

Het Verband tussen Sociale Mediagebruik en de Levenstevredenheid onder Nederlandse Tieners
tussen de 10 en 15 Jaar

Michelle Kraaij 5990645 en Merle G. J. Roefs 5994934

Universiteit Utrecht

Bachelorthesis Pedagogische Wetenschappen (200600042)

Werkgroep: 10

Werkgroepdocent: Sarah Stuijtzand

Datum: 19-06-2019

Aantal woorden: 4602

Abstract

The aim of the present study was to investigate the relation between the use of social media amongst teenagers between 10 and 15 years old on the one hand, and their life satisfaction on the other hand. Consistent with the Social Comparison Theory, the first hypothesis was that the use of social network sites has a negative association with life satisfaction. Consistent with the Social Compensation Theory, the second hypothesis was that online chatting has a positive association with life satisfaction. The study consisted of 942 participants ($M_{age} = 12,93$; $SD = 1,39$). The teenagers completed a questionnaire at home. Multiple regression analysis found no significant association between the use of social network sites and life satisfaction. Additionally, there was no association between online chatting and life satisfaction. In conclusion, social network sites and online chatting are not related to the life satisfaction among teenagers between 10 and 15 years old. This study contains strengths as well as limitations. At the end of this article recommendations will be formulated and further discussed for future research.

Keywords: Social Network Sites, Online Chatting, Teenagers, Life Satisfaction

Het Verband tussen Sociale Mediagebruik en de Levenstevredenheid onder Nederlandse Tieners
tussen de 10 en 15 Jaar

Het gebruikmaken van sociale media is razend populair onder tieners (Bányai et al., 2017). Het blijkt een van de meest beoefende activiteiten, aangezien tieners en adolescenten dagelijks gemiddeld drie uur op sociale media spenderen. Daarnaast bleek in 2018 85,1% van de personen van 12 jaar of ouder in Nederland regelmatig gebruik te maken van communicatie via sociale media (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2018). De term ‘sociale media’ wordt gedefinieerd als de online platformen waar gebruikers, zonder tussenkomst van een professionele redactie, zelf de inhoud verzorgen (Obar, 2015). De rol van sociale media is de laatste jaren erg veranderd (Turkle, 1997). Zo werden sociale media twintig jaar geleden enkel voor vermaak gebruikt. Het was een middel om even te ontsnappen aan het echte leven. Echter worden sociale media tegenwoordig onder andere gebruikt om op het leven ‘offline’ te reflecteren (Reich, Subrahmanyam, & Espinoza, 2012). Zo gebruikt men profielsites om zichzelf te vergelijken met anderen (Lup, Trub, & Rosenthal, 2015). Het gebruiken van profielsites wordt gezien als zowel het posten op als het bekijken van profielsites, zoals Facebook en Twitter (Boyd, & Ellison, 2007). Daarnaast gebruiken tieners sociale media om te chatten met anderen (Harbard, Allen, Trinder, & Bei, 2016). Chatten via sociale media is een manier van online communiceren via een chatprogramma, zoals WhatsApp en Skype (Cho, 2007).

De Social Comparison Theory en de Social Compensation Theory zijn twee theorieën die het gebruik van sociale media relateren aan levenstevredenheid. Levenstevredenheid wordt gedefinieerd als de evaluatie van het leven als geheel (Huebner, Drane, & Valois, 2000). Het wordt gezien als een optelsom van tevredenheid op de levensdomeinen: familie, vrienden, school, zichzelf, levensomgeving en globaal. De Social Comparison Theory van Festinger (1954) gaat ervan uit dat mensen hun prestaties, gevoelens en meningen vergelijken met anderen om op zichzelf te evalueren. Een belangrijk onderdeel van deze theorie is de opwaartse vergelijking, waarbij iemand zichzelf vergelijkt met iemand die beter af is dan hem (Wills, 1981). Een veelgebruikte manier voor tieners om zich opwaarts te vergelijken met anderen is het volgen van aantrekkelijke leeftijdsgenoten en beroemdheden via profielsites (Heuvelman, Fennis, & Peters, 2011). Wanneer zij weinig overeenkomsten zien tussen de aantrekkelijke leeftijdsgenoot en zichzelf, kan dit zorgen voor een lager zelfvertrouwen (Vogel, Rose, Roberts, & Eckles, 2014). Ook kan de online vergelijking met leeftijdsgenoten bijdragen aan gevoelens van zelfmedelijden,

angst om dingen te missen en het obsessief bekijken van sociale media, wat kan resulteren in een lagere levenstevredenheid onder tieners (Vandenbosch & Eggermont, 2016). Daarentegen veronderstelt de Social Compensation Theory dat sociale media voordelen hebben voor jongeren (Valkenburg, Schouten, & Peter, 2005). Volgens deze theorie hebben voornamelijk introverte en sociaal-angstige mensen problemen met het ontwikkelen van vriendschappen in het dagelijks leven. Door het gebrek aan visuele aanwijzingen tijdens het gebruik van sociale media, zoals non-verbale reacties, zouden sociaal-angstige mensen zichzelf online eerder durven blootstellen dan offline. Dit kan bijdragen aan diepe en kwalitatief hoogstaande gesprekken met leeftijdsgenoten (Valkenburg & Peter, 2007). Hierdoor zou volgens hetzelfde onderzoek online communicatie gerelateerd kunnen zijn aan gevoelens van verbondenheid en het ontwikkelen van hechte vriendschappen. Sociale media zouden in dit geval gerelateerd kunnen worden aan een hogere levenstevredenheid (Wenninger, Krasnova, & Buxmann, 2014). De Social Comparison Theory biedt dus ondersteuning voor een negatief verband en de Social Compensation Theory voor een positief verband tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid onder tieners.

Overeenkomstig met de Social Comparison Theory zijn er verschillende onderzoeken die een negatief verband aantonen tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid onder tieners (Hinsch & Sheldon, 2013; Oberst, Wegmann, Stodt, Brand, & Chamarro, 2017). Zo kan sociale mediagebruik in zijn geheel in verband staan met cyberpesten, een depressie en sociale angst (Subrahmanyam & Smahel, 2011). Daarnaast lijkt overmatig internetgebruik, waaronder sociale mediagebruik, in verband te staan met een burnout op school onder tieners tussen de 12 en 18 jaar (Salmela-Aro, Upadyaya, Hakkarainen, Lonka, & Alho, 2017). Een burnout op school kan vervolgens de kans op een depressie vergroten en hiermee de levenstevredenheid verlagen. Naast studies die sociale media als breed concept onderzoeken, zijn er ook studies die zich richten op specifieke activiteiten van sociale media. Zo zouden 'online feedback vragen', zoals het ontvangen van reacties, en het online vergelijken van zichzelf in verband staan met het ontwikkelen van depressieve symptomen onder tieners tussen de 12 en 16 jaar (Nesi & Prinstein, 2015). Niet alleen lijkt de online vergelijking in verband te staan met een depressie, maar ook met de ontwikkeling van een laag zelfbeeld (Vandenbosch & Eggermont, 2016). Uit hetzelfde onderzoek blijkt namelijk dat het online volgen van aantrekkelijke anderen in verband staat met zelf objectificatie. Dit houdt in dat jongeren hun zelfbeeld enkel baseren op uiterlijke kenmerken, wat bij kan dragen aan een laag zelfbeeld.

Daarentegen zijn er consistent met de Social Compensation Theory onderzoeken die een positief verband suggereren tussen sociale mediagebruik en een hogere levenstevredenheid (Burke, Marlow & Lento, 2010; Oh, Ozkaya & LaRose, 2014). Allereerst lijkt online communicatie bij te dragen aan sociale betrokkenheid onder jongeren tussen de 12 en 21 jaar (Subrahmanyam & Smahel, 2011). Zo ontvangen jongeren door online communicatie met leeftijdsgenoten meer sociale steun, wat zorgt voor een saamhorigheidsgevoel. Daarnaast komt er uit onderzoek over tieners tussen de 13 en 18 jaar dat sociale mediagebruik tieners mogelijkheden biedt om zichzelf meer te uiten (Davis, 2012; Wenninger, Krasnova, & Buxmann, 2014). Door het delen van emoties online, zien tieners geen non-verbale reacties en ontvangen ze geen directe feedback. Uit hetzelfde onderzoek blijkt dat tieners hierdoor eerder emoties en gedachten durven te delen dan in het echte leven. Het online posten en chatten wordt dan ook geassocieerd met een hogere mate van levenstevredenheid onder tieners (Wenninger et al., 2014). Ook onder studenten met een leeftijd van 16 tot 22 jaar is te zien dat het online delen van emoties en gedachten positief samenhangt met het sociaal welzijn (Ko & Kuo, 2009). Uit hetzelfde onderzoek blijkt dat studenten zichzelf door bloggen kenbaar kunnen maken en hierbij sociale steun ontvangen van mensen met dezelfde visie. Het delen van positieve gebeurtenissen en het krijgen van positieve feedback, lijken dus positief gerelateerd te zijn aan het sociaal welzijn van jongeren (Choi, 2012).

Concluderend is er al veel onderzoek gedaan naar de relatie tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid onder verschillende doelgroepen. Er is echter nog weinig onderzoek gedaan specifiek naar tieners in de leeftijd van 10 tot 15 jaar. Veel onderzoeken hebben een bredere focus, waarbij gekeken wordt naar andere doelgroepen (zoals in Subrahmanyam & Smahel, 2011; Lenhart, Purcell, Smith, & Zickuhr, 2010). Daarnaast richt bestaand onderzoek zich vooral op het onderzoeken van sociale media als breed concept (zoals in Bányai et al., 2017). Hierdoor is nog niet duidelijk of het gebruikmaken van profielsites en het online chatten positief danwel negatief in verband staan met de levenstevredenheid onder tieners tussen de 10 en 15 jaar.

Het onderzoeken van het gebruikmaken van profielsites en online chatten in verband met levenstevredenheid kan van maatschappelijk belang zijn, wanneer deze inzichten gebruikt worden bij interventie ontwikkeling. Door het opdoen van deze kennis kunnen er interventies worden opgesteld waarin jongeren voorgelicht of ondersteund worden bij het verbeteren van hun

levenstevredenheid. In het verleden zijn er een aantal interventies ontworpen met de focus op sociale media. Zo blijkt dat sociale media gebruikt kunnen worden in het bevorderen van gezond seksueel gedrag onder tieners (Bull, Levine, Black, Schmiege, & Santelli, 2012). Ook lijken interventies gericht op het internet en de mobiele telefoon te resulteren in een vermindering van het aantal psychoses en een versterking van de sociale connecties van mensen (Alvarez-Jimenez et al., 2014). Er bestaat echter nog geen specifieke interventie voor het verbeteren van de levenstevredenheid onder tieners, die gebruik maakt van sociale media.

Daarnaast geeft het maken van een onderscheid tussen gebruikmaken van profielsites en het online chatten in relatie tot levenstevredenheid onder tieners, nieuwe inzichten over de specifieke rol die sociale media spelen bij de levenstevredenheid onder tieners. Deze inzichten zijn in de huidige literatuur nog niet naar voren gekomen (zoals in Subrahmanyam & Smahel, 2011). Op basis van de besproken theorieën wordt verwacht dat de activiteiten die jongeren ondernemen op sociale media in verband staan met hun levenstevredenheid. De verwachting is dat het gebruikmaken van profielsites negatief in verband staat met levenstevredenheid, vanwege onder andere de sociale vergelijking die tieners maken met rolmodellen, wat zorgt voor een laag zelfbeeld. Een tweede verwachting is dat het online chatten positief in verband staat met de levenstevredenheid, omdat tieners steun en saamhorigheid lijken te vinden in het online chatten.

De onderzoeksvraag waar dit onderzoek zich op focust, luidt: ‘Wat is het verband tussen sociale mediagebruik en de levenstevredenheid onder Nederlandse tieners tussen de 10 en 15 jaar?’ De subvragen die hierbij gebruikt worden zijn: ‘Wat is het verband tussen het gebruikmaken van profielsites en de levenstevredenheid onder Nederlandse tieners tussen de 10 en 15 jaar?’ en ‘Wat is het verband tussen het chatten via sociale media en de levenstevredenheid onder Nederlandse tieners tussen de 10 en 15 jaar?’.

Op basis van de theorieën en eerder empirisch onderzoek zijn er hypothesen opgesteld.

H1: Het gebruikmaken van profielsites hangt negatief samen met de levenstevredenheid onder tieners.

H2: Het online chatten hangt positief samen met de levenstevredenheid onder tieners.

Methode

Steekproef

Voor dit onderzoek is er gebruik gemaakt van cross sectionele data uit een studie naar de relatie tussen sociale mediagebruik en empathie (Vossen & Valkenburg, 2016). Deze studie

bestond uit 516 gezinnen, met minstens twee kinderen tussen de 10 en 14 jaar oud. De gezinnen waren allemaal woonachtig in Nederland. In totaal namen 1032 jongeren deel aan het onderzoek (50% vrouw; *Mleeftijd* = 12,93, *SD* = 1,39). De uiteindelijke sample bestond uit 942 Nederlandse tieners die alle vragen hebben ingevuld.

Design en procedure

Ten behoeve van dit onderzoek is er gebruik gemaakt van de digitale vragenlijst ‘entertaining van tieners’ (Huebner, 1997; Vooijs, Van der Voort, & Beentjes, 1987). De digitale aard van de vragenlijst was passend in het kader van het onderzoek: het was een instrument dat jongeren van deze populatie aansprak en waar ze goed mee overweg konden. Het omvatte een toetsingsonderzoek, waarbij er getoetst is of meer sociale mediagebruik in relatie stond met een hogere of lagere levenstevredenheid. Hierbij is er onderscheid gemaakt in sociale mediagebruik tussen ‘het gebruikmaken van profielsites’ en ‘online chatten’. Met de verzamelde data is de frequentie van ‘het gebruikmaken van profielsites’ en ‘online chatten’ in verband gebracht met de hoogte van de levenstevredenheid.

Voor het verzamelen van de data is er allereerst toestemming verkregen van het *Institutional Review Board*. Vervolgens heeft een groot particulier Nederlands onderzoeksinstituut de data tussen september 2012 en december 2012 verzameld. Families en jongeren binnen dit onderzoek zijn verworven via een online panel van ongeveer 60.000 families binnen Nederland. Aangezien deze studie onderdeel was van een grotere studie, in welke de relatie tussen broers en zussen onderling belangrijk was, namen minstens twee kinderen van iedere familie deel aan deze studie. De vragenlijsten zijn bij de jongeren thuis afgenomen, waarbij ze de vragenlijst op hun laptop invulden. Met de vragenlijst zijn verschillende deelgebieden uitgevraagd, waaronder ‘het sociale mediagebruik’ en ‘levenstevredenheid.’ In het kader van minderjarigheid is voordat de vragenlijst werd afgenomen, toestemming verkregen van de deelnemende jongere en één van zijn of haar ouders. Om de jongeren te bedanken en te compenseren voor hun tijd, hebben de families punten ontvangen die ze konden inleveren voor verschillende prijzen.

Meetinstrumenten

Sociale mediagebruik is geoperationaliseerd door de frequentie van het gebruik van profielsites, zoals Facebook en Twitter, en het gebruik van chat applicaties, zoals WhatsApp en Skype, onder tieners te meten (zoals in Valkenburg & Peter, 2008). Voor de opstelling van de

vragen is er gekeken naar een validatieonderzoek over de geschiktheid van het meten van kijken en leestijd bij kinderen (Vooijs et al., 1987).

Gebruikmaken van profielsites. Voor het gebruikmaken van profielsites is de nieuwe indexvariabele ‘bezoeken van profielsites in uren per week’ geconstrueerd. Het eerste item stelde de volgende vraag: ‘Hoeveel dagen per week zit je op profielsites, zoals Hyves, Facebook of Twitter?’ Antwoordmogelijkheden varieerden van 1 (nooit) tot 9 (7 dagen per week). Dit item is gehercodeerd naar een item waarbij de uitkomstwaarde overeenkwam met het aantal dagen per week. Het tweede item betrof een open vraag waarbij het aantal uren en minuten dat per dag aan profielsites werd besteed, ingevuld kon worden. Om tot het gemiddeld aantal uren per week gebruikmaken van profielsites te komen, zijn het gehercodeerde en het tweede item met elkaar vermenigvuldigd.

Online chatten. Voor het meten van ‘online chatten’ is de nieuwe indexvariabele ‘chatten in uren per week’ geconstrueerd. Het eerste item betrof de vraag: ‘Hoeveel dagen per week chat je?’ Antwoordmogelijkheden varieerden van 1 (nooit) tot 9 (7 dagen per week). Om tot de nieuwe variabele te komen, is het eerste item gehercodeerd naar een variabele waarbij de uitkomstwaarde op het item overeenkwam met het aantal dagen per week. Bij het tweede item kon de respondent het aantal uren en minuten per dag dat hij/zij besteedt aan chatten vermelden. Vervolgens zijn het gehercodeerde en het tweede item met elkaar vermenigvuldigd, om tot het gemiddeld aantal uren online chatten per week te komen.

Levenstevredenheid. Het concept levenstevredenheid is gemeten met een aangepaste versie van de schaal van Huebner (1997). Deze schaal bestond uit 8 items, waarin gevraagd is naar de mate van tevredenheid over verschillende levensaspecten. Voorbeelditems waren: ‘Hoe tevreden ben je met jezelf?’ en ‘Hoe leuk vind je het huis waarin je woont?’ Voor elk item konden de tieners aangeven wat zij van de verschillende levensaspecten vonden op een vierpunts Likert schaal: (1) Niet heel leuk, (2) Een beetje leuk, (3) Leuk, (4) Heel leuk. Om tot een algemene levenstevredenheid te komen, is er een totaalscore geconstrueerd. Hiervoor is het gemiddelde genomen van de acht vragen over levenstevredenheid. De betrouwbaarheid van deze schaal was ,843, wat duidde op een hoge betrouwbaarheid ofwel een hoge interne consistentie.

Statistische analyse

Met behulp van een multi-pele regressieanalyse is onderzocht of en op welke manier het gebruikmaken van profielsites en online chatten in verband staan met de levenstevredenheid

onder tieners. Voordat de resultaten werden geanalyseerd, is er gekeken of er aan de assumpties van een multipele regressie was voldaan. Ten eerste is er met een histogram gekeken of de steekproef normaal verdeeld was. Ook is er naar de tolerantie en de variantie inflatie factor gekeken om de assumptie van multicollineariteit te controleren. Daarnaast zijn de normaliteit, lineariteit, homoscedasticiteit en onafhankelijkheid van de residuen onderzocht met een scatter plot. Geen van de genoemde assumpties zijn overschreden. Als laatst is er met een boxplot gekeken of er sprake was van uitschieters. Voor de variabelen ‘gebruikmaken van profielsites’ en ‘online chatten’ waren er sprake van extreme scores met een waarde van meer dan ± 3 standaarddeviaties. Voor het gebruikmaken van profielsites zijn 20 scores gevonden als uitschieters, voor online chatten gold dit voor 29 scores. Deze scores zijn met behulp van de winsorizing methode gehercodeerd naar een waarde van het gemiddelde ± 3 standaarddeviaties.

Naast de onafhankelijke en afhankelijke variabelen, is het covariaat geslacht meegenomen. Meiden lijken over het algemeen meer gebruik te maken van sociale media dan jongens. Door geslacht als covariaat mee te nemen, is hiervoor gecontroleerd (Madden et al., 2013; Rideout, 2016).

Resultaten

Beschrijvende statistieken

De gemiddelden, de standaarddeviaties en de correlaties van de modelvariabelen zijn weergegeven in Tabel 1 (zie bijlage 1). Allereerst is de relatie tussen het gebruikmaken van profielsites en de gemiddelde levenstevredenheid getoond. Het verband tussen deze twee variabelen was niet significant, wat inhoudt dat het gebruikmaken van profielsites niet samenhangt met de gemiddelde levenstevredenheid. Daarnaast was te zien dat online chatten niet significant gerelateerd is aan de gemiddelde levenstevredenheid, wat wil zeggen dat deze variabelen niet met elkaar in verband stonden. Wel is er een sterk significant verband gebleken tussen het gebruikmaken van profielsites en online chatten. Tieners die veel gebruik maakten van profielsites, leken ook veel online te chatten. Ten slotte is weergegeven dat geslacht een zwakke tot zeer zwakke significante positieve relatie had met zowel het gebruikmaken van profielsites als online chatten. Meisjes maakten meer gebruik van sociale media dan jongens.

Versand tussen online chatten, gebruikmaken van profielsites en levenstevredenheid

Volgens hypothese 1 zou het gebruikmaken van profielsites negatief samenhangen met de gemiddelde levenstevredenheid onder tieners. Volgens hypothese 2 zou online chatten positief samenhangen met de levenstevredenheid onder tieners.

Door middel van een multiële regressieanalyse zijn beide hypothesen getoetst, waarbij de gemiddelde levenstevredenheid als afhankelijke variabele is genomen en het gebruikmaken van profielsites, online chatten en geslacht als onafhankelijke variabelen zijn genomen. Het multiële regressiemodel is niet significant gebleken ($F(3, 1025) = 0,94, p = ,423$). Dit betekent dat de predictoren onvoldoende proportie van de variantie verklaarden en dat het model niet bruikbaar was om levenstevredenheid te voorspellen. Online chatten, het gebruikmaken van profielsites en geslacht voorspelden samen 0,3% van de totale verklaarde variantie van levenstevredenheid ($R^2 = ,003$).

De resultaten hebben aangetoond dat het gebruikmaken van profielsites niet significant gerelateerd is aan de gemiddelde levenstevredenheid ($B = 0,00, t = -0,05, p = ,957$). Hypothese 1 is verworpen. Daarnaast is online chatten niet significant gerelateerd aan de gemiddelde levenstevredenheid ($B = -0,002, t = -0,87, p = ,387$). Ook hypothese 2 is verworpen. Tenslotte bleek geslacht niet significant gerelateerd te zijn aan levenstevredenheid ($B = 0,04, t = 1,24, p = ,217$).

Discussie

Onderzoekers hebben de laatste jaren veel onderzoek verricht naar sociale media. Er is in deze onderzoeken nog geen duidelijk onderscheid gemaakt tussen gebruikmaken van profielsites en het online chatten. Huidig onderzoek heeft naar deze twee aspecten van sociale media in relatie tot de levenstevredenheid onder tieners tussen de 10 en 15 jaar gekeken.

Gebaseerd op de Social Comparison Theory en recente empirie was de eerste verwachting dat het gebruikmaken van profielsites negatief samenhangt met de levenstevredenheid onder tieners tussen de 10 en 15 jaar. Uit de Social Comparison Theory en recente empirie blijken dat tieners zichzelf online vergelijken met anderen die het beter doen dan zij, wat zou kunnen samenhangen met een lagere levenstevredenheid. De gevonden resultaten uit dit onderzoek ondersteunen deze verwachting niet. Er is geen significante correlatie gevonden tussen het gebruikmaken van profielsites en de gemiddelde levenstevredenheid, wat inhoudt dat deze twee variabelen niet met elkaar in verband lijken te staan. Een mogelijke verklaring voor de tegenstrijdige resultaten is dat tieners zich online niet enkel opwaarts vergelijken met een

rolmodel, maar zich ook neerwaarts kunnen vergelijken met iemand die slechter af is dan zij. Wanneer dit het geval zou zijn, hebben tieners het gevoel dat ze het beter doen dan de persoon waarmee ze zichzelf vergelijken. Dit versterkt mogelijk hun zelfvertrouwen en verbetert daarmee de levenstevredenheid (Vogel, Rose, Roberts, & Eckles, 2014). In dit onderzoek is echter niet specifiek onderzocht wie de tieners volgen op sociale media en met wie zij zichzelf vergelijken. Een verklaring voor het uitblijven van een verband kan zijn dat tieners zich zowel opwaarts als neerwaarts vergelijken op sociale media, wat zorgt voor het ontbreken van een positief danwel negatief verband van sociale media met levenstevredenheid.

Op basis van de Social Compensation Theory en recent empirisch onderzoek was de tweede verwachting dat het online chatten positief samenhangt met de levenstevredenheid onder tieners tussen de 10 en 15 jaar. Door het ontbreken van visuele aanwijzingen, zou men online meer durven bespreken (Valkenburg & Peter, 2007). Dit zou samenhangen met meer sociale steun, wat kan bijdragen aan een hogere levenstevredenheid. Echter komen de resultaten van dit onderzoek niet overeen met deze verwachting. Er is geen significant verband gevonden tussen online chatten en levenstevredenheid. Dit betekent dat online chatten, de levenstevredenheid onder tieners niet lijkt te voorspellen. Een verklaring voor deze tegenstrijdige resultaten kan zijn dat online sociaal contact anders wordt ervaren dan offline sociaal contact (Subrahmanyam, Reich, Waechter, & Espinoza, 2008). Uit het onderzoek van Subrahmanyam en collega's (2008) blijkt, in tegenstelling tot de Social Compensation Theory en recente empirie, dat het ontbreken van visuele aanwijzingen en face-to-face communicatie juist een beperking is voor het ervaren van sociale steun. Door het ontbreken van visueel contact, zouden emoties minder opgemerkt en begrepen worden. Online communicatie zou volgens hetzelfde onderzoek dan ook voornamelijk gebruikt worden voor het onderhouden van bestaande offline contacten in plaats van voor het maken van nieuwe vriendschappen. Een verklaring voor het gebrek aan de relatie tussen online contact en een hogere levenstevredenheid, door het ontbreken van visueel contact, wordt ondersteund door het onderzoek van Trepte, Dienlin & Reinecke (2015). Uit dit onderzoek blijkt dat de relatie tussen sociale steun en hogere levenstevredenheid enkel geldt voor sociale steun die offline is verkregen. Er lijkt dus een belangrijk verschil te zijn tussen sociale steun online en offline, waarbij mogelijk enkel meer offline sociale steun samenhangt met een hogere levenstevredenheid onder tieners.

Ondanks dat de hypothesen niet kunnen worden aangenomen, heeft deze studie een aantal sterke eigenschappen. Allereerst maakt deze studie onderscheid tussen het gebruikmaken van profielsites en online chatten, wat in voorgaand onderzoek nog weinig is gedaan. Sociale media is een breed concept met een groot scala aan activiteiten (Benevenuto, Rodrigues, Cha, & Almeida, 2009). De verschillende activiteiten zijn erg divers, wat het van waarde maakt om het verschil tussen specifieke aspecten van sociale media te onderzoeken. Een ander sterk punt is dat er met overweging gekozen is voor de specifieke leeftijdsgroep van tieners tussen de 10 en 15 jaar. De relatie tussen sociale media en levenstevredenheid is vaak onderzocht onder adolescenten (zoals in Subrahmanyam & Smahel, 2011; Lenhart et al., 2010). Maar er is nog niet specifiek gekeken naar tieners tussen de 10 en 15 jaar. De fase van 10 tot 15 jaar is een leeftijd waarin tieners in de puberteit komen (Lewis, Shapland, & Watts, 2016). Deze fase gaat gepaard met onzekerheid en een hoge beïnvloedbaarheid door peers (Viner, Allen, & Patton, 2017). Juist in deze periode lijkt de levenstevredenheid erg veranderlijk. Aangezien tieners van deze leeftijd veel gebruikmaken van sociale media, lijkt het van waarde om de relatie hiervan met levenstevredenheid in deze veranderlijke periode te onderzoeken (Bányai et al., 2017). Wanneer sociale media zou samenhangen met een lagere levenstevredenheid, zouden er interventies kunnen worden ingezet op het voorlichten van tieners over sociale media en hun levenstevredenheid. Wanneer er een positieve relatie tussen sociale media en levenstevredenheid zou zijn, zou sociale media ingezet kunnen worden om de levenstevredenheid onder tieners te verbeteren. Een sterk punt voor de interne validiteit van dit onderzoek, is dat de vragenlijsten bij de respondenten thuis zijn afgenomen. De respondenten zijn individueel benaderd, in plaats van in groepen. Dit betekent hoogstwaarschijnlijk dat groepsdruk geen invloed heeft gehad op het onderzochte verband (Toftthagen, 2012). Als laatst is er in de gebruikte vragenlijst naar het aantal uren sociale mediagebruik per dag gevraagd, in plaats van per week. De variabele 'sociale mediagebruik in uren per week' is later door de onderzoekers geconstrueerd. Dit bevordert de betrouwbaarheid van het onderzoek, aangezien het voor de respondenten makkelijker is om het aantal uren van sociale mediagebruik per dag aan te geven, in plaats van per week (Mantonakis, Rodero, Lesschaeve, & Hastie, 2009).

Naast de genoemde sterke eigenschappen, bevat dit onderzoek ook een aantal zwakke eigenschappen. Allereerst is het concept sociale media erg veranderlijk, waarbij er voortdurend nieuwe vormen van sociale media ontstaan (Bury, Deller, Greenwood, & Jones, 2013). De data

voor dit onderzoek is verzameld in 2012-2013, wat betekent dat de data op het moment van het schrijven van dit artikel al zeven jaar oud is. Dit wekt de vraag op of de gebruikte data nog wel representatief is voor het sociale mediagebruik van tegenwoordig. Uit toekomstig onderzoek dat gebruik maakt van recentere data zouden meer representatieve uitspraken gedaan kunnen worden wat betreft het hedendaagse sociale mediagebruik van tieners. Ten tweede zou sociale wenselijkheid een ongewenste rol kunnen hebben gespeeld binnen dit onderzoek (Krumpal, 2013). De vragenlijsten zijn afgenomen bij de tieners thuis op een laptop, wat betekent dat de anonimiteit niet volledig is gewaarborgd. Mogelijk hebben tieners niet toe durven te geven dat ze ontevreden waren, of hebben ze sociaal gewenste antwoorden gegeven. Toekomstig onderzoek zou dit kunnen verbeteren door tieners online een link toe te sturen die ze kunnen openen op hun laptop. Op deze manier hebben ze geen druk van de onderzoeker en hebben ze meer het gevoel dat hun identiteit verborgen blijft. Als laatst zijn de gevoelens van tieners in de leeftijd van 10 tot 15 jaar erg veranderlijk, waardoor scores erg kunnen verschillen per moment. Dit kan komen doordat de puberteit vaak een periode van een zoektocht naar de eigen identiteit is, wat veel onzekerheid en veranderlijkheid met zich meebrengt (Viner, Allen, & Patton, 2017). Vervolgonderzoek zou longitudinaal onderzoek kunnen doen, waarbij de gevoelens van levenstevredenheid gedurende de puberteit en jongvolwassenheid onderzocht kunnen worden. Hierdoor kan er voor de veranderlijkheid van levenstevredenheid gecontroleerd worden.

Op basis van dit onderzoek zijn er twee aanvullende aanbevelingen te noemen voor toekomstig onderzoek met als doel de ontwikkeling van interventies. Allereerst is er geen relatie gevonden tussen het gebruikmaken van profielsites en levenstevredenheid. Er zijn echter wel aanwijzingen vanuit de literatuur waaruit blijkt dat de online vergelijking met anderen zowel positieve als negatieve associaties kan hebben met de levenstevredenheid onder tieners. Om dit nader te bestuderen, zou men kunnen onderzoeken wie tieners volgen op profielsites. Er zou bijvoorbeeld een onderscheid gemaakt kunnen worden tussen tieners die rolmodellen en beroemdheden volgen en tieners die dat niet doen. Hierbij zou er ook gelet kunnen worden op het zelfbeeld van tieners. Wanneer bijvoorbeeld blijkt dat tieners met een laag zelfbeeld veel rolmodellen online volgen, kunnen er voorlichtingen over de verschillende aspecten van sociale media gegeven worden, om zo de levenstevredenheid van tieners te verhogen (Chae, 2017). Als tweede lijkt online contact niet bij te dragen aan een hogere levenstevredenheid onder tieners, maar zijn er aanwijzingen dat dit wel zou gelden voor offline contact (Subrahmanyam et al.,

2008; Trepte et al., 2015). In vervolgonderzoek zou het verschil tussen offline en online contact nauwkeurig onderzocht kunnen worden. Op deze manier kunnen er interventies ingezet worden om de balans tussen online en offline contact tussen tieners te verbeteren op een manier dat beide vormen van contact bijdragen aan een hogere levenstevredenheid.

Kortom, het online chatten en het gebruikmaken van profielsites lijken de levenstevredenheid onder Nederlandse tieners tussen de 10 en 15 jaar niet te voorspellen. In een wereld waarin tieners een groot deel van de dag druk zijn met het in de gaten houden van hun chats en profielsites, leert dit onderzoek ons hiermee een belangrijke les: zoek je geluk niet online, maar geniet van het leven dat je offline hebt.

Literatuurlijst

- Alvarez-Jimenez, M., Alcazar-Corcoles, M. A., Gonzalez-Blanch, C., Bendall, S., McGorry, P. D., & Gleeson, J. F. (2014). Online, social media and mobile technologies for psychosis treatment: A systematic review on novel user-led interventions. *Schizophrenia Research, 156*, 96-106. doi:10.1016/j.schres.2014.03.021
- Bányai, F., Zsila, Á., Király, O., Maraz, A., Elekes, Z., Griffiths, M. D., ... & Demetrovics, Z. (2017). Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *PLoS One, 12*. doi:10.1371/journal.pone.0169839
- Benevenuto, F., Rodrigues, T., Cha, M., & Almeida, V. (2009). Characterizing user behavior in online social networks. *Proceedings of the 9th ACM SIGCOMM Conference on Internet Measurement, 49-62*. doi:10.1145/1644893.1644900
- Best, P., Manktelow, R., & Taylor, B. (2014). Online communication, social media and adolescent wellbeing: A systematic narrative review. *Children and Youth Services Review, 41*, 27-36. doi:10.1016/j.jadohealth.2015.12.011
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication, 13*, 210-230. doi:10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x
- Bull, S. S., Levine, D. K., Black, S. R., Schmiede, S. J., & Santelli, J. (2012). Social media-delivered sexual health intervention: A cluster randomized controlled trial. *American Journal of Preventive Medicine, 43*, 467-474. doi:10.1016/j.amepre.2012.07.022
- Burke, M., Marlow, C., & Lento, T. (2010). Social network activity and social well-being. *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems, 1909-1912*. doi:10.1145/1753326.1753613
- Bury, R., Deller, R., Greenwood, A., & Jones, B. (2013). From Usenet to Tumblr: The changing role of social media. *Participations, 10*, 299-318.
- Centraal Bureau voor de Statistiek (2018). Internet; Toegang, gebruik en faciliteiten. Geraadpleegd van <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/83429NED/table?dl=13A7B> op 28-03-2019
- Chae, J. (2017). Virtual makeover: Selfie-taking and social media use increase selfie-editing

- frequency through social comparison. *Computers in Human Behavior*, *66*, 370-376.
doi:10.1016/j.chb.2016.10.007
- Cho, S. H. (2007). Effects of motivations and gender on adolescents' self-disclosure in online chatting. *CyberPsychology & Behavior*, *10*, 339-345. doi:10.1089/cpb.2006.9946
- Choi, M., & Toma, C. L. (2014). Social sharing through interpersonal media: Patterns and effects on emotional well-being. *Computers in Human Behavior*, *36*, 530-541.
doi:10.1016/j.chb.2014.04.026
- Davis, K. (2012). Friendship 2.0: Adolescents' experiences of belonging and self-disclosure online. *Journal of Adolescence*, *35*, 1527-1536. doi:10.1016/j.adolescence.2012.02.013
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, *7*, 117-140.
doi:10.1177/001872675400700202
- Harbard, E., Allen, N. B., Trinder, J., & Bei, B. (2016). What's keeping teenagers up? Prebedtime behaviors and actigraphy-assessed sleep over school and vacation. *Journal of Adolescent Health*, *58*, 426-432. doi:10.1016/j.chilyouth.2014.03.001
- Heuvelman, A. Fennis, B. Peters, O. (2011). Invloed van rolmodellen. In *Mediapsychologie*. Den Haag, Nederland: Boom Lemma.
- Hinsch, C., & Sheldon, K. M. (2013). The impact of frequent social internet consumption: Increased procrastination and lower life satisfaction. *Journal of Consumer Behaviour*, *12*, 496-505. doi:10.1002/cb.1453
- Huebner, E. S. (1997). Life satisfaction and happiness. In G. Bear, K. Minke, and A. Thomas (Red.), *Children's needs-II* (pp. 271-278). Silver Spring, MD: National Association of School Psychologists.
- Huebner, E. S., Drane, W., & Valois, R. F. (2000). Levels and demographic correlates of adolescent life satisfaction reports. *School Psychology International*, *21*, 281-292.
doi:10.1177/0143034300213005
- Ko, H. C., & Kuo, F. Y. (2009). Can blogging enhance subjective well-being through self-disclosure? *CyberPsychology & Behavior*, *12*, 75-79. doi:10.1089/cpb.2008.016
- Krumpal, I. (2013). Determinants of social desirability bias in sensitive surveys: A literature review. *Quality & Quantity*, *47*, 2025-2047. doi:10.1007/s11135-011-9640-9
- Lenhart, A., Purcell, K., Smith, A., & Zickuhr, K. (2010). Social media & mobile internet use among teens and young adults. Millennials. *Pew Internet & American Life Project*.

- Lewis, M., Shapland, F., & Watts, R. (2016). On the threshold of adulthood: A new approach for the use of maturation indicators to assess puberty in adolescents from medieval England. *American Journal of Human Biology*, 28, 48-56. doi:10.1002/ajhb.22761
- Lup, K., Trub, L., & Rosenthal, L. (2015). Instagram# instasad?: Exploring associations among instagram use, depressive symptoms, negative social comparison, and strangers followed. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18, 247-252. doi:10.1089/cyber.2014.0560
- Madden, M., Lenhart, A., Cortesi, S., Gasser, U., Duggan, M., Smith, A., & Beaton, M. (2013). Teens, social media, and privacy. *Pew Research Center*, 21, 2-86.
- Mantonakis, A., Rodero, P., Lesschaeve, I., & Hastie, R. (2009). Order in choice: Effects of serial position on preferences. *Psychological Science*, 20, 1309-1312. doi:10.1111/j.1467-9280.2009.02453.x
- Milena, Z. R., Dainora, G., & Alin, S. (2008). Qualitative research methods: A comparison between focus-group and in-depth interview. *Annals of the University of Oradea, Economic Science Series*, 17, 1279-1283.
- Nesi, J., & Prinstein, M. J. (2015). Using social media for social comparison and feedback-seeking: Gender and popularity moderate associations with depressive symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43, 1427-1438. doi:10.1007/s10802-015-0020-0
- Obar, J.A. and Wildman, S. (2015). Social media definition and the governance challenge: An introduction to the special issue. *Telecommunications Policy*, 39, 745-750. doi:10.2139/ssrn..2663153
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence*, 51-60. doi:10.1016/j.adolescence.2016.12.008
- Oh, H. J., Ozkaya, E., & LaRose, R. (2014). How does online social networking enhance life satisfaction? The relationships among online supportive interaction, affect, perceived social support, sense of community, and life satisfaction. *Computers in Human Behavior*, 30, 69-78. doi:10.1016/j.chb.2013.07.053
- Reich, S.M., Subrahmanyam, K., Espinoza, G. (2012). Friendling, IM'ging, and hanging out

- face to face: Overlap in adolescents' online and offline social networks. *Development Psychology*, 48, 356-388. doi:10.1037/a0026980
- Rideout, V. (2016). Measuring time spent with media: The common sense census of media use by US 8-to 18-year-olds. *Journal of Children and Media*, 10, 138-144. doi:10.1080/17482798.2016.1129808
- Salmela-Aro, K., Upadyaya, K., Hakkarainen, K., Lonka, K., & Alho, K. (2017). The dark side of internet use: Two longitudinal studies of excessive internet use, depressive symptoms, school burnout and engagement among Finnish early and late adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 46, 343-357. doi:10.1007/s10964-016-0494-2
- Subrahmanyam, K., Reich, S. M., Waechter, N., & Espinoza, G. (2008). Online and offline social networks: Use of social networking sites by emerging adults. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29, 420-433. doi:10.1016/j.appdev.2008.07.003
- Subrahmanyam, K., & Smahel, D. (2011) *Digital youth: The role of media in development*. New York, NY: Springer.
- Toftthagen, C. (2012). Threats to validity in retrospective studies. *Journal of the Advanced Practitioner in Oncology*, 3, 181.
- Trepte, S., Dienlin, T., & Reinecke, L. (2015). Influence of social support received in online and offline contexts on satisfaction with social support and satisfaction with life: A longitudinal study. *Media Psychology*, 18, 74-105. doi:10.1080/15213269.2013.838904
- Turkle, S., (1997). *Life on the Screen*. New York, NY: Simon and Schuster.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2008). Adolescents' identity experiments on the internet: Consequences for social competence and self-concept unity. *Communication Research*, 35, 208-231. doi:10.1177/0093650207313164
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2007). Preadolescents' and adolescents' online communication and their closeness to friends. *Developmental Psychology*, 43, 267. doi:10.1037/0012-1649.43.2.267
- Valkenburg, P. M., Schouten, A. P., & Peter, J. (2005). Adolescents' identity experiments on the internet. *New Media & Society*, 7, 383-402. doi:10.1177/1461444805052282
- Vandenbosch, L., & Eggermont, S. (2016). The interrelated roles of mass media and social media in adolescents' development of an objectified self-concept: A longitudinal study. *Communication Research*, 43, 1116-1140. doi:10.1177/009365021560048

- Viner, R. M., Allen, N. B., & Patton, G. C. (2017). Puberty, developmental processes, and health interventions. *Child and Adolescent Health and Development*, 8, 1841. doi:10.1596/978-1-4648-0423-6
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture*, 3, 206. doi:10.1037%2Fppm0000047
- Vooijs, M. W., van der Voort, T. H. A., & Beentjes, H. (1987). De geschiktheid van verschillende typen vragen om de kijktijd en leestijd van kinderen te meten: Een validatie-onderzoek. *Massacommunicatie*, 15, 65-80.
- Vossen, H. G., & Valkenburg, P. M. (2016). Do social media foster or curtail adolescents' empathy? A longitudinal study. *Computers in Human Behavior*, 63, 118-124. doi:10.1016/j.chb.2016.05.040
- Wenninger, H., Krasnova, H., & Buxmann, P. (2014). Activity matters: Investigating the influence of Facebook on life satisfaction of teenage users.
- Wills T. A. (1981). "Downward comparison principles in social psychology". *Psychological Bulletin*, 90, 245–271. doi:10.1037/0033-2909.90.2.245

Bijlage 1: Tabellen

Tabel 1

Gemiddelden, Standaarddeviaties en Pearson Correlatiecoëfficiënten (N = 1029)

	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4
1. Gemiddelde levenstevredenheid	3,29	0,50	-			
2. Online chatten in uren per week	6,44	11,80	-0,4	-		
3. Gebruikmaken van profiel sites in uren per week	5,12	9,52	-0,03	0,70**	-	
4. Geslacht ^a	1,50	0,50	0,03	0,12**	0,08**	-

*Noot *p < ,05; **p < ,01.*

^a1= jongens, 2 = meisjes.