



De Relaties tussen Lidmaatschap van een Sportvereniging, Eenzaamheid en  
Levenstevredenheid bij Jongeren met en zonder een Migratieachtergrond

Student: Steffie van Alphen

Studentnummer: 5855225

E-mail: [s.c.r.vanalphen@students.uu.nl](mailto:s.c.r.vanalphen@students.uu.nl)

Faculteit: Sociale Wetenschappen

Master: Jeugdstudies

Supervisor: Prof. Dr. Catrin Finkenauer

Datum: 20-06-2017

Aantal woorden: 6000

### **Samenvatting**

De samenhang tussen sport en levenstevredenheid is al regelmatig onderzocht. Voorgaande studies richtten zich vaak op het fysieke aspect van sport, terwijl het sociale aspect tot nu toe weinig wetenschappelijke aandacht kreeg. Het sociale aspect kan naar verwachting zorgen voor minder gevoelens van eenzaamheid, wat vervolgens kan leiden tot een hogere levenstevredenheid. Omdat eerste generatie migrantenjongeren zich door hun ervaringen wellicht vaker eenzaam voelen, was het doel van deze studie om te onderzoeken of de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid gemedieerd wordt door eenzaamheid en of deze relatie verschilt in sterkte voor jongeren met een eerste of tweede generatie migratieachtergrond en jongeren zonder een migratieachtergrond. Hiervoor zijn Nederlandse data uit 2013 van de Health Behaviour in School-aged Children-studie gebruikt, die een representatieve steekproef van 7279 jongeren in de leeftijd van negen tot achttien jaar omvatte. De resultaten suggereren dat jongeren die lid zijn van een sportvereniging tevredener zijn over hun leven dan jongeren die niet bij een sportvereniging zijn aangesloten. Er werd een mediërend effect van eenzaamheid gevonden: lidmaatschap van een sportvereniging zorgt voor minder gevoelens van eenzaamheid en daardoor voor een hogere levenstevredenheid. De relaties verschillen niet voor jongeren met of jongeren zonder een migratieachtergrond.

*Trefwoorden:* levenstevredenheid, sportvereniging, eenzaamheid, migratieachtergrond

### **Abstract**

The relationship between sports and life satisfaction has been investigated many times. Previous studies are mostly about the physical aspect of sports, while the social aspect did not get as much scientific attention. The social aspect might diminish feelings of loneliness, which can lead to higher life satisfaction. Because it is expected that first generation immigrants experience more feelings of loneliness, the aim of this study was to investigate if the relationship between being member of a sports club and life satisfaction is mediated by loneliness and if this relationship is stronger for first generation immigrants than for second generation immigrants and youth without an immigration background. We used the Dutch data from 2013 of the Health Behaviour in School-aged Children-study, which was a representative sample of 7279 youth from nine to eighteen years old. The results suggest that youth who are member of a sports club are more satisfied with their life than youth who are not member of a sports club. We found a mediation effect of loneliness: membership of a sports club led to less feelings of loneliness and therefore a higher life satisfaction. The relationships did not vary for youth with or without an immigration background.

*Keywords:* life satisfaction, sports club, loneliness, immigration background

## De Relaties tussen Lidmaatschap van een Sportvereniging, Eenzaamheid en Levenstevredenheid bij Jongeren met en zonder een Migratieachtergrond

Uit onderzoek blijkt dat levenstevredenheid en gevoelens van geluk kunnen afnemen gedurende de adolescentie (Kapikiran, 2013). Dit wordt onder andere verklaard door sociale veranderingen in deze periode, voornamelijk het toenemende belang van deel uitmaken van een groep en de ervaren onzekerheid hierover (Çivitci & Çivitci, 2009). Wanneer jongeren niet tevreden zijn over hun leven kan dit direct en op latere leeftijd ernstige internaliserende en externaliserende problemen veroorzaken, zoals depressie, angst, delinquentie en agressie (Goldbeck, Schmitz, Besier, Herschbach, & Henrich, 2007; Suldo & Huebner, 2006). Om deze problemen te voorkomen is het van belang aandacht te schenken aan levenstevredenheid van adolescenten en de voorspellers daarvan. Door toenemende migratie en de mogelijke gevolgen daarvan, zoals trauma's door het meegemaakte migratieproces, is het ook van belang om stil te staan bij de levenstevredenheid van migrantenjongeren en hoe deze verbeterd kan worden.

Uit eerdere studies is bekend dat sporten positief gerelateerd is aan levenstevredenheid en gevoelens van geluk (Booker, Skew, Kelly, & Sacker, 2015; Huang & Humphreys, 2012; Moljord, Eriksen, Moksnes, & Epnes, 2011; Stubbe, De Moor, Boomsma, & De Geus, 2007). Deze cross-sectionele studies, zowel gericht op adolescenten als op volwassenen, focusten voornamelijk op fysieke activiteit, wat samen bleek te hangen met levenstevredenheid. Het sociale aspect van sport heeft echter ook invloed op gevoelens van geluk en levenstevredenheid (Downward & Rasciute, 2011). De meeste sportactiviteiten zijn van nature zeer interactief, waardoor sport vaak mensen samenbrengt (Hatzigeorgiadis, Morela, Elbe, Kouli, & Sanchez, 2013). Maar juist dit aspect van sport, en dan vooral met betrekking tot integratie, heeft in de wetenschappelijke literatuur nog weinig aandacht gekregen (Hatzigeorgiadis et al., 2013).

Het belang van sport om mensen samen te brengen kan verschillend zijn voor jongeren met en jongeren zonder een migratieachtergrond. Nederlandse jongeren met een migratieachtergrond associëren zich mogelijk eerder met de Nederlandse cultuur en samenleving wanneer zij lid zijn van een sportvereniging dan wanneer ze dit niet zijn. Dit kan komen doordat teamgenoten, ongeacht hun achtergrond, een gezamenlijk doel nastreven waardoor culturele verschillen minder belangrijk worden. Hierdoor zullen zij zich wellicht minder eenzaam en minder snel buitengesloten voelen dan wanneer zij niet zijn aangesloten bij een sportvereniging (Madsen et al., 2016; Morela, Hatzigeorgiadis, Kouli, Elbe, & Sanchez, 2013). Dit kan ervoor zorgen dat lidmaatschap van een sportvereniging voor hen

meer invloed heeft op hun levenstevredenheid dan voor jongeren zonder een migratieachtergrond.

Om bovengenoemde verschillen in kaart te brengen richt deze studie zich op de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid bij jongeren. Specifiek bekijkt deze studie of de relatie wordt gemedieerd door eenzaamheid en of deze relatie verschilt in sterkte voor Nederlandse jongeren met en Nederlandse jongeren zonder een migratieachtergrond. Tot slot zullen we onderzoeken of er een verschil is tussen eerste en tweede generatie migrantenjongeren, omdat de samenhang wellicht anders is wanneer de jongere een migratieproces heeft meegemaakt.

### **De relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid**

In hoeverre iemand tevreden is met zijn leven als geheel of met specifieke delen ervan, zoals familie, vrienden, omgeving en zichzelf, wordt aangeduid als levenstevredenheid (Goldbeck et al., 2007; Suldo & Huebner, 2006). Dat sporten en levenstevredenheid positief gerelateerd zijn is al regelmatig aangetoond. Deze relatie kan verklaard worden vanuit de activiteitstheorie (Rodríguez, Látková, & Sun, 2008). Deze theorie stelt dat zowel de frequentie van de activiteit als de daarmee gepaard gaande intimiteit met anderen voorspellers zijn van levenstevredenheid. Hoe vaker de activiteit wordt uitgeoefend en hoe meer contacten ermee opgedaan worden, des te hoger is de levenstevredenheid. Informele sociale activiteiten, zoals sportactiviteiten, zijn hierbij meer gerelateerd aan een hogere levenstevredenheid dan individuele activiteiten en formele sociale activiteiten, zoals zakelijke activiteiten (Rodríguez et al., 2008). In Nederland sporten adolescenten die lid zijn van een sportvereniging ten minste één keer per week (Hoekman, 2013). Er kan van uitgegaan worden dat dit sociale contacten oplevert. Hoe intiem deze contacten zijn verschilt per persoon en per sportvereniging. Zo zijn er sportverenigingen en sportteams waar de sociale cohesie groot is: het sportteam is hecht en streeft gezamenlijk doelen na. Er zijn echter ook sportverenigingen waar dit minder geldt (Morela et al., 2013).

De activiteitstheorie benadrukt het belang van het sociale aspect van sport (Rodríguez et al., 2008). Dit belang werd bevestigd in een cross-sectioneel onderzoek naar vrijetijdsactiviteiten en subjectief welbevinden onder 4000 volwassenen die een vragenlijst invulden. Het uitoefenen van vrijetijdsactiviteiten, in dit onderzoek vrijwel allemaal informele sociale activiteiten, werd geassocieerd met een hoger subjectief welbevinden (Brajša-Žganec, Merkaš, & Šverko, 2011). In ander cross-sectioneel onderzoek onder volwassenen werd gevonden dat de positieve relatie tussen sport en gevoelens van geluk groter is wanneer er

sprake is van veel sociale interactie (Downward & Rasciute, 2011). Hierop aansluitend vonden Wold en collega's (2013) in hun cross-sectionele studie onder ruim 23.000 tien- tot vijftienjarigen dat degenen die lid waren van een voetbalclub hun levenstevredenheid hoger beoordeelden dan degenen die geen lid waren. Kijkend naar bovenstaande bevindingen wordt verwacht dat de huidige studie een positieve relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid bij jongeren laat zien.

### **De relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid**

Eenzaamheid wordt gedefinieerd als de discrepantie tussen het aantal sociale contacten dat iemand onderhoudt en het aantal sociale contacten dat iemand wenst (Çivitci & Çivitci, 2009; De Jong Gierveld & Van Tilburg, 2016). Eenzaamheid kan voortkomen uit sociale isolatie, maar dat gebeurt niet altijd. Zo zijn er mensen met weinig sociale contacten die zich niet eenzaam voelen (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 2016). In de meeste gevallen zijn de grootte van het sociaal netwerk en gevoelens van eenzaamheid wel gecorreleerd: mensen met een groot sociaal netwerk zijn minder vaak eenzaam dan mensen met een klein sociaal netwerk. Omringd worden door veel mensen lijkt dus bescherming tegen eenzaamheid te bieden, met name wanneer deze contacten zorgen voor sociale steun (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 2016).

Sociale isolatie en eenzaamheid zouden kunnen worden voorkomen door lidmaatschap van een sportvereniging. Wie lid is van een sportvereniging heeft immers vrijwel automatisch sociale contacten. Hierbij aansluitend vonden Morela en collega's (2013) in hun cross-sectionele studie onder adolescenten dat teamcohesie positief relateert aan het gevoel erbij te horen. Dit verklaren de onderzoekers door de gedeelde doelen die teamleden dicht bij elkaar brengen. Brettschneider (2001) vond in zijn longitudinale studie onder twaalf- tot zestienjarigen daarentegen dat lidmaatschap van een sportvereniging weinig voordelen biedt. Hij onderzocht de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en de psychosociale ontwikkeling, waaronder het contact met leeftijdsgenoten. Hij vond dat er wel positieve effecten kunnen zijn, bijvoorbeeld door het ontvangen van sociale steun, maar dit gebeurt niet automatisch. In zijn studie verschilden de resultaten tussen jongeren die wel lid zijn van een sportvereniging en jongeren die dat niet zijn dan ook weinig. Hoewel bestaande onderzoeken inconsistente bevindingen hebben, verwachten we in de huidige studie een negatieve relatie te vinden tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid. De sportvereniging kan immers voor sociale contacten en sociale steun zorgen, waardoor de kans op sociale isolatie en eenzaamheid kleiner is.

### **De relatie tussen eenzaamheid en levenstevredenheid**

Eenzaamheid kan voortkomen uit sociale isolatie (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 2016). Volgens Mellor, Strokes, Firth, Hayashi, en Cummins (2008) proberen mensen sociale isolatie van nature te voorkomen, vanuit de behoefte om positieve relaties met anderen op te bouwen en te behouden. Slagen zij daar niet in, dan kan dit tot gevoelens van eenzaamheid en mogelijk tot minder levenstevredenheid leiden (Mellor et al., 2008). Eenzaamheid wordt volgens Mellor en collega's (2008) voornamelijk bepaald door subjectieve factoren en hangt minder van af van de kwantiteit van sociale contacten. Zij benoemen het belang van de intimiteit van sociale contacten en daarmee de kwaliteit van de relaties.

Ook uit eerder onderzoek van Ang, Mansor, en Tan (2014) bleek dat eenzaamheid, in dit onderzoek geoperationaliseerd als gebrek aan kans op integratie en gevoelens van emotionele intimiteit, een centrale rol speelt in levenstevredenheid. In deze cross-sectionele studie is dan ook een negatieve relatie gevonden tussen je eenzaam voelen en levenstevredenheid. De onderzoekers geven als verklaring dat eenzame jongeren vaak geen plek vinden om hun gevoelens te uiten, waardoor zij zich ongewenst voelen. Dit kan leiden tot een lagere levenstevredenheid (Ang et al., 2014). Çivitci en Çivitci (2009) en Kapikiran (2013) bevestigen deze relatie in hun studies onder jongeren. Ook zij benadrukken het belang van intimiteit van sociale contacten in de relatie tussen eenzaamheid en levenstevredenheid. We verwachten in de huidige studie ook een negatieve relatie tussen eenzaamheid en levenstevredenheid te vinden. Daarnaast verwachten we dat eenzaamheid de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid medieert.

### **Migratieachtergrond als moderator**

De relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid kan naar verwachting verschillen voor jongeren met en jongeren zonder een migratieachtergrond. Zoals eerder besproken zijn sociale contacten een protectieve factor tegen sociaal isolement en eenzaamheid. Voor migrantenjongeren, die nieuw in Nederland komen, kan het zijn dat sociale contacten in de nieuwe omgeving niet vanzelfsprekend zijn. Madsen en collega's (2016) bekeken in hun cross-sectionele studie de gevoelens van eenzaamheid van eerste en tweede generatie migrantenjongeren en jongeren zonder een migratieachtergrond. Eerste generatie migrantenjongeren bleken een grotere kans op gevoelens van eenzaamheid te hebben dan jongeren zonder een migratieachtergrond. Dit vonden ze echter niet voor tweede generatie migrantenjongeren. De onderzoekers verklaren dit verschil door het moeten

achterlaten van familie, vrienden en omgeving, wat bij het migratieproces hoort. Hiermee krijgen vooral eerste generatie migranten te maken (Madsen et al., 2016). Voor eerste generatie migranten kunnen sociale activiteiten dus belangrijker zijn, omdat zij vaker last hebben van gevoelens van eenzaamheid.

Of sport daadwerkelijk bijdraagt aan integratie en het verminderen van gevoelens van eenzaamheid onder migrantenjongeren is niet duidelijk. De bestaande literatuur hierover is inconsistent. In de review van Hatzigeorgiadis en collega's (2013), die alleen studies naar eerste generatie migranten bekeek, wordt gesuggereerd dat sport integratie kan promoten, maar dat dit niet altijd gebeurt. Sport kan zorgen voor interactie tussen culturen, maar accentueert ook culturele verschillen, wat spanningen op kan roepen. In een cross-sectionele studie onder 120 mannelijke, adolescente migranten waren de resultaten rondom sport als integratiemiddel ook niet eenduidig (Elbe et al., 2016). In deze studie werd gekeken naar het belang van een motiverende omgeving rondom sport, bijvoorbeeld of de coach het belang van ieder teamlid wel of niet benadrukte. Dit bleek soms wel en soms niet te zorgen voor betere integratie. Uit ander cross-sectioneel onderzoek onder adolescente migranten bleek dat sporten, voornamelijk in hechte teams, opname in een nieuwe cultuur kan vereenvoudigen (Morela et al., 2013).

Mogelijk is de literatuur inconsistent omdat in bovengenoemde onderzoeken geen onderscheid werd gemaakt tussen eerste en tweede generatie migrantenjongeren. Het migratieproces speelt voornamelijk bij eerste generatie migrantenjongeren. Men kan dan ook verwachten dat zij meer gevoelens van eenzaamheid ervaren dan tweede generatie migrantenjongeren of jongeren zonder een migratieachtergrond. Lidmaatschap van een sportvereniging kan voor hen naar verwachting als extra buffer werken om eenzaamheid te voorkomen. Voor hen wordt in de huidige studie dus een sterkere relatie verwacht tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid dan voor tweede generatie migrantenjongeren of jongeren zonder een migratieachtergrond.

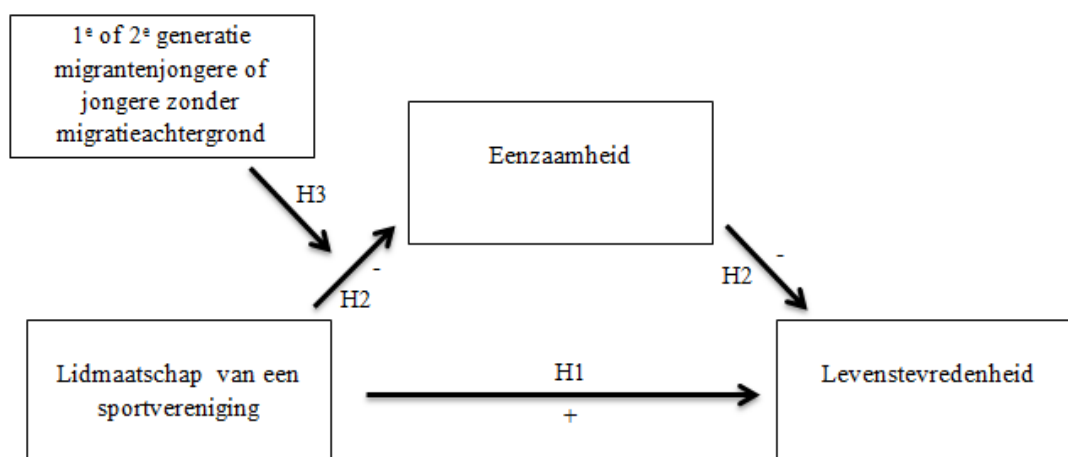
### **Huidige studie**

Om te onderzoeken of eenzaamheid inderdaad een belangrijke factor is in de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid en of dit verschilt voor jongeren met en zonder een migratieachtergrond, werd in dit onderzoek de volgende vraag beantwoord:

“Is er een relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid van jongeren, wordt deze relatie gemedieerd door eenzaamheid en verschilt dit mediatie-effect

voor jongeren met een eerste of tweede generatie migratieachtergrond en jongeren zonder een migratieachtergrond?”

Naar verwachting zou de levenstevredenheid van jongeren die lid zijn van een sportvereniging hoger zijn dan van jongeren die dit niet zijn (H1). Deze positieve relatie zou worden gemedieerd door eenzaamheid: we verwachtten dat lidmaatschap van een sportvereniging positief samenhangt met levenstevredenheid omdat het lidmaatschap eenzaamheid kan verminderen (H2). Verwacht werd dat deze mediatie sterker is voor eerste generatie migrantenjongeren dan voor tweede generatie migrantenjongeren of jongeren zonder een migratieachtergrond (H3). Dit onderzoek is schematisch weergegeven in Figuur 1.



*Figuur 1.* Conceptueel model van de relaties tussen lidmaatschap van een sportvereniging, migratieachtergrond, eenzaamheid en levenstevredenheid.

## Methodie

### Steekproef

Voor het huidige onderzoek is gebruik gemaakt van data van de cross-sectionele studie Health Behaviour in School-aged Children 2013 [HBSC] (<http://www.hbsc.org/>). De uiteindelijke steekproef bevatte 7279 jongeren van negen tot achttien jaar ( $M = 13.7$ ;  $SD = 1.6$ ). Hiervan volgden 1597 respondenten basisonderwijs (leeftijd  $M = 11.7$ ;  $SD = 0.5$ ) en 5682 voortgezet onderwijs (leeftijd  $M = 14.3$ ;  $SD = 1.3$ ). Ongeveer de helft was meisje (50.3%) en bijna een kwart gaf aan geen Nederlandse etnische achtergrond te hebben (22%). Zij hadden een Marokkaanse, Turkse, Surinaamse, Antilliaanse, overige niet-westerse of overige westerse achtergrond. Van de respondenten in het voortgezet onderwijs volgde 24.7% een laag (vmbo basis, kader of gemengde leerweg), 27.1% een gemiddeld (vmbo theoretische



leerweg of vmbo theoretische leerweg-havo) en 48.2% een hoog opleidingsniveau (havo, havo/vwo of vwo).

### **Meetinstrumenten**

*Levenstevredenheid.* Om de levenstevredenheid van de participanten in kaart te brengen werd hen de volgende vraag gesteld: 'Hoe voel jij je over je leven?'. Hierbij konden de jongeren antwoord geven met behulp van de Cantril Ladder (Cantril, 1965), een schaal met elf categorieën waar de cijfers nul tot en met tien op staan. De '0', onderaan de ladder, betekent dat men zich zijn leven niet slechter kan voorstellen. De '10', bovenaan de ladder, betekent dat men zich geen beter leven kan voorstellen. Uit onderzoek naar de Cantril Ladder blijkt dat het meetinstrument een goede betrouwbaarheid en een goede convergente validiteit met andere zaken rondom het emotionele welbevinden heeft, zoals het subjectief welbevinden (Levin & Currie, 2014).

*Lidmaatschap van een sportvereniging.* Om dit te meten is gebruik gemaakt van één item, namelijk: 'Ben je lid van een sportvereniging of sportclub?' De antwoordcategorieën bij deze vraag waren 'ja'(1) en 'nee'(0).

*Eenzaamheid.* In het HBSC-onderzoek werd de participanten niet direct naar hun gevoelens van eenzaamheid gevraagd. Om die reden richtten we ons bij deze variabele op sociale isolatie en de kwaliteit van sociale contacten. Eenzaamheid en sociale isolatie liggen immers vaak dicht bij elkaar (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 2016) en sociale isolatie kan worden voorkomen door sociale contacten. Hierbij is met name de kwaliteit van sociale contacten van belang, zoals het ontvangen van sociale steun van vrienden (Mellor et al., 2008). In het huidige onderzoek is eenzaamheid gemeten met behulp van vijf items. Vier items werden beantwoord met een 7-puntsschaal, waarbij de antwoorden liepen van '1 = heel erg mee eens' tot '7 = heel erg niet mee eens'. Hiervoor werd onder andere de volgende vraag gebruikt: 'Ik kan op mijn vrienden rekenen als er iets fout gaat'. Bij één item gaven de respondenten antwoord op een 3-puntsschaal, waarbij de antwoordcategorieën bestonden uit '1 = niet waar', '2 = een beetje waar' en '3 = zeker waar'. Deze vraag was: 'Ik ben nogal op mijzelf. Ik speel meestal alleen of bemoei me niet met anderen.' De scores op de items die beantwoord werden met een 7-puntsschaal zijn getransformeerd in 3-puntsschaalscores. De gemiddelde score van de vijf items vormde de score op de variabele eenzaamheid. De betrouwbaarheid van de schaal was goed (Cronbach's alpha = 0.82). Een hogere score op deze variabele betekende meer gevoelens van eenzaamheid.

*Migratieachtergrond.* Om migratieachtergrond te meten, werd gebruik gemaakt van de volgende drie vragen: 'In welk land ben je geboren?', 'In welk land is je eigen vader geboren?' en 'In welk land is je eigen moeder geboren?'. De antwoordcategorieën voor alle drie de vragen waren 'Nederland', 'Suriname', 'Nederlandse Antillen/Aruba', 'Marokko', 'Turkije' of 'In een ander land, namelijk...'. Participanten die zijn geboren in een ander land dan Nederland, werden als eerste generatie migrant beschouwd. In Nederland geboren participanten van wie ten minste één van de ouders in een ander land werd geboren, werden als tweede generatie migrant beschouwd. Deze manier van indeling werd ook in eerdere studies regelmatig gebruikt (Bourque, Van der Ven, & Malla, 2011; Stevens et al., 2015).

## **Procedure**

Zoals eerder gezegd is het huidige onderzoek gebaseerd op data uit 2013/2014 van de HBSC-studie. Deze internationale studie richt zich op de mentale en fysieke gezondheid en het welzijn van jongeren van elf tot zestien jaar. Aan de HBSC-studie doen bijna alle Europese landen, de Verenigde Staten, Canada en Israël mee. Voor het huidige onderzoek werden alleen de Nederlandse data gebruikt.

De deelnemende scholen zijn willekeurig geselecteerd uit een lijst met alle scholen in Nederland, uitgezonderd de scholen voor speciaal onderwijs. Binnen de geselecteerde scholen werden de klassen ook willekeurig geselecteerd, zodat een representatieve steekproef ontstond. Vooraf werd gestratificeerd op stedelijkheid, om een goede spreiding van stads- en plattelandsscholen te krijgen. Er werden zowel data verzameld in het basisonderwijs als in het voortgezet onderwijs. Binnen het basisonderwijs namen alleen leerlingen uit groep 8 deel aan het onderzoek. Per geselecteerde basisschool nam één klas deel aan het onderzoek. Binnen het voortgezet onderwijs namen leerlingen uit de eerste vier leerjaren deel. Zij volgden een vwo-opleiding, een havo-opleiding of een vmbo-opleiding. Per geselecteerde middelbare school namen willekeurig vier klassen deel aan het onderzoek.

Vervolgens werd de verdeling van geslacht, leeftijd, opleidingsniveau en stedelijkheid gecontroleerd, om zeker te zijn van een representatieve steekproef. Scholen ontvingen een brief die ze aan ouders konden geven om hen te informeren over het onderzoek. Ouderlijke toestemming werd vergaard middels passieve informed consent. Alle deelnemende jongeren vulden een anonieme zelfrapportage in. Dit gebeurde in een klassikale setting en duurde ongeveer één lesuur.

## Data-analyse

Voor de data-analyse is gebruik gemaakt van IBM SPSS Statistics versie 24. Hierbij is een significantielevel van  $p = <.05$  aangehouden. Als eerste is een analyse op ontbrekende waarden uitgevoerd. Alle variabelen hadden minder dan 5% ontbrekende waarden. Deze ontbrekende waarden zullen door de grootte van de steekproef weinig effect hebben op de resultaten, zodat gekozen is om geen items te verwijderen. Daarna is gezocht op uitbijters. Aangezien er nauwelijks uitbijters werden gevonden (minder dan 1%), is besloten om hier niets mee te doen, omdat de invloed ervan gezien de grootte van de dataset als klein kan worden beschouwd. Vervolgens zijn de beschrijvende analyses verricht, om de verdeling van de demografische variabelen in kaart te brengen en om de correlaties tussen de afhankelijke, de onafhankelijke en de demografische variabelen te toetsen. Aangezien uit eerder onderzoek blijkt dat meisjes minder tevreden zijn over hun leven dan jongens en dat de levenstevredenheid afneemt in de midden-adolescentie (Goldbeck et al., 2007), zijn leeftijd en geslacht als controlevariabelen meegenomen. Deze mogelijke geslachts- en leeftijdsverschillen zijn getoetst met behulp van ANOVA's en chi-kwadraat toetsen.

Om te toetsen of de levenstevredenheid van jongeren die lid zijn van een sportvereniging hoger is dan van jongeren die dat niet zijn, is een lineaire regressieanalyse uitgevoerd (H1). Ook de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid en de relatie tussen eenzaamheid en levenstevredenheid zijn getoetst door middel van lineaire regressieanalyses (H2). De lineaire regressieanalyses zijn uitgevoerd door middel van bootstrapping, omdat de residuen van levenstevredenheid, de afhankelijke variabele, niet normaal verdeeld zijn. Het gehele mediatiemodel (H2) werd vervolgens getoetst met behulp van PROCESS, model 4 (Hayes, 2012). Om te toetsen of de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid het sterkst is voor eerste generatie migrantenjongeren, is ook gebruik gemaakt van PROCESS (H3). Hiervoor werd model 7 gebruikt, dat moderated mediation toetst (Hayes, 2012).

## Resultaten

### Beschrijvende analyses

In Tabel 1 zijn de gemiddelden en standaarddeviaties van de in dit onderzoek meegenomen variabelen beschreven. De verschillen tussen jongens en meisjes en jongeren met en zonder een migratieachtergrond worden weergegeven. Tabel 2 geeft de correlaties tussen de continue variabelen uit dit onderzoek weer. De verschillen in levenstevredenheid tussen jongens en meisjes en jongere en oudere adolescenten werden bevestigd in de

beschrijvende analyses. Meisjes rapporteerden een lagere levenstevredenheid ( $M = 7.47$ ),  $F(1, 7045) = 151.11$ ,  $p < .001$  dan jongens ( $M = 7.94$ ) en er werd een relatie tussen leeftijd en levenstevredenheid gevonden,  $r(7046) = -0.19$ ,  $p < .001$ . Tussen de levenstevredenheid van jongeren met een eerste of tweede generatie migratieachtergrond en jongeren zonder een migratieachtergrond werden geen significante verschillen gevonden.

Uit de analyses bleek daarnaast dat jongens vaker lid waren van een sportvereniging (76.1%),  $\chi^2(1) = 32.19$ ,  $p < .001$ ,  $\phi = -.07$  dan meisjes (70.2%). Daarnaast werd een leeftijdsverschil gevonden met betrekking tot lidmaatschap van een sportvereniging  $F(1, 7232) = 215.70$ ,  $p < .001$ . Jongeren die lid waren, waren gemiddeld jonger ( $M = 13.57$ ) dan jongeren die geen lid waren ( $M = 14.19$ ). Daarnaast waren jongeren zonder een migratieachtergrond vaker lid (77.1%),  $\chi^2(2) = 181.49$ ,  $p < .001$ ,  $\phi = .16$  dan jongeren met een eerste (60%) of tweede generatie migratieachtergrond (60%).

Ook in gevoelens van eenzaamheid werden verschillen gevonden tussen jongens en meisjes  $F(1, 7256) = 256.53$ ,  $p < .001$ . Jongens rapporteerden meer gevoelens van eenzaamheid ( $M = 1.51$ ) dan meisjes ( $M = 1.36$ ). Er werden geen significante verschillen in leeftijd gevonden voor eenzaamheid,  $r(7257) = 0.01$ ,  $p = .239$ . Tweede generatie migrantenjongeren rapporteerden meer gevoelens van eenzaamheid ( $M = 1.46$ ),  $F(2, 7022) = 5.33$ ,  $p = .005$  dan jongeren zonder een migratieachtergrond ( $M = 1.42$ ). De verschillen met betrekking tot de eerste generatie migrantenjongeren waren niet significant. Gekeken naar de demografische variabelen kan geconcludeerd worden dat leeftijd en geslacht meegenomen moeten worden als controlevariabelen.

Tabel 1

*Gemiddelden en standaarddeviaties van levenstevredenheid, lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid*

	Meisjes		Jongens		Geen migratie-achtergrond		Eerste generatie migratie-achtergrond		Tweede generatie migratie-achtergrond	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Levenstevredenheid	7.47	1.72	7.94**	1.47	7.71	1.54	7.58	1.77	7.71	1.87
Lidmaatschap sportvereniging	0.70	0.46	0.76**	0.43	0.77	0.42	0.60**	0.49	0.60**	0.49
Eenzaamheid	1.36	0.40	1.51**	0.42	1.42	0.41	1.46	0.42	1.46**	0.44

*Noot.* De gemiddelde scores kunnen theoretisch gezien variëren van 0 tot 10 bij levenstevredenheid, van 0 tot 1 bij lidmaatschap van een sportvereniging en van 0 tot 3 bij eenzaamheid.

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$

Tabel 2

*Correlatiematrix met alle continue variabelen*

	1	2	3
1. Levenstevredenheid	<b>1.00</b>		
2. Eenzaamheid	-0.23**	<b>1.00</b>	
3. Leeftijd	-0.19**	0.01	<b>1.00</b>
<i>M</i>	7.71	1.43	13.73
<i>SD</i>	1.62	0.41	1.62

*Noot.* \*\* $p < .01$

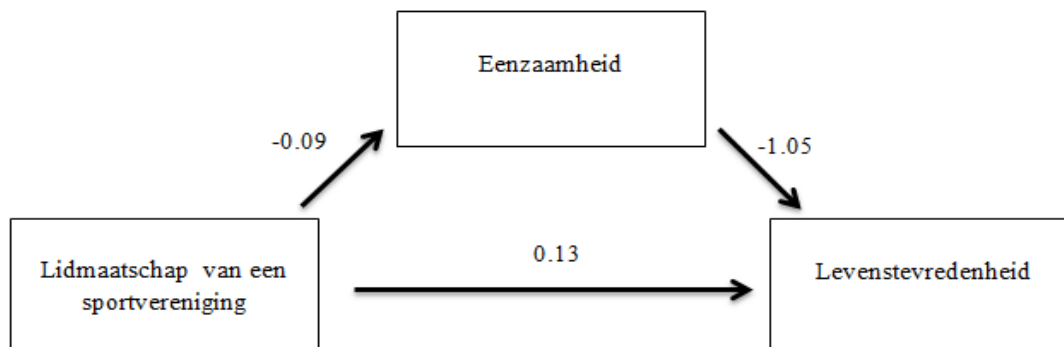
### **Mediatie-analyse: Lidmaatschap van een sportvereniging, eenzaamheid en levenstevredenheid**

Om erachter te komen of eenzaamheid een mediërend effect heeft in de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid, werden eerst de relaties tussen de onafhankelijke en afhankelijke variabelen en de veronderstelde mediator los van elkaar onderzocht. Om de directe relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid te toetsen is gebruik gemaakt van een lineaire regressieanalyse (zie Tabel 3). De resultaten lieten zien dat er, na controle voor geslacht en leeftijd, een significante positieve relatie bestond tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid ( $\beta = 0.06$ ). Hieruit bleek dat jongeren die lid waren van een sportvereniging tevredener waren dan jongeren die geen lid waren. Hypothese 1 werd daarmee bevestigd.

Vervolgens werd de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid getoetst. Ook hiervoor is een lineaire regressieanalyse uitgevoerd (zie Tabel 3). Deze liet zien dat er, na controle voor geslacht en leeftijd, een significante negatieve relatie was tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid ( $\beta = -0.10$ ). Jongeren die lid waren van een sportvereniging voelden zich minder eenzaam dan jongeren die dat niet waren. Daarna werd de relatie tussen eenzaamheid en levenstevredenheid getoetst. Uit de lineaire regressieanalyse (zie Tabel 3) bleek dat er, na controle voor geslacht en leeftijd, een significante negatieve relatie was tussen eenzaamheid en levenstevredenheid ( $\beta = -0.27$ ). Jongeren die meer gevoelens van eenzaamheid ervaarden waren minder tevreden over hun leven dan jongeren met minder gevoelens van eenzaamheid.

Op basis van bovenstaande resultaten kan geconcludeerd worden dat de data voldoen aan de voorwaarden voor een mediatie-analyse (Baron & Kenny, 1986). Er zijn immers significante relaties tussen levenstevredenheid, lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid gevonden. Of eenzaamheid daadwerkelijk een mediator is in de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid, na controle voor geslacht en leeftijd, werd getoetst met behulp van PROCESS, model 4 (Hayes, 2012). De resultaten hiervan zijn weergegeven in Figuur 2 en Tabel 4. Met behulp van de lineaire regressieanalyses werd al gevonden dat de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid en de relatie tussen eenzaamheid en levenstevredenheid significant zijn. Zonder de mediator in het model was de directe relatie tussen lidmaatschap en levenstevredenheid  $b = 0.23$ ,  $t = 5.37$ ,  $p = < .001$ . Het indirecte effect was  $(-0.09)(-1.05) = 0.10$ . Bootstrap analyses lieten zien dat het indirecte effect significant was met een 95% betrouwbaarheidsinterval [.07, .13]. De verklaarde variantie was significant,  $R^2 = .13$ ,

$F(4,6996) = 261.37, p < .001$ . De directe relatie bleef echter ook significant, maar nam wel af in sterkte  $b = 0.13, t = 3.18, p = .002$ , waardoor er sprake was van partiële mediatie. Hypothese 2 werd daarmee bevestigd.



Figuur 2. Mediatie-model met bijbehorende b-waarden.

### **Moderated mediation-analyse: Lidmaatschap van een sportvereniging, migratieachtergrond, eenzaamheid en levenstevredenheid**

Zoals weergegeven in Figuur 1, was het laatste doel van dit onderzoek om te toetsen of de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid verschilt voor jongeren met een eerste of tweede generatie migratieachtergrond of jongeren zonder een migratieachtergrond. Hiervoor werd PROCESS, model 7 gebruikt (Hayes, 2012). De resultaten (zie Tabel 5) lieten zien dat de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid niet significant gemodereerd werd door migratieachtergrond  $b = 0.00, t = 0.21, p = .840$ . Wel werd er, na controle voor geslacht en leeftijd, een directe relatie tussen migratieachtergrond en eenzaamheid gevonden  $b = 0.01, t = 2.19, p = .029$ . Tweede generatie migrantenjongeren verschilden significant in gevoelens van eenzaamheid van jongeren zonder een migratieachtergrond, zoals ook in de beschrijvende analyses werd gevonden.

Ook het hele onderzoeksmodel, waar moderated mediation werd getoetst, werd onderzocht met behulp van model 7 van PROCESS. Het hele onderzoeksmodel was niet significant  $b = 0.00, SE = 0.01, 95\% CI [-.03, .03]$  (zie Tabel 5). De door eenzaamheid gemedieerde relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid verschilde dus niet voor jongeren met een eerste of tweede generatie migratieachtergrond of jongeren zonder een migratieachtergrond. Hypothese 3 werd daarmee niet bevestigd.

Tabel 3

*Resultaten van de regressieanalyses van lidmaatschap van een sportvereniging, eenzaamheid en levenstevredenheid*

	<i>b</i>	$\beta$	<i>R</i> <sup>2</sup>
<i>Lidmaatschap van een sportvereniging als voorspeller van levenstevredenheid</i>			
<i>Stap 1</i>			0.06**
Geslacht	-0.48**	-0.15**	
Leeftijd	-0.20**	-0.20**	
<i>Stap 2</i>			0.06**
Geslacht	-0.47**	-0.14**	
Leeftijd	-0.19**	-0.19**	
Lidmaatschap sportvereniging	0.23**	0.06**	
<i>Lidmaatschap van een sportvereniging als voorspeller van eenzaamheid</i>			
<i>Stap 1</i>			0.03**
Geslacht	-0.15**	-0.19**	
Leeftijd	0.00	0.01	
<i>Stap 2</i>			0.04**
Geslacht	-0.16**	-0.19**	
Leeftijd	0.00	-0.01	
Lidmaatschap sportvereniging	-0.09**	-0.10**	
<i>Eenzaamheid als voorspeller van levenstevredenheid</i>			
<i>Stap 1</i>			0.06**
Geslacht	-0.48**	-0.15**	
Leeftijd	-0.20**	-0.20**	
<i>Stap 2</i>			0.13**
Geslacht	-0.64**	-0.20**	
Leeftijd	-0.19**	-0.19**	
Eenzaamheid	-1.07**	-0.27**	

*Noot.* De variabelen zijn zo gecodeerd dat een hogere score betrekking heeft op meisje (geslacht) en op oudere adolescenten (leeftijd). \*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$



Tabel 4

*Resultaten van de gemedieerde relaties tussen lidmaatschap van een sportvereniging, eenzaamheid en levenstevredenheid*

Afhankelijke variabelen	Onafhankelijke variabelen	<i>b</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	95% CI
Eenzaamheid	Constant	1.76	0.05	38.26	[1.67, 1.85]
	Lidmaatschap	-0.09**	0.01	-8.62	[-.12, -.07]
	Geslacht	-0.16**	0.01	-16.51	[-.18, -.14]
	Leeftijd	0.00	0.00	-0.64	[-.01, .00]
Levenstevredenheid	Constant	12.63	0.19	65.64	[9.73, 10.14]
	Eenzaamheid	-1.05**	0.05	-23.11	[-1.13, -.95]
	Lidmaatschap	0.13**	0.04	3.18	[.17, .33]
	Geslacht	-0.63**	0.04	-17.12	[-.69, -.54]
	Leeftijd	-0.19**	0.01	-16.58	[-.21, -.17]
Indirect effect		0.10	0.01		[.07, .13]

*Noot.* \*\* $p < .01$

Tabel 5

*Resultaten van moderated mediation tussen lidmaatschap van een sportvereniging, migratieachtergrond, eenzaamheid en levenstevredenheid*

Afhankelijke variabelen	Onafhankelijke variabelen	<i>b</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	95% CI
Eenzaamheid	Constant	1.69	0.04	38.03	[1.61, 1.78]
	Lidmaatschap	-0.09**	0.01	-7.89	[-.11, -.07]
	Migratieachtergrond	0.01*	0.01	2.19	[.00, .03]
	Interactie	0.00	0.01	0.21	[-.02, .03]
	Geslacht	-0.16**	0.01	-16.12	[-.18, -.14]
	Leeftijd	0.00	0.00	-0.62	[-.01, .00]
Levenstevredenheid: moderated mediation		0.00	0.01		[-.03, .03]

*Noot.* Interactie staat voor de interactie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en migratieachtergrond.

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$

## Discussie

De huidige studie had als doel te onderzoeken of jongeren die lid zijn van een sportvereniging tevredener zijn over hun leven dan jongeren die geen lid zijn. Daarnaast werd onderzocht of eenzaamheid een mediator is in deze relatie. Als laatste werd getoetst of de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid verschilt voor jongeren met een eerste of tweede generatie migratieachtergrond en jongeren zonder een migratieachtergrond. Zoals verwacht zijn leden van een sportvereniging tevredener over hun leven dan niet-leden. Ook het verwachte mediatie-effect werd gevonden: wie lid is van een sportvereniging ervaart minder gevoelens van eenzaamheid en voelt zich tevredener over zijn leven. Het verschil in de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid voor jongeren met een eerste of tweede generatie migratieachtergrond of jongeren zonder een migratieachtergrond werd niet gevonden. Voordat de resultaten hieronder uitvoerig besproken worden, moet benadrukt worden dat het huidige onderzoek cross-sectioneel is, waardoor er geen causaliteitsuitspraken worden gedaan of richting aan de verbanden tussen de variabelen wordt gegeven.

### **De relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid**

Consistent met eerdere bevindingen (Brajša-Žganec et al., 2011; Downward & Rasciute, 2011; Wold et al., 2013) bleek lidmaatschap van een sportvereniging samen te hangen met levenstevredenheid. Een mogelijke verklaring daarvoor is het feit dat sport, en daarmee fysieke activiteit, zorgt voor een betere fysieke gezondheid. Een betere fysieke gezondheid kan zorgen voor een betere mentale gezondheid, wat vervolgens zorgt voor meer geluksgevoelens en levenstevredenheid.

Een andere mogelijke verklaring is de activiteitstheorie, die stelt dat de frequentie van het beoefenen van de activiteit en de daardoor opgedane sociale contacten samenhangen met levenstevredenheid. In deze theorie wordt benadrukt dat voornamelijk het uitoefenen van sociale, informele activiteiten zorgt voor meer levenstevredenheid, omdat dit de meeste intieme sociale contacten oplevert (Rodríguez et al., 2008). Kijkend naar deze twee mogelijke verklaringen, kan geconcludeerd worden dat zowel het fysieke als het sociale aspect van sport van belang zijn in de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid. Vervolgonderzoek met een longitudinaal design kan uitwijzen of lidmaatschap van een sportvereniging ook daadwerkelijk als voorspeller van een hogere levenstevredenheid kan worden gezien.

### **De relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid**

De resultaten lieten zien dat er, in overeenstemming met eerder onderzoek (Morela et al., 2013), een negatieve relatie bestaat tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid. Een verklaring hiervoor kan gezocht worden in het feit dat de concepten sociale isolatie en eenzaamheid dicht bij elkaar liggen (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 2016). Lidmaatschap van een sportvereniging voorkomt naar alle waarschijnlijkheid sociale isolatie, en daarmee eenzaamheid.

De bevindingen in eerdere onderzoeken hieromtrent waren echter niet eenduidig. Zo vond Brettschneider (2001) weinig voordelen in lidmaatschap van een sportvereniging om gevoelens van eenzaamheid te verminderen. Een verklaring voor de uiteenlopende bevindingen bieden de afhankelijke variabelen van beide onderzoeken. Brettschneider (2001) deed longitudinaal onderzoek naar het effect van sportdeelname op het contact met leeftijdsgenoten, wat niet hetzelfde is als eenzaamheid en sociale isolatie, zoals gemeten in het huidige onderzoek. Longitudinaal vervolgonderzoek zou contact met leeftijdsgenoten en eenzaamheid met elkaar kunnen vergelijken, om erachter te komen welke het meest wordt beïnvloed door lidmaatschap van een sportvereniging en welke het grootste effect heeft op levenstevredenheid.

Opvallend waren de beschrijvende statistieken omtrent eenzaamheid. Jongens rapporteerden meer gevoelens van eenzaamheid dan meisjes. Dit zou kunnen worden verklaard door de operationalisatie van eenzaamheid in het huidige onderzoek. Eenzaamheid is gemeten door te kijken naar de ontvangen sociale steun. Uit de literatuur blijkt dat sociale steun sociale isolatie kan voorkomen (Mellor et al., 2008) en dat sociale isolatie en eenzaamheid dicht bij elkaar liggen (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 2016). In het huidige onderzoek werd onder andere gevraagd naar het kunnen praten over problemen en lief en leed kunnen delen met vrienden. Het feit dat meisjes over het algemeen meer over gevoelens praten en problemen willen delen, om op die manier steun bij peers te zoeken (Rose & Rudolph, 2006), zou een verklaring voor de gevonden sekseverschillen in eenzaamheid kunnen zijn. In vervolgonderzoek zouden verschillende maten van eenzaamheid tegen elkaar afgezet kunnen worden, om te zien of de bevindingen van de huidige studie met een andere maat van eenzaamheid, bijvoorbeeld de UCLA Loneliness Scale (Russell, 1996), ook gevonden worden.

### **De relatie tussen eenzaamheid en levenstevredenheid**

Consistent met eerdere onderzoeken (Ang et al., 2014; Çivitci & Çivitci, 2009, Kapikiran, 2013) werd een negatieve relatie tussen eenzaamheid en levenstevredenheid gevonden. Dit kan verklaard worden doordat eenzame jongeren geen ruimte hebben of voelen om hun gevoelens te uiten. Deze positie van je uitgesloten voelen kan leiden tot een lagere levenstevredenheid (Mellor et al., 2008). Daarnaast bleek dat de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid partieel gemedieerd wordt door eenzaamheid. Hiermee wordt wederom het sociale aspect van een sporten in verenigingsverband benadrukt. Het feit dat we partiële mediatie vonden, suggereert dat er ook andere processen spelen in de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en levenstevredenheid, bijvoorbeeld fysieke gezondheid. Vervolgonderzoek kan uitwijzen of het mediatie-effect ook gevonden wordt in een longitudinaal design. Hiermee kan bekeken worden of lidmaatschap van een sportvereniging als voorspeller geldt voor minder eenzaamheid en of minder eenzaamheid als voorspeller geldt voor meer levenstevredenheid.

### **Migratieachtergrond als moderator**

Eerdere studies die migratieachtergrond als moderator bekijken in de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid zijn niet bekend. Verwacht werd dat voor eerste generatie migrantenjongeren de sportvereniging het meest als buffer zou werken tegen eenzaamheid en dat de samenhang voor hen dus sterker zou zijn dan voor tweede generatie migrantenjongeren en jongeren zonder een migratieachtergrond. Er werden echter geen groepsverschillen gevonden in de relatie tussen lidmaatschap van een sportvereniging en eenzaamheid. Wellicht heeft dit te maken met het feit dat een sportvereniging integratie kan bevorderen, maar daarnaast verschillen tussen migrantengroepen kan benadrukken (Hatzigeorgiadis et al., 2013). Zo zijn er sportteams waarin verschillende culturen samen één team vormen, maar er zijn ook sportteams waar bijvoorbeeld bijna iedereen van autochtone afkomst is en één of twee jongeren een migratieachtergrond hebben. Vooral wanneer het sportteam niet hecht is, kunnen de laatsten zich eenzamer gaan voelen.

Een andere mogelijke verklaring is dat de hypothese dat lidmaatschap van een sportvereniging voor eerste generatie migrantenjongeren het sterkst zou samenhangen met eenzaamheid voornamelijk werd gebaseerd op de gedachte dat deze jongeren nog geen sociaal netwerk zouden hebben, omdat ze nog niet lang in Nederland wonen. De sportvereniging zou hen het sociaal netwerk bieden, waardoor ze minder eenzame gevoelens zouden hebben. Er werd dus geen rekening mee gehouden dat eerste generatie migrantenjongeren wel al een

sociaal netwerk kunnen hebben wanneer ze al langere tijd in Nederland zijn. Van de eerste generatie migrantenjongeren in de huidige studie is alleen bekend dat zij niet in Nederland geboren zijn. Deze groep kan dan ook heel gemengd zijn wat betreft de tijd dat zij in Nederland wonen. De sportvereniging zal daardoor niet voor elke eerste generatie migrantenjongere hetzelfde effect hebben.

In het huidige onderzoek waren grote verschillen omtrent lidmaatschap van een sportvereniging tussen jongeren met en jongeren zonder een migratieachtergrond. Zo was 77% van de jongeren zonder een migratieachtergrond lid van een sportvereniging en 60% van de jongeren met een eerste of tweede generatie migratieachtergrond. Hieruit kan opgemaakt worden dat lidmaatschap van een sportvereniging meer leeft bij autochtone Nederlanders dan Nederlanders met een migratieachtergrond. Wellicht komt dit doordat migrantenouders minder bekend zijn met sportverenigingen en zij hun kinderen minder snel bij een vereniging aanmelden. Ook hierbij moet benadrukt worden dat er verschillen zullen zijn tussen jongeren die net in Nederland wonen en jongeren waarbij het migratieproces al langer geleden is. Zo zal de laatst genoemde groep eerder lid zijn van een sportvereniging, maar zal deze voor hen niet extra als buffer tegen eenzaamheid werken, omdat zij al een sociaal netwerk hebben.

Tweede generatie migrantenjongeren rapporteerden significant meer gevoelens van eenzaamheid dan jongeren zonder een migratieachtergrond. Verschillen met betrekking tot gevoelens van eenzaamheid van eerste generatie migrantenjongeren waren niet significant. Dit is tegenstrijdig met de bevindingen van eerder onderzoek, uitgevoerd met HBSC-data uit Denemarken. In dat onderzoek ervoeren eerste generatie migrantenjongeren meer gevoelens van eenzaamheid dan tweede generatie migrantenjongeren of jongeren zonder een migratieachtergrond (Madsen et al., 2016). De operationalisatie van migratieachtergrond was in dat onderzoek echter anders dan in het huidige onderzoek, wat een mogelijke verklaring is voor de verschillende resultaten. Jongeren van wie beide ouders uit Denemarken kwamen werden door Madsen en collega's (2016) gezien als respondenten zonder migratieachtergrond, ongeacht het geboorteland van de jongere zelf. Een respondent werd pas gezien als eerste generatie migrant als hijzelf en beide ouders in het buitenland geboren waren.

Een andere mogelijke verklaring is dat de groep eerste generatie migrantenjongeren ( $N = 325$ ) in het huidige onderzoek aanzienlijk kleiner was dan de tweede generatie migrantenjongeren ( $N = 1341$ ) en de jongeren zonder een migratieachtergrond ( $N = 5613$ ). De robuustheid van de relatie kan daarom niet goed ingeschat worden, voornamelijk omdat de kans groot is dat de groep eerste generatie migrantenjongeren heel gemengd is. Toekomstig onderzoek, waarbij de groepsgroottes meer gelijk zijn en er zekerheid is dat de eerste

generatie migrantenjongeren ongeveer even lang in Nederland zijn, kan uitwijzen of eerste generatie migrantenjongeren in Nederland meer gevoelens van eenzaamheid ervaren dan tweede generatie migrantenjongeren en autochtone jongeren.

### **Limitaties en sterktes**

De huidige studie kent een aantal sterke punten. Ten eerste kan deze studie als innovatief worden beschouwd. Het is immers, voor zover bekend, de eerste studie die bekeek of lidmaatschap van een sportvereniging eenzaamheid kan voorkomen voor jongeren met een migratieachtergrond en of zij daardoor tevredener zijn over hun leven. Een ander sterk punt is het grote aantal respondenten in de steekproef. Dat verhoogt de betrouwbaarheid van de resultaten.

Het huidig onderzoek kent echter ook beperkingen. Zo is de steekproef niet goed verdeeld voor een juiste vergelijking tussen eerste generatie migrantenjongeren, tweede generatie migrantenjongeren en jongeren zonder een migratieachtergrond. Ook weten we te weinig over de eventuele verschillen in de groep eerste generatie migrantenjongeren. Daarnaast hebben we te maken met cross-sectioneel onderzoek. De gevonden relaties suggereren plausibiliteit van de voorspelde relaties, maar kunnen geen evidentie zijn voor de directionaliteit of causaliteit. We kunnen dus niet met zekerheid zeggen dat jongeren die lid zijn van een sportvereniging tevredener zijn over hun leven, of dat jongeren die tevredener zijn over hun leven eerder lid worden van een sportvereniging. Een derde beperking is dat eventuele confounders, zoals sociaaleconomische status, niet zijn gemeten. Sociaaleconomische status kan immers invloed hebben op zowel de levenstevredenheid als de sportdeelname (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2015; Hoogendoorn & De Hollander, 2016). Om een goed beeld te krijgen van de invloed van sociaaleconomische status, zou vervolgonderzoek hiernaar moeten kijken.

### **Conclusie en implicaties**

Het huidige onderzoek heeft meer inzicht gegeven in de samenhang tussen lidmaatschap van een sportvereniging, levenstevredenheid, eenzaamheid en migratieachtergrond. De resultaten tonen aan dat lidmaatschap van een sportvereniging samenhangt met een hogere levenstevredenheid. Dit ligt niet alleen aan het (reeds bekende) fysieke, maar ook aan het sociale aspect van sport. Lidmaatschap van een sportvereniging heeft mogelijk invloed op levenstevredenheid omdat het eenzaamheid vermindert. Zowel

jongeren als hun ouders zouden zich hiervan bewust moeten zijn, zodat meer ouders overwegen hun kind op jonge leeftijd bij een sportvereniging aan te melden.

## Referenties

- Ang, C. S., Mansor, A. T., & Tan, K. A. (2014). Pangs of loneliness breed material lifestyle but don't power up life satisfaction of young people: The moderating effect of gender. *Social Indicators Research, 117*(2), 353-365. doi: 10.1007/s11205-013-0349-0
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*, 1173-1182. doi:10.1037/0022-3514.51.6.1173
- Booker, C. L., Skew, A. J., Kelly, Y. J., & Sacker, A. (2015). Media use, sports participation, and well-being in adolescence: cross-sectional findings from the UK Household Longitudinal Study. *American Journal of Public Health, 105*(1), 173-180. doi: 10.2105/AJPH.2013.301783
- Bourque, F., Van der Ven, E., & Malla, A. (2011). A meta-analysis of the risk for psychotic disorders among first- and second-generation immigrants. *Psychological Medicine, 41*, 897-910. doi:10.1017/S0033291710001406
- Brajša-Žganec, A., Merkaš, M., & Šverko, I. (2011). Quality of life and leisure activities: How do leisure activities contribute to subjective well-being? *Social Indicators Research, 102*(1), 81-91. doi: 10.1007/s11205-010-9724-2
- Brettschneider, W. D. (2001). Effects of sport club activities on adolescent development in Germany. *European Journal of Sport Science, 1*(2), 1-11. doi: 10.1080/17461390100071201
- Cantril, H. (1965). *The pattern of human concerns*. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.
- Centraal Bureau voor de Statistiek. (2015). *Welzijn in Nederland 2015*. Verkregen van [http://www.utrecht-monitor.nl/sites/www.utrecht-monitor.nl/files/documenten/welzijn\\_in\\_nederland.\\_2015\\_cbs.pdf](http://www.utrecht-monitor.nl/sites/www.utrecht-monitor.nl/files/documenten/welzijn_in_nederland._2015_cbs.pdf)
- Çivitci, N., & Çivitci, A. (2009). Self-esteem as mediator and moderator of the relationship between loneliness and life satisfaction in adolescents. *Personality and Individual Differences, 47*(8), 954-958. doi: 10.1016/j.paid.2009.07.022
- De Jong Gierveld, J., & Van Tilburg, T. G. (2016). Social isolation and loneliness. In H. S. Friedman (Ed.), *Encyclopedia of mental health (second edition)*, 175-178. Oxford: Academic Press. doi: 10.1016/B978-0-12-397045-9.00118-X
- Downward, P., & Rasciute, S. (2011). Does sport make you happy? An analysis of the well-being derived from sports participation. *International Review of Applied Economics, 25*(3), 331-348. doi: 10.1080/02692171.2010.511168



- Elbe, A. M., Hatzigeorgiadis, A., Morela, E., Ries, F., Kouli, O., & Sanchez, X. (2016). Acculturation through sport: Different contexts different meanings. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. doi: 10.1080/1612197X.2016.1187654
- Goldbeck, L., Schmitz, T. G., Besier, T., Herschbach, P., & Henrich, G. (2007). Life satisfaction decreases during adolescence. *Quality of Life Research*, 16(6), 969-979. doi: 10.1007/s11136-007-9205-5
- Hatzigeorgiadis, A., Morela, E., Elbe, A. M., Kouli, O., & Sanchez, X. (2013). The integrative role of sport in multicultural societies. *European Psychologist*, 18(3), 191-202. doi: 10.1027/1016-9040/a000155
- Hayes, A. F. (2012). PROCESS: A versatile computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling [White paper]. Verkregen van <http://www.afhayes.com/public/process2012.pdf>.
- Hoekman, R. (2013). Sportdeelname en de rol van sportvoorzieningen. In: Hildebrandt, V. H., Bernaards, C. M., & Stubbe, J. H. (2013). *Trendrapport bewegen en gezondheid 2010/2011*. Leiden: TNO.
- Hoogendoorn, M. P., & De Hollander, E. L. (2016). *Belemmeringen en drijfveren voor sport en bewegen bij ondervertegenwoordigde groepen. RIVM Briefrapport 2016-0201*. Bilthoven: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu.
- Huang, H., & Humphreys, B. R. (2012). Sports participation and happiness: Evidence from US microdata. *Journal of Economic Psychology*, 33(4), 776-793. doi: 10.1016/j.joep.2012.02.007
- Kapikiran, S. (2013). Loneliness and life satisfaction in Turkish early adolescents: The mediating role of self-esteem and social support. *Social Indicators Research*, 111(2), 617-632. doi: 10.1007/s11205-012-0024-x
- Levin, K. A., & Currie, C. (2014). Reliability and validity of an adapted version of the Cantril Ladder for use with adolescent samples. *Social Indicators Research*, 119(2), 1047-1063. doi: 10.1007/s11205-013-0507-4
- Madsen, K. R., Damsgaard, M. T., Jervelund, S. S., Christensen, U., Stevens, G. W. J. M., Walsh, S., ... Holstein, B. E. (2016). Loneliness, immigration background and self-identified ethnicity: A nationally representative study of adolescents in Denmark. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 42(12), 1977-1995. doi: 10.1080/1369183X.2015.1137754

- Mellor, D., Stokes, M., Firth, L., Hayashi, Y., & Cummins, R. (2008). Need for belonging, relationship satisfaction, loneliness, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences, 45*, 213-218. doi: 10.1016/j.paid.2008.03.020
- Moljord, I. E. O., Eriksen, L., Moksnes, U. K., & Epnes, G. A. (2011). Stress and happiness among adolescents with varying frequency of physical activity. *Perceptual and Motor Skills, 113*(2), 631-646. doi: 10.2466/02.06.10.13.PMS.113.5.631-646
- Morela, E., Hatzigeorgiadis, A., Kouli, O., Elbe, A. M., & Sanchez, X. (2013). Team cohesion and ethnic-cultural identity in adolescent migrant athletes. *International Journal of Intercultural Relations, 37*, 643-647. doi: 10.1016/j.ijintrel.2013.05.001
- Rodríguez, A., Látková, P., & Sun, Y. Y. (2008). The relationship between leisure and life satisfaction: application of activity and need theory. *Social Indicators Research, 86*, 163-175. doi: 10.1007/s11205-007-9101-y
- Rose, A. J., & Rudolph, K. D. (2006). A review of sex differences in peer relationship processes: Potential trade-offs for the emotional and behavioral development of girls and boys. *Psychological Bulletin, 132*(1), 98-131. doi: 10.1037/0033-2909.132.1.98
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment, 66*(1), 20-40. doi: 10.1207/s15327752jpa6601\_2
- Stevens, G. W. J. M., Walsh, S. D., Huijts, T., Maes, M., Madsen, K. R., Cavallo, F., & Molcho, M. (2015). A internationally comparative study of immigration and adolescent emotional and behavioral problems: Effects of generation and gender. *Journal of Adolescent Health, 57*(6), 587-594. doi: 10.1016/j.jadohealth.2015.07.001
- Stubbe, J. H., De Moor, M. H. M., Boomsma, D. I., & De Geus, E. J. C. (2007). The association between exercise participation and well-being: A co-twin study. *Preventive Medicine, 44*(2), 148-152. doi: 10.1016/j.ypmed.2006.09.002
- Suldo, S. M., & Huebner, E. S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous? *Social Indicators Research, 78*, 179-203. doi: 10.1007/s11205-005-8208-2
- Wold, B., Duda, J. L., Balaguer, I., Smith, O. R. B., Ommundsen, Y., Hall, H. K., ... Krommidas, C. (2013). Comparing self-reported leisure-time physical activity, subjective health, and life satisfaction among youth soccer players and adolescents in a reference sample. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 11*(4), 328-340. doi: 10.1080/1612197X.2013.830433