

## ... en wat vind jij van sport?

Een onderzoek uitgevoerd bij mensen met een verstandelijke handicap

Marjo J.W. Duijf<sup>1</sup>, Adri Vermeer<sup>2</sup>, John B.F. de Wit<sup>2</sup>, Irene G. Klugkist<sup>2</sup>,  
<sup>1</sup>Nederlandse sportbond voor mensen met een verstandelijke handicap, Bunnik, <sup>2</sup>Universiteit Utrecht

*Samenvatting. Het doel van dit onderzoek was te achterhalen welke factoren van invloed zijn op de sportdeelname van mensen met een verstandelijke handicap. Om deze vraag te beantwoorden worden mensen met een verstandelijke handicap en hun ouders en begeleiders ondervraagd. Bij 626 mensen met een verstandelijke handicap is een mondelinge vragenlijst afgenomen en 540 ouders en begeleiders hebben een schriftelijke vragenlijst ingevuld. De theoretische fundering van het onderzoek wordt gevormd door het model van planned behavior (Ajzen, 1985). Met dit model wordt gepoogd sociaal gedrag te verklaren. Deelname aan sportactiviteiten wordt hier gezien als een vorm van sociaal gedrag. De determinanten die dit gedrag verklaren zijn intentie, attitude, subjectieve norm en persoonlijke effectiviteit. Het gedrag is de resultante van de intentie en de persoonlijke effectiviteit. Attitude, subjectieve norm en persoonlijke effectiviteit bepalen tezamen de intentie. Uit het onderzoek blijkt dat het sportgedrag in belangrijke mate rechtstreeks wordt beïnvloed door de intentie om te sporten. Factoren met betrekking tot de persoonlijke effectiviteit en de attitude dragen in geringere mate bij aan het gedrag. Deze factoren zijn: kosten verbonden aan sportbeoefening, angst voor sportspecifieke situaties en voor het onbekende, (vrije) tijd, ervaren problemen met betrekking tot bereikbaarheid, het al dan niet weten hoe men lid moet worden van een club en sporten leuk vinden. Gestimuleerd worden is rechtstreeks van invloed op zowel de intentie als het gedrag.*

*De intentie van mensen met een verstandelijke handicap om al dan niet te gaan sporten, wordt beïnvloed door de mate waarin ze sport leuk vinden om te doen en de mate waarin ze het belangrijk vinden om ergens steeds beter in te worden. Verder wordt de intentie beïnvloed door het beschikken over voldoende tijd, de inschatting van het eigen sportieve kunnen, de ervaren problemen met betrekking tot de bereikbaarheid van de sportaccommodatie en in hoeverre men zichzelf te oud vindt om deel te nemen aan sportactiviteiten. De door ouders en begeleiders verwachte intentie ten aanzien van sport, wordt positief beïnvloed door het idee dat respondenten plezier beleven aan sportactiviteiten, door sport nieuwe ervaringen op kunnen doen en dat ze sporten als makkelijk en belangrijk beoordelen. Ouders en begeleiders worden met name beïnvloed door de arts en de directe sociale omgeving*

*van de respondent. Lichamelijke problemen, gebrek aan informatie, geen mogelijkheden in de omgeving en het te oud zijn om te sporten, belemmeren volgens ouders en begeleiders de verwachte intentie. Stimulering is van invloed op de verwachte intentie, net als leeftijd en het wonen in een stad of dorp. Dit onderzoek geeft verder een indruk van de manier waarop mensen met een verstandelijke handicap zelf sport, wonen en hun leven ervaren.*

## **Inleiding**

Sport voor mensen met een verstandelijke handicap bestaat in Nederland sinds het einde van de jaren zestig, begin jaren zeventig. In 1973 is een sportbond opgericht voor mensen met een verstandelijke handicap, de Nederlandse Sportbond voor Geestelijk Gehandicapten (NSG). Deze naam is in 1991 gewijzigd in 'Nederlandse sportbond voor mensen met een verstandelijke handicap'.

Sport voor mensen met een verstandelijke handicap heeft sinds haar ontstaan een grote ontwikkeling doorgemaakt. Van oorspronkelijk alleen maar recreatieve sport- en spelvormen heeft sinds 1996 de uitbreiding naar wedstrijden op nationaal en internationaal niveau plaatsgevonden. Er wordt getracht een zo breed mogelijk scala aan sporten aan te bieden door verenigingen die al dan niet zijn aangesloten bij de NSG.

Het aantal personen met een verstandelijke handicap die aan sport doen blijft sterk achter bij de sportdeelname van validen. Dit was de belangrijkste reden om een nationaal onderzoek te starten naar de factoren die de sportdeelname van mensen met een verstandelijke handicap beïnvloeden.<sup>1</sup>

De vraagstelling van het empirisch onderzoek luidt:

'Welke factoren zijn van invloed op de sportdeelname van mensen met een verstandelijke handicap?'

Deze factoren kunnen zowel positief van aard zijn (motieven om aan sport te doen), als negatief (belemmeringen die ondervonden worden bij (het komen tot) sportbeoefening). Door middel van het onderzoek wordt getracht te voorzien in de bestaande kennislacune van zowel motieven als belemmeringen voor sportdeelname van mensen met een verstandelijke handicap. Het doel is de onderzoeksresultaten in te passen in het landelijke en regionale beleid van sport voor mensen met een verstandelijke handicap.

### ***Afbakening van de begrippen 'sport' en 'mensen met een verstandelijke handicap'***

De in dit onderzoek gehanteerde definitie van 'mensen met een verstandelijke handicap' is pragmatisch en luidt als volgt:

'Mensen met een verstandelijke handicap zijn personen die wonen in woonvoorzieningen voor mensen met een verstandelijke handicap, thuiswonenden en (begeleid) zelfstandig wonenden die als verstandelijk gehandicapt ge-

registreerd staan bij de Sociaal Pedagogische Dienst (SPD) of een dagbesteding bestemd voor mensen met een verstandelijke handicap bezoeken.'

Voor de term 'sport' is in dit onderzoek uitgegaan van de definitie:

'Sport is het minimaal eemaal per twee weken deelnemen aan recreatieve of wedstrijdgerichte bewegingsactiviteiten, al dan niet in verenigingsverband' (Baken & Duijf, 1995).

Sport wordt bij de NSG onderscheiden in sportieve recreatie, recreatiesport, al dan niet aangepaste wedstrijd sport en wedstrijd sport op nationaal en/of internationaal niveau. In alle categorieën vormt het aansluiten bij de wensen en behoeften van de individuen een belangrijk aandachtspunt.

### *Sportparticipatiegraad in Nederland*

Het is niet exact aan te geven hoeveel mensen met een verstandelijke handicap in Nederland wonen, omdat hiervan geen landelijke of regionale registratie bestaat. Op basis van verschillende onderzoeken (Bartels, 1992; Fiad-Wdt, 1989; Maas, Serail & Janssen, 1988; Somma, 1994; Timmermans & Schoemakers-Salkinoja, 1996; WVC, 1991) kan worden geconcludeerd dat in Nederland ongeveer 100 000 mensen met een verstandelijke handicap wonen.

Ook over de sportdeelname van mensen met een verstandelijk handicap zijn geen nauwkeurige cijfers beschikbaar. Uit gegevens van de NSG (1996) blijkt dat ongeveer vijftien procent van alle mensen met een verstandelijke handicap sport onder NSG-vlag. De NSG-lidorganisaties bieden ruim dertig takken van sport aan, die op verschillende niveaus beoefend kunnen worden.

Daarnaast is uit gegevens van de Koninklijke Nederlandse Voetbal Bond (KNVB, 1995) af te leiden dat een kleine twee procent van de mensen met een verstandelijke handicap G-voetbal (voetbal voor gehandicapten) beoefent. Cijfers over sportbeoefening buiten NSG- en KNVB-verband zijn niet bekend.

Met name grote woonvoorzieningen en dagactiviteitencentra bieden hun bewoners en bezoekers allerlei sport- c.q. bewegingsmogelijkheden aan. Een voorzichtige schatting van het percentage bewoners uit grote woonvoorzieningen dat sport in het kader van de dagbesteding is 77 en daarnaast sport nog zo'n 30 procent in zijn/haar vrije tijd (NSG, 1996).

### *Effecten van sportbeoefening*

Positieve effecten van sport zijn er zowel op het fysieke als op het psychosociale vlak. Sport draagt onder andere bij aan het verbeteren van het uithoudingsvermogen, de spierkracht en motorische ontwikkeling. Daarnaast kan sport bijdragen aan de sociale en de zelfwaargenomen competentie bij mensen met een verstandelijke handicap, alsmede aan gevoelens van trots en waardering van de sociale omgeving. Voorts kan sportbeoefening een bijdrage leveren aan de integratie en acceptatie van mensen met een verstandelijke handicap in onze maatschappij.

Behalve positieve effecten zijn er natuurlijk ook risico's verbonden aan sportbeoefening; gedeeltelijk komen die overeen met de risico's voor valide sporters maar gedeeltelijk gaat het ook om specifieke risico's bij mensen met specifieke syndromen. Door echter rekening te houden met individuele mogelijkheden en onmogelijkheden, kan voor bijna iedereen die wil sporten een sport gevonden worden.

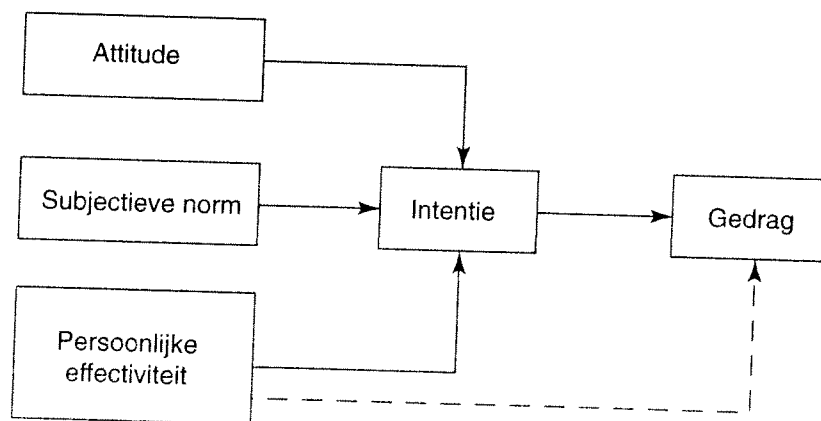
## Theoretische achtergrond

### *Het model van planned behavior*

Met behulp van een theoretisch gedragverklarend model is het mogelijk het sportgedrag en de intentie om al dan niet te sporten op een systematische manier te onderzoeken. Op basis van de literatuur en eerder onderzoek is gekozen voor het model van *planned behavior* (Ajzen, 1985). Uitgangspunt van het model van *planned behavior* is dat gedrag door de intentie tot dit gedrag wordt beïnvloed. De intentie wordt op haar beurt door attitude, subjectieve norm en persoonlijke effectiviteit bepaald. Deze laatste determinant beïnvloedt zowel de intentie als het gedrag zelf. Het model van *planned behavior* is weergegeven in figuur 1.

De determinant *attitude* is persoonlijk van aard en kan beschreven worden als de positieve of negatieve evaluatie van een individu ten aanzien van een bepaald aspect van het gedrag. De determinant *subjectieve norm* weerspiegelt de sociale invloeden en vooral de verwachting die een persoon heeft van de sociale druk die op hem/haar wordt uitgeoefend om al dan niet te gaan sporten. De determinant *persoonlijke effectiviteit* weerspiegelt de controle die het individu denkt te hebben over zijn/haar sportgedrag en sportmogelijkheden.

Zoals in figuur 1 is te zien, bestaat er mogelijk een direct verband tussen persoonlijke effectiviteit en gedrag. In een aantal gevallen hangt de uitvoering van het gedrag niet alleen af van iemands motivatie om dit gedrag uit te voeren, maar ook van de daadwerkelijke controle die de persoon in kwestie heeft over het gedrag. Hoe groter de controle over de persoonlijke en externe factoren die kunnen interfereren met het daadwerkelijke sportgedrag en hoe groter de



Figuur 1. Het model van *planned behavior* (Ajzen, 1985).

succesverwachting, des te groter de kans dat het individu zal gaan sporten. De lijn tussen beide determinanten is onderbroken getekend omdat, volgens Ajzen, het verband tussen persoonlijke effectiviteit en gedrag alleen dan optreedt wanneer de perceptie van de eigen controle en de daadwerkelijke controle over het gedrag in zekere mate met elkaar overeenstemmen. Persoonlijke effectiviteit kan dus onafhankelijk van de gedragsintentie het gedrag voorspellen, omdat de persoonlijke effectiviteit de daadwerkelijke controle met redelijke betrouwbaarheid weerspiegelt.

De persoonlijke effectiviteit kan het gedrag ook indirect en wel via de gedragsintentie voorspellen (Ajzen, 1985; 1991). De determinant persoonlijke effectiviteit maakt het mogelijk gedrag te verklaren waarbij de vrijwillige controle over het gedrag problematisch kan zijn. Volgens Yordy en Lent (1993) is sportgedrag een goed voorbeeld van gedrag waarover de vrijwillige controle problematisch kan zijn.

Tijdens een aantal uitgebreide literatuuronderzoeken zijn geen onderzoeken gevonden waarin sportbeoefening van mensen met een verstandelijke handicap geanalyseerd is met behulp van een theoretisch model. Wel hebben Ajzen en Driver (1992) het model van *planned behavior* met succes gebruikt om de vrijetijdskeuze (waaronder sporten) van valide personen te onderzoeken, net als Baken en Duijf (1995) hebben gedaan met behulp van het modelonderzoek naar sport door mensen met een lichamelijke handicap. Weliswaar gaat het hier om andere populaties, maar het zijn onderzoeken met een vergelijkbare onderzoeksvraag. Ajzen (persoonlijke communicatie) bevestigde dat het gebruik van het model van *planned behavior* ook in het huidige empirische onderzoek mogelijk is, mits de vragen aan mensen met een verstandelijke handicap op een eenvoudige manier worden gesteld.

## Methode

### Design

Onderzoekers die gegevens willen verzamelen over de mening en het doen en laten van mensen met een verstandelijke handicap, ondervragen meestal de ouders/begeleiders. Het ondervragen van de verstandelijk gehandicapten zelf levert een aantal problemen op. Ten eerste zijn er geen kant-en-klare meetinstrumenten voor de doelgroep, zodat een nieuw instrument ontwikkeld moet worden. Daarnaast zijn er erg weinig gegevens die de betrouwbaarheid en validiteit van de antwoorden van mensen met een verstandelijke handicap aantonen.

Desondanks is er in het onderzoek voor gekozen om ook mensen met een verstandelijke handicap te ondervragen. Er is sprake van een activiteit die de doelgroep zelf betreft en het is dan ook niet meer dan logisch dat zij aan het woord komen. Dit sluit ook aan bij de behoefte van de mensen met een verstandelijke handicap, zoals blijkt uit de volgende citaten:

‘Wij zijn jaloers op de leiding dat zij samen over ons mogen vergaderen en

wij niet mee mogen doen!' en 'Dat mogen ze wel eens vaker doen, aan ons vragen wat wij van dingen vinden!' (dagboek onderzoeker).

Om vragen te formuleren voor mensen met een verstandelijke handicap, is allereerst de beschikbare literatuur over het interviewen en ondervragen van verstandelijk gehandicapten geïnventariseerd. Op grond van deze literatuur kan geconcludeerd worden dat er tot nu toe geen eenduidige manier bestaat om mensen met een verstandelijke handicap te ondervragen. Verder is er weinig ervaring op dat gebied. De meeste onderzoekers zijn het erover eens dat het presenteren van de vragen in de vorm van plaatjes of van beeldschrift voordelen heeft en vaak meer informatie oplevert. Duidelijk is ook dat aan een aantal basisvoorwaarden moet worden voldaan om een vraaggesprek goed te laten verlopen. Deze basisvoorwaarden zijn: een gesprek op het niveau van het individu, het creëren van een veilig gevoel, een rustige interviewruimte en een goed evenwicht tussen inspanning en ontspanning. Verder moet de onderzoeker flexibel zijn ingesteld en niet per se vast willen houden aan een strak schema (Derks e.a., 1994).

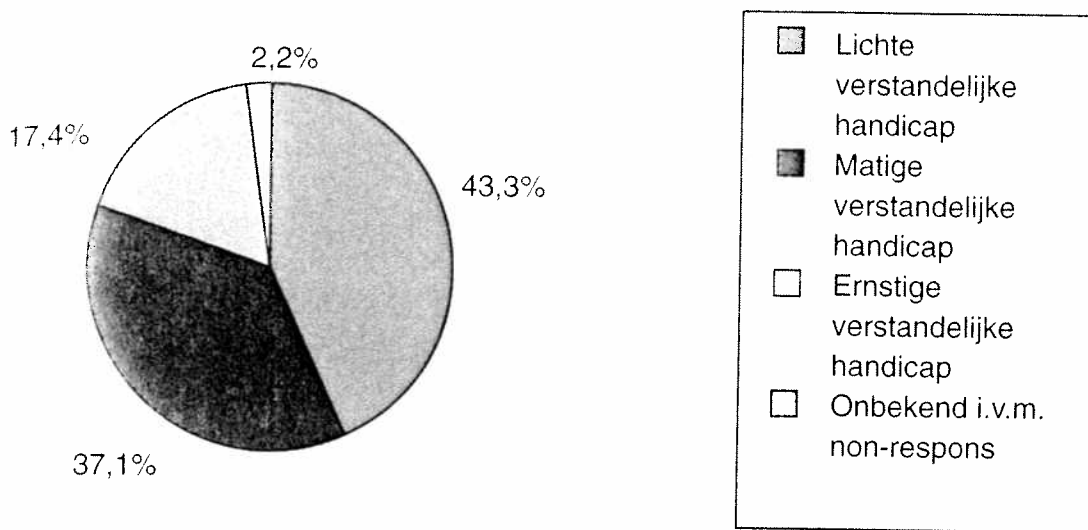
### *Populatie en steekproef*

De beoogde populatie van het onderzoek betreft in principe alle verstandelijk gehandicapten, volgens de beschreven definitie (zie inleiding), die de leeftijd hebben waarop gesport kan worden, in Nederland en hun ouders of begeleiders. De beantwoording door de ouders is ter validering van de antwoorden van de mensen met een verstandelijke handicap.

Uit de woonvoorzieningen en SPD'en is op basis van de regionale verdeeldheid van deze voorzieningen een landelijke aselechte steekproef getrokken. Bij de start van het onderzoek zijn 198 voorzieningen in het hele land eerst schriftelijk geïnformeerd over het onderzoek en vervolgens telefonisch benaderd met het verzoek hieraan medewerking te geven. Er bleken 152 voorzieningen bereid mee te werken, een respons van 77 procent. Elke voorziening die positief reageerde, is verzocht een, op grond van de grootte van de woonvoorziening, aselechte steekproef van drie, vier of zes bewoners te trekken. Via de SPD'en zijn thuiswonenden en mensen die (begeleid) zelfstandig wonen bereikt.

In totaal zijn met 626 mensen met een verstandelijke handicap in de leeftijd van 7 tot 71 jaar gesprekken gevoerd. Hiervan zijn er acht (1%) tijdens het afnemen van de vraaggesprekken afgevallen, in de meeste gevallen omdat de respondent de vragenlijsten niet bleek aan te kunnen. Afhankelijk van de voorkeur van de respondent ontvingen de ouders of de begeleiders na afloop van het gesprek een schriftelijk in te vullen vragenlijst. In totaal zijn 540 van de 626 vragenlijsten aan ouders en begeleiders teruggekomen, een respons van 86 procent. Hiervan zijn er 116 (21%) door ouders ingevuld en 424 (79%) door begeleiders.

De onderzoeksgroep bestond voor 62 procent uit mannen en voor 38 procent uit vrouwen. De vrouwen zijn gemiddeld drie jaar ouder dan de mannen. Dit verschil is significant ( $p < 0,05$ ). Om een indruk te krijgen van het niveau van de onderzoeksgroep is aan de ouders en begeleiders gevraagd de respon-



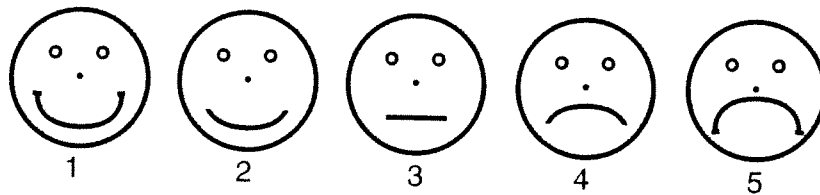
Figuur 2. Niveau van de onderzoeksgroep (n = 626).

dent in te delen in een van de volgende categorieën: lichte verstandelijke handicap, matige verstandelijke handicap of ernstige verstandelijke handicap. Op basis van deze antwoorden is in figuur 2 het niveau van de respondenten bepaald.

De onderzoeksgroep omvat met name mensen met een lichte en matige verstandelijke handicap. Mensen met een ernstige verstandelijke handicap zijn in dit onderzoek bijna niet gehoord als gevolg van de toegepaste methode. De verdeling naar geslacht (62% mannen, 38% vrouwen) blijkt representatief, zodra gecorrigeerd wordt voor de sterke ondervertegenwoordiging van mensen met een ernstige verstandelijk handicap. Deze groep bevat namelijk een hoger percentage vrouwen, terwijl de lichte en matige groepen relatief meer mannen bevatten. Ook de verdeling van de respondenten over de verschillende provincies is representatief. Dit in tegenstelling tot de verdeling over de woonsituaties. Hoewel tijdens de steekproeftrekking rekening is gehouden met de reële percentages, is de respons vanuit de woonvoorzieningen veel groter geweest dan de respons van mensen die gebruikmaken van de SPD.

### Onderzoeksinstrumenten en procedure

Bij onderzoek gebaseerd op het model van *planned behavior* is het gebruikelijk dat een vijf- of zeven-puntsschaal gehanteerd wordt. Dit betekent dat de ondervraagde moet kiezen uit vijf of zeven antwoordmogelijkheden op een glijdende schaal. De beste aansluiting bij dit type onderzoek werd gevonden in het onderzoek van Harter e.a. naar zelfwaargenomen competentie bij mensen met een verstandelijke handicap (Harter & Pike, 1984; Renick & Harter, 1989). Hierbij wordt gebruikgemaakt van een vier-puntsschaal die in twee stappen wordt aangeboden. In de eerste stap wordt vastgesteld of iemand links of rechts op de schaal scoort (1, 2 versus 3, 4) en in de tweede stap wordt vastgesteld of de score extreem (1, 4) is of niet (2, 3). Het enige probleem met toepassing bij het model van *planned behavior* is dat het gebruik van een neutrale middenschaal



Figuur 3. De gezichtenschaal.

wordt aanbevolen. Deze wordt aan het model van Harter toegevoegd zodat een vijf-puntsschaal ontstaat. Voor het onderzoek is een vijf-punts-gezichtenschaal ontworpen (zie figuur 3).

Het in één keer kiezen uit vijf antwoordmogelijkheden is voor mensen met een verstandelijke handicap waarschijnlijk erg lastig. Derhalve wordt de vraagstelling in twee stappen van Harter overgenomen. De eerste stap bestaat (bijv.) uit de volgende vraag: 'Sommige mensen vinden sporten leuk en sommige mensen vinden sporten niet leuk en weer andere mensen die weten het niet. Wat vind jij?' Hierbij worden de gezichtjes 2, 3 en 4 aangeboden. Als gezicht 2 of 4 wordt gekozen volgt respectievelijk de vraag: 'heel leuk of een klein beetje leuk' met de gezichtjes 1 en 2 of 'helemaal niet leuk of niet zo erg leuk' met de gezichtjes 4 en 5. Indien de respondent het niet weet, is de vraag na de eerste stap ten einde.

Voordat we de gekozen methode bij de onderzoeksgroep gebruikten, is eerst een pilot-studie uitgevoerd om te onderzoeken of de methode beantwoordt aan de verwachting. Een aantal mensen die konden lezen vonden de gezichtjes een beetje kinderachtig. Daarom is volgens hetzelfde principe een woordenschaal gemaakt (zie figuur 4).

Op basis van hetzelfde model zijn tevens vier vragenlijsten ontwikkeld voor ouders en begeleiders. Er waren aparte lijsten voor ouders van sporters, voor ouders van niet-sporters, voor begeleiders van sporters en voor begeleiders van niet-sporters. De inhoud van de vragenlijsten voor ouders en begeleiders



Figuur 4. De woordenschaal.



is hetzelfde, alleen de volgorde verschilt per lijst. Alle vragenlijsten zijn geoperationaliseerd met behulp van gegevens uit de literatuur en vooral met behulp van de resultaten uit het onderzoek *Sportdrempels* (Coumans, van de Rijdt, Lissone & Goedhart, 1995) en inventariserende gesprekken met mensen met een verstandelijke handicap en begeleiders.

De vragenlijsten voor de mensen met een verstandelijke handicap zijn door veertien enquêteurs afgenomen. Ter bepaling van het gedrag en de intentie wordt aan de respondenten gevraagd of zij wel of niet deelnemen aan sportactiviteiten. Aan sporters wordt gevraagd of hij/zij met sporten door wil gaan of dat hij/zij er liever mee wil stoppen. Aan mensen die niet sporten wordt de vraag gesteld of ze willen gaan sporten of niet willen sporten. Op het moment dat de vragen het gebruik van de vijf-puntsschaal vereisen, wordt de respondent gevraagd of hij de vragen met woorden op papier of met gezichtjes wil beantwoorden. Mensen die de gezichtschaal krijgen voorgelegd, wordt eerst gevraagd of ze willen vertellen hoe de gezichtjes kijken. Op deze wijze krijgt de enquêteur een indruk of de respondent de gezichten begrijpt.

Wanneer tijdens het vraaggesprek met een persoon met een verstandelijke handicap bleek dat hij/zij sport beoefende, ontving de ouder of begeleider een vragenlijst gericht op sporters. Indien bleek dat de respondent niet sportte, ontving de ouder of begeleider een vragenlijst gericht op niet-sporters.

### *Betrouwbaarheid en validiteit*

De betrouwbaarheid van de vragenlijsten is goed. Cronbach's alfa van de subschalen van de vragenlijst voor mensen met een verstandelijke handicap varieert van 0,71 tot 0,84; voor de vragenlijsten voor ouders en begeleiders varieert hij van 0,63 tot 0,87.

De antwoorden over sportgedrag van mensen met een verstandelijke handicap en van hun ouders en begeleiders, komen goed met elkaar overeen. De antwoorden met betrekking tot sportintentie vertonen verschillen, maar deze zijn niet significant.

### *Analyse methoden*

De groepen sporters, niet-sporters, potentiële sporters en sporters die eigenlijk niet meer willen sporten, zijn op verschillende factoren met elkaar vergeleken met behulp van t-toetsen en Bonferroni-analyses ( $\alpha = 5\%$ ). Vervolgens is het model van *planned behavior* geanalyseerd voor zowel de mensen met een verstandelijke handicap als voor de ouders en begeleiders. Hierbij is gebruikgemaakt van logistische regressieanalyses, waarbij de resultaten worden uitgedrukt in *odds ratio's* (OR) en daarbij berekende 95 procent-betrouwbaarheidsintervallen (BI).

## Resultaten en conclusies

### *Sportdeelname en sportintentie*

Bijna alle respondenten maken gebruik van een georganiseerde dagbesteding. Het merendeel heeft een dagbesteding in een grote woonvoorziening. De meest populaire hobby's van de onderzoeksgroep ( $n = 625$ ) zijn muziek luisteren (74%) en tv-kijken (66%). Sporten staat op de derde plaats en wordt door 62 procent van de respondenten als hobby genoemd. Verder hebben mensen met een verstandelijke handicap, net als de rest van de bevolking, een verscheidenheid aan hobby's.

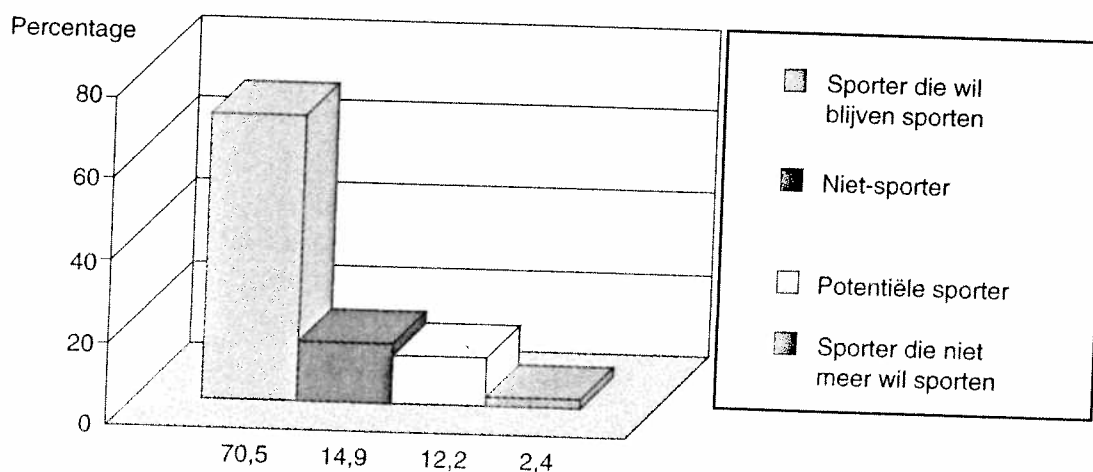
Om het theoretisch model te toetsen is de onderzoeksgroep ingedeeld in vier groepen. De verdeling naar sportintentie en -gedrag staat in figuur 5.

De door sporters meest beoefende sporten zijn: zwemmen (59%), voetbal (28%), gymnastiek/turnen (23%) en sportinstuif (20%). Een groot gedeelte (52%) van de sporters beoefent verschillende sporten. De totale sportfrequentie per persoon is voor zestig procent van de sporters twee keer per week of vaker. Een aanzienlijk deel (43%) van de sporters geeft aan een extra sport te willen beoefenen. De meest genoemde sportwensen van de huidige sporters zijn: fitness/krachtsport (15%), tennis (12%) en voetbal (11%).

Ook aan potentiële sporters is gevraagd welke sport(en) zij graag zouden willen beoefenen. In deze groep zijn de meest genoemde sporten: zwemmen (45%), voetbal (28%) en fitness/krachtsport (25%). Nummer 1 en 2 op het lijstje met sportwensen van de potentiële sporters komen overeen met de twee meest beoefende sporten door de sporters.

Vrijwel alle respondenten (85%) geven aan het liefst in een groep te willen sporten. Bij de mannen is er voorkeur voor het beoefenen van activiteiten in een grote groep, terwijl vrouwen geen duidelijke voorkeur uitspreken voor activiteiten in een kleine of grote groep.

De meerderheid van de onderzoeksgroep (53%) bereikt de (sport)activitei-



Figuur 5. Verdeling van de onderzoeksgroep naar intentie en gedrag ( $n = 625$ ).

ten fietsend of lopend. Daarnaast wordt 25 procent gebracht met de auto of een busje.

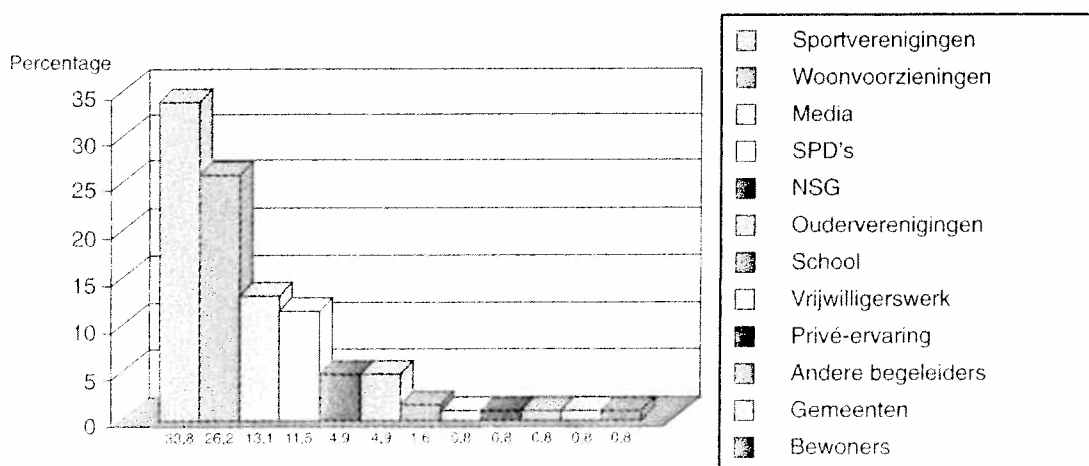
### Stimulering en belemmeringen

Van de ouders en begeleiders geeft zeventig procent aan hun zoon/dochter/ cliënt te stimuleren om te sporten. De meeste sporters (90%) worden door hun omgeving gestimuleerd. Niet-sporters en potentiële sporters worden veel minder gestimuleerd om deel te nemen aan sportactiviteiten (respectievelijk 50% en 66%). Dit verschil is significant. Ouders stimuleren hun kinderen significant vaker dan begeleiders (88 versus 80%). Dit hangt mogelijk samen met de leeftijd van de personen met een verstandelijke handicap. De mate van stimulering neemt procentueel af bij het toenemen van de leeftijd; mensen tot en met dertig jaar worden significant vaker door hun omgeving gestimuleerd deel te nemen aan sportactiviteiten. Er bestaan geen verschillen in stimulering tussen mannen en vrouwen, de verschillende niveaus en woonvormen.

Ouders en begeleiders geven aan dat de sportdeelname het meest belemmerd wordt doordat er geen geschikte vereniging in de omgeving is (25%), door een gebrek aan informatie (25%), door financiën (24%) en door lichamelijke problemen (22%). Ook drempels op het motivationele vlak zoals een druk dagprogramma (20%) en geen tijd door andere hobby's (7%) worden genoemd.

Volgens ouders en begeleiders blijken potentiële sporters vaker dan de andere groepen belemmerd te worden door informatiegebrek en lichamelijke problemen. Wanneer ouders en begeleiders informatie missen, is dit in bijna driekwart van de gevallen informatie over de sportmogelijkheden voor mensen met een verstandelijke handicap in de regio. Ook mensen met een verstandelijke handicap missen deze informatie. Er is geen informatiemateriaal dat zonder meer geschikt is voor mensen met een verstandelijke handicap. Vragen die gesteld worden, zijn: 'Welke sporten kan ik in de buurt doen? Wat kan sport voor mij betekenen? Hoe word ik lid van een sportclub?'

De meerderheid (75%) van alle ouders en begeleiders geeft echter aan wel



Figuur 6. Procentuele weergave van de genoemde informatiebronnen (n = 123).

over (een gedeelte van) de gewenste informatie te beschikken. In de vragenlijst voor ouders en begeleiders is gevraagd naar hun informatiebronnen. Deze staan vermeld in figuur 6.

### Gedragsdeterminanten

De determinanten uit het model van *planned behavior* zijn geoperationaliseerd in attitude-items, subjectieve norm-items en persoonlijke effectiviteit-items, zoals te vinden in tabel 1 en 2. In tabel 1 zijn de groepen sporters en mensen die niet sporten vergeleken, in tabel 2 de groepen met en zonder de intentie om te sporten.

Geconcludeerd kan worden dat mensen met en zonder sportgedrag zowel op alle items als op de schalen attitude, subjectieve norm en persoonlijke effectiviteit significant van elkaar verschillen. Op alle schalen scoren de mensen die

Tabel 1. Gemiddelden en standaarddeviaties van de gedragsdeterminanten en schalen voor personen met en zonder sportgedrag ( $n = 618$ ).

Gedragsdeterminanten	Wel gedrag	Geen gedrag	Significantie
Attitude-items:			
Leuk	1,30 (0,69)	2,71 (1,58)	**
Gezond	1,26 (0,60)	1,65 (0,8)	**
Gezellig	1,32 (0,65)	2,23 (1,8)	**
Vrienden	1,78 (1,09)	2,26 (1,26)	**
Zin	1,48 (0,81)	2,89 (1,59)	**
Belangrijk om beter te worden	1,69 (1,11)	2,65 (1,43)	**
Attitude	1,47 (0,51)	2,40 (1,02)	**
Subjectieve norm-items:			
Ouders	1,63 (0,99)	2,30 (1,27)	**
Leiding	1,60 (0,92)	2,29 (1,30)	**
Arts	1,56 (0,95)	2,06 (1,24)	**
Vrienden	2,41 (2,54)	2,91 (2,04)	*
Partner	1,61 (0,92)	2,42 (1,37)	**
Subjectieve norm	1,79 (0,98)	2,36 (1,03)	**
Persoonlijke effectiviteit-items:			
Niet te oud	1,38 (0,81)	2,13 (1,40)	**
Goed kunnen sporten	1,58 (0,91)	2,55 (1,38)	**
Makkelijk	2,04 (1,21)	2,70 (1,39)	**
Weten hoe lid te worden	2,55 (1,16)	2,20 (1,18)	*
Niet angstig	1,75 (1,10)	2,44 (1,50)	**
Niet duur	2,65 (1,18)	3,34 (1,14)	**
Tijd	1,54 (0,83)	2,62 (1,52)	**
Bereikbaarheid	1,47 (0,98)	2,37 (1,43)	**
Persoonlijke effectiviteit	1,77 (0,54)	2,47 (0,72)	**

\* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,001$ , Bonferroni-correctie toegepast (getoetst met behulp van een t-toets)

Tabel 2. Gemiddelden en standaarddeviaties van de gedragsdeterminanten en schalen voor personen met en zonder de intentie om te sporten ( $n = 618$ ).

Gedragsdeterminanten	Wel intentie	Geen intentie	Significantie
Attitude-items:			
Leuk	1,27 (0,59)	3,66 (1,35)	**
Gezond	1,25 (0,58)	1,95 (1,11)	**
Gezellig	1,30 (0,61)	2,82 (1,43)	**
Vrienden	1,76 (1,07)	2,64 (1,31)	**
Zin	1,44 (0,71)	3,89 (1,29)	**
Belangrijk om beter te worden	1,75 (1,11)	3,09 (1,40)	**
Attitude	1,45 (0,45)	3,02 (0,87)	**
Subjectieve norm-items:			
Ouders	1,68 (1,03)	2,56 (1,26)	**
Leiding	1,62 (0,98)	2,52 (1,23)	**
Arts	1,58 (0,97)	2,30 (1,26)	**
Vrienden	2,39 (2,43)	3,27 (2,35)	**
Partner	1,72 (1,05)	2,42 (1,31)	**
Subjectieve norm	1,81 (0,97)	2,61 (1,01)	**
Persoonlijke effectiviteit-items:			
Niet oud	1,36 (0,78)	2,67 (1,43)	**
Goed kunnen sporten	1,57 (0,88)	3,16 (1,31)	**
Makkelijk	2,00 (1,15)	3,25 (1,42)	**
Weten hoe lid te worden	2,56 (1,16)	3,15 (1,11)	**
Niet angstig	1,77 (1,12)	2,73 (1,63)	**
Niet duur	2,77 (1,20)	3,41 (1,06)	**
Tijd	1,57 (0,88)	3,09 (1,51)	**
Bereikbaarheid	1,55 (1,06)	2,49 (1,38)	**
Persoonlijke effectiviteit	1,79 (0,53)	2,82 (0,63)	**

\*\* $p < 0,001$  (getoetst met behulp van een t-toets)

sporten positiever dan mensen die niet sporten. Uit tabel 2 blijkt dat hetzelfde geldt voor de intentie om te sporten. Mensen die wel de intentie hebben om te sporten, scoren op alle items en op de schalen attitude, subjectieve norm en persoonlijke effectiviteit positiever dan de mensen zonder de intentie om te sporten.

Met behulp van logistische regressieanalyses is onderzocht in welke mate de verschillende factoren het sportgedrag en de sportintentie kunnen verklaren. Bij deze analyses zijn de variabelen waarop de groepen sporters, niet-sporters, potentiële sporters en sporters die niet meer willen sporten significant verschillen, als externe factoren meegenomen. Dit zijn: leeftijd, het al dan niet gestimuleerd worden, sportverleden en het wonen in een stad of dorp.

### Sportgedrag

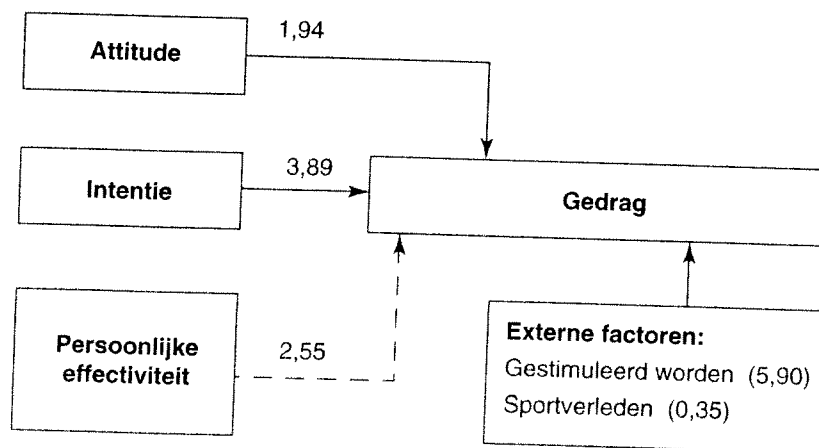
In eerste instantie is gekeken in hoeverre het sportgedrag wordt bepaald door

de intentie om te gaan sporten. Uit logistische regressieanalyses blijkt dat sport inderdaad eerder beoefend wordt door mensen met een positieve intentie ten aanzien van sport (OR 35,65; BI 19,55-64,53) dan mensen met een minder positieve attitude ten aanzien van sport. Dit sluit aan bij wat op grond van het model van *planned behavior* verwacht wordt.

Vervolgens is het model uitgebreid met de determinanten attitude, subjectieve norm en persoonlijke effectiviteit. Hoewel er volgens het model van *planned behavior* geen directe relatie is tussen attitude, respectievelijk subjectieve norm en gedrag, is het interessant en relevant na te gaan in hoeverre deze determinanten rechtstreeks van invloed zijn op dit gedrag. Volgens de analyses blijkt dit voor de attitude inderdaad het geval te zijn en in figuur 7 is dan ook een rechtstreekse pijl van attitude naar gedrag toegevoegd. Daarnaast zijn in de analyse ook de genoemde relevante externe factoren opgenomen. De resultaten van de logistische regressieanalyses van dit uitgebreidere model staan vermeld in figuur 7.

De kans dat mensen met een verstandelijke handicap deelnemen aan sportactiviteiten neemt toe door een positieve intentie (OR 3,89; BI 1,75-8,74), positieve persoonlijke effectiviteit (OR 2,55; BI 1,53-4,25), positieve attitude ten aanzien van sport (OR 1,94; BI 1,19-3,16) en stimulering (OR 5,90; BI 3,10-11,35). Het in het verleden reeds deel genomen hebben aan sportactiviteiten vormt een belemmering om te gaan sporten (OR 0,35; BI 0,20-0,61).

Nu bekend is welke algemene gedragsdeterminanten van invloed zijn op sportgedrag, rest de vraag welke specifieke gedragsdeterminanten hieraan ten grondslag liggen. Uit logistische regressieanalyses blijken de volgende items een positieve invloed te hebben op sportgedrag: positieve intentie (OR 24,3; BI 2,70-80,2), het leuk vinden van sport (OR 4,62; BI 1,88-11,36), lage kosten (OR 1,48; BI 1,28-1,70), niet angstig zijn voor zowel sportspecifieke situaties als voor het onbekende en/of het alleen moeten gaan (OR 1,40; BI 1,07-1,84), het hebben van tijd (OR 1,25; BI 1,02-1,49), gemakkelijke bereikbaarheid van de sportaccommodatie (OR 1,24; BI 1,02-1,49), en weten hoe je lid wordt van een (sport)club (OR 1,19; BI 1,03-1,39).



Figuur 7. De invloed van de algemene gedragsdeterminanten en externe factoren op het sportgedrag van mensen met een verstandelijke handicap.

## Sportintentie

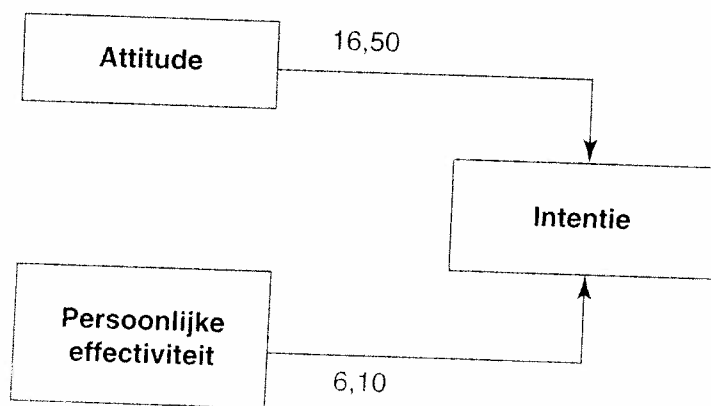
Het model van *planned behavior* veronderstelt vervolgens dat de intentie wordt beïnvloed door de determinanten attitude, subjectieve norm en persoonlijke effectiviteit. Ook dit is geanalyseerd met logistische regressieanalyses, waarbij de externe variabelen leeftijd en stimulering zijn opgenomen, omdat mensen met en zonder sportintentie hierop significant verschillen. De resultaten van deze analyses staan in figuur 8.

Een positieve attitude (OR 16,50; BI 8,41-32,14) en een positieve persoonlijke effectiviteit (OR 6,10; BI 2,94-12,68) leveren een significante bijdrage aan de intentie van mensen met een verstandelijke handicap om te sporten. De specifieke gedragsdeterminanten die van belang zijn voor het verklaren van de sportintentie zijn: sport leuk vinden (OR 3,36; BI 2,50-4,48), het belangrijk vinden om ergens steeds beter in te worden (OR 1,59; BI 1,16-2,16), zichzelf niet te oud vinden (OR 1,68; BI 1,31-2,16), beschikken over tijd (OR 1,58; BI 1,22-2,01), van zichzelf vinden dat ze goed kunnen sporten (OR 1,47; BI 1,11-1,92) en bereikbaarheid van de sportaccommodatie (OR 1,31; BI 1,11-1,55).

## Verwachte intentie van ouders en begeleiders

Aan ouders en begeleiders is de vraag gesteld of hun zoon/dochter/bewoner/cliënt sport en of zij verwachten dat hij/zij zou willen (blijven) deelnemen aan sportactiviteiten. Op basis van deze antwoorden kan onderscheid gemaakt worden in een positieve en een negatieve verwachte sportintentie. Met logistische regressieanalyses is onderzocht welke algemene gedragsdeterminanten van invloed zijn op de verwachte intentie. In het model zijn ook de externe factoren leeftijd, het wonen in een stad of dorp en het gestimuleerd worden opgenomen, omdat ouders/begeleiders met en zonder een verwachte sportintentie significant verschillen op deze variabelen. De resultaten staan in figuur 9.

De invloed van attitude op verwachte intentie is het grootst (OR 12,52; BI 5,40-



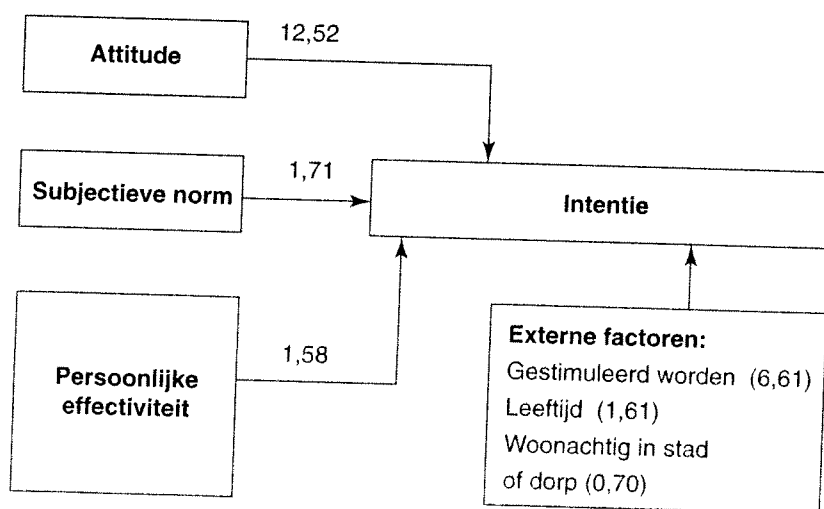
Figuur 8. De invloed van de algemene gedragsdeterminanten op de intentie van mensen met een verstandelijke handicap.

29,08), maar ook subjectieve norm (OR 1,71; BI 1,11-2,64), persoonlijke effectiviteit (OR 1,58; BI 1,02-2,44), leeftijd (OR 1,61; BI 1,21-2,16), gestimuleerd worden (OR 6,61; BI 3,13-12,7) en het wonen in een stad of dorp (OR 0,70; BI 0,51-0,95) leveren een significante bijdrage.

Vervolgens is per determinant nagegaan welke specifieke items ten grondslag liggen aan een positieve verwachte intentie van ouders en begeleiders. Van de attitude-items zijn dit: het idee dat de respondent plezier beleeft aan sport (OR 3,23; BI 2,16-4,18) en door sport nieuwe ervaringen opdoet (OR 2,20; BI 1,32-3,67) en de verwachting dat de respondent sport niet moeilijk (OR 1,86; BI 1,28-2,69) en belangrijk vindt (OR 1,99; BI 1,37-2,88). Daarnaast heeft een positieve subjectieve norm van de arts (OR 2,94; BI 1,44-5,99) en van de ouder (bij beantwoording door een begeleider) en de begeleider (in geval van beantwoording door ouders) (OR 2,29; BI 1,27-4,14) invloed op een positieve verwachte intentie. Als laatste wordt een positieve verwachte intentie beïnvloed door het beschikken over voldoende informatie (OR 1,84; BI 1,30-2,61), mogelijkheden in de omgeving (OR 1,56; BI 1,09-2,20), geen lichamelijke problemen (OR 1,28; BI 1,05-1,57) en niet als te oud om te sporten worden beoordeeld (OR 2,20; BI 1,63-3,03).

### Validiteit

De inschatting van de validiteit van de antwoorden van mensen met een verstandelijke handicap is gebaseerd op de overeenkomst tussen de vragen die zijn gesteld aan mensen met een verstandelijke handicap en aan hun ouders/begeleiders. Het gedrag en de algemene gedragsdeterminanten intentie, attitude en persoonlijke effectiviteit van mensen met een verstandelijke handicap en ouders/begeleiders verschillen niet significant van elkaar. De algemene gedragsdeterminant subjectieve norm evenals enkele specifieke gedragsdeterminanten verschillen wel significant tussen beide groepen maar deze verschillen zijn in absolute zin gering. De antwoorden van ouders en begeleiders en men-



Figuur 9. De invloed van de algemene gedragsdeterminanten en externe factoren op de verwachte intentie.



sen met een verstandelijke handicap wijzen voor de determinant subjectieve norm wel in eenzelfde richting.

### *Conclusies met betrekking tot de gekozen onderzoeksmethode*

Over het algemeen verliep de beantwoording via de gezichtenschaal en de woordenschaal goed. In slechts enkele gevallen leverde de beantwoording onoverkomelijke problemen op die ertoe leidden dat de vragenlijst niet in zijn geheel beantwoord kon worden. Voor met name mensen met een lager niveau was de visuele presentatie tussen 'heel veel' en 'een beetje' niet duidelijk genoeg. Gebaren die 'veel' en 'een beetje' voorstelden hielpen hierbij. Voor sommige mensen bleek het moeilijk tijdens het afnemen van de vragenlijst geconcentreerd te blijven. Door mensen erop attent te maken dat ze goed moeten opletten, hen er steeds weer even bij te halen en te zeggen dat het goed gaat, kon in bijna alle gevallen de vragenlijst afgemaakt worden. Dit vereiste in een aantal gevallen veel tijd en geduld van de enquêteurs, maar gezien de reacties van de deelnemers aan het onderzoek is dit zeer zeker de moeite waard geweest. Mensen met een verstandelijke handicap hebben veel te vertellen en stellen een persoonlijk gesprek over het algemeen op prijs. Het merendeel (95%) vindt het prettig om geïnterviewd te worden en zo zelf keuzes te kunnen en mogen maken, hoewel echt zelf kiezen vaak niet als eenvoudig wordt ervaren. Ruim de helft van de respondenten vond de vragenlijst makkelijk, 37 procent vond sommige vragen makkelijk en sommige vragen moeilijk en 11 procent vond de vragen in het algemeen moeilijk om te beantwoorden.

## **Discussie en aanbevelingen**

### *Sportgedrag*

Volgens het model van *planned behavior* liggen de twee determinanten intentie en persoonlijke effectiviteit ten grondslag aan het gedrag. Uit het onderzoek blijkt dat ook de attitude ten aanzien van sport, alsmede de externe factoren stimulering en sportverleden rechtstreeks van invloed zijn op het sportgedrag van mensen met een verstandelijke handicap. De intentie van mensen met een verstandelijke handicap blijkt de belangrijkste determinant die van invloed is op het sportgedrag. Voor potentiële sporters geldt dat vooral factoren met betrekking tot de persoonlijke effectiviteit de overgang van hun positieve intentie naar positief gedrag belemmeren. In de eerste plaats kunnen de kosten en bereikbaarheid een belemmering vormen om te gaan sporten. Ook wordt het sportgedrag rechtstreeks beïnvloed door angst voor zowel sportspecifieke situaties als ook voor het onbekende en/of het alleen moeten gaan. Goede begeleiding en persoonlijke aandacht voor de (potentiële) sporters is erg belangrijk. Vervolgens worden zowel het sportgedrag als de intentie om te sporten beïnvloed door de mate waarin men beschikt over vrije tijd en in hoeverre de personen met een verstandelijke handicap weten hoe ze lid kunnen worden van een (sport)club. In sportstimuleringsbeleid voor potentiële sporters moet aandacht

besteed worden aan kosten, bereikbaarheid, angst, tijd en lid worden van een club.

Ten slotte nemen mensen met een verstandelijke handicap eerder deel aan sportactiviteiten, wanneer ze die leuk vinden. Op het moment dat het sporten niet meer als leuk ervaren wordt, heeft dit een duidelijk negatieve invloed op zowel intentie als gedrag. Dit wordt ondersteund door eerder onderzoek (Wankel, 1993). Plezier is volgens hem een factor die beschouwd moet worden als iets wat nodig is om sportdeelname te continueren en in mindere mate als een reden om met sporten te beginnen. Voor organisatoren en begeleiders van sportactiviteiten is het dan ook zaak de sportactiviteit leuk en aantrekkelijk te houden.

Stimulering door de omgeving is rechtstreeks van invloed op het sportgedrag van mensen met een verstandelijke handicap. Dit bleek eerder ook al uit onderzoek van Coumans e.a. (1995). Omdat stimulering door de sociale omgeving erg belangrijk blijkt te zijn bij het komen tot sportgedrag, dient hier in sportstimuleringsbeleid aandacht voor te zijn. Ten slotte blijkt er een verband te bestaan tussen sportverleden en sportgedrag. Een groot gedeelte van de potentiële sporters en niet-sporters heeft in het verleden deelgenomen aan sportactiviteiten. De meest genoemde redenen om te stoppen met sporten zijn een verhuizing en lichamelijke klachten/blessures. Het is van belang potentiële sporters en/of hun ouders en begeleiders ervan te doordringen dat lichamelijke klachten en blessures niet het einde hoeven te betekenen van sportdeelname. Artsen kunnen hierbij een rol spelen. Daarnaast is het belangrijk om mensen die verhuizen te stimuleren ook in hun nieuwe woonplaats of -situatie te gaan sporten.

### *Sportintentie*

De intentie om te sporten blijkt de belangrijkste determinant die van invloed is op sportgedrag. Volgens het model wordt de intentie bepaald door de attitude, subjectieve norm en persoonlijke effectiviteit. De subjectieve norm blijkt echter niet van invloed te zijn op de sportintentie. Van de determinant attitude blijken de factoren plezier en het belangrijk vinden om steeds beter te worden bij te dragen aan de verklaring van de intentie van mensen met een verstandelijke handicap. Het belang van deze laatste factor kan mogelijk verklaard worden door hetgeen Datillo en Schleien (1994) veronderstellen. Doordat mensen met een verstandelijke handicap sporten, kunnen zij in aanraking komen met positieve gevoelens zoals controle, competentie, ontspanning en spanning. Hierdoor zou de persoon intrinsiek gemotiveerd zijn deel te nemen aan deze activiteiten. Verder speelt de determinant persoonlijke effectiviteit een rol. Zowel de werkelijke leeftijd als zichzelf te oud vinden heeft invloed op de intentie om te sporten. Ook uit het onderzoek van Coumans e.a. (1995) blijkt dat de interesse voor sportbeoefening bij mensen met een verstandelijke handicap boven de 35 jaar over het algemeen lager ligt. Een verklaring van de onderzoekers hiervoor is dat de oudere verstandelijke gehandicapte niet opgegroeid is in een sportcultuur en de verminderde behoefte aan beweging bij mensen van hogere leeftijd. Daarnaast blijken mensen vanaf 41 jaar minder gestimuleerd te worden deel

te nemen aan sportactiviteiten dan mensen jonger dan 30 jaar. Dit hangt vooral sterk samen met het zichzelf al dan niet oud vinden.

Ten slotte speelt de mening die mensen met een verstandelijke handicap hebben over hun eigen sportieve kunnen een rol. Wanneer ze het idee hebben dat ze niet goed kunnen sporten, heeft dit een negatieve invloed op de sportintentie.

### *Verwachte intentie van ouders en begeleiders*

Ook uit de vragenlijsten van de ouders en begeleiders zijn de schalen attitude, subjectieve norm en persoonlijke effectiviteit onderzocht op hun invloed op de verwachte sportintentie van hun zoon/ dochter/ bewoner/ cliënt.

Van de determinant attitude van ouders en begeleiders hebben vooral de factoren plezier beleven aan sport en het sporten als makkelijk en belangrijk ervaren een positieve invloed op de verwachte sportintentie. Verder zien ouders en begeleiders sport als een bezigheid waardoor nieuwe ervaringen opgedaan kunnen worden die eventueel ook bruikbaar zijn in het dagelijks leven. Het opdoen van nieuwe ervaringen en het plezier beleven aan sport zijn attitude-items die ook uit Amerikaans onderzoek blijken (Klein, Gilman & Zigler, 1993). In overeenstemming met de resultaten van onderzoek van De Winter-van der Schrier en De Winter (1982) en van Coumans e.a. (1995) blijken ouders en begeleiders sport voornamelijk als middel te beschouwen om sociale contacten te ondersteunen. In tegenstelling tot enkele onderzoeken op dit gebied (Datillo & Schleien, 1994; Klein e.a., 1993; Vermeer, 1986) en tot de algemene opinie (Gehéniau, 1993) blijkt uit het onderhavige onderzoek dat ouders en begeleiders sport niet beschouwen als een middel om zelfstandigheid of het zelfvertrouwen van mensen met een verstandelijke handicap te bevorderen. Een mogelijke verklaring voor de verschillende resultaten is dat bij genoemde onderzoeken niet de ouders en begeleiders zijn ondervraagd. Sport niet beschouwen als een middel om zelfstandigheid of zelfvertrouwen te bevorderen, komt bij ouders en begeleiders misschien voort uit een soort berusting. Plezier hebben in sport is belangrijk, maar verder moeten er niet te hoge verwachtingen zijn.

Wat betreft de determinant subjectieve norm blijken de meningen van de arts en van ouders en begeleiders van invloed te zijn op de verklaring van de verwachte intentie. Dit impliceert het belang dat zowel de directe sociale omgeving als artsen op de hoogte zijn van sportmogelijkheden voor mensen met een verstandelijke handicap.

Voor de determinant persoonlijke effectiviteit zijn de meest genoemde belemmeringen door ouders en begeleiders van organisatorische aard (geen geschikte vereniging in de buurt en gebrek aan informatie) en vervolgens financieel, medisch en motivationeel (druk dagprogramma). In het onderzoek van Coumans e.a. (1995) liggen de sportdrempels met name op het motivationele en organisatorische vlak en komen medische drempels minder vaak voor. Bij ouders en begeleiders bestaat de behoefte aan informatie over geschikte sportmogelijkheden voor mensen met een (verstandelijke) handicap in de eigen regio. Deze behoefte is ook gesignaleerd in het onderzoek van Coumans e.a.

(1995) en door de Landelijke Projectgroep Gehandicaptensport (LPG bestaande uit afgevaardigden van het IOS, NOC\*NSF, NEBAS en NSG).

Behalve de determinanten uit het theoretisch model bleken ook de externe factoren stimulering, het wonen in een dorp of stad en de leeftijd van invloed te zijn op de verwachte intentie. Stimulering van mensen met een verstandelijke handicap blijkt, zoals al eerder vermeld, erg belangrijk te zijn. Uit onderzoek van Coumans e.a. (1995) blijkt ook dat ouders en begeleiders zelf aangeven dat zij een belangrijke rol spelen in de stimulering en continuering van de sportdeelname. Daarnaast ondervinden mensen woonachtig in kleine dorpen problemen bij het komen tot sportbeoefening, wellicht doordat er in dorpen minder voorzieningen zijn. Hiermee dient rekening gehouden te worden bij het opzetten van sportstimuleringsprogramma's. Ten slotte blijkt dat hoe ouder mensen zijn, hoe minder vaak hun ouders en begeleiders verwachten dat zij willen sporten.

### *Overeenstemming met sportgedrag en -intentie van mensen met een lichamelijke handicap*

Wanneer de resultaten van het uitgevoerde onderzoek vergeleken worden met overeenkomstig onderzoek uitgevoerd bij mensen met een lichamelijke handicap (Baken & Duijf, 1995), dan blijken de verschillen tussen de groepen sporters, niet-sporters en potentiële sporters bij mensen met een verstandelijke handicap groter te zijn dan bij mensen met een lichamelijke handicap. De groep sporters die niet meer willen sporten wordt in de laatstgenoemde groep niet aangetroffen. Beide groepen komen wat betreft de gedragsdeterminanten die van invloed zijn op de intentie om te sporten sterk overeen. In het kader van de steeds nauwere samenwerking tussen de landelijke sportbond voor mensen met een verstandelijke handicap (NSG) en de landelijke sportbond voor mensen met een lichamelijke handicap (NEBAS) is dit een belangrijke conclusie. In het sportstimuleringsbeleid kunnen beide organisaties gebruikmaken van elkaars deskundigheid. Hierbij dient wel rekening gehouden te worden met het specifieke karakter van beide doelgroepen.

### *Terugkoppeling naar het theoretische model*

In de literatuur is geen enkel onderzoek bekend dat het model van *planned behavior* hanteert bij het ondervragen van mensen met een verstandelijke handicap. Het bleek evenwel in dit onderzoek voor zowel mensen met een verstandelijke handicap als hun ouders en begeleiders goed bruikbaar te zijn. Het gebruik van een theoretisch model heeft als voordeel dat het een verklarende waarde heeft. Daarentegen dient men zich wel te realiseren dat een model altijd een schematische weergave van de werkelijkheid is en dat niet alles te vangen is onder de voorgeschreven gedragsdeterminanten. In het huidige onderzoek was dit bijvoorbeeld het geval voor stimulering.

Intentie, persoonlijke effectiviteit en attitude zijn de gedragsdeterminanten die bijdragen aan de verklaring van het sportgedrag van mensen met een verstandelijke handicap. Attitude en in mindere mate de persoonlijke effectiviteit

zijn de belangrijkste voorspellers van de intentie. Voor ouders en begeleiders zijn respectievelijk attitude, subjectieve norm en persoonlijke effectiviteit van invloed op de verwachte intentie. De conclusie van een onderzoek door Yordy en Lent (1993) naar het sportgedrag van studenten is dat persoonlijke effectiviteit weinig tot niets bijdraagt aan de verklaring van de intentie. Zij denken dat dit komt doordat studenten hun sportactiviteiten vrijwel geheel onder controle hebben. In het huidige onderzoek is zowel bij mensen met een verstandelijke handicap als bij hun ouders en begeleiders de determinant persoonlijke effectiviteit van belang bij de verklaring van de (verwachte) sportintentie. Dit ondersteunt het idee dat het zelf onder controle hebben van het sportgedrag voor mensen met een verstandelijke handicap een probleem vormt. Externe factoren zoals die tot uiting komen in de determinant persoonlijke effectiviteit spelen voor deze groep een belangrijke rol. Met name voor potentiële sporters blijkt de persoonlijke effectiviteit een belangrijke belemmerende factor te zijn.

### Aanbevelingen

In de beschrijving van de conclusies en discussie zijn al diverse aanbevelingen geformuleerd. Hierna volgt een korte samenvatting van de belangrijkste aandachtspunten:

- In toekomstig onderzoek waarin mensen met een verstandelijke handicap vragen beantwoorden op een vijf-puntsschaal, dient de visuele presentatie van 'heel veel' en 'een beetje' nog duidelijker gepresenteerd te worden dan in het huidige onderzoek. Alle vragen moeten zo concreet mogelijk gesteld worden. Er is ook nader onderzoek nodig naar de validiteit en betrouwbaarheid van de gebruikte en eventueel andere meetinstrumenten voor de ondervraging van mensen met een verstandelijke handicap.
- Er dient nader onderzoek plaats te vinden naar de sportdeelname van mensen met een ernstige verstandelijke handicap, naar de sportparticipatiegraad in Nederland en in hoeverre artsen op de hoogte zijn van sportmogelijkheden voor mensen met een verstandelijke handicap. Dit zijn drie belangrijke deelvragen waarover geen informatie is gevonden.
- Er dienen verbeteringen te komen in de informatievoorziening aan de doelgroep, hun ouders en begeleiders en, als blijkt dat er een informatiekort is, ook aan artsen. Het moet duidelijk zijn in welk verband er sport beoefend kan worden, er moet voorlichtingsmateriaal worden ontwikkeld en (multimediaal) verspreid via onder andere SPD-en, woonvoorzieningen, sportverenigingen, ouderverenigingen, de *Okee-krant* en het tv-programma *Knoop in je zakdoek*. Het opzetten van een landelijk informatie-systeem met informatie over sportmogelijkheden in de regio lijkt gewenst. Essentieel hierin is het zorgdragen voor een regionale verspreiding van de informatie; de informatie moet zo dicht mogelijk bij de vrager worden gebracht.

Sportstimuleringsbeleid dient vooral aandacht te besteden aan kosten, bereikbaarheid, angst, tijd, hoe lid te worden van een vereniging en stimulering. Tevens is er een aantal specifieke aandachtsgroepen: mensen ouder dan 41 jaar, mensen tussen de 20 en 40 (grootste groep potentiële sporters),

- mensen die (begeleid) zelfstandig wonen, meervoudig gehandicapten en mensen die door lichamelijke klachten/blessures zijn gestopt met sporten.
- Bij het zorgdragen voor gerichte informatie en voldoende sportmogelijkheden in de omgeving van mensen met een verstandelijke handicap dient er speciale aandacht te zijn voor: regionale verschillen, meervoudig gehandicapten, mensen met een lichte verstandelijke handicap, mensen met een ernstige verstandelijke handicap en kinderen.

## Noten

- 1 Het onderzoek werd op verzoek van de NSG uitgevoerd onder de wetenschappelijke verantwoordelijkheid van de vakgroep Pedagogiek van de Universiteit Utrecht en gesubsidieerd door het ministerie van VWS.

## Literatuur

- Ajzen, I. (1985). From intentions to actions: A theory of planned behavior. In Kuhl, J. & Beckman, J. (Eds.), *Action Control: From Cognition to Behavior* (pp. 11-39). Heidelberg: Springer.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179-211.
- Ajzen, I., & Driver, B.L. (1992). Application of the theory of planned behavior to leisure choice. *Journal of Leisure Sciences*, 24, 207-224.
- Baken, W.C., & Duijf, M.J.W. (1995). De weg tot sporten gaat over drempels. *Bewegen & Hulpverlening*, 12, 88-104.
- Bartels, L.P. (1992). *Instellingen van intramurale gezondheidszorg*. Basisgegevens 1-1-1992: naar provincie naar gezondheidsprofiel. Utrecht: Nationaal Ziekenhuis Instituut.
- Coumans, B., Rijdt, I. van de, Lissone, A. e.a. (1995) *Sportdrempels verstandelijk gehandicapten*. Utrecht: NSG.
- Datillo, J., & Schleien, S.J. (1994). Understanding leisure services for individuals with mental retardation. *Mental Retardation*, 32, 53-59.
- Derks, W.A.M. e.a. (1994). Onbegrepen vragen: over het interviewen van licht verstandelijk gehandicapten. *Maandblad Geestelijke Volksgezondheid*, 49, 54-57.
- Fiad-Wdt (1989). *Gebruikers geïnventariseerd*. Inventarisatie bewoners en deelnemers semi-murale voorzieningen voor verstandelijk gehandicapten. Rapport. Utrecht: Fiadt-Wdt.
- Gehéniau, H.H.J. (1993). *Handicap, geen letsel*. Utrecht: Uitgeverij Nieuw Vennepe.
- Harter, S., & Pike, R. (1984). The pictorial scale of perceived competence and social acceptance for young children. *Child Development*, 10, 1969-1982.
- Klein, T., Gilman, E., & Zigler, E. (1993). Special Olympics: An evaluation by professionals and Parents. *Mental Retardation*, 31, 15-23.
- KNVB (1995). *Overzicht aantal G-voetballers/sters 1995*. Vergaderstuk KNVB Zeist.
- Maas, J.M.A.G., Serail, S., & Janssen, A.J.M. (1988). *Frequentieonderzoek geestelijk gehandicapten*. Tilburg: IVA.
- NSG (1993). *Beleid in beweging*. Utrecht: NSG.
- NSG (1996). *Beweging in beleid*. Utrecht: NSG.
- Renick, M.J., & Harter, S. (1989). Impact of social comparisons on the developing self-perceptions of learning disabled students. *Journal of Educational Psychology*, 81, 631-638.
- Somma (1994). *Getallen geteld*. Sociaal Pedagogische Diensten, 1988-1992. Utrecht: Somma.
- Timmermans, J., & Schoemakers-Salkinoja, I. (1996). *Rapportage gehandicapten 1995*. Rijswijk: Sociaal Cultureel Planbureau.
- Vermeer, A. (1986). De invloed van sport op de persoonlijke competentie en sociale positie van geestelijk gehandicapten. *Pedagogisch Tijdschrift*, 11, 228-233.

- Wankel, L.M. (1993). The importance of enjoyment to adherence and psychological benefits from physical activity. *International Journal of Sport Psychology*, 24, 151-169.
- Winter, de-Schrier, C.E. van der & Winter, E. de (1982). *Opinies over wedstrijdssport voor geestelijk gehandicapten*. Amsterdam: Vrije Universiteit.
- WVC (1991). *Verstandig veranderen*. Een samenvatting van de werknootitie over vernieuwing in de zorg voor verstandelijk gehandicapten. Rijswijk: WVC.
- Yordy, G.A., & Lent, R.W. (1993). Predicting aerobic exercise participation: Social cognitive, reasoned action and planned behavior models. *Journal of Sports & Exercise Psychology*, 15, 363-374.

*Correspondentieadres:* Mw. drs. M.J.W. Duijf, NSG, Postbus 200, 3980 CE Bunnik.