

Hoe sport- en beweeggedrag onder kwetsbaren beïnvloeden? Organiseer een lokaal Life Goals Festival!



Een mixed methods onderzoek naar een interventie, in de vorm van een lokaal Life Goals Festival, gericht op de beïnvloeding van sport- en beweeggedrag van personen in kwetsbare posities in Nederland

Hoe sport- en beweeggedrag onder kwetsbaren beïnvloeden? Organiseer een lokaal Life Goals Festival!

Een mixed methods onderzoek naar een interventie, in de vorm van een lokaal Life Goals Festival, gericht op de beïnvloeding van sport- en beweeggedrag van personen in kwetsbare posities in Nederland

Naam: Matthijs Schaller
Studentnummer: 6629008
E-mailadres: m.schaller@students.uu.nl
Opleiding: Sportbeleid en Sportmanagement
Opleidingsgraad: WO-master
Onderwijsinstelling: Universiteit Utrecht
Departement: Bestuurs- en Organisationswetenschap
Cursus: Onderzoekseminar Sportbeleid en Sportmanagement
Cursuscode: USG7080
Scriptiebegeleider: Prof. dr. Maarten van Bottenburg
Tweede beoordelaar: Prof. dr. Michel van Slobbe
Datum: Oktober 2022



Universiteit Utrecht



Voorwoord

Voor u ligt de masterscriptie 'Hoe sport- en beweeggedrag onder kwetsbaren beïnvloeden? Organiseer een lokaal Life Goals Festival!'. Het onderzoek in deze scriptie is uitgevoerd bij Stichting Life Goals Nederland. Dit onderzoek heeft betrekking op de tweeledige beoordeling van een lokaal Life Goals Festival als sportinterventie in het sociaal maatschappelijk domein. Het onderzoek is tweeledig, omdat er enerzijds gekeken is naar uitgangspunten en aannames van landelijke programmamakers en lokale organisatoren en anderzijds naar de verwachtingen en ervaringen van deelnemers.

Deze scriptie is geschreven in het kader van mijn afstuderen aan de opleiding Sportbeleid en Sportmanagement aan de Universiteit Utrecht. Gedurende de twee jaar van deze masteropleiding heb ik tevens stagegelopen bij Life Goals. De stageperiode bij Life Goals heb ik als zeer prettig ervaren, waarin er voldoende ruimte tot zelfontplooiing was. Mijn voormalige collega's waren hierin altijd welwillend. Daarnaast heb ik de afgelopen jaren bij stageorganisaties gewerkt die werkzaam waren in de commerciële sector en daardoor een winsttoegmerk hadden. Het heeft mij daarom nieuwe inzichten gegeven door twee jaar bij een stageorganisatie te werken die andere doelen en ambities nastreven. Dit heeft mij positief verrast. Tot slot heeft het onderwijs van de USBO bijgedragen aan de verdere ontwikkeling van mij als onderzoeker en bestuurs- en beleidsbepaler. Zo is er binnen de colleges veelvuldig ingegaan op het gebruik van meerdere invalshoeken voor het oplossen van sport- en beleidskwesties. Dit heeft tot bredere inzichten geleid.

Graag wil ik van deze gelegenheid gebruikmaken om mijn scriptiebegeleider Maarten van Bottenburg te bedanken voor zijn bijdrage aan dit onderzoek. Tijdens een feedbackoverleg vroeg ik eens aan Maarten of ik in zijn agenda kon kijken. De aanleiding hiertoe was dat hij grapte over zijn drukke werkweek. Hij liet mij zijn werkzaamheden zien en ik kreeg al bijna een burn-out. Een man met zoveel werkzaamheden maar immer punctueel en scherp. Iets wat ik misschien wel meer heb kunnen waarderen is Maartens vreugde en enthousiasme voor onderzoeken. Zo wist Maarten altijd een constructieve maar vooral prettige leeromgeving te creëren.

Daarnaast wil ik Wessel Schaling bedanken. Wessel was tijdens mijn tweejarige stageperiode mijn stagebegeleider bij Life Goals. Naast dat ik de ruimte en mogelijkheden kreeg om mezelf te ontwikkelen, heb ik Wessel altijd als een plezierig en enthousiast persoon ervaren. Wessels mate van charisma heb ik erg kunnen waarderen.

Tot slot wil ik de andere medewerkers van Life Goals en andere personen waarmee ik heb samengewerkt bedanken.

Ik hoop dat mijn onderzoek bijdraagt aan een samenleving waarin écht niemand buitenspel staat. Hierbij wens ik u veel leesplezier toe.

Matthijs Schaller

Utrecht, 10 oktober 2022

Samenvatting

Stichting Life Goals Nederland, opgericht op 24 november 2011, is een non-profitorganisatie die sport als een doeltreffend middel ziet voor het bieden van nieuw perspectief. De doelgroep waar Life Goals zich op richt zijn kwetsbare mensen die om welke reden dan ook zijn vastgelopen in het leven (Stichting Life Goals, 2022a). Met de slogan '#NeverOffside' streeft Life Goals naar een samenleving waarin niemand buitenspel staat. Hiervoor organiseert Life Goals al ruim tien jaar sport-als-middel-programma's voor de meest kwetsbare mensen in onze maatschappij. Sport is voor Life Goals het middel om deelnemers weer het zelfvertrouwen te geven iets van hun leven te maken (Stichting Life Goals, 2022a).

Om personen in kwetsbare posities toegang te geven tot sport- en beweegaanbod zet Life Goals een specifieke methodiek in. Deze methodiek betreft onder andere een interventie die bestaat uit het organiseren van een sportevenement voor mensen in kwetsbare posities. Life Goals noemt zo'n sportevenement een 'Life Goals Festival'. Binnen de methodiek van Life Goals die onder andere bestaat uit het organiseren van een sportevenement voor mensen in kwetsbare posities zijn er drie verschillende soorten festivals te onderscheiden. In dit onderzoek wordt er enkel gericht op de lokale Life Goals Festivals.

De doelstelling van dit onderzoek is om te achterhalen welke aspecten van de lokale Life Goals Festivals deelnemers stimuleren om continuïteit aan te brengen in hun sport- en beweeggedrag, ook zonder of buiten het Life Goals programma. Om de doelstelling van dit onderzoek te realiseren wordt er gebruikgemaakt van de Theory of Change (ToC). De ToC is een model wat ingezet kan worden om interventies en haar processen te evalueren. Dit model gaat na welke aspecten van een interventie, in de vorm van een lokaal Life Goals Festival, volgens landelijke programmamakers & lokale organisatoren en deelnemers bijdragen aan continuïteit van het sport- en beweeggedrag van kwetsbare doelgroepen zodat sporten en bewegen ook zonder of buiten het Life Goals programma onderdeel wordt van hun leefpatroon. De geformuleerde hoofdvraag is als volgt:

Welke aspecten van lokale Life Goals Festivals zijn volgens deelnemers uit kwetsbare groepen van invloed op de continuïteit van hun sport- en beweeggedrag en hoe verhoudt dit zich tot de uitgangspunten en aannames van de organisatoren van deze festivals?

Binnen dit onderzoek wordt er gebruikgemaakt van field- en deskresearch. Er wordt gebruik gemaakt van een combinatie van kwantitatief en kwalitatief onderzoek, om zo tot een breder begrip en verzameling van inzichten te komen. In dit onderzoek worden er twee landelijke programmamakers en vier lokale organisatoren geïnterviewd. Daarnaast worden er tien deelnemers geïnterviewd op basis van twee meetmomenten, verspreid over vier lokale Life Goals Festivals. Aanvullend op de interviews worden er ook enquêtes afgenomen, verspreid over dezelfde vier festivals.

Uit het onderzoek is gebleken dat er tal van aspecten zijn die volgens de deelnemers van invloed zijn op de continuïteit van hun sport- en beweeggedrag. Dit zijn plezier, begeleiding, structuur, verbinding, sociaal contact en een stip op de horizon. Eerdergenoemde aspecten worden gestimuleerd door een paar mechanismen die in het lokale Life Goals Festival verwerkt zitten. De mechanismen die de aspecten stimuleren die volgens deelnemers van invloed zijn op de continuïteit van hun sport- en beweeggedrag zijn sporten met soortgelijken, socialiseren, omgeven zijn met mensen, duurzame vriendschappen, positieve associatie met sport en vertrouwen. Dit komt grotendeels overeen met de uitgangspunten en aannames van de landelijke programmamakers & lokale organisatoren. Daarnaast zijn er meerdere korte termijn effecten aangetoond, zoals het verlagen van drempels, verbetering van sociale vaardigheden, vergroten van zelfvertrouwen en het ontstaan van plezier ten aanzien van sport.

Er zijn echter ook verschillen die aangetoond zijn door het gebruik van de ToC. Zo zijn er verschillen in uitgangspunten en aannames van de landelijke programmamakers en lokale organisatoren en ervaringen van deelnemers over 'design', 'input', 'assumptions', 'activities', en 'context'.

Inhoudsopgave

Voorwoord	3
Samenvatting.....	4
1. Inleiding	8
1.1 Context Life Goals Festivals.....	9
1.2 Probleemstelling.....	10
1.3 Vraagstelling	11
1.4 Begrippenlijst.....	12
1.5 Maatschappelijke relevantie.....	13
1.6 Wetenschappelijke relevantie.....	13
1.7 Leeswijzer	14
2. Literatuurstudie & theoretisch perspectief.....	15
2.1 Literatuurstudie	15
2.1.1 Herkomst Theory of Change.....	15
2.1.2 Toepassing Theory of Change in de context van sportinterventies.....	15
2.1.3 Interventies voor gedragsveranderingen.....	18
2.1.4 Problemen en mogelijkheden van kwetsbare doelgroepen om te sporten.....	18
2.1.5 Inzichten uit de literatuur.....	19
2.2 Theoretisch perspectief.....	19
2.2.1 Logic Models	20
2.2.2 Toepassing binnen onderzoek	21
3. Methodologie & verantwoording.....	23
3.1 Onderzoek onder landelijke programmamakers & lokale organisatoren	23
3.2 Onderzoek onder deelnemers	24
3.2.1 Enquêtes	25
3.3 Validiteit.....	25
3.4 Betrouwbaarheid.....	25
3.5 Onderzoeksethiek en dataverzameling	26
3.6 Data-analyse.....	26
4. Resultaten	27
4.1 Uitgangspunten en aannames van de landelijke programmamakers en lokale organisatoren	27
4.1.1 Design	27
4.1.2 Input.....	30
4.1.3 Activities	30
4.1.4 Outputs.....	31
4.2 Verwachtingen en ervaringen van deelnemers.....	35
4.2.1 Beoordeling van het design	35

4.2.2	Beoordeling van de activiteiten	38
4.2.3	Beoordeling van de context	38
4.2.4	Outputs.....	40
4.2.5	Immediate outcomes op het sport- en beweeggedrag.....	41
4.2.6	Immediate outcomes op ander gedrag.....	44
4.2.7	Intermediate outcomes.....	46
5.	Analyse.....	48
5.1	Design.....	48
5.2	Input.....	49
5.3	Assumptions	50
5.4	Activities.....	51
5.5	Context	53
5.6	Outputs.....	55
5.7	Immediate outcomes.....	56
5.8	Intermediate outcomes.....	57
5.9	Verschillen tussen de landelijke programmamakers & lokale organisatoren en deelnemers	58
5.10	Effectiviteit van een lokaal Life Goals Festival als sportinterventie.....	60
6.	Conclusie	61
	Deelvraag 1: Wat zijn de centrale uitgangspunten van de lokale Life Goals Festivals ten aanzien van de continuering van sport- en beweeggedrag van deelnemers uit kwetsbare groepen?	61
	Deelvraag 2: Wat zijn de beoogde resultaten van de lokale Life Goals Festivals ten aanzien van de continuering van sport- en beweeggedrag van deelnemers uit kwetsbare groepen?	62
	Deelvraag 3: Welke aspecten van lokale Life Goals Festivals zorgen volgens de organiserende partij ervoor dat deze beoogde resultaten gerealiseerd kunnen worden?.....	63
	Deelvraag 4: Welke aannames liggen hieraan ten grondslag?	64
	Deelvraag 5: Hoe ervaren personen uit kwetsbare groepen de lokale Life Goals Festivals?.....	65
	Deelvraag 6: Welke aspecten van lokale Life Goals Festivals zijn volgens de deelnemers uit kwetsbare groepen van invloed op de continuering van hun sport- en beweeggedrag?.....	66
	Deelvraag 7: Welke mechanismen stimuleren personen uit kwetsbare groepen om ook zonder of buiten het Life Goals programma te blijven sporten en bewegen?	67
	Hoofdvraag: Welke aspecten van lokale Life Goals Festivals zijn volgens deelnemers uit kwetsbare groepen van invloed op de continuering van hun sport- en beweeggedrag en hoe verhoudt dit zich tot de uitgangspunten en aannames van de organisatoren van deze festivals?	68
7.	Discussie	69
7.1	Reflectie op positie als onderzoeker	69
7.2	Korte termijneffecten.....	69
7.3	Niet het gewenste aantal respondenten uit enquêtes	69
7.4	Moelijkheid van vraagstelling	70
8.	Aanbevelingen	70

8.1 Behoeftonderzoek	70
8.2 Side-events voor kinderen.....	70
8.3 Elementen voor verschillende type sporters	70
Literatuurlijst	71

1. Inleiding

Stichting Life Goals Nederland, opgericht op 24 november 2011, is een non-profitorganisatie die sport als een doeltreffend middel ziet voor het bieden van nieuw perspectief. De doelgroep waar Life Goals zich op richt zijn kwetsbare¹ mensen die om welke reden dan ook zijn vastgelopen in het leven (Stichting Life Goals, 2022a). Denk hierbij aan dak- en thuislozen, statushouders, verslaafden, zwerfjongeren, tienermoeders, ex-gedetineerden of verwarde personen die in de opvang verblijven. Met de slogan '#NeverOffside' streeft Life Goals naar een samenleving waarin niemand buitenspel staat. Hiervoor organiseert Life Goals al ruim tien jaar sport-als-middel-programma's voor de meest kwetsbare mensen in onze maatschappij. Sport is bij Life Goals het middel om deelnemers weer het zelfvertrouwen te geven iets van hun leven te maken (Stichting Life Goals, 2022a).

Sport is het middel wat Life Goals gebruikt voor de meest kwetsbare mensen in de maatschappij. Life Goals heeft hiervoor een methodiek ontwikkeld. Deze methodiek is door Movisie onderzocht en wordt erkend als interventie in het sociaal domein (Kenniscentrum Sport & Beweging, 2022; Movisie, 2021). Met het gebruik van deze methodiek heeft Life Goals in haar bestaan aantoonbaar impact gemaakt. Zo is uit onderzoek gebleken dat iedere euro in een Life Goals Programma drie euro maatschappelijk rendement oplevert (Society Impact, 2019). Deze methodiek wordt momenteel in dertig gemeenten uitgevoerd. Via dit netwerk van gemeenten heeft Life Goals inmiddels 7324 deelnemers bereikt in de maatschappij (Stichting Life Goals, 2022b).

De komende jaren ambieert Life Goals haar impact nog meer te vergroten. De hoofddoelstelling voor de periode van 2022-2027 is dat iedereen die zich in een sociaaleconomisch kwetsbare positie (lage SES) bevindt, via Life Goals mee moet kunnen doen aan een voor hem of haar gepast sportprogramma of -project. Hier putten mensen nieuwe energie uit, waarbij sporten helpt om weer mee te doen in de samenleving (Stichting Life Goals, 2022a). Voor deze mensen in kwetsbare posities kan dit belangrijk zijn, want mensen in kwetsbare posities sporten doorgaans minder. Zij ervaren barrières om te gaan sporten en het lukt hun vrijwel niet om toegang te krijgen tot het verenigingsleven (Hermens et al., 2015; Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, 2018). Terwijl sport, volgens Life Goals (2022a), juist het vonkje kan zijn dat zorgt voor nieuwe energie en zelfvertrouwen. Dit wordt ook bevestigd door Biddle et al. (2015). Daarnaast blijkt uit literatuur dat sport een rol kan spelen om deze kwetsbaren terug de maatschappij in te krijgen, omdat er elementen en aspecten in sport (activiteiten) zitten die dit verwezenlijken (Bailey, 2008).

Om personen uit kwetsbare groepen toch toegang te geven tot sport- en beweegaanbod zet Life Goals haar eerdergenoemde methodiek in. Deze methodiek betreft onder andere een interventie die bestaat uit het organiseren van een sportevenement voor mensen in kwetsbare posities. Life Goals noemt zo'n sportevenement een 'Life Goals Festival'. Deze Life Goals Festivals worden lokaal en landelijk georganiseerd. Binnen de methodiek van Life Goals, die onder andere bestaat uit het organiseren van een laagdrempelig sportevenement voor mensen uit kwetsbare groepen, zijn er drie verschillende soorten festivals te onderscheiden. In dit onderzoek wordt er enkel gericht op de lokale Life Goals Festivals. In de volgende paragraaf wordt dit behandeld.

¹ Life Goals hanteert het begrip 'kwetsbaar'. Onder kwetsbare personen vallen dak- en thuislozen, statushouders, verslaafden, zwerfjongeren, tienermoeders, ex-gedetineerden of verwarde personen die in de opvang zitten. Daargelaten dat er ook andere kwetsbaarheden zijn, richt Life Goals zich specifiek op eerdergenoemde doelgroepen.

1.1 Context Life Goals Festivals

Een Life Goals Festival is een laagdrempelig, eendaags multi-sporttoernooi voor kwetsbare doelgroepen uit het netwerk van voor Life Goals bekende gemeenten, zorg- en welzijnsinstellingen en uitvoerende sportbedrijven. Het is een plek waar deelnemers van Life Goals programma's en (kwetsbare) inwoners elkaar ontmoeten en zo nieuwe sociale contacten opdoen. Iedereen is welkom; meedoen staat centraal. De festivals verenigen zorg- en welzijnsinstellingen, maatschappelijke organisaties en sportverenigingen en zorgen voor een impuls die samenwerking tussen deze partijen stimuleert, met als doel om gezamenlijk te werken aan sportaanbod dat toegankelijk is voor kwetsbare doelgroepen.

De deelnemers aan de Life Goals Festivals sporten doorgaans niet in een reguliere competitie. De Life Goals Festivals fungeren daarom als een moment om naartoe te werken. Onder leiding van een Maatschappelijk Sportcoach, die opgeleid is om passend sportaanbod te bieden aan kwetsbare personen, bereiden teams zich voor om aan de Life Goals Festivals deel te nemen. De coach stelt het team samen door binnen zijn groep die hij begeleidt te inventariseren wie mee willen doen aan een festival. Een team bestaat tussen zes en tien personen uit hetzelfde programma.

Zoals gesteld wordt er binnen dit onderzoek enkel gefocust op lokale Life Goals Festivals. Een lokaal Life Goals Festival wordt georganiseerd door samenwerkingspartners van Life Goals en richt zich op één gemeente of regio. Deze samenwerkingspartners kunnen een plan indienen om een festival te kunnen organiseren. Bij toekenning van deze aanvraag kan het lokale Life Goals programma het festival organiseren. Zo dient de organiserende partij wel aan een tal van voorwaarden te voldoen. Eén van de voorwaarden is dat de programmering van het lokale festival bij het lokale Life Goals programma ligt. In samenwerking met lokale sportbedrijven en/of gemeenten dient deze programmering gemaakt te worden. Daarnaast is het lokale Life Goals programma verantwoordelijk voor zowel de werving van deelnemers als het uitnodigen van een wethouder of burgemeester ten behoeve van bestuurlijk draagvlak. De lokale festivals worden gefinancierd door financiële bijdragen van gemeenten en/ of een ureninvestering van een Maatschappelijk Sportcoach.

Binnen de lokale Life Goals Festivals heeft Life Goals Nederland een meer faciliterende rol. Zo is Life Goals tijdens het lokale Life Goals Festival verantwoordelijk voor content- en communicatie uitingen en het leveren van communicatiemateriaal. Daarnaast regelt Life Goals een fotograaf en scheidsrechters. Tot slot verstrekt Life Goals de organiserende partij een cofinanciering, mits er aan de eerdergenoemde voorwaarden is voldaan.

Waarom worden Life Goals Festivals, in het algemeen, georganiseerd? Life Goals ambieert met de festivals het volgende te bereiken:

- Zichtbaarheid (laat zien wat je lokaal doet, betrek nieuw doelgroepen en nieuwe samenwerkingspartners);
- Uitbreiding netwerk (zowel voor programma als voor de deelnemers);
- Een positief podium voor de deelnemers en voor betrokken organisaties;
- Het creëren van een unieke ontmoeting in sportieve setting die bijdraagt aan onderling begrip en nieuwe contacten;
- Een stip op de horizon om naar toe te werken voor de deelnemers.

1.2 Probleemstelling

Vanuit de literatuur is de meerwaarde van sport bekend. Zo onderschrijven meerdere onderzoeken dat sport ingezet kan worden om allerlei doelen te bereiken. Er wordt gewezen op een verbeterde fysieke en geestelijke gezondheid (Bailey et al., 2013; Theeboom, 2011). Daarnaast wordt erop gewezen dat sport een belangrijk middel voor herstel en re-integratie in de samenleving is. Zo biedt sport ruimte in de ontwikkeling van competenties als discipline, verantwoordelijkheidsgevoel, omgaan met winst en verlies en goed feedback geven en ontvangen (Kool & Zuurbier, 2020). Tot slot versterkt sport het (bestaande) sociale kapitaal als het opdoen van nieuwe sociale contacten (Kool & Zuurbier, 2020). Er valt te stellen dat sport een meerwaarde voor kwetsbare doelgroepen is.

Vanuit de literatuur is ook de meerwaarde en impact van sportevenementen bekend, zowel voor deelname aan, als het bijwonen van dit betreffende sportevenement. Nederland kent namelijk een rijke traditie waar het gaat om het organiseren van sportevenementen (Mulier Instituut, 2018). Sportevenementen kunnen, door het enthousiasme, de belangstelling en media-aandacht die ze genereren, van grote betekenis zijn voor de samenleving als geheel én voor de sport (Mulier Instituut, 2018). De kracht van die evenementen wordt ook erkend door het Rijk. Die erkenning komt tot uitdrukking in het Beleidskader Sportevenementen (Mulier Instituut, 2018) en de budgetten en activiteiten die daaruit voortvloeien. De betekenis die sportevenementen hebben op de Nederlandse samenleving beïnvloedt en stimuleert in bepaalde mate ook hun sport- en beweeggedrag (Mulier Instituut, 2016a).

Voor kwetsbare doelgroepen is dit anders. Hoewel bekend is dat sport bijdraagt aan het herstel en re-integratie in de samenleving voor kwetsbare doelgroepen (Mulier Instituut, 2016b), is weinig bekend over de effecten van deelname aan sportevenementen op het sport- en beweeggedrag van kwetsbare doelgroepen. Door het organiseren van festivals beoogt Life Goals herstel en re-integratie teweeg te brengen. In het licht van de hoofddoelstelling van Life Goals, namelijk faciliteren van structureel sport- en beweegaanbod voor personen in kwetsbare situaties, wordt in dit onderzoek onderzocht welke aspecten van de interventie van Life Goals, in de vorm van een sportevenement, het sport- en beweeggedrag van kwetsbare doelgroepen stimuleren zodat deze doelgroep continuïteit in hun sport- en beweeggedrag ondervindt.

De doelstelling van dit onderzoek is om te achterhalen welke aspecten van Life Goals Festivals deelnemers stimuleren om continuïteit aan te brengen in hun sport- en beweeggedrag. Om de doelstelling van dit onderzoek te realiseren wordt er gebruikgemaakt van de Theory of Change die Coalter (2012) hanteert. De ToC is een model wat ingezet kan worden om interventies en haar processen te evalueren. In het hoofdstuk 'literatuurstudie & theoretisch perspectief' wordt de TOC verder uitgewerkt.

1.3 Vraagstelling

Van 14 tot en met 18 september 2021 organiseerde Life Goals de European Life Goals Games 2021 (ELGG 2021). Dit grootschalige sportevenement gaf 400 kwetsbaren uit dertien Europese landen de kans om vijf dagen lang met elkaar te sporten. Meten is weten, prediken de organisatoren achter de ELGG 2021. Dat geldt voor alle programma's en projecten van Life Goals. Daarom hanteert Life Goals altijd een eigen monitoringsprogramma waarin coaches de ontwikkeling van een deelnemer nauwkeurig kunnen bijhouden, zo ook tijdens de ELGG 2021 (Sportknowhowxl, 2021). Uit het onderzoek is gebleken dat een derde van de deelnemers een significante ontwikkeling heeft doorgemaakt als het gaat om zelfvertrouwen, geluk, positiviteit en emotionele stabiliteit. Daarnaast zegt 89 procent van de deelnemers persoonlijke doelen te hebben bereikt, heeft 90 procent nieuwe sociale contacten opgedaan en geeft 83 procent aan van andere culturen te hebben geleerd (Sportknowhowxl, 2021). Hoewel de deelnemers een significante ontwikkeling hebben doorgemaakt in hun competenties is uit het onderzoek niet gebleken of deze positieve ervaring of beleving van de sporter ten aanzien van het sportevenement heeft bijgedragen aan continuering van hun sport- en beweeggedrag.

Dit onderzoek heeft als doel om hier meer inzicht in te geven. Het gaat na welke aspecten van een interventie, in de vorm van een lokaal Life Goals Festival, volgens organisatoren en deelnemers bijdragen aan continuering van het sport- en beweeggedrag van kwetsbare doelgroepen zodat sporten en bewegen ook zonder of buiten het Life Goals programma onderdeel wordt van hun leefpatroon. Op grond hiervan beoogt dit onderzoek om Life Goals te adviseren hoe zij via lokale Life Goals Festivals het sport- en beweeggedrag van personen in een kwetsbare positie in Nederland positief kunnen beïnvloeden. De geformuleerde hoofdvraag is als volgt:

Welke aspecten van lokale Life Goals Festivals zijn volgens deelnemers uit kwetsbare groepen van invloed op de continuering van hun sport- en beweeggedrag en hoe verhoudt dit zich tot de uitgangspunten en aannames van de organisatoren van deze festivals?

Om de hoofdvraag te kunnen beantwoorden is er een clustering van deelvragen geformuleerd. Dit wordt onderstaand uitgelicht.

- | | |
|---------------|--|
| Organisatoren | <ol style="list-style-type: none">1. Wat zijn de centrale uitgangspunten van de lokale Life Goals Festivals ten aanzien van de continuering van sport- en beweeggedrag van deelnemers uit kwetsbare groepen?2. Wat zijn de beoogde resultaten van de lokale Life Goals Festivals ten aanzien van de continuering van sport- en beweeggedrag van deelnemers uit kwetsbare groepen?3. Welke aspecten van lokale Life Goals Festivals zorgen volgens de organiserende partij ervoor dat deze beoogde resultaten gerealiseerd kunnen worden?4. Welke aannames liggen hieraan ten grondslag? |
| Deelnemers | <ol style="list-style-type: none">5. Hoe ervaren personen uit kwetsbare groepen de lokale Life Goals Festivals?6. Welke aspecten van lokale Life Goals Festivals zijn volgens de deelnemers uit kwetsbare groepen van invloed op de continuering van hun sport- en beweeggedrag? |
| Mechanismen | <ol style="list-style-type: none">7. Welke mechanismen stimuleren personen uit kwetsbare groepen om ook zonder of buiten het Life Goals programma te blijven sporten en bewegen? |

1.4 Begrippenlijst

Kwetsbare doelgroepen	Mensen die om welke reden dan ook zijn vastgelopen in het leven. Subcategorieën zijn dak- en thuislozen, statushouders, verslaafden, zwerfjongeren, tienermoeders, ex-gedetineerden of verwarde personen die in de opvang zitten (Stichting Life Goals, 2022a).
Lokaal Life Goals Festival	Een lokaal Life Goals Festival is een eendaags sporttoernooi voor kwetsbare doelgroepen uit het netwerk van voor Life Goals bekende gemeenten, zorg- en welzijnsinstellingen en uitvoerende sportbedrijven. Het festival wordt georganiseerd door een samenwerkingspartij die het Life Goals programma uitzet en richt zich op één gemeente of regio.
Deelname aan sport- en beweegaanbod	Life Goals organiseert sport- en beweegaanbod voor kwetsbare doelgroepen in de samenleving. Dit wordt ook wel een Life Goals programma genoemd. Deze activiteit vindt minstens één keer in de week plaats. Binnen dit programma wordt er op laagdrempelige en afwisselende manier gesport door de doelgroep. Deze doelgroep wordt bereikt en betrokken vanuit het bestaande netwerk van gemeenten en zorg- en welzijnsinstellingen van Life Goals. Deelname is vrijwillig en de samenstelling van de deelnemers varieert. Life Goals Festivals zijn een aanvulling op het bestaande sport- en beweegaanbod. Het festival dient namelijk als stip op de horizon voor deelnemers om naartoe te werken.
Sportgedrag	Deelname van mensen, al dan niet uit de (kwetsbare) doelgroep, aan een specifieke sportactiviteit.
Interventie	Een interventie is een doelbewuste ingreep om een bepaalde zaak te verbeteren. In de context van Life Goals is dit een activiteit die bewust wordt georganiseerd en ingezet om mensen in kwetsbare posities te stimuleren tot sporten en bewegen.

1.5 Maatschappelijke relevantie

Dit onderzoek heeft betrekking op welke aspecten van een lokaal Life Goals Festival bijdragen aan de continuering van het sport- en beweeggedrag van kwetsbare groepen. Uit dit onderzoek kan blijken dat er voor kwetsbare groepen meerdere positieve effecten kunnen ontstaan tijdens of na deelname aan een lokaal Life Goals Festival. Als uit dit onderzoek blijkt dat lokale Life Goals Festivals bijdragen aan deze stap, namelijk het positief beïnvloeden van hun sport- en beweeggedrag, kan dit de overheid aanzetten om in te zetten op de stimulering van (structurele) deelname aan sport- en beweegactiviteiten van mensen uit kwetsbare groepen. De positieve effecten kunnen een reden zijn voor andere organisaties, waaronder de overheid, om dergelijke festivals meer te ondersteunen. Deze toename van ondersteuning kan de slagkracht van Life Goals vergroten zodat zij grotere groepen mensen met een kwetsbare positie kunnen bereiken.

Dit onderzoek biedt niet alleen uitkomsten voor Life Goals en haar lokale Life Goals Festivals maar ook voor soortgelijke interventies die sportevenementen voor kwetsbare doelgroepen ontwikkelen. Dit onderzoek en voortvloeiende resultaten kunnen een aanzet zijn om meer aandacht te genereren voor kwetsbare doelgroepen, waarbij er hogere budgetten vrijgemaakt kunnen worden voor het organiseren van sportevenementen voor deze kwetsbare doelgroepen.

1.6 Wetenschappelijke relevantie

Vanuit bestuurs- en organisatieperspectief is er tot op heden weinig wetenschappelijke kennis beschikbaar over interventies in de vorm van sportevenementen voor kwetsbare doelgroepen en de effectiviteit hiervan. Zo zijn er in Nederland 115 erkende sport- en beweginginterventies. Daarvan zijn 24 interventies gefocust op kwetsbare doelgroepen, waarbij de leeftijd niet van belang is (Kenniscentrum Sport & Bewegen, 2022). Van deze 24 interventies richt zich maar één interventie specifiek op het effect van deelname aan sportevenementen op het sport- en beweeggedrag van kwetsbare doelgroepen. Dit is de interventie van Life Goals.

De wetenschappelijke relevantie van dit onderzoek heeft betrekking op de nog onbekende aspecten van een interventie, in de vorm van sportevenementen, op de beïnvloeding van sport- en beweeggedrag van kwetsbare doelgroepen. Om dit te achterhalen wordt er binnen dit onderzoek gebruikgemaakt van de ToC. De ToC is een model wat ingezet kan worden om interventies en haar processen te evalueren. Het evalueren van een interventie met gebruik van de ToC kan leiden tot meer inzicht in de effectiviteit van deze interventie. Ook kan het nieuw inzicht geven in de wijze waarop de ToC op deze interventie van toepassing is. Voorafgaand aan het toepassen van de ToC binnen dit onderzoek zijn er tal van artikelen gelezen over het gebruik van de ToC bij andere onderzoeken. Dit heeft ook tot onbeantwoorde vragen geleid en aspecten die nog niet onderzocht zijn, ook wel bekend als 'witte vlekken'. Vanwege de witte vlekken die nog steeds bij het gebruik van de ToC als interventie, in de vorm van een sportevenement, op personen in kwetsbare posities heerst, benadrukt dit nogmaals de relevantie van dit onderzoek op wetenschappelijk niveau voor zowel de effectiviteit van de interventie als de toepassing hiervan. De witte vlek waar dit onderzoek zich enkel op richt is welk effect van een lokaal Life Goals Festival, of aspect daarvan, zichtbaar blijft op de deelnemers uit kwetsbare posities, één maand na de betreffende interventie. Dit wordt gedaan door twee meetmomenten uit te voeren onder dezelfde deelnemers. In het hoofdstuk 'literatuurstudie & theoretisch perspectief' wordt meer uitleg gegeven over de witte vlekken, waarna in het hoofdstuk 'methodologie & verantwoording' wordt uitgelegd hoe dit onderzoek wordt vormgegeven.

1.7 Leeswijzer

De scriptie is als volgt opgebouwd. In het eerste hoofdstuk wordt een introductie van de organisatie met bijbehorend onderzoeksprobleem en -doelstelling gepresenteerd. Na deze introductie volgt hoofdstuk twee. In hoofdstuk twee wordt de literatuurstudie en theoretisch perspectief behandeld, waarin besproken wordt welk wetenschappelijk model wordt toegepast voor het realiseren van de onderzoeksdoelstelling. In hoofdstuk drie wordt er gekeken naar de methodologie. Bij de methodologie wordt behandeld hoe de data verzameld is en hoe deze dataverzameling tot stand gekomen is. In hoofdstuk vier worden de resultaten gepresenteerd en in hoofdstuk vijf wordt de resultaten geanalyseerd aan de hand van de theorie. Na hoofdstuk vijf wordt er een conclusie gegeven op de analyse. Dit vindt plaats in hoofdstuk zes. Vervolgens, in hoofdstuk zeven, wordt er een discussie uiteengezet aan de hand van de belangrijkste implicaties voor de theorie en praktijk en waar op basis hiervan in vervolgonderzoek rekening mee gehouden dient te worden. Tot slot wordt er in hoofdstuk acht meerdere aanbevelingen gegeven voor de doorontwikkeling van het lokale Life Goals Festival als sportinterventie.

2. Literatuurstudie & theoretisch perspectief

Binnen dit onderzoek wordt er gebruikgemaakt van de ToC. Allereerst wordt er in de literatuurstudie uitgewerkt wat dit wetenschappelijk model inhoudt. Aansluitend hierop wordt er in het theoretisch perspectief behandeld hoe de ToC haar werking weet te vinden in het evalueren van de lokale Life Goals Festivals als sportinterventie.

2.1 Literatuurstudie

In de literatuurstudie wordt behandeld wat de ToC is en hoe het aansluit op de evaluatie van sportinterventies of -programma's.

2.1.1 Herkomst Theory of Change

Binnen dit onderzoek wordt er gebruikgemaakt van de ToC die Coalter (2012) hanteert. De TOC kent haar oorsprong in het evalueren van beleidsstukken en is toentertijd ontwikkeld door Chen (1990), Weiss (1995) en Connel & Kubisch (1998). De ToC wordt gezien als een centraal element in meta-evaluatie (Blamey & Mackenzie, 2005; Barnes, Matka & Sullivan, 2003). De ToC is een theorie wat als doel heeft om inzicht te geven in de effectiviteit van een interventie en welke aspecten en elementen daar al dan niet aan bijdragen (Coalter, 2012). Door een opeenvolging van oorzaken en veronderstelde effecten die ten grondslag liggen aan de interventie aan het licht te brengen, kan er een evaluatie gemaakt worden over de processen die gedragsverandering trachten te stimuleren (World Bank, 2004; Coalter, 2007; Coalter, 2012). De ToC is toepasbaar op verschillende domeinen, waaronder sport. Zo kan het model gebruikt worden om te evalueren hoe processen tot gedragsverandering door sportinterventies of -programma's lopen en waar zich knelpunten bevinden.

In de afgelopen jaren wordt er vanuit de literatuur steeds meer verondersteld dat sport bijdraagt aan de ontwikkeling van meerdere facetten bij (kwetsbare) personen, waaronder aspecten op sociaal, cognitief en fysiek niveau. Omdat sport steeds meer wordt gezien als middel om kwetsbaarheid en kloven in de samenleving tegen te gaan, wordt het belang van een gedegen evaluatie op sportprogramma's die dit beogen tegen te gaan ook steeds groter (Coalter, 2012). Coalter (2007, 2010, 2012) is één van de eerste onderzoekers die de ToC heeft toegepast op sportprogramma's. De toepasbaarheid van de ToC binnen sportinterventies is een nieuwe manier van evalueren. Binnen zijn onderzoek onderschrijft hij het belang van een gedegen evaluatie op interventies, omdat er meerdere aspecten zijn die gedragsbeïnvloeding veroorzaken (Coalter, 2012). Daarnaast wordt de relevantie van de ToC voor het evalueren van (sport)programma's steeds meer onderschreven in onderzoeken en krijgt het steeds meer aandacht binnen de literatuur (Coalter, 2007, 2012; Gomez et al. 2018; Bruening et al. 2015).

Hoewel de ToC een bruikbaar model voor evaluatie is, plaatsen onderzoekers die het model op sport-als-interventiemiddel programma's toepassen hierbij nog wel enige vraagtekens. Zo is het model nog weinig toegepast in het sportdomein. Daarnaast richt het model zich maar op één uitgangspunt; van de deelnemer of de organisator. In de volgende subparagraaf wordt dit verder uitgewerkt.

2.1.2 Toepassing Theory of Change in de context van sportinterventies

Interventies in het sociaal domein zijn succesvol wanneer het de deelnemers aanzet tot ander gedrag (Sugden, 2008). Gedragsbeïnvloeding wordt veroorzaakt als een aspect of factor van de interventie ervoor zorgt dat een participant zijn/ haar beweegredenen opnieuw gaat afwegen. Factoren tot beweegredenen zijn bijvoorbeeld waarden, geloof, attitudes en aannames. Het kunnen ook bronnen zijn die een organisatie inzet, waaronder informatie, materiaal, skills of ondersteuning. De combinatie van beweegredenen en bronnen, ook wel een samenstelling van componenten wat zorgt dat de interventie

'werkt', zorgt ervoor dat een interventie in het sociaal domein succesvol is. De eerdergenoemde samenstelling staat in de literatuur bekend als 'mechanisme'. Door het mechanisme van een interventie inzichtelijk te hebben kan er geëvalueerd worden hoe de mechanismen zich verhouden tot de beoogde doelstellingen van de interventie (Coalter, 2007). Om aan deze ambitie van de ToC te kunnen voldoen, wordt er binnen het ToC-model gebruikgemaakt van Logic Models. De uitwerking van Logic Models binnen de ToC wordt in een latere paragraaf uiteengezet.

Om het ToC-model toe te passen binnen dit onderzoek is er gekeken naar tal van publicaties waarin ToC-modellen zijn gebruikt voor interventies (zie Bolton et al. (2018) en Coalter (2015)). Daarnaast zijn er artikelen met betrekking tot interventies over gedragsbeïnvloeding van mensen in kwetsbare posities bestudeerd (zie Coalter (2015), Dixon et al. (2019) en Lauwerier et al. (2020)). Tot slot zijn er inzichten gebruikt uit onderzoeken over ToC-modellen die gericht zijn op sportinterventies (zie Coalter et al. (2012) en Lauwerier et al. (2020)). Dit heeft ertoe geleid dat er voor dit onderzoek lering getrokken is uit meerdere onderzoeken. Hieronder wordt dit uiteengezet.

Voor het toepassen van de ToC-model is een begrip van dit model een vereiste. Bolton et al. (2018) hebben onderzoek gedaan naar de werking van de ToC in brede zin. De ToC-benadering wordt veelvuldig gebruikt bij interventies gericht op publieke waarde maar heeft nog weinig haar doorgang gevonden bij interventies die zich richten op vormen van sportparticipatie en -stimulering. Binnen hun onderzoek benadrukken zij deze kloof en wordt er uitgelegd hoe een ToC-model toe te passen bij sportinterventies en de analyse en evaluatie daarvan. In hun onderzoek stellen zij dat bij een ToC-benadering gebruik wordt gemaakt van Logic Models om aan te duiden wat een programma wil beogen en of dit aansluit op de daadwerkelijke outcomes. Doormiddel van Logic Models kan dit empirisch getest worden. Zo wordt het proces van het ToC één voor één doorgelopen in volgorde van assumptions, evidence, inputs, activities, outcomes en final goals. Het is gebaseerd op de identificatie van eerdergenoemde aspecten en hoe dit aansluit bij de beoogde doelstellingen. Door Logic Models toe te passen als organisatorisch framework voor onderzoek is er een consistent concept ontstaan wat beoogde outcomes en het proces daartoe inzichtelijk en analyseerbaar maakt. Dit is toe te passen bij een breed scala aan interventies, ook degene die zich richten op het ambiëren van publieke en een sociale vraagstukken in de samenleving. Bolton et al. (2018) concluderen in hun onderzoek dat er ook uitdagingen zijn bij het gebruik van de ToC, namelijk het aantonen van causaliteit. Dit is een uitdaging wat sportonderzoek in het algemeen ervaart, vooral in relatie met outcomes die gericht worden op het verbeteren van mentale gezondheid, welbevinden, zelfvertrouwen en motivatie (Sport England, 2017). Bolton et al. (2018) ervaren binnen hun onderzoek dezelfde uitdaging. Zo heeft de ToC-benadering causaliteit aangetoond tussen Logic Models en de onderzochte projecten door het gebruik van multi methods maar kan er pas van causaliteit gesproken worden als dit op langere termijn onderzocht is. Dit ontbreekt bij het onderzoek van Bolton.

Coalter (2015) is één van de onderzoekers die gebruik heeft gemaakt van de ToC bij de evaluatie van sportprojecten. Binnen zijn onderzoek heeft hij de ToC toegepast op zes sport gerelateerde projecten in verschillende delen in Engeland, gedurende vijf jaar. Hoewel het onderzoek breed werd uitgezet om meerdere invalshoeken te kunnen bestuderen en keek naar effecten op langer termijn, concludeert Coalter in zijn onderzoek dat de uitkomsten van de ToC niet gegeneraliseerd mogen worden. Hij stelt dat de uitkomsten van ToC op micro-level niet gelijkgetrokken mogen worden met macro-level outcomes in de samenleving (Coalter, 2015). Wat Coalter hiermee bedoelt is dat degene die de ToC uitvoert moet kijken naar hoe het programma wordt vormgegeven en hoe dit aansluit op de beoogde uitkomsten van datzelfde programma. Er dient dus alleen gekeken te worden naar de uitkomsten van het desbetreffende programma en de context waarbinnen dit programma fungeert (Coalter, 2015). Dit wordt bevestigd door meerdere onderzoeken Gomez et al. (2018).

Een onderzoek waarbinnen dit wel is gedaan, is het onderzoek van Coalter et al. (2012). Zij hebben het ToC-model gebruikt om onderzoek te doen naar sociale sportinterventies op kwetsbare jongeren en hoe, vanuit het perspectief van zowel sportcoaches, jongerenwerkers en deelnemers, deze interventies ervaren werden. Uit het onderzoek kwam helder naar voren wat de effecten van de sportinterventie waren op de kwetsbare jongeren. Binnen het onderzoek werd er ook gesproken over beperkingen. Zo werd door Haudenhuyse in dit onderzoek gesteld dat het voor een vervolgonderzoek noodzakelijk is om ook de organisatorische en sociologische randvoorwaarden van de interventie te betrekken. Dit bleef nog uit in het betreffende onderzoek. Dergelijke randvoorwaarden en hun invloed op deelnemers moet onderzocht worden, omdat zij invloed hebben op de ervaringen van kwetsbare jongeren in sportcontext en dus meegenomen moeten worden in de verdere ontwikkeling van de interventie.

Dixon et al. (2019) hebben zich in hun onderzoek gericht op de theoretisering van het Sport For Development (SFD)-programma 'Magic Bus'. De Magic Bus is een case study die betrekking had op kinderen uit een milieu van gezinnen met lage inkomens en hoe de Magic Bus, als interventie, ervoor kan zorgen dat deze kinderen de juiste keuzes gaan maken en beter controle krijgen over hun eigen leven. Binnen hun onderzoek hebben de onderzoekers gebruikgemaakt van een vaste groep respondenten die voorafgaand en na de interventie geïnterviewd werden. Daarnaast werd ook onderzocht wat de organisatoren beoogden met hun interventie en hoe dit bij de doelgroep ervaren werd. Zo werd de interventie vanuit twee invalshoeken beoordeeld. Hills stelt in dit onderzoek dat de beoordeling van twee invalshoeken ervoor gezorgd heeft dat de overeenkomsten en verschillen in kaart gebracht werden.

Lauwerier et al. (2020) heeft aan de hand van een ToC-model een procesevaluatie uitgevoerd op een SFD-training, gericht op leefstijlcoaches die probleemjongeren kennis en kunde moeten bijbrengen over een gezonde levensstijl. Binnen deze procesevaluatie is gekeken naar de geschiktheid van de SFD-training om de beoogde kennis en kunde over te brengen bij probleemjongeren. Het doel van dit onderzoek was om vast te stellen of het programma effectief genoeg was. Dit werd gedaan door verschillende onderzoeksmethoden toe te passen op interne en externe stakeholders binnen deze context. Door het gebruik van verschillende onderzoeksmethoden zoals observaties, interviews, focus groepen en vragenlijsten werd de complexiteit en mechanismes binnen het programma aan het licht gebracht. Volgens Lauwerier zorgde dit voor betrouwbaarheid en validiteit van het onderzoek. Wat volgens Lauwerier hier nog meer aan had bijdragen, was als de data over een langere tijdperiode, bij dezelfde respondenten, werd verkregen. Dit raadt zij aan bij vervolgstudies.

Concluderend uit bovenstaande literatuur is dat de ToC geschikt is voor het evalueren van sportinterventies. Het brengt in kaart hoe de processen bij de eerdergenoemde interventies lopen en waar zich knelpunten bevinden. Voor de volmaaktheid van de evaluatie dient er echter wel rekening gehouden te worden hoe de TOC wordt toegepast. Uit eerder besproken artikelen en het gebruik van de ToC binnen deze artikelen werden alsnog 'witte vlekken' geconstateerd wat in een vervolgonderzoek meegenomen dient te worden. In paragraaf 'inzichten uit de literatuur' wordt besproken welke inzichten er uit de literatuur relevant zijn voor de toepassing van de ToC binnen dit onderzoek en op welke 'witte vlek' dit onderzoek zich enkel richt.

2.1.3 Interventies voor gedragsveranderingen

In de literatuur is er met regelmaat onderzoek gedaan naar de effectiviteit van interventies ten aanzien van gedragsveranderingen. De theorie die door onderzoekers hiervoor gebruikt werd was de ToC. In de vorige paragraaf werd inzichtelijk gemaakt wat de kracht maar ook de beperkingen waren bij het gebruik van de ToC. Zo is de ToC weinig toegepast op sportinterventies. Daarnaast is de ToC ook marginaal toegepast binnen onderzoek naar de korte en lange termijneffecten van een interventie, in dit geval een interventie in de vorm van sportevenementen voor kwetsbare doelgroepen. Binnen dit onderzoek wordt er daarom kritisch gekeken naar effecten van de festivals die continuering van sport- en beweeggedrag onder deelnemers stimuleren. Zo wordt er tweeledig gekeken naar de interventie; enerzijds vanuit de organisatoren en anderzijds vanuit de deelnemers. Dit zorgt voor een logische samenhang tussen de beoogde en daadwerkelijke doelen, met als doel om de interventie grondig te analyseren en evalueren voor verbeterpunten.

2.1.4 Problemen en mogelijkheden van kwetsbare doelgroepen om te sporten

Tien procent van de Nederlandse bevolking is kwetsbaar (Stichting Life Goals, 2022a). Deze kwetsbaren ervaren, om wat voor reden, belemmeringen om deel te kunnen nemen in de samenleving. Dit geldt ook voor hun deelname aan sport(activiteiten). Hoewel regelmatig bewegen juist psychische klachten, zoals depressiviteit en angstgevoelens, vermindert en sportdeelname een positief verband blijkt te hebben met de sociale gezondheid, sporten kwetsbare personen doorgaans vrijwel niet tot nauwelijks (Mulier Instituut, 2020). Zo sporten mensen die zich psychisch ongezond voelen of een depressie hebben gehad, doorgaans minder vaak. Van de mensen die zich psychisch ongezond voelen, sport ruim een derde wekelijks. Onder mensen die een depressie hebben gehad, is dit percentage 42 procent. Dit is een stuk lager dan de wekelijkse sportdeelname van de Nederlandse bevolking, wat uitkomt op 53 procent. Aanvullend hierop is uit ander onderzoek van het Mulier Instituut (2021) gebleken dat de sociale ongelijkheid in sportdeelname voor specifieke groepen licht is toegenomen. Deze specifieke groepen zijn voornamelijk kwetsbaren in de samenleving. Uit dit onderzoek kwam naar voren dat een deel van deze mensen wel zou willen sporten en bewegen, maar er vanwege allerlei redenen geen toegang of aansluiting tot heeft. Bij de kwetsbare groepen zijn er vooral persoonlijke hindernissen te zien om meer te sporten en bewegen. Voor een deel zijn dat psychologische belemmeringen. Zo kampen in Nederland, volgens het Trimbos Instituut (2022), jaarlijks 797.000 mensen met (ernstige) psychische aandoeningen. Dit zijn niet alleen mensen met een psychosegevoeligheid, maar bijvoorbeeld ook mensen met een ernstige depressie, ernstige angstproblemen of een verslaving. Zij ervaren vanwege de aandoening ernstige beperkingen in hun sociaal en/of maatschappelijk functioneren. Naast eerdergenoemde aandoeningen is de sociaaleconomische status van personen ook belangrijk voor hun sport- en beweeggedrag. Hoe lager de sociaaleconomische status (SES), hoe meer belemmeringen om te sporten vanwege de gezondheid worden ervaren: van de volwassenen met een lage SES ervaart één derde (34%, waarvan 17% ernstig) belemmeringen, terwijl van de personen met een hoge SES een kwart (25%, waarvan 4% ernstig) belemmeringen ervaart. Dit geldt ook voor hun kinderen. Kinderen/jongeren van ouders met een laag opleidingsniveau en met lage gezinsinkomens sporten ook minder. Hoe hoger het opleidingsniveau en/of inkomen, hoe hoger de wekelijkse sportdeelname. Het Mulier Instituut (2020) heeft hier onderzoek naar gedaan. De eerdergenoemde problemen zorgen voor belemmeringen in het sport- en beweeggedrag van kwetsbare doelgroepen.

Zoals eerder benoemd ervaren kwetsbare doelgroepen belemmeringen om te gaan sporten. Dit kan te maken hebben met hun fysieke, cognitieve of psychische gesteldheid. Het kan ook te maken hebben met hun SES. Er werd echter ook aangegeven dat deze kwetsbare doelgroepen wel zouden willen gaan sporten maar geen middelen ter handen hebben om hieraan te voldoen. In de afgelopen jaren worden er

vanuit maatschappelijk en sociale organisaties steeds meer interventies ontwikkeld om kwetsbare doelgroepen meer te faciliteren in de maatschappij. Het gebruik van sport in deze interventies blijft echter vrijwel onderbelicht. De mogelijkheden voor deze kwetsbare doelgroepen worden dus wel groter maar zijn tot dusver marginaal. Life Goals ambieert met haar Life Goals Festivals de eerste stap te zetten in het continueren van het sport- en beweeggedrag van kwetsbare personen in de Nederlandse samenleving. Life Goals ziet namelijk mogelijkheden om sport in te zetten om een verschil te maken in het leven van deze individueel kwetsbare inwoners van Nederland.

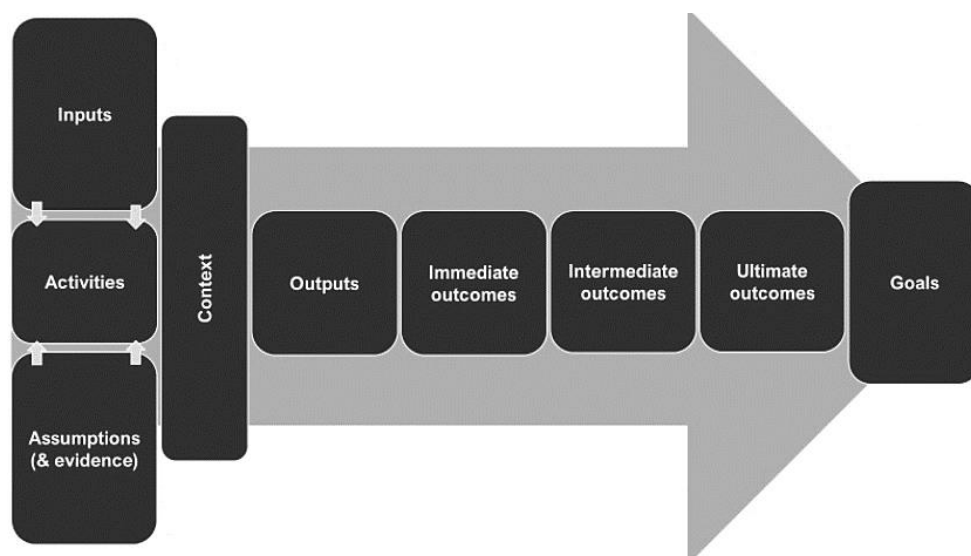
2.1.5 Inzichten uit de literatuur

De eerdergenoemde onderzoeken hebben tal van aandachtspunten voor het uitvoeren van de ToC binnen dit onderzoek opgeleverd. Binnen dit onderzoek wordt er gebruikgemaakt van verschillende vormen van data verzameling wat wordt toegepast op dezelfde focus groepen. Daarnaast worden dezelfde focus groepen gemeten op twee momenten, tijdens en na het lokale Life Goals Festival. Naast de focus groepen worden ook de landelijke programmamakers & lokale organisatoren van de lokale Life Goals Festivals ondervraagd, zodat de interventie vanuit twee invalshoeken beoordeeld kan worden. Tot slot wordt er gekeken naar de lokale Life Goals Festivals, als interventie, wat betekent dat er alleen gericht wordt op het desbetreffende programma en de context waarbinnen dit programma fungeert. Dit heeft ervoor gezorgd dat de 'witte vlekken' in de bestudeerde onderzoeken meegenomen zijn in het uitvoeren van dit onderzoek.

Uiteindelijk zal dit onderzoek zich richten op één 'witte vlek', namelijk de effecten van de lokale Life Goals Festivals, als sportinterventie, die bijdragen aan het continueren van sport- en beweeggedrag van deelnemers aan de festivals. Binnen dit onderzoek wordt er inzichtelijk gemaakt welke effecten zichtbaar blijven, één maand na deelnemen aan de lokale Life Goals Festivals.

2.2 Theoretisch perspectief

Binnen dit onderzoek wordt er gebruikgemaakt van de ToC zoals toegepast op sportprogramma's en sportinterventies door Coalter (2012). Zoals eerder besproken is de ToC een theorie wat als doel heeft om gedragsverandering binnen een interventie in kaart te brengen. Om dit te kunnen doen wordt er binnen het ToC-model gebruikgemaakt van Logic Models. Dit wordt onderstaand schematisch gepresenteerd aan de hand van de weergave van Berry (2016).



Figuur 1: Schematische weergave van elementen van Logic Models binnen de Theory of Change (Berry, 2016).

In de volgende subparagraaf wordt Logic Models en haar elementen behandeld. In de subparagraaf daarna wordt vervolgens het gebruik van Logic Models binnen de ToC voor dit onderzoek uitgelegd.

2.2.1 Logic Models

In deze deelparagraaf wordt beschreven hoe een interventie, volgens de ToC, moet worden ontworpen om de effecten procesgewijs te kunnen evalueren. Dit wordt gedaan aan de hand van Logic Models. Het gebruik van Logic Models ontstond in de jaren negentig en wordt door Conrad et al. (1999) gedefinieerd als een grafische weergave van een programma dat de essentiële componenten van het programma en verwachte prestaties beschrijft en de logische relatie tussen deze componenten en hun resultaten weergeeft. De elementen van Logic Models binnen de ToC, die ook in figuur 1 zijn gepresenteerd, bestaan uit drie fases die elkaar opvolgen. De elementen die in de eerste fase horen zijn: inputs en assumptions (mechanisms & evidence). Deze twee elementen gecombineerd zorgen voor de programmering van activities. Met activities is de eerste fase afgerond en wordt er overgegaan naar de tweede fase binnen Logic Models. De tweede fase start met de context. Dit is de setting waar in dit geval het lokale Life Goals Festival zich bevindt wat is ontwikkeld door de samenhang van de drie elementen die in het eerste proces naar voren zijn gekomen. Tot slot wordt de derde fase behandeld. De context resulteert in een tal van andere elementen, waaronder outputs, immediate outcomes, intermediate outcomes ultimate outcomes en goals (Conrad et al., 1999). Doormiddel van deze methode kan in kaart worden gebracht wat de beoogde outcomes van een interventie zijn en hoe dit tot stand komt, gekeken naar de causale wisselwerking van eerdergenoemde factoren. Dit wordt veelvuldig gebruikt in het evalueren van interventies (Weiss, 1997). De kracht van het gebruik van Logic Models binnen de ToC is dat elke factor, die gebruikt wordt om de beoogde outcomes te bereiken, wordt geëvalueerd. Dit zorgt voor een breed begrip van het proces (Connell & Kubisch, 1998).

Binnen Logic Models wordt er allereerst gekeken naar *inputs*. In de literatuur wordt inputs vertaald als de door een organisatie ingezette middelen die bijdragen aan de verwezenlijking van de beoogde en vooropgestelde outputs (Patton, 2008). Deze outputs zijn in de eerste fase van het gebruik van dit model nog onbekend, wat betekent dat er eerst gesproken wordt over *assumptions (mechanisms & evidence)*. Binnen dit onderzoek zijn dit enerzijds aannames, uitgangspunten en ingezette mechanismen vanuit het perspectief van de landelijke programmamakers en lokale organisatoren als anderzijds de ervaringen, verwachtingen en veronderstelde mechanismen vanuit het perspectief van de deelnemers over de wisselwerking tussen de ingezette activiteiten en daaruit voortvloeiende outputs (Patton, 2008). De samenhang tussen deze inputs en assumptions (mechanisms & evidence) zorgt uiteindelijk voor de daadwerkelijke programmering van *activities*. Activities staan hierin gelijk als de processen en acties van de organisatie waarvoor inputs zijn ingezet op grond van aannames en uitgangspunten over hoe de gewenste outputs en outcomes te bereiken (Berry, 2016).

Met de drie eerdergenoemde elementen is er een setting ontwikkeld waarin de interventie zich bevindt. Dit is ook wel bekend als de *context* van een interventie. Met de context en bijbehorende elementen als inputs, assumptions (mechanisms & evidence) en activities wordt er een product of dienst voorzien aan de gebruiker.

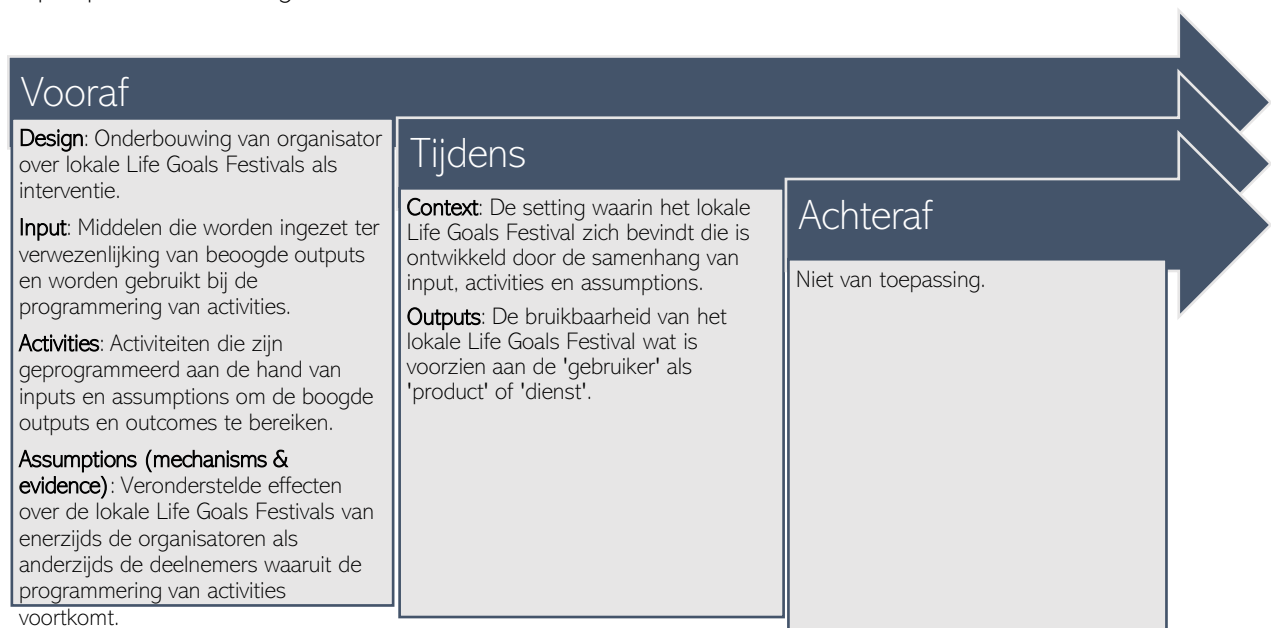
Outputs is de bruikbaarheid van een 'product' of 'dienst', in dit geval uitgedrukt in een interventie, voor een specifieke gebruiker. De bruikbaarheid van outputs voor gebruikers heeft gevolgen voor de outcomes. Deze zijn op te delen in drie fases: immediate outcomes, intermediate outcomes en ultimate outcomes. Als eerste wordt *immediate outcomes* behandeld. Dit zijn effecten die direct waarneembaar zijn op deelnemers vanuit de outputs van de interventie. Aan de hand van immediate outcomes worden

de *intermediate outcomes* ontwikkeld. Dit zijn effecten die voortkomen uit de immediate outcomes en gericht zijn op verandering toebrengen in gedragingen. Het zijn dus korte termijn-effecten die uiteindelijk bij kunnen dragen aan veranderingen op lange termijn en het realiseren van de beoogde goal(s). Tot slot zijn er *ultimate outcomes*. Dit zijn lange termijn-effecten die een opeenvolging van effecten zijn uit de eerdergenoemde fases van outcomes en bijdragen aan het behalen van de hoofddoelstelling van de interventie, ook wel *goal*/genoemd. De goal beschrijft de verandering die de organisatoren teweeg willen brengen bij de deelnemers. Omdat er binnen dit onderzoek enkel gekeken wordt naar effecten op het sport- en beweeggedrag van personen in kwetsbare posities, één maand na het deelnemen aan het lokale Life Goals Festival, worden de elementen ultimate outcomes en goal uitgesloten.

Als de stappen binnen Logic Models doorlopen zijn kan volgens de ToC een evaluatie gemaakt worden door de uitgangspunten en aannames van de enablers te vergelijken met de verwachtingen en ervaringen van de participants. Voor de evaluatie van de lokale Life Goals Festivals als sportinterventie wordt er in de volgende subparagraaf behandeld hoe Logic Models binnen de ToC wordt toegepast binnen dit onderzoek.

2.2.2 Toepassing binnen onderzoek

Binnen dit onderzoek wordt gekeken naar één programma, namelijk de lokale Life Goals Festivals. Binnen dit onderzoek wordt op micro-level gekeken naar de uitgangspunten en aannames van de organisatoren over de Life Goals Festivals als interventie en hoe dit door de deelnemers wordt ervaren. Voor de toepassing van Logic Models binnen de ToC is er een onderscheid gemaakt. Onderstaand zijn twee schematische weergaven opgesteld hoe de ToC met Logic Models er binnen dit onderzoek uitziet vanuit het perspectief van de organisatoren en deelnemers.



Figuur 2: schematische weergave van Logic Models binnen de ToC vanuit het perspectief van de landelijke programmamakers en lokale organisatoren.

Als eerste is er een schematische weergave gemaakt voor de enablers, ook wel bekend als de *landelijke programmamakers & lokale organisatoren*. Omdat er bij de organisatoren gekeken wordt naar hun uitgangspunten en aannames over het lokale Life Goals Festival en de mechanismen die zij via de Life Goals Festivals trachten in te zetten, wordt er met name gericht op de eerste twee fases van het evaluatieproces. Binnen deze weergave zijn er de elementen 'design', 'experiences' en 'mechanisms'

toegevoegd. Vanuit de literatuur en bijbehorend model werd dit niet onderschreven maar voor de evaluatie van dit onderzoek desalniettemin wel relevant.

Er is ook een schematische weergave gemaakt voor de participants, ook wel bekend als de *deelnemers*. Deze wordt onderstaand uitgelicht.



Figuur 3: schematische weergave van Logic Models binnen de ToC vanuit het perspectief van de deelnemers.

De deelnemers van de lokale Life Goals Festivals bevinden zich in de tweede en derde fase van het evaluatieproces. Zij worden voornamelijk getoetst op hun verwachtingen en ervaringen van het betreffende lokale festival en de direct meetbare effecten op hun sport- en beweeggedrag. Daarna, na één maand, worden de korte termijneffecten getoetst op continuïteit in hun sport- en beweeggedrag. Vervolgens worden de overeenkomsten en verschillen tussen de verwachtingen en ervaringen van zowel de organisatoren als deelnemers geanalyseerd, wat leidt tot een evaluatie van de huidige strategie die Life Goals hanteert.

3. Methodologie & verantwoording

Binnen dit onderzoek is er gebruikgemaakt van field- en deskresearch. Er is gebruik gemaakt van een combinatie van kwantitatief en kwalitatief onderzoek, om zo tot een breder begrip en verzameling van inzichten te komen (Creswell et al., 2003). Dit wordt ook wel mixed methods genoemd. Statistische analyses van kwantitatieve data zorgen dat het mogelijk is om de bevindingen te generaliseren van de sample populatie (Firestone, 1993), terwijl de kwalitatieve data voor een beter begrip van mechanismen, processen en ervaringen zorgen (Creswell, 2012).

3.1 Onderzoek onder landelijke programmamakers & lokale organisatoren

Life Goals ambieert met de Life Goals Festivals een laagdrempelig sportaanbod te creëren voor haar deelnemers. Om te kunnen zeggen welke aspecten van lokale Life Goals Festivals, in de vorm van een sportinterventie, bijdragen aan het stimuleren van sport- en beweeggedrag van personen in kwetsbare posities is het allereerst belangrijk om te achterhalen wat het dieperliggende doel van de lokale Life Goals Festivals zijn en hoe dit vanuit organisatorisch perspectief wordt vormgegeven. Onder landelijke programmamakers & lokale organisatoren van de Life Goals Festivals is daarom een kwalitatief onderzoek uitgevoerd.

Binnen het kwalitatieve onderzoek onder landelijke programmamakers & lokale organisatoren is er sprake van tweeledigheid. Allereerst zijn onder de werknemers van Life Goals Nederland interviews afgenomen. Dit zijn de werknemers vanuit de organisatie die de Life Goals Festivals hebben ontwikkeld. Onderstaand wordt hun functie vermeld. Binnen dit onderzoek is de verzamelnaam voor deze respondenten 'landelijke programmamakers'. In de periode van maart hebben twee interviews plaatsgevonden, namelijk met de account- en eventmanager en de landelijk coördinator. Tijdens de interviews is behandeld waarom de lokale Life Goals Festivals een onderdeel van de door Life Goals gehanteerde methodiek is en hoe er werd gedacht over hoe deze festivals bijdragen aan de hoofddoelstelling van Life Goals, namelijk personen in kwetsbare posities toegang verschaffen tot sport- en beweegaanbod. Zo is er gekeken naar de uitgangspunten en aannames van de programmamakers over de lokale Life Goals Festivals, wat de beoogde resultaten hiervan zijn en hoe zich dit vervolgens verhoudt ten aanzien van het ambiëren van de hoofddoelstelling van de organisatie in haar geheel.

Daarnaast zijn interviews afgenomen onder de coördinatoren die het lokale Life Goals Festival uitvoeren. Onderstaand wordt hun functie toegelicht. De verzamelnaam van een coördinator van een samenwerkingspartij van Life Goals is 'lokale organisator'. De coördinator van de samenwerkingspartij van Life Goals is degene die verantwoordelijk is voor het organiseren van het lokale Life Goals Festival. In de periode van april tot en met juni zijn vier coördinatoren geïnterviewd. Tijdens de interviews is behandeld op welke manier de hoofddoelstelling van Life Goals Nederland terugkomt in hoe de coördinatoren de lokale festivals organiseren en welke aspecten van het lokale festival invloed uitoefenen op het sport- en beweeggedrag van mensen in een kwetsbare positie. Dit is vervolgens naast de antwoorden van de landelijke programmamakers gelegd. Tot slot is uitgevraagd wat de veronderstelde effecten, uitgangspunten en aannames over de lokale Life Goals Festivals zijn van zowel de programmamakers als de lokale coördinatoren.

Onderstaand worden de zes respondenten en manier van dataverzameling uitgelicht:

Naam	Organisatie	Functie	Type interview	Afname interview
Landelijke programmamaker 1	Life Goals Nederland	Landelijk coördinator	Semigestructureerd	6 april 2022
Landelijke programmamaker 2	Life Goals Nederland	Account- en eventmanager	Semigestructureerd	13 april 2022

Lokale organisator 3	Life Goals Alkmaar	Coördinator	Semigestructureerd	28 april 2022
Lokale organisator 4	Life Goals Purmerend	Coördinator	Semigestructureerd	24 mei 2022
Lokale organisator 5	Life Goals Emmen	Coördinator	Semigestructureerd	2 juni 2022
Lokale organisator 6	Life Goals Nijkerk	Coördinator	Semigestructureerd	21 juni 2022

3.2 Onderzoek onder deelnemers

Life Goals organiseert Life Goals Festivals voor de meest kwetsbaren in de samenleving. De festivals waarop dit onderzoek zich richt worden lokaal georganiseerd. In 2022 hebben er acht lokale Life Goals Festivals plaatsgevonden. Bij vier lokale Life Goals Festivals zijn interviews afgenomen. Dit heeft plaatsgevonden in de periode van april tot en met juni. In totaal zijn er tien deelnemers geïnterviewd, verdeeld over vier verschillende festivals. Elke deelnemer is tweemaal geïnterviewd: tijdens het festival en vier weken na het festival. Het doel hiervan was om inzicht te krijgen in de effecten van de festivals op het sport- en beweeggedrag van deelnemers. Een maand na het interview konden de deelnemers met meer afstand naar het festival kijken. Bovendien was het mogelijk om met hen te bespreken in welke mate het festival effect had gehad op hun sport- en beweeggedrag in de maand na het festival. Daardoor was beter te beoordelen in hoeverre de interventie meer dan alleen een kortstondig effect heeft gehad. Hierdoor kon er betrouwbaarder bepaald worden of de effecten niet op korte termijn verdwijnen maar na enige tijd, een maand in dit geval, nog zijn aan te treffen. Tijdens de interviews van het eerste meetmoment is onderzocht wat de verwachtingen van de deelnemers op de lokale Life Goals Festivals waren en wat hun ervaringen waren op dit ontwikkelde aanbod. De interviews van het tweede meetmoment waren gericht op de verandering van het sport- en beweeggedrag van de deelnemer en welke aspecten van het lokale festival hun sportpatroon heeft gestimuleerd. Vervolgens zijn deze resultaten naast de antwoorden van de organisatoren gelegd om zo tot een analyse van de resultaten te komen. Omdat er enkel deelgenomen kan worden aan een lokaal Life Goals Festival als de deelnemer kwetsbaar is maar de mate van kwetsbaarheid per deelnemer onbekend of moeilijk te achterhalen is, zijn de interviews afgenomen op willekeur. Ook is er geen onderscheid gemaakt tussen man en vrouw. Wel is er aan de coördinatoren gevraagd welke deelnemers zij verwachten inzicht te kunnen geven over het doel van dit onderzoek. Uiteindelijk zijn deze deelnemers tijdens het festival benaderd in gezelschap van de voor hun bekende coördinator. De interviews vonden één-op-één plaats, waarbij na afloop de deelnemer zijn/haar contactgegevens deelden, mits zij hier open voor stonden. Eén maand na dato vond het tweede meetmoment plaats aan de hand van de voor de onderzoeker bekende contactgegevens.

Onderstaand worden de lokale Life Goals Festivals en de manier van dataverzameling uitgelicht.

Type festival	Aantal deelnemers	Type interview	Eerste interview	Vervolg interview
Lokaal Life Goals Festival Alkmaar	3-5	Semigestructureerd	21 april 2022	16 en 17 mei 2022
Lokaal Life Goals Festival Purmerend	3-5	Semigestructureerd	20 mei 2022	22 en 23 juni 2022
Lokaal Life Goals Festival Emmen	3-5	Semigestructureerd	1 juni 2022	4 en 5 juli 2022
Lokaal Life Goals Festival Nijkerk	3-5	Semigestructureerd	17 juni 2022	13 en 14 juli 2022

3.2.1 Enquêtes

Aanvullend op de interviews is onder de deelnemers die niet geïnterviewd zijn maar wel deel hebben genomen aan het lokale Life Goals Festival een enquête afgenomen. Net zoals bij de interviews zijn ook de enquêtes op willekeur afgenomen en is er geen onderscheid tussen man en vrouw. Ook bevatten de enquêtes twee meetmomenten.

De enquête is vanuit Survio verspreid. Survio is een programma wat ingezet wordt om online vragenlijsten op grote schaal uit te zetten voor het verzamelen van resultaten. Deze enquête dient als aanvulling op de interviews om op grote schaal informatie te kunnen verzamelen en vervolgens te kunnen generaliseren. De thema's die van belang zijn voor het beantwoorden van de hoofdvraag en tijdens de interview- en enquêtevragen aan bod zijn gekomen zijn uitgangspunten, aannames, verwachtingen, ervaringen en mechanismen.

Voor het maken en uitzetten van enquêtes is er gebruikgemaakt van Survio. Naast dataverzameling brengt Survio ook de voltooiingspercentages van enquête in kaart.

Respondenten	Bezoeken	Voltooid	Niet voltooid	Voltooiingspercentage
Alkmaar	26	3	23	11.5%
Purmerend	11	3	8	27.3%
Nijkerk	6	1	5	16.7%
Emmen	17	3	14	17.6%

Aan de rechterkant van de tabel zijn de voltooiingspercentages per enquête van elk festival te zien. Uit de tabel is te zien dat er maar een gering aantal voltooiingen hebben plaatsgevonden. Daarnaast was er ook een gering aantal deelnemers die de enquêtes ingevuld hadden, laat staan beide metingen. Zo zijn de enquêtes voor de eerste meting ingevuld door tien respondenten; bij de tweede meting door zes respondenten. Op grond van de lage en onevenredige percentages is er besloten om de data die met behulp van deze onderzoeksmethode is verkregen niet mee te nemen in resultatenoverzicht en analyse, omdat dit anders voor een vertekend beeld zal zorgen.

3.3 Validiteit

Binnen dit onderzoek is er gebruikgemaakt van de ToC. De thema's die centraal staan binnen het kwalitatieve en kwantitatieve onderzoek zijn aan de ToC ontleend. Dit is een betrouwbare onderzoeksmethode in de wetenschap. Op basis van de ToC is het kwalitatieve- en kwantitatieve onderzoek uitgevoerd. Interview- en enquêtevragen zijn op basis van de ToC opgesteld. De vragen die zijn toegevoegd gaan in op de aspecten die uit de ToC naar voren komen, zoals de ervaringen en verwachtingen van de deelnemers en de uitgangspunten en aannames van de landelijke programmamakers en lokale organisatoren. Door de afbakening van de thematiek binnen dit onderzoek beperkt het onderzoek zich alleen tot aspecten die aantonen hoe ervaringen en verwachtingen van deelnemers en de uitgangspunten en aannames van organisatoren zich tot elkaar verhouden.

3.4 Betrouwbaarheid

Binnen dit onderzoek zijn meerdere onderzoeksmethoden toegepast. Hoewel de interviews semigestructureerd van aard waren en daarom afgeweken kon worden van de opzet, is vastgehouden aan de opzet van de topic- en interviews lijst om zo consistentie en betrouwbaarheid binnen de onderzoeksmethoden te waarborgen. Er is sprake van een gestandaardiseerd onderzoeksverloop. Dit gold ook bij het afnemen van de interviews. Bij het afnemen van de interviews werden als eersten de

landelijke programmamakers geïnterviewd, omdat deze bevindingen meegenomen konden worden in de interview- en enquêtevragen richting de deelnemers. Hierdoor kon in kaart gebracht worden met welk doel de programmamakers de intervisie trachten in te zetten en of dit aansluit op de verwachtingen en ervaringen van deelnemers. Om beide aspecten te meten zijn bij organisatoren en deelnemers andere vragen gesteld, maar onder dezelfde respons groep waren de vragen dezelfde. Daarnaast zijn er enquêtes afgenomen onder de deelnemers. De betrouwbaarheid is hierin gewaarborgd door, net als bij de interviews, de onderwerpen of thema's met elkaar te laten samenhangen. Tot slot is eenzelfde enquête afgenomen bij alle deelnemers en is er geen onderscheid in enquêtevragen.

3.5 Onderzoeksethiek en dataverzameling

Sinds 25 mei 2018 is de Algemene verordening gegevensbescherming (AVG) van toepassing. Deze wet heeft als doel de privacy te beschermen van personen waarvan data worden verzameld. Om dit onderzoek op een ethische manier uit te voeren, is voorafgaand aan de afname van het kwalitatieve- en kwantitatieve onderzoek aan de deelnemer uitgelegd wat het doel van het onderzoek is. Aanvullend hierop is gevraagd of de deelnemer schriftelijk toestemming gaf voor het deelnemen aan dit onderzoek. Dit is gebeurd aan de hand van een Quitclaim².

In de verslaglegging van het onderzoek is alle informatie geanonimiseerd. Er is voor gezorgd dat de gepresenteerde gegevens niet zijn te herleiden tot herkenbare personen. Dit is onder meer gedaan door de namen van respondenten te vervangen door een nummer [of fake-naam]. Ook is ervoor gezorgd dat informatie over de context niet kan leiden tot persoonsherkenning.

Het verzamelen van onderzoeksgegevens is binnen dit onderzoek gedaan door middel van een audio-recorder. Na het gebruik van de audio-recorder is de opname zo snel mogelijk verplaatst naar een veilige omgeving. Bij het verwerken van de onderzoeksgegevens is alles geanonimiseerd. Tot slot is het audio-bestand, na het uitgeschreven te hebben, verwijderd. Dit is gebeurd tussen de een en vier weken nadat het interview getranscribeerd is.

3.6 Data-analyse

Binnen deze paragraaf wordt uitgelicht hoe de data verzameld is. Onderstaand wordt het verschil in data-analyse van het kwalitatieve en kwantitatieve onderzoek besproken.

Bij het kwalitatief onderzoek zijn de data verzameld door interviews. De interviews zijn, met toestemming van de respondent, opgenomen en getranscribeerd. Bij het uitvoeren van de interviews is er op voorhand gebruikgemaakt van een topiclijst. Een topiclijst is een lijst met alle sub- en hoofdonderwerpen die men aan bod wil laten komen in de interviews. Met het gebruik van een topiclijst probeert de interviewer, aan de hand van de sub- en hoofdonderwerpen, de opgestelde deelvragen te beantwoorden. Elke deelvraag binnen dit onderzoek bevat meerdere sub- en hoofdonderwerpen, afkomstig van de ToC, die deze opgestelde deelvraag kan beantwoorden. De interviewvragen zijn opgesteld aan de hand van de sub- en hoofdonderwerpen. Dit betekent dat de antwoorden op de interviewvragen te herleiden zijn tot de sub- en hoofdonderwerpen van het theoretisch kader. Zo is dezelfde topiclijst gebruikt om de antwoorden te herleiden aan de sub- en hoofdonderwerpen en vervolgens tot de deelvraag. Voor de analyse zijn de antwoorden van de respondenten eerst geordend naar de sub- en hoofdonderwerpen van de deelvragen.

² Een Quitclaim is een overeenkomst tussen in dit geval de interviewer en respondent. In deze overeenkomst verklaart de respondent af te zien van het recht en wordt er toestemming verleend om de resultaten binnen dit onderzoek te gebruiken.

Vervolgens zijn relevante data geel gearceerd. Hierdoor werden de opvallende resultaten per deelvraag inzichtelijk en konden er patronen ontdekt worden.

Bij het kwantitatieve onderzoek zijn de data verzameld door een enquête. Dit is afgenomen bij deelnemers van de lokale Life Goals Festivals die niet geïnterviewd waren. De enquête is online uitgezet onder deelnemers van de lokale Life Goals Festivals. De open vragen uit de enquêtes zijn hetzelfde als de vragen uit de interviews, wat betekent dat de resultaten te herleiden zijn tot de sub- en hoofdonderwerpen en deelvragen. Dit geldt hetzelfde voor de gesloten vragen. De gesloten vragen zijn door het programma van de enquête automatisch in een overzichtelijke grafiek of tabel getoond.

4. Resultaten

In de volgende subparagrafen wordt per responsgroep uiteengezet wat de meest relevante resultaten uit de mixed methods zijn. Allereerst wordt er gekeken naar de resultaten die uit de interviews met de landelijke programmamakers en lokale organisatoren zijn voortgekomen. Er is ervoor gekozen om de resultaten van de landelijke programmamakers en lokale organisatoren samen te voegen. Beide geven inzicht in de uitgangspunten en aannames (zie theoretisch perspectief). Deze uiteenzetting is belangrijk om te kunnen achterhalen in hoeverre hun uitgangspunten en aannames overeenkomen of van elkaar verschillen. Vervolgens wordt er gekeken naar de resultaten die aan de hand van interviews bij de deelnemers zijn verzameld.

4.1 Uitgangspunten en aannames van de landelijke programmamakers en lokale organisatoren

In deze subparagraaf worden de aannames en uitgangspunten van eerdergenoemden behandeld. De aannames en uitgangspunten hebben betrekking op de aspecten van de ToC. Het gaat om de aannames en uitgangspunten van landelijke programmamakers en lokale organisatoren over de wijze waarop de festivals moeten worden vormgegeven (design), de benodigde middelen die voor de festivals moeten worden ingezet (input), de activiteiten (activities) die zijn geprogrammeerd voor de festivals en de effecten (outputs) die verwacht worden.

4.1.1 Design

Allereerst wordt er vanuit de resultaten gekeken naar de uitgangspunten en aannames van de landelijke programmamakers en lokale organisatoren over het design.

De doelgroep is lastig tot sport en bewegen aan te zetten

De doelgroep die deelneemt aan de lokale Life Goals Festivals is vaak niet bekend met sport. Naast het gegeven dat zij geen tot weinig toegang hebben tot sportaanbod, is de doelgroep ook lastig aan te zetten tot sport. Zo stelt landelijke programmamaker 1 dat de deelnemers erg verschillen per leeftijd en dat hun kwetsbaarheid, in de breedste zin van het woord, vaak ook erg van elkaar verschilt.

- Landelijke programmamaker 2

“Onze doelgroep is nou eenmaal lastig tot sport aan te zetten. Zij ervaren veel barrières waar de meeste mensen geen eens een idee van hebben. Er moet dus best wat gebeuren om hun bij de wekelijkse sportmomenten en de lokale Life Goals Festivals te krijgen”

Het uitgangspunt van de landelijke programmamakers is dat hoe kwetsbaarder de deelnemer, hoe moeilijker degene aan te zetten is tot sporten en bewegen vanwege de barrières die zij ervaren. Dit geldt zowel voor de wekelijkse sportmomenten als de lokale Life Goals Festivals.

Decentrale aanpak

Life Goals is ontstaan vanuit het organiseren van straatvoetbalcompetities voor de meest kwetsbaren in de samenleving.

- Landelijke programmamaker 2

“Dus het is echt begonnen vanuit het organiseren van de straatvoetbaltoernooien met als doel om mensen uit kwetsbare posities te betrekken in de sport. Het zit verweven in onze methodiek”

Zoals het bovenstaande citaat vermeldt zijn de lokale Life Goals Festivals onderdeel van de methodiek. Echter, in de afgelopen jaren heeft er een transitie plaatsgevonden in het organiseren van de lokale Life Goals Festivals. Waar Life Goals dit voorheen zelf organiseerde, wordt er steeds meer toegewerkt naar een decentralisatie van het organiseren van de lokale festivals. Dit wordt bevestigd door beide respondenten.

- Landelijke programmamaker 1

“Dus die lokale evenementen passen op meerdere fronten bij de behoefte die wij bij de transitie zagen. Dat die verantwoordelijkheid steeds meer lokaal moet komen te liggen. Dus wij willen wel de lokale organisaties faciliteren maar er is een heel netwerk van capabele medewerkers die het lokaal kan oppakken”

Het uitgangspunt van de landelijke programmamakers is dat de decentrale aanpak in de vormgeving van de lokale festivals bij de lokale organisatoren dient te liggen, omdat eerdergenoemden beter inzicht in de behoeften van de deelnemers hebben.

Het organiseren van Lokale Life Goals Festivals vraagt om samenwerking

Drie van de vier lokale organisatoren maakt kenbaar dat 'samenwerking' belangrijk voor de vormgeving van een festival is. Er is echter wel verschil in het belang van samenwerkingen. Zo geeft lokale organisator 4 aan dat er samengewerkt moet worden met samenwerkingspartners van Life Goals, zodat de Life Goals Programma's structureel bij elkaars festival aanwezig zullen zijn. Lokale organisator 3 stelt dat er juist samengewerkt dient te worden met lokale zorg- en welzijnsorganisaties, omdat er dan deelnemers betrokken kunnen worden die niet onder samenwerkingspartners van Life Goals vallen en daardoor niet uitgesloten worden.

Het uitgangspunt van de lokale organisatoren is dat samenwerkingen betrekking hebben op de toename van deelnemers aan lokale Life Goals Festivals.

Plezierbeleving is belangrijker dan het competitie-element

De lokale Life Goals Festivals zijn ontstaan uit de straatvoetbalcompetitie. Naast dat de opzet van het toernooi veranderd is, zijn er ook wijzigingen aangebracht in wat de landelijke programmamakers met de festivals willen bereiken. Waar er voorheen de nadruk werd gelegd op het competitie-element, is dit in de afgelopen jaren veranderd. Zo wordt er nu meer de nadruk gelegd op sport- en spelplezier. Landelijke programmamaker 1 stelt dat winnen inherent is aan wat een sporter wil, alleen dat de beloning bij het competitie-element genuanceerd moet worden. Dit geldt vooral bij de deelnemers van de lokale festivals. Hoewel de competitievorm van het festival zorgt voor extra motivatie dient dit niet leidend te zijn.

- Landelijke programmamaker 1

“Dan merk je dat het niet gaat om de prestatie, de sportieve prestatie, maar om dat je een positieve gezamenlijke herinnering maakt. Ik denk dat die evenementen daar een rol in kunnen spelen en dat uiteindelijk zal leiden dat mensen meer sportplezier ervaren”

De aannahme van de landelijke programmamakers is dat plezier belangrijker dan competitie-element is. Dit wordt bevestigd door de lokale organisatoren, die stellen dat spelplezier leidend moet zijn.

- Lokale organisator 3

“Ik denk dat, dat juist des te belangrijker is. Spelplezier. Aan een paar deelnemers merkte je gewoon dat ze wilden winnen maar voornamelijk kwamen er deelnemers die lekker wilden sporten zonder competitie-element”

De doelgroep heeft begeleiding nodig

Naast dat de deelnemers gemotiveerd moeten worden, is het volgens de lokale organisatoren ook belangrijk om deelnemers te begeleiden en sturen.

- Lokale organisator 5

“Die problematiek waar jij het eerst over had is gewoon doorslaggevend. Zij hebben nog meer sturing en begeleiding nodig. Wij moeten hun gewoon helpen om te gaan sporten, dus dan is sturing wel een stok achter de deur. Ze vinden sporten wel gewoon heel leuk maar ze moeten een zetje in de juiste richting krijgen. Dat hoort ook wel bij de doelgroep”

Lokale organisator 4 is het eens met bovenstaand citaat. Aanvullend stelt lokale organisator 4 dat erin de beginfase veelvuldig betrokkenheid richting de deelnemers dient te zijn aan de hand van sturing en controle om zo structuur aan te brengen in het sport- en beweeggedrag van deelnemers Dit draagt bij aan volharding en enthousiasme.

De aannahme van de lokale organisatoren is dat begeleiding leidt tot structuur in hun leven. Dit draagt vervolgens bij aan het aanbrengen van structuur in het sport- en beweeggedrag van deelnemers, wat op langer termijn kan zorgen voor structurelere sportdeelname.

Wisselwerking

Uit de resultaten komt naar voren dat er een wisselwerking tussen de wekelijkse sportmomenten en festivals is. Zowel lokale organisator 4, 5 en 6 zien een toename in sportparticipatie naarmate een lokaal Life Goals festival nadert.

- Lokale organisator 5

“Maar dat is uiteindelijk ook waarvoor ze trainen, om deel te kunnen nemen aan een festival. De wedstrijd is altijd het leukste en dat geldt ook voor de deelnemers. Als we zeggen dat er een toernooi aankomt dan zijn er veel geïnteresseerden, juist ook deelnemers die niet of bijna nooit naar een training komen”

Naast dat er een trend voorafgaand aan het festival te zien is, is er ook een trend te zien nadat het festival heeft plaatsgevonden. Zo zien eerdergenoemden dat deelnemers die deel hebben genomen aan een festival gemotiveerder zijn om te gaan trainen voor een volgend festival.

De aanname van de lokale organisatoren is dat een lokaal Life Goals Festival deelnemers voorafgaand en na afloop van een festival motiveert om te gaan sporten.

4.1.2 Input

Vervolgens wordt er vanuit de resultaten gekeken naar de uitgangspunten en aannames van de landelijke programmamakers en lokale organisatoren over de input.

Belang van coördinatoren en coaches

Sinds een aantal jaar werkt Life Goals met vaste coördinatoren en coaches van haar samenwerkingspartners. Uit de resultaten komt naar voren dat dit meerdere voordelen heeft. Het eerste voordeel is dat de coördinator beter zicht heeft op de behoefte van de deelnemers. Het tweede voordeel is het overdragen van de beoogde cultuur. Het derde voordeel is het overbrengen van enthousiasme voor de wekelijkse sportmomenten en festivals.

- Landelijke programmamaker 1

“Dus ja, uiteindelijk is het een beetje vergezocht maar kan je dus misschien stellen dat als een trainer helemaal enthousiast over een festival is, er ook veranderingen in de sportparticipatie cijfers kunnen komen. Ik heb geen bewijs om het te staven maar het team uit Utrecht gaat altijd naar de evenementen en je merkt gewoon dat zij het leuk vinden om te sporten”

Het belang van de coördinator en coach wordt ook onderschreven door de lokale organisatoren. Lokale organisator 6 stelt zelfs dat het in de beginfase niet mogelijk is om de doelgroep aan te zetten tot sport als er geen coördinator of coach aan te pas komt. Zo ervaart de doelgroep drempels om te gaan sporten die niet overwonnen kunnen worden zonder aanwezigheid van een begeleider.

De aanname van de landelijke programmamaker en lokale organisator is dat vaste coördinatoren en coaches bijdragen aan de stimulering van sport- en beweeggedrag.

4.1.3 Activities

Daarna wordt er vanuit de resultaten gekeken naar de uitgangspunten en aannames van de landelijke programmamakers en lokale organisatoren over de activiteiten.

Sportaanbod

Met het organiseren van lokale Life Goals Festivals kunnen de lokale organisatoren zelf bepalen welke sport zij als hoofdactiviteit kiezen. Echter blijkt aan de hand van de resultaten dat bij elk festival voetbal als hoofdactiviteit gekozen is. Als argument hiervoor stellen alle respondenten dat voetbal de grootste sport in Nederland is en de doelgroepen dit graag doen. Daarnaast geven de organisatoren aan dat voetbal relatief makkelijk is in de beoefening daarvan.

- Lokale organisator 3

“Het is heel simpel, voetbal is gewoon sport nummer één. Als je dan met mensen gaat bootcampen dan is er minder animo. Als je het echt leuk wilt houden ben ik van mening dat we het zo moeten houden bij voetbal. Anders krijg je ook niet zo snel 16 tot 20 teams op de been”

In de strategie van Life Goals voor het organiseren van een lokaal Life Goals Festival staat vermeld dat een festival moet voldoen aan ten minste één side-event. Dit is door de lokale organisatoren toegepast binnen hun sportaanbod tijdens het festival. De meningen van de lokale organisatoren omtrent het

belang van side-events zijn eensgezind: side-events hebben weinig toegevoegde waarde. Dit concluderen de lokale organisatoren op basis van deelname van de doelgroep aan deze side-events.

- Lokale organisator 4

“Ja, en dat krijgen we ook van de deelnemers zelf te horen. Het animo wordt gewoon minder als er niet gevoetbald wordt. Want we hadden dus wel side-events maar daar liep bijna iedereen met een boog omheen. Het stond pontificaal bij hun op het pad maar ze gebruikten het totaal niet”

De lokale organisatoren geven als aanname dat voetbal de meest geschikte sport is om zoveel mogelijk deelnemers mee te betrekken en dat voetbal het sport- en beweeggedrag van deelnemers stimuleert.

Symbolische waardering

Hoewel de lokale organisatoren onderschrijven dat het belang van materialistische beloningen genuanceerd moet worden, zit hier toch een belangrijk element in verworven: het gevoel krijgen dat je gewaardeerd wordt. Zo hebben de lokale organisatoren ervoor gekozen om prijzen in hun sportactiviteiten op te nemen, verschillend in waarde. Allereerst is er een Fair Play-prijs. Volgens de lokale organisatoren wordt dit aan een deelnemer of team uitgereikt die op representatieve wijze sportiviteit en eerlijkheid heeft getoond.

- Lokale organisator 3

“Fair Play-prijzen voor deelnemers vind ik altijd belangrijk. Daar kun je als organisatie veel mee. Ongeacht een team alles verliest, kunnen zij ook alsnog die prijs winnen en hebben ze uiteindelijk toch een topdag”

Ten tweede wordt er een ‘Speler van het Toernooi’-prijs uitgereikt. Dit is voor een deelnemer die buiten het veld positief is opgevallen. Volgens de lokale organisatoren is dit normaliter een speler die geen talentvolle sporter is maar zich juist inzet voor anderen.

- Lokale organisator 4

“Zo’n ‘Speler van het Toernooi’ is ook belangrijk. Dit hebben we dit jaar aan een speler gegeven die aan iedereen vroeg of het wel goed met degene ging. Daarnaast ging die speler zelfs meehelpen met afbouwen, terwijl hij dat niet had hoeven te doen”

Tot slot benadrukken lokale organisator 4 en 6 het belang van prijzen voor alle deelnemers, in de vorm van een medaille.

- Lokale organisator 6

“Maar ook dat iedereen een medaille kreeg. Want daardoor voelt iedereen zich alsnog gehoord en gewaardeerd”

De aanname van de lokale organisatoren is dat een symbolische waardering in de vorm van prijzen zorgt voor een gevoel bij de deelnemers dat ze ertoe doen in een sportomgeving.

4.1.4 Outputs

Tot slot wordt er vanuit de resultaten gekeken naar de uitgangspunten en aannames van de landelijke programmamakers en lokale organisatoren over de outputs.

Lokale Life Goals Festivals als kennismaking met sport en bewegen

Vanuit de interviews met de landelijke programmamakers komt naar voren dat de doelgroep waar de festivals betrekking op hebben geen tot weinig toegang heeft tot sportaanbod.

- Landelijke programmamaker 2

“Een belangrijk punt wat je vergeet is überhaupt de kennismaking met het sportaanbod. Daarom zijn de festivals een mooi moment om hun kennis te laten maken met sport op een laagdrempelige manier. Het belangrijkste is dat je die mensen wilt enthousiasmeren om te sporten en het te blijven doen. Dat je de doelgroep laat kennismaken met sport op langer termijn”

Het uitgangspunt van de landelijke programmamakers is tweeledig. Enerzijds is een lokaal Life Goals Festival een stip op de horizon voor degenen die al aan het programma deelnemen, terwijl anderzijds een lokaal Life Goals Festival een manier kan zijn om kennis te maken met het Life Goals programma voor degenen die nog niet hieraan deelnemen. Dit komt tevens uit de interviews met de lokale organisatoren naar voren, die stellen dat een eerste kennismaking aanzet tot deelname aan wekelijkse sportmomenten.

Het aan laten haken van deelnemers

Binnen de sportactiviteiten van Life Goals bevinden zich de meeste kwetsbare deelnemers in de breedste zin van het woord. Echter komt uit de interviews naar voren dat Life Goals beter in staat is om de doelgroep aan te laten haken bij de sportactiviteiten ten opzichte van afgelopen jaren, zo ook bij de lokale Life Goals Festivals.

- Landelijke programmamaker 1

“Ik denk wel dat we de afgelopen jaren erin geslaagd zijn om een veel zwaardere doelgroep naar onze evenementen te krijgen dan voorheen. Dit komt doordat we hebben uitgesproken dat we er echt willen zijn voor alle kwetsbaren in de maatschappij en daarop het aanbod hebben aangepast”

Landelijke programmamakers 1 en 2 zien een trend dat de festivals ervoor zorgen dat deelnemers aanhaken en aangehaakt blijven bij de wekelijkse sportmomenten. Dit wordt bevestigd aan de hand van onderstaand citaat.

- Landelijke programmamaker 2

“Ik denk wel dat een evenement bijdraagt aan het structureel bijwonen van de wekelijkse sportmomenten”

De aanneme van de landelijke programmamakers is dat een lokaal Life Goals Festival zorgt voor continuïteit van sport- en beweeggedrag van deelnemers bij wekelijkse sportmomenten. Zo wordt dit ook gezien door de lokale organisatoren. Zij stellen dat een lokaal Life Goals Festival en het enthousiasme wat daaruit voortkomt, aanzet tot binding van deelnemers bij wekelijkse sportmomenten.

Lokale Life Goals Festivals dragen bij aan naamsbekendheid

Uit de resultaten van de lokale organisatoren komt unaniem naar voren dat een lokaal Life Goals Festival organiseren, bijdraagt aan naamsbekendheid voor hun eigen sportprogramma.

- Lokale organisator 3

“Met het organiseren van een lokaal Life Goals Festival geef je toch een soort van visitekaartje af in de regio”

Het uitgangspunt van de lokale organisatoren is dat het organiseren van lokale Life Goals Festivals zorgt voor meer naamsbekendheid van hun eigen sportprogramma's, wat op termijn zorgt voor werving van structurele deelnemers.

Lokale Life Goals Festivals als stip op de horizon

Er is unanimititeit over de kern van de lokale Life Goals Festivals. Beide landelijke programmamakers onderschrijven dat er vanuit de deelnemers behoefte is om ergens naartoe te werken, in dit geval de lokale festivals.

- Landelijke programmamaker 1

"De kern van een evenement is nog steeds dat zij samen ergens naartoe werken, dus dat ze toeleven naar bepaalde momenten zoals zo'n festival en daar ook voor gaan trainen. Dat heb ik ook bij mij in het voetbalteam en dat is voor deelnemers niet anders. Iedereen heeft behoefte om ergens naartoe te werken. Ze willen een stip op de horizon"

Volgens landelijke programmamakers 1 en 2 verhoudt de 'stip op de horizon' zich ook tot het sport- en beweeggedrag. Zo is het uitgangspunt dat er een toename in het sport- en beweeggedrag van deelnemers komt, zodra een festival aangekondigd wordt of nadert.

- Landelijke programmamaker 1

"Het is wel zo dat naar aanloop van het evenement de deelnemers vaker gaan trainen, want daar kan je afspraken over maken. Zo kan je aangeven dat een deelnemer pas mee mag naar het festival als degene vaker komt trainen. Dus in die zin kan het wel iets helpen aan de deelnemersparticipatie"

Dit wordt bevestigd door alle lokale organisatoren, die stellen dat er een toename te zien is in het sport- en beweeggedrag van deelnemers naarmate een lokaal Life Goals Festival nadert. Zo zijn er meer deelnemers aanwezig bij wekelijkse sportmomenten naarmate een lokaal Life Goals Festival dichterbij komt. Lokale organisator 5 vult dit aan door onderstaand citaat.

- Lokale organisator 5

"Dat merk je ook aan kinderen. De laatste les is altijd apenkooi en dat weten ze al weken van tevoren. Dat vinden ze helemaal leuk. Zo werkt dat ook bij de doelgroep en dat zie je terug in de aanwezigheid bij wekelijkse sportmomenten"

Positieve associatie met sport

Sporters ervaren doorgaans een positieve associatie met sport. Voor de doelgroep waar Life Goals zich op richt is dit anders. Omdat de doelgroep normaliter niet sport, heeft het geen associatie met sport. Om positieve associaties met sport bij de deelnemers teweeg te brengen, zijn de lokale Life Goals Festivals onderdeel van de methodiek geworden. Zo worden de lokale Life Goals Festivals georganiseerd om enerzijds een positieve bron van identificatie te creëren en anderzijds een veilige sportomgeving neer te zetten waar deelnemers hun emoties los kunnen laten aan de hand van gezamenlijk, op een laagdrempelige manier, sporten en bewegen.

- Landelijke programmamaker 1

"Ik denk dat uiteindelijk het in de meest simpele zin gaat om leuke momenten te delen met prettige mensen om je heen. Dat daaruit een positieve associatie met sport komt"

De aanname van de landelijke programmamakers is dat een lokaal Life Goals Festival bijdraagt aan een positieve associatie met sport. Dit wordt bevestigd door de lokale organisatoren, die ambiëren dat een positieve associatie en ervaring met sport bijdraagt aan structurele deelname op langer termijn.

Lokale Life Goals Festivals dragen bij aan normstelling

Uit de resultaten komt naar voren dat de doelgroep zich in sociale omgevingen bevinden waarbinnen fysiek en verbaal geweld genormaliseerd is. Binnen de lokale Life Goals Festivals wordt hier echter aandacht aan besteed door te laten zien dat onacceptabel gedrag niet toegestaan is.

- Landelijke programmamaker 1

“Met onze doelgroep is dat wel moeilijk, omdat zij gewend zijn om zich in culturen te bevinden waar fysiek en verbaal geweld genormaliseerd is. En wat zo sterk is aan ons evenement is dat we daar met elkaar een soort van onuitgesproken regels voor treffen”

De aanname van de landelijke programmamakers is dat de deelnemers een lokaal Life Goals Festivals als veilige (sport)omgeving ervaren door de cultuur die er gecreëerd wordt. Lokale organisatoren vullen deze aanname aan door voorafgaand bepaalde verantwoordelijkheden met de deelnemers te bespreken voor de waarborging van de eerdergenoemde cultuur.

- Lokale organisator 4

“Voorafgaand aan het festival worden er afspraken gemaakt met de deelnemers uit het team. Je bent een team dus je hebt dan ook de verantwoordelijkheid om je zo te gedragen”

Lokale Life Goals Festivals dragen bij aan ontmoetingen

Volgens de respondenten dienen lokale Life Goals Festivals als centraal ontmoetingspunt voor deelnemers. Naast sportbeoefening wordt er ook een beroep gedaan op de sociale vaardigheden van deelnemers.

- Landelijke programmamaker 2

“Eerst was het alleen gericht op voetbal. Nu zitten er ook componenten van ontmoeten en sociale contacten opdoen in. De festivals hebben meer een karakter van ‘ontmoetingen’ gekregen”

Een aanvullend resultaat is dat de eerste ontmoetingen bij sommige deelnemers zelfs heeft geleid tot duurzame vriendschappen. Zo hebben tal van deelnemers met elkaar contact gehouden.

- Landelijke programmamaker 2

“Je hoort soms ook wel dat de mensen na de evenementen contact met elkaar zijn blijven houden”

De aanname van de landelijke programmamakers is dat een lokaal Life Goals Festival bijdraagt tot blijvende contacten. Dit wordt in bepaalde mate onderschreven door de lokale organisatoren, die stellen dat samen sporten stimulerend werkt om deelnemers contact met elkaar te laten zoeken. Immers zien deelnemers andere personen dan hun standaard sportgroep tijdens de wekelijkse sportmomenten.

4.2 Verwachtingen en ervaringen van deelnemers

De resultaten in deze subparagraaf hebben betrekking op de beoordeling van de deelnemers van het design, de activiteiten, context en outputs. Vervolgens wordt er aan de hand van de resultaten gekeken naar de immediate outcomes op het sport- en beweeggedrag en ander gedrag van deelnemers. Tot slot wordt er gekeken naar de intermediate outcomes.

4.2.1 Beoordeling van het design

Allereerst wordt er vanuit de resultaten gekeken naar de beoordeling van de deelnemers van het design.

Samenkomst van problematiek en achtergronden

Aan de lokale Life Goals festivals doen deelnemers mee die kwetsbaar zijn. Deze kwetsbaarheid is in de breedste zin van het woord, wat betekent dat alle problematieken en achtergronden aanwezig zijn bij het festival. Uit de resultaten komt naar voren dat merendeel van de deelnemers dit als positief ervaren.

- Deelnemer 10, lokaal Life Goals festival Nijkerk

"Iedereen gaat wel ergens doorheen en dat weet men van elkaar, anders sta je daar niet. Het is meer geoorloofd. Niemand loopt te schreeuwen naar elkaar en iedereen gunt elkaar iets. Dat komt ook gewoon door de verschillende achtergronden van mensen en het begrip richting elkaar. Dat gebeurt bij een reguliere sportvereniging niet, want daar wil ook iedereen winnen. Hier kan je open tegen elkaar zijn"

Naast dat het bij de lokale Life Goals Festivals meer geoorloofd is en dat mensen elkaar iets gunnen, zijn er ook andere redenen gegeven. Zo stelt deelnemer 7, deelnemer aan het lokale Life Goals Festival in Emmen, dat zij in de vrouwenopvang zit en daarom maar een select groepje vrouwen heeft waarmee zij kan sporten. Vanwege het isolement wat zij ervaart, geeft deelnemer 7 aan dat het fijn is om andere deelnemers met andere problematieken en achtergronden te ontmoeten. Dit wordt bevestigd door respondent 8, die een ander soort van isolement ervaart. Deelnemer 8 is namelijk geëmigreerd vanuit Afrika naar Nederland en kent hierdoor niemand. Gevoelsmatig was hij uitgesloten, totdat hij ging sporten bij het lokale Life Goals Festival in Emmen. Omdat hij, net als elke andere deelnemer, een andere problematiek en achtergrond heeft, werd hij gelijk betrokken tijdens het sporten. Deelnemer 3, uitkomend in het lokale Life Goals Festival in Alkmaar, onderschrijft dit aan de hand van onderstaand citaat.

- Deelnemer 3, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

"Ik vind het ontzettend belangrijk. Het maakt niet uit waar je vandaan komt, hoeveel je sport, hoe oud je bent, het is gewoon altijd een soort van saamhorigheid en je zit met allerlei doelgroepen, mensen met verschillende achtergronden of andere problematieken. Die kunnen hier dan lekker een dag sporten met elkaar"

Uit de resultaten is naar voren gekomen dat deelnemers een inclusieve opzet bij het vormgeven van een lokaal Life Goals Festival als belangrijk aspect zien.

Uitnodigend karakter

Kwetsbare doelgroepen sporten doorgaans niet. Zij ervaren drempels om te gaan sporten en deel te nemen aan sportactiviteiten, zo ook bij lokale Life Goals Festivals. Dit wordt bevestigd door deelnemer 3, die al meer dan tien lokale Life Goals Festivals heeft bijgewoond.

- Deelnemer 3, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

"Ja, behoorlijk. Bij mij was het ook altijd een drempel. Het geeft een gevoel van vertrouwen als je weet dat je er dan niet alleen voor staat. Dat moet ook de regel zijn, samen uit, samen thuis"

Eenmaal de drempel over zijn er ontwikkelingen te zien in de ervaringen van deelnemers ten aanzien van de lokale Life Goals Festivals. Zo geven deelnemers van Purmerend aan dat zij, nadat ze hadden deelgenomen aan het lokale Life Goals Festival in Purmerend, gelijk mee wilden doen aan een aankomend festival.

- Deelnemer 4, lokaal Life Goals Festival Purmerend

"Ja, iedereen is nu de drempel over en dan merk je dat er veel animo is gekomen. Omdat het zo leuk was"

Deelnemer 9 geeft zelfs aan dat lokale Life Goals Festivals voor hem drempels heeft afgebroken en dat het hem heeft geholpen toen hij "in de put zat". Volgens deelnemer 9 "helpt sporten en het festival om die muur af te breken en naar buiten te treden". Een teamgenoot van deelnemer 9ervaarde dit ook. Zie onderstaand citaat.

- Deelnemer 9, lokaal Life Goals Festival Emmen

"Ik had ook een teamgenoot bij het lokale Life Goals Festival en die wilde alleen maar kijken. Op een gegeven moment ging ze toch meedoen, omdat het gewoon in je oproept om dan ook maar mee te doen. Het daagt uit maar het nodigt ook uit"

Uit de resultaten schijnt dat het uitnodigende karakter van een festival zorgt voor het verlagen van drempels. Het uitnodigende karakter wordt als aspect naar voren gebracht door de deelnemers.

Sportiviteit & respect

Uit de resultaten van de interviews komt naar voren dat merendeel van de deelnemers waarde hecht aan 'sportiviteit en respect'.

- Deelnemer 10, lokaal Life Goals Festival Nijkerk

"Zeker, er heerste een fijne sfeer. Iedereen gaf elkaar een hand. Dat vind ik echt heel belangrijk. Respect richting elkaar en dat komt echt terug bij zulke evenementen"

Tot slot wordt door een deelnemer aangegeven dat de uiting van sportiviteit en respect richting elkaar inspireert en zorgt dat iedereen een prettige sportomgeving ervaart. Sportiviteit & respect zijn aspecten die deelnemers belangrijk vinden en invloed hebben op de continuering van hun sport- en bewegedrag.

Sportaanbod

De deelnemers zijn eensgezind over het sportaanbod. Zo geven alle respondenten aan het leuk om voetbal als hoofdactiviteit tijdens een lokaal Life Goals Festival te beoefenen. Als aanvulling hebben de lokale Life Goals organisatoren side-events naast het reguliere voetbalaanbod georganiseerd. Uit de resultaten van de interviews is hierover naar voren gekomen dat er weinig animo voor side-events is, mits de betreffende side-events betrekking hebben op voetbal of dat het uitdagend en nieuw is.

- Deelnemer 3, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

"Had gekund, maar voor mij had het niet gehoeven. Ik had het gewoon bij voetbal gehouden. Ik heb het wel eens eerder gehad dat er side-events bij waren en dat maakt ook gelijk dat de dag heel lang wordt. Veel indrukken voor deelnemers, dus ik zou het zo laten. Sommige mensen zijn namelijk ook niet gewend om hele dagen te sporten"

Voor de niet-voetballers kunnen verschillende bewegingsactiviteiten wel een meerwaarde hebben, stelt deelnemer 4. Tot slot is naar voren gekomen dat er in haar totaliteit activiteiten ontbreken waar kinderen, van in dit geval vrouwelijke deelnemers, aan mee konden doen.

Vanuit de deelnemers is naar voren gekomen dat activiteiten van waarde zijn als aspect in het aanbrengen van continuering in het sport- en beweeggedrag van deelnemers.

Begeleiding

Uit de resultaten komt naar voren dat er unanimitieit over het belang van begeleiding is. Zo worden er meerdere redenen gegeven. Allereerst is de begeleider iemand die de praktische zaken richting en tijdens het festival regelt waardoor de deelnemers nergens aan hoeven te denken, behalve het sporten zelf. Ten tweede is de begeleider iemand die mentale steun levert aan zijn deelnemers. Ten derde fungeert de begeleider als voorbeeldfunctie.

- Deelnemer 3, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

"Het is toch een voorbeeldfunctie. Die laten ook zien dat het kan, dat je gewoon lekker kan sporten en daardoor meer uit het leven kan halen. Ze zijn fit en dat stralen ze ook uit. Mensen kijken graag naar mensen die ver in het leven staan"

Ten vierde is de begeleider iemand die de deelnemer enerzijds aanzet om te sporten en anderzijds de deelnemer 'leert' om te kunnen sporten. Ten vijfde is de begeleider iemand die een 'stok achter de deur' voor aanwezigheid van deelnemers bij sportmomenten is, zoals bij een lokaal Life Goals Festival.

- Deelnemer 1, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

"Het is goed dat ze ons een schop onder de kont hebben gegeven om 9 uur te verzamelen, niet later. Dat helpt wel motiverend. Ik word verwacht, als ik thuis ga sporten is er geen deadline of stok achter de deur. Dus dan zit ik thuis en ben ik niks aan het doen"

Ten zesde zorgt de begeleider ervoor dat de deelnemers betrokken worden.

- Deelnemer 4, lokaal Life Goals Festival Purmerend

Dat vind ik erg belangrijk. Zo ben ik terechtgekomen bij dit festival. Doordat ik betrokken werd. Dus ik vond het daarom wel goed dat het gebeurt"

Volgens deelnemers is begeleiding een aspect wat van invloed is op de continuering van hun sport- en beweeggedrag.

Sporten met soortgelijken

De deelnemers geven aan graag met anderen te sporten, vooral met soortgelijken. Dit wordt door merendeel van de deelnemers in interviews onderschreven.

- Deelnemer 3, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

"Je staat er ook niet alleen voor, want op zo'n evenement kom je ook allemaal soortgelijken tegen met weer andere problemen maar op zo'n dag ben je allemaal één"

Volgens de deelnemers draagt het sporten met soortgelijken bij aan spelplezier en volharding daarvan. Daarnaast zorgt het voor het aangaan van vriendschappen.

- Deelnemer 2, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

“Er zijn daar allemaal gezellige mensen en ze doen aardig. Dat zijn ook de mensen die ik wat langer ken dus dat is leuk. Dan zie ik weer [naam] en [naam] tijdens zo'n evenement en die kom ik altijd tegen en dat zijn wel mijn vriendinnen geworden”

Sporten met soortgelijken is een mechanisme wat volgens deelnemers van invloed is op hun sport- en beweeggedrag en stimuleert dat zij ook zonder of buiten het Life Goals programma willen blijven sporten.

4.2.2 Beoordeling van de activiteiten

Vanuit de resultaten wordt er ook gekeken naar de beoordeling van de deelnemers over de activiteiten.

Beïnvloedbare omstandigheden

De deelnemers hebben aangegeven dat zij positief-gestemd over de omstandigheden waren, waardoor zij plezierig hebben kunnen sporten. Dit wordt door alle respondenten bevestigd.

- Deelnemer 2, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

“Sportiviteit, uitdagende wedstrijden met goede en leuke teams”

Zo onderschrijven meerdere respondenten dat de sfeer erg belangrijk is, waarin saamhorigheid centraal dient te staan. Daarnaast zijn de hoeveelheid teams die deelnemen aan een lokaal Life Goals Festival belangrijk. Deelnemers geven namelijk aan dat hoe meer teams aanwezig zijn, hoe meer wedstrijden er gespeeld kunnen worden tegen verschillende teams.

Vanuit de deelnemers wordt aangegeven welke beïnvloedbare omstandigheden van invloed zijn als aspect op het aanbrengen van continuïteit van hun sport- en beweeggedrag.

4.2.3 Beoordeling van de context

Vervolgens wordt er vanuit de resultaten gekeken naar de beoordeling van de deelnemers over de context.

Niet beïnvloedbare omstandigheden

Naast eerdergenoemde beïnvloedbare omstandigheden zijn er ook omstandigheden die niet beïnvloedbaar zijn. Zo is naar voren gekomen uit interviews met deelnemers dat er een verschil in perceptie in de mate waarin het weer doorslaggevend voor een plezierige sportomstandigheid is. Zo geven deelnemers in Alkmaar aan dat het goede weer invloed heeft gehad op hun spelplezier, namelijk bevorderlijk. Deelnemers in Emmen, waar het op een gegeven moment ging hagelen en regenen, hebben aangegeven dat dit hun spelplezier in bepaalde mate negatief had beïnvloed. Het weer als factor in de beoordeling van een omstandigheid wordt hierdoor onderschreven.

Vanuit de deelnemers wordt aangegeven welke niet beïnvloedbare omstandigheden van invloed zijn als aspect op het aanbrengen van continuïteit van hun sport- en beweeggedrag.

Voorzieningen

De deelnemers hebben de voorzieningen tijdens de lokale Life Goals Festivals als goed ervaren. Zo hebben alle deelnemers uit de interviews aangegeven dat de voorzieningen goed afgestemd zijn op de deelnemers. Gegeven redenen hiervoor zijn dat de faciliteiten, waaronder een kleedkamer met slot en douches, professioneel oogden. Daarnaast was de lunch gevarieerd en kon er altijd water bijgevuld

worden. Er was ook muziek aan de hand van een DJ. Dit gaf de deelnemers extra energie. Aanvullend wordt er door de deelnemers aangegeven dat er externe scheidsrechters waren, iets wat professioneel oogde voor de deelnemers. Vanuit de deelnemers wordt ook aangegeven dat alles op voorhand werd uitgelegd hoe de dag eruit zal zien en wat er van de deelnemers verwacht werd. Dit zorgde dat het niet onduidelijk was en dat de deelnemers wisten waar ze aan toe waren.

- Deelnemer 8, lokaal Life Goals Festival Emmen

“Alles was vooraf goed en duidelijk uitgelegd en beschreven. Dit zorgde voor veel duidelijkheid bij ons”

Tot slot is er unanimitieit over de waarde van de locatie waar het festival georganiseerd wordt. Zo zijn er meerdere festivals georganiseerd, verschillend van plek. In Alkmaar, Purmerend en Nijkerk werd het festival georganiseerd bij een reguliere sportvereniging; bij Emmen in het FC Emmen stadion. Uit de resultaten komt naar voren dat de locatie in Emmen bevorderlijk heeft gewerkt maar niet doorslaggevend is geweest in de beoordeling van de voorzieningen. Zo zijn alle deelnemers tevreden over de locatie waar zij aan het lokale Life Goals Festival hebben mogen deelnemen.

- Deelnemer 4, lokaal Life Goals Festival Purmerend

“Ik denk voor de mensen die dit niet gewend zijn dat het een positieve ervaring was. Vooral voor de mensen die niet op een sport hebben gezeten komt dit heel overweldigend over. Als je de voorzieningen ziet”

De voorzieningen en de mate van professionele facilitering wordt door de deelnemers onderschreven als aspect wat van invloed is op de continuering van hun sport- en bewegedrag.

Omgeven zijn met mensen

Uit de resultaten van de interviews wordt inzichtelijk dat het mechanisme om ook zonder of buiten het Life Goals programma te blijven sporten betrekking heeft op de aanwezigheid van anderen.

- Deelnemer 3, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

“Precies, ja. Dat is voor mij de hele activiteit, met hun bij een restaurant koffie drinken. Ik zet er mijn wekker voor en wordt vroeg wakker om met hun te sporten. Maar het idee is eigenlijk dat ik gewoon met die jongens ben, mijn vrienden. Want je sport eigenlijk altijd met anderen”

Deelnemer 3 onderschrijft dit door te spreken over zijn “vrienden” als in omgeven zijn door mensen. De aanwezigheid van mensen hoeft echter niet te betekenen dat het gaat om je ‘naasten’. Zie onderstaand citaat.

- Deelnemer 10, lokaal Life Goals Festival Nijkerk

“Ik drink soms ook wel een biertje na het sporten bij de zaalvoetbal maar die mensen zijn geen vrienden van mij. Ik doe het meer voor de sport en dat ik met mensen ben”

Het mechanisme van een lokaal Life Goals Festival is zo opgebouwd dat omgeven zijn met mensen een onderdeel is. Door de deelnemers wordt dit benadrukt. Omgeven zijn met mensen is van invloed op het sport- en bewegedrag van deelnemers en stimuleert dat zij ook zonder of buiten het Life Goals programma willen blijven sporten.

4.2.4 Outputs

Vervolgens wordt er vanuit de resultaten gekeken naar de directe resultaten van een lokaal Life Goals Festival op deelnemers.

Structuur

'Structuur' wordt door tal van deelnemers getypeerd als een aspect wat van invloed is voor de continuering van hun sport- en beweeggedrag.

- Deelnemer 3, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

"Vastigheid en structuur in sportactiviteiten is voor de doelgroep belangrijk. Maar ook voor mij hoor. Dat er altijd iemand is. Dat is van waarde voor hun"

Deelnemer 9 beaamt dit en stelt dat je door vastigheid en structuur "de vicieuze cirkel van negativiteit kan doorbreken". Door te sporten en deel te nemen aan wekelijkse sportmomenten en festivals krijg je structuur in je sport- en beweeggedrag en brengt het veranderingen teweeg.

Stip op de horizon

Merendeel van de deelnemers geeft aan dat zij behoefte hebben om ergens naartoe te werken. In dit geval een lokaal Life Goals Festival. Dit wordt onderschreven door deelnemer 6 aan de hand van onderstaand citaat.

- Deelnemer 6, lokaal Life Goals Festival Emmen

"Daar train en werk je naartoe. Ik ben in februari begonnen met trainen voor voetbal en dan is het leuk om dat in de praktijk uit te voeren. Zo'n festival is dan iets waar je naartoe werkt"

Ook wordt aangegeven door de deelnemers dat zij naarmate het festival vordert vaker aanwezig zijn bij wekelijkse sportmomenten, puur om beter naar het moment toe te kunnen werken.

- Deelnemer 9, lokaal Life Goals Festival Emmen

"Dat zijn momenten waar ik naartoe leef en dat stimuleert het nog meer dat ik wil sporten. Want sporten zorgt ervoor dat ik daaraan kan deelnemen"

Tot slot wordt door deelnemer 3, uitkomend in het lokale Life Goals Festival in Alkmaar, aangegeven dat een festival een graadmeter van je traject is, omdat je kan kijken hoe ver je als persoon en team bent gekomen.

- Deelnemer 3, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

"Dan kan je tijdens zo'n evenement kijken hoe ver je bent met je team en wat je tot dusver samen hebt opgebouwd. Een graadmeter in een traject, eigenlijk. Dat is voor mij persoonlijk een van de belangrijkste beweegredenen. Sportmomenten doordeweeks dragen er op langer termijn aan bij dat je ook zo'n evenement goed ingaat. Een festival is een cadeau van lang en hard werk tijdens de wekelijkse sportmomenten"

Een 'stip op de horizon' wordt door deelnemers als een aspect gezien wat invloed heeft op de continuering van hun sport- en beweeggedrag.

Socialiseren

De deelnemers hebben in een interview aangegeven dat zij een isolement ervaren. Een lokaal Life Goals Festival draagt eraan bij dat dit (tijdelijk) wordt opgeheven.

- Deelnemer 9, lokaal Life Goals Festival Emmen

"Zeker, het geeft een impuls aan je huidige contacten en dat is alleen maar goed. Veel deelnemers, waaronder ik, hebben te kampen gehad met verslavingen en dan zit je alleen maar in een isolement. Dan is het fijn om naar buiten te kunnen en met anderen te socialiseren"

Socialiseren heeft een positief effect op de deelnemers. Hierin wordt het verschil tussen een lokaal Life Goals Festival en reguliere sportverenigingen aangekaart. Bij een festival wordt er namelijk bemoedigend op elkaar gereageerd, waar dat bij een reguliere sportvereniging vaker negatieve uitingen kent.

Socialiseren is een mechanisme wat volgens deelnemers van invloed is op hun sport- en beweggedrag en stimuleert dat zij ook zonder of buiten het Life Goals programma willen blijven sporten.

Duurzame vriendschappen

Merendeel van de deelnemers heeft aangegeven dat zij nieuwe mensen hebben ontmoet en dat hun bestaande kringen zijn uitgebreid. Echter, er wordt ook inzichtelijk dat dit grotendeels niet heeft geleid dat deze mensen elkaar structureler zien, zowel niet in een informele of sportieve setting. Er is maar één enkel voorbeeld waar dit wel het geval is. Dit is bij deelnemer 3. Zo vertelt hij in een interview dat hij nu betaald werk heeft kunnen vinden en dat sport en het ontmoeten van sportgenoten ervoor heeft gezorgd dat hij nu staat waar hij staat.

- Deelnemer 3, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

"Ik heb een vriendengroep gekregen vanuit het sporten bij de sportactiviteiten en festivals en dat heeft ertoe bijgedragen dat ik nu sta waar ik sta. Ik ga op zondag lekker met hun koffie drinken en allemaal andere dingen"

Nieuwe mensen ontmoeten en het verbreden van bestaande kringen kan leiden tot duurzame vriendschappen. Dit mechanisme is volgens deelnemers van invloed op hun sport- en beweggedrag en stimuleert dat zij ook zonder of buiten het Life Goals programma willen blijven sporten.

4.2.5 Immediate outcomes op het sport- en beweggedrag

Daarnaast wordt er vanuit de resultaten gekeken naar de immediate outcomes van een lokaal Life Goals Festival op de deelnemers.

Plezier

Elke deelnemer heeft aan de hand van een interview aangegeven dat zij plezier hebben ervaren door deel te nemen aan een lokaal Life Goals Festival. Zo zijn er tal van deelnemers die ook toernooien hebben gevoetbald bij een reguliere sportvereniging en toch de voorkeur geven aan een lokaal Life Goals Festival.

- Deelnemer 4, lokaal Life Goals festival Purmerend

"Daar is de sfeer toch meer bepalend op basis van je voetbalniveau en dat maakt bij zo'n festival allemaal niet uit. Hier gaat het meer op plezier en dat vind ik toch wel fijner"

Daarnaast waren er tijdens de lokale Life Goals Festivals ook deelnemers die elke wedstrijd met grote uitslagen verloren maar uiteindelijk met een goed gevoel naar huis gingen vanwege het plezier wat zij

hadden ervaren. Tot slot waren er deelnemers die vrijwel geen een keer gevoetbald hadden en er aan het begin "onwennig" bijliepen. Aan het einde van de dag hadden zij enerzijds kennis opgedaan met betrekking tot voetbal en anderzijds plezier ervaren tijdens het beoefenen van een reeds nieuwe sport.

Uit de resultaten komt naar voren dat plezier wordt beoordeelt als aspect wat invloed heeft op de continuering van sport- en beweeggedrag van deelnemers.

Gezelligheid

Uit de resultaten is naar voren gekomen dat merendeel van de deelnemers hadden verwacht dat het lokale Life Goals Festival een sporttoernooi met gezelligheid zal worden. Onder deze deelnemers was het element 'gezelligheid' een meer heersende verwachting dan de daadwerkelijke sportactiviteiten.

Vanuit de deelnemers wordt aangegeven dat gezelligheid een aspect is wat invloed heeft op hun sport- en beweeggedrag.

Onderlinge sfeer

De ervaringen met betrekking tot de lokale Life Goals Festivals zijn positief-gestemd. Negen van de tien deelnemers onderschrijven dit. Gegeven redenen zijn dat iedereen vriendelijk richting elkaar was. Daarnaast was er onderling contact en was daar de ruimte voor.

- Deelnemer 2, lokaal Life Goals festival Alkmaar

"Vooraf de onderlinge sfeer tussen de teams hielp erg. Iedereen was vriendelijk richting elkaar"

De onderlinge sfeer wordt door de deelnemers aangegeven als aspect wat invloed heeft op hun de continuering van hun sport- en beweeggedrag.

Verbinding

In de resultaten wordt aangegeven dat het samen aan sport doen bevorderlijk werkt. Volgens deelnemer 3 zorgt gezamenlijk sporten dat er verbinding gemaakt wordt. Aanvullend hierop stelt deelnemer 3 dat het je sport- en beweeggedrag stimuleert en dat je het blijft doen, doordat anderen je aanzetten om door te gaan. Deelnemer 6 onderschrijft dit.

- Deelnemer 6, lokaal Life Goals Festival Emmen

"Ja, dat is bij mij wel doorslaggevend. Ik denk als ik zelfstandig zou gaan sporten dat ik er veel sneller mee zou gaan stoppen. Ik loop zelf wel zelfstandig hard maar met iemand erbij blijf je toch gaan"

Naast dat samen sporten ervoor zorgt dat je het blijft doen, wordt er ook een andere reden gegeven. Het samen sporten zorgt überhaupt voor betrokkenheid.

- Deelnemer 6, lokaal Life Goals Festival Emmen

"Vooraf bij mensen die wat minder goed in hun vel zitten of onzeker zijn is dat gevoel van samen sporten belangrijk, want je neemt ergens aan deel. Je wordt betrokken. Dan praat je eigenlijk wel over drempels die overwonnen worden"

Onder de deelnemers wordt ook gesproken over het verkrijgen van groepsgevoel door samen te sporten.

- Deelnemer 7, lokaal Life Goals Festival Emmen

"We hebben alles verloren dus totaal niet gepresteerd. Maar gewoon het samen zijn en samen er naartoe werken. Groepsgevoel is belangrijk, want voor mij mist dat als ik weer naar huis ga. Dan ben ik weer alleen"

Daarnaast stelt deelnemer 5 dat samen aan sportbeoefening doen onderlinge communicatie en contactlegging stimuleert, zelfs met mensen die je op voorhand niet kende of pas net hebt ontmoet. Tot slot wordt aangegeven dat het sporten zonder anderen ook minder leuk bevonden wordt.

Vanuit de deelnemers wordt inzichtelijk dat het aspect 'verbinding' van invloed is op de continuering van hun sport- en beweggedrag.

Sociaal contact

In de resultaten van de interviews wordt aangegeven dat deelnemers het sociale contact als belangrijk aspect ervaren.

- Deelnemer 2, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

"Het sociale contact met de andere deelnemers. Mensen die vriendelijk tegen mij doen. Vroeger waren mensen altijd wel onaardig tegen mij en dan krijg ik wel energie als mensen nu wel aardig tegen mij zijn"

Het sociale contact onderling zorgt ook dat deelnemers banden met elkaar aangaan en nieuwe mensen leren kennen.

- Deelnemer 9, lokaal Life Goals Festival Emmen

"Door de onderlinge banden. Iedereen was ook weer blij om elkaar te zien. Dat zorgt wel dat de sfeer gemaakt wordt. En ervoor zorgen dat iedereen zich welkom voelt"

Uiteindelijk zal het sociale contact bij moeten dragen aan een sociaal netwerk, iets wat merendeel van de deelnemers voorafgaand aan een festival nog niet hadden. Dit zorgt ervoor dat sociaal contact als aspect wordt gezien wat invloed heeft op het sport- en beweggedrag van deelnemers.

Saamhorigheid

Uit de interviews komt naar voren dat 'saamhorigheid' een belangrijk aspect is wat invloed heeft op het sport- en beweggedrag van deelnemers. Zo wordt dit door merendeel van de deelnemers benoemd.

- Deelnemer 9, lokaal Life Goals Festival Emmen

"Wat voornamelijk belangrijk is, is het gelukmoment want je deelt met anderen. Die saamhorigheid. Iedereen had een leuke dag gehad, dat hoorde ik ook terug in het busje. We gingen er lekker met z'n allen een dagje op uit. Dan creëer je onderling ook wel een band, als je met iedereen erop uitgaat"

Gegeven redenen zijn dat deelnemers het belangrijk vinden om het gevoel te hebben dat zij bij een bepaalde groep horen, in dit geval andere deelnemers van het lokale Life Goals Festival. Volgens deelnemers maakt dit de sfeer en geeft dit hen het gevoel van "gezelligheid" en "thuis voelen".

Teamverband

Een ander belangrijk aspect wat volgens deelnemers van invloed is op hun sport- en beweggedrag is 'teamverband'. Hiervoor werd benoemd dat deelnemers het gevoel willen hebben om ergens bij te horen.

Teamverband is een stap verder, namelijk de samenhang die van een verzameling individuen een groep maakt en daarbinnen fungeert.

- Deelnemer 1, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

"Nou, ik merkte heel erg dat ik het teamverband heb gemist en dat kwam heel erg terug in de voetbalactiviteit. Ik had het zelfs zo erg gemist dat ik na het festival erover zat na te denken om weer bij een reguliere sportvereniging te gaan sporten"

Het samen met een team ergens naartoe werken en ergens voor spelen wordt aangegeven door deelnemers belangrijk te zijn, omdat het een onderlinge band scheidt en een wedstrijdgevoel geeft. Daarnaast geeft het energie.

- Deelnemer 4, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

"Ook goed om met teamgenoten te sporten en bewegen. Daar was ook wel een paar jaar overheen gegaan. Zoals je weet zat ik vroeger op voetbal maar dat was echt heel lang terug, iets van 25 jaar geleden. Het gaf wel een aparte soort van chemie onder elkaar. Je zat met elkaar in de kleedkamer, je voor te bereiden op de wedstrijd"

Positieve associatie met sport

In de resultaten wordt aangegeven dat de deelnemers na deelname aan het lokale Life Goals Festival een positieve associatie met sport hebben gekregen.

- Deelnemer 4, lokaal Life Goals Festival Purmerend

"Het bracht weer plezier bij mij naar boven. Ik voelde me net weer een kind, zo vrij. Ik voelde me net een achttienjarige die dacht dat hij Messi was"

Een positieve associatie met sport zorgt, als mechanisme, dat het deelnemers stimuleert om ook zonder of buiten het Life Goals programma te gaan sporten.

Vertrouwen

Een ander mechanisme wat deelnemers aan moet zetten om zonder of buiten het Life Goals programma te sporten en wat voortkomt uit het lokale Life Goals Festival is 'vertrouwen'. Zo ervaren een paar respondenten dat zij meer vertrouwen hebben gekregen na deelname aan het festival.

- Deelnemer 2, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

"Nu doe ik het wel, omdat ik nu ook meer durf en stoerder ben geworden. Ik ervaar over het algemeen meer vrijheid om het te kunnen doen, sporten"

Volgens deelnemers overwinnen zij drempels door (überhaupt) aanwezig te zijn op het betreffende festival en zorgt dit voor ontwikkelingen op breder vlak.

4.2.6 Immediate outcomes op ander gedrag

Naast dat een lokaal Life Goals Festival al dan niet directe effecten op het sport- en beweeggedrag van deelnemers heeft, komen er ook directe effecten op ander gedrag naar voren.

Lokale Life Goals Festivals als bron van hulp voor het dagelijks functioneren

Uit de resultaten komt naar voren dat elke deelnemer hulp uit het lokale festival heeft gekregen voor het functioneren in het dagelijks leven. Op de vraag of een lokaal Life Goals Festival helpt in het dagelijks functioneren van deelnemers wordt unaniem aangegeven dat dit voor elke deelnemer van toepassing is.

- Deelnemer 10, lokaal Life Goals Festival Nijkerk

"Het is toch een memorabele dag waar je mentale houvast aan hebt"

Deelnemers geven aan dat het samen sporten en de gezellige sfeer tijdens het festival bijdraagt aan enthousiasme voor sport en het opdoen van een leuke sportervaring. Daarnaast zorgt het voor afleiding van huidige problemen en geeft het motivatie om al dan niet structureler of vaker te gaan sporten.

- Deelnemer 2, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

"Ik heb ervaren hoe sport verenigd en plezier opbrengt bij mezelf en bij anderen"

Tot slot wordt aangegeven dat een festival zorgt voor ontwikkeling op verschillende vlakken waaronder het contact leggen en praten met mensen.

- Deelnemer 10, lokaal Life Goals Festival Nijkerk

"Ik vind het voetballen erg leuk maar bij mij gaat het toch wel echt om dat sociale aspect, het sociaal bezig zijn en het contact leggen met anderen"

Uit de resultaten is naar voren gekomen dat elke deelnemer een positieve ervaring heeft gehad met betrekking tot het lokale Life Goals Festival.

Gevoel na afloop van een lokaal Life Goals Festival

Aan de deelnemers werd gevraagd hoe zij zich voelden na afloop van het lokale Life Goals Festival. De meningen waren, in positieve zin, gelijkgestemd. Zo geeft elke deelnemer aan dat het zich vermoeid maar voldaan voelde. Een enkeling was in een euforische stemming en gaf aan dat ze "enthousiast" waren en het "geweldig" vonden.

- Deelnemer 9, lokaal Life Goals Festival Emmen

"Ik heb er een goed gevoel aan overgehouden. Fijn dat ik de kans heb gekregen dit mee te mogen maken"

Gegeven redenen hiervoor zijn dat de sfeer goed was en dat er mensen uit verschillende delen van Nederland waren om gezamenlijk te sporten. Daarnaast wordt aangegeven dat het op de deelnemers ontspannend werkte en dat zij hun energie kwijt konden.

- Deelnemer 5, lokaal Life Goals Festival Purmerend

"Het zorgt ervoor dat ik mijn emoties en energie kwijt kan in het veld. Het werkt ontspannend voor mij. Ik ben best een stresskip maar het zorgt er wel voor dat het minder wordt"

Tot slot wordt het teamverband aangekaart, waarin het omgaan met winst en verlies gedeeld kon worden.

- Deelnemer 4, lokaal Life Goals Festival Purmerend

"Zoals je weet zat ik vroeger op voetbal maar dat was echt heel lang terug, iets van 25 jaar geleden. Het gaf wel een aparte soort van chemie onder elkaar. Je zat met elkaar in de kleedkamer, je voor te bereiden"

op de wedstrijd met je team. Dat teamverband heb ik erg gemist. Je doet het samen, ongeacht je wint of verliest"

Eerdergenoemde resultaten geven aan dat elke deelnemer een positieve ervaring heeft opgedaan met betrekking tot het lokale Life Goals Festival.

4.2.7 Intermediate outcomes

Tot slot wordt er gekeken naar de resultaten die betrekking hebben op de intermediate outcomes. Dit gaat over veranderingen in (sport)gedrag van deelnemers, aangetoond na één maand.

Intentie om te gaan sporten

Merendeel van de deelnemers geeft aan vaker mee te willen doen aan een lokaal festival of wekelijks sportmoment, door het enthousiasme ten aanzien van sport wat is voortgekomen uit het lokale Life Goals Festival waaraan zij hebben deelgenomen.

- Deelnemer 7, lokaal Life Goals Festival Emmen

"Ja, ik wil vaker deelnemen aan sportactiviteiten van de organisatie. Als ik de mogelijkheid daartoe krijg ga ik dat uit mezelf ook wel doen"

Zo komt uit de resultaten naar voren dat een deel van de deelnemers aangeeft dat een lokaal Life Goals Festival, in haar algemeenheid, hen aanzet tot sporten en bewegen. Dit wordt door de helft van de respondenten benadrukt.

- Deelnemer 3, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

"Ik wil gewoon lekker onder de mensen zijn en sporten. Ik weet waar ik vandaan kom en de evenementen hebben ervoor gezorgd dat ik nu deze stap heb kunnen maken"

De overige deelnemers stellen dat er geen verschil in hun sport- en beweeggedrag zal komen.

Redenen om te sporten

Uit de resultaten komt naar voren dat er meerdere redenen zijn wat deelnemers stimuleert om vaker te gaan sporten. De deelnemers geven aan dat ze fit willen blijven en conditie op willen bouwen. Een andere reden is dat er gesport wordt voor de gezelligheid.

Hoewel eerst naar voren kwam dat tal van deelnemers door het festival aangezet werden om te gaan sporten, is een eventuele toename in hun sport- en beweeggedrag hier niet toe te leiden. Dit wordt door elke deelnemer onderschreven.

- Deelnemer 10, lokaal Life Goals Festival Nijkerk

"Dat weet ik niet, dat vind ik lastig. Ik heb wel meerdere festivals meegemaakt maar ik denk nou niet dat ik daardoor vaker ben gaan sporten. Ik ga er wel graag heen, dat wel"

Zelfstandig sporten

Eerder werd benoemd dat een deel van de deelnemers intenties heeft om te gaan sporten, al dan niet aangezet door een lokaal Life Goals Festival. Uit de resultaten is naar voren gekomen dat tal van deelnemers aangeven zelfstandiger te willen gaan sporten na deelname aan het lokale Life Goals Festival. Merendeel van de deelnemers beaamt dit. Gegeven redenen hiervoor zijn dat de deelnemers het als een

leukere motivatie ervaren om naar een festival toe te kunnen werken en dat het gezelligheid en een gevoel van fitheid met zich mee brengt.

Directe effecten afkomstig van het lokale Life Goals Festival

Vanuit de interviews komt naar voren dat merendeel van de deelnemers aangeeft dat zij directe effecten ervaren die invloed hebben op de continuering van hun sport- en beweeggedrag. Zo zijn drempels weten te vervallen.

- Deelnemer 2, lokaal Life Goals Festival Alkmaar

“De drempel is nu minder groot geworden, want ik heb gemerkt dat ik het nog kan en het goede gevoel weer op kan zoeken aan de hand van sport”

Andere redenen zijn dat het lokale Life Goals Festival een mentale boost heeft gegeven en dat het vreugde, vrijheid ontspanning heeft gerealiseerd. Daarnaast heeft het deelnemers aangezet tot het stellen van doelen wat betreft sport en bewegen.

Sportgedrag voorafgaand aan het lokale Life Goals Festival

Aan de deelnemers werd gevraagd hoe vaak zij de afgelopen week aan sport hebben gedaan. Uit de resultaten komt naar voren dat er gemiddeld tussen de één en drie keer per week wordt gesport, verschillend in sportactiviteiten.

Sportgedrag één maand na het lokale Life Goals Festival

Eén maand eerder werd aan de deelnemers gevraagd of zij verwachtten vaker te gaan sporten. Uit de resultaten van de tweede meting komt naar voren dat maar een klein deel echt vaker is gaan sporten. De overige deelnemers geven aan dat hun sport- en beweeggedrag gelijk of zelfs is afgenomen. Gegeven redenen hiervoor zijn dat deelnemers van zichzelf vinden dat zij al voldoende per week sporten, terwijl sommige aangeven er geen motivatie of tijd voor te hebben.

Uit de resultaten komt naar voren dat er een verschil is opgetreden in het sport- en beweeggedrag van deelnemers. Uit de eerste en tweede meting is op te maken dat het sport- en beweeggedrag van deelnemers gelijk of zelfs afgenomen is na deelname aan een lokaal Life Goals Festival.

5. Analyse

In dit hoofdstuk wordt de analyse gepresenteerd aan de hand van de resultaten die uit het kwalitatief en kwantitatief onderzoek zijn voortgekomen. Aan de hand van het theoretisch model wordt uiteengezet hoe enerzijds de verwachtingen en ervaringen van deelnemers en anderzijds de uitgangspunten en aannames van lokale organisatoren en landelijke programmamakers zich tot elkaar verhouden. Dit wordt per aspect uit de ToC behandeld.

5.1 Design

Het eerste aspect wat behandeld wordt, is 'design'. Design is het eerste aspect wat volgens de ToC van belang is om de effectiviteit van interventies te analyseren. Design heeft betrekking op de wijze waarop de interventie wordt georganiseerd en is ingericht. Bij dit aspect wordt alleen gekeken hoe de resultaten van de landelijke programmamakers en lokale organisatoren zich tot elkaar verhouden.

Het eerste punt waar overeenstemming over is, is de verandering van verantwoordelijkheden van de landelijke programmamakers naar lokale organisatoren. Deze decentrale aanpak, ook wel het streven van een organisatie naar het zo veel mogelijk laten besturen vanuit andere punten of organen, is drieledig. Ten eerste is de decentralisatie ingezet, omdat het structureel organiseren van (grootschalige) festivals tijd en energie kost. Aanvullend hierop heeft Life Goals weinig bezetting qua personeelsuren om dit uit te voeren.

Ten tweede, gekeken naar de hoofdoelstelling, is de ambitie steeds meer om te faciliteren in het structureel aanbod van wekelijkse sportmomenten in plaats van het organiseren van festivals.

Ten derde kunnen de lokale coördinatoren en organisatoren beter inspelen op de behoeftes van de deelnemers voor het organiseren van de lokale festivals, omdat zij de deelnemers wekelijks zien. Hierdoor kan er behoeftegericht te werk worden gegaan. Vanuit de lokale organisatoren worden de eerste twee punten die als uitgangspunt gelden voor de landelijke programmamakers onderschreven; het laatste punt echter niet. Zo geven de meeste lokale organisatoren aan dat zij wel de activiteiten vormgeven zoals het ook altijd bij wekelijkse sportmomenten is, maar dat zij geen inzicht hebben of dit daadwerkelijk aansluit op de behoefte van de deelnemers. Dit duidt erop dat de behoeftes van de deelnemers niet volledig in beeld gebracht is.

Bij het tweede punt hebben de lokale organisatoren in de resultaten aangegeven dat zij 'samenwerking' belangrijk vinden voor het aanbrengen van continuïteit in het sport- en beweeggedrag van deelnemers. Het oogpunt van de lokale organisatoren is dat door samenwerkingen aan te gaan met enerzijds lokale sport- en welzijnsinstellingen en anderzijds Life Goals programma's de participatie bij festivals toe zal nemen.

Het volgende punt heeft betrekking op het spelplezier. Uit de resultaten wordt namelijk inzichtelijk dat spelplezier belangrijker is dan winnen. Dit aspect wordt tevens ingezet bij de lokale Life Goals Festivals. Hoewel de respondenten onderschrijven dat het competitie-element belangrijk is, moet dat bij de sportactiviteiten tijdens het festival genuanceerd worden. Een middel wat hiervoor wordt ingezet zijn scheidsrechters die ervaring hebben met de doelgroep. Zo benoemen de scheidsrechters expliciet geen uitslagen tijdens de wedstrijden en geven ze positieve feedback. Daarnaast wordt er ingespeeld op Fairplay en worden deze regels zowel door scheidsrechters als begeleiders gehanteerd. Als aanvulling om sportiviteit te bevorderen, worden er prijzen uitgedeeld met betrekking tot Fairplay en 'Speler van het Toernooi'. Deze prijzen hebben als doel om sportiviteit uit te dragen. Hoewel materialistische beloningen niet toegepast worden, werken eerdergenoemde prijzen juist bevorderlijk, stellen lokale organisatoren aan de hand van observaties. Volgens de lokale organisatoren hechten de deelnemers namelijk waarde aan

de symbolische betekenis van het ontvangen van een prijs. Dit wordt onderschreven door de landelijke programmamakers, die stellen dat het competitie-element de afgelopen jaren intentioneel afgezwakt is door eerdergenoemde middelen. Omdat de verschillen in niveau en perceptie van spelplezier door het competitie-element anders te groot werden, is ervoor gekozen om de competitieve kant of het zwaardere competitie-element uit de festivals te halen.

Het vierde punt waarin landelijke programmamakers en lokale organisatoren eensgezind zijn is dat het design betrekking moet hebben op een (nader te bepalen) punt in de toekomst om naartoe te werken, in dit geval een festival. Vanuit de respondenten wordt aangegeven dat de doelgroep behoefte heeft aan duidelijkheid, zo ook voor het moment wanneer een lokaal Life Goals Festival gaat plaatsvinden. Volgens zowel de landelijke programmamakers en lokale organisatoren heeft dit invloed op de sportparticipatie van de wekelijkse sportmomenten. Nadat aangegeven is wanneer een lokaal Life Goals Festival plaatsvindt, neemt de sportparticipatie namelijk toe. Vanuit de respondenten zijn meerdere uitgangspunten gekomen voor de toename in sportparticipatie.

Ten eerste willen de deelnemers met hun eigen team goed presteren op het lokale Life Goals Festival. Dit zorgt ervoor dat zij goed op elkaar ingespeeld moeten zijn, wat betekent dat zij vaker met elkaar moeten gaan trainen.

Ten tweede willen de deelnemers fit aan de aftrap van het festival verschijnen, waardoor zij vaker naar de training moeten komen om überhaupt fit te worden.

Ten derde worden de deelnemers pas naar een festival meegenomen als zij veelvuldig hebben getraind. Dit zorgt ervoor dat zij wel deel moeten nemen aan een training, want anders worden deze deelnemers niet opgesteld, laat staan meegenomen naar het betreffende festival.

Het vijfde punt heeft betrekking op 'ontmoetingen'. Uit de resultaten wordt ook verondersteld dat ontmoetingen een belangrijk aspect is wat in elke activiteit verwerkt moet zijn. Dit element wordt door zowel landelijke programmamakers als lokale organisatoren als middel ingezet om de beoogde outputs te realiseren. Door aspecten van ontmoeten en aangaan van sociale contacten te verwerken in de sportactiviteiten tijdens het festival, wordt beoogd dat deelnemers uit hun isolement treden en nieuwe mensen ontmoeten. Aanvullend wordt geambieerd dat eerdergenoemde deelnemers contact blijven houden met elkaar en op langere termijn structureel met elkaar gaan sporten.

5.2 Input

Het tweede aspect wat vanuit de ToC wordt behandeld, is 'input'. Input is het tweede aspect wat volgens de ToC van belang is om de effectiviteit van interventies te analyseren. In deze subparagraaf wordt eveneens alleen de resultaten van de lokale organisatoren en landelijke programmamakers besproken. Input zijn de middelen die worden ingezet ter verwezenlijking van beoogde 'outputs' en worden gebruikt bij de programmering van 'activities'.

Het eerste middel wat ingezet wordt zijn coaches en begeleiders. De lokale organisatoren hebben inzichtelijk gemaakt dat dit een onlosmakelijk aspect van sport- en beweggedrag is, zo niet essentieel. De lokale organisatoren zien namelijk een begeleider of coach als motiverende factor in het sport- en beweggedrag. Zonder begeleider of coach vindt er geen participatie in sport plaats, vooral niet in de beginfase van het sport- en beweggedrag. Naast dat een begeleider of coach moet motiveren, stuurt en controleert degene ook. De ontwikkeling moet immers gewaarborgd blijven. Zo wordt dit ook gezien door de landelijke programmamakers, die tal van voordelen noemen door het aanstellen van vaste aanspreekpunten.

Het eerste voordeel is dat de coördinator beter zicht heeft op de behoefte van de deelnemers. Dit betekent dat er een aanbod gecreëerd kan worden wat passend is voor de doelgroep.

Het tweede voordeel is het overdragen van de beoogde cultuur. Life Goals ambieert veranderingen in (sport)gedragingen van deelnemers aan te brengen. Doordat er gewerkt wordt met een vast netwerk van coördinatoren, is er meer grip gekomen op wie er lokaal verantwoordelijk is. Vanwege de vaste aanspreekpunten en korte lijntjes is het mogelijk om dit over te brengen aan de coördinatoren en vervolgens op de deelnemers. Daarnaast kan een norm stellen hoe te gedragen hierdoor ook gemakkelijker uitgezet worden.

Het derde voordeel is het overbrengen van enthousiasme over de wekelijkse sportmomenten en festivals. Zo is er unanimitéit over het belang van enthousiasme van de coördinator of coach in relatie tot sportparticipatie. De landelijke programmamakers en lokale organisatoren herkennen namelijk een patroon. Er komt unaniem naar voren dat de mate van enthousiasme van de coördinator of coach veelvuldig wordt overgedragen op de deelnemers en dat dit doorslaggevend kan zijn voor deelname aan de lokale Life Goals Festivals. Er wordt zelfs gesteld dat als een team vaker meedoet in het jaar met festivals en daar ook vaker naartoe werkt, dit draagt bij aan het bevorderen van sportparticipatie.

Uit de resultaten is naar voren gekomen dat het uitgangspunt van de landelijke programmamakers en de beoogde resultaten van lokale organisatoren met betrekking tot 'kennismaken met sport' overeenkomen. Zo veronderstellen eerdergenoemden dat een eerste kennismaking met sport en de manier waarop dit wordt vormgegeven belangrijk is. De doelgroep kan immers niet inhaken op regulier sportaanbod, waardoor de activiteiten op maat aangeboden dienen te worden. Volgens de respondenten moeten de activiteiten laagdrempelig georganiseerd worden, omdat de deelnemers voornamelijk niet-sporters zijn. De input is achtergrondinformatie van de doelgroep voor het vormgeven van de activiteiten, wat idealiter op te vragen is bij de coaches en begeleiders van de doelgroep.

Tot slot is inzichtelijk geworden dat 'samenwerkingen' onderling als middel wordt ingezet onder de lokale organisatoren. Dit uitgangspunt maakt duidelijk dat door onderlinge samenwerkingen aan te gaan, enerzijds wordt ingespeeld op de werving van deelnemers die anders buiten het Life Goals programma zouden vallen en anderzijds het delen van informatie over de behoeftes van deelnemers met betrekking tot hun interesses in sportactiviteiten. De landelijke programmamakers hebben hier niks over gezegd.

5.3 Assumptions

Het volgende aspect wat aan de hand van de ToC behandeld wordt is 'assumptions'. De assumptions hebben betrekking op de veronderstelde effecten over de lokale Life Goals Festivals van enerzijds de landelijke programmamakers en lokale organisatoren als anderzijds de deelnemers waaruit de programmering van activiteiten voortkomt. Aanvullend wordt ook gekeken of dit in verhouding staat met de ervaringen en verwachtingen van deelnemers.

Het eerste punt waar uit de resultaten overeenstemming over is, is een 'stip op de horizon'. Dit wordt door de deelnemers aangegeven. Zij stellen dat een moment om naartoe te werken stimulerend werkt voor enerzijds hun motivatie en doorzettingsvermogen als anderzijds hun sportplezier. Zo wordt dit ook gezien door de landelijke programmamakers, die aangeven dat de kern van een festival is dat je individueel of met je team ergens voor traint en naartoe leeft. Het uitgangspunt is dan ook dat naarmate het festival nadert, de deelnemers vaker aanwezig zijn bij de wekelijkse sportmomenten. Om dit te stimuleren, worden er door de lokale organisatoren afspraken gemaakt over de inzet en aanwezigheid bij wekelijkse sportmomenten om deel te mogen nemen aan het festival. Hierin geven de deelnemers aan dat zij structureler naar wekelijkse sportmomenten willen om deel te mogen nemen aan het aankomend

festival. Deze trend wordt erkend door de lokale organisatoren. Voor de activiteiten betekent dit dat in de interventie wordt gekozen voor wekelijkse sportmomenten die toewerken naar een periodiek festival.

Een ander punt waar overeenstemming over is gaat over de plezierfactor binnen de festivals en de daarvoor veronderstelde verwachtingen. Zo waren de verwachtingen van merendeel van de deelnemers dat het festival gezelligheid en plezier teweeg zal brengen. Onder deze deelnemers was het element 'gezelligheid' een meer heersende verwachting dan de daadwerkelijke sportactiviteiten. Dit is gebleken uit de tweede meting, waarin elke deelnemer heeft aangegeven dat zij plezier hebben ervaren tijdens het festival en enthousiast zijn geraakt over sport en bewegen. Het beoogde resultaat van de landelijke programmamakers was dat de deelnemers een positieve associatie met sport zouden creëren, wat door bovenstaand gegeven bevestigd wordt. Het beoogde resultaat van de lokale organisatoren is dat deze positieve associatie wordt omgezet in continuïteit in het sport- en beweeggedrag van deelnemers en dat plezier belangrijk is voor de continuïteit van sporten en bewegen.

Een volgend punt waar overeenstemming over is, is het belang van een coach of begeleider. Tal van deelnemers hebben aangegeven dat zij nog niet instaat zijn zelfstandig te kunnen sporten. Dit is zelfs van toepassing op de deelnemers die wel zelfstandig kunnen sporten. Deze deelnemers stellen dat, hoewel ze wel zelfstandig kunnen sporten, het toch een stok achter de deur is dat je weet dat er altijd een coach of begeleider aanwezig is om de wekelijkse sportmomenten te leiden. Zo zorgt de aanwezigheid van een coach of begeleider voor vastigheid en structuur. Om de deelnemers enthousiast te houden betreffende sport moet er structuur aangebracht worden in de momenten dat er gesport wordt. De deelnemers hebben wel aangegeven dat zij graag nog meer betrokken en geïnformeerd willen worden om het gevoel van eigenaarschap te krijgen. Vanuit de landelijke programmamaker en lokale organisatoren wordt het belang van een coach of begeleider ook onderschreven. Er wordt zelfs gesteld dat in de beginfase van sportdeelname het uitgesloten is dat een deelnemer alleen gaat sporten, omdat er altijd iemand aanwezig dient te zijn om hun aan te zetten tot sport.

Vanuit de resultaten is ook naar voren gekomen dat deelnemers een festival zien als 'bron van hulp'. Eén van de aangegeven redenen is dat een festival zorgt voor ontwikkeling op meerdere vlakken, waaronder het omgaan en contact leggen met elkaar. Dit komt overeen met het beoogde resultaat van de landelijke programmamakers die een transitie onder de deelnemers willen bewerkstelligen met betrekking tot het benaderen van personen. Zo moet er een cultuur gecreëerd worden, en gewaarborgd blijven, waarbinnen deelnemers op een prettige en veilige manier kunnen sporten en dit ook voor anderen bevorderen.

Tot slot wordt uit de resultaten inzichtelijk dat de mate van kwetsbaarheid van invloed is op het sport- en beweeggedrag van deelnemers. De landelijke programmamakers zien een trend hoe kwetsbaarder de deelnemer, hoe moeilijker degene aan te zetten is tot sport. De deelnemers geven aan dat zij barrières ervaren in hun dagelijks functioneren in de samenleving, zo ook om te gaan sporten bij de wekelijkse sportmomenten en festivals. Echter, eenmaal de drempel over, is er een gestage ontwikkeling te constateren. Zo onderschrijven de deelnemers dat zij meer uit hun comfortzone durven te treden en sociale contacten aangaan met mensen. Dit kan betekenen dat de festivals bij kunnen dragen aan het minder kwetsbaar maken van deelnemers en een verbetering van hun dagelijks functioneren in de maatschappij.

5.4 Activities

Het volgende aspect wat aan de hand van de ToC behandeld wordt is 'activities'. Activities is het derde aspect wat volgens de ToC van belang is om de effectiviteit van interventies te analyseren. Activities zijn

alle activiteiten die door de landelijke programmamakers & lokale organisatoren worden georganiseerd binnen het design en met behulp van de input om het doel van de interventie te bereiken. De deelnemers hebben hier vervolgens in de resultaten een beoordeling van gedaan.

Het eerste punt dat de resultaten aantonen is dat er vanuit de lokale organisatoren en landelijke programmamakers bewust een keuze is gemaakt om voetbal als hoofdactiviteit aan te bieden bij de lokale festivals. Gegeven redenen hiervoor zijn dat voetbal de grootste sport in Nederland is en makkelijk in de beoefening ervan is. Daarnaast is voetbal de sport die het vaakst bij de wekelijkse sportmomenten gedaan wordt en krijgen de lokale organisatoren te horen dat er animo voor voetbal is. Dit wordt bevestigd door merendeel van de deelnemers, die stellen dat zij het liefst voetbal als hoofdactiviteit zien. Mochten de deelnemers uiteindelijk niet tevreden zijn met de activiteiten dan kunnen zij dit aangeven bij de begeleider. De lokale organisatoren geven echter aan dat zij niet op de hoogte zijn of de deelnemers dit weten. Dit duidt erop dat de behoefte van de deelnemers ten behoeve van de activiteiten niet volledig in beeld gebracht is.

Naast de hoofdactiviteit worden er ook side-events georganiseerd. Vanuit de landelijke programmamakers is dit expliciet in de strategie benoemd. Echter, de meerderheid van de lokale organisatoren ziet geen meerwaarde. Hoewel de side-events bij moeten dragen aan een verscheidenheid van sportactiviteiten, wordt hier door de deelnemers geen gebruik van gemaakt en maakt het dat de side-events niet als meerwaarde dienen. Inzichtelijk wordt dat de deelnemers geen interesse in side-events hebben, mits het raakvlakken met voetbal heeft. Voor de niet-voetballers kan het wel meerwaarde hebben, alleen geven deze deelnemers aan dat zij geen affiniteit met de side-events hadden. Dit bevestigt het eerdergenoemde resultaat dat de behoefte niet volledig in beeld gebracht is. Daarnaast wordt door de vrouwelijke deelnemers aangekaart dat er geen side-events voor kinderen zijn. Dit beperkte aanbod of de specifieke keuze van de landelijke programmamakers & lokale organisatoren om ander aanbod te organiseren kan in relatie staan met de beperkte aanwezigheid van vrouwelijke deelnemers in het algemeen. Vanuit de resultaten wordt namelijk enkel inzichtelijk waarom er side-events gerelateerd aan voetbal georganiseerd worden; niet voor ander aanbod. Hoewel side-events voor kinderen in eerste instantie niet georganiseerd wordt door zowel Life Goals als haar samenwerkingspartij kan dit wel interessant zijn om de participatie van vrouwen bij festivals te stimuleren.

De resultaten hebben bij het tweede punt een relatie aangetoond tussen 'kennismaken met sport' en 'samen sporten'. Zo is inzichtelijk geworden dat landelijke programmamakers en lokale organisatoren de sportactiviteiten bij festivals op laagdrempelige manier georganiseerd hebben, omdat de doelgroep voornamelijk uit niet-sporters bestaan. Volgens het uitgangspunt van de landelijke programmamakers en lokale organisatoren moeten de sportactiviteiten aspecten van 'ontmoetingen' en 'samen sporten' bevatten die enthousiasme ten aanzien van sport bij de deelnemers teweeg brengt. Zo worden de festivals gezien als plek van samenkomst voor de meest kwetsbaren in de samenleving in de breedste zin van het woord. Door te sporten met gelijkgestemden heeft elke deelnemer het gevoel om onderdeel te zijn van de 'Life Goals-familie'. Het uitgangspunt is dat dit bevorderend werkt voor de sociale cohesie en groepsverband. De deelnemers bevestigen dit en stellen dat het samen aan sportbeoefening doen, zorgt voor groepsgevoel en volharding van sport- en beweeggedrag, voornamelijk als dit met 'soortgelijken' is. Met soortgelijken worden personen in kwetsbare posities bedoeld.

Uit de resultaten is inzichtelijk geworden dat er een verschil in uitgangspunt en ervaring is met betrekking tot het competitie-element in verhouding met teamverband. Zo stellen de landelijke programmamakers dat elke sporter wil winnen en dat het competitie-element motiverend is maar dit in beide gevallen niet leidend moet zijn. Dit wordt door merendeel van de lokale organisatoren bevestigd, wat ertoe heeft geleid dat het competitie-element intentioneel is afgezwakt. De deelnemers stellen echter dat het creëren van

teamverband juist in bepaalde mate wordt versterkt door de aanwezigheid van het competitie-element. Hoewel deelnemers aangeven dat zij alsnog spelplezier boven sportieve prestaties verkiezen, geven zij aan dat het competitie-element hun sport- en beweeggedrag prikkelt.

Eerder kwam naar voren dat het competitie-element in bepaalde mate het sport- en beweeggedrag prikkelt, maar dat spelplezier nog steeds belangrijker is. Uit de resultaten wordt dit onderschreven door de deelnemers en is in overeenstemming met de aanname van de landelijke programmamakers & lokale organisatoren. Om spelplezier te stimuleren en daarmee continuïteit in het sport- en beweeggedrag te verwezenlijken worden activiteiten georganiseerd die enerzijds op maat en anderzijds op basis van de affiniteit van deelnemers zijn. Op basis hiervan en het eerdere gegeven dat het competitie-element in bepaalde mate het sport- en beweeggedrag prikkelt komen de activiteiten tot stand. De deelnemers zijn grotendeels tevreden over de manier waarop de activiteiten tot stand komen. Het enige wat ontbreekt is meer inspraak in het tot stand komen van de betreffende activiteit.

De resultaten hebben aangetoond dat een lokaal Life Goals Festival als bron van hulp voor het dagelijks functioneren gezien kan worden voor deelnemers. Eén van de aangegeven redenen is dat een festival zorgt voor ontwikkeling op meerdere vlakken, waaronder het omgaan en contact leggen met elkaar. Dit komt overeen met het beoogde resultaat van de landelijke programmamakers die een transitie onder de deelnemers willen bewerkstelligen met betrekking tot het benaderen van personen. Zo moet er een cultuur gecreëerd worden, en gewaarborgd blijven, waarbinnen deelnemers op een prettige en veilige manier kunnen sporten en dit ook voor anderen bevorderen. Een veilig sportklimaat enerzijds en het omgaan en contact leggen met elkaar anderzijds worden vanuit de landelijke programmamakers & lokale organisatoren gestimuleerd door activiteiten te organiseren waar teamverband en elementen zoals sportiviteit & respect centraal staan.

Tot slot is te stellen dat het gebruik van begeleiders en coaches bij de activiteiten invloed heeft op het sport- en beweeggedrag van deelnemers. Begeleiders en coaches hebben volgens de landelijke programmamakers en lokale organisatoren als doel om te motiveren, ondersteunen en sturen. Dit wordt bevestigd door deelnemers. Zij stellen dat hun begeleider of coach motiveert en vertrouwen geeft om als deelnemer te kunnen ontwikkelen op meerdere vlakken. Naast dat de begeleiders of coaches de deelnemers aanzet om überhaupt aanwezig te zijn en deel te nemen aan de activiteiten, zorgen de begeleiders of coaches ook voor continuïteit. Zo werken de deelnemers toe naar periodieke festivals, waarbij de wekelijkse sportmomenten worden vormgegeven door de activiteit die ook tijdens het festival beoefend gaat worden. Door enerzijds dezelfde activiteit te beoefenen en anderzijds bij de deelnemers te benadrukken dat deelname bij wekelijkse sportmomenten ervoor zorgt dat degene mee mag naar een festival wordt continuïteit verwezenlijkt. Dit wordt bevestigd door de deelnemers, die stellen dat hun begeleiders of coaches er kort op zitten wat betreft aanwezigheid bij wekelijkse sportmomenten en festivals.

5.5 Context

'Context' is het volgende aspect wat voortkomt uit de ToC. Context is de setting waarin het lokale Life Goals Festival zich bevindt, wat door de landelijke programmamakers en lokale organisatoren is ontwikkeld door de samenhang van input, activiteiten en assumptions. Dit wordt in bepaalde mate door de deelnemers ervaren en vervolgens beoordeeld.

Het eerste punt dat door de deelnemers aangegeven wordt is dat zij waarde stellen aan begeleiding. De begeleiding krijgt tijdens het festival betekenis door de volgende opsomming.

Ten eerste is de begeleider iemand die de praktische zaken richting en tijdens het festival regelt waardoor de deelnemers nergens aan hoeven te denken, behalve het sporten zelf.

Ten tweede is de begeleider iemand die mentale steun levert aan zijn deelnemers.

Ten derde fungeert de begeleider als voorbeeldfunctie.

Ten vierde is de begeleider iemand die de deelnemer enerzijds aanzet om te sporten en anderzijds de deelnemer 'leert' om te kunnen sporten.

Ten vijfde is de begeleider iemand die een 'stok achter de deur' voor aanwezigheid van deelnemers bij sportmomenten is, zoals bij een lokaal Life Goals Festival.

Ten zesde zorgt de begeleider ervoor dat de deelnemers betrokken worden. Eerdergenoemde opsomming heeft betrekking op de continuering van het sport- en beweeggedrag van deelnemers, iets wat de landelijke programmamakers en lokale organisatoren willen verwezenlijken. De beoordeling vanuit de deelnemers over de begeleiding is meer van praktische aard, waarbij de landelijke programmamakers en lokale organisatoren de begeleiding en ondersteuning meer in hebben gezet als graadmeter van behoefte. Over het algemeen is er te stellen dat er overeenstemming is over de waarde van begeleiding en ondersteuning.

Het volgende punt dat van betekenis is voor de beoordeling van de context in haar algemeenheid is sportiviteit & respect en saamhorigheid. Zo geven de deelnemers aan dat zij het belangrijk vinden om in een prettige sportomgeving te fungeren. Hierin moet sportiviteit en respect centraal staan en geven zij meer de voorkeur aan plezier dan prestatie. Er is een enkeling die meer behoefte heeft aan competitiviteit maar dit deel is ondervertegenwoordigd. Dit is in lijn met wat de landelijke programmamakers en lokale organisatoren bij de setting wilden creëren. Zo hebben de landelijke programmamakers en lokale organisatoren het competitie-element afgezwakt en meer de nadruk op spelplezier en toegankelijkheid gelegd, waarin iedereen de mogelijkheid krijgt om mee te doen en dit te ervaren. Dit zal volgens de landelijke programmamakers en lokale organisatoren bijdragen aan de saamhorigheid onderling, iets wat tevens ervaren wordt door de deelnemers.

De landelijke programmamakers en lokale organisatoren hebben bij de context 'ontmoetingen' verweven om betekenis te kunnen geven aan de interventie. Ontmoetingen worden als een centraal aspect binnen de lokale Life Goals Festivals gezien. Dit aspect is geïnitieerd om deelnemers te helpen in hun isolement om sociale contacten op te doen. Een dag sporten op een lokaal festival kan bijdragen aan een (tijdelijke) stimulering van hun emotionele gesteldheid. De aannames van de respondenten is dat de deelnemers niet zozeer een leuke dag ervaren aan de hand van hun sportieve prestaties maar juist aan de sfeer die er aan de festivals hangt. Zo heerst er blijdschap en plezier wat afkomstig is van de nieuwe ontmoetingen die zijn aangegaan. Door te sporten met soortgenoten en hier een positieve ervaring aan te koppelen, ambiëren de landelijke programmamakers en lokale organisatoren dat dit de deelnemers aanzet om structureler te gaan sporten. Om dit te onderbouwen, wordt er nu een observatie geschetst. Tijdens het festival in Purmerend was er een deelnemer die het spannend vond om überhaupt aanwezig te zijn. In eerste instantie wilde ze niet meesporten. Een paar uur later had ze toch besloten om mee te doen en was ze met andere deelnemers in gesprek. "Ik heb mensen ontmoet die mij hebben betrokken tijdens de sportactiviteiten", was haar reactie op de vraag waarom ze toch mee ging doen. De verwachting van de organisator van Purmerend is dat de deelnemer nu ook gaat deelnemen aan de wekelijkse sportmomenten en festivals doordat de deelnemer het gevoel heeft serieus genomen te worden. De aannames van de landelijke programmamakers en lokale organisatoren over het belang van 'ontmoetingen' wordt bevestigd door de deelnemers, die stellen dat omgeven zijn met mensen en onderling contact tot borging zorgt van hun sport- en beweeggedrag.

Het volgende punt wat onderschreven wordt zijn 'voorzieningen' en 'omstandigheden'. Het belang van voorzieningen wordt door de ogen van de landelijke programmamakers en lokale organisatoren anders gedefinieerd. Hoewel de landelijke programmamakers verwachten dat voorzieningen deel uitmaken van de ervaringen, denken sommige lokale organisatoren dat dit weinig invloed heeft op de ervaring van deelnemers. Gekeken naar de deelnemers is er juist unanimitéit over het belang van voorzieningen. De deelnemers geven namelijk aan dat voorzieningen daadwerkelijk verschil maken in hun ervaring met betrekking tot een lokaal Life Goals Festival en sport in zijn geheel. Zo komt uit de resultaten naar voren dat elke deelnemer positief-gestemd is over de voorzieningen tijdens het festival en daardoor een prettige(re) sportdag heeft ervaren. De voorzieningen hebben ook invloed op de omstandigheden tijdens het festival. Er wordt aangegeven dat hoe beter de voorzieningen, hoe beter de omstandigheden. Een voorbeeld hiervan is de locatie waar het festival plaatsvindt. Zo is er een verschil te constateren tussen het lokale Life Goals Festival in Emmen wat plaatsvond in het FC Emmen stadion en de andere lokale festival die plaatsvonden bij reguliere voetbalverenigingen. Hoewel de voorzieningen bij de reguliere voetbalverenigingen goed waren en dit resulteerde in goede omstandigheden, werden de omstandigheden door de voorzieningen in het FC Emmen stadion bevorderd. Hieruit is te stellen dat de voorzieningen, naast dat het daadwerkelijk invloed heeft, bevorderend kunnen werken voor de omstandigheden. Daarnaast zijn er omstandigheden die invloed hebben maar waar geen invloed op uitgeoefend kan worden, zoals het weer. De deelnemers geven aan dat als het weer goed is dit bevorderlijk werkt op de mate waarin zij de sportomstandigheden als plezierig ervaren. Het tegenovergestelde is echter ook mogelijk; hoe slechter het weer, hoe minder plezierig de sportomstandigheden worden beoordeeld.

Een ander punt wat onderschreven wordt is de 'inclusieve opzet' van een festival. Vanuit de deelnemers wordt inzichtelijk dat zij waarde hechten aan een plek van samenkomst van verschillende problematieken en achtergronden. Door de verscheidenheid van kwetsbaarheid in de breedste zin van het woord is er voor de deelnemers ruimte om verbinding te leggen en ervaringen uit te wisselen. Vanuit de landelijke programmamakers en lokale organisatoren wordt alleen onderschreven dat een festival een plek van samenkomst dient te zijn maar wordt er verder niks gezegd over de vorm hiervan.

Tot slot is er uit de resultaten gebleken dat er zowel vanuit de landelijke programmamakers & lokale organisatoren en deelnemers niks over de locatie is gezegd. Echter is aan de hand van observaties het volgende te stellen. Zo worden locaties die centraal in Nederland liggen beter bezocht door deelnemers. De organisatoren hebben wel aangegeven dat zij de samenwerking met lokale zorg- en welzijnsinstellingen opzoeken om enerzijds de diversiteit en anderzijds de opkomst van deelnemers te vergroten. Dit was ook te zien tijdens het festival in Alkmaar en Nijmegen, waarbij beide samenwerkingspartijen van Life Goals over een groot netwerk van lokale zorg- en welzijnsinstellingen beschikken waarmee zij samenwerken en dit ook inzetten voor de werving van deelnemers voor hun festival. Zo was de diversiteit en opkomst van deelnemers groter dan bij de andere twee samenwerkingspartijen van Life Goals.

5.6 Outputs

Het volgende aspect wat aan de hand van de ToC naar voren komt is 'outputs'. Aan de hand van de ToC wordt outputs gedefinieerd als de bruikbaarheid van het lokale Life Goals Festival in enerzijds het resultaat wat de landelijke programmamakers en lokale organisatoren willen bereiken en anderzijds wat de deelnemers aanzet tot ander sport- en beweeggedrag.

Het eerste punt wat de landelijke programmamakers en lokale organisatoren teweeg wilden brengen bij de deelnemers was een eerste kennismaking met sport. Hierin ambiëren eerdergenoemden dat de deelnemers door de eerste kennismaking met sport structureler of überhaupt gaan sporten. Uit de resultaten is inzichtelijk geworden dat de helft van de respondenten aangeeft te zijn gaan sporten, vaker of structureler. Hoewel deelnemers drempels ervaren om te gaan sporten, is op te maken dat een lokaal festival heeft bijgedragen aan het overwinnen van drempels. De andere helft heeft aangegeven dat de eerste kennismaking met sport aan de hand van het festival geen verschil heeft gemaakt.

Het tweede punt waar overeenstemming over is, is het uitgangspunt 'visitekaartje in de regio' van de lokale organisatoren in relatie met het beoogde resultaat 'het aan laten haken van deelnemers' van de landelijke programmamakers. Zo is inzichtelijk geworden dat lokale organisatoren een lokaal Life Goals Festival in de regio organiseren om meer naamsbekendheid voor hun sportprogramma te realiseren. De lokale organisatoren hopen hiermee structurele deelnemers te werven. Dit staat gelijk aan de landelijke programmamakers die stellen dat een lokaal Life Goals Festival enthousiasme voor sport creëert waardoor deelnemers aan haken of aangehaakt blijven.

Tot slot is er overeenstemming over de waarde van een moment om naartoe te werken. Zo kan een lokaal Life Goals Festival dienen als 'stip op de horizon'. Er is vanuit de resultaten inzichtelijk geworden dat naarmate een lokaal Life Goals Festival nadert het sport- en beweeggedrag van deelnemers toeneemt. Deelnemers geven aan dat zij periodiek vaker aanwezig zijn bij wekelijkse sportmomenten als zij weten wanneer een festival plaatsvindt of nadert. Deze trend wordt herkent door de landelijke programmamakers & lokale organisatoren.

5.7 Immediate outcomes

Het volgende punt wat behandeld wordt aan de hand van de ToC is 'immediate outcomes'. Immediate outcomes zijn direct meetbare effecten op het sport- en beweeggedrag van deelnemers. Binnen dit punt wordt er enkel gekeken naar de resultaten van de deelnemers.

Uit de resultaten is inzichtelijk geworden dat elke deelnemer positief terugkijkt op het festival. Plezier, gezelligheid, onderlinge sfeer, verbinding, sociaal contact, saamhorigheid, teamverband zijn kernpunten die terugkwamen, direct tijdens het festival. Hierin verwacht driekwart van de deelnemers dat eerdergenoemde kernpunten van directe invloed zijn op het continueren en zelfs stimuleren van het sport- en beweeggedrag van deelnemers. Om dit te beoordelen kan er gekeken worden naar het sport- en beweeggedrag van deelnemers tijdens het eerste en tweede meetmoment. Uit de twee meetmomenten is op te maken dat het sport- en beweeggedrag van deelnemers gelijk of zelfs afgenomen is. De belangrijkste reden is dat de deelnemers aangeven andere prioriteiten te hebben, verschillend van te drukbezet zijn vanwege werk tot geen tijd en motivatie hebben. Hoewel uit de resultaten blijkt dat het lokale festival positieve, indirecte effecten heeft, komt ook naar voren dat de directe effecten geen betrekking hebben op de continuering van sport- en beweeggedrag van deelnemers.

Het tweede punt wat de landelijke programmamakers en lokale organisatoren willen realiseren bij deelnemers is een positieve associatie met sport. Uit de resultaten is inzichtelijk geworden dat deze positieve associatie heeft plaatsgevonden. Elke deelnemer heeft aangegeven dat zij op een bepaalde manier plezier hebben ervaren tijdens het festival en dat dit invloed heeft op hun perceptie van sport.

Tot slot is uit de resultaten inzichtelijk geworden dat merendeel van de respondenten meer vertrouwen heeft gekregen. Eén van de gegeven redenen is dat deelnemers aangeven dat zij drempels overwinnen waar zij dit voorheen eerst wilden vermijden. De drempels worden aangeduid als onzekerheden in het leven van een deelnemer. Het overwinnen van drempels wordt in de lokale Life Goals Festivals verweven door de landelijke programmamakers & lokale organisatoren waarin zij ambiëren de deelnemer uit hun comfortzone te laten treden en daarmee meer vertrouwen te laten ontwikkelen.

5.8 Intermediate outcomes

Het laatste punt wat aan bod komt aan de hand van de ToC is 'intermediate outcomes'. Dit zijn korte termijneffecten die veranderingen toebrengen in gedragingen, in dit geval deelnemers. Ook bij dit punt wordt er enkel gekeken naar de resultaten van de deelnemers.

Het eerste punt wat uit de resultaten inzichtelijk wordt is de correlatie tussen het 'aan laten haken van deelnemers' en een 'aanzet tot sport'. Zo veronderstellen de landelijke programmamakers een trend te zien in de sportdeelname van wekelijkse sportmomenten na deelname van deelnemers aan een festival. Dit betekent dat na deelname aan een festival het enthousiasme van die deelnemer ten aanzien van sport dermate is toegenomen, dat de deelnemer ook wil meedoen bij de wekelijkse sportmomenten. Zo zien de landelijke programmamakers een festival als een instapmodel voor structurele sportdeelname. Dit resultaat hopen de lokale organisatoren ook te bereiken. Hun aanname is precies hetzelfde als de trend die de landelijke programmamakers veronderstellen te zien. Gekeken naar de resultaten van deelnemers met betrekking tot een aanzet tot sport is te zien dat, mochten de deelnemers structureler zijn gaan sporten na deelname aan het festival, dit niet specifiek komt door het festival. Meerdere deelnemers die vaker deel hebben genomen aan festivals onderschrijven dat, hoewel zij graag deelnemen aan festivals, dit niet bijdraagt aan het stimuleren van hun sport- en beweeggedrag. Dit blijkt uit de resultaten van het eerste en tweede meetmoment. Er is dus geen direct effect te constateren. Wel heeft een klein deel van de deelnemers door het festival sportgenoten ontmoet en nieuwe kringen opgedaan waarin zij met regelmaat sporten of überhaupt samenkomen. Dit kan duiden op een indirect effect van het festival. Hoewel uit de resultaten is gebleken dat een lokaal festival geen directe correlatie heeft met de aanzet tot sport of sport- en beweeggedrag, heeft het wel invloed andere korte termijneffecten gehad. Zo zijn er meerdere mechanismen die ervoor zorgen dat een festival toch 'werkt'.

Allereerst wordt aangegeven door de deelnemers dat zij sportgenoten hebben ontmoet waarmee er wordt gesport. Hoewel het percentage van deelnemers die zelfstandig sporten met sportgenoten gering is, geeft het wel aan dat het mechanisme aanwezig is om dit bij deelnemers te stimuleren.

Het volgende dat wordt aangegeven is dat deelnemers zelfstandig willen sporten. Het merendeel van de respondenten kaart dit aan. Ongeacht uit de vorige subparagraaf is gebleken dat zelfstandig en structureel sporten uitdagend is om te verwezenlijken bij deelnemers, is de intentie van de deelnemers veelzeggend.

Een ander mechanisme wat naar voren komt is 'positieve associatie'. Uit de resultaten is unaniem naar voren gekomen dat de lokale festivals dermate enthousiasme ten aanzien van sport bij de deelnemers heeft gerealiseerd, dat zij de intentie hebben om structureler te gaan sporten. 'Vertrouwen' en 'nieuwe kringen' zijn ook mechanismen die toegepast zijn en invloed hebben op het sport- en beweeggedrag van deelnemers.

Het volgende punt wat uit de resultaten inzichtelijk wordt is een toename in sociale vaardigheden. Door het isolement waar deelnemers zich in bevinden voelen zij zich vaak alleen. Door te socialiseren op festivals met gelijkgestemden heeft dit een positief effect op hun welbevinden en zorgt dit voor een positieve associatie met hetgeen waardoor zij een positief effect krijgen, namelijk socialiseren tijdens het

sporten. Als aanvulling hierop zorgt dit bij de deelnemers ook voor een 'bron van energie'. Door het ontmoeten van nieuwe mensen en het socialiseren tijdens het festival ervaren deelnemers een bepaalde toename in hun energie en sociale vaardigheden. Wat het meest uit de resultaten naar voren gekomen is, is dat het plezier is ontstaan door de sfeer die er tijdens het festival heerste. Dit bevestigt tevens dat het 'zetten van de norm', wat eerder aan bod kwam bij inputs en assumptions, goed is doorgekomen bij de lokale organisatoren en deelnemers.

Het laatste punt is vertrouwen. Door aanwezig te zijn op festivals en daarmee hun eigen drempels te overwinnen neemt de mate van vertrouwen toe. Er wordt zelfs gesproken van meer vrijheid in het functioneren in het dagelijks leven.

5.9 Verschillen tussen de landelijke programmamakers & lokale organisatoren en deelnemers

In de vorige subparagrafen is een analyse gemaakt aan de hand van de resultaten, toegepast met de ToC. Bij het merendeel van de aspecten van de ToC werd inzichtelijk dat er overeenstemming is tussen de uitgangspunten en aannames van de landelijke programmamakers & lokale organisatoren en de verwachtingen en ervaringen van deelnemers. Echter, er zijn ook verschillen te zien. Die verschillen worden hieronder uitgelicht.

Allereerst wordt er gekeken naar een verschil bij design. Vanuit de analyse bij design wordt verondersteld dat de deelnemers behoefte hebben aan duidelijkheid, zo ook voor het moment wanneer een lokaal Life Goals Festival gaat plaatsvinden. Volgens zowel de landelijke programmamakers en lokale organisatoren heeft dit invloed op de sportparticipatie van de wekelijkse sportmomenten. Nadat aangegeven is wanneer een lokaal Life Goals Festival plaatsvindt, neemt de sportparticipatie namelijk toe. Echter, toename heeft betrekking op een klein tijdsbestek van een paar weken voordat het festival plaatsvindt en een paar weken nadat het festival heeft plaatsgevonden. Het zijn dus korte impulsen van het sport- en beweeggedrag. Waar de landelijke programmamakers, met aanvulling van de lokale organisatoren, streven naar een situatie waarin de deelnemers dermate enthousiast raken ten aanzien van sport en het structureel gaan beoefenen, is te constateren dat dit niet aan de orde is. Waarom het korte impulsen in het sport- en beweeggedrag betreffen blijft onbekend.

Het volgende verschil is te constateren bij input. Vanuit de landelijke programmamakers zijn er vaste aanspreekpunten aangesteld die idealiter een beeld hebben in de behoefte van deelnemers. Hoewel duidelijk is dat de coördinatoren kennis over de doelgroep hebben, geven de coördinatoren aan dat hun input in de vorm van achtergrondinformatie is onderbouwd op hetgeen wat zij op wekelijkse sportmomenten zien. Voor het organiseren van een lokaal festival hebben de coördinatoren aangegeven dat zij geen accuraat en betrouwbaar beeld hebben of dit daadwerkelijk aansluit op de behoefte van de deelnemers. Dit duidt erop dat de behoeften van de deelnemers niet volledig in beeld gebracht is. Om de behoeften wel in beeld te krijgen, geven coördinatoren aan dat de deelnemers hun eigen behoeften en interesses kenbaar kunnen maken bij de coördinatoren. Echter, zoals eerder al naar voren kwam, is het voor de coördinatoren ook onbekend of de deelnemers weten dat ze hun behoeften kunnen en mogen aangeven. Vanuit de deelnemers wordt in ieder geval aangegeven dat zij beter geïnformeerd en betrokken willen worden.

Het volgende verschil in overeenstemming is te zien bij assumptions. Hierin stellen deelnemers in hun tweede meting dat zij dermate plezier hebben ervaren tijdens het festival dat zij enthousiast zijn geraakt over sport en bewegen. Echter, bij vervolgvragen komt naar voren dat hun sport- en beweeggedrag gelijk

of zelfs afgenomen is ten opzichte van de eerste meting. Hieruit is te constateren dat hun enthousiasme ten aanzien van sport geen invloed heeft gehad op hun sport- en beweeggedrag. Dit kan vervolgens gekoppeld worden aan outputs. Gekeken naar de resultaten van deelnemers met betrekking tot een aanzet tot sport is te zien dat, mochten de deelnemers structureler zijn gaan sporten na deelname aan het festival, dit niet specifiek komt door het festival. Hoewel uit de resultaten blijkt dat het lokale festival positieve, indirecte effecten heeft op korte termijn, komt ook naar voren dat de directe effecten geen betrekking hebben op de continuering van sport- en beweeggedrag van deelnemers. Meerdere deelnemers die vaker deel hebben genomen aan festivals onderschrijven dat, hoewel zij graag deelnemen aan festivals, dit niet bijdraagt aan het stimuleren van hun sport- en beweeggedrag. Er is dus geen direct effect te constateren wat afkomstig is van het lokale festival. De belangrijkste reden wat uit de immediate outcomes inzichtelijk wordt, is dat de deelnemers aangeven andere prioriteiten te hebben, verschillend van te drukbezet zijn vanwege werk tot geen tijd en motivatie hebben. Hoewel uit de intermediate outcomes naar voren komt dat de deelnemers welwillend zijn om zelfstandig te sporten, komt dit niet tot stand. Door de deelnemers wordt niet aangegeven waardoor deze discrepantie komt.

Er is ook een verschil te zien bij activiteiten. Zo is er door de landelijke programmamakers een strategie opgesteld voor de lokale organisatoren voor het organiseren van een lokaal Life Goals Festival. Eén van de verplichtingen is de aanwezigheid van side-events. Side-events zijn ontwikkeld door de deelnemers kennis te laten maken met andere sporten en de niet-sporters meer te betrekken bij het sportaanbod. Hoewel het uitgangspunt duidelijk is, wordt door merendeel van de lokale organisatoren aangegeven dat side-events geen meerwaarde hebben. Volgens de lokale organisatoren wordt er bij de festivals namelijk geen gebruik van side-events gemaakt door de deelnemers. Vanuit de deelnemers wordt dit ook onderschreven. Zij stellen dat zij alleen maar voor het voetbal komen en geven aan dat de side-events interessant en uitdagend zijn, mits het voetbal gerelateerde activiteiten zijn.

Een ander verschil bij activiteiten heeft ook betrekking op de side-events. Zo wordt er door vrouwelijke deelnemers aangegeven dat er geen side-events voor kinderen aanwezig zijn. Omdat een lokaal Life Goals Festival alleen betrekking heeft op kwetsbare doelgroepen, vallen kinderen van kwetsbare deelnemers hier buiten. Hierdoor zijn vrouwelijke deelnemers vaak genooddaakt om niet naar een festival te gaan, omdat zij op hun kinderen moeten passen. Dit kan een oorzaak zijn van de geringe aanwezigheid van vrouwen bij lokale Life Goals Festivals.

Er is nog een verschil in overeenstemming bij activiteiten te zien. Zo geven deelnemers aan dat er door de coaches en begeleiders nadrukkelijk op de aanwezigheid bij festivals en wekelijkse sportmomenten wordt gestuurd. Vanuit de lokale organisatoren wordt echter aangegeven dat dit beter kan, omdat de opkomst in de ogen van de lokale organisatoren nog steeds niet representatief is. Dit is ook terug te zien bij de festivals, waar alleen in Alkmaar een representatief aantal teams vertegenwoordigd waren.

Tot slot is er bij activiteiten een verschil in overeenstemming te constateren met betrekking tot het competitie-element. Vanuit de landelijke programmamakers en lokale organisatoren wordt namelijk verondersteld dat het competitie-element afgezwakt moet worden. Dit is ook de reden dat de lokale festivals een meer vriendschappelijker karakter heeft gekregen. De deelnemers geven juist aan dat het competitie-element het teamverband versterkt, omdat er meer voor prestatie gespeeld kan worden. Ongeacht de deelnemers spelplezier boven sportieve prestaties verkiezen, moet het competitie-element dus niet verworpen worden.

Het laatste verschil in overeenstemming is te zien bij context. Zo wordt het belang van voorzieningen anders beoordeeld door de landelijke programmamakers en lokale organisatoren dan deelnemers. Hoewel de landelijke programmamakers verwachten dat voorzieningen deel uitmaken van de ervaringen, denken sommige lokale organisatoren dat dit weinig invloed heeft op de ervaring van deelnemers. Gekeken naar de deelnemers is er juist unanimiteit over het belang van voorzieningen. De deelnemers

geven namelijk aan dat voorzieningen daadwerkelijk verschil maken in hun ervaring met betrekking tot een lokaal Life Goals Festival en sport in zijn geheel. Zo komt uit de resultaten naar voren dat elke deelnemer positief-gestemd is over de voorzieningen tijdens het festival en daardoor een prettige(re) sportdag heeft ervaren.

5.10 Effectiviteit van een lokaal Life Goals Festival als sportinterventie

Het doel van de analyse was om het mechanisme van het lokale Life Goals Festival inzichtelijk te hebben om tot een grondige evaluatie te komen van het lokale Life Goals Festival als sportinterventie. De analyse heeft grotendeels in kaart gebracht hoe de mechanismen zich verhouden tot de beoogde doelstellingen van de interventie. In dit onderzoek is er gefocust op één 'witte vlek', namelijk de effecten van de lokale Life Goals Festivals, als sportinterventie, die bijdragen aan het continueren van sport- en beweeggedrag van deelnemers aan de festivals. Door dit onderzoek is inzichtelijk gemaakt welke effecten zichtbaar blijven, één maand na deelnemen aan de lokale Life Goals Festivals. Aan de hand van de resultaten en analyse zijn de effecten in kaart gebracht en ook welke aspecten hiervoor hebben gezorgd. Zo is de effectiviteit van het lokale Life Goals Festival als sportinterventie gemeten en heeft het verbeteringen als interventie aangeleverd. Het gebruik van de ToC voor het meten van de effectiviteit van een lokaal Life Goals Festival is echter niet volledig belicht. Hoewel de tweeledigheid van het onderzoek nieuwe inzichten heeft gegeven, zijn bepaalde aspecten onderbelicht gebleven of was er geen mogelijkheid om dit te toetsen. Dit wordt in het discussie hoofdstuk verder behandeld.

6. Conclusie

In dit hoofdstuk worden de deelvragen zoals omschreven beantwoord. Vervolgens wordt de centrale hoofdvraag binnen dit onderzoek beantwoord.

Deelvraag 1: Wat zijn de centrale uitgangspunten van de lokale Life Goals Festivals ten aanzien van de continuering van sport- en beweeggedrag van deelnemers uit kwetsbare groepen?

Uit het onderzoek zijn tal van uitgangspunten en aannames inzichtelijk geworden ten aanzien van de continuering van sport- en beweeggedrag van deelnemers uit kwetsbare groepen. De belangrijkste uitgangspunten, gekoppeld met het theoretisch model, worden onderstaand beschreven.

Decentrale aanpak

Het eerste uitgangspunt over *design* heeft betrekking op de decentrale aanpak. Het uitgangspunt van de landelijke programmamakers is dat de decentrale aanpak in de vormgeving van de lokale festivals bij de lokale organisatoren dient te liggen, omdat eerdergenoemden beter inzicht in de behoeften van de deelnemers hebben.

Plezierbeleving is belangrijker dan het competitie-element

Het tweede uitgangspunt over *design* heeft betrekking op de plezierbeleving. De aanname van de landelijke programmamakers is dat plezier belangrijker dan competitie-element is. Dit wordt bevestigd door de lokale organisatoren, die stellen dat spelplezier leidend moet zijn.

De doelgroep heeft begeleiding nodig

Het laatste uitgangspunt over *design* heeft betrekking op de begeleiding. Naast dat de deelnemers gemotiveerd moeten worden, is het volgens de lokale organisatoren ook belangrijk om deelnemers te begeleiden en sturen. De aanname van de lokale organisatoren is dat begeleiding leidt tot structuur in hun leven. Dit draagt vervolgens bij aan het aanbrengen van structuur in het sport- en beweeggedrag van deelnemers, wat op langer termijn kan zorgen voor structurelere sportdeelname.

Belang van coördinatoren en coaches

Het eerste uitgangspunt over *input* heeft betrekking op het belang van coördinatoren en coaches. Sinds een aantal jaar werkt Life Goals met vaste coördinatoren en coaches van haar samenwerkingspartners. Uit de resultaten komt naar voren dat dit meerdere voordelen heeft. De aanname van de landelijke programmamaker en lokale organisator is dat vaste coördinatoren en coaches bijdragen aan de stimulering van sport- en beweeggedrag.

Sportaanbod

Het eerste uitgangspunt over *activities* heeft betrekking op het sportaanbod. Met het organiseren van lokale Life Goals Festivals kunnen de lokale organisatoren zelf bepalen welke sport zij als hoofdactiviteit kiezen. Tijdens de festivals wordt er echter altijd gekozen voor voetbal als hoofdactiviteit. De gegeven reden is dat voetbal de meest geschikte sport is om zoveel mogelijk deelnemers mee te betrekken en dat voetbal het sport- en beweeggedrag van deelnemers stimuleert.

Symbolische waardering

Het tweede uitgangspunt over *activities* heeft betrekking op de symbolische waardering. Hoewel de lokale organisatoren onderschrijven dat het belang van materialistische beloningen genuanceerd moet worden,

zit hier toch een belangrijk element in verworven: het gevoel krijgen dat je gewaardeerd wordt. De aanname van de lokale organisatoren is dat een symbolische waardering in de vorm van prijzen zorgt voor een gevoel bij de deelnemers dat ze ertoe doen in een sportomgeving.

Lokale Life Goals Festivals als kennismaking met sport en bewegen

Het eerste uitgangspunt over *outputs* heeft betrekking op de eerste kennismaking met sport en bewegen. De deelnemers sporten doorgaans niet (in teamverband). Door de deelnemers op een laagdrempelige manier kennis te laten maken met sport is het uitgangspunt dat dit enthousiasme bij de deelnemers aanwakkert, wat hen vervolgens aanzet om enthousiasme ten aanzien van sport in haar algemeenheid te creëren.

Het aan laten haken van deelnemers

Het tweede uitgangspunt over *outputs* heeft betrekking op het aan laten haken van deelnemers. Binnen de sportactiviteiten van Life Goals bevinden zich de meeste kwetsbare deelnemers in de breedste zin van het woord. De aanname van de landelijke programmamakers is dat een lokaal Life Goals Festival zorgt voor continuïteit van sport- en beweeggedrag van deelnemers bij wekelijkse sportmomenten.

Lokale Life Goals Festivals als stip op de horizon

Een ander uitgangspunt over *outputs* heeft betrekking op een stip op de horizon. Zo veronderstellen de landelijke programmamakers dat deelnemers waarde hechten aan een nader te bepalen punt in te toekomst om naartoe te werken, in dit geval een lokaal Life Goals Festival. De veronderstelling hierin is dat dit een korte impuls geeft aan het sport- en beweeggedrag van deelnemers, een paar weken vóór en ná het betreffende festival.

Positieve associatie met sport

Het volgende uitgangspunt over *outputs* heeft betrekking op een positieve associatie met sport. Sporters ervaren doorgaans een positieve associatie met sport. Voor de doelgroep waar Life Goals zich op richt is dit anders. Omdat de doelgroep normaliter niet sport, heeft het geen associatie met sport. De aanname van de landelijke programmamakers is dat een lokaal Life Goals Festival bijdraagt aan een positieve associatie met sport. Dit wordt bevestigd door de lokale organisatoren, die ambiëren dat een positieve associatie en ervaring met sport bijdraagt aan structurele deelname op langer termijn.

Lokale Life Goals Festivals dragen bij aan ontmoetingen

Het laatste uitgangspunt over *outputs* heeft betrekking op ontmoetingen. De aanname van de landelijke programmamakers is dat een lokaal Life Goals Festival bijdraagt tot blijvende contacten. Dit wordt in bepaalde mate onderschreven door de lokale organisatoren, die stellen dat samen sporten stimulerend werkt om deelnemers contact met elkaar te laten zoeken. Immers zien deelnemers andere personen dan hun standaard sportgroep tijdens de wekelijkse sportmomenten.

Deelvraag 2: Wat zijn de beoogde resultaten van de lokale Life Goals Festivals ten aanzien van de continuering van sport- en beweeggedrag van deelnemers uit kwetsbare groepen?

Er zijn meerdere beoogde resultaten die de landelijke programmamakers ambiëren. De belangrijkste resultaten, gekoppeld aan het theoretisch model, worden onderstaand uitgelicht.

Lokale Life Goals Festivals als kennismaking met sport en bewegen

Het eerste beoogde resultaat wat aan de hand van *outputs* naar voren komt heeft betrekking op een eerste kennismaking met sport en bewegen. De landelijke programmamakers & lokale organisatoren ambiëren met een eerste kennismaking met sport en bewegen de doelgroep aan te zetten om structureler te gaan sporten, met of zonder het Life Goals programma.

Het aan laten haken van deelnemers

Het tweede beoogde resultaat wat aan de hand van *outputs* naar voren komt heeft betrekking op het aan laten haken van deelnemers. De landelijke programmamakers & lokale organisatoren ambiëren de deelnemers aan te laten haken en vervolgens aangehaakt te laten blijven houden, nadat zij deel hebben genomen aan een lokaal Life Goals Festival.

Lokale Life Goals Festivals als stip op de horizon

Het derde beoogde resultaat wat aan de hand van *outputs* naar voren komt heeft betrekking op een stip op de horizon. Vanuit de landelijke programmamakers & lokale organisatoren wordt er namelijk veronderstelt dat de deelnemers behoefte hebben om tijdens wekelijkse sportmomenten ergens naartoe te werken, in dit geval een periodiek Life Goals Festival. Ergens naartoe werken leidt volgens eerdergenoemden tot continuïteit in het sport- en beweeggedrag.

Positieve associatie met sport

Het vierde beoogde resultaat wat aan de hand van *outputs* naar voren komt heeft betrekking op een positieve associatie ten aanzien van sport te creëren bij de deelnemers. Zo sporten de deelnemers doorgaans niet (in teamverband). Door deel te nemen aan een lokaal Life Goals Festival hopen de landelijke programmamakers enthousiasme bij de deelnemers aan te wakkeren en hun sport- en beweeggedrag te stimuleren.

Isolement verkleinen

Het laatste beoogde resultaat wat aan de hand van *outputs* naar voren komt heeft betrekking op het verkleinen van het isolement van deelnemers. Deelnemers aan een lokaal Life Goals Festival leven vaak in een isolement. Door ontmoetingen en het aangaan van nieuwe contacten tijdens het festival en door de samenkomst van personen met verschillende problematieken en achtergronden ambiëren de landelijke programmamakers en lokale organisatoren om het isolement te verkleinen.

Deelvraag 3: Welke aspecten van lokale Life Goals Festivals zorgen volgens de organiserende partij ervoor dat deze beoogde resultaten gerealiseerd kunnen worden?

Eerder werden de beoogde resultaten besproken die de landelijke programmamakers & lokale organisatoren nastreven. Onderstaand worden de beoogde resultaten nogmaals besproken, aangevuld met de aspecten die dit kunnen verwezenlijken.

Lokale Life Goals Festivals als kennismaking met sport en bewegen

Het aspect wat dit kan verwezenlijken is *sportaanbod* in combinatie met de *decentrale aanpak*. Door de decentrale aanpak en achtergrondinformatie van lokale organisatoren kan er een gepast sportaanbod geprogrammeerd worden wat enerzijds laagdrempelig is en anderzijds aansluit op de affiniteit van deelnemers.

Het aan laten haken van deelnemers

Het aspect wat dit kan verwezenlijken is *coördinatoren en coaches* in combinatie met *plezier*. Omdat de deelname bij wekelijkse sportmomenten en festivals onder leiding staat van coördinatoren en coaches kunnen eerdergenoemden zorgen voor begeleiding, ondersteuning, structuur en sturing van de deelnemers. Daarnaast enthousiasmeert en motiveert de coördinator of coach, wat leidt tot plezier. De combinatie van eerdergenoemde aspecten zorgt voor het aan laten haken van deelnemers.

Lokale Life Goals Festivals als stip op de horizon

Het aspect wat dit kan verwezenlijken is *coördinatoren en coaches* in combinatie met *sportaanbod*. Zo dient het sportaanbod tijdens de wekelijkse sportmomenten aangepast te worden om de deelnemers voor te bereiden richting het lokale Life Goals Festival. Door dit aan te passen wordt er een verwachting bij de deelnemers geschapt. De coördinatoren en coaches zijn hier leidend in om dit passend te organiseren en coördineren. Door de deelnemers voor te bereiden, werken zij aan de hand van wekelijkse sportmomenten naar dit festival toe en ontstaat er continuïteit in hun sport- en beweggedrag.

Positieve associatie met sport

Het aspect wat dit kan verwezenlijken is *ontmoetingen* in combinatie met *plezier*. De deelnemers leven grotendeels in een isolement. Door één van de kernpunten die verweven zit in de lokale Life Goals Festivals, namelijk ontmoetingen, krijgen deelnemers de mogelijkheid om mensen te ontmoeten en met hun (duurzaam) contact te leggen. Door mensen te ontmoeten en met hun plezier te ervaren aan de hand van samen sporten, wordt een positieve associatie met sport gecreëerd. Dit draagt vervolgens bij aan continuïteit in het sport- en beweggedrag van deelnemers.

Deelvraag 4: Welke aannames liggen hieraan ten grondslag?

Er zijn meerdere aannames over de aspecten die van invloed zijn op het realiseren van de beoogde resultaten.

Sportaanbod

Met het organiseren van lokale Life Goals Festivals kunnen de lokale organisatoren zelf bepalen welke sport zij als hoofdactiviteit kiezen. Echter blijkt aan de hand van de resultaten dat bij elk festival voetbal als hoofdactiviteit gekozen is. Als argument hiervoor stellen alle respondenten dat voetbal de grootste sport in Nederland is en de doelgroepen dit graag doen. Daarnaast geven de organisatoren aan dat voetbal relatief makkelijk is in de beoefening daarvan. De lokale organisatoren geven als aanname dat voetbal de meest geschikte sport is om zoveel mogelijk deelnemers mee te betrekken en dat voetbal het sport- en beweggedrag van deelnemers stimuleert.

Decentrale aanpak

De aanname van de landelijke programmamakers is dat de decentrale aanpak in de vormgeving van de lokale festivals bij de lokale organisatoren dient te liggen, omdat eerdergenoemden beter inzicht in de behoeften van de deelnemers hebben.

Het belang van coördinatoren en coaches

Volgens de landelijke programmamakers zijn merendeel van de deelnemers (nog) niet in staat om zelfstandig te sporten buiten het Life Goals Programma. Zo zorgen de coaches en begeleiders voor behoefte in kaart brengen bij de deelnemers, het overdragen van de beoogde cultuur en de deelnemers blijven enthousiasmeren ten aanzien van de wekelijkse sportmomenten en festivals. De aanname van de

landelijke programmamaker en lokale organisator is dat vaste coördinatoren en coaches bijdragen aan de stimulering van sport- en beweeggedrag.

Plezier

De aanname van de landelijke programmamakers is dat plezier belangrijker dan competitie-element is. Dit wordt bevestigd door de lokale organisatoren, die stellen dat spelplezier leidend moet zijn. Volgens eerdergenoemden is plezier een betere factor om continuïteit in sport- en beweeggedrag te verwezenlijken dan competitie-element en prestatiegerichte sporten. Zo draagt plezier bij aan structurelere sportdeelname en affiniteit met sport in haar algemeenheid. Dit kan vervolgens bijdragen aan een positieve associatie met sport. Dit wordt bevestigd door de lokale organisatoren, die ambiëren dat een positieve associatie en ervaring met sport bijdraagt aan structurele deelname op langer termijn.

Ontmoetingen

De aanname van de landelijke programmamakers is dat een lokaal Life Goals Festival bijdraagt tot blijvende contacten. Dit wordt in bepaalde mate onderschreven door de lokale organisatoren, die stellen dat samen sporten stimulerend werkt om deelnemers contact met elkaar te laten zoeken. Immers zien deelnemers andere personen dan hun standaard sportgroep tijdens de wekelijkse sportmomenten. Vervolgens zorgt dit voor het aan laten haken van deelnemers. De aanname hierin is dat een lokaal Life Goals Festival zorgt voor continuïteit van sport- en beweeggedrag van deelnemers bij wekelijkse sportmomenten. Zo wordt dit ook gezien door de lokale organisatoren. Zij stellen dat een lokaal Life Goals Festival en het enthousiasme wat daaruit voortkomt, wat aanzet tot binding van deelnemers bij wekelijkse sportmomenten.

Deelvraag 5: Hoe ervaren personen uit kwetsbare groepen de lokale Life Goals Festivals?

De deelnemers zijn grotendeels positief-gestemd over de lokale Life Goals Festivals. Onderstaand wordt de beoordeling van deelnemers over de aspecten van de ToC uitgelicht. Enkel de meest relevante resultaten worden besproken.

Samenkomst van problematieken en achtergronden

De deelnemers zijn in hun beoordeling over het *design* positief-gestemd. Volgens deelnemers heeft de positieve ervaring betrekking op de samenkomst van verschillende problematieken en achtergronden. Doordat iedereen in bepaalde mate 'kwetsbaar' is, is er begrip en steun ten aanzien van elkaar. Uit de resultaten is naar voren gekomen dat deelnemers een inclusieve opzet bij het vormgeven van een lokaal Life Goals Festival als positief hebben ervaren.

Uitnodigend karakter

De deelnemers hebben het uitnodigende karakter van een lokaal Life Goals Festival in hun beoordeling over het *design* als positief ervaren. De deelnemers hebben namelijk aangegeven dat zij hun drempels hebben overwonnen. Zo is inzichtelijk geworden dat de deelnemers vertrouwen hebben gekregen door deel te nemen aan het lokale Life Goals Festival. Uit de resultaten schijnt dat het uitnodigende karakter van een festival zorgt voor het verlagen van drempels. Het uitnodigende karakter maakt dat de deelnemers positief-gestemd zijn over het lokale Life Goals Festival.

Sportaanbod

Het sportaanbod binnen het *design* wordt ook als positief beoordeeld. Zo geven alle respondenten aan het leuk om voetbal als hoofdactiviteit tijdens een lokaal Life Goals Festival te beoefenen. Vanuit de

deelnemers is naar voren gekomen het sportaanbod een positieve ervaring voor het lokale Life Goals Festival teweeg heeft gebracht.

Begeleiding

De deelnemers hebben binnen het *design* ook hun beoordeling gegeven over de begeleiding. Dit is tevens positief. Volgens deelnemers is begeleiding namelijk een aspect wat van invloed is op de continuering van hun sport- en beweeggedrag.

Beïnvloedbare omstandigheden

De deelnemers zijn positief over de beïnvloedbare omstandigheden als *activities*. Vanuit de deelnemers wordt aangegeven welke beïnvloedbare omstandigheden van invloed zijn als aspect op het aanbrengen van continuïteit van hun sport- en beweeggedrag.

Voorzieningen

Vanuit de deelnemers is er ook een beoordeling gegeven over de voorzieningen. Dit aspect valt onder de *context*. Zo waren de voorzieningen goed afgestemd op de deelnemers en waren de omstandigheden dermate goed dat er een positieve sportomgeving gecreëerd was, wat heeft geleid tot een positieve ervaring met betrekking tot het lokale Life Goals Festival.

Omgeven zijn met mensen

De deelnemers zijn positief over het omgeven zijn met mensen bij lokale Life Goals Festivals. Dit aspect wat verweven zit in de *context* is volgens deelnemers van invloed op hun sport- en beweeggedrag.

Structuur

De deelnemers zijn positief over dat een lokaal Life Goals Festival structuur geeft. Dit valt onder *outputs*. Door te sporten en deel te nemen aan wekelijkse sportmomenten en festivals krijg je structuur in je sport- en beweeggedrag en brengt het veranderingen teweeg.

Socialiseren

Een ander aspect wat naar voren komt bij *outputs* is socialiseren. Socialiseren heeft een positief effect op de deelnemers en draagt bij aan continuïteit in hun sport- en beweeggedrag.

Deelvraag 6: Welke aspecten van lokale Life Goals Festivals zijn volgens de deelnemers uit kwetsbare groepen van invloed op de continuering van hun sport- en beweeggedrag?

Volgens deelnemers zijn er meerdere aspecten van invloed op de continuering van hun sport- en beweeggedrag.

Plezier

De deelnemers hebben aangegeven dat plezier het eerste aspect is wat van invloed is op de continuering van hun sport- en beweeggedrag. Deelnemers hebben een leuke sportdag gehad doordat zij enerzijds kennis hebben opgedaan met betrekking tot voetbal en anderzijds plezier ervaren tijdens het beoefenen van een reeds nieuwe sport. Uit de resultaten komt naar voren dat plezier bijdraagt aan de positieve ervaring voor het lokale Life Goals Festival.

Begeleiding

Het tweede aspect wat naar voren komt is 'begeleiding'. Het belang van een begeleider verschilt per deelnemer van het regelen van vervoer naar een lokaal Life Goals Festival als het enthousiasmeren en

aangehaakt laten blijven van deelnemers ten aanzien van de wekelijkse sportmomenten. Daarnaast is een begeleider iemand die mentale steun biedt en de deelnemers 'leert' te sporten. Begeleiding is van invloed op de continuering van sport- en beweeggedrag van deelnemers.

Structuur

Een ander aspect is 'structuur'. Dit is in lijn met eerdergenoemde begeleiding. Zo hechten de deelnemers waarde aan wekelijkse sportmomenten die vaststaan en willen de deelnemers graag betrokken worden. Structuur is van invloed op de continuering van sport- en beweeggedrag van deelnemers.

Verbinding

'Verbinding' is het volgende aspect. Deelnemers geven aan dat behoefte hebben om mensen om hun heen te hebben, zo ook tijdens het sporten. Naast het gegeven dat zelfstandig of individueel sporten uitdagend is voor de deelnemers, geven zij ook aan dat het samen aan sportbeoefening doen zorgt voor stimulering van sport- en beweeggedrag en het creëren van groepsgevoel. Verbinding is van invloed op de continuering van sport- en beweeggedrag van deelnemers.

Sociaal contact

Het volgende aspect wat aan bod komt is 'sociaal contact'. Zoals eerder benoemd leven deelnemers van festivals in een isolement. Door op een festival met mensen in contact te komen, leren zij communicatieve vaardigheden die ook buiten een festival toe te passen zijn. Hierdoor kunnen de deelnemers nieuwe mensen leren kennen. Sociaal contact is van invloed op de continuering van sport- en beweeggedrag van deelnemers.

Stip op de horizon

Het laatste aspect is dat de deelnemers behoefte hebben om ergens naartoe te werken, in dit geval een festival. Volgens de deelnemers zorgt dit voor duidelijkheid en hebben zij een 'stip op de horizon'. Een stip op de horizon wordt door deelnemers als een aspect gezien wat invloed heeft op de continuering van hun sport- en beweeggedrag.

Deelvraag 7: Welke mechanismen stimuleren personen uit kwetsbare groepen om ook zonder of buiten het Life Goals programma te blijven sporten en bewegen?

Uit het onderzoek zijn tal van mechanismen naar voren gekomen die personen in kwetsbare posities aan kan zetten om ook zonder of buiten het Life Goals programma te blijven sporten en bewegen.

Sporten met soortgelijken

Volgens de deelnemers draagt het sporten met soortgelijken bij aan spelplezier en volharding daarvan. Daarnaast zorgt het voor het aangaan van vriendschappen. Sporten met soortgelijken is een mechanisme wat volgens deelnemers van invloed is op hun sport- en beweeggedrag en stimuleert dat zij ook zonder of buiten het Life Goals programma willen blijven sporten.

Socialiseren

Socialiseren heeft een positief effect op de deelnemers. Hierin wordt het verschil tussen een lokaal Life Goals Festival en reguliere sportverenigingen aangekaart. Bij een festival wordt er namelijk bemoedigend op elkaar gereageerd, waar dat bij een reguliere sportvereniging vaker negatieve uitingen kent. Socialiseren is een mechanisme wat volgens deelnemers van invloed is op hun sport- en beweeggedrag en stimuleert dat zij ook zonder of buiten het Life Goals programma willen blijven sporten.

Omgeven zijn met mensen

Het mechanisme van een lokaal Life Goals Festival is zo opgebouwd dat omgeven zijn met mensen een onderdeel is. Door de deelnemers wordt dit benadrukt. Omgeven zijn met mensen is van invloed op het sport- en beweeggedrag van deelnemers en stimuleert dat zij ook zonder of buiten het Life Goals programma willen blijven sporten.

Duurzame vriendschappen

Nieuwe mensen ontmoeten en het verbreden van bestaande kringen kan leiden tot duurzame vriendschappen. Dit mechanisme is volgens deelnemers van invloed op hun sport- en beweeggedrag en stimuleert dat zij ook zonder of buiten het Life Goals programma willen blijven sporten.

Positieve associatie met sport

Uit de resultaten komt unaniem naar voren dat de deelnemers na deelname aan het lokale Life Goals Festival een positieve associatie met sport hebben gekregen. Een positieve associatie met sport zorgt, als mechanisme, dat het deelnemers stimuleert om ook zonder of buiten het Life Goals programma te gaan sporten.

Vertrouwen

Een ander mechanisme wat deelnemers aan moet zetten om zonder of buiten het Life Goals programma te sporten en wat voortkomt uit het lokale Life Goals Festival is 'vertrouwen'. Zo ervaren een paar respondenten dat zij meer vertrouwen hebben gekregen na deelname aan het festival.

Hoofdvraag: Welke aspecten van lokale Life Goals Festivals zijn volgens deelnemers uit kwetsbare groepen van invloed op de continuering van hun sport- en beweeggedrag en hoe verhoudt dit zich tot de uitgangspunten en aannames van de organisatoren van deze festivals?

Uit het onderzoek is gebleken dat er tal van aspecten zijn die volgens de deelnemers van invloed zijn op de continuering van hun sport- en beweeggedrag. Dit zijn plezier, begeleiding, structuur, verbinding, sociaal contact en stip op de horizon. Eerdergenoemde aspecten worden gestimuleerd door een paar mechanismen die in het lokale Life Goals Festival verwerkt zitten. De mechanismen die de aspecten stimuleren die volgens deelnemers van invloed zijn op de continuering van hun sport- en beweeggedrag zijn sporten met soortgelijken, socialiseren, omgeven zijn met mensen, duurzame vriendschappen positieve associatie met sport en vertrouwen. Dit komt grotendeels overeen met de uitgangspunten en aannames van de landelijke programmamakers & lokale organisatoren.

Daarnaast is er binnen dit onderzoek ook gekeken naar een witte vlek. De witte vlek waar dit onderzoek zich op richt is welk effect van een lokaal Life Goals Festival, of aspect daarvan, zichtbaar blijft op de deelnemers uit kwetsbare posities, één maand na de betreffende interventie. Zo zijn er meerdere effecten aangetoond, zoals het verlagen van drempels, verbetering van sociale vaardigheden, vergroten van zelfvertrouwen en het ontstaan van plezier ten aanzien van sport.

Er zijn echter ook verschillen die aangetoond zijn door het gebruik van de ToC. Zo zijn er verschillen in uitgangspunten en aannames van de landelijke programmamakers & lokale organisatoren en ervaringen van deelnemers over 'design', 'input', 'activities', 'assumptions' en 'context'.

7. Discussie

In dit hoofdstuk wordt een reflectie gepresenteerd over de wijze waarop het onderzoek is uitgevoerd. Hierin worden zaken besproken die vanuit de onderzoeker als uitdagend ervaren werden. Vervolgens worden beperkingen in haar algemeenheid uitgelicht.

7.1 Reflectie op positie als onderzoeker

De doelgroep waar dit onderzoek betrekking op heeft weet zich vaak, bedoeld of onbedoeld, onder de radar van de overheid en zorg- en welzijnsinstellingen te houden. De doelgroep ervaart barrières waardoor zij de aansluiting met de samenleving missen. Daarnaast heerst er een stigma dat kwetsbare doelgroepen afstandelijk en terughoudend zijn, doordat zij juist niet in de samenleving te vinden zijn. Hier kunnen echter nuances over geplaatst worden. Naast het gegeven dat deelnemers binnen Life Goals programma's wat van hun leven willen maken, waren zij net zo welwillend om deel te nemen aan dit onderzoek. Met behulp van de voor hun bekende coördinator konden ze benaderd en gevraagd worden voor deelname aan dit onderzoek. Elke gevraagde deelnemer stond hier gelijk voor open. Ook spraken de deelnemers openlijk over hun mate van kwetsbaarheid en waren ze daarin transparant. Door eerst een informeel gesprek met hun te starten verschoof de setting al snel van interviewer naar gesprekspartner. Dit werd ook een aantal keer door verschillende respondenten aangegeven. Hoewel het gesprek op gang brengen makkelijk was, werd het gesprek sturen en inhoudelijk de diepte in gaan als uitdagend bevonden. Het gesprek bleef namelijk vaak op oppervlakkig niveau en tal van vragen werden door de deelnemers niet begrepen. Zo moest er tal van keren naar andere bewoordingen of 'makkelijkere' woorden gezocht worden. Daarnaast waren er ook deelnemers die nog niet lang in Nederland woonden en de taal niet (volledig) kundig waren, waardoor er niet te stellen is dat zij de vragen interpreteerden zoals ze bedoeld waren of antwoorden gaven waarnaar gezocht werd. Ongeacht deze uitdagingen waren de deelnemers een fijne onderzoeksgroep.

7.2 Korte termijneffecten

Uit de 'literatuurstudie & theoretisch perspectief' kwam naar voren dat er twee meetmomenten uitgevoerd zouden worden bij de deelnemers. Er is gekozen voor twee meetmomenten om de korte termijneffecten van de sportinterventie in kaart te kunnen brengen. Hoewel er meerdere effecten na één maand van de interventie aangetoond zijn, kan er niet vastgesteld worden hoe lang deze effecten doorzetten. Zo is het niet mogelijk dat de uitkomsten van de ToC op micro-level gelijkgetrokken kunnen worden met macro-level outcomes in de samenleving. Een vervolgonderzoek met een langer onderzoeksverloop, gericht op langer termijneffecten, zou dit inzichtelijk kunnen maken.

7.3 Niet het gewenste aantal respondenten uit enquêtes

Binnen dit onderzoek is er gebruikgemaakt van zowel kwalitatieve en kwantitatieve dataverzameling. Hoewel de kwalitatieve dataverzameling de juiste hoeveelheid respondenten bevat om een inzichtelijk beeld te krijgen, bleef dit bij de kwantitatieve dataverzameling uit. Zo zijn de enquêtes voor de eerste meting ingevuld door tien respondenten; bij de tweede meting door zes respondenten. Door de geringe en onevenredige respons rate zijn de resultaten enerzijds niet generaliseerbaar en anderzijds onbetrouwbaar. Hierdoor is ervoor gekozen om de resultaten uit de enquêtes niet mee te nemen in het resultaten- en analysehoofdstuk. Ongeacht een online-enquête een groter aantal respondenten kan bereiken is het voor een vervolgonderzoek raadzaam om de enquêtes ter plekke af te nemen, vooral gezien de kwetsbare doelgroep. Om de respons rate te verhogen kunnen er (materialistische) beloningen uitgedeeld worden.

7.4 Moeilijkheid van vraagstelling

Zoals eerder benoemd was de respons bij de kwantitatieve dataverzameling gering. Een reden hiervoor kan betrekking hebben op de moeilijkheid van de vraagstelling. Bij de interviews was dit te zien doordat vragen veelvuldig herhaald moesten worden en er 'makkelijk' te begrijpen woorden gebruikt moesten worden. Dit kan ervoor gezorgd hebben dat de resultaten door de onderzoeker verkeerd geïnterpreteerd konden worden. Daarnaast kon dit ervoor gezorgd hebben dat de deelnemers niet in openheid hun respons wilden geven vanwege onzekerheid of andere factoren.

Bij de enquêtes was dit te zien door de lage respons rate en voltooiingspercentage. Dit kan enerzijds te maken hebben met de moeilijkheid van de vragen en anderzijds met de lengte van de enquête. Voor een vervolgonderzoek dient rekening gehouden te worden met de lengte van de interviews en enquêtes als de moeilijkheid van de vraagstelling.

8. Aanbevelingen

In dit hoofdstuk worden de aanbevelingen gepresenteerd. Het onderzoek heeft tal van aanbevelingen vanuit de ToC in kaart gebracht voor de doorontwikkeling van de lokale Life Goals Festivals als sportinterventie.

8.1 Behoeftonderzoek

De eerste aanbeveling betreft een behoeftonderzoek onder de deelnemers naar het sportaanbod dat zij tijdens de wekelijkse sportmomenten en lokale Life Goals Festivals willen beoefenen. Zo geven de lokale organisatoren aan dat zij denken te weten waar de affiniteit van deelnemers ligt, terwijl dit niet bewezen of onderzocht is. Eén van de landelijke programmamakers bevestigt dit en stelt dat er behoeftonderzoek naar gedaan kan worden om de behoefte inzichtelijker te maken.

8.2 Side-events voor kinderen

De tweede aanbeveling gaat over de side-events. Vanuit de vrouwelijke deelnemers wordt aangegeven dat zij side-events willen zien voor hun kinderen. Naast het gegeven dat de aanwezigheid van vrouwelijke deelnemers summier is bij lokale Life Goals Festivals, kan dit te maken hebben dat zij op hun kinderen moeten passen en daardoor niet aanwezig kunnen zijn bij lokale Life Goals Festivals. Door side-events voor kinderen te verwerken in het sportaanbod tijdens lokale Life Goals Festivals, kan dit de sportparticipatie bij lokale Life Goals Festivals onder vrouwelijke en mannelijke deelnemers stimuleren.

8.3 Elementen voor verschillende type sporters

De derde aanbeveling heeft betrekking op de insteek van een lokaal Life Goals Festival. Zo wil een merendeel van de deelnemers op een laagdrempelige manier sportplezier ervaren. Echter, er zijn ook deelnemers die prestatiegericht willen sporten. Om enerzijds voor beide type sporters een plezierige sportdag te verzorgen en anderzijds beide type sporters te betrekken bij het aanbod wordt aanbevolen om sportactiviteiten voor beide type sporters te ontwerpen. Het verschil hierin ten opzichte van een side-event is dat van tevoren bij deelnemers van een lokaal Life Goals Festival geïnventariseerd wordt of zij laagdrempelig of prestatiegericht willen komen sporten en welk sportaanbod zij daarmee willen beoefenen.

Literatuurlijst

- Bailey, R. (2008). Youth sport and social inclusion. In N. Holt (Eds.), *Positive youth development through sport* (pp. 85-96). New York: Routledge.
- Bailey R, Hillman CH, Arent S, Petitpas A. (2013). Physical activity: an underestimated investment in human capital?. *Journal of physical activity and health* 10 (pp. 289-308).
- Barnes, M., E. Matka and H. Sullivan (2003). 'Evidence, Understanding and Complexity'. *Evaluation* 9(3): 265–84.
- Biddle SJH, Mutrie N, Gorely T. (2015). *Psychology of physical activity: determinants, well-being and interventions*. New York: Routledge.
- Blamey, A.M., Mackenzie, M. (2005). 'The Practice and the Theory: lessons from the Application of a Theories of Change Approach. *Evaluation* 11 (2): 151-168.
- Berry, C. (2016). Use of Logic Models and Theory of Change Models for Planning and Evaluation. 1-21.
https://www.franklincountykids.org/uploads/2/8/2/6/28262799/evaluation_planning_logicmodels_theoryofchangemodels_handout.pdf.
- Bolton, N., Grace, C., Harris, S., & Martin, S. (2018). Implementing a theory of change approach to research sport participation programmes targeting 'hard to reach' groups, *International Journal of Sport Policy and Politics*, 10:4, 761-777.
- Coalter, F. (2007). *A wider social role for sport: Who's keeping the score?*. Routledge.
- Coalter, F. (2010). Sport-for-development: Going beyond the boundary?. *Sport in society*, 13(9), 1374-1391.
- Coalter, F. (2012). 'There is loads of relationships here': Developing a programme theory for sport-for-change programmes. *International review for the sociology of sport*, 48(5), 594-612.
- Coalter, F. (2015). Sport-for-Change: Some Thoughts from a Sceptic. *Social inclusion* 3 (3): 19.
- Coalter, F., Haudenhuyse, R.P., & Theeboom, M. (2012). The potential of sports-based social interventions for vulnerable youth: implications for sport coaches and youth workers, *Journal of Youth Studies*, 15:4, 437-454.
- Connell, J. P. and A. C. Kubisch (1998). Applying a Theory of Change Approach to the Evaluation of Comprehensive Community Initiatives: Progress, Prospects, and Problems. In *New Approaches to Evaluating Community Initiatives, Vol. 2: Theory, Measurement, and Analysis*. K. Fulbright-Anderson, A. C. Kubisch and J. P. Connell, Eds., Aspen Institute.
- Conrad, K., Randolph, F., Kirby, M., & Bebout, R. (1999). Creating and Using Logic Models: Four Perspectives. 1-15.
<https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.616.1621&rep=rep1&type=pdf>.
- Creswell, J. W., Plano Clark, V. L., Gutmann, M. L., & Hanson, W. E. (2003). Advanced mixed methods research designs. In A. Tashakkori & C. Teddlie (Eds.) *Handbook of mixed methods in social and behavioral research* (pp. 209-240). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Creswell, J. W. (2012). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage Publications.
- Dixon, M. Hills, M., & Walker, M. (2019). *The Importance of Theorizing Social Change in Sport for Development: A Case Study of Magic Bus in London*. in *Journal of Sport Management*, p. 415-425.
- Firestone, W.A., (1993). Alternative arguments for generalizing from data as applied to qualitative research. *Educational Researcher* 22, 16–23.
- Gomez Velasquez, A., Hills, S., & Walker, M. (2018). Sport as an analogy to teach life skills and redefine moral values: A case study of the 'Seedbeds of Peace' sport-for development programme in Medellin, Colombia. *Journal of Sport for Development*, 6(10), 25-37.

- Hermens, N., Super, S., Verkooijen, K., & Koelen, M. (2015). Intersectoral Action to Enhance the Social Inclusion of Socially Vulnerable Youth through Sport: An Exploration of the Elements of Successful Partnerships between Youth Work Organisations and Local Sports Clubs. *Social Inclusion*, 3(3), 98–107.
- Kenniscentrum Sport en Bewegen. (2022). *Database sport en beweginginterventies*. Geraadpleegd op 23 januari 2022 van https://www.kenniscentrumsportenbewegen.nl/interventies/?action=ea_search&pagina=1&page_d=0&sort=&q=.
- Klijer-Kool, L., Zuurbier, M. (2020). *Sportactiviteiten voor mensen met verslavings- en psychische problematiek*. Artikel over praktijkvoorbeelden met meerwaarde en oog voor risico's.
- Lauwerier, E., Van Poel, E., Van Roy, K., Van der Veken, K., & Willems, S. (2020). Evaluation of a program targeting sports coaches as deliverers of health-promoting messages to at-risk youth: Assessing feasibility using a realist-informed approach. *PLoS ONE* 15(9): e0236812. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236812>.
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2018). Nationaal Sportakkoord: Sport verenigt Nederland. Den Haag: Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.
- Movisie. (2021). *De Life Goals aanpak*. Geraadpleegd op 23 januari 2022 van <https://www.movisie.nl/interventie/life-goals-aanpak>.
- Mulier Instituut (2016a). *Sportevenementen: wat levert het op?*. Geraadpleegd op 25 januari 2022 van <https://www.mulierinstituut.nl/publicaties/17633/sportevenementen-wat-levert-het-op/>.
- Mulier Instituut. (2016b). *Sport helpt kwetsbare jongeren. Klopt die aanname?*. Geraadpleegd op 27 januari 2022 van <https://www.mulierinstituut.nl/publicaties/17699/sport-helpt-kwetsbare-jongeren-klopt-die-aanname/>.
- Mulier Instituut. (2018). *Evaluatie beleidskader sportevenementen*. Geraadpleegd op 25 januari 2022 van <https://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=9136&m=1538473315&action=file.download>.
- Mulier Instituut. (2020). *Psychische gezondheid, bewegen en sport*. Geraadpleegd op 15 februari 2022 van <https://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=10003&m=1589881893&action=file.download>.
- Mulier Instituut. (2021). *Sociale ongelijkheid in sportdeelname*. Geraadpleegd op 15 februari 2022 van <https://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=10400&m=1625580331&action=file.download>.
- Patton, M.Q. (2008). *Utilization-Focused Evaluation*. 4th edition. SAGE publications, Inc. 1-668. <https://books.google.nl/books?hl=nl&lr=&id=DFYXBAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=patton+2008&ots=5LlnVineo&sig=ycUOMcguShLBu3LSkCiFLdYpSlg>.
- Society Impact (2019). *Wat is Life Goals waard? Op zoek naar de meerwaarde van sport voor een kwetsbare doelgroep*. Geraadpleegd op 23 januari 2022 van <https://stichtinglifegoals.nl/wp-content/uploads/2020/06/Eindrapport-Wat-is-LG-waard.pdf>.
- Sport England. (2017). *Review of evidence on the outcomes of sport and physical activity: a rapid evidence review*. Geraadpleegd op 12 februari van <https://sportengland-production-files.s3.eu-west-2.amazonaws.com/s3fs-public/sport-outcomes-evidence-review-report.pdf>.
- Sportknowhowxl. (2021). *Deelname aan European Life Goals Games gaf eigenwaarde boost*. Geraadpleegd op 26 januari 2022 van <https://www.sportknowhowxl.nl/nieuws-en-achtergronden/nieuwsberichten/nieuwsbericht/144654/>.

- Stichting Life Goals Nederland. (2022a). *Sport, een doeltreffend middel voor nieuw perspectief!*. Geraadpleegd op 8 januari 2022 van <https://stichtinglifegoals.nl/wp-content/uploads/2022/09/Life-Goals-Brochure.pdf>.
- Stichting Life Goals Nederland. (2022b). *Impact*. Geraadpleegd op 25 januari 2022 van <https://stichtinglifegoals.nl/impact/>.
- Sugden, J. (2008). Anyone for football for peace? The challenges of using sport in the service of co-existence in Israel. *Soccer & Society*, 9(3), 405-415.
- Theeboom, M. A. R. C. (2011). De sociale waarde van sport. Alternatieven voor kansengroepen op lokaal vlak. *Demos vzw (2011), Momenten*, (8), 10-15.
- Trimbos Instituut. (2022). *Cijfers: psychische gezondheid*. Geraadpleegd op 15 februari 2022 van <https://www.trimbos.nl/kennis/cijfers/psychische-gezondheid-ggz/>.
- Weiss, C.H. (1997). Theory-based Evaluation: Past, Present and Future. In Rog, D.J. & Fournier, D. *Progress and Future Directions in Evaluation: Perspectives on Theory, Practice, and Methods. New Directions for Evaluation*, no. 76, San Francisco: Jossey-Bass.
- World Bank (2004). *Monitoring and Evaluation: Some Tools, Methods and Approaches*. Washington, DC: World Bank.