

Preventie en Zorg
Wassenaarseweg 56
Postbus 2215
2301 CE Leiden

www.tno.nl

T +31 71 518 18 18
info-zorg@tno.nl

TNO-rapport

KvL/GB 2009.100

Lage SES mannen en voorbeeldgedrag

Datum	November 2009
Auteur(s)	JD Slinger NMC van Kesteren MW Verheijden
Opdrachtgever	Voedingscentrum
Projectnummer	031.20178
Aantal pagina's	13 (incl. bijlagen)

Alle rechten voorbehouden. Niets uit dit rapport mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van TNO.

Indien dit rapport in opdracht werd uitgebracht, wordt voor de rechten en verplichtingen van opdrachtgever en opdrachtnemer verwezen naar de Algemene Voorwaarden voor onderzoeksopdrachten aan TNO, dan wel de betreffende terzake tussen de partijen gesloten overeenkomst.

Het ter inzage geven van het TNO-rapport aan direct belanghebbenden is toegestaan.

Inhoudsopgave

1	Achtergrond	3
2	Methoden	4
3	Resultaten	5
4	Mogelijke implicaties voor interventieontwikkeling.....	11
4.1	Ondersteunen van mannen met intentie tot voorbeeldgedrag	11
4.2	Overtuigen van mannen voorbeeldrol op zich te nemen.....	12
5	Slotopmerkingen	13

1 Achtergrond

Ouders spelen een rol in de beïnvloeding van het gedrag van hun kinderen. Dit geldt ook op het gebied van gezondheidsgedrag en aandacht voor een gezond gewicht. Aangezien kan worden verwacht dat mannen met een lage Sociaal Economische Status anders omgaan met deze voorbeeldrol dan andere groepen uit de samenleving wil de Stichting Voedingscentrum zich in hun communicatie specifiek op deze doelgroep richten. Hiertoe is meer achtergrond informatie nodig over de bereidheid van mannen met een lage Sociaal Economische Status het goede voorbeeld te geven aan hun kinderen als het gaat om gezond gewicht. Om deze informatie te verkrijgen is secundaire data analyse uitgevoerd op data die zijn voortgekomen uit de Monitor Gezond Gewicht. De resultaten hiervan worden in dit rapport gepresenteerd.

De onderzoeksvragen die in dit rapport worden beantwoord zijn:

Wat zijn de kenmerken van lage SES mannen die samenhangen met;

- a. Het NU geven van een positief antwoord op de stelling: ‘Als ik zelf let op de balans tussen eten en bewegen is de kans groter dan mijn kind(eren) dat ook doet/doen’ (Deze variabele noemen we ‘Bewustzijn van voorbeeldgedrag’).
- b. Het NU geven van een positief antwoord op de vraag: ‘Bent u van plan om het komende jaar uw kind(eren) het goede voorbeeld te geven door te letten op de balans tussen eten en bewegen’ (Deze variabele noemen we ‘Intentie tot voorbeeldgedrag’).

2 Methoden

In de resultaten sectie zijn eerst de frequentie van positieve (ja) en negatieve (nee) beantwoording van bovenstaande vragen gepresenteerd. In de ja-groep zitten de mannen die de bovenstaande vragen met 'waarschijnlijk wel' of 'zeker wel' hebben beantwoord. De mensen die hebben geantwoord met 'zeker niet', 'waarschijnlijk niet' of 'misschien wel/misschien niet' worden samengenomen tot de groep die 'nee' heeft geantwoord. De groep mannen die 'misschien wel/misschien niet' heeft geantwoord worden dus ook in de 'nee' groep geplaatst. Dit omdat wanneer er wordt getwijfeld over het voorbeeldgedrag we ervan uitgaan dat het gedrag eerder niet dan wel zal worden uitgevoerd, gezien de complexe aard van het gedrag.

Vervolgens worden voor beide uitkomstmaten logistische regressieanalyses uitgevoerd. In deze analyses wordt gekeken of en in welke mate het bewustzijn en de intentie ten aanzien van voorbeeldgedrag samenhangen met onderstaande kenmerken;

- Gewichtskkenmerken: BMI, gewichtshistorie, verwacht gewicht in de toekomst, risicoperceptie t.a.v. gewichtsstijging
- Energiebalans: kennis, persoonlijke relevantie, attitude, eigen effectiviteitverwachting, sociale steun, intentie, energiebalansgedrag
- Letten op wat en hoeveel je eet: eetgedrag
- Nederlandse Norm Gezond Bewegen: beweeggedrag
- Compenseren: gebruik van balansdag of andere compensatiemethoden
- Campagnekenmerken: blootstelling aan tv-spots

De logistische regressie analyses werden op volgende drie manieren uitgevoerd:

1. Univariate analyse. Dit wil zeggen dat slechts één mogelijk samenhangende variabele tegelijk wordt getest in een model. Dit om een beeld te krijgen van de samenhang met individuele variabelen
2. Multivariate analyses. In deze analyse worden alle mogelijk samenhangende variabelen tegelijk in een model getest. Dit om te onderzoeken hoe de variabelen samenhangen met de uitkomstmaten wanneer wordt gecorrigeerd voor alle andere variabelen. Voor elke variabele wordt vervolgens weer een Odds Ratio en een bijbehorend betrouwbaarheidsinterval gepresenteerd.
3. Multivariate analyse met alleen de significante factoren. In deze vorm van analyse worden modellen gepresenteerd waarin in eerste instantie alle mogelijk samenhangende variabelen werden ingevoerd. Vervolgens worden de variabelen die na stapsgewijze logistische regressieanalyses significant bleken gepresenteerd. In dit model worden dus de niet significante variabelen uitgesloten, zodat een model overblijft met alleen maar relevante variabelen. Dit laatste, uiteindelijke, model is ook het model waarop de conclusies worden gebaseerd.

De data zijn verkregen op twee verschillende meetmomenten, namelijk in de derde en vierde meetronde van de Monitor Gezond Gewicht. Om te corrigeren voor mogelijke verschillen tussen deze meetmomenten wordt in elke regressieanalyse gecorrigeerd voor meetmoment.

3 Resultaten

Voor dit onderzoek waren gegevens beschikbaar van 221 mannen met één of meerdere kinderen. In de analyses zal de groep die (één van) de uitkomstmaten niet heeft beantwoord buiten beschouwing worden gelaten (n=8). De totale onderzoeksgroep komt daarmee op 213 personen. Deze mannen zijn geselecteerd op een lage sociaal economische status (SES). Deze status is in dit onderzoek geoperationaliseerd als het maximaal hebben afgerond van een MBO opleiding of lager. Van deze groep mannen hebben 149 mannen alleen thuiswonende kinderen, 39 alleen uitwonende kinderen en 33 heeft thuis- en uitwonende kinderen. Bij 48% van de mannen zijn de gegevens verzameld op meetmoment 3 en bij 52% op meetmoment 4 van de Monitor Gezond Gewicht.

De frequentie van antwoorden op de vragen die als uitkomstmaten van dit onderzoek dienen zijn als volgt:

	Als ik zelf let op de balans tussen eten en bewegen is de kans groter dat mijn kind(eren) dat ook doet/doen.	Bent u van plan om het komende jaar uw kind(eren) het goede voorbeeld te geven door te letten op de balans tussen eten en bewegen?
	Percentage	Percentage
Nee	44	42
<i>Zeker niet</i>	6	2
<i>Waarschijnlijk niet</i>	11	15
<i>Misschien wel/ misschien niet</i>	27	25
Ja	56	58
<i>Waarschijnlijk wel</i>	42	36
<i>Zeker wel</i>	14	22
Totaal	100	100

Logistische regressie 1

In de onderstaande tabel zijn de resultaten van de logische regressie analyse weergegeven. De afhankelijke variabele is hier het positief of negatief beantwoorden van de volgende vraag: 'Als ik zelf let op de balans tussen eten en bewegen is de kans groter dat mijn kind(eren) dat ook doet/doen'. Eerst wordt het percentage van de mannen in deze groepen positief antwoordt op de betreffende uitkomstmaat gepresenteerd. Hierbij worden ook de Odds Ratio en het bijbehorende 95%-betrouwbaarheidsinterval gepresenteerd.

Tabel 1 Bewustzijn voorbeeldgedrag

		Kenmerken die samenhangen met het antwoord op de stelling 'als ik zelf let op de balans tussen eten en bewegen is de kans groter dan mijn kind(eren) dat ook doet/doen'. * ¹						
		% pos. antw. op vraag	Univariaat Model* ²		Multivariaat Model* ³		Uiteindelijk model* ⁴	
			OR	95%-BI	OR	95%-BI	OR	95%-BI
Situatie kinderen								
Thuiswonend (n=145)	59	-	-	-	-	-	-	-
Thuis- en uitwonend (n=33)	58	0.92	0.43 – 1.98	1.22	0.49 – 3.04	0.97	0.42 – 2.25	
Uitwonend (n=35)	43	0.51	0.24 – 1.08	0.37	0.14 – 0.94	0.40	0.17 – 0.94	
Gewichtsklasse								
Normaal gewicht (n=79)	58	-	-	-	-	-	-	-
Overgewicht (n=96)	54	0.86	0.47 – 1.58	0.82	0.36 – 1.86	-	-	-
Obesitas (n=38)	58	1.00	0.46 – 2.19	1.17	0.32 – 4.25	-	-	-
Gewichtshistorie								
Constant gewicht (n=139)	59	-	-	-	-	-	-	-
Afgevallen (n=16)* ⁶	50	0.74	0.26 – 2.07	0.32	0.09 – 1.18	-	-	-
Aangekomen (n=40)	55	0.88	0.43 – 1.78	0.99	0.39 – 2.54	-	-	-
Variabel gewicht (n=12)* ⁶	50	0.77	0.24 – 2.53	0.69	0.14 – 3.40	-	-	-
Verwacht gewicht in toekomst								
Zelfde gewicht (n=117)	56	-	-	-	-	-	-	-
Lichter dan nu (n=62)	60	1.16	0.62 – 2.17	1.13	0.48 – 2.67	-	-	-
Zwaarder dan nu (n=34)	50	0.75	0.35 – 1.63	0.60	0.22 – 1.62	-	-	-
Risicoperceptie gewichtstoename								
Zelfde als anderen (n=128)	52	-	-	-	-	-	-	-
Kleiner dan anderen (n=46)	65	1.69	0.83 – 3.43	2.00	0.84 – 4.76	-	-	-
Groter dan anderen (n=39)	62	1.48	0.71 – 3.08	1.82	0.66 – 5.04	-	-	-
Energiebalans								
Attitude indirect* ⁵ (n=213)	Nvt	1.20	0.96 – 1.50	1.12	0.82 – 1.53	-	-	-
Attitude direct* ⁵ (n=213)	Nvt	1.17	0.87 – 1.56	0.96	0.64 – 1.43	-	-	-
Sociale invloed (mening) (n=213)	Nvt	1.20	0.94 – 1.53	1.17	0.82 – 1.67	-	-	-
Sociale invloed (steun) (n=213)	Nvt	1.30	1.02 – 1.65	1.25	0.93 – 1.66	1.30	1.00 – 1.69	
Sociale invloed (gedrag) (n=213)	Nvt	1.59	1.19 – 2.11	1.58	1.09 – 2.29	1.62	1.17 – 2.24	
Eigen effectiviteitsverwachting (n=213)	Nvt	1.59	1.18 – 2.15	1.72	1.12 – 2.63	1.62	1.17 – 2.25	
Intentie (n=213)	nvt	1.24	1.00 – 1.55	0.85	0.58 – 1.27	-	-	-
Eetgedrag								
Letten op wat wordt gegeten (n=213)	nvt	1.05	0.95 – 1.17	0.96	0.79 – 1.16	-	-	-
Letten op hoeveel wordt gegeten (n=213)	Nvt	1.08	0.98 – 1.20	1.08	0.89 – 1.32	-	-	-
Beweeggedrag								
Voldoen niet aan NNGB (n=130)	56.5	-	-	-	-	-	-	-
Voldoen wel aan NNGB (n=83)	55.4	0.94	0.54 – 1.64	0.77	0.39 – 1.54	-	-	-
Overeten								
Nooit (n=48)	58	-	-	-	-	-	-	-
1 – 11 x per jaar (n=69)	46	0.62	.29 – 1.30	0.37	0.41 – 0.95	0.4	0.18 – 0.97	
1 – 3 x per maand (n=48)	71	1.71	.73 – 4.00	1.44	0.47 – 4.43	1.5	0.63 – 4.07	
1 of meer x per week (n=48)	54	0.84	.37 – 1.88	0.43	0.15 – 1.30	0.5	0.23 – 1.42	
Compenseren met Balansdag								
Nooit (n=151)	54	-	-	-	-	-	-	-
1 – 11 x per jaar (n=28)	50	0.85	0.38 – 1.91	0.73	0.27 – 2.02	-	-	-
1 – 3 x per maand (n=22)* ⁶	77	3.02	1.06 – 8.63	1.84	0.54 – 6.24	-	-	-
1 of meer x per week (n=12)* ⁶	67	1.72	.50 – 5.98	1.25	0.26 – 6.10	-	-	-
Compenseren anders								
Nooit/zelden (n=139)	53	-	-	-	-	-	-	-
Soms (n=59)	63	1.47	0.79 – 2.75	1.75	0.73 – 4.20	-	-	-
Meestal/altijd (n=15)* ⁶	60	1.32	0.45 – 3.92	1.34	0.31 – 5.74	-	-	-

	Kenmerken die samenhangen met het antwoord op de stelling 'als ik zelf let op de balans tussen eten en bewegen is de kans groter dan mijn kind(eren) dat ook doet/doen'. *1							
	% pos. antw. op vraag	Univariaat Model*2		Multivariaat Model*3		Uiteindelijk model*4		
Kennis van Tv spot								
Nee (n=89)	56	-	-	-	-	-	-	
Ja (n=124)	61	1.27	0.56 – 2.86	2.00	0.73 – 5.50	-	-	

*1 Statistisch significante ($p < 0.05$) uitkomsten wordt vetgedrukt weergegeven

*2 In dit model wordt één mogelijk samenhangende variabele tegelijk getest. Er wordt gecorrigeerd voor meetmoment.

*3 In dit model worden alle mogelijk samenhangende variabelen tegelijk getest. Er wordt gecorrigeerd voor meetmoment.

*4 In dit model worden alleen de significante variabelen getest. Er wordt gecorrigeerd voor meetmoment.

*5 Directe attitude vraagt naar hoe belangrijk de mannen het vinden te letten op de balans tussen eten en bewegen.

Indirecte attitude vraagt of mannen zich fitter en prettiger voelen als wordt gelet op de balans tussen eten en bewegen.

*6 Resultaten die zijn gebaseerd op kleine groepen moeten met voorzichtigheid worden geïnterpreteerd.

In de bovenstaande tabel is te zien dat wanneer wordt gekeken naar de ongecorrigeerde effecten dat mensen die meer sociale steun ervaren met betrekking tot het behoud van de energiebalans vaker positief antwoorden op de vraag of hun balansgedrag invloed kan hebben op het gedrag van hun kinderen. Ditzelfde geldt ook voor mensen die een sociale omgeving hebben die let op de energiebalans en mensen die er vertrouwen in hebben zelf op hun energiebalans te kunnen toezien.

Ook mensen die aangeven 1 tot 3 x per maand een balansdag toe te passen zijn positiever over het bewustzijn van voorbeeldgedrag dan mensen die de balansdag met een andere frequentie toepassen.

Significante ongecorrigeerde samenhang met Bewustzijn Voorbeeldgedrag

- Sociale steun ervaren m.b.t. behoud energiebalans
- Sociale omgeving die energiebalans behoudt
- Eigen effectiviteitverwachting m.b.t. behoud energiebalans
- 1 – 3 x per maand balansdag toepassen

Wanneer alle variabelen samen worden getest in één model blijken weer de groep die aangeeft een sociale omgeving te hebben waarin de energiebalans een rol speelt en de groep die vertrouwen heeft in het eigen kunnen de energiebalans te handhaven deze vraag vaker positief te beantwoorden. Daarnaast komt nu naar voren dat de groep die aangeeft 1 tot 11 keer per jaar te veel te eten en/of drinken minder vaak positief antwoord op de vraag.

Significante samenhang met Bewustzijn Voorbeeldgedrag in multivariaat model

- Sociale omgeving die energiebalans behoudt
- Eigen effectiviteitverwachting m.b.t. behoud energiebalans
- 1- 11 x per jaar te veel eten en/of drinken

In het laatste model, waarin alleen die variabelen worden opgenomen die een significante samenhang vertonen met de afhankelijke variabele, blijken mannen die alleen uitwonende kinderen hebben minder vaak te antwoorden dat hun gedrag invloed kan hebben op hun kinderen dan mannen met thuiswonende kinderen. Ook blijken de steun vanuit de sociale omgeving, het gedrag van de sociale omgeving en de eigen effectiviteitverwachting geassocieerd te zijn met een hogere kans zich bewust te zijn van hun voorbeeldrol. Ook de frequentie van overeten van 1 tot 11 keer per jaar blijkt in dit model significant samen te hangen met het bewustzijn van het voorbeeldgedrag

Significante samenhang met Bewustzijn Voorbeeldgedrag in uiteindelijk model

- Woonsituatie kinderen (thuis- of uitwonend)
- Sociale steun ervaren m.b.t. behoud energiebalans
- Sociale omgeving die energiebalans behoudt
- Eigen effectiviteitverwachting m.b.t. behoud energiebalans
- 1 – 11 x per jaar te veel eten en/of drinken

Logistische regressie 2

In de onderstaande tabel zijn de resultaten van de tweede serie logische regressie analyses weergegeven. De afhankelijke variabele is hier het positief of negatief beantwoorden van de volgende vraag: 'Bent u van plan om het komende jaar uw kind(eren) het goede voorbeeld te geven door te letten op de balans tussen eten en bewegen'. Wederom wordt eerst het percentage van de mannen in deze groepen positief antwoordt op de betreffende uitkomstmaat gepresenteerd. Hierbij worden ook de Odds Ratio en het bijbehorende 95%-betrouwbaarheidsinterval gepresenteerd.

Tabel 2 Intentie voorbeeldgedrag

	Kenmerken die samenhangen met het antwoord op de vraag 'bent u van plan om het komende jaar uw kind(eren) het goede voorbeeld te geven door te letten op de balans tussen eten en bewegen'. *1						
	% pos. antw. op vraag	Univariaat Model*2		Multivariaat Model*3		Uiteindelijk model*4	
		OR	95%-BI	OR	95%-BI		
Situatie kinderen							
Thuiswonend (n=145)	60	-	-	-	-	-	-
Thuis- en uitwonend (n=33)	61	1.01	0.47 – 2.20	1.42	0.42 – 4.73	1.17	0.40 – 3.37
Uitwonend (n=35)	49	0.63	0.30 – 1.32	0.21	0.07 – 0.69	0.36	0.14 – 0.94
Gewichtsklasse							
Normaal gewicht (n=79)	58	-	-	-	-	-	-
Overgewicht (n=96)	54	1.08	0.59 – 1.98	0.74	0.27 – 2.01	-	-
Obesitas (n=38)	58	1.18	0.53 – 2.59	0.61	0.13 – 2.89	-	-
Gewichtshistorie							
Constant gewicht (n=139)	60	-	-	-	-	-	-
Afgevallen (n=11)*6	69	1.58	0.52 – 4.81	0.23	0.04 – 1.41	-	-
Aangekomen (n=40)	50	0.69	0.34 – 1.41	0.45	0.15 – 1.42	-	-
Variabel gewicht (n=12)*6	67	1.53	0.44 – 5.36	0.97	0.11 – 8.49	-	-
Verwacht gewicht in toekomst							
Zelfde gewicht (n=117)	50	-	-	-	-	-	-
Lichter dan nu (n=62)	76	3.26	1.64 – 6.49	5.36	1.76 – 16.34	2.82	1.19 – 6.69
Zwaarder dan nu (n=34)	56	1.26	0.58 – 2.72	0.86	0.26 – 2.78	0.89	0.34 – 2.34
Risicoperceptie gewichtstoename							
Zelfde als anderen (n=129)	55	-	-	-	-	-	-
Kleiner dan anderen (n=46)	67	1.64	0.80 – 3.36	2.14	0.70 – 6.53	-	-
Groter dan anderen (n=39)	58	1.17	0.56 – 2.42	0.70	0.21 – 2.39	-	-
Energiebalans							
Attitude indirect*5 (n=213)	Nvt	1.75	1.35 – 2.27	1.28	0.88 – 1.86	1.39	1.01 – 1.91
Attitude direct*5 (n=213)	Nvt	1.75	1.27 – 2.40	1.53	0.92 – 2.56	-	-
Sociale invloed (mening) (n=213)	Nvt	1.14	0.89 – 1.45	0.91	0.59 – 1.43	-	-
Sociale invloed (steun) (n=213)	Nvt	1.02	0.81 – 1.28	1.26	0.89 – 1.79	-	-
Sociale invloed (gedrag) (n=213)	Nvt	1.35	1.02 – 1.79	0.85	0.54 – 1.34	-	-
Eigen effectiviteitsverwachting (n=213)	Nvt	2.76	1.92 – 3.97	1.64	1.00 – 2.69	1.98	1.29 – 3.05
Intentie (n=213)	nvt	2.84	2.08 – 3.87	2.47	1.46 – 4.20	2.31	1.62 – 3.29
Eetgedrag							
Letten op wat wordt gegeten (n=213)	nvt	1.23	1.10 – 1.37	0.94	0.74 – 1.18	-	-

	Kenmerken die samenhangen met het antwoord op de vraag 'bent u van plan om het komende jaar uw kind(eren) het goede voorbeeld te geven door te letten op de balans tussen eten en bewegen'. *¹						
	% pos. antw. op vraag	Univariaat Model*²	Multivariaat Model*³	Uiteindelijk model*⁴			
Letten op hoeveel wordt gegeten (n=213)	Nvt	1.33	1.19 – 1.47	1.18	0.93 – 1.50	-	-
Beweeggedrag							
Voldoen niet aan NNGB (n=130)	57	-	-	-	-	-	-
Voldoen wel aan NNGB (n=83)	60	1.15	0.65 – 2.01	0.99	0.42 – 2.33	-	-
Overeten							
Nooit (n=48)	46	-	-	-	-	-	-
1 – 11 x per jaar (n=69)	51	1.22	0.58 – 2.55	0.39	0.12 – 1.27	-	-
1 – 3 x per maand (n=48)	69	2.57	1.11 – 5.992	0.69	0.19 – 2.55	-	-
1 of meer x per week (n=48)	71	2.87	1.23 – 6.67	1.01	0.24 – 4.25	-	-
Compenseren met Balansdag							
Nooit (n=151)	51	-	-	-	-	-	-
1 – 11 x per jaar (n=28)	68	2.00	0.85 – 4.71	1.34	0.40 – 4.49	-	-
1 – 3 x per maand (n=22)* ⁶	86	6.27	1.78– 22.17	3.39	0.67 - 17.23	-	-
1 of meer x per week (n=12)* ⁶	75	2.88	0.75 – 11.09	3.19	0.42 – 24.18	-	-
Compenseren anders							
Nooit/zelden (n=139)	52	-	-	-	-	-	-
Soms (n=59)	66	1.81	0.96 – 3.42	1.01	0.36 – 2.81	-	-
Meestal/altijd (n=15)* ⁶	87	6.11	1.33 – 28.14	2.69	0.35 – 20.83	-	-
Kennis van Tv spot							
Nee (n=65)	57	-	-	-	-	-	-
Ja (n=148)	64	1.38	0.60 – 3.17	1.25	0.34 – 4.58	-	-

*¹ Statistisch significante (p<0.05) uitkomsten wordt vetgedrukt weergegeven

*² In dit model wordt één mogelijk samenhangende variabele tegelijk getest. Er wordt gecorrigeerd voor meetmoment.

*³ In dit model worden alle mogelijk samenhangende variabelen tegelijk getest. Er wordt gecorrigeerd voor meetmoment.

*⁴ In dit model worden alleen de significante variabelen getest. Er wordt gecorrigeerd voor meetmoment.

*⁵ Directe attitude vraagt naar hoe belangrijk de mannen het vinden te letten op de balans tussen eten en bewegen. Indirecte attitude vraagt of mannen zich fitter en prettiger voelen als wordt gelet op de balans tussen eten en bewegen.

*⁶ Resultaten die zijn gebaseerd op kleine groepen moeten met voorzichtigheid worden geïnterpreteerd.

In de bovenstaande tabel is te zien dat wanneer wordt gekeken naar de ongecorrigeerde effecten dat de mannen die verwachten de komende tijd af te vallen ook vaker positief antwoorden op de vraag of ze het goede voorbeeld willen geven aan hun kinderen door te letten op de balans tussen eten en bewegen dan mannen die verwachten een gelijkblijvend of stijgend gewicht te hebben. Er wordt ook vaker positief geantwoord door mensen die hoger scoren op de attitude ten opzichte van de energiebalans, een sociale omgeving hebben die meer bezig is met de energiebalans, een sterkere overtuiging hebben van hun kunnen de energiebalans te handhaven en ook daadwerkelijk de intentie hebben dit te doen. Daarnaast geven ook mensen die vaker zeggen te veel te eten en/of drinken, 1 tot 3 keer per maand een balansdag te houden en meestal/altijd te compenseren na een dag waarop te veel is gegeten vaker een positief antwoord dan mannen die een andere frequentie aangeven.

Significante ongecorrigeerde samenhang met Intentie Voorbeeldgedrag

- Verwacht gewicht in de toekomst
- Directe en indirecte attitude t.o.v. energiebalans
- Sociale omgeving die energiebalans behoudt
- Hogere eigen effectiviteitverwachting m.b.t. behoud energiebalans
- Frequentie van overeten
- 1 – 3 x per maand balansdag toepassen
- Compensatiegedrag na overeten

Wanneer alle variabelen samen worden getest in één model blijkt de groep vaders met uitwonende kinderen vaker negatief en de mannen die aangeven in de toekomst te zullen afvallen en een grotere intentie hebben de energiebalans te behouden vaker een positief antwoord te geven op de vraag over de intentie van voorbeeldgedrag.

Significante samenhang met Intentie Voorbeeldgedrag in multivariaat model

- Woonsituatie kinderen (thuis- of uitwonend)
- Verwacht gewicht in toekomst
- Intentie behoud energiebalans

In het laatste model, waarin alleen de variabelen worden opgenomen die een significante samenhang vertonen met de afhankelijke variabele, blijken mannen die alleen uitwonende kinderen hebben minder vaak te antwoorden een voorbeeldrol te willen nemen voor hun kinderen dan mannen met thuiswonende kinderen. Daarnaast wordt positiever gescoord op de vraag door mannen die denken te gaan afvallen, mannen die een positievere attitude hebben ten opzichte van de energiebalans, mannen die meer vertrouwen hebben in het eigen kunnen de energiebalans te handhaven en die mannen die de intentie hebben de energiebalans te handhaven.

Significante samenhang met Intentie Voorbeeldgedrag in uiteindelijk model

- Woonsituatie kinderen (thuis- of uitwonend)
- Verwacht gewicht in toekomst
- Indirecte attitude t.o.v. energiebalans
- Eigen effectiviteitverwachting m.b.t. behoud energiebalans
- Intentie energiebalans te behouden

4 Mogelijke implicaties voor interventieontwikkeling

Graag willen we een aantal suggesties doen voor mogelijke interventies binnen de beschreven doelgroep. Hierbij willen we eerst stil staan bij de twee besproken uitkomstmaten. Uit de resultaten blijkt dat 56% van de respondenten zich bewust is van de voorbeeldrol die ze hebben richting hun kinderen en dat 58% de intentie heeft deze voorbeeldrol op zich te nemen. Naast het bevorderen van de intentie het goede voorbeeld te geven met betrekking tot gezonde voeding en gezond bewegen, lijkt het verhogen van het bewustzijn van deze voorbeeldrol ook van belang. Immers, ruim 2 op de 5 mannen schat deze rol niet goed in. Wanneer de uitwerking echter plaats zal vinden aan de hand van een (op maat gesneden) programma via het internet, kan de keuze vooral te concentreren op bewustzijn of intentie ook individueel worden bepaald. In een dergelijk programma zouden beide doelen zelfs aansluitend aan elkaar een plaats kunnen krijgen.

Het Voedingscentrum heeft aangegeven zich in eerste instantie te willen richten op het ondersteunen van mannen die al aangeven de intentie te hebben een voorbeeldrol te willen spelen voor hun kinderen. Aanvullend zou het Voedingscentrum zich erop kunnen richten om mannen die nu deze intentie niet hebben te overtuigen ook een voorbeeldrol op zich te nemen. Hieronder worden voor beide doelstellingen suggesties gedaan voor interventieontwikkeling.

4.1 Ondersteunen van mannen met intentie tot voorbeeldgedrag

Deze aanbevelingen beperken zich tot de groep mannen die aangeeft de intentie te hebben een voorbeeldrol op zich te nemen met betrekking tot gezond eten en bewegen. Het is bekend dat de overgang van een intentie hebben tot het implementeren van gedrag een grote stap kan zijn. In de ondersteuning van mannen in het omzetten van intentie in gedrag is het van belang om: 1) mannen hun eigen gedrag te laten observeren of te laten monitoren (zelf-observatie); 2) mannen hun eigen gedrag te laten evalueren en te laten vergelijken met een persoonlijke standaard of met een bepaalde richtlijn (zelf-evaluatie); en 3) mannen hun eigen gedrag te laten corrigeren (zelf-bekrachtiging). Mogelijke veranderingsmethodieken voor het stimuleren van zelfobservatie en en zelfevaluatie zijn zelf-her-evaluatie, omgevings-her-evaluatie, voor- en nadelenbalans, modeling en begeleid leren en feedback. Mogelijke veranderingsmethodieken voor het implementeren van 'het goede voorbeeld geven' zijn actieplanning (initiatie van actie door specificatie van wanneer, waar en hoe te acteren) en coping planning (anticipatie op moeilijke situaties en plannen van reacties daarop).

In het huidige onderzoek kwam naar voren dat het vooral de mannen met thuiswonende kinderen zijn die aangeven de intentie te hebben een voorbeeldrol op zich te nemen. In de communicatie naar de mannen kan deze woonsituatie als kader worden gebruikt. Daarnaast blijken mannen die de intentie hebben een voorbeeldrol te vervullen vaker de verwachting te hebben in de toekomst gewicht te verliezen dan mannen die deze intentie niet hebben. In een interventie kunnen mannen worden gestimuleerd op hun gewicht te letten en daarnaast kunnen ze worden aangemoedigd hun kinderen ook te leren letten op hun gewicht door eten en bewegen in balans te houden. Verder blijken de mannen met een intentie tot voorbeeldgedrag een positievere attitude, een hogere eigen effectiviteit en een positievere intentie te hebben met betrekking tot het letten op de energiebalans dan mannen die deze intentie niet hebben.

In de communicatie richting de mannen lijkt het vooral van belang om ze te bekrachtigen in hun intentie te letten op de balans tussen eten en bewegen of zelfs hun

verwachting gewicht te verliezen. In aansluiting hierop kunnen mannen worden gestimuleerd hun eigen gedrag te combineren met de voorbeeldrol richting hun kinderen met betrekking tot gezond eten en bewegen.

4.2 **Overtuigen van mannen voorbeeldrol op zich te nemen**

In dit deel van de aanbevelingen gaan we in op de aanknopingspunten om mannen die zich nu nog niet bewust zijn van hun voorbeeldrol, dit bewustzijn te laten ontwikkelen. Ook kijken we naar manieren om mannen die nog niet de intentie hebben een voorbeeldrol op zich te nemen dit op termijn wel te laten doen.

Beïnvloedbare variabelen die blijken samen te hangen met het bewustzijn van voorbeeldgedrag zijn 'ervaren sociale steun', 'gedrag door sociale omgeving' en 'eigen effectiviteitverwachting m.b.t. het behoud van de energiebalans'. De 'ervaren sociale steun' m.b.t. het behoud van de energiebalans' kan enerzijds worden beïnvloed door de interventie te richten op de 'zender' van de steun, in dit geval door een sociale omgeving te creëren die tot meer steun leidt bij het letten op de energiebalans, bijvoorbeeld door informatieoverdracht en bewustwording. Anderzijds kan een interventie zich richten op de 'ontvanger' van de steun, in dit geval de betreffende mannen. Deze groep zou kunnen worden gestimuleerd meer sociale steun te mobiliseren in hun omgeving, bijvoorbeeld door training in sociale of communicatieve vaardigheden. Waargenomen gedrag van de sociale omgeving aangaande het behoud van de energiebalans, kan worden beïnvloed door het zichtbaar maken van het gedrag van de sociale omgeving voor de mannen. Zij kunnen bijvoorbeeld worden geïnformeerd over het percentage 'belangrijke anderen' dat al op de energiebalans let of wil letten. Van belang hierbij is wel dat er sprake is van een meerderheid die het betreffende gedrag daadwerkelijk uitvoert (positieve norm). De 'eigen effectiviteitverwachting' kan worden beïnvloed door het bevorderen en ondersteunen van vaardigheden en vertrouwen t.a.v. het letten op de energiebalans, bijvoorbeeld door middel van modelling, direct leren en feedback. Eén en ander zou, zoals gesuggereerd door het Voedingscentrum, prima kunnen worden geïntegreerd in een internetapplicatie waar op basis van een aantal vragen aan de mannen specifieke informatie kan worden gepresenteerd op deze gebieden, en aangepast aan hun specifieke situatie.

Wanneer we kijken naar de samenhangende factoren met de intentie tot voorbeeldgedrag lijkt het ook hierbij nuttig de aandacht vooral te richten op vaders van thuiswonende kinderen. Verder suggereert de samenhang met verwacht toekomstig gewicht dat het stimuleren te letten op het eigen gewicht ook invloed zou kunnen hebben op de intentie hun gedrag als voorbeeld te laten dienen voor hun kinderen. Andere beïnvloedbare variabelen die samenhangen met de intentie tot voorbeeldgedrag zijn indirecte attitude, eigen effectiviteitverwachting en intentie de energiebalans te behouden. Bij het bepalen van de indirecte attitude wordt gevraagd of de mannen zich fitter en prettiger voelen wanneer wordt gelet op de balans tussen eten en bewegen. Bij het inspelen op deze indirecte attitude gaat het er dus vooral om de aandacht te vestigen op verwachte voordelen van het letten op de energiebalans, zoals het zich fitter en prettiger voelen. Om invloed uit te oefenen op de attitude als zodanig kan het zinvol zijn de mannen zich te laten spiegelen aan mannen met dezelfde achtergrond die aangeven te letten op deze balans en zich fitter en prettiger voelen. Om de eigen effectiviteitverwachting te beïnvloeden kan worden geprobeerd de mannen stapsgewijs te leren wat ze zelf kunnen doen om de energiebalans te behouden. Hierin kan de overdracht van kennis worden gecombineerd met het toepassen van de verschillende suggesties.

5 Slotopmerkingen

De data die voor dit onderzoek beschikbaar waren, werden initieel niet verzameld met het doel om inzicht te verkrijgen in de motivatie van lage SES mannen om hun kind(eren) het goede voorbeeld te geven m.b.t. de energiebalans. Hoewel de huidige resultaten wel een beeld geven van samenhangende factoren lijkt het verstandig voorafgaand aan de ontwikkeling en implementatie van een interventie kleinschalig kwalitatief onderzoek te organiseren bij de mannen uit de doelgroep. Dit om aanvullend inzicht te verwerven in de specifieke betekenis van deze factoren voor de doelgroep, zodat de interventie aansluit bij de behoeften van de doelgroep.

Tot slot moet vermeld worden dat bij de keuze voor de internetsite als communicatiemedium voorzichtigheid moet worden betracht. In de huidige populatie heeft namelijk slechts een klein deel van de onderzochte mannen de website van het Voedingscentrum bezocht. Het gaat om slechts 6% die aangaf de website te hebben bezocht in de afgelopen twee maanden. Wanneer internet wordt gekozen als medium om de interventie vorm te geven zal voldoende aandacht moeten worden besteed de lage SES mannen te stimuleren de site te bezoeken.