

University of Groningen

## Physical activity, screen-based activities and their potential determinants

Kopčáková, Jaroslava

**IMPORTANT NOTE: You are advised to consult the publisher's version (publisher's PDF) if you wish to cite from it. Please check the document version below.**

*Document Version*

Publisher's PDF, also known as Version of record

*Publication date:*  
2018

[Link to publication in University of Groningen/UMCG research database](#)

*Citation for published version (APA):*

Kopčáková, J. (2018). *Physical activity, screen-based activities and their potential determinants: Active living during adolescence*. [Thesis fully internal (DIV), University of Groningen]. University of Groningen.

**Copyright**

Other than for strictly personal use, it is not permitted to download or to forward/distribute the text or part of it without the consent of the author(s) and/or copyright holder(s), unless the work is under an open content license (like Creative Commons).

The publication may also be distributed here under the terms of Article 25fa of the Dutch Copyright Act, indicated by the "Taverne" license. More information can be found on the University of Groningen website: <https://www.rug.nl/library/open-access/self-archiving-pure/taverne-amendment>.

**Take-down policy**

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

*Downloaded from the University of Groningen/UMCG research database (Pure): <http://www.rug.nl/research/portal>. For technical reasons the number of authors shown on this cover page is limited to 10 maximum.*

# Samenvatting

Gezond actief leven tijdens de adolescentie ondersteunt optimale gezondheid en groei van het individu. Fysieke activiteit en scherm-gebonden activiteiten zijn belangrijke aspecten van het gedrag van adolescenten. Weinig lichamelijke activiteit en veel scherm-gebonden activiteiten komen veel voor bij Slowaakse adolescenten. Echter, beide soorten gedrag sluiten elkaar niet, dat wil zeggen dat adolescenten ook fysiek actief kunnen zijn en tegelijkertijd ook veel scherm-gebonden bezig. Verder blijkt dat lichamelijke activiteit en schermgebruik in de adolescentie sterk kunnen samenhangen met een breed scala aan gezondheidsproblemen, hoewel deze samenhang tot op heden nog maar in een paar studies is onderzocht. Daarom was het algemene doel van dit proefschrift om de samenhang tussen de lichamelijke activiteit van de adolescenten en scherm-gebonden activiteiten te bepalen en na te gaan hoe gedragingen samenhangen met potentiële determinanten (bijvoorbeeld lichaamsbeeld, motieven voor lichamelijke activiteit, schoolomgeving, mate van verstedelijking, waargenomen activiteits-vriendelijke omgeving). Daarnaast verkent dit proefschrift de rol van geslacht, leeftijd en sociaal-economische status wat betreft deze samenhang.

In Hoofdstuk 1 wordt informatie gegeven over de belangrijkste theoretische constructen die een rol spelen in dit proefschrift - lichamelijke activiteit, schermgebruik - en op de samenhang van deze gedragingen met hun potentiële determinanten. Aan het eind van het hoofdstuk worden de theoretische achtergrond gepresenteerd, alsmede het algemene doel van het onderzoek, de onderzoeksvragen en de structuur van het proefschrift.

In Hoofdstuk 2 wordt een beschrijving gegeven van de vijf steekproeven die in dit proefschrift worden gebruikt. Ook geeft het hoofdstuk informatie over de opzet van het onderzoek en over de gebruikte meetinstrumenten en statistische analyses.

In Hoofdstuk 3 wordt ingegaan op de samenhang tussen lichaamsbeeld en lichamelijke activiteit van adolescenten en op de vraag of geslacht deze samenhang beïnvloedt. We vonden dat adolescenten met een negatief lichaamsbeeld vaak minder lichamenlijk actief zijn dan anderen, en dat jongens vaker voldoende lichamenlijk actief zijn. Bij meisjes hangt een negatief lichaamsbeeld niet samen met hun lichamenlijke activiteit, terwijl bij jongens een negatief lichaamsbeeld samenhangt met een lagere kans om het aanbevolen niveau van matige tot krachtige fysieke activiteit te bereiken.

In Hoofdstuk 4 wordt de samenhang onderzocht tussen de motieven voor lichamenlijke activiteit en het niveau van lichamenlijke activiteit in de

adolescentie en de mate waarin dit verschilt tussen jongens en meisjes. We vonden dat de samenhang tussen motieven voor lichamelijke activiteit (sociale motieven, gezondheidsmotieven, motieven om een 'goed kind' te zijn, en prestatie-motieven) en het niveau van lichamelijke activiteit enigszins verschilt per geslacht. Motieven om een 'goed kind' te zijn en prestatie-motieven hangen zowel bij jongens als bij meisjes samen met het niveau van lichamelijke activiteit. Gezondheids-motieven hingen alleen bij jongens samen met voldoende fysieke activiteit, en sociale motieven alleen bij meisjes.

In Hoofdstuk 5 wordt de test-hertest betrouwbaarheid onderzocht van de vragen aan adolescenten over motieven voor het lichamelijke actief zijn uit de Health Behaviour of School-aged Children (HBSC) vragenlijst, en of deze betrouwbaarheid verschilt naar geslacht, leeftijdsgroep en land. We vonden voor de meeste van deze motieven een matige overeenstemming in de hele steekproef, ook bij stratificatie naar geslacht, leeftijdsgroep en land. Na dichotomisatie van de items vonden we matige test-hertest correlatiecoëfficiënten voor bijna alle onderzochte items, zoals "plezier hebben"; "goed zijn in sporten"; "winnen"; "om mijn vrienden te zien"; "in goede conditie komen"; "er goed uitzien"; "om mijn ouders een plezier te doen"; "cool zijn"; "om mijn gewicht te controleren" en "het is spannend". De enige uitzonderingen waren drie motieven die zwakke of triviale correlaties hadden.

In Hoofdstuk 6 wordt nagegaan of de toegankelijkheid van sportfaciliteiten op school, actieve pauzes en de mate van verstedelijking samenhangen houden met de lichamelijke activiteit en het schermgebruik van adolescenten, en of deze samenhang wordt beïnvloed door de mate van verstedelijking. We vonden significante verbanden tussen de lichamelijke activiteit van adolescenten en de mate waarin scholen een terrein voor schaatsen of een tennisbaan hadden of actieve pauzes. Verder vonden we dat adolescenten in kleine en grotere steden vaker schermgebonden activiteiten ondernamen dan die in dorpen. De samenhang van lichamelijke activiteit met de toegankelijkheid van sportfaciliteiten op school en actieve pauzes en fysieke activiteiten en schermgebonden activiteiten werd niet beïnvloed door de mate van verstedelijking, en dat was ook niet het geval voor schermgebruik.

In Hoofdstuk 7 wordt de samenhang onderzocht tussen de mate waarin de omgeving wordt beschouwd als 'vriendelijk voor activiteiten' en lichamelijke activiteit en schermgebruik van adolescenten. We vonden dat als de omgeving gezien werd als 'vriendelijker voor activiteiten' de kans significant hoger was dat adolescenten de aanbevelingen voor fysieke activiteit zouden halen in alle vier Europese landen die werden bestudeerd: Tsjechië, Slowakije, Polen en Duitsland. Verder vonden we dat als de omgeving werd gezien als 'vriendelijker voor activiteiten' de kans significant lager was dat adolescenten overmatig schermgebruik

hadden , in alle vier Europese landen die werden onderzocht.

In Hoofdstuk 8 wordt een samenvatting gegeven en worden de belangrijkste bevindingen besproken in samenhang met de beschikbare kennis. We vonden dat adolescenten relatief weinig lichamelijke activiteit rapporteren en nogal veel schermgebruik. Deze gedragingen hingen samen met potentiële determinanten op verschillende niveaus van het sociaal-ecologisch model. Wat betreft het intrapersonlijke niveau van dit model vonden wij dat geslacht de samenhang bepaalde met lichaamsbeeld en motieven voor fysieke activiteit. Wat betreft het niveau van de waargenomen omgeving vonden wij een positieve samenhang voor de perceptie van de omgeving als 'vriendelijk voor activiteiten'. Wat betreft het niveau van de context van het gedrag betrof dit de mate van verstedelijking, de mate van toegang tot sommige sportfaciliteiten en actieve pauzes van belang waren.

Bovendien worden in Hoofdstuk 8 de sterkten en beperkingen van het onderzoek besproken en de implicaties van de bevindingen voor praktijk en beleid, en voor verder onderzoek. Onze bevindingen laten zien dat we determinanten van lichamelijke activiteit en schermgebruik van adolescenten nog beter moeten gaan begrijpen. Dit begrip kan aanzienlijk bijdragen aan versterking van preventieve interventies. Preventieve strategieën zouden meerdere niveaus moeten omvatten, zoals intrapersonlijke kenmerken, de gepercipieerde omgeving en de context van het gedrag (vooral de school). Bovendien laten uit onze bevindingen zien dat het ecologisch model van actief leven een nuttig theoretisch kader geeft voor onderzoek naar determinanten van lichamelijke activiteit en schermgebruik. Onze bevindingen suggereren verder dat adolescenten tegelijkertijd lichamelijk actief en sedentair kunnen zijn, en dat verschillende benaderingen het best kunnen worden gecombineerd om te bereiken dat adolescenten in actief leven investeren. Door deze relatief nieuwe uitdagingen adequaat aan te pakken, kan veel worden bereikt voor de gezondheid van adolescenten.

**JAROSLAVA KOPČÁKOVÁ**