

Stop(licht)! Eerst even nadenken



Marc Baaijens

Leerarrangement 'Praktijkonderzoek' | Academie Lichamelijke Opvoeding | Fontys Sporthogeschool Eindhoven | Nederland

Onderzoeksvraag

Wat is de invloed van de stoplichtmethode op de emotieregulatie en de impulsieve gedragingen van Piet, gediagnosticeerd met ADHD, PDD-NOS en tic-stoornis NAO, tijdens de gymles?

Onderzoeksinstrumenten

Observatie

Logboek

Interview

Methode

Nulmeting

Interventieperiode

Eindmeting

- Stoplichtmethode (De Bruijn, 2017)
- Zeven weken

Stoplichtmethode

Gedragingen in de rode kleur:

- ✓ Je voelt je niet goed, weet niet goed wat je hieraan kan doen.
- ✓ Je bent fysiek naar een medeleerling of docent.
- ✓ Je bent fysiek richting materiaal.
- ✓ Je scheldt of schreeuwt richting een persoon.
- ✓ Je bent boos op jezelf of anderen.
- ✓ Je bent verdrietig.

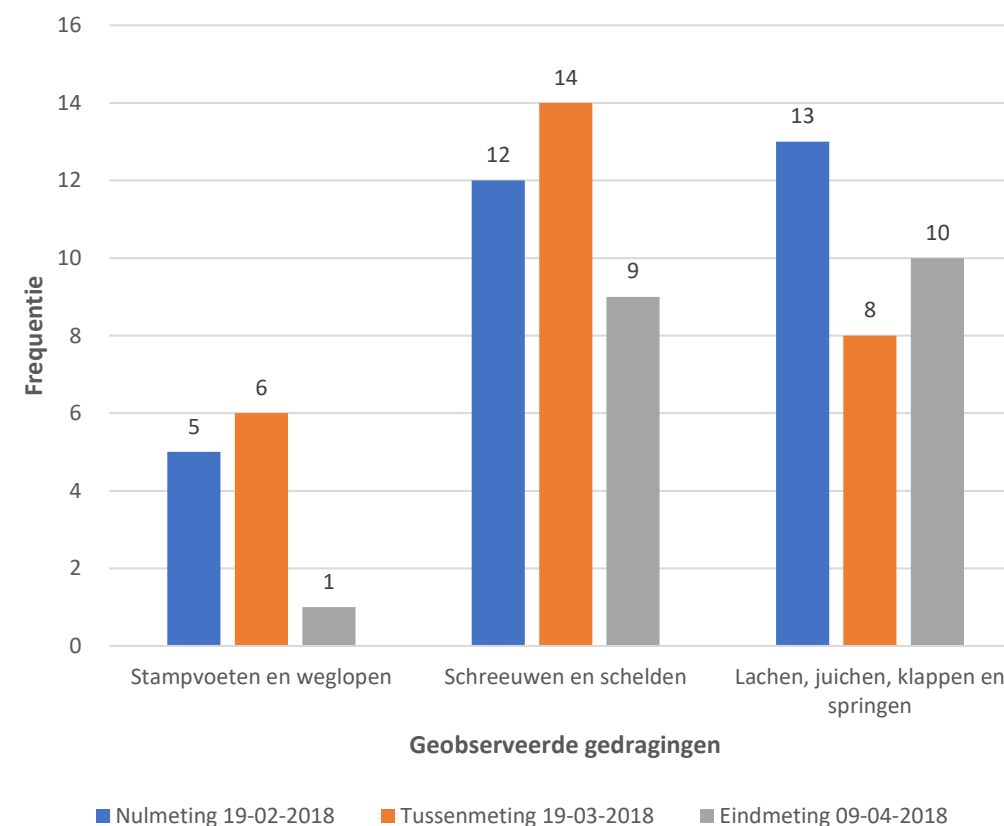
Gedragingen in de oranje kleur:

- ✓ Je weet niet goed hoe hij je, je voelt.
- ✓ Je bent gespannen of gefrustreerd.
- ✓ Je dringt voor.
- ✓ Je gooit een scheldwoord eruit die niet gericht is op een persoon.
- ✓ Je kletst een keer door de uitleg heen.
- ✓ Je zit ongevraagd aan materiaal.
- ✓ Je bent geïrriteerd.
- ✓ Je bent teleurgesteld als je een spelletje verliest.
- ✓ Je roept een keer door de gymzaal heen.

Gedrag groene kleur:

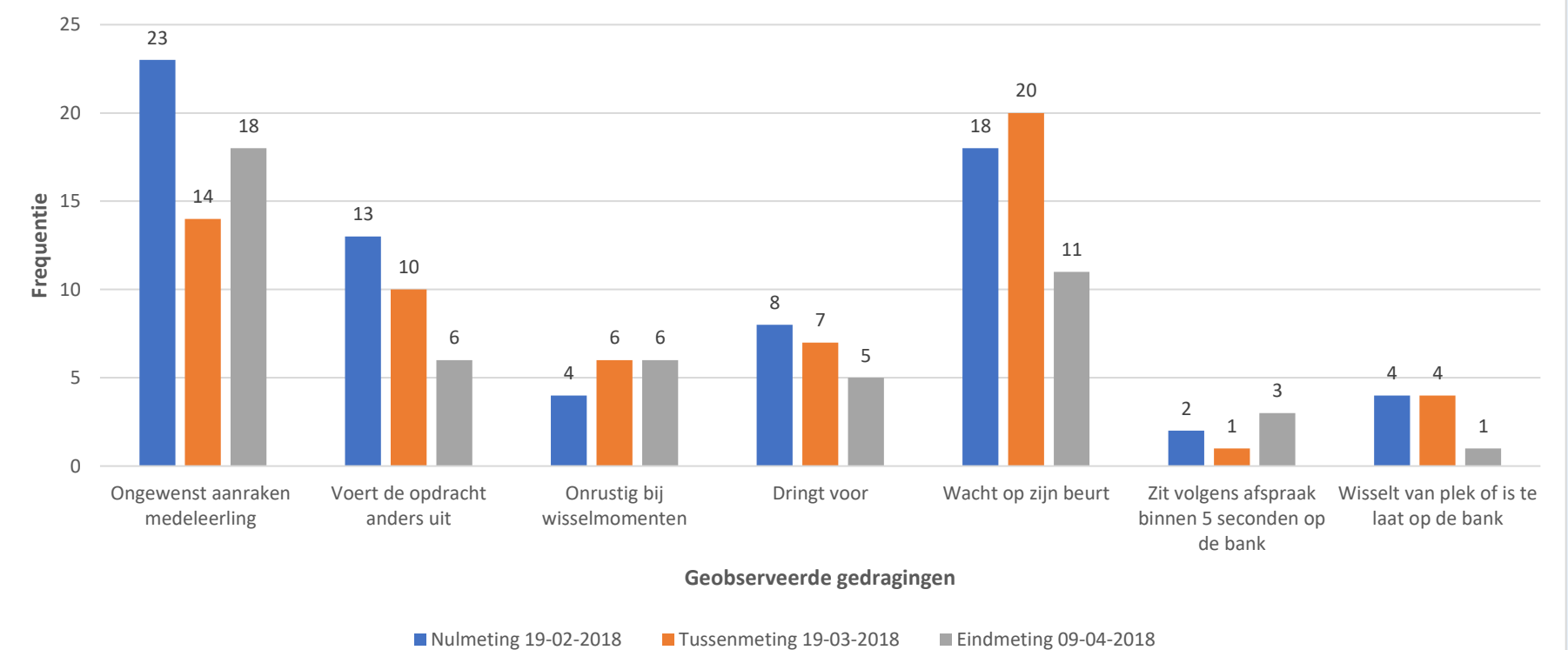
- ✓ Je voelt je goed en fijn.
- ✓ Je speelt eerlijk.
- ✓ Je speelt sportief.
- ✓ Je werkt samen met andere leerlingen.
- ✓ Je speelt sportief samen met andere leerlingen.
- ✓ Je wacht in de rij op zijn beurt.
- ✓ Je blijft bij je eigen vak/groepje.
- ✓ Je luistert naar de uitleg.
- ✓ Je gaat bij een fluitsignaal zitten op de grond en bij drie fluitsignalen gaat op de bank zitten.
- ✓ Je bent blij, lacht en hebt plezier.
- ✓ Je vindt het niet erg om een keer te verliezen.
- ✓ Je vraagt aan je eigen groepje of aan de docent als je iets niet meer weet.

Gedragingen vanuit emotie



Resultaten

Impulsieve en gewenste gedragingen



Discussie en conclusie

- Lesinhoud
- Wachtmomenten
- Groepsindeling
- Afname impulsieve gedragingen en gedragingen vanuit emotie

Aanbevelingen

- Doorgaan met de stoplichtmethode
- Gebruik van meetinstrumenten voortzetten
- Testen invloed groepsindeling op de gedragingen
- Invoeren beloningsysteem