



# Determinanten van slaapgedrag: *wat denken de kinderen ervan?*

---

CONCEPT MAPPING MET KINDEREN

Laura Belmon, **Vincent Busch**, Maartje van Stralen, Dominique Stijnman, Lisan Hidding, Irene Harmsen, & Mai Chinapaw

# Waarom?

---



## **Kinderen slapen minder goed**

kortere slaapduur, langere tijd nodig om in slaap te vallen, meer vermoeidheid overdag



## **Gelinkt aan negatieve gevolgen**

slechtere concentratie, gedragsproblemen, hogere kans op overgewicht



## **Interventie nodig om gezond slapen te stimuleren**



## **Te weinig inzicht in de determinanten van ongezond slapen bij kinderen**




## **Perspectief van kinderen mist**

# Hoe?

---

## Concept Mapping

- Kinderen genereren, sorteren en beoordelen eigen ideeën
  - Onderzoekers analyseren en visualiseren ideeën
  - Participatief: vanuit de ogen van het kind
  - Mixed methods: kwalitatief & kwantitatief gecombineerd
  - Gestructureerd: 6 stap-werkwijze
- 

# Hoe?

---

## Concept Mapping: het proces



### Vorbereiding



### Ideeën genereren

Kinderen brainstormen: *“Hoe komt het dat je niet goed slaapt?”*



### Ideeën sorteren & beoordelen

1. Kinderen sorteren ideeën in clusters.
2. Kinderen beantwoorden per idee: *“Denk aan je slaap, hoeveel last heb je van ...?”* op een schaal van (1) *helemaal geen last* tot (5) *heel veel last*



### Analyse



### Interpretatie



### Toepassing

# Resultaten

---

**Kunnen nog niet openbaar gedeeld worden, omdat de resultaten nog niet gepubliceerd zijn in een wetenschappelijk tijdschrift.**

# Conclusie

---

## Mogelijke determinanten zijn:

- psychologisch, fysiologisch
- gerelateerd aan fysieke omgeving, sociale omgeving, en gedrag

## Zijn de mogelijke determinanten daadwerkelijk determinanten?

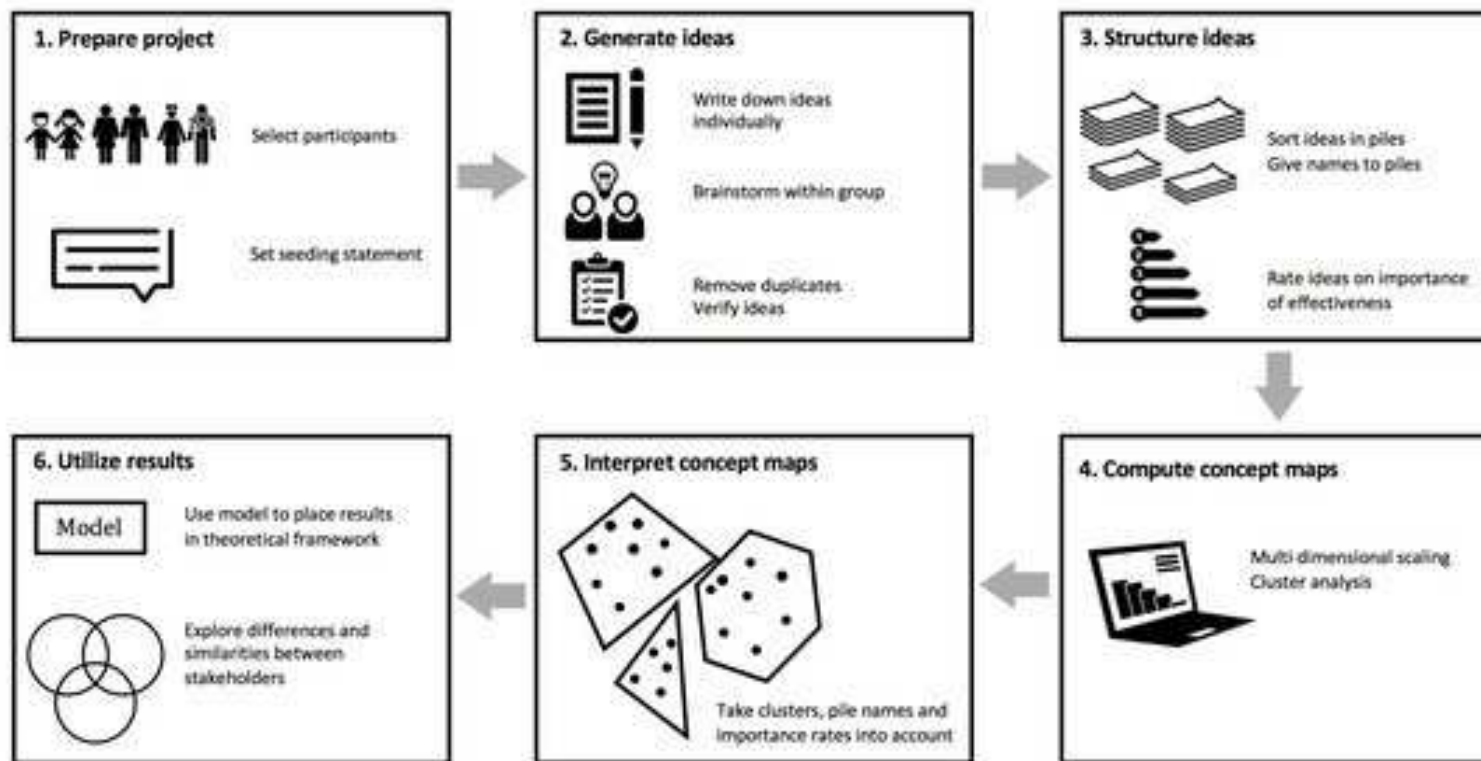
- Combineer met onze literatuurreview en overige studies
- Combineer met onze CM-studies met ouders en professionals

## Ongezonder slapen is een complex probleem...

- Verschillende determinanten die elkaar beïnvloeden
- Systeem-interventie via HiAP framework
- Ontwikkelen samen met kinderen e.a. actoren



# Samenvattend



Vraag/discussie  
punt/stelling

Discussievraag:

**Wat als de kinderen de literatuur tegenspreken?**

