

Running Head: INVLOED MONKEY MOVES OP GLOBAAL ZELFBEELD EN SOCIALE
ACCEPTATIE

De invloed van Monkey Moves op globaal zelfbeeld en sociale acceptatie bij kinderen van
6 tot 9 jaar
Bachelorthesis Pedagogische Wetenschappen
200600042
Universiteit Utrecht

Naam: Katrin Jungheim, Elles de Vries
Studentnummer: 5544645, 6202292
Begeleider: Johannes Noordstar, j.j.noordstar.uu.nl
Datum: 03-04-2018

Abstract

Objective: This study focused on the influence of Monkey Moves on global self-esteem and social acceptance in children aged 4 to 9 years old. **Method:** Monkey Moves is a multisports program for children with a focus on improvement of social and motor skills. In this quantitative study 42 children and 14 parents were measured twice over a period of 10 weeks. Global self-esteem and social acceptance were measured with questionnaires filled in by parents and children. **Results:** No significant influence of Monkey Moves were found on global self-esteem and social acceptance. However, large individual changes on global self-esteem and social acceptance were found. **Conclusion:** After 10 weeks of Monkey Moves no significant changes were found on global self-esteem and social acceptance. The small sample size and ceiling effect should be considered in future studies.

Inleiding

In 2015 voldeed slechts 48% van de Nederlandse kinderen in de leeftijd van 4 tot 12 jaar aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) (Wendel-Vos, 2015). Deze norm beveelt dagelijks 60 minuten matig intensieve lichamelijke activiteit aan, waarvan tweemaal per week gericht op het verbeteren of handhaven van de lichamelijke fitheid (Kemper, Ooijendijk, & Stiggelbout, 2000). Voldoende fysieke activiteit heeft een positieve invloed op de ontwikkeling van kinderen. Zo verbetert de botsterkte, motoriek, fysieke fitheid en is er minder kans op obesitas (Janssen & LeBlanc, 2010). Daarnaast kan fysieke activiteit ook een positieve invloed hebben op het psychisch welzijn en cognitief functioneren (Kirkcaldy, Shephard, & Siefen, 2002; Stegeman, 2007).

Het Exercise and Self-esteem Model (EXSEM) tracht de bovengenoemde invloed van fysieke activiteit op verschillende componenten van het psychisch welzijn en de onderlinge mechanismen te verklaren (Sonstroem, Harlow, & Joseph, 1994). Het model stelt dat er een positieve samenhang is tussen fysieke activiteit en het globaal zelfbeeld (Sonstroem et al., 1994).

Het globale zelfbeeld wordt gevormd door wat men weet over en vindt van zijn eigen kwaliteiten en eigenschappen (Mann, Hosman, Schaalma, & de Vries, 2004). Een positief globaal zelfbeeld wordt geassocieerd met zowel geestelijke als fysieke gezondheid (Trzesniewski, Donellan, Moffit, & Caspi, 2006). Zo blijkt dat een positief globaal zelfbeeld werkt als een buffer tegen negatieve externe invloeden. Ook kan het zorgen voor gevoel van zelfverzekerdheid en succes op school (Mann et al., 2004). Een negatief globaal zelfbeeld blijkt daarentegen van invloed te zijn bij het ontstaan van sociale problemen, internaliserende en externaliserende stoornissen (Mann et al., 2004; Trzesniewski et al., 2006).

Meerdere onderzoeken suggereren een samenhang tussen fysieke activiteit en globaal zelfbeeld (Bailey, 2006; Biddle & Asare, 2011; Ekeland, Heian, Hagen, Abbot, & Nordheim, 2004; Sonstroem et al., 1994). Zo vonden Findlay en Bowker (2007) dat sportieve kinderen een hoger globaal zelfbeeld hebben dan kinderen die niet sportief zijn. Wel blijkt dat de positieve invloed van fysieke activiteit op het globaal zelfbeeld afhankelijk is van het type sport. Teamsport heeft een grotere positieve invloed op het globaal zelfbeeld dan individuele sporten (Slutzky & Simpkins, 2009). Het verschil in effect tussen teamsport en individuele sport is mogelijk te verklaren met de positieve feedback die kinderen in teamsport krijgen van teamgenoten (Slutzky & Simpkins, 2009). Daarnaast heeft deelname aan competitie ook een positief effect als winnen niet het voornaamste doel is (Findlay & Bowker, 2007). In tegenstelling tot het soort sport, schijnen sekse en de intensiteit van de sport geen rol te spelen in de relatie tussen fysieke activiteit en globaal zelfbeeld (Findlay & Bowker, 2007; Slutzky & Simpkins, 2009).

In het EXSEM wordt de samenhang tussen fysieke activiteit en globaal zelfbeeld besproken, hierin wordt de sociale acceptatie echter niet meegenomen. Uit de literatuur blijkt dat het zelfbeeld van de sociale acceptatie (hierna: 'sociale acceptatie') een belangrijke factor is in de relatie tussen fysieke activiteit en globaal zelfbeeld (Chase & Dummer, 1992; Daniels & Leaper, 2006; Lyu & Gill, 2012; Melnick, Sabo, & Vanfossen, 1992). Sociale acceptatie is de status van een individu binnen een groep leeftijdsgenoten en de mate waarin kinderen het gevoel hebben bij een groep te horen (Smith, 1999; Veerman, Straathof, Treffers, Van den Bergh, & Ten Brink, 2004). Het afgewezen of niet geaccepteerd worden door leeftijdsgenoten vormt een risicofactor voor externaliserend en internaliserend probleemgedrag (Arnett, 2012; Boone, 2006; Grusec & Hastings, 2015). Zo vonden Schmidt, Blum, Valkanover, en Conzelmann (2014) dat afwijzing door leeftijdsgenoten een significant negatief effect had op het zelfvertrouwen en globaal zelfbeeld van 11-jarigen. Naar de invloed van fysieke activiteit op sociale acceptatie is echter nog weinig onderzoek gedaan.

Verschillende onderzoeken vinden een positief verband tussen fysieke activiteit en sociale acceptatie (Chase & Dummer, 1992; Daniels & Leaper, 2006; Lyu & Gill, 2012; Melnick et al., 1992; Schmidt et al., 2014; Skinner & Piek, 2001; Vannatta, Gartstein, Zeller, & Noll, 2009). Een aantal onderzoeken vinden dit verband echter alleen voor jongens (Chase & Dummer, 1992; Schmidt et al., 2014). Een mogelijke verklaring hiervoor is dat fysieke activiteit bij jongens een hogere prioriteit heeft voor sociale acceptatie dan bij meisjes (Adler, Kless, & Adler, 1992; Chase & Dummer, 1992; Daniels & Leaper, 2006). Daarnaast blijkt een positieve en ondersteunende omgeving van belang voor het positieve effect van fysieke activiteit op sociale acceptatie. Dit geldt zowel voor jongens als meisjes (Stegeman, 2007). Het hebben van plezier en succes ervaringen, een divers aanbod van activiteiten die passen bij de ontwikkelingsfase en geïnformeerde en ondersteunende begeleiders vergroten de kans op een positief effect (Kirkcaldy et al., 2002; Stegeman, 2007).

Er zijn verschillende bewegingsinterventies opgezet waarin het verhogen van fysieke activiteit centraal staat. Deze blijken echter weinig tot geen effect te hebben (Bergh et al., 2012; Brown, Hume, Pearson, & Salmon, 2013; Metcalf, Henley, & Wilkin, 2012). Een mogelijke verklaring hiervoor is dat er te weinig aandacht wordt besteed aan samenwerken en het geven van positieve feedback. Dit is van belang voor het positieve effect van fysieke activiteit op het globaal zelfbeeld (Baumeister, Campbell, Krueger, & Vohs, 2003). Een tweede mogelijke verklaring is dat er geen aandacht wordt besteed aan sociale acceptatie door leeftijdsgenoten. De omgeving waarin de fysieke activiteit plaatsvindt en het hebben van succeservaringen zijn hierbij van belang (Kirkcaldy et al., 2002; Stegeman, 2007). Gezien het lage percentage Nederlandse kinderen dat voldoet aan de NNGB en de positieve effecten van fysieke activiteit op het globaal zelfbeeld en de

sociale acceptatie, is het van belang dat bewegingsinterventies effectiever worden ingericht.

Onlangs is in een samenwerking tussen bewegingswetenschappers, docenten en therapeuten een bewegingsinterventie ontwikkeld die aandacht besteedt aan een positieve en ondersteunende omgeving. Het multisportprogramma Monkey Moves is geschikt voor kinderen van 1,5 tot 9 jaar en heeft als doel om kinderen op motorisch en sociaal vlak te stimuleren (Monkey Moves, 2018). Dit gebeurt door ze tijdens de lessen met 11 verschillende sporten kennis te laten maken. Hierbij wordt de sport zelf niet gepraktiseerd, maar worden bewegingen en vaardigheden toebehorend aan de verschillende sporten geoefend. Doordat het kind kennis maakt met diverse sporten krijgt het kind een beter inzicht in wat zijn sterke en zwakke kanten zijn. De kinderen worden per leeftijdsgroep ingedeeld zodat het aanbod van fysieke activiteiten kan worden aangepast aan de ontwikkelingsfase waarin kinderen zich bevinden (Monkey Moves, 2018). Dit vergroot de kans op succeservaringen (Kirkcaldy et al., 2002; Stegeman, 2007). Ook bestaat er in de groepen van ongeveer 10 kinderen veel ruimte voor persoonlijke feedback en beloningen door de opgeleide sportdocent (Monkey Moves, 2018). Ten slotte wordt de sociale interactie tussen kinderen gestimuleerd door het integreren van samenwerken in de sportlessen.

Deze studie onderzoekt daarom de invloed van Monkey Moves op het globaal zelfbeeld en de sociale acceptatie bij kinderen tussen de 4 en 9 jaar. Dit wordt zowel op groep- als individueel niveau onderzocht. Indien er een invloed is zullen interventies rekening moeten houden met de aspecten die het globaal zelfbeeld en de sociale acceptatie stimuleren. Als gevolg hiervan kan er meer sociale acceptatie plaatsvinden gedurende fysieke activiteit, dit heeft wederom een positieve invloed op het globaal zelfbeeld van kinderen (Chase & Dummer, 1992; Daniels & Leaper, 2006; Lyu & Gill, 2012; Melnick et al., 1992).

Bij de ontwikkeling van de bewegingsinterventie Monkey Moves is er aandacht besteed aan samenwerken. Als gevolg hiervan kan een kind positieve peerfeedback ontvangen. Hierdoor wordt verwacht dat Monkey Moves een positieve invloed heeft op het globaal zelfbeeld van kinderen tussen de 4 en 9 jaar. Verder wordt er aandacht besteed aan het ontwikkelingsniveau van kinderen, de omgeving waarin de fysieke activiteit plaatsvindt en ligt er nadruk op succeservaringen en plezier beleven. Hierdoor wordt verwacht dat Monkey Moves een positief invloed heeft op de sociale acceptatie van kinderen tussen de 4 en 9 jaar.

Methode

Dit onderzoek is een kwantitatief toetsend onderzoek naar de invloed van Monkey Moves op het globaal zelfbeeld en de sociale acceptatie bij kinderen van 4 tot 9 jaar. Het onderzoek is uitgevoerd op basis van een selecte clustersteekproef.

Respondenten

De respondenten werden via Monkey Moves lessen in Utrecht, Zeist en Nijmegen geworven. De T0 dataverzameling vond plaats tussen 1 en 17 maart. De T1 dataverzameling vond plaats tussen 14 en 27 mei.

Meetinstrumenten

Het onderzoek bestond uit drie delen; het Athletic Skill Track (AST), een vragenlijst voor het kind en een vragenlijst voor de ouders. De uitkomsten van deze drie onderdelen werden aan elkaar gekoppeld door middel van een respondentnummer. Op deze manier werden de scores met elkaar vergeleken en ontstond er een completer beeld van de concepten. Voor het meten van de sociale acceptatie en het globaal zelfbeeld werd gebruikt gemaakt van zowel de ouder- als kindervragenlijsten.

Athletic Skill Track (het beweegparcours). Het AST meet de motorische vaardigheden van kinderen in de leeftijdscategorie 4 tot 12 jaar (Hoeboer, Krijger, Savelsbergh, & de Vries, 2015). Het AST heeft drie verschillende beweegparcours. Het eerste parcours is voor kinderen in de leeftijd van 4 tot en met 6 jaar. Het tweede beweegparcours is voor kinderen in de leeftijd van 6 tot en met 9 jaar. Tot slot is het derde parcours voor kinderen in de leeftijd van 9 tot en met 12 jaar. Van het laatste beweegparcours werd in dit onderzoek geen gebruik gemaakt. De betrouwbaarheid en validiteit van het eerste beweegparcours zijn goed. Ook het tweede beweegparcours heeft een goede betrouwbaarheid en een voldoende validiteit (Hoeboer, Krijger-Hombergen, Savelsbergh, & De Vries, 2018).

Het eerste beweegparcours bestaat uit vijf verschillende oefeningen. Het start met het voorwaarts lopen en aanraken van lintjes op twee banken. Hierna moet er vier keer van hoepel naar hoepel gesprongen worden. Vervolgens wordt er voorwaarts op handen en voeten gelopen. Daarna moet er om vijf paaltjes geslalomd worden. Ten slotte hebben de kinderen een korte aanloop en klimmen ze op een kast. Deze kast bestaat uit drie kastdelen en een kast kop. Achter de kast ligt een matje waarop de kinderen kunnen landen (Hoeboer et al., 2015).

Het tweede beweegparcours begint met achterwaarts lopen en aantikken van lintjes op één bank. Hierna worden drie steunsprongen gemaakt over de tweede bank. Vervolgens hinkelen de kinderen. Direct daarna gaat het hinkelen over in het achterwaarts lopen op handen en voeten. Vervolgens wordt er een stuk achterwaarts gelopen. Dan maken de kinderen een lengteas rol over een matje. Na de rol klimmen de kinderen op een kast. Deze bestaat uit vier kastdelen en een kast kop. Daarachter bevindt zich een matje waar de kinderen op landen (Hoeboer et al., 2015). Na een oefenronde op het beweegparcours wordt het kind getimed met een stopwatch en werd de tijd op twee tiende seconden genoteerd. Het beweegparcours werd op blote voeten afgelegd.

Vragenlijst kind. Bij de kinderen werd een vragenlijst afgenomen waarin onder andere gevraagd werd naar het globaal zelfbeeld en de sociale acceptatie. Het ging

hierbij om vier stellingen op een 5-puntsschaal. De kinderen konden door middel van een smile-o-meter aangeven welk gevoel paste bij de desbetreffende stelling. Op de smile-o-meter stonden vijf smileys weergegeven van verdrietig tot vrolijk. Bij het globaal zelfbeeld ging het om de stelling 'ik ben blij met mijzelf'. Over de sociale acceptatie werd de stelling 'ik heb veel vriendjes' voorgelegd. De vragenlijst werd opgesteld door de eigenaren van Monkey Moves en twee onderzoekers (het "Monkey Moves Science Team"). Er is niets bekend over de betrouwbaarheid en validiteit van deze vragenlijst.

Vragenlijst ouders. Ook de vragenlijst voor de ouders werd opgesteld door het "Monkey Moves Science Team". In deze vragenlijst werden drie stellingen voorgelegd betreffende het globaal zelfbeeld en de sociale acceptatie op een 5-puntsschaal. Over het globaal zelfbeeld werd de stelling 'mijn kind zit goed in zijn/haar vel' voorgelegd. Betreffende de sociale acceptatie werden de stellingen 'mijn kind gaat gemakkelijk nieuwe sociale contacten aan' en 'mijn kind is zelfverzekerd in sociale situaties' voorgelegd.

Interventie

Het onderzoek werd uitgevoerd bij Monkey Moves onder de naam van het Science Lab om de invloed van de lessen te meten. Monkey Moves heeft als doel om kinderen optimaal te stimuleren op diverse gebieden in de ontwikkeling (Monkey Moves, 2018). Dit doen zij door middel van een multi sportprogramma waarin kinderen kennismaken met 11 verschillende sporten. Bij deze kennismaking wordt niet de sport zelf uitgevoerd, maar worden er oefeningen geïntroduceerd die de bewegingen en behendigheid van de betreffende sport oefenen.

Een Monkey Moves les begint altijd met een groepsdans als warming-up onder begeleiding van de sportdocent. Vervolgens geeft de sportdocent de kinderen uitleg over de sport die hoort bij het thema van de week. Hierna kunnen de kinderen aan de slag. Bij de groepen onder de 6 jaar zijn de ouders aanwezig om de kinderen te ondersteunen. Bij de groepen boven de 6 jaar gaan de ouders na de warming-up naar huis. Dankzij de kleine groepen is er veel persoonlijke aandacht voor beloningen, feedback en communicatie. Dit bevordert het competentiegevoel, de ontwikkeling van zelfvertrouwen en een positief zelfbeeld (Monkey Moves, 2018).

Procedure

Om de interne betrouwbaarheid te verhogen zijn de onderzoekers en oprichters van Monkey Moves voor de start van het onderzoek bijeengekomen om diverse afspraken te maken over de procedure rondom de testafname. Daarna zijn de vragenlijsten doorgenomen met alle onderzoekers. Voorafgaand aan het onderzoek gaven de docenten van Monkey Moves de toestemmingsformulieren aan de ouders van de kinderen.

Een derde van het lokaal werd gebruikt voor de testafname. In de overige ruimte vond de les van Monkey Moves plaats. De Monkey Moves les begon met een warming-up, gevolgd door een oefenronde met alle kinderen over het parcours. Hierna begon de

normale Monkey Moves les en werden de kinderen om de beurt uit de les gehaald door de onderzoekers. Om fouten in het parcours te voorkomen hebben de kinderen twee oefenrondes uitgevoerd onder begeleiding van de onderzoekers. De derde ronde werd getimed met een stopwatch en de tijd werd genoteerd op twee tiende seconde.

Aan het begin van de les werd aan de ouders gevraagd om de vragenlijsten en toestemmingsformulieren in te vullen. Deze konden direct na de les bij de onderzoekers worden ingeleverd. Als de formulieren nog niet volledig ingevuld waren, konden deze op een later moment worden afgegeven bij de sportdocent. Om de interne consistentie bij de vragenlijsten voor de ouders te waarborgen werden deze opgedeeld in vier thema's. Per thema werden meerdere vragen gesteld. Acht tot 10 weken later zijn alle testen nogmaals afgenomen bij dezelfde kinderen en hun ouders.

De medewerking aan het onderzoek was op vrijwillige basis en de participanten konden ieder moment stoppen met de deelname. De resultaten zijn geanonimiseerd door de respondenten te koppelen aan een respondentnummer.

Data-analyse

Er is gebruik gemaakt van zes constructen. Bij het globaal zelfbeeld zijn dit; globaal zelfbeeld kind, globaal zelfbeeld ouder en totaal globaal zelfbeeld. Totaal globaal zelfbeeld is een combinatie van de kind en ouder score op globaal zelfbeeld.

Voor sociale acceptatie zijn dit; sociale acceptatie kind, sociale acceptatie ouder en totale sociale acceptatie. Totale sociale acceptatie is een combinatie van de kind en ouder score op sociale acceptatie.

De constructen totale sociale acceptatie, sociale acceptatie ouder en totaal globaal zelfbeeld zijn normaal verdeeld. Om verandering door Monkey Moves op deze constructen te onderzoeken is gebruik gemaakt van de gepaarde T-toets. De constructen sociale acceptatie kind, globaal zelfbeeld kind en globaal zelfbeeld ouder zijn niet-normaal verdeeld. Om verandering door Monkey Moves op deze constructen te onderzoeken is gebruik gemaakt van Wilcoxon Signed Rank toets. Hierbij was de data significant bij $p < 0.05$. Indien significant werd de kracht bepaald aan de hand van correlatiecoëfficiënt. Bij $r = .10$ tot $.29$ is er sprake van lage correlatie. Bij $r = .30$ tot $.49$ is er een gemiddelde correlatie. En bij $r = .50$ tot 1.0 wordt er gesproken over een sterke correlatie (Cohen, 1988).

Ten slotte werden individuele verschillen tussen de T0 en T1 meting uitgelicht door middel van de procentuele verandering in scores op de zes constructen. Per construct werd met behulp van beschrijvende statistiek gekeken hoeveel respondenten achteruit gingen, gelijk bleven of vooruit gingen op de zes constructen.

Resultaten

De T0 meting is afgenomen bij 78 kinderen en 35 ouders. De T1 meting is afgenomen bij 54 kinderen en 34 ouders. Bij 14 ouders en 42 kinderen zijn zowel de T0

als T1 meting afgenomen. De data-analyse is enkel uitgevoerd bij de respondenten die zowel aan de T0 als de T1 hebben deelgenomen.

Invloed van Monkey Moves op globaal zelfbeeld

Kinderen gingen niet significant vooruit op het totale globaal zelfbeeld na 10 weken Monkey Moves, $p = .686$. Wanneer onderscheid werd gemaakt tussen globaal zelfbeeld kind, $p = .558$, en globaal zelfbeeld ouder, $p = .763$, bleek eveneens geen significante vooruitgang (zie tabel 3).

Individuele verschillen in verandering globaal zelfbeeld

Van de 14 kinderen liet 42.9% een vooruitgang zien voor totaal globaal zelfbeeld op T1. Bij 28.6% ($N = 14$) van de kinderen bleef de score voor totaal globaal zelfbeeld gelijk en 28.6% ($N = 14$) scoorde lager. Daarnaast liet 28.5% ($N = 42$) van de kinderen een vooruitgang zien op globaal zelfbeeld kind op T1. Bij 52.4% ($N = 42$) van de kinderen bleef de score voor globaal zelfbeeld kind gelijk en 19.0% ($N = 42$) scoorde lager. Ten slotte liet 28.5% ($N = 14$) van de kinderen een vooruitgang zien op het globaal zelfbeeld ouder op T1. Bij 42.9% ($N = 14$) van de kinderen bleef de score voor globaal zelfbeeld ouder gelijk en 28.5% ($N = 14$) scoorde lager (zie tabel 4).

Tabel 3

Verandering Globaal Zelfbeeld

	T0	N	T1	N	p
	M (SD)		M (SD)		
Globaal zelfbeeld kind	4.49 (.73)	78	4.39 (.96)	54	.558
Globaal zelfbeeld ouder	4.26 (.74)	35	4.09 (.93)	34	.763
Totaal globaal zelfbeeld	4.37 (.51)	35	4.38 (.61)	32	.293

Noot. correlatie is significant bij * $p < .05$

Tabel 4

Individuele Verschillen in Score op Globaal Zelfbeeld

Punten	< -1.00	-1.00 - 0.00	0.00	0.00 - 1.00	> 1.00
Globaal zelfbeeld kind ($N = 42$)	3 (7.1%)	5 (11.9%)	22 (52.4%)	9 (21.4%)	3 (7.1%)
Globaal zelfbeeld	0 (0.0%)	4 (28.6%)	6 (42.9%)	3 (21.4%)	1 (7.1%)

ouder (N =
14)

Totaal globaal

zelfbeeld (N = 2 (14.3%) 2 (14.3%) 4 (28.6%) 4 (28.6%) 2 (14.3%)
14)

Invloed van Monkey Moves op sociale acceptatie

Kinderen gingen niet significant vooruit op de totale sociale acceptatie na 10 weken Monkey Moves, $p = .739$. Wanneer onderscheid werd gemaakt tussen sociale acceptatie kind, $p = .920$, en sociale acceptatie ouder, $p = -.586$, bleek eveneens geen significante vooruitgang (zie tabel 1).

Individuele verschillen in verandering sociale acceptatie

Van de 14 kinderen liet 42.8% vooruitgang zien op totale sociale acceptatie. Bij 21.4% (N = 14) van de kinderen bleef de score voor totale sociale acceptatie gelijk en 35.7% (N = 14) van de kinderen scoorde lager. Daarnaast liet 26.5% (N = 42) van de kinderen een vooruitgang zien op sociale acceptatie kind op T1. Bij 47.6% (N = 42) van de kinderen bleef de score voor sociale acceptatie kind gelijk en 26.2% (N = 42) van de kinderen scoorde lager. Ten slotte liet 36.7% (N = 14) van de kinderen een vooruitgang zien op sociale acceptatie ouder op T1. Bij 28.6% (N = 14) van de kinderen bleef de score voor sociale acceptatie ouder gelijk en 35.7% (N = 14) van de kinderen scoorde lager (zie tabel 2).

Tabel 1

Verandering Globaal Zelfbeeld

	T0	N	T1	N	p
	M (SD)		M (SD)		
Sociale acceptatie kind	4.44 (.89)	78	4.39 (.86)	54	.920
Sociale acceptatie ouder	3.54 (.75)	35	3.54 (1.03)	34	.568
Totale sociale acceptatie	3.99 (.55)	35	4.01 (.61)	32	.739

Noot. correlatie is significant bij * $p < .05$

Tabel 2

Individuele Verschillen in Score op Sociale Acceptatie

Punten	< -1.00	-1.00 - 0.00	0.00	0.00 - 1.00	> 1.00
Sociale					
acceptatie kind (N = 42)	5 (11.9%)	6 (15.3%)	20 (47.6%)	7 (16.7%)	4 (9.5%)
Sociale					
acceptatie ouder (N = 14)	0 (00.0%)	5 (35.7%)	4 (28.6%)	4 (28.6%)	1 (7.1%)
Totale sociale					
acceptatie (N = 14)	0 (00.0%)	5 (35.7%)	3 (31.4%)	6 (42.8%)	0 (00.0%)

Discussie

Het doel van dit onderzoek was om de invloed van Monkey Moves op het globaal zelfbeeld en de sociale acceptatie te meten bij kinderen van 4 tot 9 jaar. Daarnaast werd er gekeken naar de invloed van Monkey Moves op individueel niveau op deze twee factoren.

Onverwacht gingen de kinderen niet significant vooruit op het gebied globaal zelfbeeld na 10 weken Monkey Moves. Ook wanneer de metingen van ouder en kind los van elkaar bekeken worden is er geen sprake van een significante invloed. Dit komt niet overeen met de literatuur (Bailey, 2006; Biddle & Asare, 2011; Ekeland et al., 2004; Sonstroem et al., 1994). De literatuur is voornamelijk gericht op een samenhang tussen fysieke activiteit, globaal zelfbeeld en sociale acceptatie. Dit onderzoek is echter gericht op de invloed van een interventieprogramma op globaal zelfbeeld en sociale acceptatie. Dit is mogelijk een verklaring voor de discrepantie tussen de literatuur en de resultaten van dit onderzoek. Een mogelijke andere verklaring hiervoor is het soort sport. Het aangegeven doel van Monkey Moves om kinderen samen te laten werken komt weinig tot uiting in de praktijk. Er worden voornamelijk individuele oefeningen uitgevoerd. Ook wordt er weinig tot geen gebruik gemaakt van sporten in teamverband of samenwerken in groepen. Uit onderzoek is gebleken dat juist sport in teamverband een groter positief effect heeft op het globaal zelfbeeld. Er wordt gesuggereerd dat de kinderen bij de individuele oefeningen de positieve feedback van teamgenoten missen (Slutzky & Simpkins, 2009).

Ondanks de afwezigheid van een significante invloed gingen zes op de 14 kinderen (42.9%) vooruit en bleven vier kinderen (28,6%) gelijk op het gebied van totaal globaal zelfbeeld. Hieruit blijkt wellicht dat de factoren om het globaal zelfbeeld te versterken wel aanwezig zijn, maar dat deze nog niet voldoende invloed hebben voor een significante invloed. Opvallend is dat een vier van de kinderen (28,6%) bij de tweede meting lager scoren. Dit kan mogelijk worden verklaard doordat naast fysieke activiteit andere

aspecten een invloed hebben op het globaal zelfbeeld in de kindertijd (Trzesniewski, Donellan, & Robins, 2003).

Onverwacht gingen de kinderen niet significant vooruit op het gebied van sociale acceptatie na 10 weken Monkey Moves. Dit is ook niet het geval indien de metingen bij ouders en kind los van elkaar bekeken worden. Dit komt niet overeen met de literatuur waaruit blijkt dat fysieke activiteit een positieve invloed heeft op de sociale acceptatie (Chase & Dummer, 1992; Daniels & Leaper, 2006; Lyu & Gill, 2012; Melnick et al., 1992). Zoals eerder benoemd kan deze discrepantie voortkomen uit een verschil in focus in het onderzoek en de literatuur. De literatuur kijkt voornamelijk naar de samenhang, terwijl dit onderzoek kijkt naar de invloed van een interventie. Verder is het mogelijk dat er niet genoeg aandacht is besteed aan factoren zoals succeservaring en ondersteunende begeleiding (Kirkcaldy et al., 2002; Stegeman, 2007). Tijdens de Monkey Moves lessen kan het door een te grote groep voorkomen dat de sportdocent niet ieder kind individuele steun kan bieden. Ook kan het zich voordoen dat een kind met een minder snelle ontwikkeling geen succes ervaart bij het uitvoeren van oefeningen.

Ondanks dat er geen sprake is van een significante invloed, zijn er wel grote individuele verschillen gevonden. Zo hebben zes van de 14 kinderen (42.8%) vooruitgang geboekt en zijn er drie kinderen (31.4%) gelijk gebleven op het gebied van totale sociale acceptatie. Opvallend is dat vijf kinderen (35,7%) achteruit zijn gegaan op totale sociale acceptatie. Mogelijk zijn er naast fysieke activiteit nog andere factoren van invloed op de sociale acceptatie (Vannatta et al., 2009).

Verder lijkt het erop dat er een verschil is in de vooruitgang op sociale acceptatie kind en sociale acceptatie ouder. Zo is de vooruitgang op de score sociale acceptatie ouder bijna 10% hoger dan de vooruitgang op de score sociale acceptatie kind. Dit in tegenstelling tot de literatuur waaruit blijkt dat kind en ouder rapportages vaak sterk overeenkomen (Arseneault, Kim-Cohen, Taylor, Caspi, & Moffitt, 2005; Measelle, John, Ablow, Cowan, & Cowan, 2005).

Sterkte- en zwakteanalyse

Een mogelijke verklaring voor de gevonden resultaten is de grootte van de steekproef. In dit onderzoek is gebruik gemaakt van een kleine steekproef. Het gebruik van een kleine steekproef kan leiden tot het moeilijker vinden van een statistisch significante invloed (Fan, 2001).

Een mogelijke andere oorzaak is het plafondeffect. Op de T0 meting werd er door veel respondenten de hoogste score behaald. Hierdoor was het op de T1 meting niet mogelijk om hoger te scoren. Verder namen sommige participanten al enige tijd deel aan Monkey Moves lessen vóór de eerste meting. Mogelijk heeft het programma voorafgaand aan de eerste meting al invloed gehad op het globaal zelfbeeld en de sociale acceptatie van participanten. Deze mogelijke invloed komt niet naar voren in dit onderzoek.

Een positief aspect van dit onderzoek is het gebruik van de smile-o-meter bij het afnemen van de kind vragenlijst. Uit onderzoek is gebleken dat het gebruik van emoticons niet alleen leuk wordt gevonden, maar dat het ook de communicatie over intenties en vragen verbeterd (Huang, Yen, & Zhang, 2008). Een tweede positief aspect van dit kleinschalig onderzoek is de mogelijkheid om veranderingen op individueel niveau te bestuderen. Dit is niet mogelijk bij grootschalige studies. Tenslotte is er weinig onderzoek gedaan naar de invloed van interventies die gebruik maken van multisport. Hierdoor levert dit onderzoek een belangrijke bijdrage aan bestaande literatuur.

Conclusie

Na 10 weken Monkey Moves zijn er geen significante invloeden gevonden op het globaal zelfbeeld en de sociale acceptatie. De resultaten staan hiermee in contrast met het EXSEM-model en de gevonden literatuur. Beiden stellen dat meer fysieke activiteit een positieve invloed heeft op het globaal zelfbeeld en sociale acceptatie (Bailey, 2006; Biddle & Asare, 2011; Chase & Dummer, 1992; Daniels & Leaper, 2006; Ekeland et al., 2004; Lyu & Gill, 2012; Melnick et al., 1992; Sonstroem et al., 1994). Ondanks dat er geen significante invloed gevonden is, wordt er op individueel niveau op beide gebieden een vooruitgang geconstateerd. Gezien de kleine steekproef en het plafondeffect moeten deze resultaten echter voorzichtig geïnterpreteerd worden.

Indien er verder onderzoek gedaan wordt naar de invloed van Monkey Moves op het globaal zelfbeeld en de sociale acceptatie, is het van belang om gebruik te maken van een grotere steekproef. Om de invloed van beweeginterventies op het globaal zelfbeeld en de sociale acceptatie te vergroten, zouden deze in de toekomst meer teamsport of samenwerken binnen de interventie kunnen aanbieden. Daarnaast zou het vormen van kleinere groepen meer individuele begeleiding en het hebben van succeservaringen bevorderen.

Referenties

- Adler, P. A., Kless, S. J., & Adler, P. (1992). Socialization to gender roles: Popularity among elementary school boys and girls. *Sociology of Education*, *65*, 169-187. doi:10.2307/2112807
- Arnett, J. J. & Hughes, M. (2012). *Adolescence and emerging adulthood: A cultural approach*. London, UK: Pearson.
- Arseneault, L., Kim-Cohen, J., Taylor, A., Caspi, A., & Moffit, T. E. (2005). Psychometric evaluation of 5- and 7-year-old children's self-reports of conduct problems. *Journal of Abnormal Child Psychology*, *33*, 537-550. doi:10.1007/s10802-005-6736-5
- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of School Health*, *76*, 397-401. doi:10.1111/j.1746-1561.2006.00132.x
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, *4*, 1-44. doi:10.1111/1529-1006.01431
- Bergh, I. H., Bjelland, M., Grydeland, M., Lien, N., Andersen, L. F., Klepp, K. I., Ommundsen, Y. (2012). Mid-way and post-intervention effects on potential determinants of physical activity and sedentary behavior, results of the HEIA study: A multi-component school-based randomized trial. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, *9*, 63-76. doi:10.1186/1479-5868-9-63
- Biddle, S. J. H. & Asare, M. (2011). Physical activity and mental health in children and adolescents: A review of reviews. *British Journal of Sports Medicine*, *45*, 886-895. doi:10.1136/bjsports-2011-090185
- Boone, E. M. (2006). Game on: Diminishing risks for depressive symptom in early adolescence through positive involvement in team sports. *Research of Adolescence*, *16*, 79-90. doi:10.1111/j.1532-7795.2006.00122.x
- Brown, H., Hume, C., Pearson, N., & Salmon, J. (2013). A systematic review of intervention effects on potential mediators of children's physical activity. *BMC Public Health*, *13*, 165-175. doi:10.1186/1471-2458-13-165
- Chase, M. A. & Dummer, G. M. (1992). The role of sports as a social status determinant for children. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *63*, 418-424. doi:10.1080/02701367.1992.10608764
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. (2nd ed.). New York, USA: Lawrence Erlbaum Associates.
- Daniels, E. & Leaper, C. (2006). A longitudinal investigation of sport participation, peer acceptance, and self-esteem among adolescent girls and boys. *Sex Roles*, *55*, 875-880. doi:10.1007/s11199-006-9138-4

- Ekeland, E., Heian, F., Hagen, K. B., Abbott, J. M., & Nordheim, L. (2004). Exercise to improve self-esteem in children and young people. *The Cochrane Library*, 1, 1-35. doi:10.1002/14651858.CD003683.pub2.
- Fan, X. (2001). Statistical significance and effect size in education research: Two sides of a coin. *Journal of Educational Research*, 94, 275-282. doi:10.1080/00220670109598763
- Findlay, L. C. & Bowker, A. (2007). The link between competitive sport participation and self-concept in early adolescence: A consideration of gender in sport orientation. *Journal of Youth and Adolescence*, 38, 29-40. doi: 10.1007/s10964-007-9244-9
- Grusec, J. E. & Hastings, P. D. (2015). *Handbook of Socialization: Theory and research* (2nd ed.). New York, USA: The Guilford Press
- Hoeboer, J., Krijger-Hombergen, M., Savelsbergh, G., & de Vries, S. (2018). Reliability and concurrent validity of a motor skill competence test among 4- to 12- year old children. *Journal of Sports Sciences*, 14, 1607-1613. doi:10.1080/02640414.2017.1406296
- Hoeboer, J., Krijger, M., Savelsbergh, G., & de Vries, S. (2015). *Athletic Skills Beweegparcours: Motorische vaardigheid test voor kinderen van 4 – 12 jaar*. De Haagse Hogeschool: Lectoraat Gezonde Leefstijl in een Stimulerende Omgeving, 1-8
- Huang, A. H., Yen, D. C., & Zhang, X. (2008). Exploring the potential effects of emoticons. *Computers in Human Behavior*, 26, 889-895. doi:10.1016/j.chb.2010.02.003
- Janssen, I. & LeBlanc, A. G. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7, 1-16. doi:10.1186/1479-5868-7-40
- Kemper, H. C. G., Ooijendijk, W. T. M., & Stiggelbout, M. (2000). Consensus over de Nederlandse norm voor gezond bewegen. *TSG: Tijdschrift Voor Gezondheidswetenschappen*, 78, 180-183. Geraadpleegd op 30 maart 2018 van, <https://repository.tudelft.nl/view/tno/uuid:a8cab4a-e5d2-422e-aea9-449becabd5a4/>
- Kirkcaldy, B. D., Shephard, R. J., & Siefen, R. G. (2002). The relationship between physical activity and self-image and problem behavior among adolescents. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 37, 544-550. doi:10.1007/s00127-002-0554-7
- Lyu, M. & Gill, D. L. (2012). Perceived physical competence and body image as predictors of perceived peer acceptance in adolescents. *Asian Journal of Social Psychology*, 15, 37-48. doi:10.1111/j.1467-839X.2011.01360.x

- Mann, M., Hosman, C. M. H., Schaalma, H. P., & de Vries, N. K. (2004). Self-esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion. *Health Education Research, 19*, 357-372. doi:10.1093/her/cyg041
- Measelle, J. R., John, O. P., Ablow, J. C., Cowan, P. A., & Cowan, C. P. (2005). Can children provide coherent, stable and valid self-reports on the big five dimensions? A longitudinal study from ages 5 to 7. *Journal of Personality and Social Psychology, 89*, 90-106. doi: 10.1037/0022-3514.89.1.90
- Melnick, M. J., Sabo, D. F., & Vanfossen, B. (1992). Educational effects of interscholastic athletic participation on African-American and Hispanic youth. *Adolescence, 27*, 295-308. Geraadpleegd op 30 maart 2018, van <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1621561>
- Metcalf, B., Henley, W., & Wilkin, T. (2012). Effectiveness of intervention on physical activity of children: Systematic review and meta analysis of controlled trials with objectively measured outcomes. *British Medical Journal, 345*, 1-11. doi:10.1136/bmj.e5888
- Monkey Moves. (2018). Over Monkey Moves. Geraadpleegd op 3 april 2018, van <https://www.monkeymoves.nl/over-monkeymoves/>
- Monkey Moves. (2018). Science Lab. Geraadpleegd op 7 mei 2018, van <https://www.monkeymoves.nl/over-monkeymoves/science-lab/>
- Monkey Moves. (2018). Over ons. Geraadpleegd op 7 mei 2018, van <https://www.monkeymoves.nl/over-monkeymoves/>
- Schmidt, M., Blum, M., Valkanover, S., & Conzelmann, A. (2014). Motor ability and self-esteem: The mediating role of physical self-concept and perceived social acceptance. *Psychology of Sport and Exercise, 17*, 15-23. doi:10.1016/j.psychsport.2014.11.006
- Skinner, R. A. & Piek, S. J. P. (2001). Psychosocial implications of poor motor coordination in children and adolescents. *Human Movement Science, 20*, 73-94. doi:10.1016/S0167-9457(01)00029-X
- Slutzky, C. B. & Simpkins, S. D. (2009). The link between children's sport participation and self-esteem: Exploring the mediating role of sport self-concept. *Psychology of Sport and Exercise, 10*, 381-389. doi:10.1016/j.psychsport.2008.09.006
- Smith, A. L. (1999). Perceptions of peer relationships and physical activity participation in early adolescence. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 21*, 329-350. doi:10.1123/jsep.21.4.329
- Sonstroem, R. J., Harlow, L. L., & Josephs, L. (1994). Exercise and self-esteem: Validity of model expansion and exercise associations. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 16*, 29-42. doi:10.1123/jsep.16.1.29
- Stegeman, H. (2007). Effecten van sport en bewegen op school. Een literatuuronderzoek naar de relatie van fysieke activiteit met de cognitieve, affectieve en sociale

- ontwikkeling. Geraadpleegd op 28 maart 2018, van <https://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=156&m=1422882742&action=file.download>
- Trzesniewski, K. H., Donellan, M. B., Moffit, T. E., & Caspi, A. (2006). Low self-esteem during adolescence predicts poor health, criminal behavior, and limited economic prospects during adulthood. *Developmental Psychology, 42*, 381-390. doi:10.1037/0012-1649.42.2.381
- Trzesniewski, K. H., Donellan, M. B., & Robins, R. (2003). Stability of self-esteem across the life span. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*, 205-220. doi: 10.1037//0022-3514.84.1.205
- Vannatta, K., Gartstein, M. A., Zeller, M., & Noll, R. B. (2009). Peer acceptance and social behavior during childhood and adolescence: How important are appearance, athleticism, and academic competence? *International Journal of Behavioral Development, 33*, 303-311. doi:10.1177/0165025408101275
- Verman, J. W., Straathof, M. A. E., Treffers, D. A., Van den Bergh, B. R. H., & Ten Brink, L. T. (2004). *Competentiebelevingsschaal voor kinderen*. Amsterdam: Harcourt Test Publishers
- Wendel-Vos, G. C. W. (2015). Beweeg gedrag kinderen: voldoen aan NNGB, Fitnorm en Combinorm. Geraadpleegd op 30 maart 2018, van <https://www.volksgezondheidszorg.info/onderwerp/sport-en-bewegen/cijfers-context/huidige-situatie#node-beweeggedrag-kinderen>