



**Universiteit Utrecht**

**Passief gebruik van sociale netwerksites en het zelfbeeld:**

**De rol van opwaartse sociale vergelijking**

Master thesis

Utrecht University

Master's programme in Clinical Child, Family and Education Studies

Student: J. Reijnen

Studentnummer: 6935699

Eerste beoordelaar: Gert-Jan Meerkerk

Tweede beoordelaar: Hans van der Baan

Datum: 28 mei 2021

## Voorwoord

Voor u ligt de masterscriptie ‘Passief gebruik van sociale netwerksites en het zelfbeeld: de rol van opwaartse vergelijking’. Deze scriptie is geschreven in het kader van mijn afstuderen van de master Clinical Child, Family and Education studies aan de Universiteit Utrecht. Voor deze scriptie heb ik gebruik mogen maken van data van het Digital Youth project. Een longitudinaal onderzoek gericht op vragen die te maken hebben met problematisch gebruik van sociale media en games. Een onderwerp dat mij enorm aansprak, omdat sociale media tegenwoordig niet meer weg te denken zijn uit de maatschappij. Waar sociale media voor velen onschuldig lijken, wil ik door middel van mijn masterthesis inzicht creëren in de mogelijke negatieve gevolgen die het gebruik van sociale media met zich mee kan brengen.

Voor dit resultaat heb ik mij in een periode van tien maanden verdiept in de wetenschappelijke literatuur omtrent sociaal media gebruik, en na uitvoerig kwantitatief onderzoek heb ik mijn onderzoeksvraag kunnen beantwoorden. Ondanks dat ik de uitvoering van het onderzoek op momenten als complex heb ervaren, kijk ik ook met een fijn gevoel terug op het proces.

Er zijn een aantal mensen die ik hiervoor zou willen bedanken. Allereerst wil ik mijn scriptiebegeleider Gert-Jan Meerkerk bedanken voor de begeleiding, vele tips en steun die ik heb mogen ontvangen gedurende de afgelopen maanden. Dit heeft mij geholpen om tot dit eindresultaat te komen. Daarnaast wil ik de hoofdonderzoeker van het Digital Youth-project R. van den Eijnden bedanken dat ik gebruik mocht maken van de dataset om mijn masterscriptie te kunnen schrijven. Ook wil ik alle leerlingen bedanken voor hun deelname aan het Digital Youth project. Zonder hen had dit onderzoek nooit tot stand kunnen komen. Tot slot wil ik mijn vriend, vriendinnen en familie bedanken voor hun steun.

Utrecht, mei 2021

Jessica Reijnen

### Samenvatting

De afgelopen jaren blijkt het gebruik, zowel passief als actief, van sociale media onder adolescenten sterk te zijn gestegen. Sociale media bestaan uit instant messaging apps (IM) en sociale netwerksites (SNS). De stijging van gebruik van sociale media brengt mee dat er meer mogelijkheden zijn voor adolescenten om sociale vergelijkingen te maken, welke negatieve gevolgen kunnen hebben. Deze sociale vergelijkingen kunnen onderverdeeld worden in opwaartse en neerwaartse vergelijking. Waar neerwaartse vergelijking verband houdt met een positievere zelfwaardering, wordt bij opwaartse sociale vergelijking het tegenovergestelde effect gezien. Opwaartse sociale vergelijking blijkt namelijk te kunnen leiden tot een negatiever zelfbeeld. Om deze reden wordt in deze studie onderzocht of er een relatie bestaat tussen passief gebruik van SNS en het zelfbeeld en of dit verband gemedieerd wordt door opwaartse sociale vergelijkingen. Bij deze studie wordt gebruik gemaakt van data van het Digital Youth Project. Er hebben 2709 adolescenten deelgenomen, met een leeftijd tussen de 11 en 17 jaar oud. Middels een online vragenlijst zijn er antwoorden verkregen op de Rosenberg Self-esteem schaal, de vraag 'Hoe vaak per dag kijk je op sociale netwerksites' en vijf vragen die meten hoe vaak een persoon bepaalde gedachten heeft als hij of zij via SNS naar berichtjes, foto's of filmpjes van leeftijdsgenoten kijkt. Om het mediatie effect van opwaartse sociale vergelijking te bepalen, is er gebruik gemaakt van PROCESS-macro. De resultaten suggereren dat er geen directe relatie is tussen passief gebruik van SNS en het zelfbeeld, waardoor er geen sprake is van mediatie. Opwaartse sociale vergelijking daarentegen bleek wel een significante negatieve samenhang te hebben met het zelfbeeld.

*Keywords:* Sociale media, sociale netwerksites, zelfbeeld, passief sociaal mediagebruik, opwaartse vergelijking, sociale vergelijking.

### **Abstract**

Over the years both passive and active use of social media among adolescents appears to have risen sharply. Social media consists of instant messaging apps (IM) and social networking sites (SNS). The increase in the use of social media means that there are more opportunities for adolescents to make social comparisons, which can have negative consequences. These social comparisons can be divided into upward and downward comparison. Downward comparison results in an increase of one's self-esteem, whereas upward social comparison exhibits the opposite effect. An upward social comparison turns out to lead to a more negative self-esteem. This study investigates whether there is a relationship between passive use of SNS and self-esteem and whether this relationship is mediated by upward social comparisons. This study uses data from the Digital Youth Project in which 2709 adolescents participated, with aged varying between 11 and 17 years old. By means of an online questionnaire, answers were obtained on the Rosenberg Self-esteem scale, the question 'How often a day do you look on social network sites' and five questions that measure how often a person has certain thoughts when he or she sees messages, photos or videos of peers via SNS. PROCESS macro is used to determine the mediation effect of upward social comparison. The results suggest that there is no direct relationship between passive use of SNS and self-esteem, so there is no mediation. Upward social comparison, on the other hand, appeared to have a significant negative correlation with self-esteem.

*Keywords:* social media, social network sites, self-esteem, passive social media use, upward comparison, social comparison.

## Introductie

Van nature heeft de mens de neiging om sociale vergelijkingen te maken. Dit houdt in dat andere personen worden gebruikt als informatiebron om te beoordelen hoe bekwaam we zijn ten opzichte van de ander, of hoe we ons moeten gedragen en voelen. Deze vergelijkingen geven inzicht in de eigen capaciteiten, sociale status en prestaties ten opzichte van andere mensen (Festinger, 1954). Met de komst van het internet, en daarmee sociale netwerksites (SNS), blijkt dat de mogelijkheden voor het maken sociale vergelijkingen sterk zijn toegenomen (Feinstein et al., 2013). Dit kan voor sommigen gebruikers negatieve gevolgen hebben, zoals een lager zelfbeeld (Verduyn et al., 2017). Huidig onderzoek tracht inzicht te krijgen in de mechanismen die ertoe bij kunnen dragen dat het gebruik van SNS voor sommigen kan leiden tot een negatiever zelfbeeld. Dit onderzoek kan daarom een aanknopingspunten geven voor de zoektocht naar manieren om deze negatieve effecten van gebruik van SNS in de toekomst effectief aan te pakken.

Binnen het sociale vergelijkingsproces staan twee aspecten centraal: het selecteren van het vergelijkingsdoel en het gevolg van de vergelijking (Verduyn et al., 2020). Bij het selecteren van het vergelijkingsdoel zijn twee manieren te onderscheiden: neerwaartse- en opwaartse sociale vergelijking (Festinger, 1954; Wills, 1981). Bij neerwaartse vergelijking is er sprake van vergelijking met iemand die beschouwd wordt als bijvoorbeeld minder succesvol, knap of gelukkig dan het individu zelf (Wills, 1981; Verduyn et al., 2020). Hier tegenover staat opwaartse vergelijking, waarbij het individu zichzelf vergelijkt met een ‘superieure’ ander, die wordt gezien als meer succesvol, knap of gelukkig (Festinger, 1954).

Het vergelijken met anderen kan verschillende gevolgen hebben. Hierbij kan gesproken worden in termen van assimilatie en contrast. Assimilatie betreft de zelfwaardering die mee verandert in de richting van de vergelijking. Bij opwaartse vergelijking is dit een positievere zelfwaardering en bij neerwaartse vergelijking is dit een negatievere zelfwaardering (Gilbert et al., 1995). Een voorbeeld kan zijn dat iemand na het zien van een foto van een superieure ander, zelf een positievere zelfwaardering krijgt. Het vergelijken met anderen kan ook contrasterende gevolgen hebben. Dit houdt in dat de zelfwaardering van de vergelijkende persoon afwijkend is van de vergelijkingsrichting. Zo wordt bij het maken van de vergelijking de zelfwaardering van een persoon negatiever na opwaartse vergelijking en juist positiever na neerwaartse vergelijking (Gilbert et al., 1995). Een voorbeeld is dat iemand na het zien van een foto van een superieure ander, zich onzekerder voelt over zichzelf. Uit een grote meta-analyse van meer dan 60 jaar

onderzoek naar sociale vergelijkingen komt naar voren dat mensen vooral de neiging hebben tot opwaartse sociale vergelijking en dat deze opwaartse vergelijking contrasterende gevolgen kan hebben, zoals een negatiever zelfbeeld (Gerber et al., 2018).

Waar bovenstaande meta-analyse naar sociale vergelijkingen zich beperkt tot de offline context, is het ook van belang om te kijken naar sociale vergelijkingen in de online context. Uit onderzoek blijkt namelijk dat sociale media het gemakkelijker maakt om sociale vergelijkingen te maken (Feinstein et al., 2013). Daarbij komt nog eens dat het gebruik van sociale media onder adolescenten in Nederland, de afgelopen jaren hard gestegen is. In 2019 gaf 93,5 procent van de adolescenten van twaalf tot achttien jaar aan dagelijks internet te gebruiken. Van deze groep gaf 94,6 procent aan internet te gebruiken voor sociale media (CBS, 2019). Onder sociale media worden instant messaging (IM) apps en sociale netwerksites (SNS) verstaan (Pollet et al., 2011). Via IM-apps wordt gecommuniceerd met één of meerdere personen die al in de contactpersonenlijst staan en dus (meestal) bekend zijn voor de gebruiker. IM bestaat onder andere uit WhatsApp, Snapchat en chatrooms (Valkenburg, 2014). SNS zijn platforms, zoals Facebook, Twitter en Instagram, die sociale interactie mogelijk maken met zowel bestaande als nieuwe contacten. Bij deze platforms creëren de gebruikers de inhoud door middel van een persoonlijk profiel dat voor anderen zichtbaar is. Op dit profiel kunnen gebruikers beeldmateriaal en verhalen plaatsen, op elkaar reageren en berichten delen (O'keeffe & Clarke-Pearson, 2011; Cabral, 2011; Obar 2015; NJI, 2020).

Binnen SNS zijn twee typen gebruikers te onderscheiden, namelijk een actieve en passieve gebruiker. Wanneer een gebruiker zelf content op het platform plaatst, commentaar geeft op profielen van anderen en veel interactie heeft met medegebruikers, is er sprake van actief gebruik van SNS (Frison & Eggermont, 2016; Nisar et al., 2019). Een passieve gebruiker heeft voorkeur voor het bekijken van profielen en zal voornamelijk scrollen en zelf slechts beperkt content plaatsen (Frison & Eggermont, 2016; Escobar-Viera et al., 2018).

### **Sociale netwerksites en sociale vergelijking**

Waar SNS het gemakkelijker maken om in contact te komen met zowel nieuwe als bestaande relaties en dit contact te onderhouden, blijkt dat het gebruik van SNS ook negatieve gevolgen kan hebben. Diverse studies tonen namelijk aan dat passief gebruik van SNS samenhangt met depressieve gevoelens of een lager zelfbeeld (Verduyn et al., 2015; Nisar et al., 2019; Giagkou

et al., 2018; Valkenburg et al., 2006; Lee et al., 2012). Een verklaring hiervoor is dat SNS continu informatie over andere gebruikers toegankelijk stelt, waardoor het gemakkelijker wordt om sociale vergelijkingen te maken (Appel et al., 2015; Feinstein et al., 2013; Ellinson et al., 2007; Valkenburg & Peter, 2011). Hieruit volgt dat actieve gebruikers van SNS eerder geneigd zijn om successen te delen in plaats van mislukkingen. Een gevolg hiervan is dat het leven van een andere gebruiker er al snel rooskleuriger uit zal zien, wat leidt tot opwaartse vergelijking (Kross et al., 2013).

Onderzoek wijst uit dat met name bij passief gebruik van SNS deze opwaartse sociale vergelijking een belangrijke rol speelt (Chou & Edge, 2012). Passieve gebruikers van SNS zullen voornamelijk informatie tot zich nemen door profielen van andere gebruikers te monitoren (Verduyn et al., 2020). Het veelvuldig monitoren van successen van anderen heeft als gevolg dat voortdurend opwaartse sociale vergelijkingen worden gemaakt (Krasnova et al., 2015; Hu & Liu, 2020; Burnell et al., 2019; Ozimek & Bierhoff, 2019). Volgens onderzoek leidt deze opwaartse sociale vergelijking, bij passief gebruik van SNS, tot een contrasterende vergelijking met een negatiever zelfbeeld als gevolg (Gilbert et al., 1995; Verduyn et al., 2017). Bovendien blijkt ook nog eens dat adolescenten met een laag zelfbeeld gevoeliger zijn om zichzelf te vergelijken met anderen. Zij zullen sneller opwaartse sociale vergelijkingen maken waardoor juist nog meer negatieve gedachten over het eigen leven of zichzelf als persoon ontstaan (Chou en Edge, 2012; Lee, 2014; Jang et al., 2016). Verondersteld zou kunnen worden dat deze kwetsbare doelgroep extra gevoelig zijn voor de mogelijke negatieve gevolgen van passief gebruik van SNS.

Bovenstaande literatuur veronderstelt dat passief gebruik van SNS samenhangt met depressieve gevoelens of een lager zelfbeeld en dat opwaartse sociale vergelijking hier een mogelijke verklaring voor is (Verduyn et al., 2015; Nisar et al., 2019; Giagkou et al., 2018; Valkenburg et al., 2006; Lee et al., 2012; Kross et al., 2013; Gilbert et al., 1995; Verduyn et al., 2017). De huidige studie richt zich op een empirische toetsing van deze veronderstelling. Er wordt zo geprobeerd een bijdrage te leveren aan de wetenschappelijke kennis omtrent de mogelijke negatieve gevolgen van het gebruik van SNS. Inzichten in de mogelijke negatieve gevolgen van passief gebruik van SNS en de mechanismen die deze negatieve gevolgen kunnen verklaren, kunnen bijdragen aan de ontwikkeling van preventieve interventies om deze negatieve effecten in de toekomst te voorkomen.

Op basis van bovenstaande literatuur zijn de volgende onderzoeksvragen en hypothesen opgesteld: de hoofdvraag luidt: *‘Is passief gebruik van sociale netwerksites gerelateerd aan het zelfbeeld van adolescenten en wordt dit verband gemedieerd door opwaartse sociale vergelijking?’*.

Deelvraag 1 luidt: *‘Is er een relatie tussen passief gebruik van sociale netwerksites en het zelfbeeld van adolescenten?’*. Mede door de bevindingen van eerdere onderzoeken luidt de hypothese dat een hogere mate van passief gebruik van sociale netwerksites samenhangt met een lager zelfbeeld van adolescenten en de relatie dus negatief is (H1).

Deelvraag 2 luidt: *‘Is er een relatie tussen opwaartse sociale vergelijking en het zelfbeeld van adolescenten?’*. De hypothese van deelvraag 2 stelt dat een hogere mate van opwaartse sociale vergelijking samenhangt met een lager zelfbeeld van adolescenten, wat duidt op een negatieve relatie (H2).

Deelvraag 3 luidt: *‘Wordt het verband tussen passief gebruik van sociale netwerksites en het zelfbeeld van adolescenten gemedieerd door opwaartse sociale vergelijkingen?’*. De hypothese bij deze deelvraag veronderstelt dat er een indirecte relatie is tussen passief gebruik van sociale netwerksites en het zelfbeeld van adolescenten via opwaartse sociale vergelijking en dat deze relatie negatief is (H3).

## **Methode**

### **Onderzoeksdesign en procedure**

In huidig onderzoek werd gebruik gemaakt van data van het Digital Youth Project (DiYo). Dit betreft een longitudinaal onderzoek van de Universiteit Utrecht waarbij adolescenten jaarlijks een online vragenlijst invullen over de rol van sociale mediagebruik en gamen in hun leven. De respondenten zijn geworven via diverse middelbare scholen in middelgrote steden in Nederland. Voorafgaand aan deelname zijn ouders van de respondenten middels een brief op de hoogte gebracht van het onderzoek van DiYo. Deze brief gaf informatie over het onderzoek en beschreef het recht om deelname te weigeren of om zich op een later moment terug te trekken. Ouderlijke toestemming was noodzakelijk voor deelname van de adolescenten. Het huidige onderzoek is goedgekeurd door de ethische commissie van Universiteit Utrecht (21-0244).

De vragenlijsten zijn online afgenomen tijdens reguliere lessen op school. Om de anonimiteit van de deelnemende adolescenten te bewaken, werd middels een persoonlijke link een



respondentnummer toegekend. Assistentie werd verleend door onderzoeksassistenten van de Universiteit Utrecht. Zij waren aanwezig om eventuele vragen te beantwoorden.

### **Steekproef**

De huidige studie maakt gebruik van data van de meting in 2017. In totaal hebben 2708 leerlingen de online vragenlijst ingevuld. De gemiddelde leeftijd was 13.9 jaar met een minimale leeftijd van 11 jaar oud en een maximale leeftijd van 17 jaar oud ( $SD=1.20$ ). De steekproef bestond uit 1460 jongens (53.9%) met een gemiddelde leeftijd van 14.0 jaar (min. 11, max. 17,  $SD=1.21$ ) en 1248 meisjes (46.1%) met een gemiddelde leeftijd van 13.9 jaar (min. 11, max. 17,  $SD=1.19$ ). Van de steekproef kwamen 1369 (50.6%) leerlingen van het VMBO. De resterende 1312 (49.4%) leerlingen kwamen van de HAVO of HAVO/VWO.

### **Meetinstrumenten**

#### ***Passief Gebruik van Sociale Netwerksites***

Passief gebruik van sociale netwerksites werd gemeten door één item: ‘Hoe vaak per dag kijk je op sociale netwerksites? (Bijvoorbeeld Facebook, Twitter, Instagram, Google+, of Pinterest)’. Dit item werd beantwoord met behulp van een zevenpunt Likertschaal (1= nooit of minder dan 1 keer per dag, 7= meer dan 40 keer).

#### ***Zelfbeeld***

Zelfbeeld werd gemeten door vijf items die meten hoe een persoon over zichzelf denkt. De items zijn afkomstig van Rosenberg, Schooler en Schoenbach (1989). Bij deze items wordt gebruik gemaakt van een vijfpunt Likertschaal (1= klopt helemaal niet, 5= klopt helemaal). Een voorbeelditem is: ‘Ik heb het gevoel dat ik een persoon ben die wat waard is, minstens evenveel als anderen’. De Cronbach’s alpha voor de subschaal is  $\alpha = .81$ . In een studie van Franck, De Raedt, Barbez en Rosseel (2008) werd de constructvaliditeit van deze schaal als goed bevonden. Een lage score op deze schaal duidt op een laag zelfbeeld.

#### ***Opwaartse Sociale Vergelijking***

Opwaartse sociale vergelijking werd gemeten door vijf items die meten hoe vaak een persoon bepaalde gedachten heeft als hij of zij via SNS naar berichtjes, foto’s of filmpjes van leeftijdsgenoten kijkt. Bij deze items wordt gebruik gemaakt van een vijfpunt Likertschaal (1= nooit, 5= heel vaak). Een voorbeelditem is: ‘Hij of zij doet leukere dingen dan ik’. Een hoge score op deze schaal duidt op een hogere mate van opwaartse sociale vergelijkingen. De interne consistentie wordt als goed beschouwd ( $\alpha = .85$ ).

## Analyse

Binnen het huidige onderzoek werd middels SPSS een mediatieanalyse uitgevoerd, via het programma PROCESS, om een antwoord te geven op de onderzoeksvraag ‘Is passief gebruik van sociale netwerksites gerelateerd aan het zelfbeeld van adolescenten en wordt dit verband gemedieerd door opwaartse sociale vergelijking’. De afhankelijke variabele van deze analyse is ‘Zelfbeeld’ en de onafhankelijke variabele is ‘Passief gebruik van sociale netwerksites’. De mediator in dit onderzoek is ‘Opwaartse sociale vergelijking’.

## Resultaten

### Beschrijvende statistiek

In tabel 1 zijn de beschrijvende statistieken van variabelen van de huidige studie weergegeven. Deze resultaten zijn uitgesplitst naar geslacht. Middels een onafhankelijke t-toets zijn de gemiddelden van passief gebruik van SNS, het zelfbeeld en opwaartse vergelijking van jongens en meisjes met elkaar vergeleken. Uit de resultaten blijkt dat jongens minder vaak passief gebruik van SNS rapporteren dan meisjes. Ook blijkt het zelfbeeld van de jongens iets positiever te zijn. Tot slot rapporteren meisjes een hogere mate van opwaartse sociale vergelijking dan jongens. De verschillen zijn echter klein.

#### Tabel 1.

*Beschrijvende Statistieken voor Jongens en Meisjes op Passief Gebruik SNS, Zelfbeeld en Opwaartse Sociale Vergelijking*

	<i>N</i>	<i>M (SD)</i>	<i>t</i>
<b>1. Passief gebruik SNS</b>			-4.44*
Jongens	1458	4.14 (1.76)	
Meisjes	1248	4.43 (1.60)	
<b>2. Zelfbeeld</b>			2.98*
Jongens	1411	3.46 (.68)	
Meisjes	1227	3.40 (.52)	
<b>3. Opwaartse vergelijking</b>			-7.29*
Jongens	1332	1.69 (.94)	
Meisjes	1192	1.97 (1.02)	

## Correlaties

In Tabel 2 worden de correlaties tussen de afhankelijke variabele *Zelfbeeld*, de onafhankelijke variabele *Passief gebruik SNS* en de mediator *Opwaartse vergelijking* weergegeven. Hierin zijn ook de controlevariabelen; geslacht en leeftijd opgenomen. Er is sprake van een significante zwakke correlatie ( $r = -.30$ ) tussen de afhankelijke variabele *Zelfbeeld* en de mediator *Opwaartse vergelijking*. De overige variabelen blijken niet tot nauwelijks te correleren.

**Tabel 2.**  
*Correlatie Matrix*

	1.	2.	3.	4.	5.
1. Geslacht	1	-.06**	.09**	-.10**	.15**
2. Leeftijd		1	.12**	-.06**	.01
3. Passief gebruik SNS			1	-.07**	.11**
4. Zelfbeeld				1	-.30**
5. Opwaartse vergelijking					1

*Noot.* \* $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$  Spearman's Rho is gebruikt voor de onderzoeksvariabelen van ordinaal niveau. Voor de andere variabele is gebruik gemaakt van Pearson's correlatie.

## Mediatie analyse

In tabel 3 zijn de uitkomsten van de mediatie analyse via PROCESS-macro weergegeven. In model 1 wordt de samenhang tussen *Passief gebruik van SNS* en *Opwaartse vergelijking* weergegeven. Hieruit blijkt dat *Passief gebruik van SNS* een significante voorspeller is van *Opwaartse vergelijking*,  $b = .06$ , 95% CI [.04, .09],  $t = 5.02$ ,  $p < .001$ . Dit houdt in dat bij een hogere mate van passief gebruik van SNS, de mate van opwaartse vergelijkingen ook zal stijgen.

In model 2 worden de resultaten van de regressieanalyse van zowel *Passief gebruik van SNS* als *Opwaartse vergelijking* op het *Zelfbeeld* weergegeven. *Passief gebruik van SNS* blijkt geen significante voorspeller van het *Zelfbeeld* wanneer *Opwaartse vergelijking* ook in het model wordt meegenomen,  $b = -.003$ , 95% CI [-.02, .02],  $t = -.28$ ,  $p = .78$ . *Opwaartse vergelijking* blijkt daarentegen wel een significante voorspeller van het *Zelfbeeld*,  $b = -.25$ , 95% CI [-.29, -.22],  $t = -14.47$ ,  $p < .001$ .

In model 3 wordt het totale effect van *Passief gebruik van SNS* op het *Zelfbeeld*, zonder mediator, weergegeven. Hieruit blijkt *Passief gebruik van SNS* geen significante voorspeller te zijn van het *Zelfbeeld*,  $b = -.02$ , 95% CI [-.04, .003],  $t = -1.67$ ,  $p = .09$ .

Tot slot wordt middels de mediatieanalyse gekeken naar het indirecte effect tussen *Passief gebruik van SNS* en *Zelfbeeld*. De resultaten van de mediatieanalyse worden weergegeven in figuur 1. Hieruit blijkt dat er een indirect significant effect is van *Passief gebruik van SNS* op het *Zelfbeeld* via *Opwaartse vergelijking*,  $b = -.02$ , 95% BCa CI  $[-.02, -.01]$ .

**Tabel 3.**

*Mediatie model middels PROCESS-macro*

*Stap 1 Resultaten van het lineaire model van Opwaartse Sociale Vergelijking voorspeld door Passief Gebruik van SNS.*

Model	B	SE	Sig.	R <sup>2</sup>	F
1.				.03	27.51
(Constant)	1.08	.24	.00		
Geslacht	.28	.04	.00*		
Leeftijd	.004	.02	.79		
Passief gebruik SNS	.06	.01	.00*		

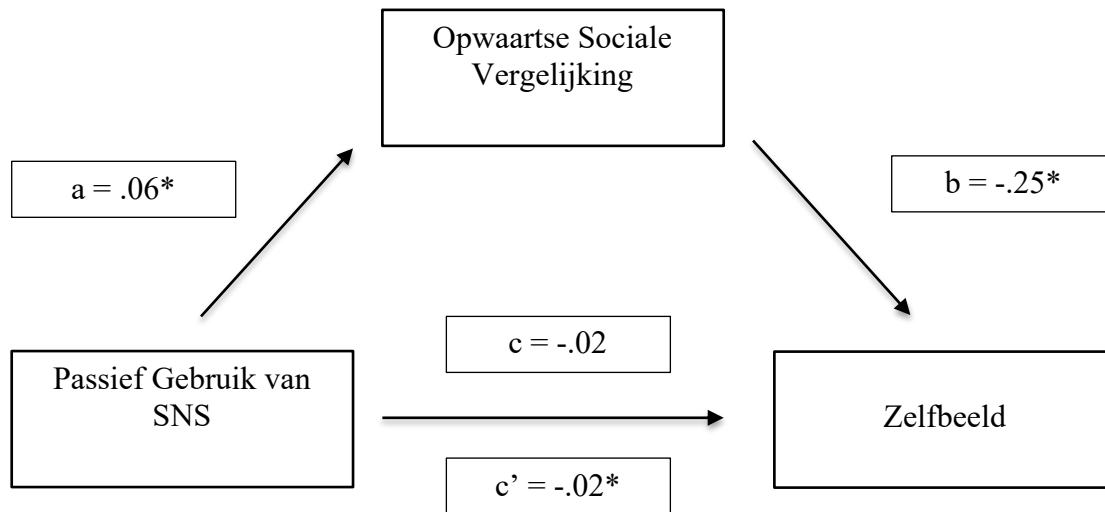
*Stap 2 Resultaten van de Regressieanalyse van Zelfbeeld voorspeld door zowel Passief Gebruik van SNS en Opwaartse Sociale Vergelijking.*

Model	B	SE	Sig.	R <sup>2</sup>	F
2.				.30	60.13
(Constant)	5.01	.21	.00		
Geslacht	-.07	.03	.03*		
Leeftijd	-.04	.01	.00*		
Passief gebruik SNS	-.003	.01	.78		
Opwaartse vergelijking	-.25	.02	.00*		

*Stap 3 Resultaten van het totale effect van Passief Gebruik van SNS op het Zelfbeeld zonder Opwaartse Sociale Vergelijking.*

Model	B	SE	Sig.	R <sup>2</sup>	F
3.				.01	9.52
(Constant)	4.74	.22	.00		
Geslacht	-.15	.04	.00*		
Leeftijd	-.04	.01	.00*		
Passief gebruik SNS	-.02	.01	.09		

*Noot. \*p < .05*

**Figuur 1.** Mediatieanalyse

*Noot.*  $*p < .05$

### Discussie

Met dit onderzoek werd getracht inzicht te verkrijgen in de mechanismen die ertoe bij kunnen dragen dat het gebruik van SNS voor sommigen kan leiden tot een negatiever zelfbeeld. Dit is een onwenselijk gevolg, waardoor het van belang is dat dit wordt onderzocht. Dit werd gedaan door de samenhang tussen passief gebruik van SNS en het zelfbeeld te toetsen en na te gaan of dit verband wordt gemedieerd door opwaartse sociale vergelijking. De resultaten laten zien dat er geen sprake is van een samenhang tussen passief gebruik van SNS en het zelfbeeld, waardoor er geen sprake is van mediatie.

Waar diverse studies aantonen dat passief gebruik van SNS samenhangt met depressieve gevoelens of een lager zelfbeeld, wordt binnen dit onderzoek geen significant effect gevonden tussen passief gebruik van SNS en zelfbeeld (Verduyn et al., 2015; Nisar et al., 2019; Giagkou et al., 2018; Valkenburg et al., 2006; Lee et al., 2012). Deze bevinding is niet in lijn met de verwachting dat een hogere mate van passief gebruik van SNS samenhangt met een lager zelfbeeld van adolescenten (hypothese 1). De hypothese wordt daarom verworpen waardoor mediatie niet meer mogelijk blijkt (Field, 2018). Waar bovengenoemde studies voornamelijk gericht zijn op het passief gebruik van de sociale netwerksite Facebook, wordt binnen de huidige studie gekeken naar het passief gebruik van Facebook én andere sociale netwerksites zoals Instagram en Twitter. Uit het nationaal sociale mediaonderzoek komt naar voren dat adolescenten de laatste jaren minder

gebruik maken van Facebook en meer gebruik zijn gaan maken van Instagram (Van der Veer et al., 2020). Mogelijk dat deze verschuiving een verklaring biedt voor het afwijkende resultaat in deze studie omdat deze sociale netwerksites een andere content en manier van gebruik hebben. Tot op heden is dit echter nog onvoldoende onderzocht en vervolgonderzoek wordt daarom aangeraden.

Waar vanwege het uitblijven van een relatie tussen passief gebruik van SNS en het zelfbeeld niet gesproken kan worden van mediatie, is er echter wel nog een samenhang gevonden tussen de andere variabelen. Conform verwachting werd gevonden dat adolescenten die in een hogere mate geneigd zijn opwaartse sociale vergelijkingen te maken, een negatiever zelfbeeld rapporteerden (hypothese 2). Dit ondersteunt bevindingen uit eerdere studies waar opwaartse vergelijking een voorspeller bleek van een lager zelfbeeld (Gilbert et al., 1995; Verduyn et al., 2017). Daarnaast blijkt er ook een significante samenhang tussen passief gebruik van SNS en opwaartse sociale vergelijking. Een mogelijke verklaring voor bovenstaande resultaten kan zijn dat gebruikers van SNS eerder geneigd zijn positieve content te plaatsen waardoor het leven van een ander er al snel rooskleuriger uit zal zien. Dit heeft als gevolg dat een gebruiker veelvuldig successen van anderen zal monitoren waardoor de gebruiker eerder geneigd is tot het maken van opwaartse sociale vergelijkingen, welke een negatiever zelfbeeld als gevolg kunnen hebben (Kross et al., 2013; Buffardi & Campbell, 2011; Kramer & Winter, 2008; Gerber et al., 2018).

Er werd verwacht dat de relatie tussen passief gebruik van SNS en het zelfbeeld gemedieerd zou worden door opwaartse vergelijkingen (hypothese 3). Zoals eerder benoemd komt uit de bevindingen van de huidige studie naar voren dat er geen relatie is tussen passief gebruik van SNS en het zelfbeeld. Om deze reden is er geen mediatie meer mogelijk en wordt de hypothese verworpen (Field, 2018).

Uit cijfers van het Centraal Bureau voor Statistiek (CBS) komt naar voren dat het gebruik van sociale media, onder adolescenten in Nederland, de afgelopen jaren hard gestegen is. De verwachting is dat deze stijging de komende jaren nog door zal zetten. De resultaten uit dit onderzoek wijzen erop dat deze mogelijke stijging en dus hogere mate van passief gebruik van SNS als gevolg heeft dat er nog meer mogelijkheden komen om opwaartse vergelijkingen te maken, welke voor sommige SNS-gebruikers negatieve gevolgen kunnen hebben. Er wordt door de onderzoeker daarom aangeraden vervolgonderzoek te doen naar beschermende factoren, die mogelijk de negatieve gevolgen van passief gebruik van SNS kunnen verzachten. Met de resultaten

uit de huidige studie wordt een beeld geschetst van de rol van opwaartse sociale vergelijking in het gebruik van SNS en het zelfbeeld. Ondanks dat er geen mediatie effect werd gevonden, kan er gesteld worden dat opwaartse sociale vergelijkingen gerelateerd kunnen zijn aan een negatiever zelfbeeld. Deze kennis biedt een aanknopingspunt voor preventie van deze negatieve uitkomst. Het bieden van psycho-educatie aan ouders en jongeren, gericht op informatieverschaffing over het fenomeen sociale vergelijking en de hoge mate van positieve content op SNS zou ertoe bij kunnen dragen dat er meer bewustwording wordt gecreëerd. Deze bewustwording heeft mogelijk als gevolg dat ouders en jongeren een kritische blik ontwikkelen waardoor de negatieve gevolgen zoals een lager zelfbeeld, verzacht kunnen worden.

Zoals eerder benoemd zijn eerdere studies vooral gericht op passief gebruik van Facebook. Onderzoek naar gebruik van overige SNS en de relatie daarvan met het zelfbeeld en opwaartse sociale vergelijkingen is nog beperkt. Huidige studie geeft inzicht in passief gebruik van zowel Facebook, Instagram, Twitter en Pinterest in relatie tot bovenstaande constructen. Om deze reden kunnen de resultaten van dit onderzoek als vernieuwend worden beschouwd binnen de wetenschappelijke kennis omtrent het gebruik van sociale media.

Er zitten echter ook beperkingen aan huidig onderzoek. Om het concept opwaartse sociale vergelijking te meten is bij DiYo-project gebruik gemaakt van een zelfontworpen schaal. Waar de Cronbachs Alpha een goede interne consistentie laat zien, kunnen er geen uitspraken worden gedaan over de validiteit van deze schaal. Uit vervolgonderzoek zal moeten blijken of er sprake is van een goede constructvaliditeit. Om deze reden moeten de resultaten uit dit onderzoek met enige voorzichtigheid geïnterpreteerd worden. Verder beperkt dit onderzoek zich tot data uit een specifiek jaar, namelijk 2017. Waar het gebruik van sociale media de afgelopen jaren hard gestegen is en er verschuivingen lijken te zijn met betrekking tot welke sociale netwerksites gebruikt worden, is het de vraag in hoeverre de resultaten uit de huidige studie gegeneraliseerd kunnen worden tot de hedendaagse situatie. Interessant is daarom om te kijken hoe de relatie tussen passief gebruik van SNS en het zelfbeeld zich de afgelopen jaren heeft ontwikkeld.

### Referenties

- Appel, H., Crusius, J., & Gerlach, A. L. (2015). Social comparison, envy, and depression on Facebook: A study looking at the effects of high comparison standards on depressed individuals. *Journal of Social and Clinical Psychology, 34*(4), 277-289.  
<https://doi.org/10.1521/jscp.2015.34.4.277>
- Buffardi, L. E., & Campbell, W. K. (2008). Narcissism and social networking web sites. *Personality and Social Psychology Bulletin, 34*, 1303-1314.  
<Http://doi.org/10.1177/0146167208320061>
- Burnell, K., George, M. J., Vollet, J. W., Ehrenreich, S. E., & Underwood, M. K. (2019). Passive social networking site use and well-being: The mediating roles of social comparison and the fear of missing out. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 13*(3), Article 5. <https://doi.org/10.5817/CP2019-3-5>
- Cabral, J. (2011). Is generation Y addicted to social media? *Future of children, 21*(1), 5-14.
- Centraal Bureau voor Statistiek (2019, Oktober 8). *Internet; toegang, gebruik en faciliteiten*. Centraal Bureau voor Statistiek  
<https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/83429ned/table?fromstatweb>
- Chou, H. T. G., & Edge, N. (2012). “They are happier and having better lives than I am”: the impact of using Facebook on perceptions of others’ lives. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 15*(2), 117-121. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0324>
- 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*(4), 1143-1168. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00367.x>
- Escobar-Viera, C. G., Shensa, A., Bowman, N. D., Sidani, J. E., Knight, J., James, A. E., & Primack, B. A. (2018). Passive and active social media use and depressive symptoms among United States adults. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 21*(7), 437- 443. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0668>
- Feinstein, B. A., Hershenberg, R., Bhatia, V., Latack, J. A., Meuwly, N., & Davila, J. (2013). Negative social comparison on Facebook and depressive symptoms: Rumination as a mechanism. *Psychology of Popular Media Culture, 2*(3), 161.  
<https://doi.org/10.1037/a0033111>



- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations*, 7, 117-140.
- Franck, E., De Raedt, R., Barbez, C., & Rosseel, Y. (2008). Psychometric properties of the Dutch Rosenberg self-esteem scale. *Psychologica Belgica*, 48(1), 25-35.  
[Http://dx.doi.org/10.53334/pb-48-1-25](http://dx.doi.org/10.53334/pb-48-1-25)
- Frison, E., & Eggermont, S. (2016). Gender and Facebook motives as predictors of specific types of Facebook use: A latent growth curve analysis in adolescence. *Journal of adolescence*, 52, 182-190. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.08.008>
- Gerber, J. P., Wheeler, L., & Suls, J. (2018). A social comparison theory meta-analysis 60+ years on. *Psychological bulletin*, 144(2), 177. <https://doi.org/10.1037/bul0000127>
- 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. <http://doi.org/10.15344/2455-3867/2018/149>
- Gilbert, P., Price, J., & Allan, S. (1995). Social comparison, social attractiveness and evolution: How might they be related? *New ideas in Psychology*, 13(2), 149-165.  
[https://doi.org/10.1016/0732-118X\(95\)00002-X](https://doi.org/10.1016/0732-118X(95)00002-X)
- Hu, Y. T., & Liu, Q. Q. (2020). Passive social network site use and adolescent materialism: Upward social comparison as a mediator. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 48(1), 1-8. <https://doi.org/10.2224/sbp.8833>
- Jang, K., Park, N., & Song, H. (2016). Social comparison on Facebook: Its antecedents and psychological outcomes. *Computers in Human Behavior*, 62, 147-154.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.082>
- Krämer, N. C., & Winter, S. (2008). Impression management 2.0: The relationship of self-esteem, extraversion, self-efficacy, and self-presentation within social networking sites. *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications*, 20, 106.  
[Http://doi.org/10.1027/1864-1105.20.3.106](http://doi.org/10.1027/1864-1105.20.3.106)
- Krasnova, H., Widjaja, T., Buxmann, P., Wenninger, H., & Benbasat, I. (2015). Research note—why following friends can hurt you: an exploratory investigation of the effects of envy on social networking sites among college-age users. *Information systems research*, 26(3), 585-605. <https://doi.org/10.1287/isre.2015.0588>

- 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(8), e69841. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0069841>
- Lee, J. E. R., Moore, D. C., Park, E. A., & Park S. G. (2012). Who wants to be “friend- rich”? Social compensatory friending on Facebook and the moderating role of public self-consciousness. *Computers in Human Behavior*, 28, 1036-1043. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.01.006>
- Lee, S. Y. (2014). How do people compare themselves with others on social network sites? The case of Facebook. *Computers in Human Behavior*, 32, 253-260. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.12.009>
- Nederlands Jeugd Instituut (2020, 17 december). *Sociale mediagebruik*. Nederlands Jeugd Instituut <https://www.nji.nl/nl/Databank/Cijfers-over-Jeugd-en-Opvoeding/Cijfers-per-onderwerp/Sociale-mediagebruik#ch313766>
- Nisar, T. M., Prabhakar, G., Ilavarasan, P. V., & Baabdullah, A. M. (2019). Facebook usage and mental health: An empirical study of role of non-directional social comparisons in the UK. *International Journal of Information Management*, 48, 53-62. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2019.01.017>
- O’Keeffe, G. S., & Clarke-Pearson, K. (2011). The impact of social media on children, adolescents, and families. *Pediatrics*, 127(4), 800-804. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-0054>
- Obar, J. A., & Wildman, S. S. (2015). Social media definition and the governance challenge-an introduction to the special issue. *Telecommunications policy*, 39(9), 745-750. <https://dx.doi.org/10.2139/ssrn.2647377>
- Ozimek, P., & Bierhoff, H. W. (2020). All my online-friends are better than me—three studies about ability-based comparative social media use, self-esteem, and depressive tendencies. *Behaviour & Information Technology*, 39(10), 1110-1123. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2019.1642385>
- Pollet, T. V., Roberts, S. G., & Dunbar, R. I. (2011). Use of social network sites and instant messaging does not lead to increased offline social network size, or to emotionally closer relationships with offline network members. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(4), 253-258. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0161>

- Rosenberg, M., Schooler, C., & Schoenbach, C. (1989). Self-esteem and adolescent problems: Modeling reciprocal effects. *American sociological review*, 1004-1018
- Universiteit Utrecht. (2020). *Digital Youth project*. Universiteit Utrecht  
<https://www.uu.nl/en/research/digital-youth>
- Valkenburg, P. (2014). *Schermgaande jeugd: over jeugd en media*. Prometheus
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Online communication among adolescents: An integrated model of its attraction, opportunities, and risks. *Journal of adolescent health*, 48(2), 121-127. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.08.020>
- Valkenburg, P. M., Peter, J., & Schouten, A. P. (2006). Friend networking sites and their relationship to adolescents' well-being and social self-esteem. *Cyberpsychology & Behavior*, 9, 584-590. <https://doi:10.1089/cpb.2006.9.584>
- Verduyn, P., Gugushvili, N., & Kross, E. (2021). The impact of social network sites on mental health: distinguishing active from passive use. *World Psychiatry*, 20(1), 133. <https://doi.org/10.1002/wps.20820>
- Verduyn, P., Gugushvili, N., Massar, K., Täht, K., & Kross, E. (2020). Social comparison on social networking sites. *Current opinion in psychology*. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.04.002>
- Verduyn, P., Lee, D. S., Park, J., Shablack, H., Orvell, A., Bayer, J., Ybarra, O., Jonides, J., & Kross, E. (2015). Passive Facebook usage undermines affective well-being: Experimental and longitudinal evidence. *Journal of Experimental Psychology: General*, 144(2), 480–488. <https://doi.org/10.1037/xge0000057>
- 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(2), 480.
- Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2017). Do social network sites enhance or undermine subjective well-being? A critical review. *Social Issues and Policy Review*, 11(1), 274-302. <https://doi.org/10.1111/sipr.12033>
- Van der Veer, N., Boekee, S., & Hoekstra, H. (2020). Nationale social mediaonderzoek 2020. Newcom Research & Consultancy B.V.
- Wills, T. A. (1981). Downward comparison principles in social psychology. *Psychological Bulletin*, 90, 245-271. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.90.2.245>

## Appendix 1. Data-verzameling

Om aan de benodigde data-verzamelingsuren te voldoen heb ik diverse activiteiten ondernomen. Allereerst heb ik namens het Digital Youth project online gezocht naar gezinnen die mee wilde werken aan het onderzoek. Hiervoor heb ik een flyer op sociale media gezet in de hoop gezinnen te werven. Helaas bleef dit uit voor mij waardoor ik met weinig uren achterbleef. Omdat er daarna geen uren meer beschikbaar waren voor het DiYo-project, zijn mijn medestudenten en ik gezamenlijk op zoek gegaan naar andere onderzoeksprojecten waar wij toch onze data-verzamelingsuren konden maken. Zodoende ben ik terecht gekomen bij Intransition, een langlopend onderzoek naar de ontwikkeling van identiteit en autonomie in de overgangsfase van basisschool naar middelbare school. Bij het Intransition project heb ik geholpen bij de data-verzameling door middel van het uitvoeren van huisbezoeken. Voorafgaand aan deze huisbezoeken was er een verplichte training. Waar deze training normaal live plaats zou vinden, werd de training nu vormgegeven middels het kijken van online video's. Tijdens deze training heb ik geleerd waar het onderzoek voor staat en hoe de huisbezoeken uitgevoerd moeten worden. Het was interessant om te leren welke taken uitgevoerd moesten worden tijdens een huisbezoek en wat er met deze data voor resultaten verkregen konden worden. Ik heb deze trainingen als zeer leerzaam ervaren.

Naast de trainingen heb ik acht keer een huisbezoek mogen uitvoeren. Hierbij ben ik naar gezinnen toegegaan om diverse observatietaken en interviews uit te voeren. Ik heb voor het eerst kennis mogen maken met het uitvoeren van een huisbezoek en dat was al erg leerzaam. In mijn stage wordt dit namelijk niet gedaan. Terugkijkend op de huisbezoeken kan ik stellen dat ik een ontwikkeling heb doorgemaakt. Waar ik in het begin nog zenuwachtig en onzeker was, stond ik er tijdens de laatste paar huisbezoeken als professioneel vertegenwoordiger van het project. Ik heb ook geleerd hoe belangrijk het is om een duidelijk script te hebben en deze te volgen tijdens de dataverzameling. Wanneer dit namelijk niet gebeurt, is er een groot risico dat de data die je verzameld onbruikbaar is. Dit is natuurlijk zonde voor het project maar vooral ook voor de deelnemers die er telkens weer tijd voor vrij maken. Het daadwerkelijk uitvoeren van een huisbezoek en dus bij mensen thuiskomen heeft mij hier sterk bewust van gemaakt. Daarbij heb ik ook geleerd hoe om te gaan met respondenten die er eigenlijk geen zin in hebben. Ik heb hierin mijzelf professioneel op kunnen stellen, de respondenten het belang van het onderzoek uit kunnen leggen en verteld dat de resultaten anders een vertekent beeld kunnen geven.