

Running head: SOCIALE MEDIA, LEVENSTEVREDENHEID EN ROL VAN SOCIAAL ZELFBEELD

De Relatie tussen Sociale Media en Levenstevredenheid en de Rol van Sociaal Zelfbeeld

Bachelorthesis Pedagogische Wetenschappen (200600042)

Universiteit Utrecht

2018-2019

Namen: Mariah Leussink (6532373) en Suzanne Woudenberg (5482739)

Begeleider: dr. H.G.M. Vossen

Datum: 21-06-2019



Universiteit Utrecht

Abstract

The aim of this cross-sectional research was to investigate if there is a correlation between the use of social media by adolescents between 9 and 14 years old and their life satisfaction. The existing literature has shown that there is no agreement about this direct relation, for that reason there is examined whether this relation is indirect effected by social self-esteem in adolescents. Data has been obtained from a large panel, in which 1029 adolescents were selected. A multiple regression analysis was conducted to investigate the relationships. The results of the present study showed that there was no direct significant relationship between social media use and life satisfaction. However, there was a positive indirect effect including social self-esteem. That means the more adolescents use social media, the higher their social self-esteem will be and the higher their life satisfaction.

Keywords: social media, life satisfaction, social self-esteem, adolescence

SOCIALE MEDIA, LEVENSTEVREDENHEID EN ROL VAN SOCIAAL ZELFBEELD

De Relatie tussen Sociale Media en Levenstevredenheid en de Rol van Sociaal Zelfbeeld.

Hoe overleeft men tegenwoordig zonder internet en sociale media?! Door het dagelijkse gebruik van internet en sociale media is dit een onmisbaar onderdeel in onze hedendaagse samenleving geworden (Blachnio, Przepiorka & Pantic, 2016; Wilczek, 2018; Kircaburun, Demetrovics & Betül Tosuntaş, 2018). Onder sociale media wordt het gebruik van sociale netwerksites verstaan, zoals Facebook, Snapchat en Instagram (Valkenburg & Piotrowski, 2017). Het gebruik van internet en sociale mediasites is de afgelopen jaren flink gestegen. Zo gebruikte in 2012 nog maar 61,5% van de mensen het internet voor sociale media, inmiddels is dit percentage toegenomen tot 85,1% in 2018 (Centraal Bureau voor Statistiek, 2018). Vooral adolescenten blijken hun tijd online te besteden aan sociale media: 96,9% van 12-18 jarigen en 98,4% van 18-21 jarigen gebruikten het internet voor toegang tot sociale media (Centraal Bureau voor Statistiek, 2017). Aangezien zoveel adolescenten gebruik maken van sociale media, is het van belang om te kijken naar de invloed hiervan.

Het regelmatige gebruik van sociale media heeft zowel een positieve als een negatieve invloed op het leven van adolescenten. Het blijkt dat het onder andere kan leiden tot minder eenzaamheid en dat men een breder sociaal netwerk ontwikkelt. Echter kan er ook verminderde levenstevredenheid optreden (Giagkou, Hussain, & Pontes, 2018). Deze negatieve gevolgen kunnen extra risico's met zich meebrengen in de adolescentie, die duurt van het 10e tot en met het 21ste levensjaar (Luciana, 2013; Steinberg, 2017). De adolescentie is namelijk een sensitieve periode, omdat de hersenontwikkeling nog niet volledig voltooid is. Dit kan ervoor zorgen dat adolescenten gevoeliger zijn voor stress en mentale gezondheidsproblemen (Luciana, 2013). Ook zijn ze nog niet in staat om adequaat om te gaan met de negatieve gevoelens die ze door het gebruik van sociale media kunnen ervaren (Giagkou et al., 2018). Om deze redenen is er al veel onderzoek gedaan naar de adolescentie en welke factoren in deze periode van invloed zijn op hun leven. Sociale media zou een essentiële rol in deze fase kunnen spelen en komt in onderzoeken vanaf 2014 steeds vaker naar voren (Valenzuela, Park, & Kee, 2009; Hawi & Samaha, 2017).

Aangezien verminderde levenstevredenheid een gevolg kan zijn van sociale mediagebruik, is er al veel onderzoek gedaan naar de relatie tussen het gebruik van sociale media en levenstevredenheid van adolescenten (Giagkou et al., 2018). Onder levenstevredenheid wordt de evaluatie van het eigen leven verstaan (Hawi & Samaha, 2017). De meeste onderzoeken resulteerden in een negatieve relatie tussen het sociale mediagebruik en de levenstevredenheid (Satici & Uysal, 2015; Kross et al., 2013; Krasnova, Wenninger, Widjaja & Buxmann, 2013; Kabasakal, 2015; Sabatini & Sarracino, 2017). Blachnio et al.

(2016) concludeerden bijvoorbeeld dat mensen die verslaafd zijn aan Facebook beduidend minder levenstevredenheid ervaren dan mensen die Facebook af en toe gebruiken. Echter zijn er ook studies bekend waarin geen relatie werd gevonden (Arampatzi, Burger, & Novik, 2016; Buglass, Binder, Betts, & Underwood, 2017; Brusilovskiy, Townley, Snethen, & Salzer, 2016; Burke & Kraut, 2016; Verduyn et al., 2015) of waarbij zelfs een positieve relatie gevonden werd (Burke, Lento, & Marlow, 2010; de Oliveira & Huertas, 2015; Valenzuela et al., 2009; Grieve, Indian, Witteveen, Anne Tolan, & Marrington, 2013; Dogan, 2016).

Ondanks dat de meeste onderzoeken een negatieve relatie vonden tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid, zijn er dus ook veel andere resultaten te vinden over deze relatie.

Hieruit kan geconcludeerd worden dat het niet duidelijk is of er een directe relatie is tussen deze twee factoren. Mogelijk is er sprake van een indirect verband via een andere factor.

Gebaseerd op de sociale vergelijkingstheorie van Festinger (1954) zou het sociale zelfbeeld zo'n factor kunnen zijn. Onder sociaal zelfbeeld wordt de mate waarin men zich geaccepteerd en gewaardeerd voelt door leeftijdsgenoten en vrienden verstaan en het succes dat men heeft bij het aangaan van vriendschappen (Harter, 2012). De theorie van Festinger (1954) gaat er vanuit dat men zichzelf evalueert aan de hand van de vergelijking met anderen, wat de vorming van het sociale zelfbeeld kan beïnvloeden. Aangezien adolescenten door het gebruik van sociale media zichzelf continu kunnen vergelijken met anderen, zou dit dus invloed kunnen uitoefenen op hun sociale zelfbeeld.

Ondanks dat er bij een aantal onderzoeken een negatieve relatie of geen relatie gevonden werd tussen sociale media en zelfbeeld, wordt toch verwacht dat deze relatie positief is (Steinfeld et al., 2008; Ellison et al., 2007; Andreassen, Pallesen, & Griffiths, 2017; Denti et al., 2012; Blomfield Neira & Barber, 2013; Wilson, Fornasier, & White, 2010). Dit is gebaseerd op het onderzoek van Valkenburg, Koutamanis en Vossen (2017), die specifiek onderzoek deden naar het sociale zelfbeeld. De onderzoeken die geen relatie of een negatieve relatie vonden namen veelal het totale zelfbeeld mee. Valkenburg et al. (2017) concludeerden dat hoe meer sociale media adolescenten gebruiken, hoe hoger hun sociale zelfbeeld wordt. De relatie tussen het sociale zelfbeeld en levenstevredenheid is ook meermaals onderzocht. In vrijwel alle resultaten komt naar voren dat hoe hoger het sociale zelfbeeld van adolescenten is, hoe meer tevreden ze zijn over hun leven (de Vries & Kühne, 2015; Valkenburg, Peter, & Schouten, 2006; Kong, Ding, & Zhao, 2014; Giagkou et al., 2018). Een voorbeeld van zo'n onderzoek is die van Kong, Zhao en You (2012). Zij onderzochten onder andere de relatie tussen het sociale zelfbeeld van Chinese studenten en hun levenstevredenheid en vonden dat deze positief aan elkaar gerelateerd zijn.

Uit het bovenstaande blijkt dat er al veel onderzoek bekend is over de relatie tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid, en dat de meesten een negatieve relatie laten zien. Echter zijn deze onderzoeksresultaten zijn niet eenduidig, waardoor het niet helder is of er een directe relatie is tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid. In dit onderzoek wordt gekeken of er sprake is van een indirecte invloed via het sociale zelfbeeld. In tegenstelling tot eerdere onderzoeken, wordt daarbij specifiek naar het sociale zelfbeeld gekeken, in plaats van naar het algemene zelfbeeld. Omdat blijkt uit bestaand onderzoek dat de relatie tussen het sociale mediagebruik en het sociale zelfbeeld en tussen het sociale zelfbeeld en de levenstevredenheid positief is, wordt er een indirecte positieve relatie verwacht.

Er wordt in dit onderzoek dus zowel op een positieve als negatieve manier naar de invloed van sociale media gekeken, wat handig kan zijn voor de praktijk. Dit onderzoek kan meer duidelijkheid scheppen over de verschillende en complexe invloed van sociale media. Een verminderde levenstevredenheid kan bijvoorbeeld op lange termijn leiden tot eenzaamheid of depressie (Spraggins, 2009). Wanneer door dit onderzoek blijkt dat er een indirecte positieve relatie is tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid, kunnen de positieve kanten van sociale mediagebruik worden ingezet bij behandelingen van onder andere depressie. Echter wanneer blijkt dat er ook een directe negatieve relatie is tussen sociale media en levenstevredenheid, betekent dit dat er voorzichtig moet worden omgegaan met het gebruik van sociale media en dat goed moet worden gekeken welke andere factoren er allemaal invloed hebben op de levenstevredenheid van de adolescent.

De onderzoeksvraag luidt als volgt: Wat is de relatie tussen het gebruik van sociale media en levenstevredenheid bij adolescenten en welke rol speelt sociaal zelfbeeld hierin? Aan de hand van bestaande literatuur en theorie kunnen de volgende hypothesen opgesteld worden:

H1: Er is een negatieve directe relatie tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid.

H2: Er is een positieve indirecte relatie van sociale mediagebruik op levenstevredenheid via sociaal zelfbeeld

Methode

Design, steekproef en procedure

Dit onderzoek betreft een cross-sectioneel kwantitatief onderzoek. Er is namelijk gebruik gemaakt van numerieke gegevens, verkregen via vragenlijsten die zijn ingevuld door

adolescenten (Wicks-Nelson & Israël, 2013). De data-afname vond bij elke participant eenmalig plaats.

Aan het huidige onderzoek namen 516 families deel met ten minste twee kinderen met een leeftijd tussen de 9 en 14 jaar oud. In totaal deden 1029 adolescenten mee, waarvan 511 vrouwen (49.7%) en 518 mannen ($M_{\text{leeftijd}} = 11.76$, $SD = 1.41$). De meerderheid van de adolescenten volgde basisonderwijs, namelijk 80%. Daarnaast hadden 4% van de adolescenten het VMBO (kader- en beroepsgerichte leerweg) afgerond, 13% was bezig met de eerste drie jaar HAVO/VWO of hadden VMBO (theoretische en gemengde leerweg) afgerond en 2% zat in de bovenbouw van het HAVO/VWO. Daarnaast wilden 0,5% van de adolescenten het niet zeggen of wisten het niet.

De families werden verzameld via een bestaand online panel met ongeveer 60.000 huishoudens die een representatieve steekproef zijn voor Nederland. De dataverzameling vond plaats bij de adolescenten thuis, waar ze een vragenlijst hebben ingevuld op de laptop van de interviewer. Voorafgaand aan de vragenlijst werd toestemming van de participanten zelf en van hun ouders verkregen. Om de adolescenten te compenseren voor hun tijd, ontvingen de families punten voor verschillende prijzen die werden aangeboden door het onderzoeksinstituut. Omdat de huidige studie deel uitmaakte van een grotere studie, waarbij er sprake was van een broer/zus-design, namen twee kinderen uit elk participerend gezin deel aan deze studie.

Meetinstrumenten

Sociale mediagebruik. Het sociale mediagebruik wordt regelmatig in onderzoek gemeten aan de hand van directe schattingen (bijv. Vossen en Valkenburg, 2016). In dit onderzoek wordt het sociale mediagebruik geoperationaliseerd aan de hand van twee open vragen. Dit waren directe schattingen van het aantal uren per week dat de adolescenten spenderen aan chatten (bijvoorbeeld op Skype en WhatsApp) en het aantal uren per week dat zij spenderen aan het bezoeken van sociale netwerksites (bijvoorbeeld Facebook en Instagram). Deze schattingen zijn bij elkaar opgeteld. De som vormde het totale sociale mediagebruik per week ($M = 11.69$, $SD = 19.98$).

Levenstevredenheid. Om de levenstevredenheid te meten, werd een aangepaste versie van de *Student Life Satisfaction Scale* gebruikt, ontworpen door Huebner (Buijzen & Valkenburg, 2003). Deze vragenlijst bestond uit acht vragen over hoe tevreden jongeren zijn met hun leven, huis, ouders, vrienden, klas, school en zichzelf. De participanten konden antwoorden met 1 = heel blij tot en met 4 = niet blij. Een voorbeelditem was: “Hoe blij ben je

met je ouders?”. De score werd berekend door de gemiddelde score te nemen van de acht items (Cronbach’s $\alpha = .84$, $M = 3.2$, $SD = 0.5$).

Sociaal zelfbeeld. Om het sociale zelfbeeld te meten, werden de eerste vier vragen van de ‘*Hartners’ Self-Perception Profile for Adolescents*’ gebruikt (Valkenburg & Schouten, 2006). De gehele vragenlijst bestaat uit acht vragen en meet het totale zelfbeeld. De eerste vier vragen meten het sociale zelfbeeld, dus deze zijn gebruikt voor dit onderzoek. De vragen bestonden uit een schaal oplopend van 1 = helemaal niet mee eens tot 5 = helemaal mee eens. Een voorbeelditem was: “Ik ben blij met hoe ik eruit zie”. De score werd berekend door de gemiddelde score te nemen van de vier items (Cronbach’s $\alpha = .82$, $M = 3.40$, $SD = 0.82$).

Statistische Analyse

In dit onderzoek worden de analyses uitgevoerd met IBM SPSS Statistics 25.0, waarbij een p-waarde van .05 wordt gehanteerd als significantieniveau. Het sociale mediagebruik is bepaald aan de hand van een open vraag, waardoor er extreme waarden ontstonden. Deze waarden bestonden uit het gemiddelde plus meer dan drie keer de standaarddeviatie en zijn gehercodeerd tot het gemiddelde plus drie keer de standaarddeviatie; een waarde van 93.53. In totaal zijn er 23 waarden gehercodeerd.

Om hypothese 1 te toetsen werd gebruik gemaakt van een multiële regressie, waarbij het sociale mediagebruik de onafhankelijke variabele was en de levenstevredenheid de afhankelijke. Er werd gekeken naar het directe effect tussen deze twee variabelen. Voor het toetsen van hypothese 2 is er gebruik gemaakt van model 4 van PROCESS v3.0 (Andrew Hayes). Er werd er gekeken naar het indirecte effect via sociaal zelfbeeld op deze relatie. Hierbij was het sociale mediagebruik de onafhankelijke variabele, de levenstevredenheid de afhankelijke variabele en het sociale zelfbeeld de mediator. Bij beide hypothesen werd gecorrigeerd op leeftijd, opleidingsniveau en geslacht. Het is namelijk gebleken dat meisjes meer gebruik maken van sociale media dan jongens (Madden et al., 2013). Leeftijd is meegenomen omdat de hersenen van adolescenten een snelle ontwikkeling doorgaan en dit dus invloed kan hebben op de manier van denken per leeftijd (Luciana, 2013). Daarnaast blijkt dat adolescenten op het VMBO meer gebruik maken van sociale media dan adolescenten op HAVO en VWO (Van den Bighelaar & Akkermans, 2013).

Resultaten

Beschrijvende Statistiek

In Tabel 1 is een overzicht te zien van de gemiddelden, standaarddeviaties en correlaties tussen de variabelen in de analyses. Daarbij zijn de covariaten opleidingsniveau, leeftijd en geslacht ook opgenomen. Uit de tabel is af te lezen dat er geen significante relatie

SOCIALE MEDIA, LEVENSTEVREDENHEID EN ROL VAN SOCIAAL ZELFBEELD

bestaat tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid. Echter is er wel een positief significante relatie tussen sociale mediagebruik en sociaal zelfbeeld. Dat wil zeggen hoe hoger het sociale mediagebruik onder adolescenten is, hoe hoger hun sociale zelfbeeld wordt. Een positief significante relatie is ook gevonden bij sociaal zelfbeeld en levenstevredenheid. Dit betekent dat de levenstevredenheid stijgt, wanneer het sociale zelfbeeld stijgt.

Kijkend naar de covariaten, worden er ook nog een aantal significante relaties gevonden. Leeftijd blijkt positief gecorreleerd aan het sociale mediagebruik en negatief aan de levenstevredenheid van adolescenten. Hoe ouder de adolescent, hoe meer sociale mediagebruik en hoe minder levenstevredenheid. Verder is gebleken dat het opleidingsniveau en sekse ook positief significant gecorreleerd met het sociale mediagebruik. Dit betekent dat meisjes meer sociale media gebruiken dan jongens en dat adolescenten met een hoger opleidingsniveau meer sociale media gebruiken. De overige gevonden relaties zijn niet significant.

Tabel 1.

Gemiddelden, Standaarddeviaties en Correlatiecoëfficiënten (N = 1029)

	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5
1. SMG	11.69	19.98	-	-	.-	-	-
2. LTH	3.29	0.50	-.03	-	-	-	-
3. SZ	3.40	0.82	.18***	.43***	-	-	-
4. LT	11.76	1.41	.30***	-.09**	.02	-	-
5. OPL	-	-	.14***	-.05	-.01	.39***	-
6. SEKSE	-	-	.10**	.03	-.04	-.02	.001

Noot. * $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$. SMG: sociale mediagebruik, LTH:

levenstevredenheid, SZ: sociaal zelfbeeld, LT: leeftijd (1 = man, 2 = vrouw), OPL:

opleidingsniveau (1 = geen onderwijs, 2 = basisonderwijs, 3 = VMBO/LBO/VBO, 4 =

MAVO/eerste 3 jaar HAVO en VWO, 5 = MBO, 6 = HAVO/VWO bovenbouw/WO en HBO

propedeuse, 7 = HBO/WO-bachelor of kandidaats, 8 = WO-master of doctoraal, 9 = weet

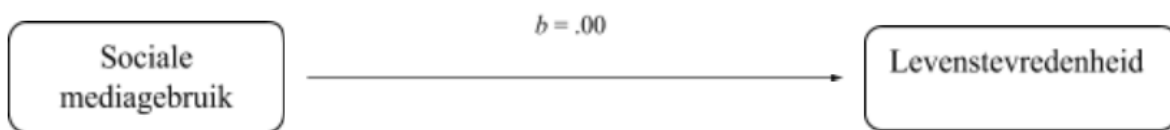
niet/wil niet zeggen).

Relatie tussen Sociale Mediagebruik en Levenstevredenheid.

Hypothese 1 veronderstelt dat er sprake is van een negatieve relatie tussen het sociale mediagebruik en levenstevredenheid. Deze hypothese is getoetst met behulp van een multiple

regressie, waarbij levenstevredenheid de afhankelijke variabele was en het sociale mediagebruik en de covariaten leeftijd, geslacht en opleiding de onafhankelijke variabelen.. Het regressiemodel bleek niet significant ($F(4, 1028) = 2.32, p = .79$), waarmee dit regressiemodel dus niet bruikbaar is om de levenstevredenheid van adolescenten te voorspellen. Het sociale mediagebruik, leeftijd, geslacht en opleiding verklaren samen 0,9% van de totale verklaarde variantie van levenstevredenheid ($R = .009$). Zie Figuur 1 voor de resultaten.

De resultaten laten zien dat het sociale mediagebruik van adolescenten niet significant gerelateerd is aan levenstevredenheid ($t = -0.27, p = .79, 95\% \text{ CI } [-.002, .001]$). Hypothese 1 wordt hiermee verworpen. Geslacht ($b = .03, SE = .03, t = 1.07, p = .28, 95\% \text{ CI } [-.03, 1.0]$) en opleiding ($b = .007, SE = .02, t = -0.42, p = .67, 95\% \text{ CI } [-.04, .03]$) bleken ook niet gerelateerd aan levenstevredenheid. Leeftijd bleek daarentegen negatief gerelateerd een levenstevredenheid ($b = -.03., SE = .01, t = -2.23, p = .03, 95\% \text{ CI } [-.05, -.003]$). Dit betekent dat hoe ouder adolescenten zijn, hoe minder levenstevredenheid ze ervaren.



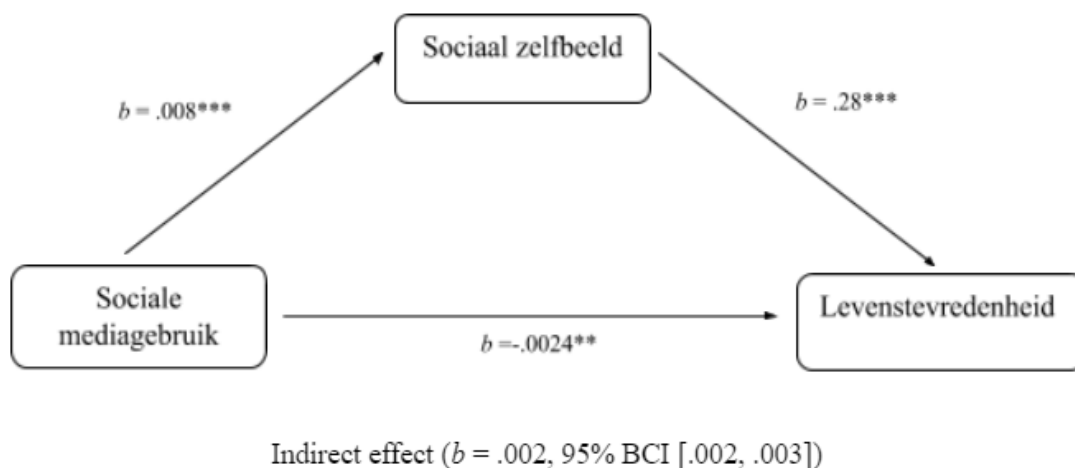
Figuur 1. Statistisch model van de directe relatie tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid.

Indirect Effect van Sociaal Zelfbeeld

Hypothese 2 veronderstelt dat er een indirecte positieve relatie is tussen het sociale mediagebruik van adolescenten en de levenstevredenheid via het sociale zelfbeeld. Om deze hypothese te testen is model 4 gebruikt van PROCESS (v3.0 van Andrew F. Hayes). Het sociale mediagebruik is hierbij de onafhankelijke variabele, levenstevredenheid de afhankelijke variabele en sociaal zelfbeeld de mediator. Ook hierbij zijn leeftijd, opleidingsniveau en geslacht meegenomen als covariaten. Het totale regressiemodel blijkt significant ($F(5, 1023) = 52.92, p < .001$) met een verklaarde variantie van 45% ($R = .45$). Dit betekent dat het model bruikbaar is om levenstevredenheid te voorspellen. De resultaten worden weergegeven in Figuur 2.

De resultaten laten zien dat er een negatieve significante relatie is tussen het sociale mediagebruik en de levenstevredenheid ($t(1023) = -3.24, p = .001$). Dit betekent dat hoe meer

adolescenten gebruik maken van sociale media, hoe lager hun levenstevredenheid wordt. Echter blijkt de relatie tussen sociaal mediagebruik en sociaal zelfbeeld ($t(1024) = 6.02, p < .001$) en tussen sociaal zelfbeeld en levenstevredenheid positief significant ($t(1023) = 15.91, p < .001$). Als adolescenten meer sociale media gebruiken, wordt hun zelfbeeld dus hoger en als hun zelfbeeld hoger wordt, wordt ook hun levenstevredenheid hoger. Dit leidt ook tot een significant positief indirect effect (zie Figuur 2). Via zelfbeeld wordt de levenstevredenheid van adolescenten hoger, als ze meer sociale media gebruiken. De covariaten leeftijd ($b = -.02, t(1023) = -2.09, p = .04$), en geslacht ($b = .06, t(1023) = 2.16, p = .03$) zijn beiden positief significant. Dat betekent dat hoe ouder adolescenten zijn, hoe hoger hun levenstevredenheid is en dat meisjes minder levenstevredenheid rapporteren dan jongens. De covariaat opleidingsniveau ($b = -.0006, t(1023) = -0.04, p = .97$) blijkt niet significant. Op basis van bovenstaande gegevens kan hypothese 2 worden aangenomen.



Figuur 2. Statistisch mediatiemodel van de relatie tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid, met als mediator sociaal zelfbeeld.

* = $p < .01$, ** = $p < .001$

Discussie

De afgelopen jaren is het gebruik van sociale media onder adolescenten toegenomen (Centraal Bureau voor Statistiek, 2017) en daarbij werd in recent onderzoek vaak gekeken naar de effecten van het gebruik van sociale media. Eerdere onderzoeken laten zien dat de relatie tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid bij adolescenten niet geheel eenduidig is. In het huidige onderzoek is deze relatie onderzocht en is er gekeken naar het indirecte effect via het sociale zelfbeeld. Er is gebleken dat er geen directe relatie bestaat tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid. Echter werd er wel een positieve indirecte relatie gevonden via het sociale zelfbeeld.

De eerste hypothese (H1) veronderstelt dat er een negatieve relatie is tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid. Uit bestaand onderzoek blijkt dat er wisselende resultaten werden gevonden over deze relatie, waaruit geconcludeerd kan worden dat het niet duidelijk is of er een relatie bestaat. In dit onderzoek komt naar voren dat er geen directe relatie is tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid. Dit komt overeen met een aantal reeds bestaande onderzoeken (bijv. Arampatzi, et al., 2016; Brusilovskiy, et al., 2016). Echter blijkt dat wanneer het sociale zelfbeeld wordt meegenomen in deze directe relatie, dat er wel een negatief direct effect blijkt te zijn tussen die factoren. Dit kwam ook naar voren in bijvoorbeeld het onderzoek van Hawi en Samaha (2017), waarin de relatie tussen sociale mediagebruik en levenstevredenheid negatief blijkt, wanneer het zelfbeeld wordt meegenomen.

Verder werd bij de tweede hypothese (H2) veronderstelt dat er sprake is van een indirecte relatie tussen het sociale mediagebruik en de levenstevredenheid via het sociaal zelfbeeld van adolescenten. De resultaten laten zien dat er inderdaad sprake is van een indirect effect. Dat betekent wanneer iemand meer sociale media gebruikt, het sociale zelfbeeld hoger wordt, wat leidt tot een hogere levenstevredenheid. Valkenburg et al. (2017) vonden ook een positieve relatie tussen het gebruik van sociale media en sociaal zelfbeeld. Dit kan worden verklaard doordat adolescenten positieve feedback ontvangen op hun online profielen waardoor hun sociale zelfbeeld verbetert (Valkenburg, et al., 2006). Daarnaast werd de positieve relatie tussen sociaal zelfbeeld en levenstevredenheid ook gevonden in bestaande literatuur (bijv. de Vries & Kühne, 2015; Valkenburg et al., 2006).

Uit het bovenstaande komt naar voren dat er twee tegenstrijdige resultaten gevonden zijn. Zo blijkt er een negatief direct effect te zijn – met het sociale zelfbeeld meegenomen – maar ook een positief indirect effect. Deze effecten heffen elkaar op, wat verklaart waarom het directe effect – zonder sociaal zelfbeeld – niet gevonden werd. Een reden voor deze contrasterende paden is dat sociale media erg divers zijn en op verschillende manieren invloed uitoefenen op het leven van de adolescent (Burke & Kraut, 2013). Deze invloed kan afhankelijk zijn van het doel wat men heeft met het gebruik, welke activiteiten worden uitgevoerd en met wie er contact wordt gelegd (Huang, 2010; Burke & Kraut, 2013; Burke, Kraut, & Marlow, 2011). In dit onderzoek zijn deze factoren niet meegenomen maar is er alleen gekeken naar de frequentie van het sociale mediagebruik. Voor vervolgonderzoek kan aanbevolen worden om deze factoren mee te nemen door uitgebreide en meer gedetailleerde meetinstrumenten te gebruiken voor het concept sociale media.

Dit onderzoek heeft nog een aantal andere limitaties. Ten eerste is dit onderzoek cross-sectioneel waarbij de data is verzameld op één meetmoment en er alleen wordt gekeken naar de samenhang tussen de variabelen. Hiermee kunnen er geen uitspraken worden gedaan over de richting van het verband en de oorzaak-gevolg relaties (Wicks-Nelson & Israël, 2013). Wanneer het onderzoek longitudinaal zou zijn, kan er ook gekeken worden naar causale verbanden of bepaalde effecten over een langere periode. Ten tweede richt dit onderzoek zich op het sociale zelfbeeld en liet het fysieke zelfbeeld achterwege. Het sociale zelfbeeld heeft dus effect op de relatie tussen sociale media en levenstevredenheid, maar het is na huidig onderzoek niet bekend of dit ook geldt voor het fysieke zelfbeeld. Voor toekomstig onderzoek kan het interessant zijn om het effect van fysiek zelfbeeld te onderzoeken en naar het verschil te kijken tussen het fysieke en sociale zelfbeeld in deze relatie.

Huidig onderzoek kent naast limitaties ook verschillende krachten. Zo is in dit onderzoek gebruik gemaakt van data afkomstig uit een grote representatieve steekproef. Doordat de steekproef groot is, is de externe validiteit hoger en kan er dus met meer zekerheid uitspraken worden gedaan over de gevonden resultaten (Wicks-Nelson & Israël, 2013). Er is al veel bestaand onderzoek naar de relatie tussen sociale mediagebruik en bepaalde variabelen gedaan (bijv. Blachnio et al., 2016). Dit onderzoek is vernieuwend omdat er ook wordt gekeken naar een indirecte relatie via sociaal zelfbeeld. Daarnaast wordt er in bestaand onderzoek vooral gekeken naar de negatieve effecten van sociale media terwijl dit onderzoek inzichten geeft in de positieve effecten. Tot slot is de betrouwbaarheid van de vragenlijsten die levenstevredenheid en het sociale zelfbeeld meten hoog (Cronbach's $\alpha_{\text{levenstevredenheid}} = .84$; Cronbach's $\alpha_{\text{sociaalzelfbeeld}} = .82$). Dit betekent dat de vragenlijsten een hoge interne consistentie hebben (Scholte & Douma, 1999).

Concluderend kan er gesteld worden dat het onderzoek interessante resultaten heeft opgeleverd, omdat er twee verschillende paden blijken te zijn met betrekking tot de relatie tussen het sociale mediagebruik en levenstevredenheid. De invloed van sociale hoeft niet altijd negatief te zijn, zoals ook uit dit onderzoek blijkt. Toekomstig onderzoek kan meer duidelijkheid scheppen over welke factoren nog meer een rol spelen in deze relatie en op welke manier. Het is van belang om te weten dat sociale media vooral erg complex is en op verschillende manieren invloed kan hebben op het leven van de adolescent.

Literatuur

- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors, 64*, 287-293. doi:10.1016/j.addbeh.2016.03.006
- Arampatzi, E., Burger, M. J., & Novik, N. (2018). Social network sites, individual social capital and happiness. *Journal of Happiness Studies, 19*, 99-122. doi:10.1007/s10902-016-9808-z
- Błachnio, A., Przepiorka, A., & Pantic, I. (2016). Association between Facebook addiction, self-esteem and life satisfaction: A cross-sectional study. *Computers in Human Behavior, 55*, 701-705. doi:10.1016/j.chb.2015.10.026
- Blomfield Neira, C. J., & Barber, B. L. (2014). Social networking site use: Linked to adolescents' social self-concept, self-esteem, and depressed mood. *Australian Journal of Psychology, 66*, 56-64. doi:10.1111/ajpy.12034
- Brusilovskiy, E., Townley, G., Snethen, G., & Salzer, M. S. (2016). Social media use, community participation and psychological well-being among individuals with serious mental illnesses. *Computers in Human Behavior, 65*, 232-240. doi:10.1016/j.chb.2016.08.036
- Buglass, S. L., Binder, J. F., Betts, L. R., & Underwood, J. D. (2017). Motivators of online vulnerability: The impact of social network site use and FOMO. *Computers in Human Behavior, 66*, 248-255. doi:10.1016/j.chb.2016.09.055
- Buijzen, M., & Valkenburg, P. M. (2003). The unintended effects of television advertising: A parent-child survey. *Communication Research, 30*, 483-503. doi:10.1177/0093650203256361
- Burke, M., & Kraut, R. (2013). *Using Facebook after losing a job: Differential benefits of strong and weak ties*. In Proceedings of the 2013 conference on Computer supported

- cooperative work (pp. 1419-1430). ACM.
- Burke, M., & Kraut, R. E. (2016). The relationship between Facebook use and well-being depends on communication type and tie strength. *Journal of Computer-Mediated Communication, 21*, 265-281. doi:10.1111/jcc4.12162
- Burke, M., Kraut, R., & Marlow, C. (2011). *Social capital on Facebook: Differentiating uses and users*. In Proceedings of the SIGCHI conference on human factors in computing systems (pp. 571-580). ACM.
- Burke, M., Marlow, C., & Lento, T. (2010). *Social network activity and social well-being*. In Proceedings of the SIGCHI conference on human factors in computing systems (pp. 1909-1912). ACM.
- Centraal Bureau voor de Statistiek (2017). *Internetgebruik onder jongeren*. Geraadpleegd van: <https://statline.cbs.nl/Statweb/publication/?VW=T&DM=SLNL&PA=83429ned&D1=a&D2=0,7,17&D3=0&D4=1&HD=180302-1205&HDR=T&STB=G1,G2,G3>
- Centraal Bureau voor de Statistiek (2018). *Internet: toegang, gebruik en faciliteiten*. Geraadpleegd van: <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/83429NED/chartable?dl=13A7B>
- Chan, T. H. (2014). Facebook and its effects on users' empathic social skills and life satisfaction: A double-edged sword effect. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 17*, 276-280. doi:10.1089/cyber.2013.0466
- Denti, L., Barbopulos, I., Nilsson, I., Holmberg, L., Thulin, M., Wendeblad, M., ... & Davidsson, E. (2012). *Sweden's largest Facebook study*. Geraadpleegd van: <https://gupea.ub.gu.se/handle/2077/28893>
- de Oliveira, M. J., & Huertas, M. K. Z. (2015). Does life satisfaction influence the intention (We-Intention) to use Facebook?. *Computers in Human Behavior, 50*, 205-210. doi:10.1016/j.chb.2015.03.047

- De Vries, D. A., & Kühne, R. (2015). Facebook and self-perception: Individual susceptibility to negative social comparison on Facebook. *Personality and Individual Differences, 86*, 217-221. doi:10.1016/j.paid.2015.05.029
- Doğan, U. (2016). Effects of social network use on happiness, psychological well-being, and life satisfaction of high school students: Case of Facebook and Twitter. *Egitim ve Bilim, 41*, 217-231. doi:10.15390/EB.2016.4616
- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook “friends:” Social capital and college students’ use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication, 12*, 1143-1168. doi:10.1111/j.1083-6101.2007.00367.x
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations, 7*, 117-140. doi:10.1177/001872675400700202
- Giagkou, S., Hussain, Z., & Pontes, H. M. (2018). Exploring the interplay between passive following on Facebook, fear of missing out, self-esteem, social comparison, age, and life satisfaction in a community-based sample. *International Journal of Psychology & Behavior Analysis, 4*, 149-155. doi:10.15344/2455-3867/2018/149
- Grieve, R., Indian, M., Witteveen, K., Tolan, G. A., & Marrington, J. (2013). Face-to-face or Facebook: Can social connectedness be derived online? *Computers in Human Behavior, 29*, 604-609. doi:10.1016/j.chb.2012.11.017
- Harter, S. (2015). *The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations*. New York, NY: The Guilford Press.
- Hawi, N. S., & Samaha, M. (2017). The relations among social media addiction, self-esteem, and life satisfaction in university students. *Social Science Computer Review, 35*, 576-586. doi:10.1177/0894439316660340
- Huang, C. (2010). Internet use and psychological well-being: A meta-analysis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 13*, 241-249.

doi:10.1089=cyber.2009.0217

Kabasakal, Z. (2015). Life satisfaction and family functions as-predictors of problematic Internet use in university students. *Computers in Human Behavior*, 53, 294-304.

doi:10.1016/j.chb.2015.07.019

Kircaburun, K., Demetrovics, Z., & Tosuntaş, Ş. B. (2018). Analyzing the links between problematic social media use, dark triad traits, and self-esteem. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 13, 1-12. doi:10.1007/s11469-018-9900-1

Kong, F., Ding, K., & Zhao, J. (2015). The relationships among gratitude, self-esteem, social support and life satisfaction among undergraduate students. *Journal of Happiness Studies*, 16, 477-489. doi:10.1007/s10902-014-9519-2

Kong, F., Zhao, J., & You, X. (2012). Emotional intelligence and life satisfaction in Chinese university students: The mediating role of self-esteem and social support. *Personality and Individual Differences*, 53, 1039-1043. doi:10.1016/j.paid.2012.07.032

Krasnova, H., Wenninger, H., Widjaja, T., & Buxmann, P. (2013). *Envy on Facebook: A hidden threat to users' life satisfaction?* Geraadpleegd van: <https://boris.unibe.ch/47080/>

Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., Lin, N., ... & Ybarra, O. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PloS one*, 8, e69841. doi:10.1371/journal.pone.0069841

Luciana, M. (2013). Adolescent brain development in normality and psychopathology. *Development and Psychopathology*, 25, 1325-1345. doi:10.1017/S0954579413000643

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. Verkregen van: <http://www.pewinternet.org/2013/05/21/part-1-teens-and-social-media-use/>

Sabatini, F., & Sarracino, F. (2017). Online networks and subjective well-being. *Kyklos*, 70,

456-480. doi:10.1111/kykl.12145

Satici, S. A., & Uysal, R. (2015). Well-being and problematic Facebook use. *Computers in Human Behavior*, *49*, 185-190. doi:10.1016/j.chb.2015.03.005

Spraggins, A. (2009). *Problematic use of online social networking sites for college students: Prevalence, predictors, and association with well-being*. University of Florida, Gainesville, FL.

Steinberg (2017). *Adolescence* (11e ed.). New York: NY, USA: McGraw-Hill

Steinfeld, C., Ellison, N. B., & Lampe, C. (2008). Social capital, self-esteem, and use of online social network sites: A longitudinal analysis. *Journal of Applied Developmental Psychology*, *29*, 434-445. doi:10.1016/j.appdev.2008.07.002

Valenzuela, S., Park, N., & Kee, K. F. (2009). Is there social capital in a social network site?: Facebook use and college students' life satisfaction, trust, and participation. *Journal of Computer-Mediated Communication*, *14*, 875-901. doi:10.1111/j.1083-6101.2009.01/474.x

Valkenburg, P. M., Koutamanis, M., & Vossen, H. G. (2017). The concurrent and longitudinal relationships between adolescents' use of social network sites and their social self-esteem. *Computers in Human Behavior*, *76*, 35-41. doi:10.1016/j.chb.2017.07.008

Valkenburg, P. M., Peter, J., & Schouten, A. P. (2006). Friend networking sites and their relationship to adolescents' well-being and social self-esteem. *Cyber Psychology & Behavior*, *9*, 584-590. doi:10.1089/cpb.2006.9.584

Valkenburg, P. M., & Piotrowski, J. T. (2017). *Plugged in: How media attract and affect youth*. Yale University Press.

Van den Bighelaar, S., & Akkermans, M. (2013). *Gebruik en gebruikers van sociale media*. The Hague: Centraal Bureau voor de Statistiek.

Verduyn, P., Lee, D. S., Park, J., Shablack, H., Orvell, A., Bayer, J., ... & Kross, E. (2015).

Passive Facebook usage undermines affective well-being: Experimental and longitudinal evidence. *Journal of Experimental Psychology: General*, 144, 480. doi:10.1037/xge0000057

Wicks-Nelson, R. & Israel, A. C. (2013). *Abnormal child and adolescent psychology*. DSM-5 update. (8th ed.). New York: Routledge

Wilczek, B. (2018). Media use and life satisfaction: The moderating role of social events. *International Review of Economics*, 65, 157-184. doi:10.1007/s12232-017-0290-7

Wilson, K., Fornasier, S., & White, K. M. (2010). Psychological predictors of young adults' use of social networking sites. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13, 173-177. doi:10.1089/cyber.2009.0094

Woods, H. C., & Scott, H. (2016). #Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51, 41-49. doi:10.1016/j.adolescence.2016.05.008