

Dag van het Sportonderzoek 7 oktober 2010

# Kenmerken van jongeren met en zonder sportief zelfbeeld

Kirsten Verkooijen  
Gezondheid en Maatschappij



WAGENINGEN UNIVERSITY  
WAGENINGEN UR

# Onderzoeksvraag

---

Welke persoonlijke en demografische variabelen hangen samen met een sportief zelfbeeld onder jongeren?



# Individuele determinanten van sportgedrag

---



- Attitude

- “sporten is stom/leuk/vermoeiend”

- Sociale invloed

- “mijn ouders vinden dat ik moet sporten”

- Eigen-effectiviteit

- “ik ben goed in sport” “ik heb tijd om te sporten”

- Zelfbeeld

- “ik zie mijzelf als een sportief persoon”



# Zelfbeeld: “wie ben ik?” en “waar sta ik voor?”

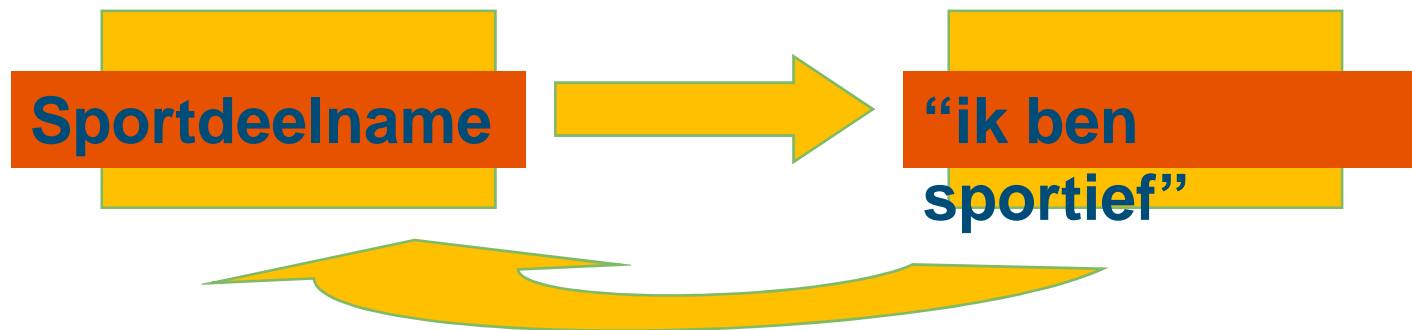


# Relatie zelfbeeld en gedrag

---

## Identiteitstheorie (Tajfel & Turner, 1972):

- Mensen ontleen hun zelfbeeld aan de mensen waarmee ze omgaan (sociale identiteit) en aan hun eigen gedrag (eigen-identiteit)
- Mensen streven naar een consistent zelfbeeld en gedragen zich daarom graag op een manier die hun identiteit bevestigt



- Daarnaast speelt identiteit een rol in gewoontegedrag en vormt het een intrinsieke motivatie voor gedrag



# Voordelen van een sportief zelfbeeld

---

- Verhoogde deelname aan sport en beweging
- Algemeen gezondere leefstijl<sup>2</sup>
  
- Keerzijde van sterk (eenzijdig) sportief zelfbeeld: verhoogde kans op burnout bij tegenvallende prestaties of blessures<sup>3</sup>



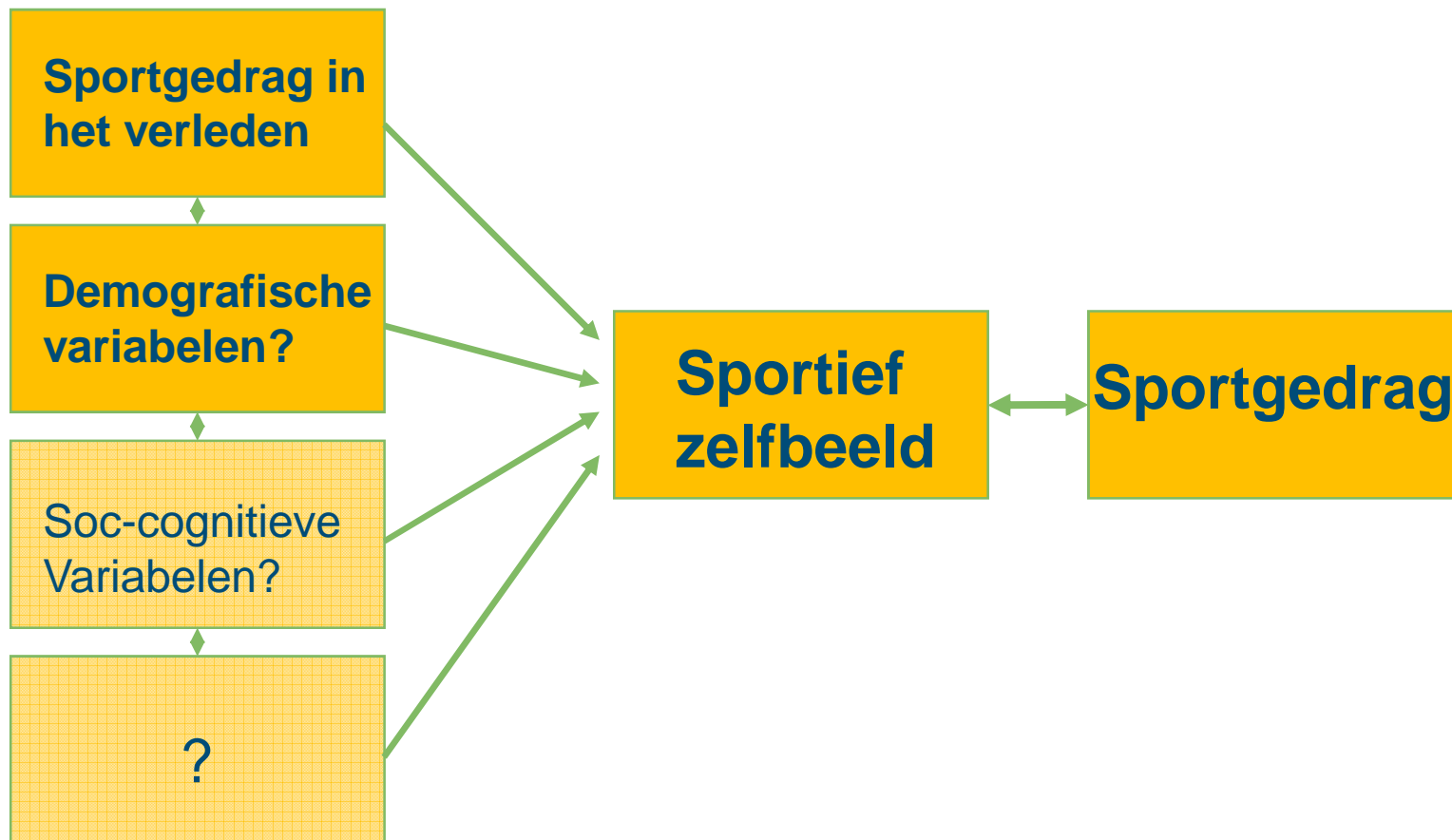
1. Anderson, C. B. et al. (2009). Contribution of Athletic Identity to Child and Adolescent Physical Activity. *American Journal of Preventive Medicine*, 37, 220-226.

2. Verkooijen, K.T., Kremers, S.P.J., & Nielsen, G.A. (2008). Leisure time physical activity and smoking in adolescence: an examination of potential mediating and moderating factors. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 157-163

3. Raedeke, T.D., & Smith, A.L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport Exercise Psychology*, 23, 281-306.



# Determinanten van een sportief zelfbeeld



# Onderzoeksdesign

---



- Cross-sectionele dataverzameling d.m.v. vragenlijsten onder 588 leerlingen van een scholengemeenschap in Wageningen
- Zowel vmbo, mavo, havo als vwo leerlingen
- Vragenlijsten uitgedeeld door docent en in klas ingevuld
- Het onderzoek vond plaats tussen okt '07 en jul '08



# De vragenlijst

---

- Zelfbeeld: 8 stellingen op een 7-puntschaal. Bijv. “Ik zie mijzelf als een sportief persoon” helemaal eens – helemaal oneens
- Sportgedrag: hoe vaak besteed je gemiddeld per week in je vrije tijd minimaal 15 min. achterelkaar aan intensieve, middelmatige en lichte beweging? (Godin's LTEQ)
- 7 sportmotieven op 7-punt schaal: plezier, prestatie, sociaal, uiterlijk, gezondheid, persoonlijke norm, sociale norm
- Lidmaatschap sportclub/vereniging
- Rookgedrag
- Achtergrondvariabelen



# Steekproefbeschrijving

---

		N	%
Geslacht	man	262	48
	Vrouw	279	52
Leeftijd	12	64	11
	13	108	19
	14	112	20
	15	101	18
	16	103	19
	17-19	69	12
Opleiding	vmbo	198	34
	mavo	178	30
	havo/vwo	212	36
Totaal		588	100



# Beschrijving resultaten

		Sportgedrag M (SD)	Zelfbeeld M (SD)	Lidmaatschap sport %	Roken %
Geslacht	man	12.3 (9.6)	5.0 (1.1)	75	16
	vrouw	10.8 (8.1)	4.5 (1.4)	66	15
Leeftijd	12	13.6 (12.9)	5.2 (1.1)	90	0
	13	12.1 (5.7)	4.9 (1.2)	74	8
	14	11.0 (10.3)	4.7 (1.3)	67	11
	15	10.4 (8.7)	4.6 (1.3)	57	23
	16	11.4 (8.3)	4.5 (1.3)	67	32
	17-19	12.3 (7.9)	5.0 (1.3)	74	12
Opleiding	vmbo	10.2 (7.2)	4.6 (1.3)	58	23
	mavo	11.1 (7.9)	4.7 (1.3)	69	12
	Havo/vwo	13.4 (10.9)	5.0 (1.1)	82	12
Totaal		11.7 (8.9)	4.8 (1.3)	70	16



# Uitkomsten log. regressieanalyse op zelfbeeld\*

		Bivariate analyse OR (95% CI)	Gecontroleerd voor sportgedrag OR (95% CI)
Geslacht (vrouw)		<b>0.52</b> (0.35-0.76)	<b>0.59</b> (0.39-0.88)
Leeftijd		<b>0.89</b> (0.80-1.00)	<b>0.90</b> (0.80-1.02)
Opleiding (vmbo)	mavo	<b>1.49</b> (0.96-2.32)	<b>1.42</b> (0.90-2.23)
	havo/vwo	<b>1.91</b> (1.23-2.95)	<b>1.49</b> (0.95-2.35)
Lidmaatschap sport		<b>5.56</b> (3.73-8.27)	<b>4.82</b> (3.21-7.25)
Teamsport**		<b>4.16</b> (2.36-7.33)	<b>3.88</b> (2.18-6.91)
Roken		<b>0.38</b> (0.24-0.62)	<b>0.42</b> (0.26-0.69)

\*geen of zwak sportief zelfbeeld (score  $\leq 4$ ) versus wel een sportief zelfbeeld (score  $> 4$ )

\*\*alleen leden van een sportvereniging zijn in de analyse opgenomen



# Conclusie & discussie

---

- Een sportief zelfbeeld hangt positief samen met lidmaatschap van een sportvereniging en (naar het lijkt) deelname aan teamsport
- Aandachtsgroepen voor interventies: vmbo-leerlingen, meisjes en rokers
- Onderzoek nodig naar *hoe* sportief zelfbeeld te versterken





# Gezondheid en Maatschappij

Departement Maatschappijwetenschappen, Wageningen Universiteit

kirsten.verkooijen@wur.nl

© Wageningen UR



WAGENINGEN UNIVERSITY  
WAGENINGEN UR