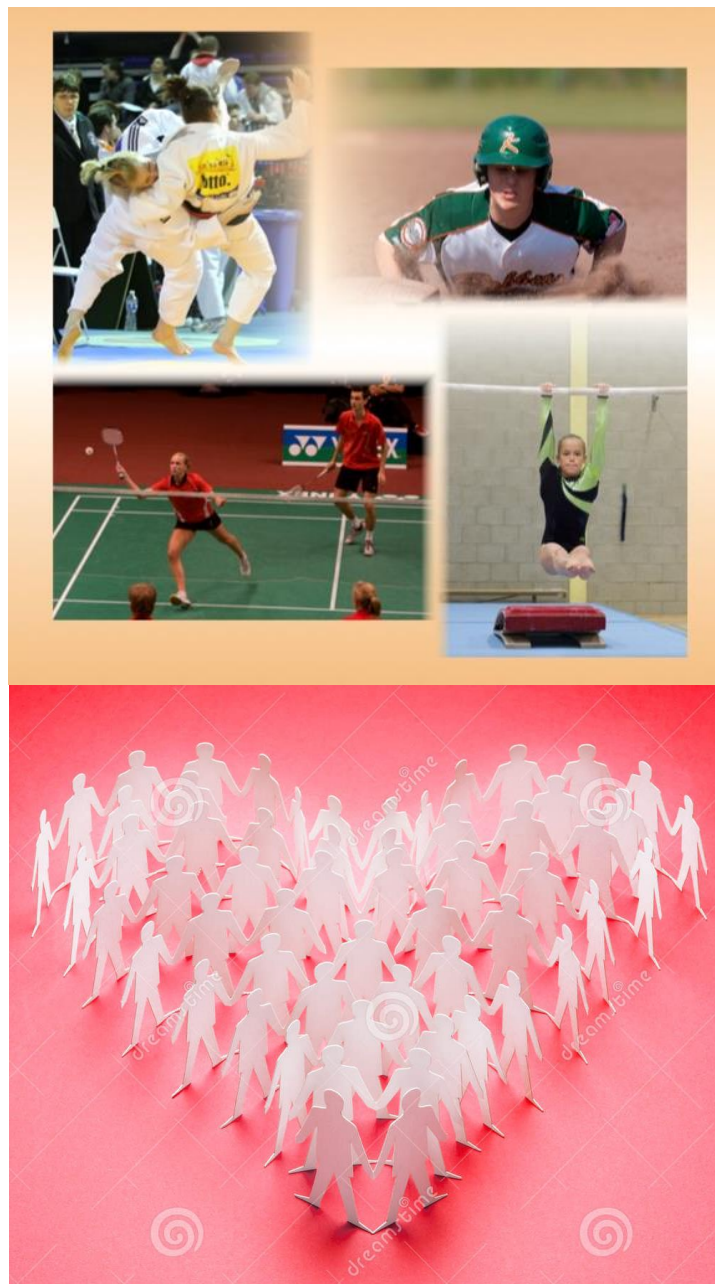


In hoeverre heeft het beoefenen van sport invloed op de sociale cohesie?

Maike Roerdink



Inhoudsopgave

Plan van aanpak.....	3
Inleiding.....	4
Deelvraag 1: Wat is sociale cohesie?	5
Deelvraag 2: Wat verstaan we onder sport beoefenen?	6
Deelvraag 3: Wat zijn de voordelen van sportbeoefening?.....	7
Conclusie	9
Literatuurlijst	10



F-pupillen van voetbalvereniging Hooglanderveen maken zich klaar voor de Wedstrijd

Plan van aanpak

Ik heb ervoor gekozen om mijn Maatschappijleer PO te houden over de invloed van sport op de sociale cohesie van Nederland, omdat de invloed van sport groeit.

Om mijn PO op tijd af te hebben, zal ik veel tijdens de buffelweek moeten doen en er thuis ook aan werken. Ik wil in ieder geval deelvraag 1,2 & 3 af hebben op woensdag 7 Februari 2018. Ik wil mijn eigen ervaring er ook in meenemen. Ik heb namelijk vroeger geturnd (individuele sport) en nu zit ik op korfbal (teamsport) en merk daar wel verschil tussen. Ik ga aan mijn vader vragen om het PO door te lezen om spelfouten eruit te halen.



De recreanten van HKC-Haarlem

Inleiding

Tijdens het WK voetbal kleurt heel Nederland oranje en zijn we trots op ons land. Ik voel me dan een echte Nederlander. Nu gaan we dit jaar niet naar het WK helaas. Dit zette mij aan het denken, want niet alleen door sport te kijken kan er meer samenhang in Nederland komen, toch? Ik denk dat een sport beoefenen ook heel belangrijk is voor de sociale cohesie. Maar hoe belangrijk? Daarom is mijn hoofdvraag: In hoeverre heeft het beoefenen van sport invloed op de sociale cohesie? Om die vraag te beantwoorden moet ik eerst gaan kijken wat sociale cohesie precies is. Vervolgens is er ook een verschil tussen de sporten denk ik. Want in een teamsport moet je veel meer samenwerken dan een individuele sport. Daaruit komt de vraag: Wat verstaan we onder sport beoefenen? Als laatste is het belangrijk om te weten wat voor voordelen het beoefenen van een sport heeft. Het heeft natuurlijk effect op het menselijk lichaam maar waarschijnlijk ook op andere aspecten.

Op de site van de overheid (<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/sport-en-bewegen/sport-bewegen-en-gezondheid>) lees ik dat de overheid veel doet om sport te bevorderen, omdat de overheid natuurlijk een gezond volk wil hebben. Ze stimuleren het sporten en zo willen ze ervoor zorgen dat mensen gezonder gaan leven. Ze hebben ze het Nationaal Programma Preventie dat ervoor moet zorgen dat mensen gezonder gaan leven. Dit is ook belangrijk voor bedrijven: hoe gezonder iemand is, hoe minder ziekte-dagen hij of zij hoeft te gebruiken.

Sport bestaat al heel lang. Het is voor groot en voor klein. De laatste jaren is sport erg gegroeid. Dit komt natuurlijk door de tv maar ook door de ontzuiling et cetera. Maar het is ook een trend om gezonder te leven, waarin sport natuurlijk een grote rol speelt. Er komen nu steeds meer fitnesshallen. Dit heeft weer een andere invloed op de sociale cohesie, ik denk minder. Vroeger hoorde je bij een club als je sportte en daar voel je je denk ik toch meer verbonden mee dan met een fitnessbedrijf.

Deelvraag 1: Wat is sociale cohesie?

Uit recent onderzoek blijkt dat van sociale cohesie vele definities en interpretatie in omloop zijn (Huygen & Meere, 2008).

Volgens het Prisma woordenboek Nederlands (2016) wordt sociaal gedefinieerd als “bijvoeglijk naamwoord van of over de menselijke samenleving: sociale wetenschappen of graag met anderen omgaand”.

Cohesie kan worden gedefinieerd als: samenhang (Prisma woordenboek Nederlands, 2016).

Uit onderzoek van Schuijt, Adriaans, Middelkoop, Rijpkema & Schuurmans (2012) blijkt dat we spreken van sociale cohesie als er een onderlinge verbondenheid bestaat tussen (groepen) mensen. Je ziet dit wij-gevoel soms in een klas of bij het personeel van een bedrijf. Ook voor Nederland als geheel is een wij-gevoel belangrijk, anders gaat iedereen zijn eigen weg en trekken we ons niets meer van anderen aan. Zonder sociale cohesie dreigt een samenleving uiteen te vallen door onderlinge belangentegenstellingen en conflicten. De mate van sociale cohesie wordt bepaald door de bindingen die we met elkaar hebben. Zijn er veel bindingen, dan is er veel cohesie; hebben we weinig met elkaar te maken, dan is er ook weinig saamhorigheid. Sociale cohesie kan worden uitgelegd aan de hand van vier soorten bindingen:

- Affectieve bindingen: het behoren bij een groep zoals een familie en/ of sportclub.
- Economische bindingen: Voor onze behoefte aan voedsel, onderdak en kleding zijn we afhankelijk van anderen. De onderlinge economische afhankelijkheid is door de globalisering verder toegenomen
- Cognitieve bindingen: Voor het verwerven van kennis ben je afhankelijk van anderen en met die mensen heb je dus een cognitieve binding.
- Politieke bindingen: Mensen zijn afhankelijk van elkaar omdat ze simpelweg niet alles zelf kunnen regelen.

In werkelijkheid lopen de vier bindingen door elkaar heen.

Uit onderzoek blijkt dat de sociale cohesie voor een belangrijk deel de kwaliteit van de samenleving bepaalt. Onderlinge verstaanbaarheid, wederkerigheid, gelijkwaardigheid en positieve vormen van interactie creëren onderlinge betrokkenheid en balans tussen verschillende groepen en individuen.

Deelvraag 2: Wat verstaan we onder sport beoefenen?

Ik had laatst een discussie met een tegenstander die zei dat e-sport een echte sport was. Voor mij is sport iets wanneer je actief bezig bent met je lichaam. Schaken voelt voor mij ook niet als sport. Uit recent onderzoek blijkt dat de term sport voor een brede waaier aan activiteiten staat waarbij een opdeling van de diverse als "sport" gedefinieerde en gekende uitingen een probleem kan vormen. De vraagstelling "Wat is sport?" beantwoorden is moeilijk (de Jonghe, 2007).

Volgens het Prisma woordenboek Nederlands (2016) wordt sport gedefinieerd als de lichamelijke inspanning als ontspanning of in wedstrijdverband.

Breedtesport en topsport

Er is maar een kleine groep die topsport doet in Nederland. De topsporters hebben een soort voorbeeldfunctie. Breedtesport doen veel meer mensen. Je doet af en toe een wedstrijd afhankelijk van welke sport je doet. Je hoort bij een club en traint een paar keer in de week.

Teamsport en individuele sport

Bij beoefening van individuele sporten is de sociale binding tussen sporters minder sterk dan bij teamsporten. Bij het beoefenen van individuele sporten zou het gevolgen moeten hebben voor de sociale bindingen tussen sporters (door de beoefening van individuele sporten zullen de voordelen die voortkomen uit de sociale bindingen tussen sporters kleiner worden) (Puntnam, in van Gool, 2005).

Individuele sporten leiden tot meer zelfvertrouwen in individuele taken, en teamsporten in meer gevoel van controle over relaties (Boonstra & Hermens, 2011)

Ik heb vroeger topsport turnen gedaan. Ik trainde altijd met een groepje van ongeveer 5 meisjes. Als je zoveel traint praat je wel wat, maar het sporten was vooral gericht op het turnen. Toen ik op atletiek ging was het een grote groep maar wel heel gezellig. Nu zit ik op korfbal dit is natuurlijk een teamsport. Mijn club is een hechte club, mijn team is gezellig. Ik kom alleen om te sporten en als sommige kinderen niet hun best doen kan ik mij daar best wel aan ergeren. Ik train nu veel meer samen dan ik altijd deed met turnen en dat vind ik ook wel gezellig. Tijdens wedstrijden voel ik meer rivaliteit tussen de 2 teams maar het publiek bemoeit zich er ook meer mee.

Fitnesscentra

Volgens Ulseth (in van Gool, 2005) zouden er minder sociale contacten tussen sporters in een fitnesscentrum ontstaan in vergelijking met een sport die in verenigingsverband wordt beoefend. Dit is logisch want iedereen gaat wanneer hij wilt naar de sportschool, er zijn geen vaste tijden.

Deelvraag 3: Wat zijn de voordelen van sportbeoefeningen?

Er zijn verschillende voordelen van sportbeoefening. Waarschijnlijk zijn er ook wat nadelen, want zoals Johan Cruijff al zei: "Elk voordeel heeft zijn nadeel." Hieronder ga ik vooral in op de voordelen en benoem maar een paar nadelen.

Sport en het bevorderen van de gezondheid

Uit onderzoek blijkt dat sporten en bewegen duidelijk een positief effect hebben op de gezondheid van mensen. Mensen die voldoen aan de beweegnorm hebben minder kans op overgewicht, hart- en vaatziekten en vroegtijdige dood dan mensen die onvoldoende bewegen. En een bevolking die voldoet aan de beweegnorm scheelt de samenleving veel kosten voor gezondheidszorg (Boonstra & Hermens, 2011). Uit een artikel op SportSupport blijkt dat door goed te bewegen het dementieproces vertraagt (2018, 23 januari). Topsport kan wel mogelijk leiden tot blessures, een depressie, uitputting en eetstoornissen. Ik ben inmiddels al een paar jaar van turnen af. Veel turngenootjes van toen hebben een eetstoornis. Maar gek genoeg begint het pas als ze stoppen met topsport en niet willen aankomen omdat ze minder trainen. Elke maand op de weegschaal staan en het vetpercentage meten vond ik altijd verschrikkelijk. Ook al was 10 ik wou toen al niet de zwaarste zijn.

Sport en schoolprestaties

Sportdeelname kan de schoolprestatie in ieder geval niet doen verslechteren. Vaak wordt zelfs gevonden dat jeugdigen die sporten beter presteren op school dan jeugdigen die niet sporten, maar het is nog onduidelijk wat hierbij oorzaak is en wat gevolg. De meeste studies gaan uit van een indirect verband, wat betekent dat vaker sporten een positief effect heeft op een bepaalde eigenschap of vaardigheid en dat die vervolgens weer een positief effect hebben op schoolprestaties (Boonstra & Hermens, 2011)

Sportactiviteiten en het tegengaan van ongewenst gedrag

Volgens Boonstra & Hermens (2011) is sporten een positief tijdverdrijf en kunnen jongeren op momenten dat zij sporten geen problemen veroorzaken. Sport kan verveling tegengaan en zorgen voor een bepaalde kick en een zekere status onder leeftijdsgenoten die zij anders eventueel met 'stoer' of crimineel gedrag krijgen. Uit meerdere internationale studies blijkt dat door te sporten het zelfvertrouwen van jongeren toeneemt. Sporten kan wel het pesten bevorderen omdat de een iets beter is dan de andere in sporten. Maar als je op een club zit bevordert het wel de sociale contacten.

Sport en sociale interactie

NOC*NSF, als belangrijke stakeholder van de georganiseerde sport, plaatst sport al geruime tijd in een maatschappelijke context met 'We winnen veel met sport'.

Volgens een Essay van Ettema, D. (2015) leidt sporten in verenigingsverband tot sociale interactie en de mogelijkheid tot ontmoetingen tussen verschillende bevolkingsgroepen. Voor sporters kan sporten in sociaal verband tegemoetkomen

aan een elementaire menselijke behoefte aan sociale interactie, en kan een rol spelen in het tegengaan van een sociaal isolement. Daarnaast kan sporten in clubverband een rol spelen in het opbouwen en benutten van sociaal kapitaal. Andersom bepaalt de sociale interactie bij de vereniging of sportaanbieder mede hoe plezierig echt sporten wordt ervaren.

Volgen Jessica Frans is iedere club een soort minimaatschappij. Voor kwetsbare groepen is de sportvereniging een mooi middel om weer te integreren in de Maatschappij (SportSupport, 2018, 23 Januari)

Sport in de stad Haarlem

Van de gemeentelijke subsidieregeling 'Breedtesport' wordt in Haarlem gretig gebruik gemaakt. Het bruist in de Spaarnestad van initiatieven om mensen aan het bewegen te krijgen, uit hun isolement te halen of hun hersens te laten kraken.

Zo is er de stichting Hand in Hand. Deze organisatie bekommert zich om vrouwen van allerlei pluimage die veelal vanwege hun culturele achtergrond nauwelijks de deur uit komen.

De kantine van korfbalvereniging HKC Haarlem is enkele uren per week open als ontmoetingsplek voor de ouderen. Het samenkomen heeft ook een sportief tintje. Ze hebben koersbal geïntroduceerd: het is een spel dat zowel staand als zittend kan worden gespeeld, en is een variatie op het Engelse Bowls.

Vroeger al bekend?

Uit onderzoek van Stokvis (2014) blijkt dat een bekende antropoloog Demond Morrisin in de jaren tachtig van de vorige eeuw al het antwoord wist op de vraag of sport functies van religie heeft overgenomen. Voor een belangrijk deel van de bevolking zouden volgens hem voetbalwedstrijden de plaats hebben ingenomen van kerkdiensten en religieuze festivals. Het geloof in de teams die men aanhangt komt in de plaats van het geloof in God.

Conclusie

Als het WK er is kleurt heel Nederland Oranje (als we gekwalificeerd zijn tenminste). Maar sport kijken heeft niet alleen invloed op de sociale cohesie ook het sport beoefenen. Mijn hoofdvraag was daarom: In hoeverre heeft het beoefenen van sport invloed op de sociale cohesie. Daarvoor was het eerst handig om te weten wat sociale cohesie is.

We spreken van sociale cohesie als er een onderlinge verhouding ontstaat tussen (groepen) mensen. Over wat een sport is zijn de meningen verdeeld. Ik kan wel concluderen dat er bij teamsporten meer sociale binding is tussen sporters dan bij individuele sporten.

Sport en bewegen heeft duidelijk een positief effect op de gezondheid van mensen. Het kan zelfs het dementieproces van ouderen vertragen. Als ouderen gaan sporten komen ze ook meer onder de mensen waardoor ouderen minder eenzaam zijn. Sporten kan de schoolprestaties niet verslechteren. Het kan juist de concentratie bevorderen. Topsport zou wel de schoolprestaties kunnen verslechteren door uitputting.

Nog een voordeel van sporten is dat als jongeren sporten ze geen problemen kunnen veroorzaken. Sporten kan ook meer zelfvertrouwen geven. Ook voor kwetsbare groepen is sport een mooi middel om te integreren in de maatschappij, want een vereniging biedt de mogelijkheid tot ontmoetingen tussen verschillende bevolkingsgroepen.

Veel mensen fitnesssen tegenwoordig, maar sporters die aan fitness doen hebben eigenlijk minder sociale contacten met elkaar en bevordert de sociale cohesie nauwelijks. Sporten in verenigingsverband kan de sociale cohesie zeker bevorderen omdat een club een soort minimaatschappij is waar mensen goed met elkaar omgaan. Ieder clublid wil hetzelfde, en dat is winnen, waardoor er een verbintenis ontstaat. Mensen komen door een club in contact met elkaar. Kortom: De sociale cohesie wordt bevorderd door teamsport.

Literatuurlijst

- [De recreanten van HKC Haarlem] [Foto]. (z.j.). Geraadpleegd op 7 februari 2018, van <https://nl.dreamstime.com/stock-foto-s-sociale-samenhang-image40859033>
- [De recreanten van HKC Haarlem] [Foto]. (2017, 18 december). Geraadpleegd op 7 februari 2018, van <http://www.hkc-haarlem.nl/verslag-recreantentoernooi-de-keuze-tussen-twee-gevaren/#more-2339>
- Altijd sport in de Buurt. (2018, januari). Geraadpleegd op 7 februari 2018, van http://docs.wixstatic.com/ugd/d32384_4faa7c335cc846a8bf4161cc432e69ea.pdf
- Boonstra, N., & Hermens, N. (2011, september). De maatschappelijke waarde van sport. Geraadpleegd op 7 februari 2018, van <https://www.verwey-jonker.nl/doc/vitaliteit/De%20maatschappelijke%20waarde%20van%20sport%20met%20voor%20en%20achterkant.pdf>
- Cohesie. (2016). In Prisma woordenboek Nederlands, Houten, Nederland: Unieboek
- De Jonghe, T. (2007). *Sport in de wereld: ontstaan, evolutie en verspreiding*. Gent, België: Academia Press.
- Ettema, D. (20015). *Nieuwe uitdagingen voor de sportgeografie*. Geraadpleegd van <https://dspace.library.uu.nl/handle/1874/342639>
- Guerra, J. C., Glashouwer, M., & Kregting, J. (2008). *Tel je zegeningen: Het maatschappelijke rendement van christelijke kerken in Rotterdam en hun bijdrage aan sociale cohesie*. Geraadpleegd van <http://www.houseofhope.nl/html/filesystem/storeFolder/4/080701-Rapport-Tel-je-zegeningen.pdf>
- Huygen, A., & De Meere, F. (2008). De invloed en effecten van sociale samenhang. Geraadpleegd op 7 februari 2018, van https://www.verwey-jonker.nl/doc/vitaliteit/De%20invloed%20en%20effecten%20van%20sociale%20samenhang_1169.pdf
- Kanters, F. (2015, 7 december). F-pupillen van voetbalvereniging Hooglanderveen maken zich klaar voor de wedstrijd [Foto]. Geraadpleegd op 7 februari 2018, van <https://www.ad.nl/amersfoort/langs-de-lijn-op-zondag-voor-veel-ouders-geen-punt~ab01dc7c/>
- Schuijt, B., Middelkoop, E., Middelkoop, J., Rijkema, T., & Schuurman, T. (2008). *Thema's Maatschappijleer* (4e ed.). Wormerveer, Nederland: Essener.
- Sociaal. (2016). In Prisma woordenboek Nederlands, Houten, Nederland: Unieboek
- Sociaal. (2016). In Prisma woordenboek Nederlands, Houten, Nederland: Unieboek
- Sportclubs omarmen maatschappelijke projecten. (2018, 23 januari). Geraadpleegd op 7 februari 2018, van <https://sportsupport.nl/sportclubs-omarmen-maatschappelijke-projecten/>
- Stokvis, R. (2014). *Lege kerken, volle stadions*. Amsterdam, Nederland: Amsterdam University Press.
- Van Gool, D. (2005). *Individuele sport versus teamsport*. Geraadpleegd van <http://arno.uvt.nl/show.cgi?fid=44132>

Logboek

24 Januari 2018	Onderwerp bedacht
5 februari 2018	Hoofdvraag en deelvragen vastgesteld, plan van aanpak en inleiding geschreven
6 februari 2018	Deelvraag 1 & 2 uitgeschreven
7 februari 2018	Deelvraag 3, titelblad, inhoudsopgave
10 februari 2018	De conclusie
14 februari 2018	De conclusie verbeteren.
10 maart 2018	Fouten eruit halen