

'JIJ KAN NIET ZWEMMEN, WANT JE BENT TE DIK'



Een kwalitatief onderzoek naar de invloed van discourses op de betekenisgeving aan sport van kinderen met overgewicht.

K.J.P.M. de Wild
Juni 2018
Almelo

'Jij kan niet zwemmen, want je bent te dik'

Een kwalitatief onderzoek naar de invloed van discoursen op de betekenisgeving aan sport van kinderen met overgewicht.

Opdrachtgever

Sportbedrijf Almelo

Adres

IISPA

Stadionlaan 60

7606 JZ Almelo

Bedrijfsbegeleider

S. Kuizenga,

Manager Sport Sportbedrijf Almelo

Scriptiebegeleider

Dr. N. van Amsterdam,

Universitair docent Universiteit Utrecht

Auteur

K. J.P.M. de Wild,

Studente Universiteit Utrecht,

Master Sportbeleid & Sportmanagement

Studentnummer: 2182121

Studiejaar: 2017-2018

Afstudeerperiode: december 2017 – juni 2018

Almelo, juni 2018

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.



Universiteit Utrecht



**sportbedrijf
almelo**

Beste lezer,

20 april 2018, voetbalvereniging Oranje Nassau te Almelo. Honderden kinderen uit alle groep zevens uit Almelo hebben zich verzameld voor het podium. Na enkele minuten warming-up start de muziek: “We swingen ons Fitlala, we zingen ons fit jaja” en niets is minder waar. Alle leerlingen, dik of dun, groot of klein, blond of rossig, dansen de sterren van de hemel. Ze kijken allemaal naar een collega die het officiële, overigens bijzonder moeilijke, dansje van de Koningsspelen 2018 voor doet. En ondertussen doen de kinderen flink hun best om alle razendsnelle danspasjes na te doen. Ik vind het prachtig om te zien dat het voor even niet uitmaakt wie je bent of hoe je eruit ziet, maar dat het nu maar om één ding gaat: DANSEN! Ik realiseer me in een flits wat een mooie stageplek ik heb weten te bemachtigen. Met Sportbedrijf Almelo brengen we iedereen in beweging. Te gek, toch?

Inmiddels zijn we enkele maanden verder waarin ik met eenzelfde passie mijn afstudeerscriptie heb geschreven bij de afdeling Sportzaken van dit toffe bedrijf. In het kader van mijn opleiding Sportbeleid & Sportmanagement aan de Universiteit Utrecht heb ik zes maanden onderzoek gedaan naar de invloed van discoursen op het denken en doen van kinderen met overgewicht ten aanzien van sport. En dit is het resultaat!

De totstandkoming van zo’n scriptie gaat niet zonder slag of stoot. Zeker in combinatie met het revalideren van een afgescheurde kruisband en mediale band in mijn knie was het nog een behoorlijk pittige kluit. Zonder hulp van anderen was het dan ook zeker niet gelukt. Een aantal mensen wil ik daarom zwart op wit bedanken. Op de eerste plaats ben ik veel dank verschuldigd aan mijn scriptiebegeleider vanuit de Universiteit Utrecht, Noortje van Amsterdam. Zij heeft mij gedurende de periode december 2017 – juni 2018 begeleid bij het schrijven van deze scriptie. Van het begin tot het einde heb ik regelmatig met haar overlegd en kreeg ik veel feedback waar ik mee vooruit kon. Het was echt fijn om te sparren met iemand die zich al jarenlang in deze materie verdiept. Ik kijk dan ook met veel plezier terug op deze samenwerking.

Graag wil ik van deze gelegenheid gebruik maken om ook mijn stagebegeleider Sigrid Kuizenga en collega Jelle Brinks te bedanken voor de hulp, de feedback en de begeleiding die ik vanuit Sportbedrijf Almelo van hen heb gehad. Ik kreeg van hen alle tijd en ruimte om te schrijven aan deze scriptie, top!

Daarnaast wil ik graag mijn scriptiebuddie Maaike bedanken voor haar hulp en feedback. Het was een periode vol struggles, maar we hebben ons er toch maar mooi door heen weten te ploeteren! Het was fijn om af en toe de stress te delen, om vervolgens weer vol goede moed verder te gaan. Gedeelde smart is immers halve smart.

Ook ons pap en ons mam, mijn zusje Jessie, mijn klasgenoten Floor, Eline en Peggy en afdeling Sportzaken verdienen een plaats in dit dankwoord. Zij hebben me niet alleen door het schrijven van het scriptieproces heen gesleept, maar waren er ook altijd om te luisteren naar alle happenings rondom mijn rechterknie. Dank!

Tot slot wil ik een hartelijk woord van dank uitspreken naar de scholen en hun leerlingen die ik heb mogen interviewen. Door hun beschikbare tijd en bruikbare informatie is deze scriptie hetgeen geworden waar ik op had gehoopt.

Ik wens u veel leesplezier!

Was getekend,

Kim de Wild

SAMENVATTING

De Nederlandse overheid bestempelt overgewicht als een gevaar. De staat ziet het als haar taak om overgewicht en obesitas terug te dringen en zet met verschillende leefstijlinterventies in op preventie van overgewicht bij kinderen en jongeren. Kinderen worden steeds meer aangespoord om de ingebeelde 'goede' en 'gezonde' burger te zijn door voldoende te bewegen en gezond te eten. Met deze positivistische benadering gaat de overheid voorbij aan de invloed die deze overtuiging heeft op het denken en doen van kinderen met overgewicht ten aanzien van sport.

Dit onderzoek biedt inzicht in de betekenis die jonge Almeloze kinderen geven aan sport, inzicht in discourses die Almeloze kinderen (re)produceren op het gebied van uiterlijk en gezondheid en inzicht in hoe deze discourses leiden tot beïnvloeding van ideeën en gedrag van kinderen met overgewicht ten aanzien van sport. Met een kritische blik en vanuit een poststructuralistisch perspectief kijk ik in dit onderzoek naar de manier waarop de dominante discourses invloed hebben op de mate van sportparticipatie van kinderen met overgewicht.

Met behulp van zes focusgroepen heb ik 27 Almeloze leerlingen uit groep 6 en 7 van vier verschillende basisscholen in Almelo gesproken. Ook heb ik vier meiden die zichzelf tijdens deze focusgroepen categoriseerden als 'een kind met overgewicht' met behulp van vier interviews ondervraagd. Zowel de focusgroepen als de interviews heb ik afgenomen met behulp van een topiclijst, die diende als rode draad van de dataverzameling. Na het transcriberen van de data volgde een kritische discoursanalyse. Ik heb de transcripten bestudeerd om te kijken of de respondenten uitspraken hebben gedaan over wat sport voor hen betekent, hoe zij discourses over uiterlijk en gezondheid reproduceren en de mate waarop deze discourses invloed hebben op het denken en doen van Almeloze kinderen met overgewicht.

Er kan worden geconcludeerd dat biomacht een grote rol speelt in de reproductie van het obesitasdiscours door Almeloze kinderen. Biomacht, uitgeoefend door het vignet de Gezonde School en (school)artsen, presenteren regimes of truth: normatieve aannames over wat de overheid als 'geзд' gedrag ziet en wat dokters met behulp van het BMI als 'overgewicht' categoriseren. Almeloze kinderen reproduceren vervolgens de volgende onderdelen uit het obesitasdiscours: overgewicht is ongezond, dikke kinderen zijn minder goed in sport, ongezonde kinderen kunnen minder goed bewegen en dik zijn is je eigen schuld. Volgens de respondenten geldt het volgende: sport is (vaak) leuk, bewegen is belangrijk. Bewegen is voor hen een belangrijk onderdeel om gezond te zijn of te worden. Toch maken verschillende respondenten gebruik van de ruimte die er is om weerstand te bieden. Hierbij gooien zij vaak bekenden of zichzelf als voorbeeld in de strijd.

Het lichaam is in een sportcontext extra zichtbaar: zowel het niet-normatieve lichaam als een gebrek aan sportvaardigheden valt dan op. Kinderen worden hiermee gepest. Pesten is een vaak zichtbare vorm van disciplineren waarbij de macht van het obesitasdiscours tot uiting komt. Door het pesten zijn kinderen zich sterk bewust van de grootte van hun lichaam en de zichtbaarheid ervan. Hierdoor voelen dikke kinderen zich minder zeker over hun voorkomen en uiterlijk, wat vervolgens een negatieve invloed heeft op hun zelfbeeld en op de mate van sportparticipatie: sommige kinderen stoppen met sport door hun niet-normativiteit. De pesterijen en de angst om gepest te worden door een dik lijf leidt er ook toe dat zowel dikke als slanke kinderen bewust bezig zijn met voldoende bewegen en het eten van 'geзд' voedsel, omdat dit volgens hen van invloed is op de omvang van het lichaam.

Er zijn oplossingen die bij kunnen dragen aan het creëren van een sportomgeving waar zowel slanke als dikke kinderen plezier hebben in de sportactiviteiten. Bewustwording bij mensen die macht uitoefenen, zoals de docenten en de (school)artsen, over de werking en de invloed van discourses is

een eerste stap. Zodra zij zich bewust zijn van de impact van hun neoliberale boodschappen, zijn ze in staat om op hun eigen uitspraken te reflecteren en zodoende zo min mogelijk onderdelen uit het obesitasdiscours te reproduceren. Vervolgens kunnen zij met kleine groepen kinderen gesprekken voeren over overgewicht in relatie tot sport en gezondheid, om zo ook bij hen bewustwording te creëren. Daarnaast zijn er twee factoren die het sporten voor Almelose kinderen met overgewicht aantrekkelijker maken. Dit betreft de mogelijkheid om zelf een tijd en een dag te kiezen en een variërend sportaanbod. Ik adviseer Sportbedrijf Almelo daarom om in samenwerking met verschillende sportverenigingen flexibel sportaanbod aan te bieden. Tot slot raad ik aan vervolgonderzoek te doen naar de rol die gender speelt in de sportparticipatie van kinderen met overgewicht. Ook is onderzoek nodig naar hoe discourses op andere plaatsen in het land worden gereproduceerd en invloed hebben op de sportparticipatie van kinderen met overgewicht.

INHOUDSOPGAVE

Hoofdstuk 1 Inleiding	8
1.1 Aanleiding.....	9
1.2 Probleemstelling.....	9
1.3 Doelstelling en onderzoeksvraag	10
1.4 Maatschappelijke relevantie	10
1.5 Wetenschappelijke relevantie.....	11
1.6 Leeswijzer	11
Hoofdstuk 2 Theorie & literatuur	13
2.1 Betekenisgeving.....	14
2.2 Discoursen en macht	15
2.3 Aspecten uit het obesitasdiscours.....	17
2.4 Gevolgen van het obesitasdiscours.....	19
Hoofdstuk 3 Methodologie	23
3.1 Onderzoeksperspectief	24
3.2 Kwalitatief onderzoek met kinderen.....	24
3.3 Respondenten	25
3.4 Onderzoeksmethoden.....	26
3.4 Data analyse	28
3.5 Oprechtheid en betekenisvolle samenhang.....	28
Hoofdstuk 4 Resultaten & analyse	30
4.1 Belangrijkste inzichten	31
4.2 Hoe kinderen betekenis geven aan sport en gezondheid	31
4.3 Hoe kinderen denken over omvang, gezondheid en beweegvaardigheden.....	35
4.4 Hoe het obesitasdiscours invloed heeft op het denken en doen van kinderen	39
Hoofdstuk 5 Dilemma voor de opdrachtgever	44
5.1 Bij mollige kinderen voel ik me thuis.....	45
5.2 Kritische noot	46
Hoofdstuk 6 Conclusie	47
Hoofdstuk 7 Reflectie	50
7.1 Voor de dataverzameling	51
7.2 Tijdens de dataverzameling.....	51
7.3 Na de dataverzameling.....	52
Literatuurlijst	54
Bijlage 1: Ouderbrief	59

Bijlage 2: Topiclijst focusgroepen	60
Bijlage 3: Spreekwolkjes focusgroepen.....	63
Bijlage 4: Topiclijst interviews.....	64
Bijlage 5: Afbeeldingen interviews	65
Bijlage 6: Codeboom.....	66



HOOFDSTUK 1

INLEIDING

'Jij kan niet zwemmen, want je bent te dik'

In dit hoofdstuk wordt allereerst de aanleiding van dit onderzoek toegelicht. Vervolgens komen de probleemstelling, de doelstelling, de onderzoeksvraag en de relevantie aan bod. Dit hoofdstuk sluit af met een leeswijzer waarin kort de inhoud van de hier op volgende hoofdstukken wordt weergegeven.

1.1 Aanleiding

Twee decennia terug typeert de World Health Organization (1998) obesitas als een chronische, niet te genezen metabole ziekte van wereldformaat. Hiermee creëert de wereldgezondheidsorganisatie een realiteit: mensen met obesitas zijn ziek. Dit lijkt het begin van overgewicht en obesitas als wereldwijde zorg. Zwaarlijvigheid wordt tegenwoordig geconceptualiseerd als een epidemie en ziekte (Rice, 2007, p. 170). Zo brengen onderzoekers van het medische tijdschrift The Lancet naar buiten dat overgewicht wereldwijd een groter probleem is dan ondervoeding. 13 procent van de wereldbevolking lijdt aan obesitas tegen 9 procent dat ondergewicht heeft (Fleming et al., 2014). Een studie van het London Imperial College toont aan dat obesitas tussen 1975 en 2014 onder mannen wereldwijd is verdrievoudigd, bij vrouwen is meer dan een verdubbeling zichtbaar (NCD Risk Factor Collaboration, 2016). Volgens dezelfde wetenschappers zal in 2025 een vijfde van de hele wereldbevolking lijden aan obesitas. In 2003 roept de World Health Organization (2003) zelfs een begrip voor deze 'obesitasepidemie' in het leven: 'globesity'.

Overgewicht wordt als een probleem gezien omdat het volgens medisch specialisten gepaard gaat met verschillende en uiteenlopende gezondheidsrisico's, zoals een grotere kans op hart- en vaatziekten, een te hoge bloeddruk en een aantal vormen van kanker (Van Berkel, 2015, p. 205). Dezelfde risico's zijn overigens aanwezig bij volwassenen die als kind overgewicht hadden, maar op volwassen leeftijd hun overgewicht zijn kwijtgeraakt (Deckelbaum & Williams, 2001). Daarnaast wordt beweerd dat overgewicht miljarden euro's kost aan medische zorg en arbeidsongeschiktheid (Van Berkel, 2015, p. 203).

De publieke bezorgdheid over een 'obesitasepidemie' komt tot uiting in de media en in de politiek van de meest westerse en steeds meer niet-westerse landen (Wright, Burrows & Rich, 2012, p. 2). Ook de Nederlandse overheid bestempelt overgewicht als een gevaar, getuige de meest recente beleidsnota over overgewicht, 'Nota Overgewicht' (2009): 'De snelle ontwikkeling van overgewicht en obesitas vormt zowel op wereldschaal als in Nederland een toenemende bedreiging van de volksgezondheid. (...) Overgewicht leidt vaak na verloop van tijd tot obesitas, een chronische ziekte waar je bijna niet meer vanaf komt als je deze eenmaal hebt. Preventie van (verdere) gewichtstoename is dan eigenlijk de enige remedie.' Door middel van beleid wil de Nederlandse overheid een bijdrage aan de oplossing van maatschappelijke en sociale problemen leveren. Zij ziet het als haar taak om overgewicht en obesitas terug te dringen door mensen te stimuleren gezonder te eten en meer te bewegen. Hierbij zet de overheid vooral in op preventie van overgewicht, gericht op de doelgroepen kinderen en jongeren. Men gaat er vanuit dat, als de jeugd een gezonde leefstijl aanleert, ze dan ook gezond volwassen zullen worden (Knoppers, 2006, p. 9). Zo is de overheid met onder andere de volgende programma's, gericht op de jeugd, gestart: Jongeren Op Gezond Gewicht (JOGG), de Gezonde Schoolkantine en het vignet Gezonde School.

Wat voor (onbedoelde) gevolgen kunnen deze initiatieven van de overheid hebben? Met deze eenzijdige benadering bestaat het risico dat de kijk van kinderen op gezondheid, overgewicht en het ideale lichaam wordt beïnvloed. Deze interventies sporen kinderen namelijk aan om de ingebeelde 'goede' en 'gezonde' burger te zijn. Op deze manier wordt overgewicht als 'slecht' bestempeld (Van Amsterdam & Knoppers, 2017; Burrows & Wright, 2007; Gard & Wright, 2005). Daarnaast: wat doet deze vorm van categoriseren met kinderen? En hebben dergelijke boodschappen invloed op het denken en doen van specifiek kinderen met overgewicht?

1.2 Probleemstelling

Het heersende idee achter de meeste gezondheidsbevorderingscampagnes is dat hoe meer iemand sport of beweegt, des te minder overgewicht iemand heeft en des te beter zijn of haar gezondheid is (Knoppers, 2006, p. 9). Immers, als de calorie-inname kleiner is dan het energieverbruik verliest men lichaamsgewicht (Van Berkel, 2015, p. 203) en wordt overgewicht bestreden. Deze benadering kan tot

het positivisme worden gerekend: de realiteit kan worden verklaard door enkel waarneembare en objectieve fenomenen (Bryman, 2008; Henry & Ling-Mei Ko, 2016). 'Overgewicht wordt veroorzaakt door ongezonde voeding en een gebrek aan voldoende beweging', zo luidt de positivistische boodschap van de overheid.

Wat is nu precies het probleem? Volgens Wright, Burrows & Rich (2012) hebben de heersende associaties gerelateerd aan overgewicht onder meer invloed op hoe kinderen over zichzelf denken en of ze wel of niet gaan sporten. Deze heersende associaties, ge(re)produceerd door overheden en volwassenen, worden door de Franse filosoof Michel Foucault (1975 in: Montessori, Schuman & De Lange, 2012, p. 36) omschreven als een discours. Een discours is een gereguleerde reeks uitspraken over een bepaald onderwerp die leidt tot verspreiding van een statement. Zo wordt de werkelijkheid gestructureerd en wordt er betekenis aan gegeven (Foucault, 1975 in: Montessori, Schuman & De Lange, 2012, p. 36). Met het presenteren van overgewicht als gevaar, produceert de overheid een discours dat invloed heeft op het denken en doen van kinderen. Zo wijst eerder onderzoek uit dat middelbare school leerlingen weerstand bieden tegen de vet-fobische discourses door onder andere het vermijden van fysieke activiteiten (Van Amsterdam & Knoppers, 2017; Sykes & McPhail, 2008).

De overheid lijkt zo het probleem te versimpelen en dat zou problematisch zijn. Met haar eenzijdige, positivistische benadering zou het kunnen dat de overheid voorbij gaat aan de betekenissen die kinderen geven aan overgewicht, gezondheid en het ideale lichaam. Ook bestaat het risico dat de overheid de mogelijke invloed die deze discourses hebben op de sportparticipatie van kinderen met overgewicht zodoende mist.

1.3 Doelstelling en onderzoeksvraag

Het doel van dit onderzoek is inzicht krijgen in de betekenis die jonge Almelose kinderen geven aan sport, inzicht krijgen in discourses die Almelose kinderen (re)produceren op het gebied van uiterlijk en gezondheid en hoe deze discourses leiden tot beïnvloeding van ideeën en gedrag van Almelose kinderen met overgewicht ten aanzien van sport. Met deze inzichten wordt een bijdrage aan de wetenschappelijke literatuur geleverd. Dit onderzoek kan eveneens bijdragen aan het inrichten van een ander beleid van de overheid om een betere aansluiting te vinden bij de situatie waar kinderen met overgewicht zich in bevinden.

Dit onderzoek vindt plaats op Almelose basisscholen waar verschillende leerlingen uit groep 6 en 7 met behulp van focusgroepen en interviews worden ondervraagd. De onderzoeksvraag die tijdens dit onderzoek centraal staat, luidt:

Hoe verhouden de betekenissen, die Almelose kinderen tussen de 9-11 jaar met overgewicht geven aan sport, zich tot de discourses die Almelose kinderen (re)produceren op het gebied van uiterlijk en gezondheid?

Deze onderzoeksvraag wordt aan de hand van onderstaande deelvragen onderzocht:

- 1) Welke betekenissen geven Almelose kinderen aan sport?
- 2) Welke discourses over uiterlijk en gezondheid die door kinderen worden ge(re)produceerd, zijn bekend in de literatuur?
- 3) Welke discourses over uiterlijk en gezondheid worden door Almelose kinderen ge(re)produceerd?
- 4) Hoe hebben de heersende discourses over uiterlijk en gezondheid invloed op het denken en doen van Almelose kinderen met overgewicht?

1.4 Maatschappelijke relevantie

Sportbedrijf Almelo, opdrachtgever van dit onderzoek, is uitvoerder van het gemeentelijk sportbeleid in Almelo. Het bedrijf heeft als doel om zoveel mogelijk Almeloërs in beweging te krijgen (Sportbedrijf Almelo, z.j.). Aangezien kinderen met overgewicht minder sporten dan kinderen zonder overgewicht (Cooper et al., 2015, p. 3), is het voor Sportbedrijf Almelo dus interessant om te weten hoe de kans

wordt vergroot dat zwaarlijvige Almeloze kinderen gaan sporten. Met het poststructuralistische perspectief biedt dit onderzoek een andere kijk op het overgewichtsvraagstuk dan de positivistische benadering die lokale en landelijke overheden doorgaans hanteren. Dit kan leiden tot het inrichten van een ander beleid van Sportbedrijf Almelo om zo een betere aansluiting te vinden bij de situatie waar kinderen met overgewicht zich in bevinden.

Dit onderzoek is niet alleen relevant voor Sportbedrijf Almelo. Ook de basisscholen in Almelo kunnen baat hebben bij de uitkomsten van dit onderzoek. Met dit onderzoek wordt de stem van hun leerlingen hoorbaar gemaakt. Dit kan input bieden voor het creëren van een vriendelijker sportcontext, zoals de gymlessen, waar iedereen zich welkom voelt.

1.5 Wetenschappelijke relevantie

Er is veel onderzoek gedaan naar redenen waarom kinderen wel of niet sporten. Het grootschalige peer review van Allender, Cowburn en Foster (2006), dat meer dan 1200 papers heeft geanalyseerd, toont aan dat verschillende soorten lichaamsbeweging, plezier en steun van ouders cruciaal zijn in de sportparticipatie van kinderen. Kinderen met overgewicht sporten relatief minder dan kinderen zonder overgewicht (De Vries et al., 2015). Zij ervaren volgens Puglisi et al. (2009, p. 36) de volgende drempels: gezinsdynamiek en -samenstelling (er wordt bijvoorbeeld geen tijd voor sport vrijgemaakt), een gebrek aan sociale steun, de fysieke omgeving en een lage zelfperceptie van hun atletische competentie. Daarnaast is er internationaal veel geschreven over de invloed van discoursen op de sportparticipatie van jongeren, in het bijzonder discoursen omtrent uiterlijk en gezondheid (Burrows, 2008; Van Exel, De Graaf & Brouwer, 2006; Kirk et al., 2014; Evans & Rich, 2005; Robertson, 2003; Wright, Burrows & Rich, 2012; Wright & Halse, 2014). Ook jonge kinderen zijn onder de loep genomen door bijvoorbeeld Lisette Burrows. Zij heeft in Australië, het Verenigd Koninkrijk en Nieuw-Zeeland met regelmaat onderzoek gedaan naar de manieren hoe jonge kinderen gezondheid en fitheid construeren (Burrows, 2010; Burrows, 2008; Burrows & Wright, 2007; Burrows, Wright & Jungersen-Smith, 2002; Wright, Burrows & Rich, 2012).

Hoewel Nederland in rep en roer lijkt te staan door het groeiende aantal kinderen met overgewicht en obesitas, zijn er hier weinig onderzoeken uitgevoerd waarbij kinderen zelf wordt gevraagd hun perspectieven ten aanzien van lichamelijke activiteit te tonen. Dit wordt door Darbyshire, MacDougall & Schiller (2005) 'the missing child' genoemd: er wordt vooral onderzoek gedaan *naar* kinderen in plaats van *met*. Kinderen worden vaak als 'dom' beschouwd en worden daardoor niet serieus genomen in discussies over hun behoeften (Oakley, 1994 in: Darbyshire, MacDougall & Schiller, 2005, p. 419).

Waar in veel Nederlandse onderzoeken naar overgewicht een positivistisch perspectief wordt gebruikt, hanteert dit onderzoek een poststructuralistische lens. In tegenstelling tot positivistische onderzoeken wordt in dit onderzoek wel de stem van de kinderen met overgewicht hoorbaar gemaakt. Op deze manier maakt dit onderzoek processen en structuren zichtbaar die in positivistische onderzoeken niet naar boven komen. Eén van de weinige Nederlandse onderzoekers die ook regelmatig gebruik maken van dit perspectief om de invloed van discoursen omtrent uiterlijk en gezondheid te onderzoeken, zijn Van Amsterdam en Knoppers. Deze studies richtten zich echter voornamelijk op jongeren vanaf 12 jaar. De vraag die dan ontstaat, is: welke discoursen worden door jongere Nederlandse kinderen gereproduceerd en hoe hebben deze discoursen invloed op het denken en doen van jongere Nederlandse kinderen met overgewicht? Met behulp van focusgroepen en diepte-interviews met negen-, tien- en elfjarige Almeloze kinderen wordt de stem van verschillende jonge Nederlandse kinderen hoorbaar gemaakt en wordt deze ontbrekende kennis in de literatuur aangereikt.

1.6 Leeswijzer

Na dit inleidende hoofdstuk worden in het volgende hoofdstuk de gebruikte theoretische concepten en relevante literatuur met betrekking tot de onderzoeksvraag en de deelvragen weergegeven. Hoofdstuk 3 licht de gekozen methodologie toe. Hoofdstuk 4 presenteert de resultaten van dit

onderzoek. Bovendien legt dit hoofdstuk de link met de theoretische concepten en literatuur uit hoofdstuk 2, hetgeen de basis vormt voor de analyse van de data.

Hoofdstuk 5 omschrijft een dilemma voor de opdrachtgever, waarin drie factoren die het sporten aantrekkelijker maken voor Almelose kinderen met overgewicht aan bod komen. Deze factoren worden vanuit een Foucaultiaans perspectief kritisch bekeken. In hoofdstuk 6 volgt de conclusie, waarin antwoord wordt gegeven op de onderzoeksvraag van dit onderzoek. Dit rapport sluit af met hoofdstuk 7. Dit hoofdstuk bevat een kritische zelfreflectie, met keuzes die ik voor, tijdens en na de dataverzameling heb gemaakt en zodoende mogelijk van invloed zijn op de uitkomsten van dit onderzoek. Deze reflectie vormt eveneens de basis voor verschillende wetenschappelijke aanbevelingen die in dit hoofdstuk naar voren komen.



HOOFDSTUK 2

THEORIE & LITERATUUR

In dit hoofdstuk worden zowel de gebruikte theoretische concepten als de relevante literatuur met betrekking tot zwaarlijvigheid gepresenteerd. Dit onderzoek heeft gebruik gemaakt van het Foucaultiaanse perspectief. Dit perspectief maakt processen en structuren zichtbaar die in positivistische onderzoeken niet naar boven komen. Hierbij spelen termen als discourses, macht, regime of truth, weerstand en self-surveillance een belangrijke rol. Dit hoofdstuk geeft inzicht in hoe deze begrippen kunnen worden toegepast op het onderwerp van deze scriptie: sportparticipatie van kinderen met overgewicht.

2.1 Betekenisgeving

Weick (1995) ziet betekenisgeving als een continu proces waarin mensen betekenis geven aan de werkelijkheid door terug te kijken op hun handelen. Betekenisgeving ligt verankerd in de identiteit van een persoon en wordt gevormd door interactie tussen mensen (Weick, 1995). Betekenisgeving verschilt dus per persoon en per context. Een van de doelen van dit onderzoek is inzicht krijgen in de betekenis die Almeloze kinderen geven aan sport. Wat is er in de literatuur te vinden over betekenisgeving van kinderen met betrekking tot sport en gezondheid?

Betekenisgeving sport

Welke betekenissen geven kinderen aan sport? Uit onderzoek van Van Exel, De Graaf en Brouwer (2005, p. 2636) blijkt dat kinderen sporten vanwege het plezier, het speelse van bewegen en het leren van motorische en sportgerelateerde vaardigheden en technieken. Ter Haar en Valkestijn (2014, p. 3) beschrijven dat sporten behalve plezier maken met vrienden een verrijking van het sociale netwerk van kinderen is, met jongeren en volwassenen die hen aanmoedigen en ondersteunen bij het ontwikkelen van hun talenten. Het grootschalige peer review van Allender, Cowburn en Foster (2006), dat meer dan 1200 papers heeft geanalyseerd, toont aan dat verschillende soorten lichaamsbeweging, plezier en steun van ouders cruciaal zijn in de sportparticipatie van kinderen. Kinderen kiezen voor sport omdat ze het leuk vinden en niet omdat het moet; kinderen zijn weinig bezig met gezondheid (p. 829).

Kinderen met overgewicht sporten relatief minder dan kinderen zonder overgewicht (Cooper et al., 2015, p. 3). Zij voelen zich niet welkom bij fysieke activiteiten (Beltrán-Carrillo et al., 2012, p. 22). Zij ervaren volgens Puglisi et al. (2009, p. 36) de volgende drempels: gezinsdynamiek en -samenstelling (er wordt bijvoorbeeld geen tijd voor sport vrijgemaakt), een gebrek aan sociale steun, de fysieke omgeving en een lage zelfperceptie van hun atletische competentie. Zij zien bewegen dan ook als een functionele bezigheid die per definitie niet leuk is (Burrows & Wright, 2007, p. 11).

Betekenisgeving gezondheid

Als kinderen wordt gevraagd het begrip 'gezondheid' te omschrijven, refereren zij aan drie zaken, te weten: hun uiterlijk, niveau van fitheid en gedrag (Wright, Burrows & Rich, 2012). Met gedrag doelen zij op het eten van voldoende gezond voedsel en voldoende beweging. Voor velen is de relatie tussen deze drie aspecten deterministisch: wat een persoon eet en hoe hij beweegt, bepaalt zijn gewicht/vorm, wat vervolgens zijn gezondheid bepaalt (p. 9-10).

Eerder onderzoek onder leerlingen (leeftijd: 8-9 jaar en 12-13 jaar) wijst uit dat zij gezond zijn zien als het eten van het juiste voedsel, het drinken van veel water, actief zijn en jezelf schoon houden (Burrows, Wright & Jungersen-Smith, 2002, p. 43). Met andere woorden, gezondheid wordt door hen primair opgevat als een lichamelijk begrip.

2.2 Discoursen en macht

Een deel van de doelstelling van dit onderzoek is inzicht krijgen in hoe discoursen leiden tot beïnvloeding van ideeën en gedrag. Daarvoor is allereerst kennis over de functies en de totstandkoming van discoursen van belang, dat wordt in deze paragraaf weergegeven. Bovendien laat deze paragraaf zien hoe macht en regimes of truth deze discoursen in stand houden.

Discoursen

De term discours is in de sociale wetenschappen geïntroduceerd door de Franse filosoof Michel Foucault. Hij omschrijft een discours als een gereguleerde reeks uitspraken over een bepaald onderwerp die leidt tot verspreiding van een statement. Discoursen structureren de werkelijkheid en geven hiermee betekenis aan die werkelijkheid (Montessori, Schuman & De Lange, 2012, p. 36). Discoursen liggen dus ten grondslag aan de betekenissen die kinderen aan sport en gezondheid geven. Een discours vervult meerdere functies. Het is een representatie van een werkelijkheid, geeft instructie over de manieren om het gewenste ideaal te worden, het vormt de dwang om iets (niet) te moeten geloven of te moeten doen en het legitimeert verschillende visies op een werkelijkheid (Chilton & Schäffner, 1997, in: Montessori, Schuman & De Lange, 2012; Wright, O'Flynn & MacDonald, 2006). Daarnaast zijn discoursen aan verandering onderhevig. Zo waren dikke lijven vroeger het symbool voor status: je kon het je veroorloven om niet hard te werken en dat kon men zien aan je niet-afgetrainde lichaam. Tegenwoordig wordt overgewicht gezien als onder andere een teken van luiheid (Burrows, Wright & Jungersen-Smith, 2002, p. 45).

Macht

Hoe komen discoursen tot stand? Een discours kan zowel een instrument als een effect zijn van macht. Enerzijds produceert macht discoursen (Foucault, 1975 in: Calhoun et al., 2012, p. 306), anderzijds produceren en legitimeren discoursen specifieke sociale machtsverhoudingen (Van Amsterdam & Knoppers, 2017, p. 5). Zo bieden discoursen een krachtige instructie over hoe individuen moeten denken en handelen in relatie tot hun lichaam (Burrows, Wright & Jungersen-Smith, 2002, p. 46). Mensen worden dus beïnvloed om op bepaalde manieren te denken en te handelen (Foucault, 1984 in: Cameron et al., 2014, p. 690). Hierin speelt macht een allesbepalende rol. Macht wordt belichaamd door het samenspel van negatieve en veranderende krachtsverhoudingen in een specifieke context, zoals school. Volgens Powers (2001, p. 53) is macht inherent aan onder meer kennisrelaties. Macht is het effect van verdeeldheid en ongelijkheid (Powers, 2001, p. 53). Zo worden leerlingen geacht te luisteren naar de leraar en te geloven wat hij zegt. Hierbij bepaalt de ongelijke verdeling in kennis tussen de leerlingen en de leraar de machtsverhouding.

Foucault (1975 in: Calhoun et al., 2012, p. 312-316) onderscheidt drie soorten macht: soevereine macht, disciplinaire macht en biomacht. Soevereine macht is topdown georganiseerd waarbij iedereen gecontroleerd wordt. Een voorbeeld hiervan is een dictatuur. Disciplinaire macht is sturing op individueel niveau door middel van discoursen. Dit zorgt voor beheersbaarheid en heeft als voordeel dat het relatief weinig geld en moeite kost (Foucault, 1975 in: Calhoun et al., 2012, p. 316). Biomacht is sturing op populatieniveau; de manier waarop de staat de controle uitoefent over zijn inwoners om 'goede' burgers te worden of een 'beter' leven te leiden (Foucault, 1984 in: Cameron et al., 2014, p. 690). Normatieve aannames over wat telt als beter leven of goed burgerschap vormen een integraal onderdeel van biomacht (Foucault, 1984 in: Cameron et al., 2014, p. 690). Deze normatieve elementen zijn duidelijk aanwezig in discoursen over gezondheid: beter leven en goed burgerschap lijken verweven te zijn met ideeën over lichaamsgewicht (Foucault, 1979b in: Van Amsterdam & Knoppers, 2017, p. 6). Biomacht gaat vaak gepaard met disciplinaire macht: het individu wordt immers verantwoordelijk gehouden voor een gezonde levensstijl. Deze sturing op individueel niveau leidt ertoe dat alle individuen samen – platgezegd 'het volk' – als groep gaat functioneren. Op deze wijze wordt dus ook op populatieniveau gestuurd.

Biomacht hangt samen met het kapitalisme van de laatste decennia. De overheid denkt vanuit marktwerking en benadert zodoende zaken als ziekte en gezondheid met een kosten-batenanalyse (Foucault, 1975 in: Calhoun et al., 2012, p. 312). De staat legt daarom individuen de plicht op om

constant toezicht te houden op hun eigen welzijn en te bemiddelen in keuzes en praktijken die de gezondheid zouden bevorderen en ziektes zouden kunnen voorkomen, om zo de groeiende gezondheidszorgkosten in te perken (Wright, O'Flynn & MacDonald, 2006, p. 708). Ook strookt biomacht met het hedendaagse neoliberalisme. Volgens Schinkel en Van Houdt (2010) wordt een neoliberale samenleving bestuurd door uit te gaan van de individuele vrijheid, waardoor het mogelijk wordt om een populatie te ordenen via een allocatie van verantwoordelijkheden. Concreet gezegd: er wordt bestuurd vanuit de gedachte dat individuen zichzelf besturen (Schinkel & Van Houdt, 2010, p. 14). De overheid hanteert deze neoliberale insteek waarbij zij de verantwoordelijkheid van maatschappelijke taken bij de inwoners neerlegt (Van Amsterdam & Knoppers, 2017, p. 7) en er dus vanuit gaat dat individuen zelf het heft in handen kunnen en gaan nemen. Dit heeft als gevolg dat individuele behoeften en verlangens niet worden gezien en gehoord door de overheid: het draait om het populatieniveau (Foucault, 1975 in: LeBesco, 2011, p. 35).

Een van de manieren waarop de overheid biomacht uitoefent, is het uitrollen van verschillende leefstijlinterventies gericht op kinderen met overgewicht. Met deze interventies probeert de overheid het aantal kinderen met overgewicht terug te dringen, want de overheid doet de aanname dat overgewicht een bedreiging is voor de volksgezondheid (Nota Overgewicht, 2009). Zo worden jongeren door de overheid geproduceerde discoursen gevormd als 'gezonde' of 'niet-gezonde' burgers en vervolgens worden zij aangespoord om hier aan te werken (Gard & Wright, 2005).

Regimes of truth

Door middel van de eerder benoemde biomacht komen regimes of truth tot uiting. Dit is volgens Foucault (1975 in: Calhoun et al., 2012, p. 310) een algemeen discours dat als 'waarheid' wordt gestempeld. Waarheid is een onderdeel van macht en wordt alleen geproduceerd op grond van meerdere vormen van dwang (Foucault, 1975 in: Calhoun et al., 2012, p. 310). Dit stelt mensen in staat om goed en fout te onderscheiden en indien gevraagd sancties op te leggen. Een regime of truth bestaat uit kennis en waarheden die door de staat en andere instanties worden geproduceerd (Foucault, 1975 in: Calhoun et al., 2012, p. 310). Elke samenleving heeft haar eigen regime of truth (Foucault, 1975 in: Calhoun et al., 2012, p. 310). Een voorbeeld van een regime of truth is het categoriseren van lichamen. Sinds de opkomst van de medische wetenschappen is men in staat om normen te creëren die lichamen reguleren door ze te categoriseren (Foucault, 1987 in: Knoppers, 2006, p. 11). Lichamen worden sindsdien gewogen, gemeten en in hokjes als 'dik', 'dun', 'gezond' of 'on gezond' geplaatst. Veel van de kennis over menselijke lichamen die wordt voorgesteld als de universele en waardevrije waarheid, wordt beïnvloed door bestaande machtsstructuren (Allman, 1991 in: Powers, 2001, p. 20). In dit geval leidt de kennis van de medici tot een macht die een regime of truth weet te creëren. Volgens het door de staat geïnitieerde Voedingscentrum (z.j.) heeft iedereen met een Body Mass Index (BMI)² van 25 of hoger overgewicht en dat is volgens hetzelfde Voedingscentrum ongezond. Begrippen als gezondheid en overgewicht vormen een regime of truth, maar zijn dus gebaseerd op interpretaties die afkomstig zijn van het meten en normeren van het lichaam.

² De Body Mass Index (BMI) is een index voor het gewicht in verhouding tot lichaamslengte. De BMI geeft volgens het Voedingscentrum (z.j.) een schatting van het gezondheidsrisico van iemands lichaamsgewicht.

2.3 Aspecten uit het obesitasdiscours

Een van de doelen van dit onderzoek is inzicht krijgen in discoursen die Almelose kinderen (re)produceren op het gebied van uiterlijk en gezondheid. Deze paragraaf illustreert drie specifieke aspecten uit het obesitasdiscours die naar voren komen in de literatuur.

“Je BMI en hoe slank je bent, bepaalt of je gezond bent”

Aan het einde van de twintigste eeuw voelden mensen door de waarden van een steeds competitievere samenleving een toenemende druk om gezond te blijven (Evans, Rich, Davies & Allwood, 2008). De gezondheid van kinderen in welvarende economieën is inmiddels nauw verbonden geraakt met het ideaal van een normatief lichaamsgewicht (Wright & Halse, 2014, p. 8). De consumentencultuur in onder meer Nederland heeft de relatie tussen sport en gezondheid versterkt, waardoor een sportief uiterlijk een synoniem is voor ‘goed gezond zijn’ (Burrows, 2008; Evans & Rich, 2005; Wright & Halse, 2014) en symbool staat voor individuele fysieke gezondheid (Robertson, 2003, p. 713). Volgens Burrows & Wright (2007) kunnen de door de overheid opgezette leefstijlinterventies, gericht op kinderen met overgewicht, het idee versterken dat een sportief lichaam de enige vorm van gezondheid is. Met als onderliggende boodschap dat degenen die deze uitstraling niet hebben, niet gezond zijn en er dus iets aan moeten doen (Burrows & Wright, 2007, p. 7). Op deze wijze draagt de overheid dus bij aan de druk die mensen voelen om gezond te worden en te blijven. Het gezonde lichaam is mede door deze interventies volgens Cameron et al. (2014, p. 689) synoniem geworden voor een fit, getraind en bekwaam lichaam; alle andere lichaamstypes worden gemarginaliseerd. Daarnaast is dit beeld gegenderd: meisjes zien een dun lichaam als een gezond lichaam, jongens associëren een gezond lichaam met kracht (Cameron et al., 2014, p. 689). Op dit vlak snijdt het obesitasdiscours dus ook met het genderdiscours: vrouwen zouden pas gezond zijn als zij een slank uiterlijk hebben, mannen zouden pas gezond zijn als zij over de capaciteit beschikken om fysiek werk te doen (Wright, O’Flynn & MacDonald, 2006, p. 711).

Ook worden ogenschijnlijk objectieve metingen, zoals het lichaamsgewicht en het BMI, als de waarheid beschouwd (Petherick, 2013, p. 4). Zo speelt een weegschaal of een apparaat dat gewicht en/of grootte kan meten in de ogen van veel onderzochte Nieuw-Zeelandse leerlingen van basisschoolleeftijd een cruciale rol tijdens fitheidstesten (Burrows, Wright & Jungersen-Smith, 2002, p. 44). Met het berekenen van het BMI worden personen in categorieën geplaatst: ondergewicht, normaal gewicht, overgewicht en obesitas. Vervolgens wordt iedereen die niet in het hokje ‘normaal gewicht’ valt, aangespoord om gewicht te verliezen dan wel aan te komen (Gard & Wright, 2005). Op deze wijze biedt een discours dus een krachtige instructie over hoe individuen moeten denken en handelen in relatie tot hun lichaam (Burrows, Wright & Jungersen-Smith, 2002, p. 46).

Dit is bij Nederlandse kinderen niet anders: uit het onderzoek van Van Amsterdam & Knoppers (2017) blijkt dat de onderzochte kinderen gezondheidsnormen aan BMI-metingen en het slanke lichaam koppelen. Bovendien reproduceren zij dominante ideeën over gezondheid: ‘dik zijn is slecht’ en ‘dikke mensen zijn per definitie ongezond’ (p. 10). Hier raakt het obesitasdiscours het schoonheidsdiscours. Gezondheid wordt op deze manier gereduceerd tot een uiterlijk verschijnsel en men wordt daar op beoordeeld (Knoppers, 2006, p. 12). Eén van de belangrijkste redenen voor kinderen om fit te zijn is dan ook het uiterlijk (Burrows, Wright & Jungersen-Smith, 2002, p. 45). Uit het onderzoek van Burrows, Wright & Jungersen-Smith (2002, p. 45) blijkt zelfs dat voor sommige onderzochte studenten ‘looking good’ hetzelfde als ‘not being fat’ betekent.

“Wat de expert zegt, is waar”

De westerse wereld leeft in een risico-maatschappij, want er wordt steeds meer energie gestoken in het vermijden van risico’s (Gard & Wright, 2001, p. 537). Als risico’s niet adequaat kunnen worden verzekerd, moeten ze op andere manieren worden beheerst. De rol van de deskundige in deze samenleving is het claimen van kennis, expertise en het vermogen om hetgeen dat uit de hand lijkt te lopen, te beheersen (Burrows, Wright & Jungersen-Smith, 2002, p. 41). De ‘obesitasepidemie’ is een voorbeeld van een onderzoeksveld waarin onzekerheid onhoudbaar lijkt, waardoor experts deskundigheid claimen (Gard & Wright, 2001, p. 538) om zo de onzekerheid rondom overgewicht te

beheersen. Het gevolg hiervan is dat de wetenschap een dominante positie bereikt in het publieke debat over overgewicht (Evans & Rich, 2005, p. 342) en dat obesitasrisico's worden gekwantificeerd door populatiestudies, zoals: 'In 2025 zal een vijfde van de hele wereldbevolking lijden aan obesitas' (NCD Risk Factor Collaboration, 2016). Dit versterkt de bezorgdheid over zwaarlijvigheid (Rice, 2007, p. 171): experts vrezen dat kinderen en jongeren gevaar lopen vanwege hun toenemende gewicht dat volgens de deskundigen veroorzaakt wordt door sedentair gedrag en slechte eetgewoonten (Wright, Burrows & Rich, 2012, p. 17).

Volgens Gard & Wright (2005) heerst de positivistische overtuiging dat zwaarlijvigheid een ziekte is die wordt veroorzaakt door teveel eten en een gebrek aan lichamelijke activiteit. Ondanks dat deze bewering gebaseerd is op weinig tot geen zekerheden in het primaire onderzoek naar obesitas, wordt dergelijk wetenschappelijk 'bewijsmateriaal' met regelmaat gerecycled door deskundigen om autoriteit en zekerheid te geven aan de beweringen over de groeiende 'obesitasepidemie' (Evans & Rich, 2005; Gard & Wright, 2005). Volgens Foucault is de rationaliteit van de empirische wetenschap het model geworden van alle kennis en waarheid in de moderne samenleving (Powers, 2001, p. 53).

Kennis, zoals bijvoorbeeld het hierboven aangehaalde 'bewijsmateriaal' over de groeiende 'obesitasepidemie', is niet waarde vrij. Het dient als ideologie, is politiek van aard en functioneert om de huidige machtsregelingen te legitimeren en te versterken (Harding, 1986 in: Powers, 2001; Lupton, 1995 in: Burrows & Rich, 2007). Kortom, met het verspreiden van positivistische boodschappen over overgewicht weten artsen en onderzoekers zich te legitimeren en hun positie te versterken. Op deze wijze oefenen deze experts macht uit. Immers: alles wat deskundigen vertellen, wordt als waarheid beschouwd.

"Overgewicht is je eigen schuld, dan had je je maar moeten beheersen"

Overgewicht wordt als 'slecht' gezien: het wordt geconstrueerd als een product van het onverantwoordelijke gedrag van individuen en families, onafhankelijk van de acties van overheden (Evans et al., 2008). Deze percepties roepen een beeld op van mislukte wilskracht, genotzucht, luiheid en gulzigheid (Burrows, Wright & Jungersen-Smith, 2002; Puhl & Heuer, 2009).

Dit onderdeel van het obesitasdiscours past in het gedachtengoed van het neoliberalisme, wat als uitgangspunt heeft dat individuen zichzelf besturen (Schinkel & Van Houdt, 2010, p. 14). Er wordt dus van individuen verwacht dat zij zelf het heft in eigen handen (kunnen) nemen. Zo wordt lichaams grootte als een individuele zaak gezien, als iets dat kan worden veranderd en waar men persoonlijk verantwoordelijkheid voor draagt (Van Amsterdam & Knoppers, 2017, p. 6). Dit beschuldigende onderdeel van het obesitasdiscours is eenvoudig terug te zien in positivistische boodschappen zoals 'minder eten, meer bewegen', gepromoot door gezondheidswerkers, het gezondheidssysteem en de samenleving in het algemeen (Aston et al., 2012).

2.4 Gevolgen van het obesitasdiscours

We worden continu gewaarschuwd voor de 'obesitascrisis' en de noodzaak om maatregelen te treffen om deze zwaarlijvigheids crisis aan te pakken (Evans & Rich, 2005, p. 341-342). Dit obesitasdiscours heeft onder meer invloed op hoe kinderen over zichzelf denken en of ze wel of niet gaan sporten (Wright, Burrows & Rich, 2012). Welke specifieke gevolgen van dit discours komen in de literatuur naar voren?

Disciplineren

De eerder aangehaalde vormen van macht hebben invloed op het denken en doen van mensen (Foucault, 1984 in: Cameron et al., 2014, p. 690). Een mogelijke uitwerking van macht is disciplineren. Disciplineren wordt door Foucault (1975 in: Calhoun et al., 2012, p. 316) als het opleggen van een vorm van sociale controle over bijvoorbeeld het lichaam omschreven. Een voorbeeld hiervan is zijn theorie genaamd panopticon. Foucault legt dit uit aan de hand van een gevangenis (Foucault, 1975 in: Calhoun et al., 2012, p. 314). In het midden van de betreffende, ringvormige gevangenis staat een toren met bewakers. Zij houden toezicht op de gevangenen, die in cellen rondom de toren opgesloten zitten. Deze cellen hebben twee vensters: één aan de binnenkant, die de gevangenen de kans biedt om naar de toren te kijken. Het andere raam zit aan de buitenkant, waar licht doorheen valt. Hierdoor kan men vanuit de toren de schaduwen in de cellen waarnemen, afstekend tegen het licht. De gevangenen kunnen daarentegen niet zien of er bewakers in de toren aanwezig zijn en of zij naar hen kijken. Hierdoor hebben de gevangenen constant het idee dat ze worden bekeken. Ze weten alleen niet hoe laat, door wie en op welke manier (Foucault, 1975 in: Calhoun et al., 2012, p. 314).

Foucault (1979 in: Chambon, 1999) identificeert drie processen van disciplineren. Disciplineren start met categorisering van bijvoorbeeld lichamen door machtsdragers. Zo maken experts, eerder al gesignaleerd als mensen die macht uitoefenen, onderscheid in onder andere 'normaal gewicht' en 'overgewicht' met behulp van het BMI.

Vervolgens vindt surveillance plaats. Dit is een constante controle uitgeoefend door de omgeving op het gedrag van mensen, zoals de bewakers in toren in het panopticon (Foucault, 1975 in: Calhoun et al., 2012, p. 315). Naast de controle uit de omgeving, controleren mensen ook zichzelf. Deze staat van bewuste en permanente zichtbaarheid die de automatische werking van de macht verzekert, wordt self-surveillance genoemd (Bartky, 1997). Self-surveillance wordt gestimuleerd door de eerder genoemde discoursen in combinatie met de toename van de regulering van het lichaam (Gard & Wright, 2001). Zo komt uit het onderzoek van Wright, Burrows & Rich (2012) naar voren dat veel van de door hen onderzochte kinderen bang zijn om zwaarlijvig te worden ('I have bad dreams about becoming obese'). Zij zijn zich dus bewust van de grootte van hun lichaam en de zichtbaarheid daarvan. De angst om dik te worden is een vorm van self-surveillance en ontstaat uit geprojecteerde ideeën over hoe hun leven er in de toekomst uit ziet als ze dik zouden worden: ze zouden worden gepest, ze zouden lui zijn en ze zouden niet in staat zijn te bewegen en te sporten (p. 10-17) Uit hetzelfde onderzoek van Wright, Burrows & Rich (2012, p. 17) blijkt dat de boodschappen van school rondom gezondheid, verspreid tijdens bijvoorbeeld de gymlessen, voor sommige kinderen dit soort angsten creëren. Deze angst voor zwaarlijvigheid wordt gestimuleerd door de overtuiging dat 'ongezond eten' gewichtstoename bewerkstelligt. Dit leidt ertoe dat eten door schuldgevoel wordt vergezeld (Burrows & Right, 2007; Burrows, Wright & Jungersen-Smith, 2002, p. 46). Dit kan bijdragen aan eetstoornissen zoals anorexia en boulimia (Gard & Wright, 2001, p. 546).

Het derde proces van disciplineren is normalisering: mensen gaan hun best doen om de norm te worden of te blijven (Foucault, 1979 in: Chambon, 1999). 'Normaal gewicht' is de norm en dat betekent dat mensen die volgens de maatstaven van de deskundigen 'overgewicht' of 'obesitas' hebben, gewicht willen verliezen om zo weer tot de norm te behoren.

Zoals al eerder is aangekaart, (re)produceren mensen het neoliberale onderdeel van het obesitasdiscours dat het individu verantwoordelijk is voor de omvang van zijn eigen lichaam. Het is opmerkelijk dat de schuld dus bij het individu wordt neergelegd, maar de lasten van zwaarlijvigheid collectief worden ervaren. Zo wordt beweerd dat overgewicht miljarden euro's kost aan medische zorg

en arbeidsongeschiktheid (Van Berkel, 2015, p. 203). Deze genoemde gezamenlijke nadelen lijken het disciplineren van mensen met overgewicht te legitimeren.

Uitsluiting

Het categoriseren van lichamen gebeurt in het bijzonder in sportgerelateerde contexten. Volgens Elling (2010) geldt in de sport dat de context bepalend is in hoeverre personen met bepaalde sociale of fysieke kenmerken zich in- of uitgesloten voelen. Wanneer personen zich in een minderheidspositie bevinden, zijn ze zich over het algemeen meer bewust van hun 'anders zijn' (Elling, 2010). Puwar (2004) noemt eenieder die afwijkt van de norm, en die dus (nog) niet het proces van normalisering volledig heeft ondergaan, een space invader. Wanneer een space invader een ruimte betreedt, krijgt hij volgens Puwar (2004) vaak te maken met 'the look'. Men wordt met een bepaalde blik aangekeken, wat kan voelen alsof men automatisch geïdentificeerd wordt. Deze vorm van surveillance maakt een lichaam erg zichtbaar en kan ertoe leiden dat men zich een object voelt (Puwar, 2004).

Sport maakt een niet-normatief lichaam zeer zichtbaar. Zo zien jongeren sport als een publieke activiteit, waar niet-normatieve lichamen duidelijk zichtbaar zijn en die hierdoor negatieve opmerkingen zullen ontvangen (Van Amsterdam & Knoppers, 2017, p. 15). Zwaarlijvigheid wordt bovendien gezien als de oorzaak van lichamelijk onvermogen. Uit de studie van Rice (2007) komt naar voren dat vrouwen met overgewicht vaak geconfronteerd worden met uitsluiting, omdat zij een lichaam hebben dat zich niet kwalificeert als fit en dus 'anders' is dan de norm (een fit lijf). Volgens Petherick (2013, p. 3) word je pas als fit beschouwd als je eruit ziet zoals de norm en als je in staat bent om op een bepaald niveau van lichamelijke activiteit te acteren. Kortom, alleen zij die fit ogen en over voldoende sportvaardigheden beschikken, zijn succesvol en voelen zich comfortabel in een prestatie-omgeving zoals een sportcontext (Beltrán-Carrillo et al., 2012, p. 17).

Reproductie van discourses

Ondanks een gebrek aan wetenschappelijke zekerheid, reproduceert de maatschappij, waaronder educatieve instellingen, het onderdeel van het obesitasdiscours dat zwaarlijvigheid een ziekte is die wordt veroorzaakt door teveel eten en een gebrek aan lichamelijke activiteit (Gard & Wright, 2001; Rich & Evans, 2005). Zo maken leraren hun leerlingen wijs dat hun lichaam, net als een machine, trainbaar en beheersbaar is (Cameron et al., 2014, p. 689) en stelt hiervoor de individuen primair verantwoordelijk. *'It's up to you'*, zo luidt de neoliberale boodschap van het curriculum op scholen (Crawford, 1980 in: Burrows & Right, 2007, p. 3). Kinderen associëren gezondheid met gewicht, want dit is wat hen door de onderwijzers is verteld (Wright, Burrows & Rich, 2012, p. 9). Het draait volgens de experts immers enkel om de input van calorieën en de output van verbruikte energie (Rich & Evans, 2005).

Fysieke fitheidstesten – ogenschijnlijk objectieve metingen – worden door deskundigen en leerkrachten als juist instrument beschouwd om de gezonde, fitte leerling te onderscheiden van de ongezonde, niet-fitte leerling (Petherick, 2013, p. 4). De rol van dergelijke testen is discutabel: volgens Cale & Harris (2009, in: Petherick, 2013, p. 5) is het een slechte indicator van de sportparticipatie van kinderen. Bovendien is er geen bewijs dat een fysieke test het actieve leven stimuleert (Petherick, 2013, p. 4) – het achterliggende doel van overheden. Toch is deze wijze van classificering moeilijk te weerstaan, omdat dit gebaseerd is op krachtige discourses die worden ondersteund door vele autoriteiten, zoals opvoeders, regeringen en gezondheidswerkers (Van Amsterdam & Knoppers, 2017, p. 5). Lichamelijke opvoeding blijft zich bovendien legitimeren op basis van beweringen (door de experts gepresenteerd als 'bewijsmateriaal') over obesitas en overgewicht die wankel zijn (Gard & Wright, 2001; Petherick, 2013).

Schaamte zit diep ingebed in het obesitasdiscours (Van Amsterdam & Knoppers, 2017, p. 13). Mensen met obesitas schamen zich voor hun overgewicht en het daarmee gepaard gaande zogenaamde onvermogen om hun eigen gewicht te beheersen (Aston et al., 2012). Zij worden door de samenleving voortdurend geconfronteerd met het oordeel dat ze hun gewicht niet succesvol kunnen beheersen (Aston et al., 2012). Schaamte is een teken van reproductie van een discours: mensen

vinden daadwerkelijk dat zij als individu mislukken in het beheersen van lichaamsgewicht en schamen zich voor dit falen.

Doordat kinderen steeds meer worden aangespoord om de ingebeelde 'goede' en 'gezonde' burger te zijn, wordt overgewicht als slecht bestempeld en moreel veroordeeld (Van Amsterdam & Knoppers, 2017, p. 7; Burrows & Wright, 2007; Gard & Wright, 2005). En vice versa: omdat overgewicht als slecht wordt bestempeld en moreel wordt veroordeeld, worden kinderen aangemoedigd om 'goed' en 'gezond' te zijn. Jongere kinderen praten door deze heersende discoursen op een zeer negatieve en verontrustende manier over zichzelf en hun lichaam (Wright, Burrows & Rich, 2012). Ook uit de studie van Rice (2007) blijkt dat de anti-vet discoursen kunnen leiden tot het ondermijnen van de lichamelijke zelfbeelden van meisjes die als dik worden beschouwd. Het stempel dat op deze onderzochte meisjes werd geplakt, deed hen geloven dat ze slecht waren in gym en sport. Terwijl dat niet gebaseerd was op wat ze daadwerkelijk konden en qua potentieel zouden kunnen (p. 159). Een lage zelfperceptie komt eveneens in het onderzoek van Beltrán-Carrillo et al. (2012) naar voren. Uit dit onderzoek blijkt dat inactieve studenten zich niet welkom voelen bij fysieke activiteiten. Zij voelen zich "left-overs" door het denigrerende gedrag van de trainer en medestudenten. Fitte, atletische leeftijdsgenoten krijgen meer aandacht, worden vaker gecompimenteerd en vaker beloond met speeltijd (in verenigingsverband) dan wel hogere cijfers (op school). Dit creëert negatieve associaties met sport bij de inactieve studenten: zij voelen zich ongemakkelijk, beschaamd, afgewezen, buitengesloten, ondergewaardeerd en lastig gevallen. Met als logisch gevolg dat ze deelname vermijden en zichzelf beschouwen als niet-vaardig en niet-sporters (p. 15-19).

Ook andere onderzoeken (Van Amsterdam & Knoppers, 2017; Rice, 2007; Sykes & McPhail, 2008) tonen aan dat het framen van overgewicht als ongezond en niet-fit, mede met behulp van de weegschaal, ertoe leidt dat jongeren uit schaamte fysieke activiteiten vermijden. Dit heeft sociale afkeuring als gevolg.

Weerstand

Deze discoursen, die zowel een instrument als een effect zijn van macht (Foucault, 1975 in: Calhoun et al., 2012; Van Amsterdam & Knoppers, 2017), roepen ook weerstand op. Want waar macht is, is weerstand: er is nooit sprake van een totale macht (Powers, 2001, p. 17). Weerstand werkt tegen macht en kan de spanningen verleggen en nieuwe allianties en breuken creëren. Weerstand kan ook worden geabsorbeerd door macht. Dat resulteert in de toename van macht en in de vermindering van de weerstand (Powers, 2001, p. 17). Ook tegen het obesitasdiscours wordt weerstand geboden. Zo blijkt uit het onderzoek van Van Amsterdam & Knoppers (2017) dat de onderzochte middelbare school leerlingen enerzijds het discours reproduceren dat lichaamssomvang een kwestie is van persoonlijke verantwoordelijkheid die door het individu kan worden gecontroleerd. De leerlingen gebruiken het discours om hun eigen lichaam en dat van mensen die zij niet kennen, te bekritisieren. Anderzijds bieden deze leerlingen weerstand, omdat ze niet-normatieve lichamen van bekenden als uitzondering op de regel beschouwen. Ook vinden ze dat het buiten hun macht ligt om een normatief lijf voor zichzelf te bereiken (p. 11-13). Oftewel, richting onbekenden wordt het discours gereproduceerd en richting bekenden en zichzelf wordt weerstand geboden aan het discours.

Een andere vorm van weerstand is het produceren van een alternatief discours. Volgens Evans & Rich (2005, p. 353) zijn er verschillende alternatieve discoursen die met een meer humanistische benadering de diversiteit van lichaamstypes waarderen. Deze benaderingen zijn gebaseerd op het idee dat men dik en mooi, of dik en gezond kan zijn. Een voorbeeld is het zogeheten 'Health at Every Size' (HEAS) discours. De HAES benadering legt de nadruk op zelfacceptatie en een gezonde dagelijkse praktijk, ongeacht of het gewicht van een persoon verandert (Burgard, 2009, p. 42). Het loslaten van het doel van gewichtsverlies maakt deze kijk op gezondheid in de huidige maatschappij controversieel.

Een ander alternatief discours wordt door Van Amsterdam & Knoppers (2017) vastgesteld. Van Amsterdam & Knoppers (2017) beschrijven dat sommige Nederlandse jongeren voorrang geven aan plezier boven het gezondheidsdiscours: zij vinden het eten van fastfood gezellig en belangrijker dan gezond zijn. Tegelijkertijd reproduceerden zij ideeën uit dit gezondheidsdiscours (Van Amsterdam &

Knoppers, 2017). Kortom, de macht van het dominante discours is er, want de jongeren willen dun zijn en veroordelen dikke mensen. Maar deze macht is niet totaal, aangezien jongeren het ook belangrijk vinden om plezier te hebben en samen fastfood te eten (en hiermee een alternatief discours produceren).

Een ander alternatief discours is het milieudiscours, geconstateerd door onder andere Evans & Rich (2005). Dit discours beweert dat de fastfoodcultuur de samenleving, inclusief schoolkantines, heeft doortrokken en dat mensen via marketingpromotie tot riskante eetpraktijken worden verleid. 'Mensen kunnen er niks aan doen dat ze dik zijn, het is de schuld van de commerciële partijen', zo luidt dit alternatief discours (Evans & Rich, 2005, p. 354). Dit alternatief discours ontkracht dus het neoliberale onderdeel van het obesitasdiscours dat het individu verantwoordelijk is voor zwaarlijvigheid. Toch nemen deze alternatieve discourses een gemarginaliseerde positie in (Evans & Rich, 2005, p. 353).



HOOFDSTUK 3

METHODOLOGIE

'Jij kan niet zwemmen, want je bent te dik'

In dit hoofdstuk wordt de gekozen methodologie uiteengezet. Het onderzoeksperspectief, kwalitatief onderzoek met kinderen, de respondenten, de onderzoeksmethoden, de data-analyse en twee criteria voor excellent kwalitatief onderzoek passeren de revue.

3.1 Onderzoeksperspectief

Dit is een kritisch onderzoek naar de verhouding tussen de betekenisgeving van Almelose kinderen aan sport en de heersende discoursen op het gebied van uiterlijk en gezondheid. Kritisch onderzoek heeft volgens Wodak & Meyer (2009, in: Montessori, Schuman & De Lange, 2012) als doel om de dominante maatschappelijke orde te begrijpen en te verklaren. Dat betreft in dit onderzoek dus de discoursen op het gebied van uiterlijk en gezondheid die Almelose kinderen (re)produceren.

Om vervolgens te begrijpen hoe deze dominante discoursen invloed hebben op ideeën en gedrag van kinderen met overgewicht ten aanzien van sport, wordt een poststructuralistisch perspectief gehanteerd. Deze lens daagt de vooringenomen manieren van denken, zoals discoursen, uit en maakt ruimte voor nieuwe manieren van denken over de wereld (Cameron et al., 2014, p. 689). Dat gebeurt door de werkelijkheid als een sociale constructie te zien die het denken en doen van individuen vormgeeft (Edwards & Skinner, 2010, p. 303). Bovendien benadrukt dit perspectief hoe lichamen en identiteiten worden gevormd en ervaren door onder andere sociale relaties (Rice, 2007, p. 171). Ook kunnen op deze manier machtsverhoudingen worden geanalyseerd en complexe relaties tussen mensen en de maatschappij worden begrepen (Aston et al., 2012). Dat is in dit onderzoek van belang, omdat uit discoursen een vorm van automatische macht voortkomt die invloed heeft op het denken en doen van mensen (Markula-Denison & Pringle, 2007). Dat betreft in dit geval de ideeën en het gedrag van kinderen met overgewicht ten aanzien van sport.

Met dit perspectief worden dus onder meer machtsverhoudingen geanalyseerd. De onderzoekers Aléx en Hammarström hebben zich door Foucault laten inspireren. Zij zien macht in een interviewsituatie als iets dat wordt gecreëerd en dat verschuift tussen de interviewer en de geïnterviewde (Aléx & Hammarström, 2008). Deze macht heeft als gevolg dat ik, de interviewer, de uitspraken van de respondenten bedoeld en onbedoeld kan beïnvloeden. Dat is de reden dat ik in dit onderzoek met regelmaat zaken vanuit mijn eigen oogpunt omschrijf.

3.2 Kwalitatief onderzoek met kinderen

Ik heb gekozen voor kwalitatief onderzoek, omdat deze vorm van onderzoek zich bezig houdt met processen, patronen en gebeurtenissen waarbij de betekenisgeving van personen aan bepaalde gebeurtenissen centraal staat (Everaert & Van Peet, 2006, p. 16). Dit komt overeen met dit onderzoek, waar onderliggende betekenissen van taal, gedrag en interacties worden onderzocht. Zoals eerder is omschreven is het doel enerzijds inzicht krijgen in de betekenis die jonge, Almelose kinderen geven aan sport; anderzijds inzicht krijgen in de discoursen die door Almelose kinderen worden gereproduceerd op het gebied van uiterlijk en gezondheid en hoe deze discoursen leiden tot beïnvloeding van ideeën en gedrag van kinderen met overgewicht ten aanzien van sport.

Volgens Punch (2002, p. 6) is onderzoek doen bij kinderen anders dan bij volwassenen. Allereerst worden kinderen gemarginaliseerd in de volwassen-gecentreerde samenleving, want kinderen zijn gewend om hun leven te laten domineren door volwassenen. Ook beïnvloeden de angsten, aannames en houdingen van volwassenen jegens kinderen het gedrag van kinderen. Dit én de mogelijkheid dat het gespreksonderwerp (zwaarlijvigheid) als gevoelig wordt ervaren, maakt het des te belangrijker dat kinderen zich op hun gemak voelen om te praten, zonder de neiging te voelen sociaal wenselijke antwoorden te geven (Greig, Taylor & MacKay, 2012, p. 227). Dit heb ik nagestreefd door een aantal focusgroepen te organiseren, omdat kinderen over het algemeen comfortabel en vertrouwd zijn met het proces om in groepen discussies te voeren (Darbyshire, MacDougall & Schiller, 2005, 420). Bovendien vormen in een focusgroep de kinderen (zij, de deelnemers) ten opzichte van de volwassene (ik, de onderzoeker) de meerderheid, waardoor de dominantie van de aanwezige volwassene relatief gezien wordt verkleind. Ook in de opstelling van de focusgroepen heb ik de dominantie van mijzelf zoveel mogelijk proberen in te perken. Ik zorgde ervoor dat de respondenten en ik in een kring rondom een tafel zaten in plaats van dat ik frontaal tegenover hen plaats nam.

Hierdoor wilde ik meer een 'wij-gevoel' creëren, zodat ik een fysiek minder dominante positie bezette. Daarnaast paste ik mijn vocabulaire aan om tevens op verbaal vlak niet te domineren. Zo maakte ik korte zinnen en gebruikte ik eenvoudige woorden. Bovendien heb ik nagedacht over mijn kledingkeuze. Ik droeg een vlot spijkerjasje en zwarte Nike sneakers om zo de hiërarchische afstand tussen de respondenten en mijzelf zo klein mogelijk te maken. Al deze aanpassingen droegen mijns inziens bij aan de mate van comfort en gemak van de deelnemers.

Ik heb voor focusgroepen gekozen omdat in deze vorm van kwalitatief onderzoek de interactie tussen de deelnemers centraal staat (Van Assema, Mesters & Kok, 1992, p. 431). Deze interactie maakt het mogelijk dat deelnemers inzichten delen die in bijvoorbeeld individuele interviews nooit naar voren zouden komen. Zo komt niet alleen informatie naar voren die veronderstellingen van mij bevestigt dan wel ontkracht, maar kunnen ook gegevens over het onderwerp naar boven komen die geheel nieuw en onverwacht zijn (Van Assema, Mesters & Kok, 1992, p. 432).

Daarnaast heb ik ook semigestructureerde diepte-interviews afgenomen. Deze vorm van kwalitatief onderzoek biedt de mogelijkheid om eenvoudig door te vragen ter bevordering van de diepgang. Bovendien staat bij een interview de beleving van de geïnterviewde centraal (Boeije, 2005, p. 27). Tot slot leent het gespreksonderwerp zich door de gevoeligheid uitstekend voor 1 op 1 methodiek.

3.3 Respondenten

Er hebben in totaal zes focusgroepen plaatsgevonden, waar telkens drie tot vijf kinderen aan deelnamen. In totaal hebben 27 kinderen aan deze focusgroepen deelgenomen. Daarnaast heb ik met vier kinderen diepte-interviews afgenomen. Zij participeerden in vier verschillende focusgroepen en zijn vervolgens geïnterviewd. De 27 kinderen zijn leerlingen uit groep 6 en 7 van vier verschillende basisscholen in Almelo. Deze scholen zijn verspreid over de stad gevestigd. De kinderen zijn allen in de leeftijd van negen tot elf jaar. Op advies van verschillende collega's die dagelijks met kinderen tussen vier en twaalf jaar in de gymzaal staan, heb ik voor deze specifieke doelgroep gekozen. Negen-, tien- en elfjarige jongelingen zijn volgens hen het meest geschikt, omdat zij oud genoeg zijn om de vragen te begrijpen en jong genoeg zijn om nog niet in de puberteit te verkeren. Door de puberteit kunnen de kinderen wellicht opstandig worden (Bruyninckx, 2003) waardoor ze misschien niet meer mee zouden willen werken aan het onderzoek.

Selectie respondenten focusgroepen

Allereerst hebben vier combinatiefunctionarissen van Sportbedrijf Almelo over het onderzoek een spreekwoordelijk balletje opgegooid bij de directies van de basisscholen waar zij als gymdocent werkzaam zijn. Zij zijn daar een bekend gezicht en hebben in de loop der jaren een goede band opgebouwd met de scholen. Na akkoord van de vier directies heb ik met de leerkrachten van de groepen 6 en 7 van de betreffende scholen telefonisch contact opgenomen. Op deze manier was het eenvoudig om kennis te maken en kon het onderzoek en alle vragen die de scholen daarbij hadden, worden besproken. In deze gesprekken heb ik de anonimiteit van zowel de scholen als de deelnemende leerlingen benadrukt. De anonimiteit van de deelnemers is gewaarborgd doordat hun namen in het verslag zijn vervangen door pseudoniemen en de geluidsopnames na de definitieve beoordeling van het onderzoek worden verwijderd. Het onderzoek focust zich immers op de heersende discourses die invloed hebben op het denken en doen van kinderen: het is dus niet van belang om in te zoomen op individuele situaties en de scholen en kinderen bij naam te noemen. Tevens heb ik verteld dat ik eerst schriftelijk toestemming van de ouders wil vragen alvorens ik de kinderen benader voor het onderzoek. Deze toestemming heb ik gevraagd met behulp van een zogeheten 'ouderbrief' (zie bijlage 1): deze brief expliciteerde het onderzoek en vroeg om een handtekening van de ouders die diende als toestemming. De brieven zijn door de betreffende docenten verspreid onder de leerlingen uit hun klas.

Bij alle kinderen waarvan een ondertekende ouderbrief en dus schriftelijke toestemming van de ouders is ontvangen, is door de leerkracht gepolst of zij deel wilden nemen aan een gesprek over

sporten. Ook heeft de leerkracht hen gevraagd of ze er bezwaar tegen hadden dat de focusgroepen werden opgenomen met de telefoon. Alle kinderen reageerden enthousiast, geen enkel kind had hier problemen mee. Vervolgens hebben de docenten uit alle kinderen die toestemming van de ouders hadden, per focusgroep random 4 á 5 deelnemers uit dezelfde klas gekozen. Soms waren er precies voldoende ondertekende ouderbrieven ontvangen waardoor selectie overbodig bleek. In de gevallen waarbij meer dan vijf ouderbrieven in ontvangst zijn genomen, maakte leerkracht van de klas in kwestie de selectie. Bij het maken van deze keuze heb ik de docent verzocht om zowel jongens als meisjes te selecteren ter bevordering van de diversiteit. Dit was van belang omdat de focusgroepen dan een afspiegeling vormden van de gender-gemixte maatschappij waar kinderen vandaag de dag deel van uitmaken. Het was voor het onderzoek niet van belang of de kinderen die aan de focusgroepen deelnamen overgewicht hadden, omdat de focusgroepen dienden om inzicht te geven in de dominante discourses onder kinderen. Hierbij heb ik dus nog niet met voorbedachte rade ingezoomd op de input van zwaarlijvige kinderen.

Selectie respondenten semigestructureerde diepte-interviews

Ik heb vier semigestructureerde diepte-interviews afgenomen met kinderen die zichzelf in de focusgroepen als 'best wel mollig', 'iets gezetter', 'wat flinker' en 'een beetje breed' bestempelden, zonder dat ik daar specifiek naar vroeg. Dit betekent niet automatisch dat deze respondenten volgens de maatstaven van de deskundigen overgewicht hebben; dit houdt enkel in dat zij zichzelf als zwaarder en zodoende als anders beschouwen dan de norm. Dus zonder een oordeel van buitenstaanders ('zij heeft volgens onze geclassificeerde norm overgewicht, want haar BMI is hoger dan 25') maar juist op basis van de eigen percepties van de kinderen, kwamen deze vier respondenten in aanmerking voor de diepte-interviews.

3.4 Onderzoeksmethoden

In deze paragraaf wordt toegelicht hoe ik deze twee methoden van onderzoek in praktijk heb uitgevoerd met de geselecteerde respondenten.

Focusgroepen

Onderzoeksvragen die gesteld worden in focusgroepen zijn gericht op het achterhalen van onderwerpen die normatief geladen zijn en op het achterhalen van vaak moeilijk te grijpen of vage verschijnselen die zich op groepsniveau afspelen (Selm, 2007, p. 6). Dat betreft in dit onderzoek de betekenis die kinderen geven aan sport en de dominante discourses omtrent overgewicht. De topiclijst (zie bijlage 2), die de leidraad vormde voor het gesprek tijdens de focusgroepen, is daarom ook gebaseerd op de verkregen informatie uit de literatuurstudie aangaande deze onderwerpen.

De focusgroepen vonden plaats op de betreffende basisschool in een aparte ruimte, uit het zicht van de rest van de klas. Omdat kinderen kwetsbaarder kunnen zijn voor ongelijke machtsverhoudingen tussen hen en de volwassen onderzoeker (Punch, 2002, p. 4), was het opbouwen van een vertrouwensband tussen de onderzoeker en de deelnemers aan de focusgroep van extra groot belang (Greig, Taylor & MacKay, 2012, p. 148). Daarom vroeg ik tijdens de wandeling van de klas naar de aparte ruimte de respondenten naar de les die ze volgden. De kinderen antwoordden vaak dat ze een saaie les hadden en blij waren de klas te mogen verlaten voor dit 'gesprek over sport'. Ik trapte de focusgroepen vervolgens af met een uitgebreide introductie waarin ik ruim de tijd nam om mezelf en het onderwerp te voor te stellen. Hoewel ik door mijn topsportachtergrond elke dag in de sporthal/fysiozaal sta, heb ik er bewust voor gekozen om dit niet te vertellen. Dit zou de toon van het gesprek kunnen beïnvloeden. Kinderen menen het in gesprekken met volwassenen altijd 'goed' te moeten doen (Dedding et al., 2013, p. 13) en deze boodschap had kunnen stellen dat het 'goed' is om zoveel mogelijk te sporten. Ik heb daarom de keuze gemaakt om enkel te melden dat ik graag volleybal. Het doel van het onderzoek heb ik ook bewust vaag gehouden. Ik vertelde de kinderen dat ik onderzoek doe naar sport en daarom wil weten wat kinderen daar leuk en minder leuk aan vinden. Ik heb expres de link tussen sport, gezondheid en zwaarlijvigheid verzwegen, omdat dit teveel sturing aan het

onderzoek had kunnen geven. Ook heb ik de kinderen verteld dat hun namen nergens terug te vinden zijn. Deze informatie verlaagde de drempel voor de kinderen om vrijuit te praten.

Daarnaast vinden kinderen het vaak moeilijk om het openlijk oneens te zijn met een volwassene. Ze hebben daarbij het gevoel beoordeeld te worden en menen het dan altijd 'goed' te moeten doen (Dedding et al., 2013, p. 13). Ik heb daarom verteld dat elk antwoord welkom is en dat er geen 'goed' of 'fout' antwoord bestaat. Vervolgens vroeg ik de kinderen om hun naam op een naambordje te schrijven, een handeling waar kinderen over het algemeen nooit problemen mee hebben en waardoor ze zich dus al iets meer om hun gemak begonnen te voelen. Hierna gaf ik de kinderen de kans om zich voor te stellen, te vertellen hoe oud ze waren en of ze een sport beoefenden. Zodoende was iedereen aan het woord geweest en werd de barrière om te spreken verkleind. Daarna volgde de vraag of de kinderen al hun gedachtes omtrent het woord sport op een vel wilden noteren. Met deze laagdrempelige start, waarbij ik niet direct van de kinderen vroeg om honderduit te vertellen, verdwenen mijns inziens al snel de zenuwen en terughoudendheid waarmee de meeste kinderen de ruimte betraden. Gaandeweg de focusgroepen namen de deelnemers steeds meer plaats op de praatstoel. Doordat zij klasgenoten van elkaar waren, kwamen er verschillende gesprekken op gang waarin de kinderen elkaar aanvulden en gezamenlijke ervaringen deelden. Dit gaf me het gevoel dat dit bijdroeg aan de toenemende mate van comfort die kinderen tijdens het gesprek ervoeren.

Vervolgens legde ik de respondenten een aantal vragen voor over betekenisgeving van gezondheid, wat zij zien als een gezond uiterlijk en of sporten alleen voor slanke mensen is. Met het oog op de kortere concentratieboog van kinderen (Punch, 2002, p. 7), heb ik hierbij verschillende vormen van respons gebruikt. Zo heb ik de kinderen gevraagd om dingen op te schrijven om deze vervolgens te bespreken. Hierdoor nam de kans dat zij antwoorden van anderen reproduceerden af. Ook liet ik hen rode of groene kaarten omhoog steken als ze het ergens mee eens waren of juist niet. Op andere momenten vroeg ik de respondenten in gesproken woorden hun antwoord toeelichten. Met behulp van afbeeldingen maakte ik sommige gevoelige onderwerpen makkelijker bespreekbaar: zo presenteerde ik bijvoorbeeld uitspraken over zwaarlijvigheid in een spreekwolkje wat direct tot de verbeelding sprak (zie bijlage 3). De focusgroepen duurden gemiddeld drie kwartier tot een uur.

Semigestructureerde diepte-interviews

De semigestructureerde diepte-interviews hadden als doel om te peilen of en op welke manier de geconstateerde discoursen uit de focusgroepen invloed hebben op het denken en doen van kinderen met overgewicht ten aanzien van sport. Dat is de reden dat de topiclijst voor de interviews (zie bijlage 4) niet alleen gebaseerd is op de informatie uit de literatuur, maar ook op de antwoorden die op de vragen in de focusgroepen werden gegeven. Deze topiclijst vormde de rode draad van elk semigestructureerd diepte-interview.

Net als de focusgroepen vonden ook de interviews plaats op de basisschool in kwestie in een aparte ruimte, uit het zicht van de rest van de klas. De vier respondenten hadden allen met mij kennisgemaakt tijdens de focusgroepen, waardoor er al een vertrouwensband was gecreëerd. Bij alle vier de keren van weerzien werd ik vrolijk begroet, met een teken van herkenning. Om deze reeds opgebouwde vertrouwensband extra aan te sterken benadrukte ik tijdens elk interview opnieuw dat de naam van het kind nergens terug te vinden is, dat elk antwoord welkom is en er dus geen 'goed' of 'fout' antwoord bestaat. De eerste vraag van elk diepte-interview was: *'Wat vond je van de focusgroep van een paar weken geleden?'* Deze vraag brak het ijs en stelde de respondent in de gelegenheid om na een paar weken bezinning terug te blikken op dit groepsgesprek. Hierna volgde een aantal vragen over het denken en doen ten aanzien van sport. Ook tijdens de interviews heb ik verschillende vormen van respons gebruikt. Zo vroeg ik de kinderen om vier aparte afbeeldingen (zie bijlage 5) naar het bordje 'hierdoor ga ik wel sporten' of naar het bordje 'hierdoor ga ik niet sporten' te schuiven. En net als in de focusgroepen introduceerde ik gevoelige onderwerpen met behulp van plaatjes en tekstwolkjes.

De diepte-interviews namen gemiddeld twintig minuten in beslag. Kinderen hebben een kortere concentratieboog dan volwassenen (Punch, 2002, p. 7), dus dat is de reden dat de interviews van vrij korte duur waren. Ik merkte dat de respondenten van de interviews zich na verloop van tijd

niet goed meer konden concentreren. Zo keken ze regelmatig weg, gingen ze spelen met de blaadjes die voor hen lagen en dwaalden ze geregeld met hun gedachten af. Dat vormde voor mij dan het sein om de interviews af te ronden.

Na afloop van de focusgroepen en de semigestructureerde diepte-interviews noteerde ik in een notitieboekje de sfeer en de interacties die plaatsvonden tijdens het onderzoek. Op deze wijze wist ik zaken die niet via een recorder waren op te nemen, zoals de omschrijving van de sfeer, toch vast te leggen.

3.4 Data analyse

Na het transcriberen van de data volgde een kritische discoursanalyse: een methode bij bestudering van een maatschappelijk fenomeen (Montessori, Schuman & De Lange, 2012) zoals het obesitasdiscours. Deze methode heeft als doel het begrijpen en blootleggen van sociale ongelijkheid en zich hier uiteindelijk tegen verzetten (Van Dijk, 2001, p. 352) door middel van weerstand. Er wordt getracht binnen gesprekken een stabiel, terugkerend patroon te ontdekken dat iets kan zeggen over de context waarin het voorkomt (Bos, 2007). De focusgroepen en de interviews heb ik op dezelfde manier geanalyseerd. Het transcriberen van de focusgroepen en de diepte-interviews behelste de eerste stap van de analyse. Na het transcriberen heb ik op een kladblaadje genoteerd welke besproken onderwerpen en issues me het meeste zijn bijgebleven. Dit betrof het volgende: het belang dat kinderen hechten aan bewegen in plaats van aan sport, de surveillance die bij zowel slanke als dikke kinderen naar voren kwam en de grote mate van weerstand die door kinderen werd geboden op de gereproduceerde onderdelen uit het obesitasdiscours. Tot slot viel het me op hoe openhartig de kinderen spraken over een gevoelig onderwerp als overgewicht. Deze zaken, aangevuld met beide topiclijsten, vormden de basis voor de codeboom (zie bijlage 6) waar ik de transcripten vervolgens mee gecodeerd heb. Gaandeweg het coderen heb ik verschillende nieuwe hoofd- en subcodes aan de codeboom toegevoegd. Na verloop van tijd werd me duidelijk dat ik voor sommige hoofdcodes teveel subcodes had aangemaakt. Bovendien zag ik dat verschillende codes die ik aanvankelijk bij het ene onderdeel had geplaatst, veel logischer pasten bij een andere hoofdcodes. Dit heb ik opgelost met behulp van axiaal coderen: ik heb alle corresponderende codes samengevoegd (Edwards & Skinner, 2010, p. 134) en overbodige codes weggehaald. Zo plaatste ik onder andere de losse codes 'angst om dik te worden' en 'schuldgevoel tijdens eten' onder de code 'self-surveillance', om zo tijdens het coderen al meer structuur in te bouwen. Na dit proces heb ik met behulp van Excel alle codes per hoofd- en subcode gesorteerd.

Dit overzicht in Excel heb ik uiteindelijk benut om verscheidene hoofdthema's te onderscheiden die de basis vormen voor het resultaten- en analysehoofdstuk. In dit hoofdstuk heb ik ter onderbouwing gebruik gemaakt van verschillende quotes, uitgesproken door de respondenten. Dit betreft quotes die me tijdens het interview raakten of aan het denken zetten, quotes die in mijn ogen de strekking van het onderwerp goed weergeven en quotes die tegenstellingen laten zien en zo meerdere kanten belichten. Bovendien heb ik er rekening mee gehouden dat verschillende respondenten worden aangehaald.

3.5 Oprechtheid en betekenisvolle samenhang

Wetenschapper Sarah Tracy (2010) benoemt acht criteria voor excellent kwalitatief onderzoek. Twee van deze criteria licht ik in deze paragraaf uit, te weten: oprechtheid en betekenisvolle samenhang.

Oprechtheid

Oprechtheid betekent dat het onderzoek wordt gekenmerkt door eerlijkheid en transparantie over de bias, doelen en zwakheden van de onderzoeker, evenals over hoe deze een rol speelden in de methoden, vreugden en fouten van het onderzoek (Tracy, 2010, p. 841). Zelfreflectie maakt hier een belangrijk onderdeel van uit. Een onderzoeker doet aan zelfreflectie als hij eerlijk is over en naar zichzelf, zijn onderzoek en zijn publiek. Zelfreflectie moedigt onderzoekers aan openhartig te zijn over hun sterke punten en tekortkomingen (Tracy, 2010, p. 842). In hoofdstuk 7 neem ik mijn sterke punten

en tekortkomingen ten aanzien van dit onderzoek onder de loep. Dan schenk ik aandacht aan de mogelijke vormen van invloed die ik heb gehad op dit onderzoek, bijvoorbeeld gedurende de focusgroepen en de interviews. De aantekeningen die ik na afloop van de data-verzameling heb gemaakt, bevatten reflectief commentaar over subjectieve gevoelens en verklaringen die ik hoofdstuk 7 heb verwerkt.

Naast zelfreflectie draagt ook transparantie bij aan de oprechtheid van het onderzoek. Transparant onderzoek wordt gekenmerkt door het noteren van de uitdagingen en onverwachte wendingen van het onderzoek (Tracy, 2010, p. 842). In hoofdstuk 7 omschrijf ik voor welke uitdagingen ik heb gestaan en hoe verschillende zaken invloed hebben gehad op het proces van het onderzoek. Transparantie betekent ook dat er krediet en erkenning wordt gegeven aan bijvoorbeeld deelnemers en ondersteunende collega's (Tracy, 2010, p. 842). Ik heb in het voorwoord de betrokken actoren bedankt voor hun hulp, tijd en steun. Daar waar ik medewerking van collega's heb ontvangen, bijvoorbeeld bij het selecteren van de respondenten, heb ik dit expliciet genoteerd.

Betekenisvolle samenhang

Betekenisvolle coherentie studies bereiken hun aangegeven doel, maken gebruik van methoden en representatiepraktijken die goed samenwerken met onderbouwde theorieën en paradigma's en koppelen literatuuronderzoek aan het doel, de methoden en de bevindingen van het onderzoek (Tracy, 2010, p. 848).

Om het aangegeven onderzoeksdoel te bereiken, is het allereerst van belang dat dit doel is geformuleerd (zie hoofdstuk 1). Het doel van dit onderzoek vormt de basis voor het opstellen van de hoofd- en deelvragen. Daarnaast streef ik dit na door in de andere hoofdstukken regelmatig te refereren naar het benoemde doel en de link te leggen met de inhoud van de daar op volgende paragraaf. In de conclusie verwijst ik opnieuw naar het onderzoeksdoel door antwoord te geven op de onderzoeksvraag die op dit doel is gebaseerd. Zo probeer ik te bereiken dat tegen het einde de lezer het gevoel heeft dat dit onderzoek voldoet aan wat in hoofdstuk 1 werd beloofd.

Verder moet de onderzoeker ervoor zorgen dat zijn methoden en representatiestijl overeenkomen met de doelstellingen van het onderzoek (Tracy, 2010, p. 848). De uitgebreide onderbouwing voor het gebruik van focusgroepen en semigestructureerde diepte-interviews is eerder aan bod gekomen in paragraaf 3.2. Zoals daar staat omschreven heb ik deze keuzes gebaseerd op het doel van het onderzoek.

De laatste manier om betekenisvolle samenhang te creëren is door ervoor te zorgen dat het rapport één geheel vormt (Tracy, 2010, p. 848). Dit streef ik op verschillende manieren na. De theoretische concepten en de literatuur uit hoofdstuk 2 zijn gebaseerd op de doelstelling, de hoofdvraag en de deelvragen van dit onderzoek. Daarnaast vormden deze theoretische concepten en de literatuur de basis voor de focusgroepen en de interviews; beide topiclijsten zijn op basis van hoofdstuk 2 opgesteld. Ten slotte verbind ik de bevindingen en de hieruit volgende conclusies weer aan de theoretische concepten en de literatuur, gepresenteerd in het licht van huidige maatschappelijke bewegingen zoals het neoliberalisme en het kapitalisme.



HOOFDSTUK 4

RESULTATEN & ANALYSE

Dit hoofdstuk presenteert de belangrijkste bevindingen die voortvloeien uit de focusgroepen en de diepte-interviews. Deze resultaten zijn vervolgens verbonden aan de theorie en literatuur uit hoofdstuk 2. Allereerst worden de belangrijkste inzichten getoond. Hierna wordt omschreven welke betekenis de Almelose kinderen die ik heb gesproken geven aan sport en gezondheid. Vervolgens worden de aspecten uit het obesitasdiscours die terugkwamen in de data onder de loep genomen. Dit hoofdstuk sluit af met hoe het obesitasdiscours en de bijbehorende macht het denken en doen van de onderzochte kinderen beïnvloeden.

4.1 Belangrijkste inzichten

In deze paragraaf worden met behulp van een Foucaultiaans perspectief de belangrijkste bevindingen uit dit hoofdstuk gepresenteerd. Actoren die macht uitoefenen, zoals (school)artsen en docenten, produceren verschillende onderdelen uit het obesitasdiscours. Almelose kinderen reproduceren deze onderdelen, zoals: overgewicht is ongezond, dikke kinderen zijn minder goed in sport, ongezonde kinderen kunnen minder goed bewegen en dik zijn is je eigen schuld. Kinderen worden qua lichaamsomvang op het blote oog en met behulp van de weegschaal gecategoriseerd. Deze categorisatie heeft als gevolg dat kinderen naar de ideale, gezonde lichaamsnorm streven. Kinderen met overgewicht worden vaak gepest door hun zichtbare, niet-normatieve lichaam en hun (verwachte) gebrek aan sportvaardigheden. Dit heeft negatieve invloed op hun zelfbeeld en op de mate van sportparticipatie. Bovendien leidt het pestgedrag ertoe dat dat kinderen met én zonder overgewicht hun best doen om te normaliseren door de slanke norm te worden of te blijven.

4.2 Hoe kinderen betekenis geven aan sport en gezondheid

Weick (1995) ziet betekenisgeving als een continu proces waarin mensen betekenis geven aan de werkelijkheid door terug te kijken op hun handelen. Betekenisgeving ligt verankerd in de identiteit van een persoon en wordt gevormd door interactie tussen mensen (Weick, 1995). In deze paragraaf staat omschreven welke betekenis Almelose kinderen geven aan sport en gezondheid en in welke mate dit overeenkomt met de theoretische en empirische bevindingen uit hoofdstuk 2.

Sporten is leuker dan op de bank zitten

De eerste vraag die aan alle deelnemers van de focusgroepen werd gesteld, was het noteren van de woorden waar de respondenten aan denken bij het horen van het begrip 'sport'. De uiteenlopende antwoorden vallen in twee categorieën in te delen. De eerste categorie betreft soorten sport: het merendeel van de respondenten denkt bij het woord sport direct aan de sport die hij of zij zelf beoefent. Hierbij steekt voetbal er met kop en schouders bovenuit. Daarnaast denken de meeste kinderen aan andere sporten, zoals turnen, dansen, tennis, basketbal en volleybal. Ook noemen zij verschillende sportmiddelen zoals een hockeystick en voetbalschoenen. Tot slot wordt de term 'bewegen' verscheidene malen genoteerd. De tweede categorie betreft waarden die een aantal kinderen aan sport relateren, zoals de begrippen 'leuk', 'fit' en 'gezond'. Met name die laatste twee begrippen zijn opvallend, omdat uit het grootschalige peer review van Allender, Cowburn en Foster (2006, p. 829) naar voren komt dat kinderen weinig bezig zijn met gezondheid. Door het noteren van de termen 'fit' en 'gezond' geven de respondenten te kennen dat zij zich wel degelijk bezig houden met gezondheid, want zij relateren sport ongedwongen aan die twee begrippen.

Welke betekenissen geven de kinderen aan sport? Bijna alle respondenten geven aan vooral te sporten vanwege het plezier. De respondenten vinden sport leuk, omdat ze dan in beweging zijn, fitter worden en zo hun energie kwijt kunnen. Dit komt overeen met het onderzoek van Van Exel, De Graaf en Brouwer (2005, p. 2636) waaruit blijkt dat kinderen sporten vanwege het plezier, het speelse van bewegen en het leren van motorische en sportgerelateerde vaardigheden en technieken. Een ander gehoord argument in de focusgroepen is van sociale aard. Een aantal kinderen ziet sport als een geschikte manier om contact te hebben met anderen en zo nieuwe vrienden te maken. Dit onderstreept het onderzoek van Ter Haar en Valkestijn (2014, p. 3), dat aankaart dat sport een verrijking van het sociale netwerk van kinderen is. Ook dragen de respondenten het onderhouden of verbeteren van de gezondheid aan als reden. Zo geeft Ebru aan: *'Je wordt er gezonder van.'* Bovendien

vinden enkele kinderen sport leuker dan buiten spelen of op de bank zitten omdat ze nieuwe dingen leren bij het sporten. Sommigen weten niet zo goed waarom ze het leuk vinden, zoals Emma: *'Ik vind het leuk omdat het gewoon leuk is.'*

Kortom, de betekenissen die de Almelose kinderen aan sport geven, verschillen per persoon. Dit ligt in lijn met het standpunt van Weick (1995) dat betekenisgeving per persoon en per context verschilt.

Sommigen zijn er gewoon niet voor gemaakt

Toch vinden niet alle respondenten sport altijd leuk. Verlies en fysiek ongemak zijn onderdelen van de sport die sommige kinderen uit de focusgroepen niet leuk vinden. Ramona vertelt: *'Een keer heb ik meegedaan aan een volleybaltoernooi, alleen steeds ging iemand op mijn tenen staan. En toen ben ik ermee gestopt.'* Dit brengt soms ook angst met zich mee. Zo stelt Nadia: *'Turnen is ook een beetje gevaarlijk. Als er iets met je nek gebeurt of zo, je moet handstand doen of je been over je nek, dan kun je je nek wel breken.'* Daarnaast is de PlayStation een andere vorm van vrijetijdsbesteding die soms de voorkeur krijgt boven sport.

Kinderen uit de focusgroepen die sport altijd leuk vinden, kunnen zich wel inbeelden dat er kinderen zijn die sporten niet leuk vinden. Een gebrek aan vaardigheden wordt als reden genoemd. Denk hierbij aan het ontbreken van conditie, *'moe worden van elk klein dingetje'* (Lisa) of zoals Ayse zegt: *'Sommige kinderen kunnen ook geen koprol of dat soort dingen, en daarom vinden ze dat ook niet zo leuk.'* En Tess geeft aan: *'Sommigen zijn er gewoon niet voor gemaakt.'* Volgens Luuk is dit aanleiding voor pesterijen: *'Zoveel kinderen worden ermee gepest. "Jij kan dit niet, jij kan dat niet." Daarom hebben ze zoets van: "Ik ben slecht, dus ik stop ermee."'* Verschillende respondenten noemen dus een gebrek aan beweegvaardigheden en het hiermee gepaard gaande gemis van sociale steun als mogelijke redenen voor kinderen om sport niet leuk te vinden. Dit sluit deels aan op het onderzoek van Puglisi et al. (2009, p. 36) dat omschrijft dat kinderen onder meer de volgende drempels kunnen ervaren om te sporten: een gebrek aan sociale steun en een lage zelfperceptie van hun atletische competentie. Die laatste is opmerkelijk in het licht van de antwoorden van verschillende respondenten. Een aantal kinderen geeft in de focusgroepen aan dat de daadwerkelijke sportprestatie, die onder de norm van de groep valt, kan leiden tot het niet leuk vinden van sport; het onderzoek van Puglisi et al. (2009, p. 36) stelt dat de zelfperceptie een oorzaak kan zijn, dus de manier hoe kinderen zichzelf zien in plaats van hoe zij feitelijk presteren.

Samengevat: kinderen die zelf sporten niet altijd leuk vinden, noemen kenmerkende aspecten van sport, zoals verliezen en fysiek ongemak. Kinderen die sport wel altijd leuk vinden en om empathisch vermogen wordt gevraagd, denken dat kinderen sport niet leuk vinden door een gebrek aan sportvaardigheden en het hiermee gepaard gaande gemis van sociale steun. Volgens hen is het niet kunnen voldoen aan de norm dus niet leuk. Verschillende kinderen worden daarom gepest, wat een vorm van disciplineren is. Hier gaat paragraaf 4.4 verder op in.

Hoe meer fruit en hoe meer groenten, hoe beter

Bijna alle deelnemers aan de focusgroepen denken bij het horen van de term 'gezondheid' vooral aan woorden die raken aan hun gedrag: het eten van voldoende 'gezond voedsel' en voldoende beweging. Zo blijkt uit de opgeschreven woorden dat de respondenten vaak de link leggen met 'sporten'. In het gesprek dat hierna volgde zegt Lars: *'Van sporten word je weer gezond, als je het vaker doet.'* Naast het begrip 'sporten' zetten de kinderen de termen rennen, springen, lopen en bewegen op papier. Tevens vermeldt het merendeel van de kinderen het woord fruit of sommen zij verschillende fruitsoorten op, zoals banaan, aardbei en sinaasappel. Ook noteren zij meerdere keren 'gezond eten'.

Een mogelijke oorzaak voor deze veelvuldig gelegde link met fruit en 'gezond eten' kunnen de scholen zijn waar de respondenten hun lessen volgen. Twee van de vier scholen hebben het vignet Gezonde School behaald. Dit betreft een kwaliteitskeurmerk voor scholen die werken aan het verbeteren van de gezondheid van hun leerlingen, zo staat op de site van de Gezonde School (z.j.) omschreven. Eén van de thema's die de scholen de afgelopen jaren hebben behandeld, is voeding. Dit betreft lessen over 'gezonde' voeding en het stimuleren van 'gezond' eetgedrag van leerlingen tijdens

de ochtendpauze, de lunch en bij traktaties (Gezonde School, z.j.). Met dit vignet komen de normatieve aannames over wat de overheid als 'gezond' gedrag ziet duidelijk tot uitdrukking. Dit is een integraal onderdeel van biomacht (Foucault 1979b, in: Van Amsterdam & Knoppers, 2017, p. 5). Zo oefent de staat controle uit over de leerlingen van de betreffende scholen om 'goede' burgers te worden en een 'beter' leven te leiden (Foucault, 1984 in: Cameron et al., 2014, p. 690). Hierdoor vormen de Gezonde Scholen een omgeving die de betreders van die omgeving, de leerlingen, disciplineert. De leraar categoriseert door verschillende voeding te duiden als 'gezond' of 'on gezond' en hij oefent surveillance uit door 'gezond' als 'goed' te presenteren aan de leerlingen. Deze normatieve aannames over 'gezonde' voeding worden door de respondenten gereproduceerd, getuige de keren dat zij 'gezond eten' noteren en verschillende fruitsoorten opsommen. Voeding, door de respondenten omschreven als 'gezond eten', wordt dus als een voornaam instrument gezien om gezond te zijn. Dit lijkt te duiden op een regime of truth, een gevolg van de door de staat uitgeoefende biomacht. Volgens Foucault (1975 in: Calhoun et al., 2012, p. 310) is een regime of truth een soort algemeen discours dat als 'waarheid' wordt bestempeld. Het stelt mensen in staat om goed en fout te onderscheiden, in dit geval gezond en on gezond. In de dialoog die na het noteren van de woorden volgde, blijkt dat de respondenten met name groenten en fruit als voorbeelden van 'gezond eten' zien. Zij beschouwen onder andere patat, chips, snoep, chocola en koek als 'on gezond eten'.

De meeste respondenten zijn dus van mening dat bewegen en voeding belangrijke onderdelen zijn van gezondheid. Dit wordt ook door Wright, Burrows & Rich (2012, p. 9-10) geconstateerd; zij omschrijven bewegen en voeding als onderdelen van gedrag. Ook achten verschillende deelnemers van de focusgroepen de beweegvaardigheden, zoals een goede conditie en snel kunnen rennen, van een gezond persoon beter dan die van een on gezond persoon. Wright, Burrows & Rich (2012, p. 9-10) onderstrepen dit met de omschrijving 'niveau van fitheid'. Iets wat wel in de focusgroepen en niet in de literatuur naar voren komt, is het fysiek en mentaal welbevinden. Volgens enkele deelnemers maakt dit deel uit van de mate van gezondheid. Zo geven Daan en Max aan dat gezonde mensen gezond bloed en geen ziektes hebben. Fatma vindt dat het geestelijk gestel ook onderdeel is van gezondheid: *'dat je van binnen goed moet zijn. Lachen, blij zijn. Niet huilen.'* Tot slot is het uiterlijk in relatie tot gezondheid een veelbesproken onderwerp, hierover meer in onderstaand stuk.

Ik denk dan gelijk aan gewoon dun

Uit de focusgroepen blijkt dat zowel jongens als meisjes het ideale uiterlijk in eerste instantie als 'dun' omschrijven. De jongens Mees, Youssef en Luuk voegen daar respectievelijk de woorden 'sterk', 'sterker' en 'gespierd' aan toe; termen die raken aan het begrip kracht. Tevens noemen sommige kinderen een goede huid en een knap voorkomen kenmerken van een gezond lichaam. Dit komt ook deels in de literatuur naar voren: volgens Cameron et al. (2014, p. 689) kwantificeren meisjes het ideale, gezonde lichaam als dun en associëren jongens een gezond lichaam met kracht.

Gaandeweg de gesprekken volgt weerstand op de omschrijving 'dun'. Mees vindt: *'Niet dik, maar ook niet dun. Gewoon normaal.'* En Emma is het volgende van mening: *'Als je zo dun bent', ze plaatst haar handen tien centimeter uit elkaar, 'dan ben je echt niet gezond hoor. Dat hoort niet.'* Emma en Mees geven dus aan dat er een grens is: als je te dun bent, behoort je volgens hen niet meer tot de norm.

De meeste respondenten omschrijven een on gezond persoon met de term 'dik'. Daarbij wordt direct de link gelegd met een gebrek aan beweging en het eten van on gezond voedsel; eerder genoemde kenmerken die volgens de respondenten duiden op on gezondheid. Hier is het regime of truth (wat is gezond en wat is on gezond) terug te zien. Zo zegt Amir: *'Een on gezond persoon? Die ziet er heel dik uit. Zijn armen zijn dik en in de pauze speelt hij niet, rent hij niet.'* En Sophie geeft aan: *'Ik weet niet waarom ik daar aan denk, maar ik zie dan een persoon met een zak chips in zijn handen.'* Ook vinden sommige kinderen een onzuivere huid, rode ogen en lelijke tanden passen bij on gezonde mensen. Gezondheid wordt door de respondenten dus primair opgevat als een lichamelijk begrip. Dit komt overeen met het onderzoek van Burrows, Wright & Jungersen-Smith (2002, p. 43), dat laat zien dat leerlingen in dezelfde leeftijd gezondheid ook als iets lichamelijks zien. Het verschil is dat de respondenten bij lichamelijke aspecten vooral denken aan uiterlijkheden, zoals de genoemde

onzuivere huid, rode ogen en lelijke tanden. De leerlingen uit het onderzoek van Burrows, Wright & Jungersen-Smith (2002, p. 43) benoemen vooral lichamelijke handelingen, zoals het drinken van veel water en zichzelf schoon houden.

Fietsen is eigenlijk ook een sport

Hoewel de meeste kinderen sporten een leuke bezigheid vinden en snel linken aan gezondheid, zien zij het niet als een voorwaarde om gezond te zijn. Op de stelling *Alle kinderen zouden moeten sporten* toonde een ruime meerderheid de rode kaart om aan te geven dat ze het niet met deze stelling eens zijn. Volgens Mees is sporten geen voorwaarde om gezond te worden, maar draagt het wel bij aan je gezondheid: *'Aan de ene kant hoef je niet perse op sport te zitten als je gezond wil worden, maar aan de andere kant is het ook weer goed voor je om op sport te zitten.'*

Sommige respondenten noemen een aantal alternatieven voor sport, zoals: wandelen, hardlopen, opdrukken, naar school fietsen en buiten spelen. Zo stelt Ayse: *'Als je niet op een sport gaat en buiten speelt en dat je daar gaat rennen en dat soort dingen, dan ben je ook wel gezond.'*

Toen ik de stelling vervolgens aanpaste naar *Alle kinderen zouden moeten bewegen* ruilden bijna alle respondenten hun rode kaarten in voor de groene variant. Bewegen is voor hen een belangrijk onderdeel om gezond te zijn of te worden. Het verschil tussen sporten en bewegen is volgens hen de verbintenis die sport met zich meebrengt. Fleur legt uit: *'Sport is iets meer dan bewegen. Omdat je verplicht bent, omdat je dat moet doen. Anders is het geen sport.'*

4.3 Hoe kinderen denken over omvang, gezondheid en beweegvaardigheden

Een deel van de doelstelling van dit onderzoek is inzicht krijgen in discourses die Almelose kinderen (re)produceren op het gebied van uiterlijk en gezondheid. In deze paragraaf worden vier geconstateerde betekenissen binnen het obesitasdiscours toegelicht. Uit de gesprekken met de kinderen komt namelijk naar voren dat er een drietal normen is die, gecombineerd binnen het obesitasdiscours, discourses (re)produceert en weerstand oproept. Dit betreft 1) de omvang van het lichaam, 2) de mate van gezondheid en 3) beweegvaardigheden. Deze combinaties vormen drie betekenissen binnen het obesitasdiscours. Naast deze drie betekenissen komt hieronder nog een andere betekenis van het obesitasdiscours aan bod. Tot slot wordt de proef op de som genomen: zijn deze vier betekenissen van het obesitasdiscours terug te vinden in de eerste indruk die kinderen van iemand hebben ten aanzien van sport en gezondheid?

In deze paragraaf wordt ook de invloed van verschillende mensen die macht uitoefenen, besproken. Welke invloeden deze discourses hebben op het denken en doen van kinderen met overgewicht in termen van disciplineren, komt in paragraaf 4.3 aan bod.

1) Overgewicht is ongezond

Voor de meeste respondenten hebben de medici een dominante positie ingenomen: alles wat door de (school)artsen wordt verteld, wordt door hen geloofd. Eén van de boodschappen die de dokters de kinderen meegeven is dat overgewicht ongezond is. Deze artsen reproduceren en bestendigen het obesitasdiscours met het uitdragen van de overtuiging dat zwaarlijvigheid een ziekte is die wordt veroorzaakt door teveel eten en een gebrek aan lichamelijke activiteit. Met het verspreiden van positivistische boodschappen over overgewicht, ook door Gard & Wright (2005) gadeslagen, weten artsen zich te legitimeren en hun machtspositie te versterken (Harding, 1986 in: Powers, 2001; Lupton, 1995 in: Burrows & Rich, 2007). Wat de artsen zeggen, wordt zodoende als waarheid beschouwd. Op deze wijze komt biomacht tot uitdrukking: de dokters oefenen controle uit over de leerlingen om een 'beter' leven te leiden. Kinderen worden door de schoolartsen aangespoord om 'gezonder' te worden. Overgewicht kan volgens de medici worden bestreden door middel van voldoende beweging en voldoende gezond eten. Zo krijgt Ayse van de dokter te horen dat ze een sport moet gaan beoefenen, en anders heel veel moet gaan rennen. En de arts vertelt Nadia dat het beter is als ze niet elke dag iets ongezonds eet. Lisa vindt het onplezierig om de schoolarts te bezoeken: *'Dus ik vind het ook nooit leuk om naar de schoolarts te gaan, omdat die dat [overgewicht is ongezond] altijd tegen mij zeggen.'*

Het door de artsen gereproduceerde onderdeel uit het obesitasdiscours dat overgewicht ongezond is, wordt door de meerderheid van de respondenten eveneens gereproduceerd. Het eten van gezond of ongezond voedsel is volgens bijna alle respondenten gerelateerd aan de omvang van het lijf. Volgens Youssef word je dik van ongezond eten. Emma denkt er ook zo over: *'Als je elke dag naar de MacDonald's gaat, dan ben je na een week wel zo.'* Vervolgens maakt ze een beweging alsof ze over een hele dikke buik aait. Lars koppelt ook direct de mate van gezondheid aan lichaamsomvang: *'Mensen die dun zijn, die eten gezond en dan ben je ook gezond.'* Lotte beaamt dit: *'Sommige mensen die ik ken, die zijn dun en ook supererg gezond.'* Hier komt de macht van het eerder gesignaleerde regime of truth weer tot uiting. Het categoriseren van gezond en ongezond eten wordt verbonden aan de mate van gezondheid en de omvang van het lichaam.

Toch kent dit onderdeel van het obesitasdiscours weerstand, waarbij de respondenten vaak bekenden of zichzelf als voorbeeld in de strijd gooien. Zo weerleggen sommige respondenten dat dunne mensen gezond zijn. Amir zegt: *'Ik ben nog steeds dun, maar ik ben niet gezond.'* Ramona geeft een ander voorbeeld: *'Onze juf is dun die nu in het ziekenhuis ligt, en zij is niet gezond.'* Andere respondenten vertellen over bekenden die veel ongezond voedsel eten en dus in hun ogen ongezond zijn, maar volgens hen toch slank zijn.

Ook het standpunt dat dikke mensen ongezond zijn, roept weerstand op. Verschillende respondenten denken dat overgewicht niet perse betekent dat je ongezond bent. Zo geeft Ramona aan: *'Zelfs als je dik bent, kun je gezond zijn. Want ik ben eigenlijk best wel gezond. En ik ben best wel mollig.'* Een ander voorbeeld is de discussie die tussen Zehra en Lisa plaatsvindt. Zehra steekt bij de stelling *'Ik denk dat je gezond bent als je dun bent'* een groene kaart in de lucht als teken dat ze het er

mee eens is. Dit roept weerstand bij Lisa op, waarbij ze zichzelf als voorbeeld noemt: *'Dus jij vindt mij ongezond?' 'Nee'*, antwoordt Zehra, en vervolgens pakt ze de rode kaart die ze bij de groene voegt. Hiermee geeft ze aan dat ze het niet eens en ook niet oneens is met de stelling. Ze is dus van mening veranderd doordat ze zich kan inleven in de situatie van Lisa en daardoor begrip heeft voor de weerstand die wordt geboden.

Het weerstand bieden met het noemen van bekenden als voorbeeld wordt ook door Van Amsterdam & Knoppers (2017) gesignaleerd. Richting onbekenden wordt het discours gereproduceerd, richting bekenden en zichzelf wordt weerstand geboden aan het discours (p. 11-13). Dit zou te maken kunnen hebben met de mate van inlevingsvermogen waar mensen over beschikken. Het is mogelijk dat de respondenten het eenvoudiger vinden om zich verplaatsen in bekenden dan zich te verplaatsen in de algemene anders.

2) Als je dik bent, ben je minder goed in sport

De meeste deelnemers aan de focusgroepen zien een verband tussen de omvang van het lichaam en de beweegvaardigheden van een persoon. Tess: *'Een iets dikker kindje kan op een gegeven moment wel iets minder.'* Dikke kinderen zijn volgens de respondenten slapper, sneller moe en kunnen niet zo goed rennen. Volgens Karim verschilt het per sport of je door je omvang wordt belemmerd. Hij denkt dat zwemmen en atletiek ongeschikte sporten zijn voor dikke kinderen. Ook Fleur deelt die mening: *'Want dan moet je veel met je armen en benen bewegen.'* Zoë denkt dat als ze iets dikker is en gaat voetballen, het dan niet meer lukt.

Verschillende respondenten nemen aan dat zwaarlijvige kinderen geen sport beoefenen. Uit de literatuur blijkt dat kinderen met overgewicht relatief minder sporten dan kinderen zonder overgewicht (Cooper et al., 2015, p. 3). Zoals in paragraaf 4.2 al is omschreven, denken kinderen dat een daadwerkelijk gebrek aan beweegvaardigheden een drempel creëert om deel te nemen aan sport. Dit in combinatie met het idee 'als je dik bent, kun je minder' geeft vorm aan het onderdeel van het obesitasdiscours dat zwaarlijvige kinderen minder sporten omdat ze minder goed zijn in sport dan de norm. Dit stempel kan als gevolg hebben dat kinderen met overgewicht geloven dat ze slecht zijn in sport, terwijl dit niet gebaseerd is op hun feitelijke atletische competentie (Rice, 2007, p. 159). Deze mogelijk lage zelfperceptie en het gegeven dat kinderen met overgewicht minder sporten dan kinderen zonder overgewicht, onderstreept het standpunt van Puglisi et al. (2009, p. 36). Deze onderzoekers laten zien dat een lage zelfperceptie een drempel vormt voor kinderen om te sporten.

Ook dit onderdeel van het obesitasdiscours kan op weerstand rekenen, onder andere van Nadia: *'Ik vind dat brede kinderen ook wel goed zijn in sport.'* Verschillende respondenten halen voorbeelden aan van bekenden die volgens hen dik zijn, maar wel goed kunnen dansen of voetballen. Lisa geeft zichzelf als voorbeeld: *'Ik ben wat flinker, maar ik kan ook goed dansen.'*

Daarnaast impliceert dit onderdeel van het obesitasdiscours dat dunne mensen goed zouden kunnen bewegen. Dit wordt door een aantal kinderen ontkracht. Zo stelt Ayse: *'Brede kinderen zitten soms op een sport en kunnen het beter dan dunne kinderen. Dat betekent niet dat dunne kinderen altijd alles beter kunnen.'* Volgens Karim heeft de mate van sporttalent niet zozeer te maken met de omvang. *'Ik heb vrienden die een beetje dik zijn, en met hen kun je niet voetballen. En ik heb ook wel gewoon vrienden die wel dun zijn en die kunnen ook niet voetballen. Dus het ligt ook aan de persoon.'*

3) Als je ongezond bent, kun je minder goed bewegen

Ook de mate van gezondheid wordt door verschillende respondenten aan de beweegvaardigheden van een persoon gelieerd. Met name ongezond voedsel, wat de kinderen als belangrijk onderdeel van gezondheid kenmerken, beperkt de bewegingsvaardigheden. Zo kun je volgens Amir minder goed bewegen als je ongezond eet. Lotte vertelt: *'Als ik moet paardrijden is het niet handig om ongezond te eten. Anders val ik zo van het paard af.'*

Vergeleken met de eerder genoemde onderdelen van het obesitasdiscours kent dit aspect weinig weerstand. Alleen Ebru gaat er tegenin: *'Maar er zijn ook niet snelle mensen op de wereld, maar die zijn ook gezond.'*

Dik zijn is je eigen schuld

Zoals al eerder in deze paragraaf is omschreven, reproduceren dokters het onderdeel van het obesitasdiscours dat zwaarlijvigheid een ziekte is die wordt veroorzaakt door teveel eten en een gebrek aan lichamelijke activiteit. Het meegeven van adviezen om meer te bewegen en 'gezonder' te eten, heeft als gevolg dat de dokter de verantwoordelijkheid van zwaarlijvigheid bij het individu neerlegt. Sommige kinderen reproduceren dit. Zo zegt Noud over kinderen met overgewicht: *'Daar kiezen ze eigenlijk wel zelf voor. [...] Het is echt je eigen keus of je wel of niet dik bent.'* Lars vindt het volgende: *'Dikke kinderen zijn gewoon vaker lui en zo.'* Pieter reproduceert het beweegadvies van de dokter: *'Soms zie ik ook kinderen die heel dik zijn en die sporten ook niet. [...] En dan denk ik van, ga sporten!'* Deze uitspraken sluiten deels aan bij de onderzoeken van Burrows, Wright & Jungersen-Smith (2002) en Puhl & Heuer (2009): overgewicht roept een beeld op van onder meer mislukte wilskracht en luiheid. De andere vooroordelen die overgewicht volgens de onderzoekers met zich meebrengt, te weten een grote mate van genotzucht en gulzigheid, worden niet door de respondenten genoemd.

Zoë deelt de neoliberale mening dat zwaarlijvige kinderen het heft in eigen handen kunnen nemen: *'Je kan er iets aan doen, je kan zorgen dat je afvalt.'* Dit komt overeen met de onderzoeken van Evans et al. (2008) en Van Amsterdam & Knoppers (2017). Deze onderzoekers constateren dat lichaamsgrootte als een individuele zaak wordt gezien en dus een product is van het onverantwoordelijke gedrag van individuen. Manieren om af te vallen zijn volgens de kinderen tweeledig, gebaseerd op het door de artsen gereproduceerde discours: meer bewegen en gezonder eten. Enkele voorbeelden die zij geven zijn hardlopen, op een sportclub gaan, naar de fitness, niet teveel snoepen, gezond eten en op dieet.

De overtuiging dat dikke kinderen zelf hun gewicht in de hand hebben, wordt niet door elke respondent gedeeld. "Sommige kinderen kunnen er ook niks aan doen, he", weerlegt Sophie het standpunt. "Soms zit het gewoon in de familie." Naast erfelijkheid worden ook ziektes en de invloed van ouders genoemd. Zo vindt Amir: *'Maar kijk, de kinderen die wat dikker zijn. Die kunnen er niks aan doen. Het is dan eigenlijk de schuld van de moeder.'*

Ook het standpunt dat je door meer te bewegen en gezonder te eten afvalt, kent weerstand. Sommigen denken dat je alleen van sporten kilo's kwijt raakt, zoals Fleur: *'Van sport kun je dunner worden, van eten niet.'* En Zehra zegt: *'Als ik gezond eet, dan word ik niet echt dunner. Dat komt door sport.'*

Proef op de som

Zijn deze vier aangekaarte betekenissen van het obesitasdiscours terug te vinden in de eerste indruk die kinderen van iemand hebben ten aanzien van sport en gezondheid? Nadat de respondenten van de focusgroepen hadden gediscussieerd over wat gezondheid is en of je aan iemand kan zien of diegene gezond is, heb ik de proef op de som genomen. Ik heb alle respondenten twee afbeeldingen getoond van kinderen die beide een voetbal vast hebben (zie bijlage 2). Ze lijken ogenschijnlijk even oud en even groot. Saillant detail: het jongetje in het zwarte shirt oogt zwaarder dan het jongetje in het oranje shirt.

Wat blijkt? Bij de vragen wie volgens de kinderen beter kan voetballen en wie gezonder is, wijzen ze allemaal naar het jongetje in het oranje shirt. De redenen zijn: hij is sneller, fitter, sportiever en normaler. Al deze redenen zijn gestoeld op één waarneming, namelijk dat het jongetje in het oranje shirt er slanker uit ziet. Dit laat zien dat kinderen andere kinderen in één oogopslag in hokjes als 'dik' en 'dun' plaatsen. Ook dit wijst op een regime of truth: het is een algemeen discours dat als waarheid wordt bestempeld (Calhoun et al., 2012, p. 310). Geen enkel kind uit de focusgroep bood namelijk weerstand tegen deze vorm van categoriseren.

Veel respondenten vormen ook al snel hun mening over het jongetje in het zwarte shirt. Volgens Pieter lijkt het net of hij elke dag patat eet. Nadia denkt dat hij veel snoep eet en daarom niet zo sportief is. Emma vindt dat hij af moet vallen. Hier komen dus eerder geconstateerde onderdelen van het obesitasdiscours naar voren: 'overgewicht is ongezond', 'dikke mensen zijn niet goed in sport' en 'dik zijn is je eigen schuld'. Bovendien komt nog een ander discours naar boven: volgens sommige respondenten zijn dikke kinderen goed in keepen. Amir vindt dat keepers meestal breed en dik zijn en

dat daarom *'die dikke goed kan keepen, die andere is goed in spits'*. Volgens Youssef is het logisch dat dikke kinderen goed zijn in keepen, omdat zij een groot deel van de goal bezetten met hun brede lichaam. Max denkt dat het jongetje in het zwarte shirt op zich wel een aanvaller zou kunnen zijn, maar dan wel: *'een luie spits'*. Oftewel, Max denkt dat het niet-normatieve lichaam van het jongetje in het zwarte shirt erop wijst dat hij lui is.

Na een stellig begin, waarin iedere respondent wijst naar het jongetje in het oranje shirt, volgt in elke focusgroep een discussie. Sommige kinderen leveren weerstand met opmerkingen als *'het hoeft niet perse eigenlijk'* (Tess en Fatma). Mees en Liam vinden dat je niet via een foto kunt beoordelen of iemand goed kan voetballen. Liam: *'Hoe kan iemand je nou goed lijken als je 'm nog nooit hebt gezien?'* Noud biedt weerstand op het onderdeel uit het obesitasdiscours dat dikke mensen niet goed zijn in sport: *'Het ligt niet eigenlijk eraan of je dik bent of dun. Je kan gewoon goed zijn.'*

4.4 Hoe het obesitasdiscours invloed heeft op het denken en doen van kinderen

Na het plaatsvinden van de zes focusgroepen, heb ik vier kinderen uit die focusgroepen geïnterviewd die zichzelf in het hokje 'overgewicht' plaatsten. Dit betreft Lisa, Sophie, Ramona en Nadia. Het doel van deze interviews was om te peilen in hoeverre de door de focusgroepen gereproduceerde discoursen invloed hebben op het denken en doen van zwaarlijvige kinderen ten aanzien van sport. In deze paragraaf worden deze invloeden uiteengezet in Foucaultiaanse termen als disciplineren, categorisering, surveillance en normalisering.

Ik denk dat ze kijken omdat ik dik ben

In de sport geldt dat de context bepalend is in hoeverre personen met bepaalde sociale of fysieke kenmerken zich in- of uitgesloten voelen. Wanneer personen zich in een minderheidspositie bevinden, zijn ze zich over het algemeen meer bewust van hun 'anders zijn' (Elling, 2010). Lisa en Ramona hebben allebei gedanst bij een vereniging, maar voelden zich niet thuis in de groep vanwege hun niet-normatieve lichaam. Zo vertelt Lisa:

Op mijn vorige sportvereniging zaten alleen maar dunne meisjes. Die waren allemaal dun en ook in de groep ervoor en in de groep erna waren het alleen maar dunne mensen. Dan sta ik daartussen en dan voel ik me heel anders.

Puwar (2004) noemt eenieder die afwijkt van de norm een space invader. Wanneer een space invader een ruimte betreedt, krijgt hij vaak te maken met 'the look'. Men wordt met een bepaalde blik aangekeken, wat kan voelen alsof men automatisch geïdentificeerd wordt. Bovendien is 'the look' een vorm van surveillance die het lichaam erg zichtbaar maakt, vergelijkbaar met het panopticon van Foucault. Volgens Foucault (1975 in: Calhoun et al., 2012, p. 314) worden mensen gedisciplineerd door de invloed van het concept panopticon. Mensen die afwijken van de norm hebben constant het idee dat ze worden bekeken. Dit ervaren alle vier de meiden ook. Ramona zegt: 'Ik ben wat molliger dan de rest van de meisjes waarmee ik steeds dans. Dat vind ik helemaal niet erg, alleen dan kijken ze vaak naar mij.' Lisa had het gevoel dat de dunne dansmeiden haar uitlachten: 'Dan kijken ze echt heel erg naar mij. En dan gaan ze een beetje met elkaar lachen. En giechelen. En dan kijken ze weer naar mij.' Lisa voelde zich hierdoor minder welkom bij het sporten, wat voor haar ook een van de redenen was om te stoppen met dansen. Sophie ervaart 'the look' op haar sportvereniging vooral in getailleerde kleding. Een sporttenu maakt haar lichaam extra zichtbaar: 'Als ik een strak shirt aan heb, heb ik het gevoel dat iedereen echt naar me kijkt gewoon.' Dit constante gevoel bekeken te worden, zoals Foucault ook met zijn concept panopticon beschrijft, heeft directe invloed op het gevoel en gedrag van Sophie. De disciplinewerking van het panopticon komt bij Sophie tot uiting middels een vervelend gevoel, wat haar er soms van weerhoudt om met andere kinderen te gaan sporten. Op deze wijze vermijdt ze contexten waar zij niet binnen de norm valt en dus heel zichtbaar is.

Zoals in de vorige paragraaf is gebleken, plaatsen alle kinderen andere kinderen in één oogopslag in hokjes als 'dik' en 'dun'. Nadia heeft het gevoel dat ze tijdens het sporten op dergelijke wijze geïdentificeerd wordt. Als andere kinderen naar haar kijken, denkt Nadia dat ze gaan zeggen dat ze dik is en zodoende in de categorie 'dik' wordt geplaatst. 'Maar ik trek me er niks van aan', zegt ze. 'Ik laat hun gewoon staan, misschien ben ik wel dik maar ik ben wel gelukkig.' Nadia biedt hiermee weerstand tegen deze vorm van disciplineren en weigert te normaliseren.

Doordat hun lichaam er anders uit ziet dan de lijven van de kinderen om hen heen, voelen de geïnterviewde meiden zich in dergelijke situaties vaak alleen. Dit eenzame gevoel verdwijnt als ze worden omringd door kinderen die er net zoals hen uitzien. Zo heeft Ramona een keer met een aantal 'mollige' meiden gedanst op een liedje van Nielson:

En dat was echt superleuk, want dat waren allemaal mollige meiden. Twee mollige meiden en twee dunne. Dus daar voelde ik me wel fijn. Want dan ben ik niet de enigste die mollig is. [...] Dan voel ik me niet zo alleen. Ik voel me fijner en veiliger.

In deze situatie is het niet-normatieve lichaam van Ramona plots de norm geworden, doordat ze danste met andere zwaarlijvige kinderen. Hiermee verdwijnt het gevoel van space invader: het lichaam is ineens minder zichtbaar en men voelt zich minder bekeken (Puwar, 2004). Om je in een groep comfortabel te voelen, is het dus van belang om te voldoen aan de norm die in de betreffende groep heerst.

Als je dik bent, hebben kinderen ook een goed punt om je te pesten

Het merendeel van de respondenten van de focusgroepen en van de interviews denkt dat als je wat steviger bent, de kans groter is dat je wordt gepest. Sophie vertelt: *'De meeste kinderen zijn redelijk dun. En dan zullen ze eerder jou denk ik nemen, omdat jij een andere lichaamsbouw hebt. [...] Gewoon iets steviger gebouwd bent. Dat je er eerder tussenuit genomen wordt.'* Zwaarlijvige kinderen zien er anders uit dan de norm (de slanke kinderen) en door hun minderheidspositie vallen ze eerder op. Dit zijn kenmerken van de eerder aangehaalde space invader (Puwar, 2004). Lisa ziet het hebben van overgewicht als een zwakte:

Dan hebben kinderen ook een goed punt om je te pesten. Omdat kinderen daar zwak op zijn, denk ik. Omdat kinderen dat zelf ook niet fijn vinden. Het is hun zwakke punt. Dat zoeken ze op en dan gaan ze je daar mee pesten.

Lisa wordt wel eens uitgescholden voor 'dikzak' en dat ervaart ze als kwetsend. Nadia is tijdens zwemlessen in aanraking gekomen met pesters: *'Ze zeiden vaak: "jij kan niet zwemmen, jij bent te breed. Als jij het water in gaat, dan zink je sowieso."'* Dat vindt ze niet fijn om te horen. Ook Ramona wordt gepest vanwege haar uiterlijk: *'En dan denk ik van, waarom ben ik hier? Waarom ben ik niet bij mijn oma bijvoorbeeld? Daarboven. Ik voel me dan echt verrot.'*

Pesten is een vaak zichtbare vorm van disciplineren waarbij de macht van het obesitasdiscours tot uiting komt. Deze macht stimuleert self-surveillance. Dit is volgens Foucault een staat van bewuste en permanente zichtbaarheid die de automatische werking van de macht verzekert (Bartky, 1997). Mede door het pestgedrag van leeftijdsgenoten zijn zwaarlijvige kinderen zich sterk bewust van de grootte van hun lichaam en de zichtbaarheid ervan. Bovendien leidt het pestgedrag bij Lisa en Ramona tot normalisering: zij doen hun best om de slanke norm te worden (Foucault, 1979 in: Chambon, 1999). Ze zijn bezig met afvallen, omdat ze er beide op rekenen dat ze dan niet meer worden gepest. De twee andere geïnterviewde meiden begrijpen deze normalisatiewens, want ook zij verwachten dat het pesten stopt als je eenmaal op 'normaal' gewicht bent. Ramona draagt hierbij haar klasgenoot Leroy aan als voorbeeld. Hij is in het verleden ook gepest, maar sinds hij is gaan sporten en kilo's verloor is het treiteren gestopt.

Ook respondenten die wel aan de slanke norm voldoen, weten zich door het pestfenomeen gewaarschuwd. Luuk vertelt dat zijn zus vroeger altijd werd gepest op school omdat ze dik was. Volgens Ebru is het vervelend om dik te worden, want *'dan word je moe en kinderen gaan je pesten denk ik.'* Voor Ebru is de gedachte dat je sneller gepest wordt als je zwaarlijvig bent, een reden om haar gewicht in de gaten te houden. Deze gedachte heeft dus een disciplinerende werking op Ebru. Daarnaast reproduceert zij het onderdeel uit het obesitasdiscours dat zwaarlijvige kinderen over minder sportvaardigheden beschikken dan slanke kinderen.

Het pesten van zwaarlijvige kinderen heeft dus niet alleen als gevolg dat dikke kinderen zichzelf disciplineren. De angst om gepest te worden door een breder lijf brengt ook self-surveillance bij slanke kinderen teweeg.

Iedereen is al klaar en ik moet nog een rondje

Zoals al eerder in dit hoofdstuk is geconstateerd, worden kinderen ook gepest vanwege een gebrek aan sportvaardigheden. Daarnaast reproduceren de meeste deelnemers aan de focusgroepen het discours dat dikke kinderen minder goed zijn in sport dan slanke kinderen. Dit kan ertoe leiden dat zwaarlijvige kinderen geloven dat ze slecht zijn in sport, terwijl dat niet gebaseerd is op wat ze daadwerkelijk kunnen (Rice, 2007, p. 159). Dit heeft als gevolg dat zwaarlijvige kinderen niet alleen

vrezen voor pesterijen vanwege hun uiterlijk, maar ook vanwege hun (verwachte) gebrek aan sportvaardigheden. Zo is Ramona bang dat ze tijdens het dansen een verkeerde pas maakt en daarmee dus aantoonbaar dat ze minder sportvaardig is dan de rest en dus het idee bevestigt dat zwaarlijvige kinderen minder goed zijn in sport. Ze heeft laatst meegemaakt dat ze twee keer een verkeerde pas maakte, waardoor kinderen uit de dansgroep haar uitlachten. Dat vond ze eng en daardoor schaamt ze zich als ze danst. Ramona vertelt:

Altijd als ik ga dansen, dan schaam ik me dat iemand me ziet. Ik kan wel gewoon dansen als ik in mijn eentje ben. Want dan schaam ik me niet zozeer. Dan doe ik mijn gordijnen dicht, mijn deur dicht. Zodat niemand me kan zien.

Het uitlachen van de kinderen uit haar dansgroep is een vorm van surveillance. Met dit gedrag geven zij te kennen dat ze het gebrek aan sportvaardigheden van Ramona hebben gesignaleerd en dit als onder de norm te beschouwen. Dit leidt tot self-surveillance bij Ramona: ze is zich door het uitlachen van haar mededansers bewust van de bewegingen van haar lichaam en de zichtbaarheid ervan (Bartky, 1997). Het liefst zou zij haar lichaam onzichtbaar maken, door bijvoorbeeld alleen op haar kamer te dansen met haar gordijnen dicht.

Ook Lisa vindt het vervelend als het zichtbaar wordt dat zij over minder sportvaardigheden dan de rest beschikt. Lisa vertelt over de Daily Mile, een dagelijkse activiteit waarbij alle leerlingen uit de klas vijftien minuten lang rondjes rond de school hardlopen. *'Dan loopt iedereen dan zeg maar vooraan en dan loop ik achteraan. Iedereen is dan al klaar en ik moet dan nog een rondje. En dan zit je alleen te rennen. Dat is nooit echt leuk.'* Dit kan eveneens worden beschouwd als een vorm van surveillance. Met de Daily Mile oefent de omgeving een constante controle uit op Lisa. Bovendien maakt deze interventie zichtbaar dat Lisa niet voldoet aan de door de groep gestelde beweegnorm, waardoor ze zich bewust is van haar 'anders zijn'. In die zin kan Lisa als space invader worden aangemerkt die op basis van lichamelijke bekwaamheid zichtbaar wordt gescheiden van de rest. Daan omschrijft het gevoel van uitsluiting door de Daily Mile als volgt: *'Je wil erbij horen. Als jij dan in een keer moe wordt en die anderen rennen door, dan hoor je er niet meer bij. Dan ben je in je eentje.'*

Om in een sportgerelateerde groep opgenomen te worden, is het dus niet alleen van belang om qua lichaamsomvang aan de norm van de betreffende groep te voldoen. Ook het niveau van sportvaardigheden speelt hierin een belangrijke rol. Dit komt ook in de literatuur naar voren. Alleen zij die fit ogen en over voldoende sportvaardigheden beschikken, voelen zich in een sportcontext comfortabel (Beltrán-Carrillo et al., 2012, p. 17). Hierdoor ervaren de geïnterviewde meiden de zichtbaarheid van hun eigen lichaam en van hun relatief minder goede fysieke prestaties als vervelend. Dat maakt dat zij minder zeker zijn over hun voorkomen en vaardigheden, wat vervolgens een negatieve invloed heeft op hun zelfbeeld (Wright, Burrows & Rich, 2012, p. 2) en op de mate van hun sportparticipatie, zo blijkt uit de interviews.

Ik word zenuwachtig van de weegschaal

Aan de hand van de weegschaal plaatsen schoolartsen de leerlingen in categorieën: ondergewicht, normaal gewicht, overgewicht en obesitas. Zoals in de literatuur al is geconstateerd, is dit een voorbeeld van een regime of truth: kennis en waarheden over het 'juiste' gewicht van het lichaam worden door de staat en andere instanties geproduceerd (Foucault, 1975 in: Calhoun et al., 2012, p. 310). Ook in Almelo wordt dit regime gereproduceerd, enkel 'normaal gewicht' wordt als de norm beschouwd. Dat is de reden dat Sophie en Lisa op opkijken tegen het moment dat ze gewogen worden, omdat zij het niet leuk vinden om te horen dat ze overgewicht hebben en dus niet aan de norm voldoen. Sophie zegt het volgende over de weegschaal:

Dat geeft geen leuk gevoel, want ik ben iets zwaarder. En dan denk ik van: straks gaat hij er iets over zeggen. Straks ben ik raar of zo. En daarom, soms dan, als ik thuis ook moet wegen, ja dan word ik best wel zenuwachtig soms.

Sophie geeft aan dat ze bang is om raar gevonden te worden; dat ze niet voldoet aan de norm op het gebied van gewicht. Dokters sporen met behulp van de weegschaal kinderen met overgewicht aan om gewicht te verliezen en dat brengt een vorm van self-surveillance tot stand. Sophie krijgt tijdens een bezoekje aan de schoolarts vaak het gevoel dat ze dik is en moet gaan sporten. Dit leidt er toe dat Sophie ook daadwerkelijk wil gaan sporten. Ook Lisa raakt door de boodschap van de dokter en de aanwezigheid van de weegschaal gemotiveerd om te gaan sporten. *'Juist wel, om af te vallen. Zodat ze dat niet meer kan zeggen, dat ik overgewicht heb.'* Op deze wijze biedt een discours, in dit geval gereproduceerd door de artsen, een krachtige instructie over hoe individuen moeten denken en handelen in relatie tot hun lichaam (Burrows, Wright & Jungersen-Smith, 2002).

Shit, weer teveel gegeten

De wil om te normaliseren, voortkomend uit het verlangen om niet meer gepest te worden, vormt met de macht van de dokters en de weegschalen de basis voor het streven naar het ideale uiterlijk. Zoals eerder in dit hoofdstuk is omschreven, is dit droombeeld een 'dun maar niet te dun lichaam'. Zo zegt Nadia: *'Ik wil niet dat ik dik ben, maar ook niet dat ik dun ben maar gewoon normaal.'* Een aantal jongens wil graag ook nog gespierd zijn. Deze wens voor een slank, gespierd lichaam in combinatie met de overtuiging dat regelmatige lichaamsbeweging en het eten van bepaalde soorten voedsel leidt tot een slank lichaam, heeft als gevolg dat zowel dikke als slanke kinderen zichzelf disciplineren.

Zo letten verschillende kinderen uit de focusgroepen er op dat ze elke dag voldoende bewegen. Zehra en Amir doen regelmatig beweegactiviteiten in huis en in de tuin. Zehra rent de trap meerdere keren op en af, Amir drukt zich op en doet buikspieroefeningen. *'Want eigenlijk wil ik gewoon normaal blijven'*, aldus Amir. *'En dus ga ik meteen naar buiten en zo.'* Ook Youssef en Pieter gaan na het eten vaak bewegen. Zij reproduceren hiermee het idee uit het obesitasdiscours dat de input van calorieën minus de output van verbruikte energie in gewichtsverlies dan wel gewichtstoename resulteert. Youssef vertelt: *'Als ik wat eet, dan ga ik daarna meteen naar buiten. Zodat ik het weg werk.'* En ook Pieter gaat direct actief aan de slag om de gegeten calorieën te verbranden en eraf te sporten. Dit zijn voorbeelden van normalisering, want de meeste kinderen doen hun best om bij de slanke norm te blijven behoren. Zo houden zij het neoliberale onderdeel van het obesitasdiscours in stand dat het individu verantwoordelijk stelt voor de omvang van zijn eigen lichaam.

Deze angst voor zwaarlijvigheid leidt ertoe dat eten door schuldgevoel wordt vergezeld (Burrows, Wright & Jungersen-Smith, 2002). Zo denkt Lisa na het eten van in haar ogen ongezond voedsel dat ze het beter niet had kunnen doen, want het is niet goed voor de lijn. Ze baalt dan van zichzelf, want *'het blijf toch wel weer op mijn buik hangen.'* Bij Sophie schiet na het eten van een ongezonde maaltijd de volgende gedachte door haar hoofd: *Eh, wat heb ik nou gedaan?* En Ramona vloekt met *'shit'* als ze teveel ongezond eten naar binnen heeft gewerkt: *'Omdat ik wil stoppen. Ik kan dan minder goed afvallen, dat ben ik aan het proberen.'* Als gevolg van dergelijk schuldgevoel en angst voor zwaarlijvigheid, compenseren sommige respondenten 'ongezonde' voeding met 'gezond' eten. Zo eet Noud na een portie patat graag fruit. En Zehra zegt: *'Soms eet ik bijvoorbeeld eerst ongezond en dan pas gezond. Ik had bijvoorbeeld eerst chips gegeten en daarna een banaan.'* Ze bevestigt dat zij dit doet ter compensatie. Het achterliggende idee is dat het 'gezonde' het 'ongezonde' compenseert, waardoor het effect van de 'ongezonde' voeding minder groot is en men dus minder snel aankomt. Dit compensatiegedrag heeft dus als doel om deel uit te blijven maken van de slanke meerderheid, waardoor dit gedrag eveneens als een vorm van normalisering kan worden beschouwd.

Youssef denkt dat als je dik bent, iedereen naar je kijkt als je veel eet. Simone sluit zich daar bij aan: *'Als je dan iets eet, bijvoorbeeld een koekje of zo, en dat kinderen naar je gaan kijken en dan zeggen: "Oh, ga je nog dikker worden?"'* Hiermee omschrijven Youssef en Simone de werking van het panopticon bij dikke kinderen tijdens het eten van 'ongezond voedsel': mensen met niet-normatieve lichamen hebben constant het idee bekeken te worden. Deze blikken hebben een morele lading, omdat bepaald soort voedsel als ongezond wordt bestempeld en het eten ervan direct aan gewichtstoename wordt gekoppeld. Ook hier komt de reproductie van een idee uit het

obesitasdiscours, dat zwaarlijvigheid een individuele zaak is en onder andere door gezond te eten kan worden bestreden, tot uitdrukking.

Kortom, er is in de hoofden van de respondenten een onlosmakelijke koppeling aanwezig tussen de omvang van het lichaam, het eten van 'gezond' of 'ongezond' voedsel en de mate van lichaamsbeweging. Dit heeft invloed op het denken en doen van zowel slanke als dikke kinderen. Zodra zij zichzelf betrapten op 'ongezond' gedrag, zoals te weinig bewegen of het eten van 'ongezonde' voeding, vertonen zij compensatiegedrag. Deze sterke aanwezigheid van self-surveillance leidt tot normalisering: de respondenten proberen met dit compensatiegedrag de norm te blijven of te worden.



HOOFDSTUK 5

DILEMMA VOOR DE OPDRACHTGEVER

'Jij kan niet zwemmen, want je bent te dik'

Sportbedrijf Almelo, opdrachtgever van dit onderzoek, is uitvoerder van het gemeentelijk sportbeleid in Almelo. Het bedrijf heeft als doel om zoveel mogelijk Almeloërs in beweging te krijgen (Sportbedrijf Almelo, z.j.). Zoals al meerdere malen is omschreven, sporten kinderen met overgewicht minder dan kinderen zonder overgewicht (De Vries et al., 2015). Voor Sportbedrijf Almelo is het dus interessant te weten hoe de kans wordt vergroot dat zwaarlijvige Almelose kinderen gaan sporten. Dit hoofdstuk omschrijft drie factoren die het sporten aantrekkelijker maken voor de geïnterviewde kinderen met overgewicht. Daarna volgt vanuit het Foucaultiaanse perspectief een kritische noot op deze mogelijke aanpak.

5.1 Bij mollige kinderen voel ik me thuis

Volgens de vier geïnterviewde kinderen zijn er drie factoren die het sporten voor hen aantrekkelijker zouden maken, te weten: een vrije inloop, afwisseling in sportaanbod en een vertrouwde sociale omgeving.

Twee meiden geven aan dat ze liever zelf een moment kiezen om te sporten. Toen Lisa nog lid was van de dansvereniging, voelde ze zich verplicht om erheen te gaan. *‘Ik dans liever thuis op mijn kamer, dan is het geen plicht’,* vertelt Lisa. Ze zou liever zelf haar moment en dag kiezen wanneer ze kan gaan sporten. Ook Sophie vindt verplichting maar niets: *‘Dan krijg ik heel erg het gevoel dat ik moet sporten van iedereen en dat ik dik ben eigenlijk. [...] Als het moet, dan zou ik eerder niet gaan sporten.’* Sophie ervaart de verplichting van sport dus als een vorm van surveillance, omdat ze dan het gevoel krijgt dat mensen haar lichaamsomvang veroordelen. Het is opmerkelijk dat deze wens voor een vrije inloop beter aansluit op bewegen dan op sport: het verschil tussen sport en bewegen is de verbintenis die sport met zich meebrengt, zo werd eerder al door de respondenten uit de focusgroepen aangeduid.

Een tweede aantrekkelijke factor is afwisseling in sportaanbod. Tijdens de interviews heb ik de kinderen een flyer laten zien van de Sportkanjerclub. Dit is een sportprogramma voor kinderen in de leeftijd van 6 tot 12 jaar die moeite hebben met bewegen door bijvoorbeeld overgewicht. Na het bekijken van de flyer denkt Lisa dat het wel iets voor haar is, omdat het veel op gym lijkt. Het diverse sportaanbod spreekt haar aan. *‘Ja, want de hele tijd hetzelfde is heel saai.’* Dat is de reden dat Lisa haar lidmaatschap bij de dansvereniging heeft opgezegd. *‘Ik vond er niets meer aan. Bij mij is het vaak zo. Ik doe wat en binnen een maandje of zo ga ik er weer af.’* Ook Nadia vindt gym leuker dan één vaste sport: *‘Omdat we daar altijd spelletjes mogen doen en we mogen zelf beslissen welk spel.’* Sophie is eveneens te spreken over de diversiteit van het sport- en beweegaanbod.

Ten derde is het gevoel van een warm welkom van belang. Hierbij speelt een vertrouwde sociale omgeving een cruciale rol. Zoals eerder in dit onderzoek is onderbouwd, zien kinderen sport als een manier om contact te hebben met anderen en zo nieuwe vrienden te maken. Maar het werkt ook andersom: zonder vrienden tijdens het sporten is sporten niet leuk. Zo zegt Sophie: *‘Als je met bijna niemand kan en niet met iedereen een klik hebt, dan is het best wel saai om op die sport te zitten.’* Lisa denkt dat gezelschap sporten gezelliger maakt: *‘Ik denk dat samen sporten met andere kinderen wel leuker is. Omdat je dan ook een beetje afleiding hebt. Met andere kinderen, een beetje praten en zo.’* Daarom loopt ze sinds het focusgroepgesprek regelmatig hard met een vriendin die ze kan vertrouwen. Lisa:

Dat is wel heel fijn. Bij haar kan ik alles kwijt en we hebben al vier jaar een geheim, alleen dat vertellen we tegen niemand. Dus haar kan ik vertrouwen. En zij moedigt mij ook aan met: “Kom op Lisa, je kunt het!”

Ook Ramona vindt het prettiger om te sporten met vriendinnen: *‘Ik voel me dan fijner en veiliger. Want als ze je dan uitlachen, dan komen mijn vriendinnen erbij en dan zeggen ze: “Niet doen!”’*

Een veilige omgeving kan door vriendinnen worden gecreëerd, maar ook door te sporten met kinderen die ook overgewicht hebben. Het concept van de Sportkanjerclub spreekt de vier meiden aan. Zij treffen hiermee een context waarin de norm anders gedefinieerd wordt en waar ze minder zichtbaar zijn, gezien de andere deelnemers met overgewicht. Bij de Sportkanjerclub zijn ze niet meer de enige zwaarlijvige in het gezelschap, waardoor ze minder last hebben van de machtswerking van

surveillance. Dit maakt dat zij zich minder onzeker en meer op hun gemak voelen. Ramona zou hier wel aan mee willen doen: *'Want er zijn meerdere kinderen die ook een beetje mollig zijn. En die een beetje problemen hebben. En dan voel ik me wel een beetje thuis.'* Ook denken de geïnterviewde meiden dat het onderwerp overgewicht makkelijker ter sprake komt. Volgens Lisa weten dunner kinderen niet hoe het voelt om dik te zijn. Sophie verwacht het volgende: *'Je kunt er gewoon over praten hoe het komt dat je dik bent.'*

Aan de hand van het concept space invader van Puwar (2004) is de wens om te sporten met andere zwaarlijvige kinderen eenvoudig te verklaren. Doordat kinderen met overgewicht – niet-normatieve lichamen – duidelijk zichtbaar zijn tijdens het sporten (Van Amsterdam & Knoppers, 2017, p. 15) zijn zij zich over het algemeen meer bewust van hun 'anders zijn'. Zodra dit niet-normatieve lichaam plots de norm wordt, door te sporten met andere kinderen met overgewicht, verdwijnt het gevoel van space invader. Hierdoor is het lichaam ineens minder zichtbaar en voelt men zich minder bekeken (Puwar, 2004).

Voor Sophie en Lisa is het 'anders zijn' een belangrijke reden om gewicht te verliezen. Afvallen kan volgens hen door te sporten worden bewerkstelligd. Naast de verwachting dat ze dunner worden van sporten, denk ze ook dat ze fitter worden en een betere conditie krijgen; dus over meer sportvaardigheden dan nu te beschikken. Met het slanker worden en beter worden in sport vindt een normalisatieproces plaats. Ze veranderen namelijk van een space invader naar een persoon die voldoet aan de normen uit het obesitasdiscours: het beschikken over voldoende sportvaardigheden en een slank uiterlijk (Beltrán-Carrillo, 2012, p. 17). Hierdoor vallen ze minder op, voelen ze zich niet meer anders en worden ze naar hun eigen verwachting niet meer gepest.

5.2 Kritische noot

Vanuit een Foucaultiaans perspectief vallen concepten zoals de Sportkanjerclub te bediscussiëren. Dergelijke programma's dragen namelijk bij aan de reproductie van het obesitasdiscours. Zo categoriseert de Sportkanjerclub door zich enkel open te stellen voor kinderen die moeite hebben met bewegen door bijvoorbeeld overgewicht. Er wordt zodoende zichtbaar onderscheid gemaakt tussen 'goede' en 'slechte' bewegers. Bovendien is dit een vorm van surveillance, want moeite hebben met bewegen wordt als een probleem beschouwd dat met dit programma kan worden opgelost. Ook draagt het indirect de boodschap uit dat kinderen met overgewicht vaker moeite hebben met bewegen. Dit reproduceert het eerder geconstateerde discours dat dikke kinderen minder goed zijn in sport. Dit kan ertoe leiden dat zwaarlijvige kinderen geloven dat ze slecht zijn in sport, terwijl dat niet gebaseerd is op wat ze daadwerkelijk kunnen (Rice, 2007, p. 159). Tot slot bewerkstelligen dergelijke programma's ook een vorm van normalisering. De Sportkanjerclub biedt namelijk een programma aan om beter te worden in sport, af te vallen en zo dus aan de normen uit het obesitasdiscours te voldoen: het beschikken over voldoende sportvaardigheden en een slank uiterlijk (Beltrán-Carrillo et al., 2012, p. 17).

Kortom, enerzijds draagt een programma als de Sportkanjerclub bij aan de doelstelling om iedereen in beweging te krijgen, want het zou de geïnterviewde kinderen aansporen om hierbij te gaan sporten. Anderzijds komt hier de biomacht weer tot uiting: zwaarlijvige kinderen worden aangespoord om te bewegen en zo 'gezondere' burgers te worden. Met dergelijke programma's wordt het obesitasdiscours gereproduceerd en houdt het beeld dat dik zijn ongezond is, zwaarlijvigheid een individuele verantwoordelijkheid is en dat dikke kinderen niet kunnen sporten, stand.

Aan Sportbedrijf Almelo om een overweging te maken. Enerzijds is het uiteraard prettig dat zowel slanke als dikke kinderen plezier beleven aan bewegen, anderzijds is het belangrijk om te realiseren dat op deze wijze de verschillen tussen slanke en dikke kinderen worden benadrukt en het obesitasdiscours wordt gereproduceerd.



HOOFDSTUK 6

CONCLUSIE

Dit onderzoek heeft meerdere doelstellingen, te weten: inzicht krijgen in de betekenis die jonge Almelose kinderen geven aan sport, inzicht krijgen in de discourses die Almelose kinderen (re)produceren op het gebied van uiterlijk en gezondheid en hoe deze discourses leiden tot beïnvloeding van ideeën en gedrag van kinderen met overgewicht ten aanzien van sport. Met behulp van zes focusgroepen heb ik 27 kinderen gesproken. Ook heb ik vier meiden die zichzelf tijdens deze focusgroepen categoriseerden als 'een kind met overgewicht' met behulp van vier interviews ondervraagd. Deze methoden in combinatie met de kennis uit de literatuur hebben als doel om antwoord te kunnen geven op de onderzoeksvraag: 'Hoe verhouden de betekenissen, die Almelose kinderen tussen de 9-11 jaar met overgewicht geven aan sport, zich tot de discourses die Almelose kinderen (re)produceren op het gebied van uiterlijk en gezondheid?' In dit hoofdstuk wordt deze vraag beantwoord aan de hand van de belangrijkste conclusies.

Het hedendaagse neoliberalisme drukt een belangrijke stempel op de handelswijze van de overheid. Nederland is een neoliberale samenleving, die wordt bestuurd vanuit de gedachte dat individuen zichzelf besturen (Schinkel & Van Houdt, 2010, p. 14). Dit heeft als gevolg dat individuele behoeften en verlangens niet worden gezien en gehoord door de overheid: het draait om het populatieniveau (Foucault, 1975 in: LeBesco, 2011, p. 35). De staat oefent met behulp van biomacht controle uit over de populatie, zo spoort zij onder andere kinderen aan om de ingebeelde 'goede' en 'gezonde' burger te zijn (Foucault, 1984 in: Cameron et al., 2014, p. 690). Deze vorm van macht speelt een grote rol in de reproductie van het obesitasdiscours door Almelose kinderen.

Biomacht komt volgens dit onderzoek op twee manieren tot uitdrukking. Enerzijds door het vignet de Gezonde School. Met dit kwaliteitskeurmerk voor scholen die werken aan het verbeteren van hun leerlingen, presenteren docenten normatieve aannames over wat de overheid als 'gezond' gedrag ziet als een zogenoemd regime of truth. Anderzijds komt de werking van biomacht door middel van (school)artsen tot uiting. Door de sterke machtspositie van medici wordt alles wat zij zeggen als waarheid beschouwd. Met behulp van een weegschaal categoriseren dokters de kinderen: ook dit is een regime of truth. Kinderen die afwijken van de norm door overgewicht, worden door de artsen aangespoord om 'gezonder' te worden door voldoende te bewegen en voldoende gezond eten tot zich te nemen. Op deze wijze legt de dokter de verantwoordelijkheid van zwaarlijvigheid neer bij het individu. Dit strookt met het hedendaagse liberalisme: de gedachte dat individuen zichzelf besturen en het heft in eigen handen kunnen nemen (Van Schinkel & Van Houdt, 2010, p. 14).

De Almelose kinderen reproduceren vervolgens deze regimes of truth en andere onderdelen uit het obesitasdiscours. Zij reproduceren de volgende onderdelen uit het obesitasdiscours: overgewicht is ongezond, dikke kinderen zijn minder goed in sport, ongezonde kinderen kunnen minder goed bewegen en dik zijn is je eigen schuld. Volgens de respondenten geldt het volgende: sport is (vaak) leuk, bewegen is belangrijk. Bewegen is voor hen een belangrijk onderdeel om gezond te zijn of te worden, een doel dat zij nastreven door onder meer de disciplinerende die de Gezonde School tot stand brengt. Dit staat haaks op het grootschalige peer review van Allender, Cowburn en Foster (2006, p. 289), dat stelt dat kinderen weinig bezig zijn met gezondheid.

Toch maken verschillende respondenten gebruik van de ruimte die er is om weerstand te bieden. Hierbij gooien zij vaak bekenden of zichzelf als voorbeeld in de strijd. Met name de kinderen die zichzelf als 'dik' bestempelen, geven tegengas. Het weerstand bieden met het noemen van zichzelf of bekenden wordt ook door Van Amsterdam & Knoppers (2017) gesignaleerd. Uit hun onderzoek blijkt dat richting onbekenden het discours wordt gereproduceerd en richting bekenden en zichzelf wordt weerstand geboden aan het discours. De mate van het inlevingsvermogen bepaalt dus de mate van weerstand.

Kinderen worden niet alleen gecategoriseerd op basis van de weegschaal. Kinderen plaatsen andere kinderen in één oogopslag in hokjes als 'dik' en 'dun'. Door de reproductie van het discours dat overgewicht ongezond is, beschouwen de Almelose kinderen een dun lichaam als de ideale, gezonde norm. Dit heeft als gevolg dat zwaarlijvige kinderen, die dus op basis van hun lichaam afwijken van de

norm, zich meer bewust zijn van hun 'anders zijn'. Strakke sportkleding maakt het niet-normatieve lichaam extra zichtbaar, waardoor dikke kinderen zich snel een space invader voelen.

De reproductie van het discours dat dikke kinderen minder goed zijn in sport, kan er toe leiden dat zwaarlijvige kinderen geloven dat ze slecht zijn in sport, terwijl dat niet gebaseerd is op wat ze daadwerkelijk kunnen (Rice, 2007, p. 159). Hierdoor komt met name in sportcontexten de theorie van Foucault's panopticon, het gevoel constant bekeken te worden, naar voren. Alleen zij die fit ogen en over voldoende sportvaardigheden beschikken, voelen zich in een sportcontext comfortabel (Beltrán-Carrillo et al., 2012, p. 17). Daarom ervaren de geïnterviewde meiden de zichtbaarheid van hun eigen lichaam en van hun relatief minder goede fysieke prestaties – al dan niet kloppend – als vervelend. Dat maakt dat zij tijdens het sporten minder zeker zijn over hun voorkomen en vaardigheden, wat vervolgens een negatieve invloed heeft op hun zelfbeeld en op de mate van sportparticipatie: sommige kinderen stoppen met sport door hun niet-normativiteit.

Volgens de respondenten worden dikke kinderen sneller gepest vanwege hun niet-normatieve lichaam en door een gebrek aan sportvaardigheden. Pesten is een vaak zichtbare vorm van disciplineren waarbij de macht van het obesitasdiscours tot uiting komt. Deze macht brengt self-surveillance en normalisatie bij zowel slanke als dikke kinderen teweeg. Door het pesten zijn kinderen zich sterk bewust van de grootte van hun lichaam en de zichtbaarheid ervan. Dit leidt bij verschillende kinderen tot normalisering. Zo doen sommige zwaarlijvige kinderen hun best om de slanke norm te worden en doen verschillende slanke kinderen hun best om de slanke norm te blijven. De pesterijen en de angst om gepest te worden door een dik lijf leidt ertoe dat zij, in lijn met de instructies van de leraar en de dokter, bewust bezig zijn met voldoende bewegen en het eten van 'gezond' voedsel. Op deze wijze reproduceren de kinderen het neoliberale onderdeel uit het obesitasdiscours 'dik zijn is je eigen schuld'.

Om in een sportgerelateerde groep opgenomen te worden, is het dus van belang om qua lichaamsomvang en atletische competentie aan de norm van de betreffende groep te voldoen. Zodra zwaarlijvige kinderen sporten met vriendinnen of met andere dikke kinderen, verdwijnt het onveilige gevoel. Vriendinnen geven door hun gezelligheid meer betekenis aan sport en komen in geval van pesten op voor het kind met overgewicht. Het sporten met andere dikke kinderen creëert een context waarin de norm anders gedefinieerd wordt en waar zwaarlijvige kinderen minder zichtbaar zijn omdat zij nu tot de nieuwe norm behoren. Men voelt zich dan minder bekeken, waardoor het gevoel van space invader verdwijnt



HOOFDSTUK 7

REFLECTIE

'Jij kan niet zwemmen, want je bent te dik'

Zoals ik in hoofdstuk 3 al schreef, is zelfreflectie een belangrijk criterium voor het leveren van een goed kwalitatief onderzoek. In dit hoofdstuk blik ik terug op het onderzoeksproces: wat ging goed en wat had beter gekund? Hierbij reflecteer ik kritisch op verschillende keuzes die ik voor, tijdens en na de dataverzameling heb gemaakt en die zodoende mogelijk van invloed zijn op de uitkomsten van dit onderzoek. Deze reflectie vormt eveneens de basis voor verschillende wetenschappelijke aanbevelingen.

7.1 Voor de dataverzameling

In verband met de wetgeving was ik verplicht om de selectie van de respondenten door middel van de ouderbrieven te laten plaatsvinden. Ik presenteerde het onderzoek in de brief richting de ouders als een onderzoek naar de motivatie om te sporten. Het kan dus zijn dat alle ouders die sport niet belangrijk achten, me geen toestemming hebben gegeven om hun kind te benaderen voor het onderzoek. Dit kan als gevolg hebben dat ik geen input heb vergaard van kinderen die door hun ouders niet worden gestimuleerd om te sporten.

Daarnaast heb ik me lange tijd suf gepiekerd over de selectiecriteria van de interviews. Ik wilde graag kinderen met overgewicht spreken om te weten te komen wat de gereproduceerde onderdelen uit het obesitasdiscours uit de focusgroepen met hen doen, maar: wanneer heeft iemand overgewicht? Ik zou het positivistische onderdeel uit het obesitasdiscours reproduceren door alle kinderen op een weegschaal te zetten en zo hun BMI te berekenen. Dit zou echter niet alleen sterk in strijd zijn met mijn Foucaultiaanse perspectief, maar ook met mijn ethische grenzen. Categoriseren is pijnlijk, zo blijkt ook uit dit onderzoek. Des te fijner was het dat vier deelnemers aan de focusgroepen zich als zwaarder dan de norm identificeerden en zichzelf zo in het hokje van 'kinderen met overgewicht' plaatsten, zonder dat daar metingen of observaties van 'experts' aan te pas hoefden te komen. Dergelijke metingen of observaties zouden niet alleen ethisch onverantwoord zijn; het zou ook niet kunnen matchen met de perceptie van de respondenten. Dat had als gevolg kunnen hebben dat kinderen die door de deskundige als 'zwaarlijvigen' worden aangemerkt, zichzelf niet zo zagen. En dus antwoorden zouden geven vanuit het perspectief van 'de norm', in plaats van uit het perspectief van 'kinderen met overgewicht'. Dit had de kwaliteit van de data aan kunnen tasten.

7.2 Tijdens de dataverzameling

De meeste respondenten van de focusgroepen waren aanvankelijk best zenuwachtig voor het gesprek, omdat ze niet zo goed wisten wat ze moesten verwachten. Enkele kinderen spraken dit uit. Ook zag ik dat verschillende respondenten zich aanvankelijk wat terughoudend opstelden. Deze zenuwen en terughoudendheid verdwenen gedurende de focusgroepen. Het zou kunnen dat de kinderen hierdoor in het begin meer bezig waren met 'goede' en 'foute' antwoorden, ondanks dat ik in de introductie heb verteld dat elk antwoord welkom is. Het is dus mogelijk dat de eerste vragen misschien minder naar waarheid zijn beantwoord dan de vragen die ik op het einde heb gesteld.

Ondanks deze zenuwen en terughoudendheid kreeg ik het idee dat de kinderen tijdens de focusgroepen en de interviews behoorlijk open zijn geweest in het delen van hun mening. Zo werden er regelmatig confronterende uitspraken gedaan over zwaarlijvigheid in het bijzijn van kinderen die zichzelf als 'breder' of 'dikker' bestempelden. Die kinderen leverden daar dan weer weerstand op, zodat er in elke focusgroep wel een onderdeel uit het obesitasdiscours ter discussie werd gesteld. Toch blijven er altijd gedachten en zaken onuitgesproken die ik ondanks mijn goede bedoelingen niet boven water heb weten te krijgen. Zeker bij gevoelige onderwerpen zoals zwaarlijvigheid is dit het geval.

Ook zou het kunnen dat mijn sportieve voorkomen de antwoorden van de respondenten heeft beïnvloed. Ik ben iemand die in hun ogen 'normaal' is, die voldoet aan de gestelde, slanke norm. Hierdoor zouden de kinderen het gevoel hebben kunnen krijgen dat ik antwoorden wilde horen die volgens hen passen bij deze norm. Aan de andere kant kreeg ik het gevoel dat mijn uiterlijk mee hielp in het bouwen van een vertrouwensband met de kinderen. Ik ben vrij klein, lijkt wat jonger dan ik daadwerkelijk ben en kom hierdoor niet zo dominant over als de meeste volwassenen.

Kinderen kunnen geneigd zijn elkaar na te gaan praten (Punch, 2002, p. 8), waardoor de antwoorden van het kind dat het snelst reageert, de norm kan worden. Hierdoor kunnen de belevingen

van andere deelnemers van de focusgroep onderbelicht blijven. Om dit in te perken heb ik ervoor gekozen om kinderen af en toe antwoorden op te laten schrijven of met rode en groene kaarten hun mening te duiden, zodat zij niet of minder beïnvloed worden door de antwoorden van hun groepsgenoten. Ook heb ik er op gelet dat iedereen aan het woord kwam. Kinderen die al een tijdje niets hadden gezegd, gaf ik dan bewust de beurt om ook zijn of haar opinie te achterhalen.

Aanvankelijk leken de deelnemers van de focusgroepen alle onderdelen van het obesitasdiscours klakkeloos te reproduceren, maar gaandeweg het gesprek boden verschillende respondenten weerstand op deze onderdelen uit het obesitasdiscours. Bovendien raakten sommige kinderen, die in eerste instantie het obesitasdiscours reproduceerden, overtuigd door de weerstand. *'Het hoeft inderdaad niet zo te zijn'* was een veelgehoorde zin, nadat kinderen weerstand boden door voorbeelden van bekenden te noemen. Dit betekent dat spreken over het onderwerp een vorm van bewustwording creëert. Dit is een belangrijke eerste stap in het teweegbrengen van veranderingen om zowel slanke als dikke kinderen plezier te laten hebben in sportactiviteiten. Mijn tip richting leerkrachten op scholen is dan ook om regelmatig met kleine groepen kinderen gesprekken te voeren over overgewicht in relatie tot sport en gezondheid. Echter, voordat zij in gesprek kunnen gaan met de leerlingen, is het van belang dat zij op de hoogte zijn van de invloed van discoursen op het denken en doen van kinderen met overgewicht ten aanzien van sport. Dit geldt ook voor andere mensen die macht uitoefenen, zoals docenten en (school)artsen. De neoliberale boodschappen die de leerkrachten en dokters verspreiden, wekt de suggestie dat kinderen als individu verantwoordelijk zijn voor hun eigen gewicht en dat dik zijn dus je eigen schuld is. Deze boodschappen werken pestgedrag als een vorm van disciplineren in de hand. Zodra zij zich hier bewust van zijn, zijn ze in staat om op hun eigen uitspraken te reflecteren en zodoende zo min mogelijk onderdelen uit het obesitasdiscours te reproduceren. Vervolgens kunnen zij in gesprek gaan met de kinderen. Dit draagt bij aan een omgeving waar zowel slanke als dikke kinderen zich op hun gemak voelen.

7.3 Na de dataverzameling

De focusgroep was niet alleen een geschikte methode om informatie voor dit onderzoek op te halen. Het bleek achteraf ook de uitwerking van een interventie te hebben op de kinderen die van zichzelf vonden dat ze overgewicht hadden. In de interviews die na de focusgroepen plaatsvonden, vertelden zij dat ze het gesprek leuk vonden. Ze vonden het fijn om over het onderwerp overgewicht in relatie tot sport te praten, omdat ze dat niet zo vaak doen. Het merendeel van de geïnterviewde respondenten heeft na afloop van de focusgroepen nog nagedacht over de besproken onderwerpen. Ramona heeft er naderhand nog met haar zusje over gepraat en daarna gingen ze samen kijken wat voor sport ze die dag gingen doen. Nadia nam de volgende boodschap mee naar huis: *'Dat het niet erg is als je dik bent.'* Lisa heeft nagedacht over gezond eten en zelfs actie ondernomen: *'Nu ga ik ook rondjes joggen door het bos met een vriendin. Die moedigt me dan ook een beetje aan en zo.'*

Veel onderzoeken naar overgewicht maken gebruik van een positivistisch perspectief. Dit onderzoek hanteert een poststructuralistische lens, waarbij de stem van de kinderen, in tegelstelling tot veel andere onderzoeken naar kinderen (Darbyshire, MacDougall & Schiller, 2005, p. 419), hoorbaar is gemaakt. Dit onderzoek heeft zich gericht op 27 Almelse kinderen en is daardoor niet generaliseerbaar voor de rest van Nederland. Dit vraagt dus om vervolgonderzoek. Vervolgonderzoek kan uitwijzen hoe onderdelen uit het obesitasdiscours op andere plaatsen in het land door kinderen worden gereproduceerd en invloed hebben op de sportparticipatie van kinderen met overgewicht. Mijn tip aan hen die vervolgonderzoek willen doen, is om mijn ondernomen stappen van dataverwerving te hanteren. Als ik terug blik op de focusgroepen, blijkt dat dit een zeer geschikte methode was om een vertrouwensband met de zwaarlijvige kinderen op te bouwen. Mijns inziens heeft dit bijgedragen aan de openhartigheid waarmee zij in de diepte-interviews antwoord gaven op mijn, soms toch enigszins gevoelige, vragen. Daarnaast zou ik adviseren om niet op een vrijdagmiddag een focusgroep of interview te organiseren. Niet alleen de kinderen waren bij mij op dat moment sneller afgeleid en veel drukker dan op andere dagen in de week, ook ik was toe aan weekend. Ik

merkte tijdens het coderen dat ik in de laatste focusgroep, die dus op vrijdagmiddag plaatsvond, minder scherp was en minder goed doorvroeg op interessante zaken.

Vanwege de tijdbeperking van het onderzoek heb ik er bewust voor gekozen om niet diep in te gaan op de invloed van gender. De geïnterviewde kinderen zijn allen meiden en dit kan de uitkomsten van het onderzoek hebben beïnvloed. Uit de literatuur blijkt namelijk dat vrouwen andere betekenissen aan sport geven dan mannen (Seippel, 2006). Vrouwen sporten vaker vanwege sociale en lichamelijke factoren: zij zien sport als een geschikt middel om sociale contacten op te doen en het lichaamsgewicht te beheersen (Kilpatrick, Hebert & Bartholomew, 2005, p. 91). Mannen hechten meer waarde aan de ego gerelateerde aspecten, zoals de uitdaging en de competitie die de sport hen biedt (Kilpatrick, Hebert & Bartholomew, 2005, p. 91). Dit zou zijn oorsprong kunnen vinden in de manier hoe de hedendaagse maatschappij naar mannen en vrouwen kijkt: van mannen wordt verwacht dat zij competitief zijn, van vrouwen wordt verwacht dat zij meegaand zijn (Koivula, 1999, p. 362). Deze verwachtingen van de maatschappij zouden ertoe kunnen leiden dat meiden zich in een sportgerelateerde context op een andere manier 'anders' voelen dan jongens. Uit mijn onderzoek komt naar voren dat de geïnterviewde meiden zich met name door hun niet-normatieve lichaam een space invader voelen. Het 'anders zijn' door een (lage zelfperceptie van hun) atletische competentie kwam ook, maar in mindere mate, in de interviews naar voren. Het is mogelijk dat jongens, door de verwachting van de maatschappij dat zij competitiever zijn, zich vooral door een (al dan niet kloppend) gebrek aan beweegvaardigheden anders voelen dan de gestelde norm. Vervolgonderzoek zou dus meer aandacht kunnen besteden aan mogelijke genderverschillen in relatie tot zwaarlijvigheid in een sportcontext.

LITERATUURLIJST

- Al x, L., & Hammarstr m, A. (2008). Shift in power during an interview situation: methodological reflections inspired by Foucault and Bourdieu. *Nursing inquiry*, 15(2), 169-176.
- Allender, S., Cowburn, G., & Foster, C. (2006). Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a review of qualitative studies. *Health education research*, 21(6), 826 – 835.
- Van Amsterdam, N., & Knoppers, A. (2017). Healthy habits are no fun: How Dutch youth negotiate discourses about food, fit, fat and fun. *Health*: 1363459316688517.
- Van Assema, P., Mesters, I., & Kok, G. (1992). Het focusgroep-interview: een stappenplan. *The focus group interview: stepwise guidelines. TSG (Dutch Journal of Health Sciences)*, 7, 431-7.
- Aston, M., Price, S. L., Kirk, S. F. L., & Penney, T. (2012). More than meets the eye: Femenist poststructuralism as a lens towards understanding obesity. *Journal of advanced nursing*, 68(5), 1187-1194.
- Bartky, S. L. (1997). *Foucault, femininity, and the modernization of patriarchal power* (pp-61). Na.
- Beltr n-Carrillo, V. J., Dev s-Dev s, J., Peir -Velert, C., & Brown, D. H. (2012). When physical activity participation promotes inactivity: Negative experiences of Spanish adolescents in physical education and sport. *Youth & Society*, 44(1), 3-27.
- Van Berkel, R. (2015). *Overgewicht en obesitas: de feiten op een rij*. Pumbo.
- Van Binsbergen, J., Langens, F., Dapper, A., Van Halteren, M., Glijsteen, R., Mekenkamp-Oei, S. & Van Avendonk, M. (2010). *NHG-Standaard Obesitas*. Huisarts Wet 2010. Geraadpleegd via <https://www.bewegenismedicijn.nl/files/downloads/Van%20Binsbergen%20et%20al.,%202010.pdf> (27-11-2017)
- Boeije, H. R. (2005). *Analyseren in kwalitatief onderzoek: denken en doen*. Boom Koninklijke Uitgevers.
- Bos, J. (2007). *Discoursanalyse: communicatie op de werkvloer*. Routledge
- Bruyninckx, W. (2003). Oppositioneel opstandig en antisociaal gedrag bij pubers (1) antisociale gedragsstoornis oppositioneel opstandige gedragsstoornis puberteit opvoedingsproblemen. *Psychopraxis*, 5(4), 122-126.
- Bryman, A. (2008). *Social Research Methods* (3rd ed.). Oxford: Oxford University.
- Burgard, D. (2009). What is “health at every size”. *The fat studies reader*, 42-53.
- Burrows, L. (2008). “Fit, Fast and skinny”: New Zealand school students’ talk’about health. *New Zealand physical educator*, 41(3), 26.
- Burrows, L. (2010). “Kiwi kids are Weet-bix kids” – body matters in childhood. *Sport, Education and Society*, 15(2), 235-251.

- Burrows, L., & Wright, J. (2007). Prescribing practices: Shaping healthy children in schools. *International Journal of Children's Rights*, 15, 83-98.
- Burrows, L., Wright, J., & Jungersen-Smith, J. (2002). "Measure your belly". New Zealand children's construction of health and fitness. *Journal of Teaching Physical Education*, 22, 39-48.
- Calhoun, C. (Ed.). 2012. *Classical sociological theory*. John Wiley & Sons, 305-316.
- Cameron, E. Oakley, J., Walton, G., Russell, C., Chambers, L., & Socha, T. (2014). Moving beyond the injustices of the schooled healthy body. In *International handbook of educational leadership and social (in)justice* (pp. 687 – 704). Springer, Dordrecht.
- CBS & RIVM. (2015). *Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor*. Geraadpleegd via <https://www.volksgezondheidenzorg.info/onderwerp/overgewicht/cijfers-context/trends#node-trend-overgewicht-volwassenen> (27-11-2017)
- CBS (2013). *Overgewicht en ervaren gezondheid onder jongeren*. Geraadpleegd via <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2013/32/vaker-overgewicht-jongeren-in-huishoudens-met-een-lager-inkomen> (8-2-2018)
- Chambon, A. S. (1999). *Reading Foucault for social work*. Columbia University Press.
- Cooper, A. R., Goodman, A., Page, A. S., Sherar, L. B., Esliger, D. W., van Sluijs, E. M., ... & Froberg, K. (2015). Objectively measured physical activity and sedentary time in youth: the International children's accelerometry database (ICAD). *International journal of behavioral nutrition and physical activity* 12(1), 113.
- Darbyshire, P., MacDougall, C., & Schiller, W. (2005). Multiple methods in qualitative research with children: more insight or just more?. *Qualitative research*, 5(4), 417-436.
- Deckelbaum, R. J., & Williams, C.L. (2001). Childhood obesity: the health issue. *Obesity*, 9(S11).
- Dedding, C., Jurrius, K., Moonen, X., & Rutjes, L. (2013). Kinderen en jongeren actief in wetenschappelijk onderzoek. *Ethiek, methoden en resultaten van onderzoek met en door jeugd*.
- Van Dijk, T. A. (2001). Multidisciplinary CDA: A plea for diversity. *Methods of critical discourse analysis*, 1, 95-120.
- Edwards, A., & Skinner, J. (2010). *Qualitative research in sport management*. Routledge.
- Elling, A. (2010). Bewegende beelden: sport, sekse en etniciteit. *Tijdschrift voor Genderstudies*, 7(1).
- Evans, B. (2006). 'I'd feel ashamed': Girls' bodies and sports participation. *Gender, place & culture*, 13(5), 547-561.
- Evans, J. & Rich, E. (2005). 'Fat Ethics' – *The Obesity Discourse and Body Politics*. *Social Theory & Health*, 3(4), 341-358.
- Evans, J., Rich, E., Davies, B., & Allwood, R. (2008). *Education, disordered eating and obesity discourse: Fat fabrications*. Routledge.

- Everaert, H. & Van Peet, A. (2006). Kwalitatief en kwantitatief onderzoek. *Kenniskring Gedragsproblemen in de Onderwijspraktijk Publicatie*, 11, 2-50.
- Van Exel, N. J. A., De Graaf, G., & Brouwer, W. B. (2006). "Everyone dies, so you might as well have fun!" Attitudes of Dutch youths about their health lifestyle. *Social science & medicine*, 63(10), 2628-2639.
- Ng, M., Fleming, T., Robinson, M., Thomson, B., Graetz, N., Margono, . . . Abraham, J. P. (2014). Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980 – 2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. *The Lancet*, 384(9945), 766-781.
- Gard, M., & Wright, J. (2001). Managing uncertainty: Obesity discourses and physical education in a risk society. *Studies in Philosophy and Education*, 20(6), 535-549.
- Gard, M., & Wright, J. (2005). *The Obesity Epidemic: Science, morality and ideology*. Routledge.
- Gemeente Almelo (01-05-2017). Maatschappelijke vraag 2018.
- Gezondheidsraad (2003). Overgewicht en obesitas. Den Haag.
- Gezonde School (z.j.). *Werken aan voeding*. Geraadpleegd via: <https://www.gezondeschool.nl/primair-onderwijs/gezondheidsthemas-en-criteria-vignet/voeding> (4-6-2018)
- GGD'en, CBS & RIVM. (2016). *Gezondheidsmonitor Volwassenen*. Geraadpleegd via <https://www.volksgezondheidenzorg.info/onderwerp/overgewicht/regionaal-internationaal/regionaal#!node-obesitas-ggd-regio> (27-11-2017)
- Greig, A. D., Taylor, J. & MacKay. (2012). *Doing research with children: A practical guide*. Sage.
- Ter Haar, M. & Valkestijn, M. (2014). Werk aan de winkel: de sportvereniging verbindt sport- en jeugdbeleid.
- Henry, I., & Ko. L. M. (Eds.). (2013). *Routledge handbook of sport policy*. Routledge.
- Kilpatrick, M. Hebert, E. & Bartholomew, J. (2005). College students' motivation for physical activity: differentiating men's and women's motives for sport participation and exercise. *Journal of American college health*, 54(2), 87-94.
- Kirk, S. F., Price, S. L., Penny, T. L., Rehman, L., Lyons, R. F., Piccinini-Vallis, H., ... & Aston, M. (2014). Blame, shame and lack of support: a multilevel study on obesity management. *Qualitative health research*, 24(6), 790-800.
- Knoppers, A. E. (2006). Wat brengt sport teweeg?!
- Koivula, N. (1999). Sport participation. Differences in motivation and actual participation due to gender typing. *Journal of Sport Behavior*, 22(3), 360.
- LeBesco, K. (2011). Neoliberalism, public health, and the moral perils of fatness. *Critical public health*, 21(2), 153-164.

- Lucassen, P. L. B. J., & Olde Hartman, T. (Eds.). (2006). *Kwalitatief onderzoek*. Bohn Stafleu van Loghum.
- Markula – Denison, P., & Pringle, R. (2007). *Foucault, sport and exercise: Power, knowledge and transforming the self*. Routledge.
- Montessori, N. M., Schuman, H., & De Lange, R. (2012). *Kritische discoursanalyse*. Academic & Scientific Publishers.
- NCD Risk Factor Collaboration. (2016). Trends in adult body-mass index in 200 countries from 1975 to 2014: a pooled analysis of 1698 population-based measurement studies with 19,2 million participants. *The Lancet*, 387(10026), 1377-1396.
- Petherick, L. (2013). Producing the young biocitizen: secondary school students' negotiation of learning in physical education. *Sport, Education and Society*, 18(6), 711-730.
- Powers, P. (2001). *The methodology of discourse analysis*. (No. 14). Jones & Bartlette Learning.
- Puhl, R. M., & Heuer, C. A. (2009). The stigma of obesity: A review and update. *Obesity*, 17(5), 941-964.
- Puglisi, L. M., Okely, A. D., Pearson, P., & Vialle, W. (2010). Barriers to increasing physical activity and limiting small screen recreation among obese children. *Obesity research & clinical practice*, 4(1), e33-e40.
- Punch, S. (2002). Research with children: The same or different from research with adults?. *Childhood*, 9(3), 321-341.
- Puwar, N. (2004). *Space invaderse: Race, gender and bodies out of place*. Berg.
- Rice, C. (2007). Becoming "the fat girl": Acquisition of an unfit identity. *Women's Studies International Forum* (Vol. 30, No. 2, pp. 158 – 174). Pergamon.
- Rijksoverheid. (2009). Nota Overgewicht. Uit balans: de last van overgewicht.
- Robertson, S. (2003). 'If I let a goal in, I'll get beat up': Contradictions in masculinity, sport and health. *Health Education Research*, 18, 706-716.
- Schinkel, W. & Van Houdt, F. (2010). Besturen door vrijheid: neoliberal communarisme en de verantwoordelijke burger. *Bestuurskunde*, 2010(2), 12-21.
- Seippel, Ø. (2006). The meanings of sport: fun, health, beauty or community? *Sport in Society*, 9(1), 51-70.
- Selm, M. V. (2007). Focusgroeponderzoek.
- Slater, A., & Tiggemann, M. (2011). Gender differences in adolescent sport participation, teasing, self-objectification and body image concerns. *Journal of adolescence*, 34(3), 455-463.
- Sportbedrijf Almelo (z.j.). *Sport en bewegen voor iedere inwoner van Almelo*. Geraadpleegd via <https://www.sportbedrijfalmelo.nl/> (11-6-2018)

Sturm, R. (2005). *Childhood obesity – what we can learn from existing data on societal trends, part 1 & 2*. Preventing Chronic Disease, 2 (1) A12 (part 1) and 2 (2), A20 (part 2).

Sykes, H., & McPhail, D. (2008). Unbearable lessons: Contesting fat phobia in physical education. *Sociology of Sport Journal*, 25(1), 66-96.

Tracy, S. J. (2010). Qualitative quality: Eight “big-tent” criteria for excellent qualitative research. *Qualitative inquiry*, 16(10), 837-851.

Voedingscentrum (z.j.) *BMI berekenen*. Geraadpleegd via <http://www.voedingscentrum.nl/nl/mijn-gewicht/heb-ik-een-gezond-gewicht/bmi-meter.aspx> (16-5-2018)

Voedingscentrum (z.j.) *Overgewicht*. Geraadpleegd via: <http://www.voedingscentrum.nl/encyclopedie/overgewicht.aspx> (15-5-2018)

De Vries, S. I., Bakker, I., Van Overbeek, K., Boer, N. D. & Hopman-Rock, M. (2005). *Kinderen in prioriteitswijken: lichamelijke (in)activiteit en overgewicht*. Leiden: TNO.

Weick, K.E. (1995). *Sensemaking in organizations*. London etc.: SAGE Publications.

World Health Organization (2003). *Controlling the global obesity epidemic*. Geneve, Zwitserland.

World Health Organization (1998). *Obesity: preventing and managing the global epidemic – results of a WHO consultation on obesity*. Geneva, WHO/NUT/NCD.

Wright, J., Burrows, L., & Rich, E. (2012). Health imperatives in primary schools across three countries: Intersections of class, culture and subjectivity. *Discourse: Studies in the Cultural Politics of Education*, 33(5), 673-691.

Wright, J., & Halse, C. (2014). The healthy child citizen: Biopedagogies and web-based health promotion. *British Journal of Sociology of Education*, 35(6), 837-855.

Wright, J., O’Flynn, G., & Macdonald, D. (2006). Being fit and looking healthy: Young women’s and men’s constructions of health and fitness. *Seks roles*, 54(9-10), 707-716.

BIJLAGE 1: OUDERBRIEF

Beste ouder/verzorger,

Ik ben Kim de Wild en ik studeer Sportbeleid & Sportmanagement aan de Universiteit Utrecht.

Voor het afronden van mijn opleiding wil ik onderzoeken waarom kinderen wel of niet sporten. Wat vinden ze leuk en minder leuk aan sport?

Hiervoor wil ik graag groepsgesprekken organiseren met kinderen in de leeftijd van 9-11 jaar. Per gesprek wil ik met maximaal vijf kinderen praten over wat ze leuk en minder leuk vinden aan sport. De gegevens verwerk ik anoniem, dus ik noem geen namen in het onderzoek.

Mijn vraag is..

Wilt u via het onderstaande formulier laten weten of u het goed vindt dat uw zoon of dochter deelneemt aan een groepsgesprek? De groepsgesprekken vinden onder schooltijd plaats en nemen niet langer dan een halfuur in beslag.

Mocht u vragen hebben, kunt u met mij contact opnemen door te mailen naar k.dewild@sportbedrijfmelo.nl of te bellen met 06 31065455.

Hartelijk dank!

Groet,
Kim de Wild

Naam zoon of dochter:

Geeft u toestemming dat uw zoon of dochter deelneemt aan een groepsgesprek over sport?

- Ja
- Nee, omdat....

Handtekening ouder/verzorger:

BIJLAGE 2: TOPICLIJST FOCUSGROEPEN

1. Inleiding

Doel: deelnemers op hun gemak stellen door met ze te 'levelen', spreekbarrière doorbreken

- Mezelf + gespreksonderwerp uitgebreid introduceren: Ik ben Kim de Wild en ik ben 24 jaar. Ik heb net als jullie eerst op de basisschool gezeten, toen ben ik naar de middelbare school gegaan en daarna ben ik gaan studeren. Ik zit nu op de universiteit en doe de studie 'sportbeleid'. Dus ik zit net als jullie nog gewoon op school. Ik ben nu bezig met een onderzoek. Ik wil graag te weten komen waarom kinderen zoals jullie sporten. Wat kinderen leuk en minder leuk vinden aan sport
- Vertellen dat ik het heel leuk en fijn vind dat de kinderen mee willen werken aan mijn onderzoek door met mij in gesprek te gaan
- Vertellen dat elk antwoord welkom is vandaag, alle antwoorden zijn goed. Er bestaan dus geen foute antwoorden. Als je iets wil zeggen terwijl een ander praat, dan steek je je hand op. Iedereen mag aan de beurt komen. Als je iets niet snapt, kun je dat gewoon zeggen
- De namen van de kinderen zijn nergens terug te vinden, niemand weet dat jij het bent die iets heeft gezegd. Ik neem het gesprek op met de telefoon, maar niemand anders dan ik zelf krijgt die opnames te horen
- Witte vellen uitdelen: kinderen vragen deze te vouwen en hun eigen naam op te schrijven
- Nu de kinderen zichzelf voor laten stellen, zelf de norm zetten door: naam, leeftijd, welke sport ik doe en welke andere hobby's ik heb. Dan de beurt geven aan deelnemer links van me, rondje afmaken
- Na dit voorstelrondje zeggen dat we zo meteen van start gaan: Soms laat ik jullie wat dingen opschrijven, soms krijg je van mij een rood of groen kaartje om aan te geven of je het met iets eens of oneens bent. En soms gaan we het er gewoon over hebben. Dan wil ik het nu met jullie over sport hebben

2. Betekenisgeving sport

- 1) Waar denk je aan bij het woord sport? (kinderen op laten schrijven, na een minuutje de woorden voor laten lezen. Bij opvallende woorden vragen om uitleg, in discussie gaan)
 - a. Als ze het niet begrijpen: alle woorden die in je opkomen, mag je opschrijven. Zoals ik al zei, fouten antwoorden bestaan niet, alles wat jullie bedenken is goed.
- 2) Wie doet er aan sport, bij een vereniging of tijdens een naschoolse activiteit? (handen op laten steken)
 - a. Ja: wat doe je dan?
 - b. Vind je het leuk? Waarom?
 - c. Vind je het ook wel eens minder leuk? Waarom?
 - d. Nee: waarom niet? Zou je wel willen sporten?
- 3) Aan de kinderen die sporten heel leuk vinden: kun je je voorstellen dat er kinderen zijn die sport niet leuk vinden? Waarom zou dat zijn?
- 4) Aan de kinderen die sport niet leuk vinden: kun je je voorstellen dat er kinderen zijn die sport wel leuk vinden? Waarom zou dat zijn?

3. Macht

- 1) Wie van jullie praat er wel eens met anderen over sporten? (handen op laten steken)

- a. Ja: Met wie heb je het daar dan over? Wat zeggen zij over sporten?
- b. Nee: Waarom niet?
- c. Praten jullie met de juf of meester wel eens over sporten?
 - i. Wat wordt er dan gezegd? Wat vindt de juf of meester van sport?
 - ii. En door wie? De juf/meester of de gymleraar?

3. Discoursen uiterlijk en gezondheid

- 1) Waar denk je aan bij het woord gezondheid? (kinderen op laten schrijven, na een minuutje de woorden voor laten lezen. Bij opvallende woorden vragen om uitleg, in discussie gaan)
 - a. Als iemand hier 'sport' opschrijft: doorvragen! Waarom is sport gerelateerd aan gezondheid?
- 2) Ik lees wel eens in de krant dat sporten goed is voor je gezondheid. En dat het ook invloed heeft op hoe mensen eruit zien. Wie van jullie is het daarmee eens? Waarom wel/niet?
 - a. En hoe ziet een gezond persoon er dan uit? Waarom?
 - b. Hoe ziet een ongezond persoon er dan uit? Waarom?
 - c. Denken jullie dat je gezondheid kunt meten?
 - i. Als ze de vraag niet snappen: met een testje bijvoorbeeld?
- 3) Onderstaande foto laten zien. Beide jongens zijn tien jaar en zijn al vijf jaar lid van een voetbalvereniging. Denken jullie dat je zo aan deze plaatjes kan zien welke jongen gezonder is? Wie dan? Waarom?
 - a. En denk je dat je aan deze plaatjes kan zien welke jongen beter kan voetballen? Wie dan? Waarom?



- 4) Wie van jullie vindt het belangrijk hoe je eruit ziet? (handen op laten steken) Waarom wel/niet?
- 5) Hoe zouden jullie er het liefst uit zien?

- a. Als je iets aan je uiterlijk mocht veranderen, wat zou dat dan zijn? Op welke manier (kleding, lichaamsbouw, etc.) Waarom?
 - b. Is dat ook hoe veel andere kinderen eruit zien?
- 6) Wie van jullie voelt zich wel eens anders dan andere kinderen? (handen op laten steken) Waarom?
- a. Op welke manier?
 - b. Heb je dat gevoel ook wel eens tijdens gym?
- 1) Eén voor één discourses presenteren geschreven op een wolkje: Ben je het met dit wolkje eens? (groene en rode kaartjes op laten steken) Waarom wel/niet?
- "Wat de juffrouw of meester vertelt tijdens de les, is altijd waar"
 - "Alle kinderen zouden moeten sporten"
 - "Ik denk dat je gezond bent als je dun bent"
 - "Ik denk dat alleen slanke kinderen goed zijn in sport"
 - "Je bent pas gezond als je ook sport"
 - "Ik let op wat ik eet"
 - "Ik voel me wel eens schuldig als ik iets ongezonds eet"

BIJLAGE 3: SPREEKWOLKJES FOCUSGROEPEN

Alle kinderen
zouden moeten
sporten

Wat de juf of meester
vertelt tijdens de les,
is altijd waar

Ik denk dat alleen
slanke kinderen
goed zijn in sport

Ik denk dat je
gezond bent als je
dun bent

Ik let op wat ik eet

Je bent pas gezond
als je ook sport

Ik voel me wel
eens schuldig als ik
iets ongezonds eet

BIJLAGE 4: TOPICLIJST INTERVIEWS

1. Inleiding

Doel: deelnemers op hun gemak stellen door met ze te 'levelen', spreekbarrière doorbreken

- Mezelf opnieuw kort introduceren: zoals ik je de vorige keer al heb verteld ben ik Kim, ik ben 24 jaar. En bij de focusgroepen van de vorige keer wilde ik graag weten wat jullie van sport vinden. En toen vond ik jou zulke interessante antwoorden geven, dat ik graag nog eens met je wil praten. Net als de vorige keer weer gewoon over sport.
- Verder: net als de vorige keer zijn ook nu alle antwoorden welkom, elk antwoord is goed. Er bestaan dus geen foute antwoorden. Als je iets niet snapt, kun je dat gewoon zeggen.
- Ook nu is je naam nergens terug te vinden, niemand weet dat jij het bent die iets heeft gezegd. Ik neem het gesprek op met de telefoon, maar niemand anders dan ik zelf krijgt die opnames te horen
- Eerste vraag: Wat vond je van het gesprek van de vorige keer? Heb je er daarna nog over nagedacht?

2. Doen t.a.v. sport

- 1) De vorige keer heb je verteld dat je ... doet aan sport (wel of niet en zo wel: noemen welke sport). Waarom sport je wel/niet?
 - a. Zou je meer willen sporten? Waarom wel/niet?
 - b. Wat weerhoudt je ervan om te sporten?
 - c. Wat zou sporten leuker maken? Wat zou moeten veranderen waardoor je sport (nog) leuker zou vinden?

Plaatjes van verpakte discoursen laten zien. Zou je hierdoor eerder gaan sporten of juist niet?
(Kinderen met plaatjes laten schuiven)

3. Denken over sport

- 2) Zou je voordelen van sport kunnen opnoemen? Waar is sporten goed voor?
 - a. Waarom is dat voordelig?
- 3) Zou je nadelen van sport kunnen opnoemen? Wanneer is sporten minder leuk?
 - a. Waarom is dat nadelig?
- 4) Voel je je wel eens bekeken tijdens het sporten?
 - a. Zo ja: op welke momenten?
 - b. Zo ja: waar kijken de andere mensen dan naar?
 - c. Zo ja: wat vind je daarvan? (indien vervelend: Waarom is dit vervelend?)
- 5) Plaatjes van kinderen met uitspraken laten zien. Wat vind je hier van? Waarom?

BIJLAGE 5: AFBEELDINGEN INTERVIEWS



**NIEKERK
SPORTIEF
EN GEZOND**

Voor kids van 6 - 12
jaar




Wat is de Sportkanjerclub?

Sportkanjerclub is een sport- en beweegprogramma voor kinderen in de leeftijd van 6 tot 12 jaar die moeite hebben met bewegen door bijvoorbeeld overgewicht of een sociaal-emotionele/motorische achterstand.

Wil jij graag meer bewegen onder begeleiding van een professional? Dan is de sportkanjerclub iets voor jou!

Nijkerk Sportief en Gezond biedt vanaf 7 november elke week op dinsdag van 15:30 tot 16:30 uur beweegactiviteiten aan in sporthal Strijland in Nijkerk. Zien we jou op dinsdag 7 november? Neem je de eerste keer je ouders/begeleiders mee? Dan geven wij meer uitleg over het programma.

Voor informatie kun je mailen naar: tessel@nijkerksportiefengezond.nl

In samenwerking met:



Weststellingwerf

"Samen werken aan een gezond gewicht"



COOL2Bfit Wolvega

Een leuk programma voor kinderen van 8 tot 13 jaar
boven een gezond gewicht,
samen met hun ouder(s)/verzorger(s)

Weer lekker in je vel
met sport en spell

DOEL VAN HET PROGRAMMA

- Een gezonde levensstijl ontwikkelen
- Gezonder leren eten
- Kinderen enthousiast maken voor bewegen
- Het zelfbeeld van uw kind verbeteren
- Omgaan met pestgedrag

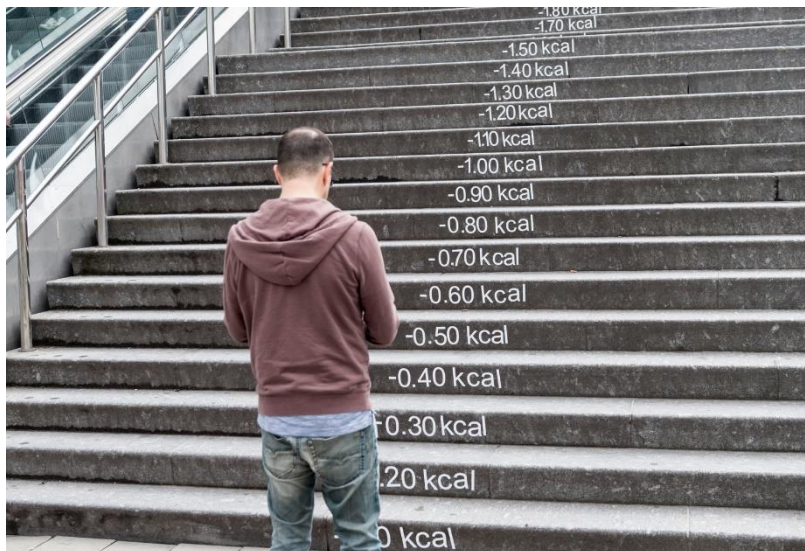


Voor aanmelding en meer informatie:
info@praktijkkinderfysio.nl
www.cool2bfit.nl

Praktijk KinderFysio Wolvega
Grindweg 124 (binnen Fit & Fun Plaza)

Of bel:
0521-342063

Dit onder deskundige begeleiding van een kinderfysiotherapeut, diëtist, psycholoog en sportinstructeur.
Het programma wordt door de meeste zorgverzekeraars grotendeels vergoed.



BIJLAGE 6: CODEBOOM

Aan de hand van onderstaande codeboom zijn zowel de focusgroepen als de semigestructureerde diepte-interviews gecodeerd.

BS: Betekenisgeving sport

- 1) Redenen om te sporten
 - a. In beweging
 - b. Met anderen
 - c. Leuker dan alleen buiten spelen
 - d. Leuker dan op de bank zitten
 - e. Nieuwe dingen leren
 - f. Gewoon leuk
 - g. Vrienden maken
 - h. Gezond
 - i. Energie kwijt kunnen
 - j. Je kan jezelf zijn
- 2) Redenen om niet te sporten
 - a. Fysiek ongemak
 - b. Playstation is leuker
 - c. Blessures/ongelukken
 - d. Geen leuke trainers
 - e. Niet voor gemaakt
 - f. Gewoon niet leuk
 - g. Luiheid
 - h. Je wordt moe
 - i. Je bent niet goed genoeg
 - j. Verliezen
 - k. Geen zin
- 3) Wil je meer sporten?
- 4) Sporten vs bewegen

BG: Betekenisgeving gezondheid

- 1) Voeding
- 2) Bewegen
- 3) Uiterlijk
- 4) Fysiek welbevinden
- 5) Mentaal welbevinden
- 6) Overig
- 7) Van ongezond eten word je dik

SI: Space invader

- 1) Anders voelen
- 2) Anders voelen tijdens gym
- 3) The look
- 4) Zichtbaar lichaam

- 5) Schaamte
 - a. Gevolg: weerhoudt om te sporten
- 6) Pesten

UI: Uiterlijk

- 1) Ideaal uiterlijk
 - a. Meisjes: dun
 - b. Jongens: kracht
 - c. Niet te dun/niet te dik
 - d. Beetje dun
 - e. Goede huid
 - f. Kleding
 - g. Schoonheid
 - h. Snel/lenig
 - i. Aardig
 - j. Gezond bloed
 - k. Gezond
- 2) Ongezond uiterlijk
 - a. Dik
 - b. Ongezond eten vast hebben
 - c. Onzuivere huid
 - d. Rode ogen
 - e. Lelijke tanden
 - f. Gehandicapt
 - g. De zon

RD: Reproductie van onderdelen uit het obesitasdiscours

- 1) Overgewicht is ongezond
- 2) Dikke mensen kunnen zich niet beheersen
- 3) Dikke mensen zijn lui
- 4) Dikke kinderen zijn beter in keepen
- 5) Sportief lichaam is enige vorm van gezondheid
- 6) Wat de expert zegt is waar
- 7) Dikke kinderen moeten gaan sporten
- 8) Als je gezond eet, hoef je niet veel te sporten
- 9) Dikke kinderen zijn minder goed in sport
- 10) Dunne mensen zijn gezond
- 11) Van bewegen val je af
- 12) Om goed te kunnen sporten moet je gezond eten
- 13) Van gezond eten word je niet dunner
- 14) Van sporten krijg je een betere conditie / is gezonder
- 15) Van veel bewegen word je fitter
- 16) Als je sport, leef je langer

GD: Gevolgen van discoursen

- 1) Afvallen

- a. Door gezond te eten
- b. Door meer te bewegen
- 2) Self-surveillance
 - a. Angst om dik te worden
 - b. Acties ondernemen om niet dik te worden
 - c. Schuldgevoelens tijdens eten
 - d. Anorexia
 - e. Anderen zeggen dat je moet stoppen met eten
 - f. Ik voel me niet lekker als ik teveel eet
 - g. Ik kan er flauw van vallen
 - h. Compensatiegedrag
 - i. Stom vinden als je je vol vreet
 - j. Zichzelf dik vinden, af willen vallen

MA: Macht

- 1) Biomacht: 'Beter' leven leiden
- 2) Regime of truth: categoriseren lichamen
 - a. BMI
 - b. Gewicht
 - c. Weegschaal
- 3) Regime of truth: gezondheid meten
 - a. Daily Mile
 - b. Hartslagband
 - c. Piepjestest

BB: Bewegen is belangrijk

- 1) Goed voor de wereld, minder dikke mensen

GS: Als ik word gedwongen om te sporten, stop ik ermee

VE: Verantwoordelijkheid

- 1) Het is je eigen schuld
- 2) Je moet gezond eten
- 3) Je moet voldoende bewegen

WE: Weerstand

- 1) "Ik kan er niks aan doen"
- 2) "Een bekende kan er niks aan doen"
- 3) Soms kunnen mensen er niks aan doen
- 4) Het zit in de familie
- 5) Ziekte
- 6) Zo geboren
- 7) Sommige mensen eten veel en worden niet dik

- 8) Dikke mensen zijn ook aardig
- 9) Dunne mensen zijn niet altijd gezond
- 10) Dunne mensen zijn niet altijd goed in sport
- 11) Dikke mensen zijn ook gezond
- 12) Dikke mensen kunnen ook sporten
- 13) Ook mensen die niet goed zijn in sport kunnen gezond zijn
- 14) Je hoeft niet altijd gezond te eten

PV: Plaatje voetballer

- 1) Eerste indruk:
 - a. Dikker jongetje is ongezond
 - b. Dikker jongetje is slechter in voetbal
 - c. Dikker jongetje is keeper
 - d. Heeft voetbalschoenen aan
 - e. Lijkt sneller, omdat hij dun is, sportief eruit ziet
 - f. Dik jongetje eet patat
 - g. Dik jongetje moet afvallen
 - h. Hij lacht
 - i. Hij eet salade, is dunner en sport meer
- 2) Tweede indruk:
 - a. "Het hoeft niet zo te zijn"
 - b. Wennen aan dikke kinderen
 - c. Zie je niet op een foto