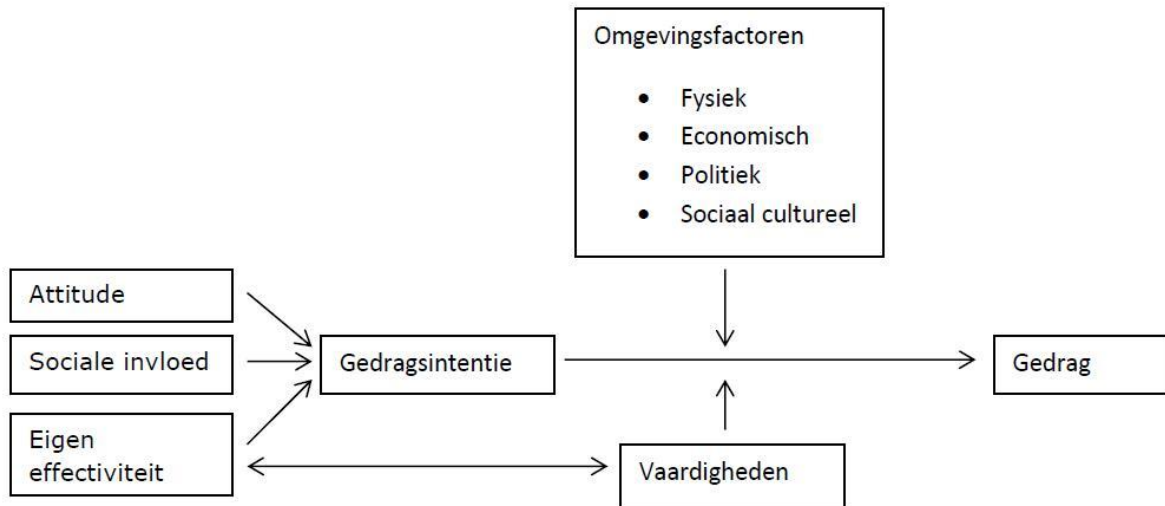
Binnen het programma Lekker fit! wordt er door middel van ouderbijeenkomsten, ouderworkshops en opdrachten voor de leerlingen waar ouders aan mee kunnen helpen, aandacht besteed aan de ouderparticipatie. Ook staan er in de lerarenhandleiding tips om ouders meer te betrekken (Hartstichting, 2012). De website “lekker fit op school” geeft ook tips voor ouders en hoe zij betrokken kunnen zijn (“Lekker fit op school, ouders”, n.d.). Binnen IK Lekker fit!? wordt in vergelijking met Lekker fit! getracht de ouderbetrokkenheid nog meer te verhogen door ouders zoveel mogelijk te informeren én te betrekken bij de extra activiteiten, zoals de kick-off, de gastlessen van de diëtisten en de theatervoorstellingen (Sportservice Noord-Holland, 2011). Ook zijn er menukaarten beschikbaar waar extra activiteiten op staan. Deze menukaarten bevatten ook activiteiten gericht op het verhogen van ouderparticipatie. Doordat IK Lekker fit!? zich extra focust op het betrekken van ouders, zal er in dit onderzoek gericht worden op scholen die deelnemen aan IK Lekker fit!?.

Gedragsdeterminanten

In deze studie is aan de hand van het ASE-model (Ajzen, 1991; Lechner, Kremers, Meertens, & de Vries, 2012) een gedragsdeterminantenanalyse uitgevoerd. Het ASE-model is gebaseerd op de Theory of Planned Behavior van Ajzen (1991). Gedrag van een persoon wordt onder andere bepaald door de intentie van de persoon om het gedrag uit te voeren. Het is bij de algemene doelstelling van deze studie van belang inzicht te krijgen in de determinanten van gedrag, om te zien of deze veranderingen in het gedrag teweeg kunnen brengen. Dit wordt namelijk bepaald door een drietal van gedragsintenties, namelijk *attitude*, *sociale invloed* en *eigen effectiviteit* (Baar et al., 2007). Onder *attitude* wordt de houding van mensen ten aanzien van een bepaald onderwerp verstaan, bijvoorbeeld ‘Patat eten is lekker makkelijk’. Deze zijn over het algemeen redelijk stabiel en geven mede richting aan het gedrag, maar zijn daar niet gelijk aan. Met *sociale invloed* wordt de invloeden vanuit de sociale omgeving bedoeld, zoals ‘Mijn kind wil dat ik bruin brood voor hem koop’. *Eigen effectiviteit* is de verwachting die mensen hebben over hun eigen vermogen om een bepaald gedrag te kunnen uitvoeren, bijvoorbeeld ‘Ik vind het moeilijk voldoende beweging bij mijn kind te stimuleren’ (Lechner et al., 2012).

Figuur 1

Model naar ASE-model (Kok & Damoiseaux, 1991, p.32).



Binnen dit model zijn omgevingsfactoren van het ANGELO-raamwerk verwerkt om belemmerende en bevorderende factoren op een gestructureerde manier weer te geven (Kok & Damoiseaux, 1991). Onder *gedragsintentie* wordt de mate waarin iemand van plan is om bepaald gedrag uit te voeren verstaan (Ajzen, 1991; Lechner et al., 2012). Wanneer er voldoende determinanten zijn die positief gerelateerd zijn aan het uitvoeren van gezonde voeding en beweging, is er eerder de intentie om dit gedrag uit te voeren. Een positieve intentie zorgt er echter niet meteen voor dat dit gedrag ook uitgevoerd wordt, deze kunnen namelijk verstoord worden door *barrières* en *vaardigheden*. Om de barrières beter in kaart te brengen, is het ANGELO-raamwerk geïntegreerd in het ASE-model. Dit raamwerk wat is ontwikkeld door Swinburn, Egger en Raza (1999), bestaat uit twee assen, op de ene as staan de micro- en de macrosettings die van toepassing zijn en op de andere as staan vier typen van omgeving, namelijk fysiek, economisch, politiek en sociaal cultureel (Swinburn et al., 1999). *Vaardigheden* worden gezien als concrete vaardigheden die nodig zijn om bepaald gedrag uit te voeren, zoals ‘Ik wil graag gezond eten, maar ik weet niet hoe ik dat moet aanpakken’ (Lechner et al., 2012). Het hebben van een positieve gedragsintentie is een grote voorspeller voor gedragsverandering, maar dit is geen garantie dat deze verandering daadwerkelijk zal lukken (Lechner et al., 2012).

Doelstellingen

De eerste doelstelling is het in kaart brengen van de mate en aard van ouderparticipatie binnen IK Lekker fit! op de basisscholen. Zoals eerder vermeld, gaat ouderparticipatie vooraf aan ouderbetrokkenheid en daarom is het van belang inzicht te hebben in de mate van ouderparticipatie. Aan de hand van de participatieladder van Edelenbos (2000) wordt de mate van ouderparticipatie vanuit het oogpunt van de scholen vastgelegd. Er wordt onderscheid gemaakt in vijf gradaties, namelijk *informer*, *raadplegen*, *adviseren*, *coproduceren* en *meebeslissen*. Bij *informer* worden de ouders geïnformeerd door bijvoorbeeld een nieuwsbrief en op ouderavonden. Het gaat hier om voornamelijk eenzijdige informatie. Bij *raadplegen* worden de ouders als gesprekspartners gezien. Ouders worden regelmatig gevraagd om aanwezig te zijn bij verschillende activiteiten zoals de kick-off's, ouderbijeenkomsten of andere activiteiten welke gerelateerd zijn aan IK Lekker fit!?. Bij *adviseren* worden de ouders niet alleen gevraagd aanwezig te zijn bij bepaalde activiteiten, maar is er ook sprake van een oudergroep of oudercommissie welke zich onder andere bezighoudt met het programma. Op deze manier wordt er geluisterd naar de tips en opmerkingen van de ouders. Bij *coproduceren* werken de ouders ook mee aan de concrete invulling van bijvoorbeeld lessen en activiteiten. Voorbeelden hiervan zijn kooklessen en het geven van sportclinics. Van *meebeslissen* zal geen sprake zijn, aangezien de interventie al vast ligt en de structuur van het programma behouden moet worden. Dit niveau wordt dan ook niet meegenomen in de studie. Verwacht wordt dat het merendeel van de scholen voldoet aan *informer*. Daarnaast zal *raadplegen* ook regelmatig gebeuren, maar de hogere niveaus zal meer uitzonderlijk zijn (Edelenbos, 2000). Verder wordt er verwacht dat zowel de scholen als de ouders het belang van ouderparticipatie bij IK Lekker fit! inzien (Bautista-Castano, Doreste, & Serra-Majem, 2004; Golan, Weizman, Apter, & Fainaru, 1998).

De tweede doelstelling is het in kaart brengen van de attitude van de ouders ten aanzien van het voedings- en beweeggedrag van hun kind en hoe IK Lekker fit! hier aan bijdraagt. *Attitude* wordt gezien als de positieve of negatieve houding ten aanzien van onderwerpen (Ajzen, 1991). *Attitude* wordt geoperationaliseerd naar *kennis*, *houdingen* en *gewoontes*. *Kennis* is vaak een eerste stap in voorlichting, maar meestal is er meer nodig om gedrag te veranderen. Het is belangrijk dat voorlichting motiveert tot nadenken en het moet vaardigheden voor centrale informatieverwerking aanreiken (Lechner et al., 2012). De kennis die ouders hebben over voeding, leidt tot meer consumptie van groente en fruit bij het kind en voor minder energie- en vetconsumptie (Contento et al., 1993; Gibson, Wardle, & Watts,

1998). Onder *houding* wordt de voorkeur voor voeding en beweging verstaan. De houding van ouders op het gebied van voeding en beweging is een grote voorspeller voor het voedingsgedrag van basisschoolkinderen (Hoy & Childers, 2012; Price, Huhman, & Potter, 2008). *Gewoontes* zijn automatisch geactiveerde gedragingen (Lechner et al., 2012). Veel gedrag dat te maken heeft met gezondheid, is een gewoonte geworden (Quinn & Wood, 2006). Het gewoontegedrag van de ouders op het gebied van voeding, wordt gemakkelijk overgenomen door hun kinderen, wat hun gewoontes beïnvloedt (Scaglioni, Arrizza, Vecchi, & Tedeschi, 2011). Het gewicht en het eetgedrag van de ouders beïnvloedt ook de disciplineren van de kinderen op het gebied van voedsel (Birch & Davinson, 2001). De attitude van de ouder op het gebied van voeding en beweging beïnvloedt deze van de kinderen en daarom is het van belang attitudes van de ouders te veranderen wanneer nodig (Brown & Ogden, 2004). Verwacht wordt dat de geïnterviewde ouders op globale wijze kunnen vertellen waar IK Lekker fit!? voor staat omdat alleen betrokken ouders, door bijvoorbeeld geïnformeerd te worden of te helpen binnen activiteiten, zijn bevraagd in het onderzoek (Kuipers, 2010). Een andere verwachting is dat ouders in enige mate zijn beïnvloed in hun attitude tegenover gezonde voeding en beweging door te participeren binnen IK Lekker fit!? (Golan & Crow, 2004).

De derde doelstelling is het in kaart brengen van de ervaren sociale invloed van ouders ten aanzien van het voedings- en beweeggedrag van hun kinderen en hoe IK Lekker fit!? hieraan bijdraagt. *Sociale invloed* wordt geoperationaliseerd naar *subjectieve normen, motivation to comply, sociale druk en sociale steun*, en *modelling*. Onder *subjectieve norm* worden verwachtingen van belangrijke anderen (zoals partner en kinderen) over eet- en beweeggedrag verstaan (Lechner et al., 2012). In hoeverre de ouders hun eigen visie hierop afstemmen en zich dus aanpassen aan deze verwachtingen, is gekoppeld aan *motivation to comply* (Lechner et al., 2012). Bij *sociale druk en sociale steun* gaat het om direct ervaren steun of druk van anderen op de ouders ten aanzien van het voedings- en beweeggedrag van hun kinderen (Lechner et al., 2012). Bij *modelling* gaat het om leren door het observeren van andermans gedrag (Lechner et al., 2012). Er wordt verwacht dat IK Lekker fit!? weinig invloed heeft op de ervaren sociale invloed van ouders, omdat deze vaak alleen worden beïnvloed door belangrijke anderen (Lechner et al., 2012). Wel is de verwachting dat ouders door IK Lekker fit!? meer groente en fruit aanbieden aan hun kinderen wat uiteindelijk de consumptie ervan kan verhogen (Lindsay, Sussner, Kim, & Gortmaker, 2006).

De vierde doelstelling is het in kaart brengen van de eigen ervaren effectiviteit en vaardigheden van de ouders ten aanzien van het voedings- en beweeggedrag van hun kind en hoe IK Lekker fit!? hier aan bijdraagt. *Eigen effectiviteit* staat voor de verwachting die men heeft over hun eigen vermogen om het desbetreffende gedrag uit te kunnen voeren (Lechner et al., 2012). Het succes van gedragsveranderingen is altijd gerelateerd aan de daadwerkelijke eigen *vaardigheden* (Lechner et al., 2012) en zal daarom samen met *eigen effectiviteit* onderzocht worden. Er wordt verwacht dat ouders worden gemotiveerd door het programma en de ervaring hebben dat hun vermogen om gezonde voeding en beweging naar hun kinderen over te brengen door het programma verder is ontwikkeld (Golan & Crow, 2004).

De vijfde doelstelling is inzicht verkrijgen in de omgevingsdeterminanten op mesoniveau die de ouders bevorderen of belemmeren bij het beïnvloeden van het voedings- en beweeggedrag van hun kind en hoe IK Lekker fit!? hier positief aan kan bijdragen. Door ervaren barrières kan de intentie en het werkelijk vertoonde gedrag van elkaar verschillen. Barrières kunnen namelijk in de weg staan van het vertoonde gedrag (Lechner et al., 2012). Het ANGELO-raamwerk is geïntegreerd met het ASE-model om de omgevingsdeterminanten gestructureerd weer te geven. Het ANGELO-raamwerk definieert en categoriseert de omgevingsdeterminanten en door deze te integreren in het ASE-model, worden ook de relaties tussen de omgevingsfactoren, omgeving en gedrag weergegeven (Lechner et al., 2012). De macrosetting wordt in deze studie niet meegenomen omdat IK Lekker fit!? voornamelijk afspeelt op mesoniveau en door het bevorderen van de ouderparticipatie deels op microniveau (Sportservice Noord-Holland, 2011). De mesosetting betreft hier de schoolsituatie. Deze is hierbij geïntegreerd omdat deze belemmerend of bevorderend kan werken bij participatie, wat zijn uitwerking op de betrokkenheid in de thuissituatie kan hebben. Aanspreekpunten van de school voor het programma IK Lekker fit!? zijn zowel directieleden als leerkrachten. Zij werken op een directe manier met het programma en zullen daarom snel tegen bepaalde punten aanlopen (Kuipers, 2010) en dus bepaalde moeilijkheden ervaren. Bij de schoolsituatie worden de begrippen *fysiek*, *economisch*, *politiek* en *sociaal-cultureel* als volgt geoperationaliseerd. Bij *fysiek* zal de ervaring van de activiteiten van IK Lekker fit!? en moeilijkheden van betrekken van de ouders centraal staan. *Economisch* zal zorgen voor inzicht in de ervaring of de aangestelde subsidie voldoende is voor de uitvoering van het beleid en plannen op het gebied van ouderbetrokkenheid binnen IK Lekker fit!?. *Politiek* zal inzicht geven in de interne processen op school om te onderzoeken of deze een rol spelen bij het belemmeren of bevorderen van de uitvoering van ouderbetrokkenheid. Onder deze interne

processen valt het schoolbeleid en de interne communicatie. IK Lekker fit!? heeft als subdoel dat 80% van de deelnemende scholen het programma opneemt in het schoolbeleid (Sportservice Noord-Holland, 2011). *Sociaal cultureel* zal inzicht geven in de manier van communicatie tussen de ouders en school. Verwacht wordt dat er sprake is van mondelinge communicatie tussen de ouders en de school, omdat dit als belangrijk wordt geacht bij de ontwikkeling van de kinderen (PO-raad, 2011). Ook wordt er verwacht dat het voornamelijk als moeilijk wordt ervaren om de juiste ouders te bereiken en deze enthousiast te krijgen, wat als een belemmerende factor zal worden ervaren (Hesselink et al., 2011; Kuipers, 2010). Een andere verwachting is dat het programma IK Lekker fit!? opgenomen zal zijn in het schoolbeleid, omdat dit als doelstelling van IK Lekker fit!? wordt gezien (Sportservice Noord-Holland, 2011). Ouderbetrokkenheid zal daarin een zeer kleine rol spelen omdat dit niet is opgenomen als doelstelling (Sportservice Noord-Holland, 2011). Daarnaast is de verwachting dat het budget binnen IK Lekker fit!? een rol speelt om ouders te betrekken (Menukaart IK Lekker fit!?, 2012). Ook wordt er verwacht dat zowel tijd als werk van de ouders belemmerende factoren zijn in het participeren bij activiteiten rondom IK Lekker fit!? (Kuipers, 2010; Nonnekes, 2011).

De zesde doelstelling is inzicht verkrijgen in de omgevingsfactoren op microniveau die de ouders bevorderen of belemmeren bij het beïnvloeden van het voedings- en beweeggedrag van hun kind en hoe IK Lekker fit!? hier positief aan kan bijdragen. De microsetting zal hierbij de thuissituatie zijn. Bij de thuissituatie worden de als volgt geoperationaliseerd. *Fysiek* geeft de ervaring van activiteiten rondom IK Lekker fit!? in de thuissituatie weer, zoals de werkboekjes. *Economisch* geeft inzicht in hoeverre het huishoudelijk inkomen bevorderend of belemmerend werkt voor de gezondheid, bijvoorbeeld of er voldoende geld beschikbaar is voor lidmaatschap voor sportverenigingen en het aanschaffen van voldoende groente en fruit. *Politiek* brengt de huisregels in kaart en wat de werking van deze is op gezonde voeding en beweging. *Sociaal cultureel* geeft de manier van communicatie over IK Lekker fit!? weer. Verwacht wordt dat een aantal ouders aangeven moeilijkheden te hebben gezonde voeding en beweging (in een vorm van georganiseerde sport) na te leven door hun economische situatie (Lallukka, Laaksonen, Rahkonen, Roos, & Lahelma, 2007). Verder wordt er verwacht dat de ouders regels voor de kinderen over zowel voeding als beweging hebben opgesteld (Bourdeaudhuij, 1997; Sallis & Nader, 1988). Over de manier van communicatie over IK Lekker fit!? is geen verwachting opgesteld.

De zevende doelstelling is het in kaart brengen van de wensen en ideeën van de scholen en ouders om ouderparticipatie en ouderbetrokkenheid binnen IK Lekker fit!? te vergroten en te verbeteren. Doordat er nog veel onduidelijkheid bestaat over wat de beste manier is om ouders te betrekken (Dalton & Kitzmann, 2008; Golley et al., 2010; Kuipers, 2010; McLean et al., 2003) en het betrekken van ouders bij gezonde leefstijlprogramma's van groot belang is voor de lange termijneffecten (Golan & Crow, 2004; McGovern et al., 2008; McLean et al., 2003; Wilfley et al., 2007), zal er inzicht verkregen worden hoe de ouders het best bij IK Lekker fit!? betrokken kunnen worden. Verwacht wordt dat er voorbeelden worden gegeven waar ouders een direct positief gevolg bij ervaren en waarbij zij het gevoel hebben dat hun kind er positief mee geholpen worden wanneer zij participeren (Russel & Granville, 2005). Ook wordt er verwacht dat er tips voor activiteiten worden gegeven waar de ouders aan mee kunnen doen (Jacobs, 2009). Verder is de verwachting dat de scholen aangeven dat wanneer de ouders via de interesses van het kind worden betrokken, zij zich meer verplicht voelen om deel te nemen (Kuipers, 2010).

Methode

Type onderzoek

Er is gekozen voor een kwalitatieve onderzoeksopzet waarin de determinantenanalyse centraal staat, om zo recht te kunnen doen aan de betekenissen die de doelgroepen geven aan factoren van ouderbetrokkenheid en de mate van beïnvloeding. Ook is er gevraagd naar concrete verbeterpunten betreffende de ouderbetrokkenheid en doordat er een kwalitatieve onderzoeksopzet is gebruikt, werd de respondent gestimuleerd actief en creatief over het onderwerp na te denken (Baarda, de Goede, & Teunissen, 2001). Kwalitatief onderzoek is gedefinieerd als “onderzoek waarbij je overwegend gebruik maakt van gegevens van kwalitatieve aard en dat als doel heeft onderzoeksproblemen in of van situaties, gebeurtenissen en personen te beschrijven en te interpreteren” (Baarda et al., 2001, p. 15). Tevens is er een online enquête afgenomen om de mate van ouderparticipatie van de scholen in kaart te brengen. Het gebruik van verschillende onderzoeksinstrumenten bij verschillende doelgroepen die betrokken waren bij het programma, zorgde ervoor dat de gegevens op elkaar zijn afgestemd en gezien en er daardoor sprake is van een holistische benadering (Baarda et al., 2001).

Respondenten

De voorafgaande online enquête is verspreid onder de IK Lekker fit!? contactpersonen van de deelnemende basisscholen in de provincie Noord-Holland. In totaal hebben 55 scholen de online enquête ontvangen, waarvan 24 scholen deze hebben ingevuld, namelijk door elf directieleden (45,8%), negen leerkrachten (37,5%) en vier andere functies (drie vakdocenten Lichamelijke Opvoeding en één intern begeleider) (16,7%). Hieruit is een selectie van vier scholen gemaakt voor de interviews waarin de directieleden, de leerkrachten en de ouders van de deelnemende kinderen zijn betrokken. Deze onderzoekseenheid is vastgelegd op basis van de homogeniteit van de doelgroep (Boeije, 2005).

Er zijn twee directieleden en twee leerkrachten van vier verschillende scholen gevestigd in de gemeente Noord-Holland geïnterviewd. Er was sprake van een grote diversiteit van achtergrondkenmerken van de scholen. Door deze diversiteit zorgden vier scholen voor een goede inhoudelijke representativiteit van de doelgroep. Hierdoor is er sprake van enige homogeniteit en dit zorgt voor inhoudelijke generalisatie. Dit houdt in dat de gevonden resultaten overdraagbaar zijn naar vergelijkbare of overeenkomstige situaties (Baarda et al., 2001; Boeije, 2005).

In totaal zijn er zes ouders geïnterviewd, waarvan drie ouders met een Nederlandse nationaliteit, twee met een Marokkaanse nationaliteit en één met een Turkse nationaliteit, wat een representatieve weergave was van de achtergrondkenmerken van de deelnemende scholen. De kinderen van de ouders waren geleidelijk verdeeld over de basisschoolgroepen. Ook hier zorgde de diversiteit voor een goede inhoudelijke representativiteit van de doelgroep waardoor er sprake was van inhoudelijke generalisatie (Baarda et al., 2001; Boeije, 2005). Alle ouders waren bekend met het programma en dit was een vereiste om deel te nemen aan het onderzoek, omdat onder andere de ervaringen van IK Lekker fit!? en de ervaren beïnvloeding werd onderzocht. Er is in deze studie gericht op de ouderbetrokkenheid en er werd niet zozeer gevraagd naar de eventuele beïnvloeding op het gedrag van de kinderen. De focus lag dus op de scholen en de ouders. Daarom zijn de betreffende kinderen niet bevroegd in dit onderzoek.

Onderzoeksinstrumenten

In dit onderzoek is er gebruik gemaakt van verschillende onderzoeksinstrumenten, namelijk een voorafgaande online enquête en interviews met directieleden, leerkrachten en ouders, welke enigszins van inhoud verschilden. Doordat er gebruik is gemaakt van verschillende onderzoeksinstrumenten, kan er gesproken worden van datatriangulatie.

Wanneer er voor één onderzoek vanuit verschillende invalshoeken gegevens verzameld zijn, geeft dit een beter beeld van de situatie en vergroot dit de betrouwbaarheid en validiteit van het onderzoek (Baarda et al., 2001).

Naast het gebruik van een online enquête, is er gebruik gemaakt van een half gestructureerd interview. Hierin liggen de onderwerpen van tevoren vast, maar de vragen en de volgorde niet (Baarda et al., 2001). Door het gebruik van een halfgestructureerde onderzoeksmethode, kan er op de juiste momenten doorgevraagd worden zonder dat de validiteit en de betrouwbaarheid in het geding komt omdat een topiclijst structuur biedt aan alle interviews (Baarda et al., 2001).

Online enquête scholen

De online enquête heeft gediend als inventarisatie voor de eerste doelstelling van het onderzoek en gaf inzicht in de aard en mate van de ouderparticipatie op de scholen. De enquête is verspreid onder 55 scholen en is ingevuld door 24 contactpersonen van de IK Lekker fit!?-scholen. De enquête bestond uit elf inhoudelijke vragen waarvan er drie algemeen over de school gingen (de naam van de school, de functie van de respondent en hoe lang de school al deelnam aan het programma), vier over de mate van ouderparticipatie, gebaseerd op de participatieladder (Edelenbos, 2000) (bijvoorbeeld “In hoeverre wordt de aanwezigheid van ouders gestimuleerd bij activiteiten van IK Lekker fit!?! (bij kick-off’s, presentaties of andere activiteiten)?”). Het laatste niveau van de participatieladder, *meebeslissen* (Edelenbos, 2000) is niet meegenomen in het onderzoek, aangezien de interventie al vast ligt en de structuur van het programma behouden moet worden. Verder was er een vraag over hoe de respondent de school beschrijft wat betreft ouderparticipatie (“Zou u uw school beschrijven als een school waarin veel wordt gedaan aan het verhogen van de ouderparticipatie binnen IK Lekker fit!?!”) en drie vragen over verbeterpunten en tips betreffend ouderparticipatie (bijvoorbeeld “Ondervindt u als school moeilijkheden bij het betrekken van ouders binnen IK Lekker fit!?!”). Bij de mate van ouderparticipatie en de verbeterpunten was er naast het gesloten antwoord (“niet of nauwelijks”, “soms”, “regelmatig”, “vaak”), de mogelijkheid een open antwoord te geven. Daarnaast is de vraag gesteld of de school geïnteresseerd was mee te werken aan het vervolgonderzoek. Het gebruik van de enquête en aan de hand daarvan de scoringslijst, heeft gediend als een inventarisatie en zorgde voor een onderscheid tussen de mate van ouderparticipatie van de scholen. Aan de hand hiervan zijn de scholen geselecteerd voor de interviews. Er zijn alleen scholen voor de interviews benaderd die minstens aan het participatieniveau *raadplegen* voldeden, zodat de

ouders op een wederkerige wijze werden betrokken bij het programma. Er is voldaan aan de betrouwbaarheid van de enquête, omdat elke school dezelfde vragen heeft gekregen en de enquête zoveel mogelijk op dezelfde manier is gestructureerd (Boeije, 't Hart, & Hox, 2009). De validiteit is gewaarborgd doordat alle antwoordmogelijkheden geïnccludeerd zijn (Baarda, de Goede, & Kalmijn, 2007).

Topic interview

Bij alle topic interviews is er sprake geweest van een gespreksintrodactie. Hierin werd kort de inhoud en de duur van het interview verteld. Er werd nogmaals aangegeven dat het interview met een voicerecorder werd opgenomen en naderhand letterlijk werd uitgetypt. Ook werd de anonimiteit nogmaals benadrukt en gevraagd of er vooraf vragen waren. Tussen de onderwerpen in is er bij alle interviews gemuteerd en samengevat om de betrouwbaarheid van de interviews te vergroten. Bij de afsluiting van alle interviews was er een mogelijkheid voor toevoegingen of vragen vanuit de respondent. Er werd gevraagd wat hij/zij van het gesprek vond en werd bedankt voor het gesprek.

Topic interview directieleden en leerkrachten

De topic interviews met directieleden en leerkrachten duurden circa een half uur en gaven voornamelijk inzicht in de mate en aard van de ouderparticipatie (de eerste doelstelling) en in de omgevingsdeterminanten op mesoniveau (de vijfde doelstelling). Als eerst zijn er een aantal algemene vragen over het directielid of leerkracht en de school gesteld (bijvoorbeeld “Kunt u iets vertellen over de achtergrondkenmerken van deze school?”). Daarna zijn er vragen gesteld over de onderwerpen *fysiek* (bijvoorbeeld “Welke activiteiten organiseert de school waarbij de ouders worden betrokken?”), *economisch* (bijvoorbeeld “Gebruiken jullie een deel van het toegezegde budget van IK Lekker fit!? voor het stimuleren van de ouderbetrokkenheid?”), *politiek* (bijvoorbeeld “Is het onderdeel ouderbetrokkenheid binnen IK Lekker fit!? opgenomen in het schoolbeleid?”) en *sociaal cultureel* (bijvoorbeeld “Op welke wijze werkt u samen met de leerkrachten binnen IK Lekker fit!?”).

Topic interview ouders

De duur van de topic interviews met de ouders was circa een uur. Deze topiclijst is gestructureerd aan de hand van het model naar het ASE-model van Kok & Damoiseaux (1991). Na de introductie, zijn er vragen gesteld over *ouderparticipatie* om inzicht te krijgen in de eerste doelstelling (bijvoorbeeld “Welke activiteiten waar ouders welkom op zijn, zijn er georganiseerd door de school?”). Daarna werden er vragen gesteld over *attitude* (doelstelling twee, bijvoorbeeld “Bent u van mening dat IK Lekker fit!? uw kennis over voeding heeft

veranderd?"), *sociale invloed* (doelstelling drie, bijvoorbeeld "Vertelt uw kind u wel eens wat hij/zij allemaal geleerd heeft met IK Lekker fit!?"), *eigen effectiviteit* (doelstelling vier, bijvoorbeeld "Ervaart u moeilijkheden bij het overbrengen van het belang van gezonde voeding en voldoende beweging naar uw kind?") en *omgevingsdeterminanten* (doelstelling zes, bijvoorbeeld "Heeft u als ouder regels voor uw kind opgesteld wat betreft voeding?"). Aan het eind van het interview werden er vragen over de *wensen en ideeën* van de ouders gevraagd (doelstelling zeven, bijvoorbeeld "Hoe zou u het liefst betrokken willen worden bij IK Lekker fit!?).

Procedure

De contactpersonen van de IK Lekker fit!? scholen zijn via een e-mail benaderd, welke verzonden is door de lokale projectleiders. In deze e-mail werd het onderzoek geïntroduceerd en er werd een online enquête meegestuurd. Na circa twee weken is er een herinneringsmail verstuurd aan de scholen die de enquête nog niet hadden ingevuld. Naast deze enquête is er gevraagd of de scholen bereid waren mee te werken aan het kwalitatieve gedeelte van het onderzoek. Wanneer zij aangaven bereid te zijn hieraan mee te werken, namelijk de interviews, en er sprake was van een bepaalde mate van ouderparticipatie, zijn zij telefonisch benaderd om een afspraak te maken.

De ouders zijn door de leerkrachten benaderd om mee te werken aan de interviews. De leerkrachten hebben een bepaalde relatie met de ouders, waardoor zij de best aangewezen persoon zijn om de ouders te benaderen. Alle respondenten hebben een toestemmingsformulier overhandigd gekregen met uitleg over de inhoud van het onderzoek en hierin werd de anonimiteit van het interview toegezegd. Deze is in tweevoud ondertekend door beide partijen om toestemming voor vrijwillige medewerking is te geven, zodat zowel de respondent als de onderzoeker er een in bezit had. Hiermee is voldaan aan de ethische voorwaarde informed consent (Boeije, 2005).

De interviews zijn door de onderzoeker met een voicerecorder opgenomen en verbatim uitgeschreven, wat de betrouwbaarheid heeft vergroot (Baarda et al., 2001). De interviews zijn afgenomen op een rustige locatie in de school of bij de ouders thuis. De anonimiteit is gewaarborgd door de namen van de deelnemende scholen en de respondenten nergens te vermelden. De respondenten kregen de mogelijkheid om een samenvatting van de resultaten en het onderzoek te ontvangen. Door deze punten is er voldaan aan de ethische richtlijnen (Boeije, 2005). Door de opnames van het interview en het letterlijk uittypen ervan, is ook de

betrouwbaarheid van de data vergroot (Baarda et al., 2001). Binnen de interviews is er op de juiste momenten doorgevraagd om antwoord op de gestelde vragen te krijgen en meer diepgang te creëren. Ook door het stellen van niet sturende vragen, zijn de verzamelde gegevens een goede afspiegeling van de werkelijkheid en dit heeft de interne validiteit vergroot (Baarda et al., 2001).

Data-analyse

De gesloten antwoorden van de enquêtes zijn op participatieniveau gescoord aan de hand van een ontworpen scoringslijst en ingevoerd in SPSS. Dit geeft een inzicht in de mate van ouderparticipatie per school. De open antwoorden van de enquête zijn met elkaar vergeleken en geanalyseerd conform de kwalitatieve analysemethoden van Baar (2012) en Baarda en collega's (2001).

Het doel van de kwalitatieve analyse is het ordenen van de data door het aanbrengen van structuur. Door middel van deze structuur komen relevante begrippen uit de data naar voren (Baar, 2002; Baarda et al., 2001). De interviews zijn geanalyseerd via analytische inductie. Door het constant vergelijken van uitspraken, is er gekomen tot kernlabels die het inhoudelijke rendement per doelstelling weergaven (Baar, 2002; Baarda et al., 2001). De interne validiteit is gewaarborgd door tijdens het analyseren zo dicht mogelijk op het niveau van de uitspraken van de respondent te labelen (Baar, 2012). De betrouwbaarheid van de labels is gewaarborgd door elk label van een code te voorzien zodat de analysestappen controleerbaar terug te voeren zijn tot de oorspronkelijke tekstpassages (Baar, 2012).

Resultaten

In deze resultatensectie wordt aan de hand van de doelstellingen inzicht verkregen in de ouderbetrokkenheid met betrekking tot het programma IK Lekker fit!?. Op basis van uitspraken van twee directieleden, twee leerkrachten en zes ouders zijn er kernlabels ontwikkeld. De belangrijkste kernlabels worden per doelstelling besproken, welke schuin gedrukt staan in de tekst. Aanvullend zijn er citaten in de tekst opgenomen ter illustratie van de resultaten, deze zijn voorzien van een respondentnummer.

Mate en aard van ouderparticipatie. De eerste doelstelling van het onderzoek was het in kaart brengen van de mate en aard van ouderparticipatie binnen IK Lekker fit!? op de basisscholen.

Tabel 1

Antwoorden online enquête ten aanzien van participatieladder (Edelenbos, 2000)

		N	Percentage
1. In hoeverre worden de ouders over IK Lekker fit!?	niet/nauwelijks	1	4,2%
	soms	12	50,0%
	regelmatig	10	41,7%
	vaak	1	4,2%
2. In hoeverre wordt de aanwezigheid van ouders gestimuleerd bij activiteiten van IK Lekker fit!? (bij kick-offs, presentaties of andere activiteiten)?	niet/nauwelijks	3	12,5%
	soms	16	66,7%
	regelmatig	4	16,7%
	vaak	1	4,2%
3. Heeft uw school een ouderraad of oudercommissie waarin aandacht wordt besteed aan de invulling van IK Lekker fit!? door middel van opmerkingen en tips van de ouders?	Geen oudercommissie	1	4,2%
	Geen aandacht	16	66,7%
	Soms aandacht	5	20,8%
	Regelmatig aandacht	2	8,3%
4. Spelen ouders een rol in zowel het bedenken als het uitvoeren van activiteiten rondom IK Lekker fit!? door bijvoorbeeld het geven van kooklessen, een workshop van hun sport of iets in die richting?	niet/nauwelijks	15	62,5%
	soms	8	33,3%
	regelmatig	1	4,2%
	vaak	0	0,0%

Van de 55 benaderde scholen hebben 24 scholen de online enquête ingevuld. Een aantal vragen is geoperationaliseerd naar de participatieladder weergegeven in tabel 1. Vraag 1 geeft antwoord op het niveau ‘informereren’, vraag 2 op ‘raadplegen’, vraag 3 op ‘adviseren’ en vraag 4 op ‘coproduceren’. De antwoorden tonen, conform de verwachting, dat naarmate het participatieniveau hoger wordt, minder scholen dit niveau toepassen. Bij het eerste niveau (informereren), hebben 23 (95,9%) van de respondenten soms, regelmatig of vaak geantwoord. Deze antwoorden zijn bij het hoogste niveau (coproduceren) door negen (37,5%) respondenten ingevuld. Twaalf respondenten (50,0%) hebben aangegeven dat ze moeilijkheden ervaren bij het betrekken van ouders bij IK Lekker fit!?. De hierbij horende open antwoorden zijn verwerkt in het kwalitatieve gedeelte van de studie.

In de topicinterviews geven één leerkracht (van de twee leerkrachten en twee directieleden) en vijf ouders (van de zes ouders) aan dat er *weinig direct contact is met de ouders en er weinig sprake is van ouderparticipatie*. Zij geven aan weinig te worden

geïnformeerd over IK Lekker fit!?! en wanneer dit wel voldoende gebeurt, wordt aangegeven dat er naast het informeren weinig participatie is. Door alle leerkrachten en directieleden en vijf ouders is er echter ook aangegeven dat er *ouderparticipatie bij verschillende activiteiten* is:

Het is vooral de inzet van handige handen en inkoop en het logistieke deel, daar zetten we ouders voor in. [directielid, 2].

Naast de uitvoerende rol zoals in dit citaat blijkt, worden ouders ook betrokken door onder andere aanwezig te zijn bij sportactiviteiten (sportdagen), voedingsactiviteiten (schoolontbijt) en informatiemomenten (koffieochtenden gericht op gezondheid). Er wordt ook aangegeven dat ouders worden ingezet bij het geven van sportclinics. De ouders worden dus wel betrokken bij gezonde leefstijlactiviteiten, maar regelmatig is *ouderbetrokkenheid niet geïntegreerd in IK Lekker fit!?!*. De relatie tussen IK Lekker fit!?! en gezonde leefstijlactiviteiten is dus niet altijd duidelijk voor de ouders. Het *inzien van het belang van ouderparticipatie bij IK Lekker fit!?!* wordt aangegeven als een belangrijke factor in het betrekken van de ouders. Ouders worden door de school *door aansturing en informeren bewust gemaakt van het belang van gezonde voeding en beweging*. De ouders worden op veel verschillende manieren geïnformeerd, waarvan informeren via de nieuwsbrief de meest voorkomende was. De leerkrachten geven aan dat zij *niet bij alle ouders moeilijkheden ervaren om hen te betrekken*:

Het zijn ook vaak de moeders die zich op meerdere manieren bij de school betrokken voelen. [leerkracht, 4].

De scholen geven aan dat ze *ouderbetrokkenheid graag buiten de klassenactiviteiten om willen en tot een zekere grens*:

In het algemeen wordt ouderbetrokkenheid erg gewaardeerd, tot een zekere grens. Ik denk dat dat meer bij het uitvoerende ligt dan bij het beleidsbepalende. [leerkracht, 1].

Attitude van de ouders. De tweede doelstelling was het in kaart brengen van de attitude van ouders ten aanzien van het voedings- en beweggedrag van hun kind en hoe IK Lekker fit!?! hier aan bijdraagt. Binnen deze doelstelling is attitude geoperationaliseerd naar 'kennis', 'houding' en 'gewoonte'.

Kennis. De ouders vertelden dat *IK Lekker fit!?! bewustwording en spelenderwijs omgaan met gezonde voeding en bewegen* is. Voornamelijk de link met gezonde voeding en IK Lekker fit!?! was bij de ouders bekend. Een ouder krijgt de *kennis over voeding en beweging via het kind* mee:

Ik heb geleerd dat gewoon bewegen elke dag goed is in plaats van dat je maar 1 keer om de paar dagen doet, dat komt voornamelijk dat de school dat dus doorgeeft aan mijn kinderen. [ouder, 1].

Vijf ouders gaven echter aan dat er *geen beïnvloeding was op hun kennis over IK Lekker fit!?, voeding en bewegen*. De grootste reden hiervoor is dat de *eigen kennis al aanwezig* was. Door twee scholen is wel aangegeven dat *betrokkenheid bij IK Lekker fit!? goed is voor de kennis van de ouder* en dat zij *deze kennis over gezonde voeding en beweging krijgen via school*.

Houding. Door de scholen en de ouders is aangegeven dat het van belang is om *de houding van de ouders te veranderen door hen te betrekken*. Het moet een vanzelfsprekendheid worden voor de ouders. Ouders *trakteren meer op gezonde dingen en geven gezondere voeding mee tijdens festiviteiten*, de ouders geven aan *meer bewust te zijn door de gezonde traktatie*:

Ja natuurlijk ben ik bewuster geworden door de gezonde traktatie want vroeger kocht ik een zakje chips en dan plakte ik er een lolly op met een plakbandje en je kon dat uitdelen. [ouder, 3].

Door een aantal ouders is aangegeven dat er *geen verandering in bewustwording en houding is door IK Lekker fit!?:*

Het heeft geen invloed gehad op bewustwording, dat weten we toch allemaal wel van onszelf. [ouder, 5].

Door anderen wordt aangegeven dat *IK Lekker fit!? een verlengde is van het eigen gedrag en dat het zorgt voor steun*. Verder geven alle ouders aan dat zij *gezondheid, gezonde voeding en sporten belangrijk* vinden. Ook vinden zij *voeding en beweging erg belangrijk voor de toekomst en ontwikkeling van hun kind*. Een aantal keer gaven zij aan dat ze dit zelfs belangrijker vinden dan hun eigen gezondheid.

Gewoonte. Er is aangegeven dat er veel *ongezonde en andere gewoontes bij andere culturen* zijn:

In de Nederlandse cultuur gaan ze toch een beetje anders om met voeding. Ik denk dat het cultuurverschil best heel groot is. [ouder, 3].

Eten heeft een andere betekenis in andere culturen en het bestaande voedingspatroon binnen gezinnen is moeilijk te veranderen, *ouderbetrokkenheid is nodig om dit te veranderen*.

Sommige ouders geven aan dat zij *door IK Lekker fit!? een verandering in gewoontes* hebben doorgemaakt:

IK Lekker fit!?! heeft mij bewuster gemaakt van mijn gewoontes, voorheen gaf ik ze wit brood, nu hebben ze op school gezegd dat ze bruin brood moeten meenemen.

[ouder, 1].

Daarnaast vertelden ouders dat *IK Lekker fit!?! een goede aansluiting is op de eigen leefstijl en het onderstreept de gewoontes.*

Ervaren sociale invloed van de ouders. De derde doelstelling was het in kaart brengen van de ervaren sociale invloed van ouders ten aanzien van het voedings- en beweeggedrag van hun kinderen en hoe IK Lekker fit!?! hier aan bijdraagt. Sociale invloed is geoperationaliseerd naar ‘subjectieve norm’, ‘motivation to comply’, ‘sociale druk’, ‘sociale steun’ en ‘modelling’.

Kinderen trachten de ouders te beïnvloeden door *aan te geven dat gezonde voeding belangrijk is en het kind corrigeert de ouder.* Bij ‘motivation to comply’ blijkt dat er bij sommige ouders een *verandering in de houding is door confrontatie van het kind.* Ook *pakt de ouder de ideeën van het kind serieus op:*

Ik denk dat verandering in mijn houding het meeste komt door de kinderen, want op het moment dat zij aangeven dat ze het belangrijk vinden, vind ik het belangrijk genoeg om het op te pakken. [ouder, 6].

Dit geldt echter niet voor alle ouders, er wordt ook verteld dat er *geen beïnvloeding vanuit het kind naar de ouders is.*

Ten aanzien van ‘sociale steun’ blijkt dat de ouders wanneer mogelijk en nodig, *helpen met het maken van huiswerk van IK Lekker fit!?!,* waardoor zij steun van het programma kunnen ervaren. Verder blijkt dat de *vader meer met beweging doet en de moeder zich meer over de voeding ontferrmt.* Op deze manier vullen de ouders elkaar aan. Bij ‘sociale druk’ worden er voornamelijk antwoorden gegeven die op andere ouders van toepassing zijn, zoals dat *niet alle ouders helpen met huiswerk* en dat het *gezond trakteren niet altijd wordt uitgevoerd.* Bij ‘modelling’ wordt door leerkrachten aangegeven dat het *gedrag van leerkrachten doorwerkt op de ouders.* Ouders geven weer aan dat de *activiteiten van de ouders worden doorgegeven aan de kinderen.*

De eigen ervaren effectiviteit en vaardigheden van de ouders. De vierde doelstelling is het in kaart brengen van de eigen ervaren effectiviteit en vaardigheden van de ouders ten aanzien van het voedings- en beweeggedrag van hun kind en hoe IK Lekker fit!?! hier aan bijdraagt. Bij ‘vaardigheden’ geven de ouders aan dat ze *aandacht geven aan gezonde voeding* bij hun kinderen. Volgens de ouders is het van belang dat ouders een goede

voorbeeldrol op zich nemen, want *sporten van kinderen ligt aan een goed voorbeeld*. Alle ouders gaven aan dat er *positieve veranderingen bij de kinderen zijn door IK Lekker fit!?*, wat de kinderen kunnen doorgeven aan hun ouders. Van de kinderen is het voedings- en beweeggedrag, hun gewoontes, bewustwording en hun houding positief veranderd. Ook gaven de ouders aan dat de kinderen door IK Lekker fit!? meer kennis hebben over voeding:

Ze willen thuis echt geen chocoladepasta naar school of hagelslag, het moet pindakaas zijn, broodje kaas of zo. En ze weten ook wat gezond is en ongezond. Dat heb ik ze niet aangeleerd. [ouder, 1].

De ouders zijn *tevreden met de verandering van kinderen* en gaven aan dat *IK Lekker fit!? een goede basis is voor kinderen*.

Geen van de ouders ervoer *moelijkheden bij het uitvoeren van gezonde voeding en beweging*. Het overbrengen van het belang en het stimuleren ervan, net zoals het uitvoeren van regels rondom gezonde voeding en beweging, verliep volgens hen goed.

De omgevingsfactoren in de schoolsituatie. Doelstelling vijf was inzicht verkrijgen in de omgevingsfactoren op mesoniveau die de ouders bevorderen of belemmeren bij het beïnvloeden van het voedings- en beweeggedrag van hun kind. Deze is geoperationaliseerd naar ‘fysiek’, ‘economisch’, ‘politiek’ en ‘sociaal cultureel’. Deze zijn weer opgedeeld in protectieve factoren en barrières.

Fysiek. Activiteiten via school worden enthousiast ontvangen door ouders en ook de kinderen vinden activiteiten en de werkboekjes rondom IK Lekker fit!? leuk. Een ander sterk punt van IK Lekker fit!? was dat *het een langere tijd is en dat het goed combineert met andere projecten*:

Toen kwam schoolfruit plus IK Lekker fit!? dus dat combineerde heel mooi en nu hebben ze nog steeds schoolfruit en IK Lekker fit!?. [ouder, 6].

Een enkele leerkracht gaf aan de site van “lekker fit op school” te kennen en deze *heeft haar op ideeën gebracht*. Wanneer er naar de barrières gekeken wordt, bleek dat alle andere geïnterviewden *onbekend zijn met externe hulp Hartstichting* waar de site “lekker fit op school”, de ouderbijeenkomsten en ouderworkshops onder vallen. Verder hebben leerkrachten *moeite om alle ouders te bereiken en hebben zij hier geen oplossing voor*:

Je wilt zo graag ook andere ouders bereiken, dat lukt niet altijd. [leerkracht, 4].

Zij hebben *hulp nodig bij het betrekken van ouders* en er werd aangegeven dat *IK Lekker fit!? weinig effect heeft zonder betrokkenheid*. Ook werd er aangegeven dat *meestal dezelfde groep ouders aanwezig is bij activiteiten*. Verder is er *nog geen duidelijk beeld van IK Lekker fit!?*

bij leerkrachten en ouders, terwijl er wordt aangegeven dat dit wel van belang is om ouders erbij te betrekken. De leerkrachten zijn *onbekend met de gedachten over en het belang van IK Lekker fit!?* bij de ouders, zoals het leesgedrag van de nieuwsbrief, de bekendheid van IK Lekker fit!?! en het helpen bij het invullen van de werkboekjes.

Economisch. Protectieve factoren waren dat *het budget van IK Lekker fit!?* voldoende is bij ouderbetrokkenheid en daarnaast speelt het een kleine rol. Een directielid gaf aan dat *zonder subsidie van IK Lekker fit!?* gezondheid ook wordt doorgezet:

Het is niet zo dat als de geldstroom ophoudt, dat wij opeens weer terugvallen op het aanbod van de Lidl en de Action. Het idee erachter gaat onverminderd voort.

[directielid, 2].

Er is regelmatig aangegeven dat *tijd en werk van de ouders een belemmering is* bij het betrekken van ouders:

Er zijn veel ouders die gewoon veel moeten werken en dan geen tijd hebben om op school allerlei dingen te doen. [leerkracht, 4].

Politiek. Als protectieve factor werd door alle scholen aangegeven dat er een *ouderraad of werkgroep aanwezig* is. Ook is op drie scholen in meer of mindere mate *IK Lekker fit!?* of *gezondheid deel van het schoolbeleid*. *Het invoeren van gezonde traktaties en gezond eten tijdens festiviteiten* werd ook door drie scholen nageleefd. Voornamelijk de ouders gaven aan *tevreden zijn met de gezonde invoeringen op school*:

Ik ben zo blij de gezonde traktatie. Want er waren er op een gegeven moment zoveel jarigen per week en dan kwamen ze elke dag met een zakje chips of een zakje vol met snoep aan. [ouder, 1].

De specifieke onderwerpen *ouderparticipatie en IK Lekker fit!?* zijn *onvoldoende opgenomen in het schoolbeleid* op drie scholen. Wanneer *IK Lekker fit!?* is opgenomen in het beleid, zijn dat voornamelijk de activiteiten en de werkboekjes. Ouderparticipatie rondom *IK Lekker fit!?* is op geen enkele geïnterviewde school opgenomen in het schoolbeleid. Een andere barrière is dat op twee scholen *gezonde voeding en traktatie geen verplichting is en dat het meer structureel moet worden*. Verder is er door twee scholen en twee ouders van andere scholen aangegeven dat er *geen koppeling tussen IK Lekker fit!?* en de *ouderraad is en dat de wijze van betrokkenheid hierbinnen onduidelijk is*.

Sociaal cultureel. Ouders geven aan *te worden beïnvloed via de kinderen*. De kinderen worden als basis gezien voor de ouderbetrokkenheid, omdat de ouders vaak informatie krijgen

via het kind. Leerkrachten hebben *mondelinge communicatie met de ouders* en voornamelijk *migrantenouders moeten meer persoonlijk benaderd worden*:

Buitenlandse ouders moet je wel echt persoonlijk benaderen en uitleggen wat de bedoeling is en zo. [leerkracht, 4].

De leerkrachten geven aan dat *investeren in contact met ouders erg belangrijk is bij ouderbetrokkenheid*. Verder verliep op de meeste scholen de *interne communicatie goed*. Op een enkele school was er echter *weinig interne communicatie rondom IK Lekker fit!? en ouderbetrokkenheid*. Volgens de ouders kan de *communicatie tussen school en ouder beter*:

De communicatie met school is een aankondiging, meer is het eigenlijk niet. [ouder, 5].

Verder werd er door de school aangegeven dat de *Nederlandse taal een belemmering kan zijn* in de communicatie met ouders. Wat als protectieve factor is aangegeven is tevens een barrière, namelijk dat het *cruciaal is dat het kind IK Lekker fit!? overbrengt op ouders*.

Omgevingsfactoren in de thuissituatie. De zesde doelstelling was inzicht verkrijgen in de omgevingsfactoren op microniveau die de ouders bevorderen of belemmeren bij het beïnvloeden van het voedings- en beweeggedrag van hun kind. Deze is geoperationaliseerd naar ‘fysiek’, ‘economisch’, ‘politiek’ en ‘sociaal-cultureel’. Deze zijn weer opgedeeld in protectieve factoren en barrières.

Fysiek. Als protectieve factor was door zowel een aantal scholen als ouders aangegeven dat de *werkboekjes en opdrachten mee naar huis gaan voor de bewustwording van ouders*. De ouders vertellen dat *IK Lekker fit!? de gezondheid in het gezin bevordert en het gebruikt wordt als kapstok*. Als barrière is er door twee ouders specifiek aangegeven dat *IK Lekker fit!? alleen invloed heeft op het kind, niet op de ouder*. Andere scholen gaven aan dat *werkboekjes niet altijd mee naar huis gaan* en ook twee ouders vertellen dat zij deze nog niet hebben gezien. Een reden die werd gegeven waarom deze niet altijd mee naar huis gingen was dat de werkboekjes vaak niet meer terug naar school kwamen. Wanneer *IK Lekker fit!?* invloed had op het kind, was dat voornamelijk op het gebied van voeding, *IK Lekker fit!? heeft geen invloed op de beweging van het kind*.

Economisch. Door vijf ouders is er aangegeven dat zij *geen belemmeringen ervaren in de economische situatie* om gezonde voeding en beweging te bewerkstelligen. De andere ouder vond dat *gezonde voeding duur is en dat zij daarom kritisch moet inkopen*:

Kiloprijzen groenten voor een gezin van vijf en dat iedere dag, zeker als het winter wordt, dat moet je er toch wel heel erg creatief in worden. [ouder, 6].

Er is wel aangegeven dat *geld een belemmering kan zijn voor het beoefenen van meerdere sporten*:

Ja, ik kan ze niet op alles doen. Ze willen natuurlijk op veel meer sporten, maar ja dat kost me ook weer geld. [ouder, 1].

Er is wel aangegeven dat *voor bepaalde economische klassen het naleven van gezondheid moeilijk is*. De geïnterviewde ouders ervoeren dit echter niet zo.

Politiek. Er is door de ouders aangegeven dat er *regels zijn over voeding en beweging*. Hieruit blijkt wel dat er vaak *weinig regels over beweging zijn opgesteld omdat ze niet nodig zijn*:

Ze bewegen al heel veel bij mij, daar zijn geen regels voor nodig. [ouder, 2].

Sommige ouders zitten op dezelfde lijn met voeding en beweging, maar bij de barrières wordt duidelijk dat in bepaalde gezinnen *de ene ouder gemakkelijker is met voeding dan de ander*. Geen enkele ouder gaf aan onenigheden over bewegen met de partner te hebben. Er werden weinig moeilijkheden ondervonden met het uitvoeren van de regels, een enkeling gaf aan *moeite te hebben met het uitvoeren van gezond drinken en de gezonde traktatie van het kind*.

Sociaal cultureel. Er is aangegeven dat *kinderen hun ouders vertellen over IK Lekker fit!?* en hen daarmee beïnvloeden:

Mijn kinderen vertelden over de schijf van vijf dat ik dan ineens informatie daarover krijg en dat ik denk dat heb ik niet uitgelegd. [ouder, 4].

Daarom is het volgens de scholen en ouders ook van belang dat het *kind gestimuleerd wordt thuis over IK Lekker fit!?* te praten. Door IK Lekker fit!? hebben de kinderen *meer vragen over voeding*. Beïnvloeding kan ook via de ouders lopen, er is namelijk aangegeven dat *door de betrokkenheid van ouders bij IK Lekker fit!?* kinderen *enthousiast worden gemaakt*. Een enkele ouder vertelde dat haar *kind niet veel vertelt over IK Lekker fit!?*.

De verschillende ideeën en wensen om ouderbetrokkenheid te vergroten. De zevende doelstelling was het in kaart brengen van de wensen en ideeën van de scholen en ouders om ouderparticipatie en ouderbetrokkenheid binnen IK Lekker fit!? te vergroten en te verbeteren. Ouders gaven aan *op verschillende manieren vaker geïnformeerd te willen worden*. Drie ouders gaven aan geïnformeerd te willen worden via de nieuwsbrief. Een ouder wilt geïnformeerd worden via de website en via posters en flyers. Drie ouders en een directielid gaven aan dat het *informereren aangepast moet worden op taalbarrières en dat dit erg belangrijk is voor de betrokkenheid*:

Marokkaanse ouders hebben gewoon liever een plaatje met wat is gezond en wat niet en dan een kleine tekst. [ouder, 1].

Door zowel ouders als scholen werd aangegeven dat *meer ouders betrekken bij activiteiten belangrijk is voor een betere werking van IK Lekker fit!?*. Alle ouders en twee scholen hadden ideeën over hoe dit het best kan gebeuren. Deze varieerden tussen meer informatiemomenten organiseren, meer betrekken bij sportactiviteiten, meer huiswerkopdrachten met ouders laten invullen, culturele activiteiten organiseren, IK Lekker fit!? koppelen aan actualiteiten, IK Lekker fit!? meer integreren met bestaande activiteiten en het opstarten van een landelijke campagne. Ook is er door de ouders aangegeven dat het belangrijk is de *ouders te betrekken via de interesses van het kind*:

Misschien is het wel leuk dat de dingen die jullie doen, op de site zetten van de school, want kinderen gaan dan vaak wel kijken, en word je door je kind gedwongen om te kijken. [ouder, 2].

Discussie

De eerste doelstelling van dit onderzoek was het in kaart brengen van de mate en aard van ouderparticipatie binnen IK Lekker fit!? op de basisscholen. Vanuit de online enquête die is ingevuld door 24 IK Lekker fit!? contactpersonen van verschillende scholen, werd verwacht dat het merendeel van de scholen voldeed aan het participatieniveau *informereren*, het eerste niveau van de participatieladder (Edelenbos, 2000). Daarnaast werd verwacht dat het niveau *raadplegen* regelmatig gebeurt, maar dat de hogere niveaus, *adviseren* en *coproduceren* minder gevonden zouden worden bij de scholen (Edelenbos, 2000). Conform de verwachting werd er gevonden dat de hogere participatieniveaus in mindere mate zijn gevonden bij de desbetreffende scholen. Door de vier scholen die deelnamen aan de interviews werd aangegeven dat de meest voorkomende manier van informeren via de nieuwsbrief was, terwijl uit literatuur blijkt dat nieuwsbrieven een lage opbrengst hebben (Nonnekes, 2011; Van der Schaaf & van den Berg, 2009). Verder zijn er tegenstrijdigheden gevonden op het gebied van ouderparticipatie. De meerderheid gaf aan dat er weinig contact met de ouders was en weinig ouderparticipatie. Echter werd er door dezelfde groep aangegeven dat er sprake is van ouderparticipatie bij verschillende activiteiten rondom gezondheid en IK Lekker fit!?. Een door de geïnterviewden aangegeven verklaring hiervoor is dat deze activiteiten vaak niet zijn geïntegreerd bij IK Lekker fit!? waardoor de link tussen het programma en de activiteit voor de ouders niet altijd duidelijk is. Conform de verwachting (Bautista-Castano et al., 2004;

Golan et al., 1998) gaven de geïnterviewden aan het belang van ouderbetrokkenheid bij IK Lekker fit!? in te zien. Daarbij bleek ook dat de scholen ouderparticipatie tot een zekere grenswenselijk vinden. Een verklaring hiervoor kan zijn dat leerkrachten al een verhoogde werkdruk ervaren en daardoor minder bereid zijn niet verplichte taken op zich te nemen (Ballet & Kelchtermans, 2008).

De tweede doelstelling was het in kaart brengen van de attitude van de ouders ten aanzien van het voedings- en beweeggedrag van hun kind en hoe IK Lekker fit!? hier aan bijdraagt. Conform de verwachting (Kuipers, 2010) bleek dat de ouders wisten dat IK Lekker fit!? staat voor bewustwording en het spelenderwijs omgaan met gezonde voeding en beweging. Voornamelijk de link met voeding was bij de ouders bekend, wat verklaard kan worden uit het feit dat de ouders hier het meest mee te maken hebben omdat de sportactiviteiten voornamelijk binnen school afspelen, maar de ouders wel geregeld gezondere voeding mee moeten geven naar school (de Ruyter, 2008). In tegenstelling tot de verwachting (Golan & Crow, 2004) gaven de meeste ouders aan geen beïnvloeding door IK Lekker fit!? te ervaren op hun kennis over het programma, voeding en beweging. De voornaamste reden die hiervoor werd gegeven was dat de kennis al aanwezig was. Wanneer er wel beïnvloeding was op het gebied van kennis, werd dit via de kinderen doorgegeven aan de ouders. De scholen hadden echter de ervaring dat betrokkenheid van ouders bij IK Lekker fit!? de kennis van hen over gezonde voeding en beweging zou doen vergroten. Een verklaring voor de uiteenlopende ervaringen kan zijn dat er naast de betrokken ouders ook moeilijk bereikbare groepen ouders zijn, zoals ouders die de Nederlandse taal niet goed beheersen, waar de school weinig inzicht op heeft en de beïnvloeding op kennis verkeerd wordt ingeschat (Kuipers, 2010). Sommige ouders hebben aangegeven dat zij door IK Lekker fit!? meer gezonde voeding meegeven tijdens trakteren en zij hierdoor meer bewust zijn geworden van gezonde voeding. Dit gold echter niet voor iedereen, sommigen ervoeren geen verandering en anderen zagen het alleen als verlengde van het eigen gedrag. Geconcludeerd kan worden dat de resultaten omtrent houding erg uiteenlopen. Dezelfde conclusie kan getrokken worden met betrekking tot de gewoontes van de ouders. De uiteenlopende resultaten van beïnvloeding in attitude kan verklaard worden door het feit dat deze mede gevormd wordt door eerdere leerervaringen. Deze zijn voor iedereen verschillend. Hierdoor wordt de beïnvloeding op de attitude dan ook door iedereen anders geïntegreerd en levert dit verschillende resultaten op (Lechner et al., 2012). Een andere conclusie is dat er volgens de ouders voornamelijk veel ongezonde en andere gewoontes bij andere culturen zijn, dit laatste wordt ook bevestigd in de literatuur

(Counihan, 1999; Kuipers, 2010). Ouderbetrokkenheid binnen IK Lekker fit!? is volgens de scholen en ouders nodig om voedingspatronen van de gezinnen te veranderen. Daarom is het van belang dat andere culturen ook worden betrokken bij IK Lekker fit!?. Conform de verwachting (Lindsay et al., 2006) bleek dat ouders inderdaad aangaven gezonde voeding aan te bieden aan hun kinderen, maar daaruit bleek niet dat dit verbeterd is door IK Lekker fit!?. Wel gaven ouders aan dat door aanvullende projecten zoals Schoolgruiten, zij meer groente en fruit naar school meegaven.

De derde doelstelling was het in kaart brengen van de ervaren sociale invloed van ouders ten aanzien van het voedings- en beweeggedrag van hun kinderen en hoe IK Lekker fit!? hier aan bijdraagt. Verwacht werd dat de ervaren sociale invloed van ouders niet zozeer werd beïnvloed door IK Lekker fit!?, maar door belangrijke anderen (Lechner et al., 2012). Geen enkele ouder gaf aan directe invloed te ervaren door IK Lekker fit!?, maar er is wel indirecte beïnvloeding aanwezig via de kinderen. De kinderen probeerden de ouders te beïnvloeden door aan te geven dat gezonde voeding belangrijk is en corrigeren de ouder daarin. De helft van de ouders maakten hierdoor ook een verandering in de houding door.

De vierde doelstelling was het in kaart brengen van de eigen ervaren effectiviteit en vaardigheden van de ouders ten aanzien van het voedings- en beweeggedrag van hun kind en hoe IK Lekker fit!? hier aan bijdraagt. Verwacht werd dat ouders de ervaring hadden dat hun vermogen om gezonde voeding en beweging naar hun kinderen over te brengen door het programma verder is ontwikkeld (Golan & Crow, 2004). Echter bleek dat ouders een voorbeeldrol op zich namen omtrent gezonde voeding en beweging en zij het belang hiervan inzagen (Brown & Ogden, 2004), maar dat IK Lekker fit!? hier volgens hen geen invloed op had. Er werd wel duidelijk dat de kinderen positieve veranderingen hebben doorgemaakt op het gebied van gezonde voeding en beweging, dit kan als gevolg hebben dat zij dit doorgeven aan de ouders. Ouders ervoeren geen moeilijkheden bij het uitvoeren van regels rondom voeding en beweging. Een verklaring hiervoor kan zijn dat ouders veel overwicht hebben op het nakomen van regels bij jongere kinderen (de Goede, 2009; Hoeve, Dubas, Eichelsheim, Van der Laan, Smeenk, & Gerris, 2009).

Doelstelling vijf was inzicht verkrijgen in de omgevingsdeterminanten op mesoniveau die de ouders bevorderen of belemmeren bij het beïnvloeden van het voedings- en beweeggedrag van hun kind. Conform de verwachtingen (PO-raad, 2011) gaven de scholen aan dat er sprake is van mondelinge communicatie met de ouders. Dit verloopt echter moeizaam bij de migrantenouders door taalbarrières (Jongsma, 2011). Deze moeten volgens

hen nog meer persoonlijk benaderd worden dan andere ouders. Wanneer er meer outreachend gewerkt wordt naar migrantenouders toe, verhoogt dit de ouderbetrokkenheid (Gillespie & Primavera, 2001; Simon, 2004). De ouders gaven echter wel aan dat de communicatie beter kan en deze ervaren wordt als eenzijdig informeren. Een verklaring hiervoor kan zijn dat ouders en leerkrachten andere doelen voor de kinderen hebben en dus ook andere verwachtingen van communicatie naar elkaar (Epstein, 1986). Er werd wederom duidelijk dat de ervaren beïnvloeding van de ouders via de kinderen verloopt en dat dit door de scholen als cruciaal werd ervaren. Verder werd er verwacht dat het voor de school voornamelijk als moeilijk werd ervaren om de juiste ouders te bereiken en deze enthousiast te krijgen (Hesselink et al., 2011; Kuipers, 2010). Dit is inderdaad door de scholen aangegeven en ook dat hier geen oplossing voor is. Er bleek dat sommige scholen hulp wilden krijgen om meer ouders te betrekken. Het is mogelijk dat zowel de ouders als de school nog geen duidelijke visie en mogelijkheden van IK Lekker fit!? hebben (van Daal, Broenink, Kromontono, & Tabibian, 2002; Smit, Sluiter, & Driessen, 2006), terwijl dit als belangrijk wordt ervaren bij het betrekken van ouders. Bijna niemand kende de externe hulp van de Hartstichting, wat bestaat uit een website met tips, ouderbijeenkomsten en ouderworkshops. Wel werd duidelijk dat de activiteiten rondom IK Lekker fit!? enthousiast door de ouders werden ontvangen en een ander sterk punt was dat het goed combineert met andere projecten zoals het Schoolgruiten. Conform de verwachting bleek dat IK Lekker fit!? of gezondheid in meer of mindere mate is opgenomen in het schoolbeleid en dat ouderparticipatie hierbinnen geen invulling had (Sportservice Noord-Holland, 2011). Een gegeven verklaring was dat de prioriteiten van de school niet bij ouderparticipatie liggen. De ouders gaven aan erg tevreden te zijn met de gezonde invoeringen zoals de gezonde traktaties die op de meeste scholen is ingevoerd. In tegenstelling tot de verwachting dat het budget binnen IK Lekker fit!? een rol speelt om ouders te betrekken (Menukaart IK Lekker fit!?, 2012), is gebleken dat het budget van IK Lekker fit!? hiervoor voldoende is, mede doordat het budget hierbij een kleine rol speelt. Conform de verwachting (Kuipers, 2010; Nonnekes, 2011) werd gevonden dat zowel tijd als werk van de ouders belemmerende factoren waren in het participeren bij activiteiten rondom IK Lekker fit!?.

Doelstelling zes was inzicht verkrijgen in de omgevingsfactoren op microniveau die de ouders bevorderen of belemmeren bij het beïnvloeden van het voedings- en beweggedrag van hun kind. Verwacht werd dat een aantal ouders aangaven moeilijkheden te hebben gezonde voeding en beweging (in een vorm van georganiseerde sport) na te leven door hun

economische situatie (Lallukka et al., 2007). De meeste ouders ervoeren echter geen belemmeringen bij het aanbieden van gezonde voeding en voldoende beweging aan hun kinderen. Voor sommigen werd het wel moeilijk bevonden om de kinderen meerdere georganiseerde sporten te laten beoefenen. Conform de verwachting bleek dat er in de gezinnen regels zijn opgesteld over voeding en beweging, maar dat de meesten het voedingsgedeelte betroffen (Bourdeaudhuij, 1997; Sallis & Nader, 1988). Een verklaring volgens de ouders was dat regels over beweging niet nodig zijn omdat de kinderen al voldoende bewegen. Het voedingsgedrag blijkt voor de ouders meer zichtbaar te zijn dan het beweeggedrag waardoor het beter te monitoren is en er dus gemakkelijker regels voor opgesteld kunnen worden (Kerr & Stattin, 2000). Er was geen verwachting over de manier van communicatie tussen ouders en kinderen over IK Lekker fit!? opgesteld, maar er kwam naar voren dat de ouders op een indirecte manier door IK Lekker fit!? worden beïnvloed, namelijk via de kinderen. De scholen gaven daarbij aan dat het van belang is kinderen te stimuleren in de thuissituatie over IK Lekker fit!? te praten. Volgens de scholen kunnen betrokken ouders ook de kinderen enthousiasmeren, waardoor beïnvloeding vanuit beide kanten kan werken.

De zevende doelstelling was het in kaart brengen van de wensen en ideeën van de scholen en ouders om ouderparticipatie en ouderbetrokkenheid binnen IK Lekker fit!? te vergroten en te verbeteren. Conform de verwachting (Jacobs, 2009) zijn er veel verschillende ideeën en wensen voor activiteiten rondom ouderparticipatie naar voren gekomen, zoals meer informatiemomenten organiseren, de ouders meer betrekken bij sportactiviteiten en hen meer te laten helpen bij huiswerkopdrachten. De ouders wilden het liefst via de nieuwsbrief, website of via posters en flyers geïnformeerd worden over IK Lekker fit!?. Daarnaast werd ook aangegeven dat een oplossing voor de taalbarrière van migrantenouders nodig is, zoals het meer informeren met plaatjes en het organiseren van culturele activiteiten om hen meer te betrekken. Daarnaast werd er gevonden dat het integreren van IK Lekker fit!? in bestaande activiteiten werkzaam kan zijn. Dit kost minder tijd en geld en bereikt meer ouders omdat er meer mogelijkheden benut worden. In tegenstelling tot de verwachting (Kuipers, 2010; Russel & Granville, 2005) bleek dat de ouders geen direct effect en gevolg wilden ervaren zoals dat hun kind er positief mee geholpen wordt als zij participeren. Tot slot blijkt conform de verwachting (Kuipers, 2010) dat wanneer de ouders via de interesses van het kind werden betrokken, zij zich meer verplicht voelen om deel te nemen.

De algemene doelstelling van het onderzoek was inzicht verkrijgen in de ouderbetrokkenheid met betrekking tot IK Lekker fit!?, teneinde aanbevelingen naar de interventie te doen. Gebleken is dat de beïnvloeding van de ouders voornamelijk indirect verliep, namelijk via de kinderen. Daardoor is het van belang dat de kinderen in de thuissituatie vertellen over het programma. Duidelijk werd ook dat gezonde leefstijlactiviteiten waar ouders bij worden betrokken, vaak niet geïntegreerd zijn met IK Lekker fit!? waardoor deze relatie voor de ouders niet altijd zichtbaar is. Voornamelijk migrantenouders ervaren een hoge drempel om te participeren door cultuurverschillen en taalbarrières. Persoonlijke benadering en toegankelijke informatie worden hierbij als belangrijke hulpmiddelen ervaren.

Methodische kanttekeningen

In het huidige onderzoek is er alleen gericht op ouders die in een bepaalde mate betrokken zijn bij IK Lekker fit!?. Daarbij moet vermeld worden dat het een kleine hoeveelheid respondenten betrof, namelijk zes ouders. In vervolgonderzoek kan dit worden uitgebreid met meer ouders om zo de betrouwbaarheid en de verzadiging te vergroten (Baarda et al., 2001). Ook het bestuderen van de niet betrokken ouders in vervolgonderzoek, kan voor interessante en bruikbare resultaten zorgen zoals het in kaart brengen van hun gedachten en wensen over IK Lekker fit!? en wat er nodig is om het gedrag aan te passen, bijvoorbeeld volgens de stadia van het veranderingsproces van Prochaska, DiClemente en Norcross (1993).

De online enquêtes zijn via de lokale projectleiders verspreid en door de drukte op bepaalde scholen hebben sommige projectleiders deze scholen niet benaderd en is de steekproef niet geheel aselekt verlopen (Baarda et al., 2001). Ook zijn de ouders benaderd door de leerkrachten, omdat zij het best konden aangeven welke ouder betrokken is bij IK Lekker fit!?. Dit kan zorgen voor een vertekend beeld omdat er sprake is geweest van een sneeuwbalsteekproef waarin alleen het netwerk van de leerkracht is meegenomen, wat voor enige selectiviteit heeft gezorgd (Baarda et al., 2001).

Er is gebruik gemaakt van kwalitatief onderzoek met een open benadering. Het voordeel van deze onderzoeksmethode is dat de ervaringen van de respondenten bloot worden gelegd. Het is echter niet mogelijk eventuele causaliteiten van de beïnvloeding van ouders te meten. Hiervoor is aanvullend kwantitatief onderzoek nodig. Door het stellen van niet sturende vragen en het doorvragen op momenten waar nodig, zijn de verzamelde gegevens een goede afspiegeling van de werkelijkheid en dit heeft de interne validiteit vergroot (Baarda et al., 2001). De gestructureerde manier van analyseren en door de labels zo dicht mogelijk op

de uitspraken van de respondenten te coderen (Baar, 2012), zijn de interpretatie en de ervaringen van de onderzoeker zoveel mogelijk beperkt wat wederom de interne validiteit ten goede komt (Baarda et al., 2001).

De betrouwbaarheid van het onderzoek is vergroot door het gebruik van data-triangulatie, het gebruik van een voicerecorder, het verbatim uittypen van de interviews en de gestructureerde manier van coderen (Baarda et al., 2005). In dit onderzoek is er zoveel mogelijk getracht cyclisch te werken, dit houdt in dat de topiclijst wordt aangepast op de reeds gevonden bevindingen (Boeije, 2005). De interviews zaten soms te dicht op elkaar, waardoor tussentijdse correctie niet in alle gevallen mogelijk was.

Aandachtspunten

Inzetten op beïnvloeding via kinderen. Uit het onderzoek is duidelijk naar voren gekomen dat de ouders voornamelijk via de kinderen worden beïnvloed over IK Lekker fit!?. Het is dus van belang dat de kinderen enthousiast gemaakt worden over het programma (Kuipers, 2010). Om hierop in te spelen kunnen kinderen bijvoorbeeld zelf nieuwsberichten over IK Lekker fit!? in de schoolkrant of voor op de website schrijven en zelf posters en flyers maken over de aankomende activiteiten. Wanneer de kinderen zelf dingen maken, zoals een tekening of een receptenboek, gerelateerd aan IK Lekker fit!? en deze mee naar huis nemen, zorgt dit voor gespreksstof over IK Lekker fit!? in de thuissituatie (Kuipers, 2010).

Ouders meer betrekken bij activiteiten rondom IK Lekker fit!?. Er zijn veel verschillende voorbeelden gegeven voor activiteiten waarbij ouders betrokken kunnen worden bij IK Lekker fit!?. Een belangrijke bevinding was dat de huiswerkopdrachten verder uitgewerkt moesten worden. Nu werd vaak aangegeven dat de boekjes niet terug kwamen op school nadat deze naar huis meegingen. Wanneer er aparte stencils worden ontwikkeld met thuisopdrachten, of deze online aangeboden worden (Engel, 2013), is de drempel voor de leerkrachten minder hoog de opdrachten mee naar huis te geven. Zo kan dit meer structureel uitgevoerd worden en worden de ouders meer betrokken bij de opdrachten. Daarnaast is het soms niet mogelijk extra activiteiten uit te voeren omdat daar geen budget of tijd voor is. Door veel geïnterviewden is aangegeven dat ouders vaak worden ingezet om de kinderen naar activiteiten te brengen of hen te begeleiden bij bijvoorbeeld sportdagen, maar dat de link met IK Lekker fit!? vaak niet helder voor de ouders was. Dit kan meer duidelijk gemaakt worden door er een kort verhaal over IK Lekker fit!? of een gezamenlijke warming up tijdens deze activiteiten aan te koppelen, zodat het programma voor de ouders meer zichtbaar wordt zonder er aparte activiteiten voor te ontwikkelen. Hier kan een gestandaardiseerd draaiboek

voor ontwikkeld worden dat ingezet kan worden bij verschillende activiteiten. Verder is het belangrijk de ouders te betrekken via de interesses van het kind, zoals foto's van voedings- en beweegactiviteiten op de website te zetten of activiteiten samen met het kind te organiseren (Kuipers, 2010), zodat de ouders worden beïnvloed door het enthousiasme van de kinderen.

Het verlagen van de drempel voor migrantenouders. Er is regelmatig aangegeven dat de communicatie met en het betrekken van migrantenouders door taalbarrières en/of cultuurverschillen erg moeilijk is. Het belang hiervan wordt ook door de geïnterviewde migrantenouders als groot ervaren. Er moet meer ingezet worden op mondelinge communicatie door de leerkracht (Simon, 2004; Gillespie & Primavera, 2001), of een sleutelfiguur die deze groep goed kent en als tussenpersoon van de school en de moeilijk bereikbare groep dient om zo het informeren en betrekken op zich te nemen (Karsten, Roeleveld, Ledoux, Felix, & Elshof, 2002). Ook de schriftelijke manieren van informeren, zoals brieven over IK Lekker fit!? en huiswerkopdrachten binnen het programma kunnen worden aangepast door meer illustrerende plaatjes toe te voegen zodat deze begrijpelijker zijn, zoals aangegeven in de interviews. Activiteiten aangepast op verschillende culturen zoals het samen met de ouders koken op school vanuit verschillende culturen om er daarna een duidelijk en overzichtelijk receptenboek van te maken, kan positieve effecten opleveren (Kuipers, 2010).

Referenties

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179-211. doi:10.1016/0749-5978(91)90020-T
- Baar, P. L. M. (2012). *College vaardigheidstraining kwalitatieve analyse masterthesis 2012*. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Baar, P., Wubbels, T., & Vermande, M. (2007). Algemeen methodische voorwaarden voor effectiviteit en de effectiviteitspotentie van Nederlandstalige antipestprogramma's voor het primair onderwijs. *Pedagogiek*, 27, 71-90.
- Baarda, D. B., Goede, M. P. M. de, & Kalmijn, M. (2007). *Basisboek enquêteren. Handleiding voor het maken van een vragenlijst en het voorbereiden en afnemen van enquêtes*. Groningen/Houten: Wolters-Noordhoff bv.
- Baarda, D. B., Goede, M. P. M. de, & Teunissen, J. (2001). *Basisboek kwalitatief onderzoek. Praktische handleiding voor het opzetten en uitvoeren van kwalitatief onderzoek*. Groningen/Houten: Wolters-Noordhoff bv.
- Ball, K., Mishra, G., & Crawford, D. (2002). Which aspects of socioeconomic status are related to obesity among men and women? *International Journal of Obesity*, 26, 559-564.
- Ballet, K., & Kelchtermans, G. (2008). Workload and willingness to change: disentangling the experience of intensification. *Journal of Curriculum Studies*, 40, 47-67. doi:10.1080/00220270701516463
- Bautista-Castano, I., Doreste J., & Serra-Majem, L. (2004). Effectiveness of interventions in the prevention of childhood obesity. *European Journal of Epidemiology*, 19, 617-622. doi:10.1023/B:EJEP.0000036890.72029.7c
- Beschrijving interventie Lekker fit! (2011). Verkregen op 8 november 2012, van <http://www.loketgezondleven.nl/i-database/interventies/1/11955/>.
- Birch, L. L., & Davinson, K. K. (2001). Family environmental factors influencing the developing behavioral controls of food intake and childhood overweight. *Pediatric Clinics of North America*, 48, 893-907. doi:10.1016/S0031-3955(05)70347-3
- Boeije, H. (2005). *Analyseren in kwalitatief onderzoek. Denken en doen*. Den Haag: Boom Onderwijs.
- Boeije, H., 't Hart, H., & Hox, J. (2009). *Onderzoeksmethoden*. Den Haag: Boom Onderwijs.

- Bourdeaudhuij, I. de (1997). Family food rules and healthy eating in adolescents. *Journal of Health Psychology*, 2, 45-56. doi:_10.1177/135910539700200105
- Brown, R., & Ogden, J. (2004). Children's eating attitudes and behavior: a study of the modeling and control theories of parental influence. *Health Education Research*, 19, 261-271. doi:10.1093/her/cyg040
- Campbell, K. J., & Hesketh, K. D. (2006). Strategies which aim to positively impact on weight, physical activity, diet and sedentary behaviours in children from zero to five years. A systematic review of the literature. *Obesity Reviews*, 8, 327-338. doi:10.1111/j.1467- 789X.2006.00305.x
- Cawley, J. H. (2004) The labor market impact of obesity. In T. Philipson, C. Dai., & L. Helmchen (Eds.), *The economics of obesity. A report on the workshop held at USDA's Economic Research Service.* (pp. 76-86) Washington: Edward Elgar Publishing.
- CBS (2012). *Steeds meer overgewicht*. Verkregen op 12 februari, 2013 van <http://www.cbs.nl/nl-NL/menu/themas/gezondheid-welzijn/publicaties/artikelen/archief/2012/2012-3651-wm.htm>
- Contento, I. R., Basch, C., Shea, S., Gutin, B., Zybert, P., Michela, J. L., & Rips, J. (1993). Relationship of mothers' food choice criteria to food intake of preschool children: Identification of family subgroups. *Health Education & Behavior*, 20, 243-259. doi:10.1177/109019819302000215
- Counihan, C. M. (1999). *The Anthropology of Food and Body*. Londen: Routledge.
- Daal, H. J. van, Broenink, N., Kromontono, E., & Tabibian, N. (2002). *Bevordering van ouderbetrokkenheid en ouderparticipatie op basisscholen. Een quick-scan van behoeften en perspectieven voor de provincie Zuid-Holland en de provinciale steunfunctie-organisaties*. Verkregen op 14 juni, 2013 van http://home.tiscali.nl/actiesdp/Achtergrondinformatie/3296_Ouderbetrokkenheid.pdf
- Dalton, W. T., & Kitzmann, K. M. (2008). Broadening parental involvement in family-based interventions for pediatric overweight. Implications from family systems and child health. *Family and Community Health*, 31, 259-268. doi:10.1097/01.FCH.0000336089.37280.f8
- Edelenbos, J. (2000). *Proces in vorm. Procesbegeleiding van interactieve beleidsvorming over lokale ruimtelijke projecten*. Utrecht: LEMMA.

- Engel, M. (2013). *Van krijtbord naar digibord, de digitale leeromgeving in het primaire onderwijs in de 21^{ste} eeuw*. Utrecht: Hogeschool Utrecht.
- Epstein, J. L. (1986). Parents' reactions to teacher practices of parent involvement. *The Elementary School Journal*, 86, 277-294.
- Geert, van, P. L. C. (2000). *Theorieën van leren en ontwikkeling*. Deventer: Kluwer.
- Gibson, E. L., Wardle, J., & Watts, C. J. (1998). Fruit and vegetable consumption, nutritional knowledge and believes in mothers and children. *Appetite*, 31, 205-228. doi:10.1006/appe.1998.0180
- Gillespie, J.F. & Primavera, J. (2001). *Diverse families, competent families: Innovations in research and preventive intervention practice*. New York: Haworth Press.
- Goede, I. H. A. de (2009). *Development of Adolescent Relationships*. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Golan, M., & Crow, S. (2004). Targeting parents exclusively in the treatment of childhood obesity: Long-term results. *Obesity Research*, 12, 257-361. doi:10.1038/oby.2004.45
- Golan, M., Weizman, A., Apter, A., & Fainaru, M. (1998). Parents as the exclusive agents of change in the treatment of childhood obesity. *American Journal of Clinical Nutrition*, 67, 1130-1138.
- Golley, R. K., Hendrie, G. A., Slater, A., & Corsini, N. (2010). Interventions that involve parents to improve children's weight-related nutrition intake and activity patterns – what nutrition and activity targets and behaviour change techniques are associated with intervention effectiveness? *Obesity Reviews*, 12, 114-130. doi:10.1111/j.1467-789X.2010.00745.x
- Hartstichting (2012). *Minihandleiding*. Nieuwegein: Arko Sports Media.
- Hesselink A., Sluis van der, M., & Martens, M. (2011). *Implementatieonderzoek Lekker Fit!* Amsterdam: Rescon, research & consultancy.
- Hoeve, M., Dubas, J., Eichelsheim, V. I., Laan, P. H. van der, Smeenk, W., & Gerris, J. R. M. (2009). The relationship between parenting and delinquency: A meta- analysis. *Journal of abnormal child psychology*, 37, 749-775. doi:10.1007/s10802-009-9310-8
- Hoy, M. G., & Childers, C. C. (2012). Trends in food attitudes and behaviors among adults with 6-11-year-old children. *The Journal of Consumer Affairs*, 46, 556-572. doi:10.1111/j.1745-6606.2012.01238.x.

- Inspectie van het Onderwijs (2005). *Wetenschappelijke onderbouwing van het waarderingskader PO. Een evidence-based benadering*. Verkregen op 15 oktober, 2012 van <http://www.onderwijsinspectie.nl/actueel/publicaties/Wetenschappelijke+onderbouwing+van+het+waarderingskader+PO+2005.html>.
- Jacobs, S. (2009). *Implementatieplan preventieprogramma 'Lekker Fit!'*. Amsterdam: Hogeschool van Amsterdam.
- Janssen-ten Haaf, M., & Willemsen, J. (2011). Databank effectieve jeugdinterventies: Beschrijving 'Lekker fit'. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut. Verkregen op 15 oktober, 2012 van [http://www.nji.nl/smartsite.dws?id=37990&recordnr=672&adlibtitel=Lekker fit!&setembed=](http://www.nji.nl/smartsite.dws?id=37990&recordnr=672&adlibtitel=Lekker+fit!&setembed=).
- Jongsma, M. (2011). *Tevredenheidsonderzoek Lekker fit! Noordhoff Uitgevers*. Amsterdam – Groningen: Kienonderzoek.
- Karsten, S., Roeleveld, J., Ledoux, G., Felix, C., & Elshof, D. (2002). *Schoolkeuze in een Multi-etnische samenleving*. Amsterdam: SCO-Kohnstamm Instituut.
- Kerr, M., & Stattin, H. (2000). What parents know, how they know it, and several forms of adolescent adjustment: Further support for a reinterpretation of monitoring. *Developmental Psychology*, 36, 366-380. doi:10.1037//0012-1649.36.3.366
- Kuipers, E. (2010). *Rapportage inventarisatie ouderbetrokkenheid*. Den Haag: Nederlandse Hartstichting.
- Lallukka, T., Laaksonen, M., Rahkonen, O., Roos, E., & Lahti, E. (2007). Multiple socio-economic circumstances and healthy food habits. *European Journal of Clinical Nutrition*, 61, 701-710. doi:10.1038/sj.ejcn.1602583
- Lechner, L., Kremers, S., Meertens, R., & Vries, H. de (2012). Hoofdstuk 4: Determinanten van gedrag. In J. Brug, P. van Assema, & L. Lechner (Eds.). *Gezondheidsvoorlichting en gedragsverandering* (pp. 75-105). Assen: Van Gorcum.
- Lekker fit op school, ouders (n.d.). Verkregen op 14 december 2012, op <http://www.lekkerfitopschool.nl/ouders/>
- Lindsay, A. C., Sussner, K. M., Kim, J., & Gortmaker, S. (2006). The role of parents in preventing childhood obesity. *Future of Children*, 16, 169-186. doi:10.1353/foc.2006.0006

- McGovern, L., Johnson, J. N., Paulo, R., Hettinger, A., Singhal, V., Kamath, C., et al. (2008). Treatment of pediatric obesity: A systematic review and meta-analysis of randomized trials. *Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, *93*, 4600-4605. doi:10.1210/jc.2006-2409
- McLean, N., Griffin, S., Toney, K., & Hardeman, W. (2003). Family involvement in weight control, weight maintenance and weight loss interventions: a systematic review of randomised trails. *International Journal of Obesity*, *27*, 987-1005. doi:10.1038/sj.ijo.0802383
- Must, A., & Strauss, R. S. (1999). Risks and consequences of childhood and adolescent obesity. *International Journal of Obesity*, *23*, 2-11. doi:10.1038/sj.ijo.0800852
- NJi (2012). *Databank Effectieve Jeugdinterventies*. Verkregen op 6 november 2012 van <http://www.nji.nl/eCache/DEF/1/03/055.html>
- Nonnekens, R. (2011). *Ouderparticipatie gezonde levenswijze. Determinantenanalyse naar ouderparticipatie bij gezonde leefstijlactiviteiten op de basisschool*. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Peterson, K. E., & Fox, M. K. (2007). Addressing the epidemic of childhood obesity through school-based interventions: what has been done and where do we go from here? *Journal of Law, Medicine & Ethics*, *35*, 113-130. doi:10.1111/j.1748-720X.2007.00116.x
- PO-raad (2011). *Communicatie met ouders. Praktijkvoorbeelden van communicatie met ouders in het primair onderwijs*. Antwerpen – Amsterdam: Garant.
- Price, S. M., Huhman, M., & Potter, L. D. (2008). Influencing the parents of children aged 9-13 years. Findings from the VERB Campaign. *American Journal of Preventive Medicine*, *34*, 267-274. doi:10.1016/j.amepre.2008.03.004
- Prochaska, J.O., DiClemente, C. C., & Norcross, J. C. (1993). In search of how people change: Applications to addictive behaviors. *Journal of Addictions Nursing*, *5*, 2-16. doi:10.3109/10884609309149692
- Quinn, J. M., & Wood, W. (2006). Forewarnings of influence appeals: inducing resistance and acceptance. In E.S. Knowles & J.A. Linn (Eds.), *Resistance and persuasion* (pp. 193-213). Mahwah: Lawrence Erlbaum.
- Reilly, J. J., Methven, E., McDowell, Z. C., Hacking, B., Alexander, D., Stewart, L., & Kelnar, C. J. H. (2003). Health consequences of obesity. *Archives of Disease in Childhood*, *88*, 748-752. doi:10.1136/ad.88.9.748

- Ruyter, J. C. de (2008). *The 'SchoolGruiten' Fruit and Vegetable Supply Program in Grade 3: An Implementation study of the 'Bring from home model'*. Amsterdam: Municipal Health Service of Amsterdam.
- Russel, K., & Granville, S. (2005). *Parents' view on improving parental involvement in children's education. Executive summary and conclusions*. Edinburgh: Scottish Executive.
- Sallis, J. F., & Nader, P. R. (1988). *Family determinants of health behaviors*. New York: Plenum Publishing Corporation.
- Scaglioni, S., Arrizza, C., Vecchi, F., & Tedeschi, S. (2011). Determinants of children's eating behavior. *American Journal of Clinical Nutrition*, 94, 2006S-2011S. doi:10.3945/ajcn.110.001685
- Schaaf, N., van der, Berg, T. van den (2009). *Ouderbetrokkenheid in de brede school*. Verkregen op 7 juni 2013, op: http://www.bredeschool.nl/fileadmin/PDF/2009-02-17__Hanzehogeschool_-_Ouderbetrokkenheidindebredeschool.pdf
- Schrijvers, C., & van Wijnen, L. (2008). Overgewicht. In Schrijvers, C. T. M., & Schoemaker, C. G. (Eds.), *Spelen met gezondheid. Leefstijl en psychische gezondheid van de Nederlandse jeugd*. (pp. 24-35). Bilthoven: RIVM.
- Simon, B. S. (2004). High school outreach and family involvement. *Social Psychology of Education* 7, 185–209. doi:10.1023/B:SPOE.0000018559.47658.67
- Slobbe, L. C. J., Kommer, G. J., Smit, J. M., Groen, J., Meerding, W. J., & Polder, J. J. (2006). *Kosten van ziekten in Nederland 2003. Zorg voor euro's*. Verkregen op 24 januari, 2013 van <http://www.rivm.nl/bibliotheek/rapporten/270751010.html>
- Smit, F., Driessen, G., Sluiter, R., & Brus, M. (2007). *Ouders, scholen, en diversiteit, ouderbetrokkenheid en – participatie op scholen met veel en weinig achterstandsleerlingen*. Nijmegen: ITS – Radboud Universiteit.
- Smit, F., Sluiter, R., & Driessen, G. (2006). *Literatuurstudie ouderbetrokkenheid in internationaal perspectief*. Nijmegen: Radboud Universiteit Nijmegen.
- Sportservice Noord-Holland (2012). *Menukaart IK Lekker fit!?*. Haarlem: Auteur.
- Sportservice Noord-Holland (2011). *Implementatieplan IK Lekker fit!? Noord-Holland*. Haarlem: Auteur.
- Strauss, R. S. (2000). Childhood obesity and self-esteem. *Pediatrics*, 105, 15.
- Swinburn, B., Egger, G., & Raza, F. (1999). Dissecting obesogenic environments: The development and application of a framework for identifying and prioritizing

environmental interventions for obesity. *Preventive Medicine*, 29, 563-570.
doi:10.1006/pmed.1999.0585

Veerman, J.W., Janssens, J., & Delicat, J.W. (2005). Effectiviteit van intensieve pedagogische thuishulp: Een meta-analyse. *Pedagogiek*, 3, 176-196.

Wilfley, D. E., Tibbs, T. L., van Buren, D. J., Reach, K. P., & Walker, M. S. (2007). Lifestyle interventions in the treatment of childhood overweight: A meta-analytic review of randomized controlled trials. *Health Psychology*, 26, 521-532.
doi:10.1037/0278-6133.26.5.521

World Health Organization (2012). *Obesity and overweight*. Gevonden op 6 november 2012, op <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/index.html>