



Geluk met het sportbeleid!

Een onderzoek naar de rol van factoren van geluksbeleving in het gemeentelijk sportbeleid

Marcus Schuddebeurs
Master Thesis MBA Sportmanagement
Sport Management Institute Groningen

18 juni 2019

‘The happiness and prosperity of our citizens is the only legitimate object of government’.

Thomas Jefferson, 1809

VOORWOORD

Hierbij treft u mijn master thesis ter afronding van de Executive MBA Sportmanagement van de Wagner Group in Groningen. Deze opleiding heeft mij inzicht gegeven in de diepere achtergronden van strategisch sportmanagement mede doordat (internationale) experts vanuit het werkveld de colleges verzorgden over uiteenlopende boeiende onderwerpen en op inspirerende locaties. De studiereis naar China was heel bijzonder en een onvergetelijke ervaring. Het studiejaar 2015-2017 bestond uit een kleine maar zeer hechte groep studenten en het was een feest om met elkaar te werken. Door omstandigheden kon ik deze studie niet afronden in 2017. Vanaf deze plaats wil ik dan ook graag alle mede studenten van 'ons jaar' maar zeker ook van het daarop volgende jaar, waar ik bij aan mocht sluiten, hartelijk danken voor hun vriendschap, support en feedback. Mijn speciale dank gaat uit naar Jorike Olde Loohuis die bereid was mij als 'bezemklasser' weer op het goede spoor te zetten. Een thesis schrijven zonder gelijk op te gaan met medestudenten is immers een pittige klus. Zo ook dank aan Daco Woudenberg die geduld en koers kon houden terwijl ik het nog wel eens kwijt was gaandeweg het proces van onderzoek en hij gaandeweg meer vertrouwen kreeg in uitwerking van mijn onderwerp. Bijzondere dank ook aan de mensen die ik heb mogen interviewen, de tijd die zij voor mij hebben genomen en de voorbereiding die zij hebben gedaan was hartverwarmend. Tot slot maar zeker niet in het minst, dank aan mijn vrouw Marjon en aan onze kinderen die mijn gezwoeg en afwezigheid hebben verdragen en mij immer hebben aangemoedigd bij mijn ontdekkingstocht richting de afronding van deze opleiding.

Het onderwerp van mijn thesis heb ik bewust gekozen binnen mijn werkveld, sport in gemeenten. Mijn verwondering gaat over de functionele en instrumentele insteek van sport in gemeentelijk beleid. Mijn intrinsieke motivatie om te werken in de sport is, omdat ik geloof in de kracht van sport en daardoor de wereld net iets leuker te maken. Een hoger doel dienen met sport en bewegen en het sportbeleid het is mede daarom het objectief van dit onderzoek. Een hoger doel dan het stapelen van stenen en organiseren van activiteiten, want dat was vaak de strekking van gemeentelijk sportbeleid. In de huidige tijd zien we een veel betere integratie van sport en bewegen met andere beleidsterreinen binnen het sociale domein. Voor mij was dit de reden om te onderzoeken of er grond is om een ander uitgangspunt te definiëren waarop sportbeleid tot stand kan komen. Als alternatief uitgangspunt voor sportbeleid heb ik gekozen voor *geluk*. Mijn nieuwsgierigheid ging uit naar het vinden van een wetenschappelijke grond voor de inzet van geluk in het sportbeleid zodat dit werkelijk bijdraagt aan duurzame verandering t.b.v. het bevorderen van het welbevinden van de bevolking door sport en bewegen. De brede regeling combinatiefuncties is per 1 januari 2019 aangepast en geeft gemeenten meer mogelijkheden om doelen te halen en doelgroepen te bereiken met sport en bewegen. Stenen, gras, ijs, gravel, zwembad, (sport)parken, openbare ruimte enzovoort en zeker ook het organiseren van activiteiten, zijn hard nodig. Ze zijn hard nodig... voor het bevorderen van ons geluk!

Onderstaande uitspraak trof mij, zowel in het kader van mijn onderwerp als ook hoe ik het proces heb ervaren t.a.v. het doen van onderzoek en het schrijven deze thesis.

*'Je kunt de oceaan nooit oversteken als je niet de moed hebt om het zicht op de kust los te laten'.
(C. Columbus, ontdekkingsreiziger)*

Marcus Schuddebeurs
Deventer, 18 juni 2019

SAMENVATTING

In de huidige samenleving is in toenemende mate aandacht voor betekenisvol leven en werken. Ook bedrijven en publieke organisaties zijn op zoek naar manieren om op een andere wijze waarde toe te voegen en betekenis voor de omgeving te vergroten. In 2017 werd tijdens het VSG-congres in Arnhem het startsein gegeven voor het ontwikkelen van het Nationaal Sportakkoord, inmiddels het leidende beleidsdocument voor de sport in Nederland. Datzelfde jaar bracht het Mulier instituut een rapport uit waarin de relatie werd verkend tussen sport en geluk.

In 2015 werden drie sociale wetten overgedragen van de rijksoverheid naar gemeenten, de WMO, jeugdzorg en de participatiewet. Deze integratie heeft ook geleid tot een betere samenwerking binnen het sociale domein en sport en bewegen heeft sindsdien hierin een stevige positie in genomen doordat er met sport en bewegen resultaten kunnen worden behaald in deze en andere sectoren van het sociaal domein. Hierdoor is er een nadrukkelijker relatie ontstaan tussen sport en welbevinden (geluk). Om geluk en sportbeleid met elkaar in verband te brengen en te concretiseren is dit onderzoek relevant.

Tegen de achtergrond van bovenstaande is de volgende onderzoeksvraag geformuleerd:

in hoeverre kunnen factoren van gelukbeleving een rol spelen in het gemeentelijk sportbeleid?

Uit de literatuurstudie blijkt dat gezondheid, levensvaardigheden en levensomstandigheden de belangrijkste en (enigszins) beïnvloedbare factoren van geluk zijn. Op individueel niveau of door een overheid. Samen met de determinanten van geluk, uitgewerkt in de vier categorieën van gelukbeleving; economische, - sociale, - politieke, - persoonlijke en psychologische determinanten zijn deze het meest kansrijk om in het sportbeleid vorm te geven. Ook is het belangrijk dat geluk kan worden gedefinieerd en dat het wordt gemeten. De meest relevante kenmerken van sport en bewegen in het gemeentelijke sportbeleid is dat intersectorale samenwerking verdere kansen biedt om meerdere doelen te realiseren.

In het empirische onderzoek zijn interviews gehouden met actoren en stakeholders op het gebied van gelukswetenschap en strategisch (sport) beleid in gemeenten. Hieruit blijkt dat geluk, als levenstevredenheid, het objectief zou moeten zijn van gemeenten. Ook hier worden gezondheid, levensvaardigheden en levensomstandigheden als beïnvloedbare factoren van geluk aangemerkt. Bevestigd wordt dat deze zijn te versterken door sport en bewegen en kunnen worden ondersteund door het gemeentelijk sportbeleid. Politiek, bestuurlijk, - en maatschappelijk draagvlak is nodig om geluk in het (sport)beleid te kunnen borgen. Dit te bereiken draagvlak kan mogelijk als belemmerende factor werken. Een brede maatschappelijk agenda zorgt voor een integraal instrument om geluk door sport en bewegen te kunnen faciliteren. Economische aspecten in beeld brengen en het kwantificeerbaar maken van geluk (i.r.t. sport) zorgt hierbij voor een objectief sturingsinstrument en versterking voor het benodigde draagvlak.

Tot slot kan worden geconcludeerd dat op basis van dit onderzoek gesteld kan worden dat in theorie, factoren van gelukbeleving een rol kunnen spelen in het gemeentelijk sportbeleid. De kans dat dit ook realiteit wordt is echter zeer nauw verbonden met de wil om geluk als uitgangspunt te stellen en hiervoor voldoende draagvlak te krijgen binnen de samenleving en de politiek- bestuurlijke context.

Inhoud

Voorwoord	3
Managementsamenvatting	4
1. Algemene inleiding	7
1.1 Aanleiding en Doelstelling	7
1.2 Probleemstelling	8
1.3 Onderzoeksvraag en deelvragen	9
1.4 Conceptueel - en onderzoekmodel	9
1.5 Kernbegrippen	10
1.6 Leeswijzer	10
2. Wat weten we over Geluk?	12
2.1 Wat is geluk?	12
2.2 Definities van geluk	14
2.3 Wat maakt mensen gelukkig en welke factoren hebben invloed op geluk?	16
2.4 Meten van geluk	21
2.5 Conclusie en antwoord op deelvraag 1	24
3 Relevante kenmerken van sport en bewegen in het sportbeleid	25
3.1 Sportbeleid in Nederland	25
3.2 Sportbeleid in de provinciale - en gemeentelijke overheid	27
3.3 Maatschappelijke betekenis - en rendement van sport en bewegen	29
3.4 Sportgedrag en individualisering	31
3.5 Conclusie en antwoord op deelvraag 2	32
4 Factoren van geluk in relatie tot sport en bewegen	33
4.1 Aspecten van sport en bewegen	33
4.2 Beïnvloedende factoren van geluk	37
4.3 Weerslag van factoren van geluk in het sportbeleid/ Sturen op geluk door beleid	38
4.4 Conclusie en antwoord op de deelvraag 3	40
5 Onderzoeksmethoden	42
5.1 Kwalitatief en exploratief onderzoek	42
5.2 Interviews en dataverzameling	43
5.3 Data-analyse	44
6 Onderzoeksresultaten, bevindingen en conclusies	46
6.1 Bevindingen van geïnterviewden, empirisch onderzoek	46
6.2 Conclusies uit het empirisch onderzoek en antwoord op deelvraag 4	50
6.3 Conclusies uit het literatuuronderzoek en het empirisch onderzoek	52
7 Conclusie	
7.1 Samenvatting van de deelvragen	55
7.2 Conclusie en antwoord op de hoofdvraag	56

8 Aanbevelingen en relevantie	58
8.1 Relevantie	58
8.2 Aanbevelingen en relevantie	59
Bibliografie, Bronnen en literatuurlijst	60

1. INLEIDING

In dit hoofdstuk worden de aanleiding en de doelstelling voor dit onderzoek beschreven in paragraaf 1.1. De probleemstelling in paragraaf 2 leidt tot een algemene onderzoeksvraag met vier deelvragen in paragraaf 1.3. In paragraaf 1.4 wordt het conceptueel model en het onderzoek model beschreven. Dit leidt tot een omschrijving van de kernbegrippen die relevant en richtinggevend zijn voor dit onderzoek in paragraaf 1.5. In paragraaf 1.6 wordt de opbouw van het onderzoek beschreven in de leeswijzer.

1.1 AANLEIDING EN DOELSTELLING

De aanleiding om het onderwerp geluk en geluksbeleving te onderzoeken, komt voort uit het ontstaan van geluk als een steeds meer geaccepteerd maatschappelijk fenomeen als middel om waarde toe te voegen of om resultaten in een andere context in beeld te brengen, dan louter in de zin van financiële waarde.

In het voorwoord van *The World Book of Happiness 2.0*, schrijft Leo Bormans:

De jonge wetenschap van onderzoek naar geluk en levenskwaliteit evolueert snel. Elke dag komen er nieuwe en verfijnde inzichten bij. De wetenschappelijke publicaties volgen elkaar snel op. ... De onderzoekers gaan dieper in op de maakbaarheid van geluk, de rol van genetica, het effect van positieve interventies, de rol van opvoeding en onderwijs, welbevinden op het werk, zingeving, beleid, vaardigheden en attitudes (Bormans, 2016, p. 8).

Vanuit de zakelijke omgeving is in toenemende mate aandacht voor sturen op geluk en geluk beleving. Happiness officers in bedrijven zijn in opkomst om het welbevinden van de medewerkers te faciliteren en te monitoren. Begrijpelijk, in een sterk opkomende economie en de dito arbeidsmarkt, wordt er gezocht naar mogelijkheden om binding en productiviteit in balans te brengen met vrijheid en betekenisvol werk (Hurst, 2018). Verder zoekt de generatie Y, de millennials, (geboren tussen 1985-2000) naar andere waarden en normen t.o.v. de voorgaande generaties. De generatie Y zijn de jonge en opkomende professionals, ouders, beslissers, ondernemers, vernieuwers, consumenten en bestuurders. Deze generatie richt zich op betekenisvol leven en werken, waarbij welbevinden (geluk) en werk met sociaal en maatschappelijk impact, belangrijke en vaak voorwaardelijke factoren zijn in het leven. Geluk is de nieuwe welvaart (Hurst, 2018).

In 2017 heeft het Mulier Instituut een rapport uitgebracht waarin een verkenning werd gedaan naar de rol van geluk in de sport. Daarin wordt geconcludeerd dat er een relatie is tussen de tevredenheid met het leven en sportdeelname of sportvrijwilligerswerk maar dat deze relatie een stuk ingewikkelder is dan het lijkt (Dool, 2017). Deze verkenning geldt onder meer als vertrekpunt voor dit onderzoek.

Vanuit mijn eigen werkpraktijk (sport in gemeenten) zijn er ontwikkelingen over een periode van de laatste vier jaar, t.a.v. de inzet van sport en bewegen. Sinds 2015 geldt de transitie van het sociaal domein waarin sport inmiddels een belangrijke rol speelt als middel voor 'getting things done' met name rondom thema's als jeugdzorg en de participatiewet. Daarnaast is er steeds vaker afstemming met, of integratie van het lokale sportbeleid met andere beleidsterreinen zoals gezondheid, jeugd, welzijn en cultuur en met decentraal beleid op gemeente overstijgende dossiers met ketenpartners. Het vraagt om een integrale visie en een gezamenlijke aanpak. Doordat gemeenten nu verantwoordelijk zijn voor het uitvoeren van deze wetten in het sociale domein, zien zij het

welbevinden (geluk) voor de inwoners ook steeds vaker als een doelstelling. Er zijn in Nederland gemeenten, bijvoorbeeld Schagen en Drimmelen waar een wethouder het beleidsthema 'geluk' als portefeuille heeft. Elk beleidsadvies moet in deze gemeenten een onderbouwing geven over hoe het betreffende beleidsadvies bijdraagt aan het vergroten van geluk van de inwoners van de gemeente. Ten aanzien van sport en bewegen is echter nog weinig kennis om geluk in de praktijk in te kunnen zetten om deze doelstellingen te verwezenlijken.

Gerda van Dijk spreekt in haar oratie 'Organisatie Ecologie; eenvoud in complexiteit' over hoe veranderingen in de tijd leiden tot een verandering van tijdperk waarin processen van globalisering, technologische innovatie en sociaal-culturele differentiatie de maatschappelijke verbanden losser maken maar ook minder voorspelbaar en minder bestuurbaar. Veranderingen in de samenleving weerspiegelen zich in de wijze waarop organisaties zich organiseren. Deze ontwikkelingen lopen van *industriële of productie-* (gestandaardiseerde processen), via *dienstverlenende* (service processen) naar *kennis of innovatie logica*. Sinds het einde van de 20^e eeuw spreken we dan ook over de *kennis - of innovatie samenleving*. Waardecreatie is het gevolg van een creatief proces, van vernieuwing. Gezamenlijk, zeker met klanten of belanghebbenden, wordt de waarde van een organisatie in een netwerk gerealiseerd en ontwikkeld. Hierbij is de grens tussen organisatie en omgeving steeds minder duidelijk en komt tot stand in losse samenwerkingsverbanden, ketens of vrije ruimten al dan niet beïnvloed door een virtuele omgeving (Dijk, 2014).

Net als bedrijven zijn ook publieke organisaties op zoek naar andere manieren om waarde toe te voegen en met hun 'klanten' om te gaan. Voor gemeenten betekent dit ook het zoeken naar een andere werkverhouding met de inwoners. De nieuwe manier om dat vorm te geven heet *public value* volgens de inzichten van van Dijk en stelt vanuit de gedachten van participatie samenleving in co-creatie ontstane producten en diensten centraal. Dit komt tot uiting als 'regisserende gemeente', 'participatie', 'co-creatie' en 'burgers in hun kracht zetten'.

'Een benadering waarbij het resultaat tot stand komt in een proces van wisselwerking tussen gemeente en de burgers' (Dijk, 2014, p. 15).

Het bevorderen van geluk kan voor een gemeente een vorm zijn van betekenis geven en waarde creëren.

Doelstelling; Mijn nieuwsgierigheid gaat uit naar hoe geluksbeleving zich verhoudt tot sport en bewegen en wat we ermee kunnen in het gemeentelijk sportbeleid en in het management van de dagelijkse praktijk. De doelstelling van deze thesis is; *inzichtelijk maken welke factoren van geluksbeleving door sport en bewegen, een rol kunnen spelen in het gemeentelijk sportbeleid.*

1.2 PROBLEEMSTELLING

De relatie tussen de ervaring (ook wel de beleving) van geluk doormiddel van sport en bewegen is onderzocht en opgeschreven in een verkenning van het Mulier Instituut 'Naar meer bruto Nationaal sportgeluk?' (Dool, 2017). We weten dat sport bijdraagt aan omstandigheden die een positieve weerslag heeft op het ervaren gevoel van geluk. Sport en bewegen heeft de laatste jaren een stevigere positie gekregen in het sociaal domein en er worden effecten en resultaten behaald door sport en bewegen op andere beleidsterreinen in het sociaal domein waar het versterken van de inwoners van een gemeente op het gebied welzijn en welbevinden voorop staat. Denk hierbij o.a. aan ouderen(zorg), jeugd, statushouders, mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt of een beperking. Er is echter onvoldoende inzicht over de manier waarop bevordering van geluksbeleving

door sport en bewegen, kan worden toegevoegd aan het sportbeleid. De volgende stap is dan om te onderzoeken welke factoren van geluksbeleving een rol kunnen spelen in het gemeentelijk sportbeleid.

1.3 ONDERZOEKSVRAAG EN DEELVRAGEN

Uit bovenstaande probleemstelling en doelstelling kan de volgende onderzoeksvraag worden geformuleerd;

In hoeverre kunnen factoren van geluksbeleving een rol spelen in het gemeentelijk sportbeleid ?

De deelvragen die hiervoor beantwoord moeten worden zijn;

1. Wat zijn de relevante factoren van geluksbeleving?
2. Wat zijn de relevante factoren van sport en bewegen en het gemeentelijk sportbeleid?
3. Welke beïnvloedingsfactoren van geluksbeleving zijn in theorie geschikt voor het ontwikkelen van het gemeentelijk sportbeleid?
4. Hoe wordt er vanuit de beleidspraktijk gekeken naar inpassing van geluk in het gemeentelijk sportbeleid?

1.4 CONCEPTUEEL MODEL EN ONDERZOEK MODEL

Inleiding

In onderstaand model is schematisch weergegeven hoe het onderzoek verloopt. Van wetenschappelijke kennis over geluk, in verband gebracht met aantoonbare effecten van sport en bewegen in relatie tot geluk en vervolgens de weerslag en toepassing in de beleidspraktijk.

Figuur 1. **Conceptueel model**



Onderzoek model

In dit onderzoek wordt onderzocht hoe kennis over sport en bewegen en kennis over geluk en geluksbeleving van toegevoegde waarde kunnen zijn voor het sportbeleid. Hierbij wordt gekeken naar factoren van geluksbeleving die relevant zijn voor gemeentelijk beleid.

1.5 KERNBEGRIPPEN

Definitie(s) en kernbegrippen in deze thesis.

Sport: In dit onderzoek wordt veelvuldig de term 'sport' gebruikt en wordt als een breed begrip gehanteerd. Waar 'sport' staat is dat met inbegrip van sport gerelateerde elementen van 'spelen', '(sportief)bewegen', 'sportieve recreatie' en 'sportevenementen'. Sport is in dit verband een onderdeel van het geheel van vrijetijdbesteding (Bakel, 2017).

In dit onderzoek wordt meestal de term *geluk* gebruikt. Dit representeert ook de term *geluksbeleving* (*Subjectief*) *welbevinden* is een kernbegrip dat wordt gebruikt in de wetenschap van de positieve psychologie en representeert een gevoel van geluk (Lyubomirsky, 2008). Het wordt als zodanig als synoniem gebruikt voor de term geluk dat in diverse onderzoeken en citaten in deze thesis terugkomt. *Gemeentelijk sportbeleid* vormt als kernbegrip de maatschappelijke betekenissen van sport, inclusief de verbinding met het sociale domein als geheel, waar sport deel van uitmaakt (Breedveld, 2016).

1.6 LEESWIJZER

Om goed inzicht te krijgen in wat geluk is, gaat hoofdstuk 2 dieper in op de factoren van geluk en welke oorzaken en omstandigheden ten grondslag liggen aan geluk. Daarnaast wordt in dit hoofdstuk beschreven hoe geluk zich verhoudt tot sociaal- maatschappelijke en economische omstandigheden en hoe geluk kan worden gemeten en bevorderd. In hoofdstuk 3 wordt gekeken naar de relevante kenmerken van sport en bewegen in relatie met het gemeentelijk sportbeleid. In hoofdstuk 4 wordt behandeld wat de factoren van geluk zijn in relatie tot sport en bewegen en op welke wijze deze elkaar beïnvloeden. Vervolgens wordt beschreven welke beïnvloedingsfactoren van geluk het best geschikt zijn voor inpassing in het gemeentelijke sportbeleid. Is geluk enigszins te sturen? Hoofdstuk 5 behandelt de gekozen methoden van onderzoek. Hoofdstuk 6 geeft inzicht in de onderzoeksresultaten, de bevindingen uit het empirisch onderzoek en de analyse van de bevindingen vanuit de theorie en het empirisch onderzoek. Tot slot van dit hoofdstuk worden er conclusies gegeven. Hoofdstuk 7 geeft de samenvatting van de deelvragen en geeft de eindconclusie. In hoofdstuk 8 wordt het onderzoek afgerond en gaat in op de relevantie van dit onderzoek en geeft aanbevelingen vanuit de praktijk en voor mogelijke vervolgstappen.

“Happiness is the meaning and purpose of life, the whole aim and end of human existence.”

Aristoteles

2 WAT WETEN WE OVER GELUK?

Inleiding

In dit hoofdstuk wordt ingegaan op wat het thema geluk inhoudt. Aan de hand van wetenschappelijk literatuuronderzoek naar geluk in Nederland en op mondiaal gebied, wordt een beeld geschetst over wat geluk is en op welke manier de kennis daarover kan bijdragen aan het oplossen van maatschappelijke vraagstukken (Boelhouwer, 2017).

Tot voor een aantal decennia geleden bestond er geen wetenschap die zich specifiek bezighield met geluk. Wetenschappers namen wijd en zijd aan dat het antwoord op de vraag; '*wat maakt iemand gelukkig*'? van persoon tot persoon verschilt. Zoiets is dan een kwestie van smaak waar de wetenschap zich niet in mengt.

Een nieuw vakgebied is ontstaan, eerst vanuit de psychologie; Psychiater Rümke promoveerde in 1923 aan de Universiteit van Utrecht op een proefschrift genaamd; 'Fenomenologische en klinisch psychiatrische studie over geluksgevoel' Hiermee was hij de eerste die aandacht vroeg voor een positieve invalshoek in de geestelijke gezondheidszorg (scp, 2012).

Het vakgebied is tot wasdom gekomen door kennis en wetenschap over geluk als een interdisciplinair onderzoekgebied te benaderen vanuit de psychologie, sociologie, economie en filosofie.

In Nederland houdt o.a. Emeritus-hoogleraar prof. dr. Ruut Veenhoven zich al ruim veertig jaar bezig met onderzoek naar geluk vanuit de Erasmus Universiteit in Rotterdam; Erasmus Happiness Economics Research Organization (EHERO). De aandacht voor de kwaliteit van leven en welbevinden is in de laatste 25 jaar flink toegenomen. Er is brede belangstelling voor hoe het met de samenleving en haar burgers gaat, op meer terreinen dan alleen het inkomen en welvaart in de zin van het Bruto Binnenlands Product (Badir, 2017).

Deelvraag 1: wat zijn de relevante factoren van gelukbeleving?

2.1 WAT IS GELUK?

Geluk in internationaal perspectief

Internationaal gezien, vanuit de gehele wereld zijn er wetenschappers die zich bezighouden met onderzoek naar geluk. In het Worldbook of Happiness 2.0 zijn er 100 wetenschappers vanuit de hele wereld die hun visie geven op dit onderwerp.

Voor dit onderzoek bestaat de geraadpleegde literatuur (body of knowledge) hoofdzakelijk uit onderzoeken op het gebied van geluk en welbevinden van drie wetenschappers en hun mede onderzoekers; Veenhoven, Lyubomirsky en Clark en bestrijkt de kennisontwikkeling in de gelukswetenschap over een relatief lange periode van ruim 30 jaar. De onderzoeken van Veenhoven stammen al van de jaren tachtig (en verder), Lyubomirsky van de jaren negentig en tweeduizend en Clark van zeer recent, 2018. Daarnaast wordt gebruik gemaakt van relevante onderzoeken van o.a. Hurst, Frey, Helliwell en Layard, en van rapporten van het Sociaal Cultureel Planbureau, Mulier Instituut en het Kenniscentrum sport.

De bevindingen en conclusies uit deze onderzoeken geven m.n. weer welke oorzaken en gevolgen er zijn t.a.v. geluk en op welke wijze er sprake kan zijn van bevordering of beïnvloeding van geluk.

Al in de vroege jaren zeventig, toen Bhutan lid werd van de Verenigde Naties (1971) (Bhutan, 2018), koos de Himalayaanse staat Bhutan voor het 'Bruto Nationaal Geluk' als richtlijn voor nationaal beleid in plaats van het Bruto Binnenlands Product.

Dit komt vooral voort uit het feit dat Bhutan relatief weinig produceert(de) en het bbp laag is (en was). Bhutan is economisch gezien geen welvarend land.

Om daar iets van waarde tegenover te stellen bedachten ze het bruto nationaal geluk. Het is ook een knipoog naar de rijke landen die zich meer druk maakten over het bbp en niet zozeer over andere waarde, als het welbevinden van de bevolking.

Bhutan is een sterk boeddhistische georiënteerde staat waar ca. twee derde van de inwoners het boeddhistische geloof aanhangt (de staatsgodsdienst) (Hajiran, 2006).

Boeddhisten streven in hun leven en geloof naar de opheffing van het lijden door het 'achtvoudige pad' te bewandelen naar de ultieme staat van verlichting, dit wordt gezien als geluk.

De politieke aandacht en de belangstelling voor geluk werd onder meer gewekt door het rapport dat werd geschreven door Nobelprijswinnaars Sen en Stiglitz samen met de econoom Fitoussi (Stiglitz, 2009) in opdracht van de Franse president Sarkozy over het meten van 'economische prestaties en sociale vooruitgang'. In navolging hiervan zijn in meerdere Europese landen parlementen gestart met een andere manier van monitoring op sociaal terrein en het doen naar onderzoek naar het welbevinden van de inwoners van het land naar en de mogelijkheden om te komen tot gelukbevordering. De regering Merkel kondigt aan serieus werk te maken van onderzoek naar het welbevinden van de bevolking (Bundestag, 2010) en David Cameron in Groot-Brittannië met zijn rede in het parlement op 25 november 2010 over 'well-being'. De Belgische President van de Europese unie, Herman van Rompuy, deelde in 2011 het 'Worldbook of Happiness' uit aan alle wereldleiders (Bormans, 2010). In Nederland werden deze signalen nog niet zo sterk opgepakt als in ons de omringende landen. In 2015 is in de Tweede Kamer wel een tijdelijke parlementaire commissie ingesteld om onderzoek te doen naar 'het brede welvaartsbegrip' uitgevoerd door het Sociaal Cultureel Planbureau (Boelhouwer, 2016). De OECD (Organisation for Economic Cooperation and Development) heeft in het programma 'Social and Welfare issues' een apart item opgenomen in de vorm van; Better life initiative; Measuring Well-Being and Progress (Bormans, 2010). De meest recente ontwikkeling (mei 2019) t.a.v. de aandacht van een overheid voor het welbevinden van de bevolking is te zien in Nieuw Zeeland, waar premier Jacinda Ardern in het parlement pleit voor een budget voor 'well-being' voor de inwoners van Nieuw Zeeland.

"The Government is committed to putting people's wellbeing and the environment at the heart of its policies, including reporting against a wider set of wellbeing indicators in future Budgets" (Guardian, 2019). *"Child poverty, domestic violence and mental health will be the priorities in New Zealand's wellbeing budget", the finance minister has announced, with the nation declaring itself the first in the world to measure success by its people's wellbeing"* (Government New Zealand, 2018).

Wat is geluk? Het is niet heel eenvoudig om deze vraag in algemene zin en in concrete termen te beantwoorden. Alleen al in internationaal perspectief gezien, stuit men op het verschil in uitdrukking qua taal.

Van Dale's woordenboek schrijft het volgende over geluk als definitie;

- 1 gunstige loop van omstandigheden; = voorspoed: hij heeft altijd geluk boft altijd; van geluk mogen spreken; veel geluk hebben; op goed geluk op de gok
- 2 aangenaam gevoel van iemand die zich verheugt (Dale, 2005).

Verder omschrijft Veenhoven geluk als een psychisch proces, het is iets wat we zelf ervaren. Iedereen ervaart het anders. Daarom is het subjectief. Geluk heeft een oorzakelijke invloed op andere verschijnselen zoals op geestelijke en lichamelijke omstandigheden, op relaties of op succes. Daar tegenover staat dat andere factoren ook weer invloed kunnen hebben op het geluk. Soms zijn dat dezelfde factoren (Veenhoven, 1984).

2.2 DEFINITIES VAN GELUK.

Omdat wetenschappelijk onderzoek naar geluk voornamelijk voorkomt uit diverse disciplines uit sociale wetenschappen (m.n. sociologie, psychologie en economie) en een internationaal karakter heeft, is het van belang voor dit onderzoek dat de terminologie en definities over geluk, van de voor deze scriptie gebruikte voornaamste bronnen, wordt genoemd.

Geluk en levenstevredenheid.

Geluk heeft betrekking op hoe mensen het leven ervaren. Veelal heeft geluk in de spreektaal de betekenis van een enkele, kortstondige gebeurtenis, die ervoor zorgt dat iemand zich (tijdelijk) blij voelt. Daarnaast heeft geluk ook betekenis als evaluatie van het leven als geheel. In plaats van geluk kan dan gesproken worden over levenstevredenheid (scp, 2012) (Veenhoven, 2000).

Geluk en levensvoldoening.

Emeritus-hoogleraar Ruut Veenhoven definieert geluk ook als levensvoldoening in de zin van: 'de mate waarin een individu voldoening scheidt in zijn leven als geheel' (Veenhoven, 2000).

Hij onderscheidt daarbij levenskansen en levensuitkomsten in de zin van geluk.

Met levenskansen doelt hij op de 'voorwaarden' voor het leven en met levensuitkomsten doelt hij op de 'opbrengsten'. Beide zijn uit te drukken in interne en externe factoren (figuur 2)

Figuur 2. **Kwaliteiten van leven (kader van het begrip geluk volgens Veenhoven)**

	Extern	Intern
Levenskansen	Leefbaarheid	Levensbekwaamheid
Levensuitkomsten	Nut	Satisfactie

Bron: (Veenhoven, 2000) (Vertaald in het Nederlands)

Veenhoven verdeelt *levenskansen* in *leefbaarheid van de omgeving* (extern) en in *levensbekwaamheden* (intern) (Veenhoven, 2000).

Met *leefbaarheid van de omgeving* doelt Veenhoven op de situatie die van toepassing is voor een individu (b.v. de thuissituatie, 's lands welvaart en de gezondheidszorg).

De *levensbekwaamheid* is de manier waarop iemand met problemen of tegenslag omgaat.

Dit wordt ook wel coping vaardigheden genoemd. Daarnaast zijn de *levensuitkomsten* (resultaten, opbrengsten) ook onder te verdelen in in- en externe factoren. Met *het nut van het leven* (extern) is de filosofische vraag gesteld naar de *zin van het leven*. Sommigen houden zich daar sterk mee bezig terwijl het voor anderen veel minder belangrijk is. Dergelijke vragen dienen zich aan in bepaalde fasen in het leven, bv. in de puberteit, ouderdom of bij momenten tijdens ziekte of tegenslag.

De *tevredenheid met het leven* is dan weer een interne opbrengst.

Veenhoven ziet gelukkig zijn als een speciale vorm van tevredenheid en benoemt het als:

“geluk kenmerkt zich door de mate waarin een individu voldoening scheidt in het eigen leven als geheel” (Veenhoven, 2000, p. 3). Daarnaast ziet Veenhoven geluk als een begrip dat meerdere dimensies heeft.

De wetenschap over geluk richt zich met name op de vele betekenissen van psychologisch welbevinden (Lyubomirsky, 2008) en (Bormans, 2016). Hierbij ligt de nadruk op de mate van geluk. Er wordt een onderscheid gemaakt in de concrete gemoedstoestand, die vooral voor de korte termijn geldt en de voldoening over het eigen leven als geheel. Er bestaat een verband tussen beide, maar ze zijn niet identiek (Frey, 2010). Iemand die voor zichzelf vaststelt dat hij een gelukkig leven heeft, kan momenten kennen dat hij zich niet zo gelukkig voelt. Omgekeerd kan het ook. Lyubomirsky (2008) kiest als uitgangspunt om mensen te leren hoe ze een hoger en duurzamer niveau van welbevinden kunnen bereiken door te werken aan vaardigheden volgens een twaalf stappenplan. (Zie ook hoofdstuk 2.3.1; levensvaardigheden)

Vanuit de sociale wetenschap zijn deze begrippen synoniem aan geluk:

- (subjectief) welzijn
- (subjectief) welbevinden (Lyubomirsky, 2008).
- kwaliteit van leven en de leefsituatie (Stiglitz, 2009).
- brede welvaart - als economische term (Boelhouwer, 2016).
- levenstevredenheid (Clark, 2018) (Veenhoven, 2000).

Levenstevredenheid (life satisfaction) en welbevinden (well-being) zijn twee termen die in internationale onderzoeken naar geluk veel worden gebruikt (Veenhoven, 2000).

De definitie van welbevinden is in deze onderzoeken relevant; Het gaat hierbij over een belevingstoestand die omwille van verschillende redenen kan wijzigen. Iets dat subjectief bepaald wordt. Ook verschillende componenten die deel uitmaken van welbevinden; lichamelijk, geestelijk en sociaal je goed voelen (Veenhoven, 2000).

Begrippen die nauw verwant zijn met de beleving van geluk zijn; Goede gezondheid (lichamelijk maar vooral geestelijk). Het belang van sociale relaties en het opbouwen van een samenleving die in het teken staat van gemeenschappelijkheid. Vriendschap en familielevens is waarschijnlijk de belangrijkste voorwaarde om geluk te bevorderen; Prof. D. Haybron (Bormans, 2016); Levensvaardigheden (coping strategieën, hoe om te gaan met tegenslag) (Lyubomirsky, 2008) Opvoeding, opgroeien en de bijdrage van goed onderwijs (Clark, 2018).

Clark (2018) ziet geluk ook als: over het geheel genomen mate van tevredenheid met het leven op dit moment en sluiten hiermee aan bij Veenhoven. Wel hanteren zij het standpunt bij een definitie dat als er gesproken wordt over 'geluk' er altijd bedoeld wordt; 'levenstevredenheid' bij volwassenen en 'emotionele gezondheid' bij kinderen (t/m 16. jr.) Zij gaan verder in op de oorzaken van geluk in de levenscyclus (Clark, 2018).

Een belangrijk kenmerk van geluk en de beleving van geluk is, dat het kan worden gedefinieerd. De definitie van geluk die geldt als het meest gangbaar in de wetenschap en overeenkomt met de internationaal gestandaardiseerde meetdefinitie die gehanteerd wordt in alle OESO-landen bij onderzoek naar geluk. Hierbij wordt uitgegaan van geluk in de vorm van levenstevredenheid. De definitie die door Veenhoven gegeven is: 'geluk is de mate van tevredenheid met het leven als geheel op dat moment' (Veenhoven, 2008, p. 3). De vraag die hierbij hoort is; 'alles bij elkaar genomen, hoe tevreden of ontevreden bent u tegenwoordig met uw leven als geheel?' (op een schaal van 1-10) (Veenhoven, 2008, p. 5). In deze scriptie wordt bovenstaande definitie van geluk van Veenhoven gehanteerd.

2.3 WAT MAAKT MENSEN GELUKKIG EN WELKE FACTOREN HEBBEN INVLOED OP GELUK?

Over de kenmerken, oorzaken en omstandigheden van geluk.

In diverse wetenschappelijke studies zijn de voorwaarden, de oorzaken en de omstandigheden van geluk onderzocht en beschreven vanuit een psychologische, - economische, - en sociologische optiek. Deze elementen zijn relevant omdat het inzicht geeft in wijze waarop bevordering of beïnvloeding van geluk kan worden toegepast (zie ook hoofdstuk 4). Belangrijk hierbij is; Waar heeft het individu invloed op? Waar heeft de overheid een taak of een mogelijkheid enige invloed uit te oefenen? En waar hebben het individu noch de overheid invloed op? Er zijn door de jaren heen een aantal onderzoeken gepubliceerd die de determinanten (bepalende factoren) van geluk behandelt vanuit een eigen vakgebied. Voor het onderzoek naar de oorzaken van geluk zijn drie clusters gehanteerd; ten eerste Veenhoven en Lyubomirsky zijn samengevoegd vanuit de optiek van sociologie en psychologie. Daarna de zijn de uitspraken in onderzoeken van Frey, Helliwell en Layard gecombineerd, benaderd vanuit het perspectief van de economie. Als laatste de benadering van Clark waarmee geen combinatie met anderen is toegepast omdat deze benadering is geschreven door meerdere wetenschappers en vanuit meerdere disciplines en geldt als het meest actuele onderzoek op dit moment (2018).

2.3.1 DE OORZAKEN VAN GELUK

In de gelukswetenschap worden een aantal factoren gedefinieerd die als oorzaak van geluk worden aangemerkt. Veenhoven en Lyubomirsky hanteren deze zelfde factoren in hun onderzoeken.

De erfelijke factoren zijn niet beïnvloedbaar. Veenhoven waardeert de erfelijke factoren op 30% (Veenhoven, 1984) en Lyubomirsky zelfs op 50% van het totaal (Lyubomirsky, 2008).

De Levensomstandigheden zijn externe factoren waar een individu niet direct invloed op heeft maar wel wat een impact op de beleving van geluk heeft. Veenhoven gaat uit van 25% en Lyubomirsky waardeerde deze eerder op 10% (Lyubomirsky, 2008) toen de genetische invloed nog zwaarder woog in het geheel. Recent onderzoek van de VU Amsterdam, 2015 waardeert erfelijkheid in relatie tot geluk op maximaal 35%. (VU, 2015). De levensomstandigheden zijn bijvoorbeeld de kwaliteit van de overheid, welvaart in algemene zin (het gelukeffect neemt niet verder toe naarmate welvaart stijgt), vrijheid en gelijkheid van man en vrouw, de sociale zekerheid en de verschillen in sociaal economische positie en tot slot de sociaal emotionele inbedding en overige onvoorspelbare gebeurtenissen, bijvoorbeeld ongelukken.

Levensvaardigheden zijn omstandigheden die door een individu wel te beïnvloeden zijn. Deze zijn zelfs te trainen. Veenhoven waardeert deze op 25% op het totaal. Lyubomirsky op 40%. Deze levensvaardigheden zijn te versterken aan de hand van de volgende 12 stappen; (Lyubomirsky, 2008).

1. Dankbaarheid tonen
2. Optimisme cultiveren
3. Niet tobben of sociaal vergelijken
4. Vriendelijk en behulpzaam zijn
5. Sociale relaties koesteren
6. Coping strategieën (omgaan met tegenslag) ontwikkelen of inzetten
7. Leren vergeven
8. Flow- ervaringen versterken
9. Geniet van het leven
10. Engagement voor je doelen
11. Praktiseren van geloof en spiritualiteit
12. Zorgen voor je lichaam/ meditatie

Opvallend hierbij is dat deze 12 levensvaardigheden in meer of mindere mate ook door sport worden versterkt, afhankelijk van de soort sport of beweegvorm. Als daaraan als levenskeuze, sport en bewegen wordt toegevoegd, ontstaat er procentueel een vrijwel gelijk speelveld ten opzichte van de niet of minder te beïnvloeden factoren.

Levenskeuzes (Veenhoven ca 20%)

Dit betreft de keuzes die gemaakt worden gaandeweg het leven. Deze staan vooraf niet vast.

Het gaat hierbij om met wie er relaties worden aangegaan, de keuze van een levenspartner, welk beroep er wordt gekozen of welke opleiding er wordt gevolgd. Veenhoven beschrijft ook nog twee overige componenten van geluk: Er zijn twee bronnen van informatie die mensen gebruiken bij de beoordeling van hun leven. Namelijk hun gevoelens en van verstandelijke vergelijkingen.

Ten eerste beschrijft hij; *Het hedonisch gevoelsniveau*.

Dit is het vermogen om een gevoelsmatige evaluatie te maken. Mobiele organismen kunnen zich meer of minder prettig voelen en deze informatie kunnen ze gebruiken om een leefbare stek te vinden. Een boom kan dit niet en dat heeft ook weinig zin want deze kan zich toch niet verplaatsen. Mensen zijn zich in ieder geval meer bewust van hun gevoelens en minder gebonden aan het hier-en-nu. Dit maakt schatting van gevoel over langere periodes mogelijk. De mate waarin iemand zich doorgaans prettig voelt, noemt Veenhoven het hedonisch gevoelsniveau.

Ten tweede noemt hij; *Tevredenheid*.

Mensen kunnen hun leven ook verstandelijk beoordelen. Dieren kunnen dit niet. Het zorgt ervoor dat we vergelijkingen kunnen maken tussen werkelijkheid en wens. Zo kunnen we een inschatting maken van de waarschijnlijkheid dat wensen werkelijk zullen worden. Veenhoven spreekt in dat verband van 'tevredeheid'. Tevredeheid en gevoelsniveau kunnen worden opgevat als tussenstappen in de beoordeling van het leven als geheel die hij 'geluk' noemt. Als zodanig benoemt hij deze als 'componenten' van geluk" (Veenhoven, 1984).

2.3.2 DETERMINANTEN VAN GELUK.

Determinanten van geluk zijn de bepalende factoren die in meer algemene zin een ordening aanbrengen als hoofdcategorieën van de gelukswetenschap. Veel factoren, oorzaken en omstandigheden zijn onder te brengen in deze determinanten.

(Frey, 2011) formuleerde de volgende vier determinanten van geluk;

Met toevoegingen van (Helliwell, 2003) en (Layard, 2005) komt hier het volgende uit:

1. Economische determinanten

Een hoger inkomen maakt iets gelukkiger, maar niet veel. Onvrijwillig werklozen zijn minder gelukkiger dan mensen met werk en zelfstandigen zijn gemiddeld iets gelukkiger dan mensen in loondienst (Layard, 2005).

2. Sociale determinanten

Religieuze personen zijn gelukkiger dan mensen die niet gelovig zijn. Mensen die in intensief familieverband leven zijn gelukkiger dan anderen en persoonlijke vriendschappen en sociale relaties dragen ook bij aan geluk. Tot slot maken schenken en het doen van vrijwilligerswerk, gelukkig (Helliwell, 2003).

3. Politieke determinanten

Mensen in een democratisch bestel en deelname aan besluitvorming maakt gelukkiger. Decentrale beslissingen, dicht bij de burgers en goed lokaal bestuur dragen bij aan het geluk (Helliwell, 2003).

4. Persoonlijke, - en psychologische determinanten

Mensen evalueren hun eigen geluk in termen van hun referentiegroep. Als het anderen in de referentiegroep te veel voor de wind gaat, daalt het geluk van de achterblijver. Mensen passen zich

over het algemeen aan de omstandigheden aan (Layard, 2005). Autonomie in het vervullen van taken en ruimte voor persoonlijke ontwikkeling dragen bij aan geluk. Gezonde mensen zijn gelukkiger dan ongezonde mensen waarbij geestelijke gezondheid als waardevoller wordt gewaardeerd dan lichamelijke gezondheid. Hoogopgeleide mensen zijn gelukkiger dan laagopgeleide mensen en mensen *zonder* kinderen zijn iets gelukkiger dan mensen met kinderen (Helliwell, 2003).

Clark (2018) vond tien belangrijke sleutelfactoren die invloed hebben op de beleving van geluk over het geheel van de levensloop (Clark, 2018); Deze zijn ook te categoriseren naar de vier determinanten van Frey. (Frey, 2011)

1. Economische determinanten

Het inkomen; is belangrijk maar als het inkomen significant stijgt (b.v. met 100%) stijgt het geluk minder dan 0.2 punten op een schaal van 1-10.

Werkloosheid; dit heeft een sterk negatieve invloed op een gemeenschap en op geluk. Voor een werkloos persoon daalt het geluk gemiddeld met 0.7 punten. Het zorgt ook voor onrust bij de mensen die wel werk hebben. De impact op het geluk van een gemeenschap is groot. Een daling van gelukbeleving is ook van toepassing op het geheel.

2. Sociale determinanten

Het gezinsleven; samen zijn met een partner in het leven, verhoogt de beleving van geluk met 0.6 punten. Scheiden of overlijden van een partner verlaagt de beleving van geluk met ongeveer hetzelfde aantal. Net als bij het hebben van werk, hebben mensen de behoefte om 'nodig' te zijn en een waardevolle relatie te hebben.

De ontwikkeling van het kind; alle factoren die betrekking hebben op het welbevinden van volwassenen, hebben op hun beurt weer invloed op het patroon van de ontwikkeling van een kind; emotioneel, in gedrag en intellectueel. Opleidingskwalificaties zijn minder goede voorspellers van een bevredigend volwassen leven dan de emotionele gezondheid van een kind.

3. Politieke determinanten

Sociale normen en veiligheid; de normen van een samenleving hebben een zeer groot effect op de beleving van geluk. Het heeft effect op iedereen in die samenleving. De beleving van geluk is groter in een samenleving waarin mensen elkaar vertrouwen. Als het vertrouwen in de ander stijgt van 0-100%, stijgt het geluk met 1 hele punt. Veiligheid (de afwezigheid van criminaliteit) en vrijheid zijn cruciale factoren voor de beleving van geluk.

Onderwijs of opleiding; een extra jaar opleiding heeft een klein direct effect op geluk beleving (0.03 punten) en grotere indirecte effecten op inkomen en geestelijke gezondheid. Deze effecten zijn voor het gehele leven. De globale winst van uitbreiding van opleiding zou kunnen zitten in de externe effecten van een meer geciviliseerde samenleving.

Scholen; als instituut, verschillen in scholen zorgen voor een substantieel deel van de variatie in de emotionele gezondheid van kinderen. Hetzelfde geldt voor in hun gedrag en in hun latere opleidingsprestaties. Zelf in de tienerjaren is de invloed van de basisschool nog bijna net zo sterk als van de middelbare school.

4. Persoonlijke, - en psychologische determinanten

Ouderschap; een factor van groot belang. De ontwikkeling van een kind wordt voornamelijk bepaald door de ouders en scholing. De beste voorspeller van de emotionele ontwikkeling van een kind, is de geestelijke gezondheid van de moeder. Ook conflicten tussen ouders is schadelijk, net als armoede.

De geestelijke gezondheid; is de grootste voorspeller van welbevinden is de geestelijke gezondheid. Het lijden aan angststoornis of depressie komt vaker voor dan werkloosheid maar verlaagt het welbevinden ook met 0.7 punten.

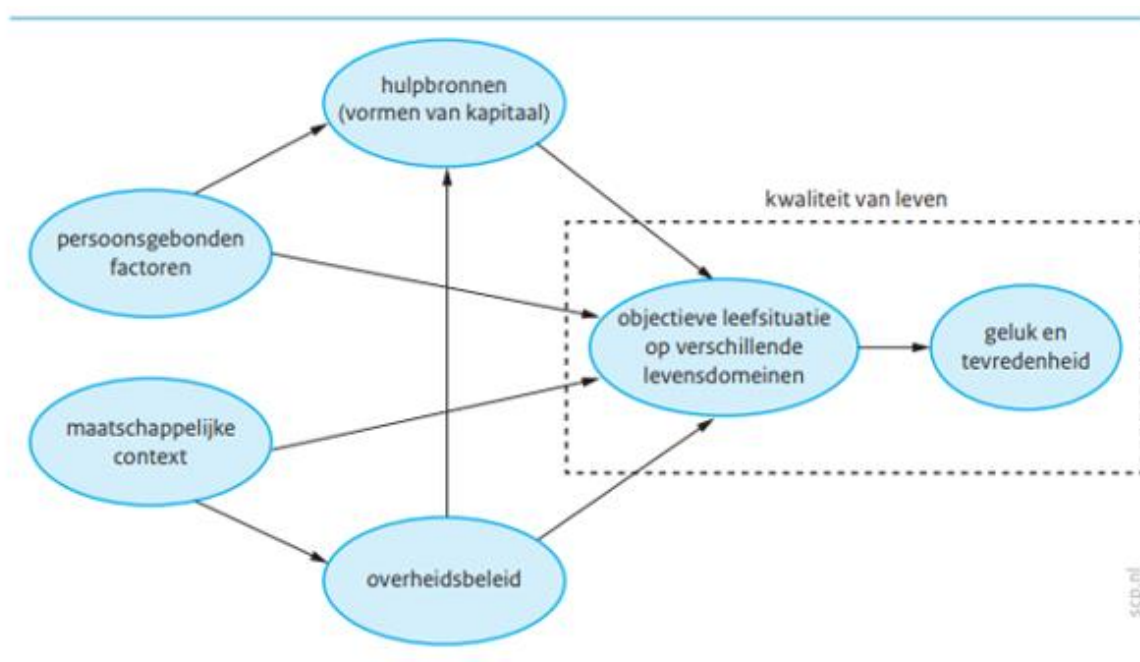
Eenzaamheid op latere leeftijd; Op oudere leeftijd is eenzaamheid een groot probleem. Eenzaamheid zorgt voor een verlaging van de levenstevredenheid met 0.5 punten.

Volgens de schrijvers van het rapport van *'the Commission on the Measurement of Economic Performance and Social Progress'* kan de kwaliteit van leven worden uitgedrukt in acht kerndimensies (Stiglitz, 2009).

1. Materiële levensstandaard (inkomen, bestedingsruimte en rijkdom).
2. Gezondheid.
3. Opleiding.
4. Persoonlijke activiteiten, inclusief werk.
5. Politieke stem en de betrouwbaarheid van de overheid.
6. Sociale verbindingen en relaties.
7. Omgevingsfactoren; buurt, vervuiling (huidige en toekomstige omstandigheden).
8. Onzekerheid (van zowel economische als fysieke aard).

Als we kijken naar de determinanten en oorzaken van geluk zien we overeenkomsten, weliswaar door de diverse onderzoekers (Veenhoven, Lyubomirsky, Clark, Frey, Helliwell, Layard en Stiglitz) iets anders uitgedrukt en onderbouwd met andere voorbeelden. De overeenkomsten zijn te herleiden naar de drie basis wetenschappen waaruit de gelukswetenschap is ontstaan; economie, sociologie en psychologie. Politieke omstandigheden en de kwaliteit van openbaar bestuur en rechtssysteem zijn daarbij belangrijke factoren. Deze oorzaken en kenmerken vormen ook de basis voor beïnvloeding en bevordering van geluk (hoofdstuk 4.2).

Figuur 3. Schematische weergave van de kwaliteit van leven



Bron: de leefsituatie; scp.nl (Boelhouwer, 2017).

Deze schematische weergave van de kwaliteit van leven, is een combinatie van de feitelijke leefsituatie en de subjectieve tevredenheid erover. Dit schema geeft tevens aan wat de onderlinge relatie is tussen diverse factoren die invloed hebben op de kwaliteit van leven en geeft daarmee inzicht in hoe de samenhang is t.a.v. de invloed van de kwaliteit van leven en indirect op de beleving van geluk en tevredenheid en de rol van de overheid in de maatschappelijke context.

2.3.3 ECONOMISCHE DETERMINANTEN VAN GELUK

De economische determinanten van geluk verdient in dit hoofdstuk een nadere uitwerking omdat hierin de rol van de overheid van aanzienlijke invloed is t.a.v. de factor levensomstandigheden.

Het Bruto Binnenlands Product (bbp) staat nu model voor 'de economie' en representeert de geldwaarde van alle geproduceerde goederen en diensten in een land in een bepaald jaar.

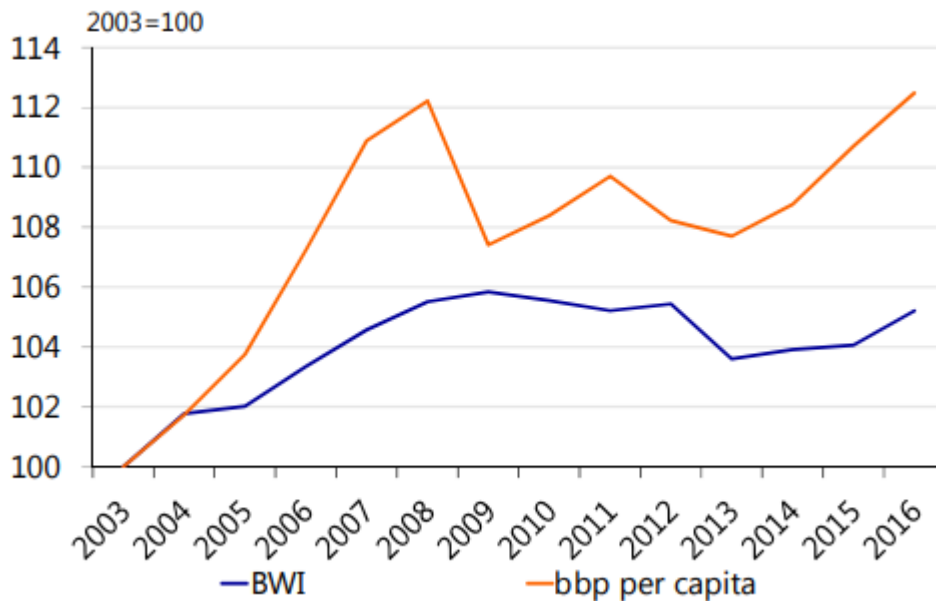
De kritiek hierop is dat het een te eenzijdige benadering is t.a.v. het aantonen hoe een land ervoor staat. Dit lijkt ook een te eenzijdige benadering om beleid op te baseren. Er is immers meer waarde dat wordt toegevoegd dan goederen en diensten. (Bijvoorbeeld; natuur, milieu, kennis en ook het welbevinden van de bevolking). De afgelopen decennia is veel onderzoek naar het subjectieve welbevinden gedaan, gericht op de verhouding tussen inkomen en geluk of het algehele (subjectieve) welbevinden. Een groter inkomen betekent, bij gelijkblijvende omstandigheden, meer welvaart, maar, zo leert het geluksonderzoek, het is lang niet altijd zo dat het welbevinden er evenredig door toeneemt. Het verband tussen inkomen en geluk blijkt zwak en heeft ook bijgedragen aan de kritiek op de waarde van het bbp als welvaartsindicator. De Britse 'gelukseconoom' Richard Layard is hierover kort en stellig en verwoordt het als volgt:

"... hoewel we in het Westen al tientallen jaren gestaag rijker worden, zijn we geen spat gelukkiger geworden" (Layard, 2005, p. 13).

Deze constatering roept de vraag op of er in het beleid niet de verkeerde prioriteiten worden gevolgd. De Canadese econoom John Helliwell heeft gepoogd een antwoord te geven op deze laatste vraag. Hij deed dit door de bijna 90.000 uitkomsten van de World Values Survey, afkomstig uit 46 landen, te analyseren. Uit zijn analyse komen zeven factoren naar voren die de verschillen in geluk voor een groot deel kunnen verklaren. Uit zijn onderzoek bleek dat de afwezigheid van financiële problemen, goede familiebetrekkingen, het hebben van betaalde arbeid, gezondheid, vertrouwen in de omgeving, de betrouwbaarheid van de overheid en een geloof in God, gezamenlijk voor een groot deel bepalend zijn voor de variatie in gelukscores tussen individuen (Helliwell, 2003). Ook hierin zien we weer de factoren van geluksbeleving terugkomen die eerder in paragraaf 2.3.2 aan de orde kwamen.

In Nederland is door de overheid hiervoor de Brede Welvaartsindicator in het leven geroepen en is een integrale maatstaf voor menselijk welbevinden. In Nederland hebben De Brede Welvaartsindicator (BWI) en de economische groei, gemeten aan de hand van het BBP, duidelijk een ander verloop. Tot 2009 vertonen het bbp en de BWI een opwaartse ontwikkeling. Het BBP daalde in 2009 sterk maar de brede welvaart bleef nagenoeg gelijk. De reden daarvan is dat in die periode veel bedrijven nog vasthielden aan hun werknemers en bleven de lonen stijgen. Vanaf 2010 begint de brede welvaart te dalen. 2013 was het jaar waarin de werkloosheid sterk was toegenomen. Gelijktijdig daalde ook het subjectieve welzijn van mensen. Nieuwe gegevens over 2016 laten zien dat pas vanaf dat jaar ook de BWI flink is toegenomen, vooral door een afname van de werkloosheid. Opmerkelijk hierbij is dat het bbp in 2016 al terug was op het oude niveau van voor de crisis, terwijl BWI nog achter blijft bij het oude niveau. De brede welvaart was in 2016 nog niet hersteld van de crisis (Badir, 2017).

Figuur 4. Schematische weergegeven hoe het Bruto Binnenlands Product (bbp) zich verhoudt met de geluksbeleving in Europese landen.



Bron: www.bredewelvaartsindicator.nl 2017(Badir, 2017).

2.4. HET METEN VAN GELUK.

Niet alleen de wetenschap is meer geïnteresseerd in het bestuderen van geluk, ook overheden zijn steeds meer op zoek naar criteria om te kunnen vaststellen of het uitgevoerde beleid en invloeden van werkgelegenheid, economie, gezondheidszorg e.d. ook een positief effect hebben op het leven en de kansen van de inwoners van een stad of land en of het welbevinden daardoor ook daadwerkelijk verbetert. Om te begrijpen wat geluk betekent en om te weten hoe geluk te beïnvloeden is, is het ook van belang naast het psychologisch en sociologisch perspectief, ook statistische gegevens te hebben om te bewijzen wat werkt. Er moet dus worden gemeten. Er is veel materiaal beschikbaar over het meten van geluk. Over één aspect bestaat grote overeenstemming t.a.v. het meten van geluk: om te weten te komen hoe gelukkig mensen zijn, zul je ze dat moeten vragen.

De standaardvraag hierbij luid;

“Alles bij elkaar genomen, hoe tevreden bent u met uw leven over het geheel” (op een schaal van 1-10) (Veenhoven, 2008, p. 3). (Zie ook paragraaf 2.2).

Geluksmetingen komen tot stand door respondenten te vragen een subjectief gevoel van welbevinden vast te leggen met een score op een geluk schaal. Deze gelukschaal loopt van laag naar hoog, bijvoorbeeld van 1 tot 10 of van ‘erg ongelukkig’ naar ‘erg gelukkig’ (Veenhoven, 2008) (Zie ook paragraaf 2.1.4). De Organisatie voor Economische Samenwerking en Ontwikkeling (OESE) heeft een pakket internationale richtlijnen ontwikkeld om geluk te kunnen meten. Deze richtlijnen zijn het resultaat van beschikbare kennis over het meten van geluk en over zaken waarmee rekening gehouden moet worden t.a.v. het organiseren van enquêtes en onderzoeken die zich richten op het welbevinden op nationaal niveau. Met deze richtlijnen zijn drie aspecten benoemd waarop gefocust kan worden t.a.v. de wijze waarop men het leven ervaart en beoordeeld.

De drie aspecten zijn;

1. **Levenssituatie:** Het gaat hier over een beoordeling van iemands leven als geheel. De vragen die gesteld worden gaan over hun algemene tevredenheid met het leven.
2. **Affect:** Iemands positieve als negatieve stemmingen, emoties en gevoelens. De metingen worden binnen een beperkte tijd gedaan en gaan over blijdschap, rust, geluk, woede, pijn, droefenis, bezorgdheid, vermoeidheid.
3. **Eudaimonie (gelukzaligheid):** Hier van toepassing op diverse aspecten van psychologisch goed functioneren. Het gaat over het gevoel dat het leven een doel heeft en zinnig is. Martine Durant, OECD (Bormans, 2016).

De Persoonlijke Welzijnsindex (PWI) voor subjectief welzijn (van het centraal bureau voor de statistiek) biedt andere mogelijkheden voor het meten van geluk waarmee een brede set van indicatoren en levensdomeinen in één maat wordt samengevat. De PWI gaat hierbij uit van acht dimensies van welzijn. Deze dimensies zijn voor een groot deel overeenkomstig met de acht kerndimensies die terugkomen in het SSF-rapport van Stiglitz, Sen en Fitoussi (zie ook de acht kerndimensies in paragraaf 2.2). Per dimensie wordt dan de vraag gesteld of de persoon kan aangeven op een schaal van 1-10 hoe tevreden bent hij of zij is met; (b.v. de gezondheid) 1 is dan zeer ontevreden en 10 is zeer tevreden (Beuning, 2015).

Geluk in cijfers

Als geluk gemeten kan worden, zijn er ook cijfers die uitdrukking geven aan de metingen van geluk. Prof. dr. R. Veenhoven heeft een database ontwikkeld waarin statistieken over geluk worden bijgehouden en zijn te raadplegen.

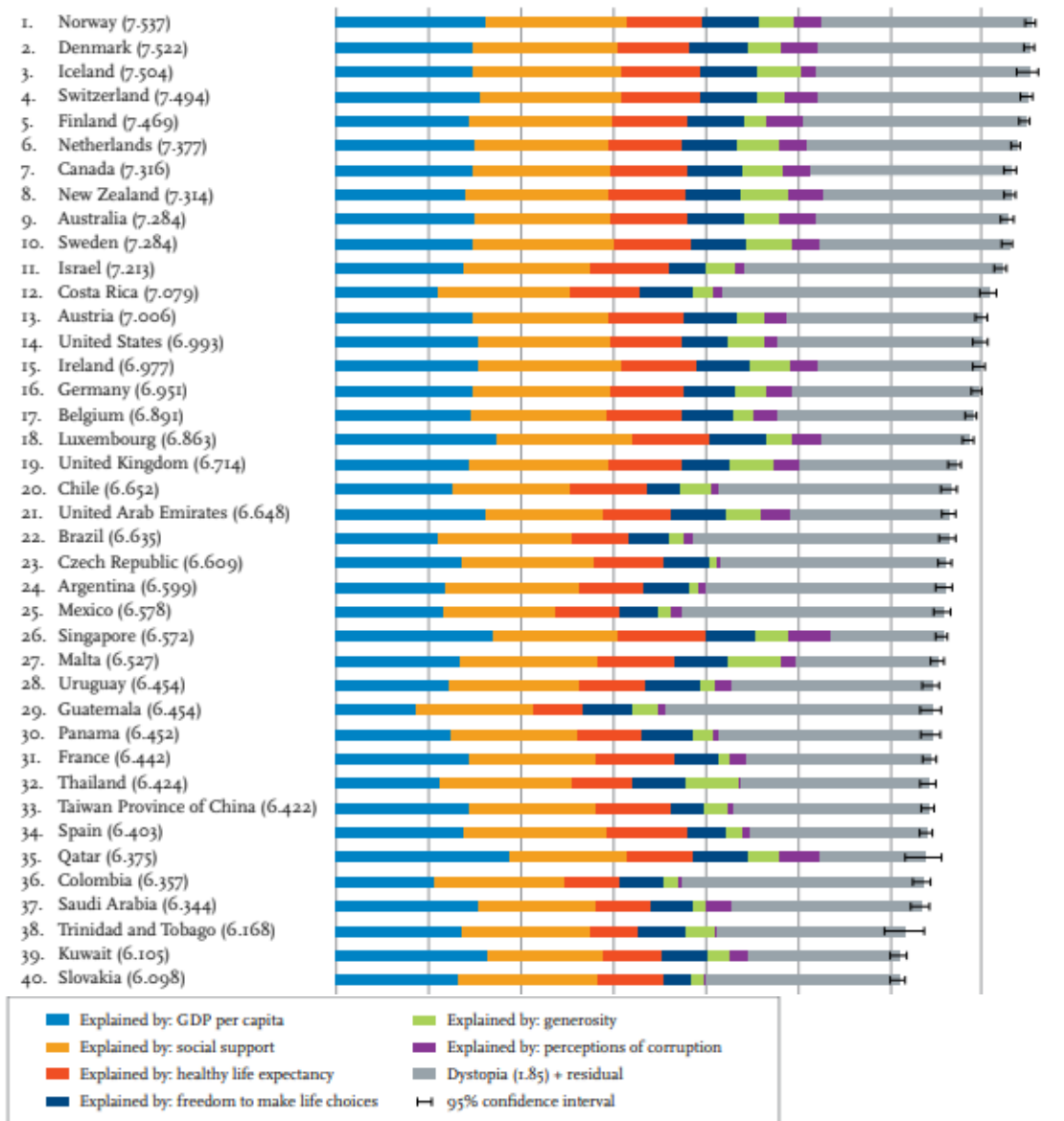
<https://worlddatabaseofhappiness.eur.nl>

World Database of Happiness, Erasmus University, Rotterdam, The Netherlands

(Veenhoven, World Database of Happiness, sd).

Hoe staan we ervoor met geluk in Nederland? In Nederland voelt 88 % van de inwoners zich gelukkig. Het gemiddelde cijfer dat men geeft aan zijn of haar geluk is een 7.4 op een schaal van 1-10. Nederland doet het goed op de wereldranglijst op het gebied van geluk, in 2017 op nummer 6 van de in totaal 155 landen in dit overzicht (Helliwell, 2017).

Figuur 5. Fragment Ranking of Happiness.



Bron: World Happiness Report 2017 Fragment Ranking of Happiness (John Helliwell, 2017).

2.5 CONCLUSIE EN ANTWOORD OP DEELVRAAG 1

Vanuit het literatuuronderzoek in dit hoofdstuk wordt antwoord gegeven op de deelvraag 1; Wat zijn de relevante factoren van geluksbeleving?

Het vakgebied van de gelukswetenschap is de laatste 25 jaar sterk ontwikkeld. Het is een interdisciplinaire wetenschap en is ontstaan vanuit de (positieve) psychologie, sociologie en economie. Wetenschappers vanuit deze disciplines van over de hele wereld, hebben de laatste decennia onderzoek gedaan naar de kenmerken en factoren van geluk en naar het meten van geluk. De term geluk is een weergave van de kwaliteit van leven en is een combinatie van de feitelijke leefsituatie en de subjectieve tevredenheid erover. Geluk is onder te verdelen in determinanten (kenmerken) en oorzaken en deze onderscheiden zich in interne factoren en externe factoren.

Factoren die van invloed zijn op de beleving van geluk zijn te onderscheiden in;

Externe factoren als levensomstandigheden; leefbaarheid van de omgeving en politiek - economische omstandigheden.

Interne factoren als levensbekwaamheid; persoonlijke en psychologische omstandigheden, ook wel levensvaardigheden.

Deze factoren die van invloed zijn op de beleving van geluk en de daarbij behorende kenmerken, zijn samen te vatten in de volgende vier categorieën van determinanten van geluk;

Economische omstandigheden; de materiële levensstandaard, werk en inkomen, bestedingsruimte en rijkdom, toegang tot onderwijs.

Sociale omstandigheden; religie, sociale relaties, gezinsleven, ouderschap en de ontwikkeling van het kind, vervuiling, veiligheid in de buurt.

Politieke omstandigheden; Politieke stem en de betrouwbaarheid van de overheid, de kwaliteit van scholen en het onderwijs.

Persoonlijke of psychologische kenmerken; (geestelijke) gezondheid, eenzaamheid (op latere leeftijd), omgaan met tegenslag en onzekerheid, opleiding en de zorg voor lichaam en geest.

Vanuit de toegepaste literatuur voor dit onderzoek van o.a. Veenhoven, Lyubomirsky, Stiglitz, Helliwell, Layard, Clark en Frey zijn factoren, oorzaken en omstandigheden te herleiden naar deze vier bovenstaande categorieën.

Antwoord op deelvraag 1

Wat zijn de relevante factoren van geluksbeleving?

Gezondheid, levensvaardigheden en levensomstandigheden zijn de belangrijkste en (enigszins) beïnvloedbare factoren van geluk. Op individueel niveau of door een overheid. Samen met de determinanten van geluk, uitgewerkt in de vier categorieën van gelukbeleving; Economische,- sociale,- politieke,- persoonlijke en psychologische determinanten (par. 2.3) en met de definitie van geluk volgens Veenhoven (2008): 'geluk is de mate van tevredenheid met het leven als geheel op dat moment' (zie ook par. 2.2) is deelvraag 1 beantwoord.

3 RELEVANTE KENMERKEN VAN SPORT EN BEWEGEN IN HET SPORTBELEID

In de voorgaande hoofdstukken is behandeld wat geluk is en wat de oorzaken en determinanten van geluksbeleving zijn. Voordat de oversteek gemaakt kan worden naar, en of er beïnvloedingsfactoren van geluk in theorie geschikt zijn voor het ontwikkelen van het gemeentelijk sportbeleid en welke dit zijn, wordt in dit hoofdstuk daarom eerst de maatschappelijke betekenis van sport gepositioneerd en vervolgens welke rol de landelijke - en de lokale overheid heeft t.a.v. het sport en beweegbeleid in Nederland, het politiek draagvlak en de context van sport en bewegen in verhouding met andere beleidsterreinen. De centrale vraag die in dit hoofdstuk moet worden beantwoord is; 'Wat zijn de relevante factoren van sport en bewegen en het gemeentelijk sportbeleid?'

3.1 SPORTBELEID IN NEDERLAND

Het sportbeleid kent een ontwikkeling door de jaren heen. Hier volgt een korte uiteenzetting van de ontwikkeling van het sportbeleid over een periode van drie decennia. Eind jaren tachtig, begin jaren negentig werd sport vooral gezien als een middel om welzijnsdoelen te bereiken. Beleidsmakers waren erop gericht met het beleid arbeidsplaatsen in de sport te creëren, de sportdeelname van niet-westerse bevolkingsgroepen en vrouwen te bevorderen, en sociale vernieuwing op gang brengen waaronder ook de discriminatie van homoseksuelen tegengaan. In deze periode kwam ook meer aandacht voor topsport. Tien jaar later was de aandacht van de beleidsmakers m.n. verschoven naar de positieve gezondheidseffecten van bewegen en sporten, met name door de nota *Sport, Bewegen en Gezondheid* van het Ministerie van Volksgezondheid in 2001.

In 2005 werden de verschillende doelstellingen van eerdere nota's bij elkaar gebracht.

De nota *'Tijd voor sport. Bewegen, meedoen, presteren* (Ministerie van Volksgezondheid 2005) legde de basis voor het huidige (landelijke) sportbeleid, gericht op zowel meedoen, gezondheid en presteren als op meeleven (Boelhouwer, 2017).

Het huidige sport- en beweegbeleid in Nederland bestaat voornamelijk uit de volgende beleidstukken:

Het Nationaal Sportakkoord:

Op dit moment is het Nationaal Sportakkoord het meest recente beleidsdocument voor sport en bewegen in Nederland. Het geldt voor de jaren 2019 t/m 2021 als het belangrijkste beleidsstuk voor de sportsector, landelijk, regionaal en lokaal.

In 2018 hebben het ministerie van VWS, Vereniging Sport en Gemeenten, Vereniging Nederlandse Gemeenten en het NOC*NSF, samen met provincies, bedrijfsleven en maatschappelijke organisaties dit akkoord tot stand gebracht.

Het akkoord kent de volgende deelakkoorden;

Inclusief sporten en bewegen: Nederland maakt de omslag van aangepast sporten naar inclusief sporten en bewegen.

Duurzame sportinfrastructuur: alle sportvoorzieningen zijn functioneel, van kwaliteit en duurzaam.

Vitale sport- en beweegaanbieders; de organisatie van sport- en beweegaanbieders zijn toekomstbestendig.

Positieve sportcultuur: in Nederland kun je overal met plezier, veilig, eerlijk en zorgeloos sporten.

Van jongs af aan vaardig in bewegen: positieve trendbreuk in beweegvaardigheid van kinderen (VWS, 2018).

Sport en bewegen in de leefomgeving: (programma van 2012-2018) dit programma wordt nu vervangen door omgevingswet en het Nationaal Sportakkoord.

Sportinnovator: dit is een nationaal programma dat nieuwe sportinnovaties wil stimuleren door onderzoeksinstellingen, bedrijven, overheden en aanbieders in de sport met elkaar te verbinden.

Nationale kennisagenda sport en bewegen: met deze agenda ontwikkelt Nederland een structurele samenwerking tussen universiteiten, de sportsector, lokale en nationale overheden en het bedrijfsleven.

Actieplan 'Naar een veilig sportklimaat': dit plan gaat in op integriteitsissues binnen de sport als matchfixing, doping, onprofessioneel of onethisch bestuur en discriminatie.

Programma Gezonde Scholen: dit is een nationaal programma om een gezonde leefstijl in de schoolomgeving te stimuleren (Sport, 2019).

Omgevingswet: deze treedt in 2021 in werking en heeft ten aanzien van sport en bewegen met name invloed op de leefomgeving, de openbare ruimte. Dit is weer van invloed op hoe gemeenten omgaan met het inrichten van de buitenruimte voor de individuele sporter (zie ook individualisering van sport en bewegen) (VSG, 2018).

Figuur 6. Sportbeleid in relatie tot maatschappelijke vraagstukken



Bron: Ministerie van VWS. 25 oktober 2016

Vrijwel alle ministeries benutten sport en bewegen in meer of mindere mate voor maatschappelijke doelen. Ook gemeenten zetten sport en bewegen in voor verschillende beleidsdoelen. De decentralisatie in het sociale domein versterken deze ontwikkeling. Intersectorale samenwerking biedt verdere kansen om doelen te realiseren. Bovenstaand schema is ter verduidelijking van de positie van sport in relatie tot maatschappelijk impact en is hiermee van toepassing op landelijk-, provinciaal- en lokaal sportbeleid en ook t.a.v. de maatschappelijke betekenis van sport.

3.2 SPORT EN BEWEGEN IN HET PROVINCIALE - EN GEMEENTELIJKE BELEID.

Sport en bewegen in het provinciale beleid

In het kader van dit onderzoek wordt de rol van de provincie als beleidsmaker gezien als belangrijk gremium tussen de landelijke overheid en de gemeenten maar laat de specifieke invulling per provincie onbeschreven. De rol van de provincies is om de ambities van het Rijk op het gebied van sport uit te werken en de gemeenten te ondersteunen in het uitvoerende werk, in de vorm van advisering, uitvoering, voorlichting en coördinatie.

Een scan van de diverse provinciale beleidsplannen laat zien dat de plaats die sport inneemt in de Nederlandse provincies sterk verschilt. Sommige provincies, b.v. Gelderland, Groningen en Limburg, investeren substantieel in sport en andere juist minder. Het verschil in belangstelling voor sport en bewegen is ook terug te zien in de verkiezingsprogramma's die voor de Provinciale Statenverkiezingen van dit jaar zijn geschreven. NOC*NSF en een aantal sportbonden en provinciale sportfederaties hebben hun krachten gebundeld in SportcampagneTeamNL om het belang van sport voor de samenleving en een actieve rol van provincies daarin te benadrukken deden zij een beroep op de informateurs van provinciale en regionale sportakkoorden middels een brief met als kernboodschap: sport verbindt, draagt bij aan de volksgezondheid, brengt ons dichterbij de natuur, vergemakkelijkt de integratie van mensen met een beperking, en migratieachtergrond en is goed voor de economie. Ook de Vereniging Sport en Gemeenten samen met NOC*NSF richten zich tot de provincies met de boodschap dat als verbindend middenbestuur, de provincie lokale- en regionale initiatieven kan ondersteunen en versterken. Vanuit haar kerntaken in recreatie en ruimtelijke ordening maar ook vanuit haar regisserende en faciliterende rol (F.Schotanus, 2019). Het SportcampagneTeamNL en ook de VSG ziet de provincie idealiter als verbinder met een sleutelrol tussen het Nationale Sportakkoord uit 2018 en de lokale sportakkoorden die in een aantal gemeenten al zijn gesloten. *“De provincie kan een cruciale rol spelen bij de ambitie om iedere inwoner zonder belemmeringen in een veilige en gezonde omgeving met plezier te laten bewegen”*, aldus de brief. De provincie kan volgens VSG en NOC*NSF in de lokale sportakkoorden de optiek vanuit 'de sport' ondersteunen en versterken (F.Schotanus, 2019).

Regionale inbedding van het lokale sportbeleid: met behoud van de gemeentelijke autonomie zijn er mogelijkheden voor afstemming en sportbeleidsontwikkeling op regionaal niveau of provinciaal niveau. Er zijn tenminste 6 onderwerpen aan te merken waarin regio's en provincies in het sportbeleid een betekenisvolle rol kunnen vervullen: 1. bovenlokale sportaccommodaties 2. talentontwikkeling 3. sportevenementen 4. gehandicaptensport 5. buitensportvoorzieningen t.b.v. sport in de openbare ruimte 6. gedeeld werkgeverschap en schaalvoordelen in exploitatie (Gemeenten, 2018). De diverse Provincies hebben speerpunten waarvoor programma's zijn ontwikkeld en waarvoor subsidies beschikbaar zijn die gemeenten kunnen aanvragen als zij daaraan een lokale invulling willen geven (b.v. vitale sportparken en open clubs in Gelderland). Deze speerpunten kunnen per provincie verschillen.

Sport en bewegen in het gemeentelijk beleid

Sport neemt een herkenbare positie in als belangrijke bijzaak binnen collegeprogramma's. Dit is positief te noemen voor een beleidsveld dat geen landelijk wettelijk kader kent. Het sportbeleid kent daardoor een politieke sanctionering en politiek draagvlak. Deze is, anders dan wettelijke sanctionering, voor wijzigingen afhankelijk van een democratische meerderheid. Dit betekent dat sportbeleid afhankelijk is van politieke verhoudingen en -voorkeuren

(Breedveld, 2016). Het gemeentelijk sportbeleid komt tot stand volgens de klassieke beleidscyclus en volgt daarmee de route van agendavorming. Hierin komen de belangrijkste speerpunten van een coalitie akkoord terug. Daarna volgt de beleidsvoorbereiding waarin alle bepalende stakeholders worden geconsulteerd. Vervolgens is er de beleidsbepaling: er wordt een beleidsnota of sportvisie geschreven en door de gemeenteraad vastgesteld. De beleidsuitvoering wordt beschreven op basis van het beleidsplan; een tactisch,- of uitvoeringsplan voor sport en bewegen. Tot slot vindt er een periodieke beleidsevaluatie en monitoring plaats in de vorm van een reflectieverslag of rapportage vanuit de praktijk. In gemeenten zien we ook dat sportbeleid op zichzelf niet meer wordt gehanteerd maar dat het steeds vaker programmatisch is geborgd. Bijvoorbeeld in een maatschappelijke agenda voor het gehele sociaal domein waarin sport een onderdeel van het geheel is (Loohuis, 2018). Door de decentralisatie van drie grote wetten in het sociaal domein in 2015, WMO, Participatiewet en Jeugdzorg is beleidsruimte ontstaan. Dit leidt nu en in de toekomst voor een andere invulling van het sportbeleid. Een bredere scoop en met andere verbindingen in de lokale samenleving. De behoefte ontstaat dat er op een andere wijze aangegeven gaat worden wat de effecten zijn van de uitvoering van het sportbeleid. Om inzicht te krijgen in hoe sport zich verhoudt tot andere beleidsterrein is te zien in figuur 7. Het geeft aan dat sport en sterk integraal maatschappelijk karakter heeft (Breedveld, 2016).

Lange tijd was sportbeleid vooral gericht op sportaccommodatiebeleid. Tegenwoordig is sportbeleid veel meer gericht op sportstimulering en vormt hiermee de kern van het sportbeleid. Hiermee is het de basis- of noodzakelijke voorwaarde voor enig beleid dat sportexterne doelstellingen wil bereiken met of door de inzet van sport. Met het sportstimuleringsbeleid beoogt de gemeente dat zoveel mogelijk, en liefst alle, mensen zo vaak mogelijk deelnemen aan sportpraktijken. Sportpraktijken zijn voor de deelnemers minimaal in zichzelf zinvolle en plezierige activiteiten, hetgeen blijkt uit het feit dat ze er vrijwillig aan deelnemen en blijven deelnemen. Daarnaast worden aan sportpraktijken externe waarden toegekend, die zich vanzelfsprekend niet kunnen manifesteren als er niet wordt deelgenomen aan de sportpraktijken. Deze externe waarden zijn terug te voeren naar de thema's in het sociale domein. Sport en bewegen kan helpen bij het realiseren van deze gemeentelijke beleidsdoelstellingen in het sociale domein, zoals bevordering van de participatie van kwetsbare groepen, versterking van de leefbaarheid, opvang van jongeren of arbeidsre-integratie. Sport en bewegen kan ook helpen om kostenbesparingen te realiseren door bij te dragen aan het beperken van de instroom van gebruikers in de regelingen door het bevorderen van de gezondheid en mogelijkheden te bieden tot maatwerk en vermindering van uitvoeringskosten (Gemeenten, 2018). Andere maatschappelijke ontwikkelingen die van invloed zijn op sport- en beweegbeleid, hebben geleid tot nieuwe inzichten. Denk aan een terugtrekkende overheid met als gevolg nieuwe verhoudingen tussen overheid, maatschappelijke organisaties en burgers. Deze veranderende rol van de burger bij de totstandkoming van beleidsontwikkeling en -uitvoering heeft uiteraard invloed ook op het lokale sport- en beweegbeleid (zie ook hfst.1.1)

In het schema van figuur 6 is te zien dat dat sport en bewegen in het hart van de samenleving van grote invloed kunnen zijn op diverse maatschappelijk uitkomsten. Ook het gemeentelijke sportbeleid is goed in te zetten op ontwikkelen van het menselijk kapitaal en op een deel van de fysieke omgeving. In de grotere gemeenten kan topsport een belangrijke factor zijn als onderdeel van het sportbeleid en als economische factor voor een stad, denk hierbij ook aan citymarketing en aan internationale samenwerking.

Figuur 7. **Samenwerking met andere beleidsterreinen / afdelingen bij de totstandkoming van de sportnota 2016, naar gemeentegrootte (in procenten)**

	Totaal	<20.000 inwoners	20.000-75.000 inwoners	>75.000 inwoners
Gezondheid	76	65	79	86
Welzijn, Wmo, jeugd, ouderen, (bijzondere) zorg	74	65	78	76
Onderwijs	61	46	63	86
Cultuur, recreatie of vrije tijd	47	34	50	62
Armoedebeleid, sociale zekerheid, integratie	42	35	41	66
Ruimtelijke ordening, stedelijke vernieuwing, wonen	30	22	28	62
Veiligheid, leefbaarheid	16	3	18	34
Economie, werk	14	6	13	34
Weet niet, niet van toepassing	12	22	8	7
Anders, namelijk	5	3	5	7

Bron: Mulier Instituut/Vereniging Sport en Gemeenten (VSG) (Monitor Lokaal Sportbeleid), 2016.

Grotere gemeenten werken meer samen met andere beleidsterreinen dan kleinere gemeenten. De samenwerking met afdeling welzijn is over het algemeen goed vergelijkbaar naar gemeentegrootte. Dit geeft aan dat sport een rol wil vervullen bij het invullen van de decentralisaties binnen het sociale domein en open staat voor een bredere maatschappelijke rol, zoals vaak beschreven is in diverse collegeprogramma's. Sport en sportbeleid is niet alleen een doel op zich voor de sport, maar wordt veelvuldig benoemd als een van de middelen die bijdraagt aan het oplossen van problemen of realiseren van de doelen op andere beleidsterreinen. Sport wordt daarbij regelmatig gepositioneerd als middel bij preventief beleid (Breedveld, 2016).

De uitvoering van het Nationaal Sport Akkoord wordt door het ministerie van VWS ook gestimuleerd om dit terug te laten komen in het lokale uitvoeringsbeleid van gemeenten. Er zijn middelen beschikbaar om sportregisseurs aan te stellen die in gemeenten de uitvoering van het sportakkoord gaan vormgeven met bestuurders, de gemeentelijke organisatie, uitvoerende partijen en overige lokale stakeholders (VWS, 2018).

3.3 MAATSCHAPPELIJK BETEKENIS EN - RENDEMENT VAN SPORT EN BEWEGEN.

De grote (potentiële) maatschappelijke betekenis van sport komt in de kern het best tot uitdrukking doordat het bij sport vaak gaat om een combinatie van fysieke activiteiten en het leren/verbeteren van vaardigheden in een sociale context. Hierdoor biedt sport goede mogelijkheden tot het ontwikkelen van diverse vormen van menselijk 'kapitaal' die bijdragen aan de (ervaren) gezondheid, de persoonlijke ontwikkeling en sociale verbondenheid van mensen, die van bredere maatschappelijke betekenis zijn. Hierbij worden in de praktijk vijf dimensies onderscheiden die veelal samenhangen en deels overlappend kunnen zijn. Deze vijf dimensies zijn: gezondheid, onderwijs en leerprestaties, burgerschap, sociale samenhang en leefbaarheid en economie (Breedveld, 2016).

De kern van deze 5 dimensies zijn;

Gezondheid: bij een brede opvatting van gezondheid, zoals het door o.a. Huber ontwikkelde concept 'positieve gezondheid' (inclusief welzijn/kwaliteit van leven), neemt de maatschappelijke betekenis van de (georganiseerde) sport aan gezondheid toe en wordt deze ook verbreed van actieve

sportdeelname naar de organisatie en betrokkenheid bij sport. Breedveld stelt verder dat er goed tot sterk bewijs is voor de positieve invloed van sport en bewegen op onder meer algemene bewegingsvaardigheden, uithoudingsvermogen en spierkracht, het voorkomen van onder andere hart- en vaatziekten, overgewicht, darm- en borstkanker, verhoogde bloeddruk, diabetes type 2 en gewrichtsaandoeningen en het voorkomen en oplossen van slaappatronen en stress. Daarnaast bestaat er samenhang tussen sport en bewegen en het eten van gezonde voeding, minder verslaving, minder zelfdoding en algemeen welbevinden (Breedveld, 2016).

Onderwijs en leerprestaties: er zijn aanwijzingen dat sport en bewegen bijdraagt aan betere leerprestaties. Diverse studies tonen aan dat sportende jeugd beter presteert op school dan niet-sporters, maar oorzaak en gevolg zijn hierbij niet geheel duidelijk. Er is wel een positieve relatie tussen bewegen, hersenstructuur en motorische functies, maar is niet onomstreden of en onder welke omstandigheden dit ook tot betere leerprestaties leidt (Breedveld, 2016).

Burgerschap: in deze dimensie staat m.n. de bijdrage van sport aan burgerschap centraal, door een positieve psychosociale ontwikkeling van kinderen, zoals het ontwikkelen van zelfvertrouwen en het leren van maatschappelijk dominante waarden en normen en gewenst gedrag. Omdat de specifieke invloed van sport via de dagelijkse sportdeelname vrijwel niet meetbaar is, komt de meeste kennis over de opvoedkundige waarde van sport voort uit sportprojecten voor kwetsbare groepen, zoals de jeugdzorg. De maatschappelijke belofte of kracht van sport voor het (her)opvoeden van verschillende groepen (kwetsbare) jongeren is kortom niet vanzelfsprekend, maar hangt samen met contextuele randvoorwaarden ten aanzien van participatie, sociale interactie, sportklimaat en begeleiding. Gunstige factoren om de kans op positieve effecten te vergroten en de kans op negatieve effecten te verkleinen zijn: regelmatige deelname; gedurende langere termijn; een sociaal veilige omgeving; een lerende én een omgeving die doelen stelt (ook op niet sport specifieke vaardigheden); aansluiten op de motieven en leefwereld van de deelnemers; begeleiders/trainers met relevante pedagogische expertise; intensieve begeleiding; sport overstijgende begeleiders/trainers met de juiste pedagogische expertise (Breedveld, 2016).

Sociale samenhang en leefbaarheid: ten aanzien van het behouden of creëren van (meer) sociale samenhang of het vergroten van de leefbaarheid in een buurt, stad of land speelt sport eveneens een belangrijke rol. (Top)sport volgen, bijvoorbeeld via de media, kan zorgen voor sociale verbondenheid maar ook voor het maken van onderscheid in 'wij en zij'. Topsportprestaties en sporthelden maken deel uit van het cultuurhistorisch erfgoed van regio's en landen en zijn van belang voor het (re)produceren van gevoelens van verbondenheid en trots. Deze thesis beperkt zich tot de sociale leefbaarheid en laat zaken als ecologische duurzaamheid als onderdeel van leefbaarheid hier onbeschreven. In dit kader van sociale samenhang en leefbaarheid, past ook de rol en inzet van vrijwilligers in de sport. Een kanttekening bij dit onderdeel is dat de rol van sport t.a.v. de leefbaarheid in de buurt ook een keerzijde kent. Door (top)sport kunnen sociale verschillen naar onder meer etnische achtergrond of sociaaleconomische status overbrugd worden, maar dat tevens vaak sprake is van het versterken van reeds bestaande sociale verbanden, en daarmee juist sociale uitsluiting van maatschappelijk minder dominante groepen in en door sport optreedt. Het specifiek inzetten op het vertrouwen tussen verschillende groepen, het vergroten van respect en of op het vergroten van de leefbaarheid in de buurt vraagt dan ook meer dan alleen het creëren van sportmogelijkheden (Breedveld, 2016).

Economie: de waarde van sport kan ook worden uitgedrukt in economische waarde. Het totaal van de geleverde goederen en diensten in de sportsector vertegenwoordigt deze waarde. In 2015 bestond deze uit 11,5 miljard euro. De netto toegevoegde waarde was 6 miljard euro (1% van het BBP). Deze sport economische waarde wordt geleverd door diverse bedrijfstakken. (beweging)onderwijs is de grootste. Daarnaast sport (o.a. sportaanbieders), de overheid en de handel en horeca. Naast de directe economische waarde van de sportsector realiseert sport ook

indirecte economische waarde, deze ontstaan via bijdragen aan een betere gezondheid, sociale samenhang & leefbaarheid en burgerschap. De economische betekenis van sport en bewegen voor de gezondheid (o.a. minder zorgkosten, minder verzuim) is inmiddels herhaaldelijk met gedegen wetenschappelijk onderzoek onderbouwd (Breedveld, 2016). De laatste jaren is de organisatie van sportevenementen in Nederland sterk gegroeid. De economische waarde hiervan kan van betekenis zijn, de bewijsvoering op dit vlak is vooralsnog minder hard en ook minder eenduidig als de bewijsvoering bij de relatie economie en gezondheid. Dat geldt in nog grotere mate voor de economische waarde van de andere hier genoemde beleidsthema's; sport in relatie tot leerprestaties, burgerschap en sociale samenhang. Het blijkt in de praktijk moeilijk om daar een (reële) economische waarde aan toe te kennen (Breedveld, 2016). Een belangrijke voorwaarde voor het ontwikkelen en het kunnen inzetten van dit kapitaal van deze vijf dimensies, is dat mensen in zekere zijn intrinsiek gemotiveerd en geïnteresseerd zijn om te sporten of te bewegen.

3.4 SPORTGEDRAG EN INDIVIDUALISERING VAN SPORT

In de Sport Toekomstverkenning 2017 stellen de auteurs dat maatschappelijke ontwikkelingen zoals individualisering, flexibilisering, commercialisering en technologisering al een grote invloed hebben op de sport in Nederland maar en dat dit zeker vergroot gaat worden in de komende jaren. Mensen willen steeds vaker zelf bepalen waar, wanneer en met wie zij sporten en bewegen. App technologie, sociale media en online trainingsschema's ondersteunen deze ontwikkeling daarbij. Daarnaast wordt de beleving van sport steeds belangrijker en is het commerciële sportaanbod toegenomen. Deze en andere ontwikkelingen zijn reeds ingezet en zullen de sport ook in de toekomst beïnvloeden (Bakel, 2017). Gemeenten en lokale sportaanbieders, waaronder sportverenigingen, zullen hier rekening mee moeten houden in beleid en bestuur. Zijn sportaccommodaties goed geschikt voor deze ontwikkelingen? Is de openbare ruimte wel voldoende toegankelijk en geschikt genoeg om op deze trend in te kunnen spelen of zelfs om dit te kunnen faciliteren? Denk ook aan de structuur van sportparken en de inrichting van de binnensportaccommodaties. En hoe gaat het bewegingsonderwijs om met deze trend? Met de komst van de Omgevingswet worden gemeenten geacht een omgevingsvisie op te stellen, met daarin aandacht voor de gezondheidswinst die kan worden gerealiseerd met de inrichting van de (beweegvriendelijke) omgeving. Het is daarom van belang dat gemeenten een samenhangende visie ontwikkelen op ontmoeten, spelen, bewegen, actief recreëren en sporten, met andere woorden een veelzijdigheid van beweegvormen in de openbare ruimte. De beweegvriendelijkheid van de omgeving kan zo gelden als speerpunt voor de gemeentelijke Omgevingsvisie (Gemeenten, 2018).

3.5 CONCLUSIE EN ANTWOORD OP DEELVRAAG 2

Vanuit het literatuuronderzoek wordt in dit hoofdstuk antwoord gegeven op deelvraag 2; wat zijn relevante kenmerken van sport en bewegen in het gemeentelijk sportbeleid?

Het sportbeleid komt tot stand via nationale beleidsthema's en provinciale speerpunten en wordt tot slot uitgewerkt in het gemeentelijk sportbeleid en komt daar tot uitvoering in de dagelijkse praktijk. Het nationaal sportakkoord verbindt deze drie gremia. Sportbeleid kent geen wettelijk kader maar heeft wel een sterk politiek draagvlak. Sport en bewegen wordt ingezet voor het vergroten van maatschappelijke impact en heeft een directe invloed op vier sectoren van het menselijk kapitaal: gezondheid, educatie, burgerschap en sociale leefbaarheid. Daarnaast heeft sport ook een economische factor en levert in die zin een maatschappelijk rendement op.

Sport en bewegen in gemeenten hoort thuis in het sociaal domein. Door de decentralisatie van de WMO, Jeugdzorg en de participatiewet in 2015, wordt sport en bewegen m.n. ingezet om doelen te realiseren op meerdere beleidsterreinen in het sociale domein: gezondheid, jeugd, minder validen, ouderenzorg, arbeidsintegratie, WMO, onderwijs, integratie statushouders, welzijn, cultuur en leefbaarheid. Ook in andere sectoren als inrichting openbare ruimte, stedelijke vernieuwing, natuur en recreatie.

Antwoord op deelvraag 2

Wat zijn de relevante factoren van sport en bewegen en het gemeentelijk sportbeleid?

De meest relevante kenmerken van sport en bewegen in het gemeentelijke sportbeleid is dat intersectorale samenwerking verdere kansen biedt om meerdere doelen te realiseren in de vijf sectoren van het menselijk kapitaal: gezondheid, educatie, burgerschap en sociale leefbaarheid en economie.

4 FACTOREN VAN GELUK, IN RELATIE TOT SPORT EN BEWEGEN

In de voorgaande hoofdstukken zijn de oorzaken van geluk in beeld gebracht en welke factoren hierbij een bepalende rol spelen. Deze factoren kunnen bijdragen aan het bereiken van gelukseffecten door de inzet van sport en sportief bewegen. Hoofdstuk 3 geeft inzicht in de maatschappelijke betekenis van sport en hoe sport is geborgd in beleid.

In dit hoofdstuk wordt beschreven hoe factoren van geluk en sport en bewegen zich tot elkaar verhouden en welke factoren van geluk, gebaseerd op het literatuuronderzoek uit de voorgaande hoofdstukken, in theorie geschikt zijn om te kunnen worden beïnvloed door middel van het sportbeleid. Paragraaf 4.1 gaat in op drie belangrijke aspecten van sport en bewegen: gezondheid, sportdeelname en sociale verbindingen, en geeft de relatie weer tussen sport en bewegen en geluk. Vervolgens wordt in paragraaf 4.2 beschreven wat de beïnvloedende factoren van geluk zijn op individueel niveau en op overheidsniveau en waar deze elkaar kunnen versterken. Paragraaf 4.3 behandelt welke factoren van geluk in theorie geschikt zijn om te kunnen worden beïnvloed door het gemeentelijke sportbeleid. Tenslotte wordt in paragraaf 4.4 het antwoord gegeven op deelvraag 3.

4.1 ASPECTEN VAN SPORT EN BEWEGEN

In paragraaf 2.3.2 is aangegeven dat gezondheid een van de belangrijke factoren is voor geluk. Het betreft hier zowel lichamelijke gezondheid en geestelijke gezondheid. Deze laatste wordt in onderzoeken vaak aangegeven als zwaarwegender factor voor de beleving van geluk dan lichamelijke gezondheid (Clark, 2018). Sport is in dit verband een onderdeel van het geheel van vrijetijdbesteding. Andere vrijetijdsbestedingen worden in dit onderzoek niet behandeld, anders dan vrijwilligerswerk in relatie tot sport (Huijser, 2018). Wat zijn factoren van geluk, in relatie tot sport en bewegen en hoe beïnvloeden deze elkaar? In deze paragraaf wordt het eerst omgedraaid en worden drie aspecten van sport en bewegen in relatie gebracht met factoren van geluk.

1. Gezondheid door sport en bewegen: lichamelijke,- en geestelijke gezondheid.
2. Deelname aan sport en bewegen.
3. Sociale verbindingen en -vaardigheden door sport en bewegen.

4.1.1 GEZONDHEID EN GELUK. OP WELKE MANIER BEÏNVLOEDEN DEZE ELKAAR?

De World Health Organisation (WHO) definieerde bij de oprichting in 1948 gezondheid als; ***‘Een toestand van compleet fysiek, mentaal en sociaal welbevinden en niet alleen de afwezigheid van ziekte of gebreken’.***

Sport en sportief bewegen levert een positieve bijdrage aan de gezondheid. De Gezondheidsraad heeft in 2017 aan de minister van VWS (Volksgezondheid, Welzijn en Sport) advies uitgebracht over nieuwe beweegrichtlijnen. Volgens de nieuwe beweeg richtlijnen zouden volwassenen wekelijks ten minste een half uur matig intensief moeten bewegen en kinderen minstens een uur. De gezondheidsraad adviseert de minister van VWS om te stimuleren dat mensen blijvend meer bewegen en minder stilzitten (www.gezondheidsraad.nl, 2018).

Een goede gezondheid draagt bij aan het vergroten van de beleving van geluk. Volgens Veenhoven werkt het ook in omgekeerde richting en draagt een gelukkig leven bij aan een betere gezondheid (Veenhoven, Healthy happiness., 2008). In ieder geval zijn gezondheid en geluk met elkaar verbonden maar ook hebben sport en sportief bewegen en geluk een positieve correlatie met elkaar (Huijser, 2018). Deze correlatie komt goed tot uitdrukking in een nieuwe, dynamische opvatting van het begrip ‘gezondheid’ waarin de mens zelf centraal staat. Deze brede interpretatie wordt nu

'Positieve gezondheid' genoemd. Er veel te winnen is met sporten en bewegen. Want als iemand gezond wil blijven, is sporten en bewegen een vanzelfsprekendheid (Rijnbeek en Weghorst, 2016).

Gezondheid en geluk, fysieke effecten.

Geluksgevoelens beschermen tegen stress, negatieve gevoelens (b.v. angst of boosheid) en gaan samen met extra alertheid. Stresshormonen als cortisol worden aangemaakt dit zorgt op de korte termijn voor extra energie. Het hele lichaam is paraat om in actie te komen en om te vechten of te vluchten wanneer de situatie daarom vraagt. Cortisol kan op de lange termijn uitputtend werken. Als het lichaam voortdurend is gericht op actie, herstelt het lichaam niet voldoende en zal het afweersysteem minder goed werken. Men wordt sneller ziek en vatbaarder voor ziektes. Chronisch ongelukkige mensen blijken zelfs een jaar of vijf minder lang te leven dan mensen die zich beter voelen. Het effect van gelukkig zijn is zelfs vergelijkbaar met dat van niet roken! Het grote voordeel van het streven naar geluk is dat het een activiteit is die inherent prettig is (Lyubomirsky, 2005).

Veenhoven benadrukt dat gelukkige mensen over het algemeen gezonder blijken te zijn dan mensen die niet gelukkig zijn. Dit komt voor een deel doordat een sterk gestel ertoe bijdraagt dat mensen zich prettig voelen. Het effect werkt ook omgekeerd. Voor andere maatregelen die bijdragen aan een betere gezondheid, b.v. minder eten of drinken, stoppen met roken, moet iemand vooral dingen laten die prettig zijn. Het zoeken naar geluk biedt een intrinsieke beloning en is een bonus in de vorm van een toegenomen kans op een goede gezondheid (Veenhoven R., 2006).

Ook is aangetoond dat sport en bewegen tot een vermindering van milde en matige vormen van depressie kan leiden en levert daarmee een bijdrage aan de verbetering van de geestelijke gezondheid (Greef, 2009). Naast de positieve uitwerking van sporten en bewegen op het lichaam en op sociale factoren, zijn er ook uitwerkingen op de hersenen. Door sporten vindt er een toename plaats van diverse neurotransmitters waaronder dopamine, serotonine en endorfine.

Lichaamsbeweging verhoogt het gehalte aan dopamine, waardoor het humeur en gevoelens van welbehagen verbeteren en het aandacht systeem wordt gestimuleerd. Sporten zorgt voor het verhogen van het gehalte aan serotonine, dat belangrijk is voor humeur, impulscontrole en zelfvertrouwen. Het helpt ook stress te voorkomen door het effect van cortisol te neutraliseren en het maakt de cel verbindingen in de cortex en hippocampus gereed die belangrijk zijn bij leerprocessen (Scherder, 2014).

4.1.2 SPORT (DEELNAME) EN GELUK

In de relatie tussen geluk en sport is deelname aan sport (of betrokkenheid als vrijwilliger) wel de belangrijkste voorwaarde. Om een goed beeld te krijgen over de beleving van geluk door sport is het van belang een aantal variabelen te kunnen gebruiken over sportdeelname, sportfrequentie, leeftijd en etniciteit. In deze paragraaf en in paragraaf 4.1.3 volgen een tweetal tabellen die hierin inzicht geven.

Figuur 8. **Sportdeelname**

Wekelijkse sportdeelname naar achtergrondkenmerken, personen van 12 jaar en ouder, 2001-2016
(in procenten)

	2001	2008	2016
totaal	51	51	52
vrouwen	50	51	51
mannen	52	50	54
4-11 jaar ^a	-	-	65
12-19 jaar	77	76	70
20-34 jaar	62	62	64
35-49 jaar	53	52	52
50-64 jaar	42	45	47
≥ 65 jaar	26	30	37
laagopgeleid ^b	35	32	32
middelbaar opgeleid ^b	51	48	48
hoogopgeleid ^b	60	63	67
autochtone Nederlander	51	51	54
westerse migrant	50	54	49
niet-westerse migrant	45	40	41

a Vanaf 2016 is de kernmodule van de Leefstijlmonitor uitgebreid met de 4-11-jarigen. Deze groep is niet meegenomen in het totaal en bij de andere achtergrondkenmerken.

b 25 jaar en ouder.

Bron: CBS (GE'01 en '08); CBS i.s.m. RIVM (GE/LSM'16)

In deze tabel is de ontwikkeling van sportdeelname opgenomen gedurende 15 jaar.

De verschillen in mannen en vrouwen qua sportdeelname zijn verwaarloosbaar, maar leeftijd, opleidingsniveau en gezondheid waren en zijn nog steeds belangrijke verklarende variabelen t.a.v. sportdeelname. De verschillen naar opleidingsniveau en herkomst zijn in de laatste 15 jaar groter geworden. Het aandeel sporters met een hogere opleiding was in 2001 al groter en is toegenomen mettertijd. Ook is te zien dat er een lichte afname is bij het aandeel sporters onder middelbaar en lager opgeleiden. De verschillen naar herkomst zijn iets kleiner, maar ook hier is sprake van een groeiende kloof. We zien ook dat de sportdeelname af neemt, naarmate de leeftijd toeneemt. Deze verschillen zijn kleiner geworden tussen 2001 en 2016, met name doordat meer 65-plussers zijn gaan sporten (Boelhouwer, 2017). Sport kent een groot aantal verschillende 'takken van sport'. De informatie over beleving van geluk geeft geen inzicht in de verschillen per tak van sport. Wel is bekend dat de beoefenaars hun sport als leuk en plezierig vinden. Team- en racketsporten worden als een stuk leuker ervaren dan fitness, zo blijkt uit de resultaten van het Mulier Instituut. Jongeren vinden sporten in het algemeen leuker dan ouderen, deze groep geeft aan dat zij 'moeten' sporten voor de gezondheid. Vooral jongeren doen aan teamsporten. Teamsporten zijn grotendeels op sociale contacten gebouwd, meestal positief maar gaat soms ook gepaard met (ongezonde) rivaliteit. Bij duo-sporten is onderling contact noodzakelijk, hetzij meestal alleen met één tegenstander.

Bij individuele duursporten zoals schaatsen, hardlopen en fietsen is contact minder aan de orde (Dool, 2017).

4.1.3 SPORT EN BEWEGEN, SOCIALE VAARDIGHEDEN, -, VERBINDINGEN EN DE VERENIGING.

Nu er een beeld is van de sport deelname in Nederland over een recente periode van 15 jaar, is het ook van belang te kijken naar de verhoudingen van sportdeelname in het algemeen, de betrokkenheid bij verenigingsleven (en ook het vrijwilligerswerk) en de ervaren geluksbeleving zoals deze nu is (figuur 9). Zoals in de vorige paragraaf al werd benoemd, is het sociale aspect van sporten in teamverband of met een tegenstander van belang voor het gevoel van welbevinden.

Sportverenigingen zijn nu en in de toekomst bij uitstek geschikt om (levens)vaardigheden en sociale verbanden te versterken. In de Sport Toekomstverkenning worden verenigingen getypeerd als de plaats waar iedereen (in de wijk) mag meedoen, sportiviteit en integriteit is gewaarborgd, een veilige omgeving om te spelen en te sporten en dankzij de vereniging waar mensen elkaar vinden (Bakel, 2017). Socioloog Ruut Veenhoven stelt dat geluk mensen activeert, onze aandacht verruimt en helpt bij het opbouwen van sociaal kapitaal. Gelukkige mensen blijken bovendien langer te leven. Gelukkige mensen zijn ook betere burgers, ze zoeken minder zondebokken en spannen zich vaker in voor sociale organisaties (Veenhoven 2010).

Figuur 9. **Geluksgevoel naar verschillende aspecten van sportbetrokkenheid in 2014, Nederlanders vanaf 18 jaar of ouder (gemiddeld rapportcijfer)**

	Totaal	Ervaren gezondheid	
		Goed	Minder goed
Totale bevolking	7,3	7,5	6,2
Lidmaatschap sportvereniging			
Ja	7,6	7,6	6,7*
Nee	7,1	7,4	5,9
Verricht vrijwilligerswerk bij sportvereniging			
Ja	7,6	7,7	*
Nee	7,2	7,4	6,0
Sportdeelname in de afgelopen 12 maanden			
Ja	7,5	7,7	6,3
Nee	7,0	7,2	6,1
Sportfrequentie			
<1x per week	7,3	7,5	*
1 keer per week	7,5	7,6	6,4*
>1 keer per week	7,6	7,7	6,2*

Bron: SCP Culturele Veranderingen 2014, Leefsituatie Index

* Cellen met (te) weinig waarnemingen.

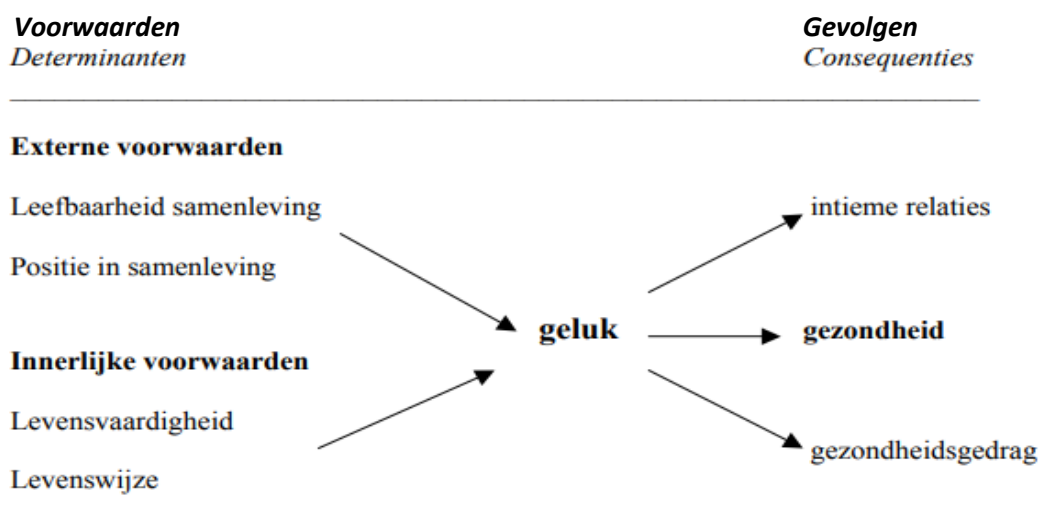
4.2 BEÏNVLOEDENDE FACTOREN VAN GELUK

Het beïnvloeden van geluk.

Om enige invloed op geluk te hebben, kijken we naar factoren die zijn te beïnvloeden en wie waar er invloed op heeft. Naast de term 'beïnvloeding' kan ook de term 'bevordering' of 'stimuleren' worden toegepast (Lyubomirsky, 2008). De term beïnvloeding kan een negatieve connotatie hebben. De mogelijkheid van beïnvloeding van het welbevinden zit voornamelijk in het deel van de levenskansen, verdeeld in levensomstandigheden (op macro,- en meso niveau) en levensvaardigheden (op micro niveau) zoals beschreven in hoofdstuk 2.2 (Veenhoven, 2000).

Daarnaast zijn de tien sleutelfactoren van Clark, bruikbaar om invloed te hebben op geluk (Clark, 2018). De 12 oorzaken van geluk van Lyubomirsky zijn gericht op het versterken van (sociale) levensvaardigheden.

Figuur 10. Determinanten en consequenties van geluk.



Bron: (Veenhoven R. , 2006).

Deze figuur geeft schematisch weer hoe de innerlijke- en externe voorwaarden van geluk leiden tot gevolgen.

Beïnvloedende factoren van geluk op macro en meso niveau; de overheid.

Overheden hebben invloed op levensomstandigheden en daarmee ook op een deel van de leefomgeving. Dit zijn zaken als veiligheid, werkgelegenheid, politieke omstandigheden en de kwaliteit van openbaar bestuur en rechtssysteem zijn daarbij een belangrijke factor. Ook de situatie in de directe leefomgeving, de buurt, van de openbare ruimte en infrastructuur als geheel zijn overheidsaangelegenheden (scp, 2012). Geluk door erfelijkheid is niet te beïnvloeden en sluiten we uit. Levenskeuzes zijn alleen te maken door het individu (microniveau) en dan alleen als het om doelbewuste keuzes gaat. Beïnvloeding door bijvoorbeeld een overheid kunnen alleen door ervoor te zorgen dat de omstandigheden zo zijn dat men ook de vrijheid heeft om deze vrije levenskeuzes te kunnen maken (scp, 2012). Als we kijken naar de oorzaken en de determinanten van geluk (hfst. 2.2) zien we overeenkomsten, weliswaar door de diverse onderzoekers (Veenhoven, Lyubomirsky, Clark, Frey, Helliwell, Layard en Stiglitz) iets anders uitgedrukt en onderbouwd met andere voorbeelden. De overeenkomsten zijn te herleiden naar omgevingsfactoren en persoonlijke- of psychologische factoren. Deze oorzaken en factoren vormen ook de basis voor beïnvloeding of bevordering van geluk (zie ook hfst. 2.3.2). Erfelijke factoren en levenskeuzes vallen buiten elke vorm van

beïnvloeding van overheid. Het individu heeft enige invloed op levenskeuzes maar deze staan van tevoren niet vast (zie hfst. 2.3.1). Vanuit het perspectief van Stiglitz zijn de omgevingsfactoren van belang om te noemen als toevoeging op het voorgaande. Deze factoren betreffen de buurt en b.v. vervuiling (Stiglitz, 2009).

Beïnvloedende factoren van geluk op micro niveau; individueel en persoonlijk niveau.

Veenhoven verdeelt *levenskansen* in *leefbaarheid van de omgeving* (extern) en in *levensbekwaamheden* (intern), ook wel levensvaardigheden genoemd.

Als we kijken naar 12 oorzaken van geluk volgens Lyubomirsky (hfst. 2.1.6) kan het aspect levensvaardigheden in verband worden gebracht met sport en bewegen en worden versterkt (de Groot, 2018). Ook de tien factoren die Clark et al beschreef als bijdragen aan invloed op de beleving en versterking van geluk (zie ook hfst. 2.3.2) kunnen op individueel en persoonlijk niveau worden bevorderd (Clark, 2018).

4.3 DE WEERSLAG VAN FACTOREN VAN GELUKSBELEVING IN HET SPORTBELEID, STUREN OP GELUK DOOR DE OVERHEID.

De beïnvloedingsfactoren voor het bevorderen van geluk door sport en bewegen waar de (gemeentelijke) overheid invloed op heeft, kunnen in verband worden gebracht met de vijf dimensies van het menselijk kapitaal; *Gezondheid, Onderwijs en leerprestaties, Burgerschap, Sociale samenhang en leefbaarheid en Economie* (Breedveld, 2016). De fysieke omgeving past in deze context bij *leefbaarheid*.

Sturen op geluk door de landelijke overheid.

De kernvraag is of de overheid kan sturen op geluk? En is het wel de bedoeling dat de overheid stuurt op geluk? De overheid kan wel degelijk sturen op geluk en doet dat in feite ook al lang. Bijvoorbeeld op een van de belangrijkste voorwaarden van geluk; gezondheid. Gezondheid is zelfs als wet aangenomen in 1901. Het sturen op gezondheid heeft succes, want mede daardoor leven we nu langer in goede gezondheid dan ooit. Sturen op geluk is niet wezenlijk anders en gaat goed samen met sturing op gezondheid (Veenhoven R. , 2006). Maar denk ook aan de rol van de overheid t.a.v. onderwijs of cultuur. Ook zaken die direct in verband staan met welbevinden (Groot, 2012). De rol van de overheid in Nederland kenmerkt zich als voorwaarde scheppend, faciliterend, verbindend, kader stellend en handhavend. De landelijke overheid heeft de mogelijkheid om invloed te hebben op de *levensomstandigheden* van de bevolking. Het betreft hier voornamelijk een indirecte invloed. Het gaat hierbij om zaken in de leefomgeving; als veiligheid, justitie, gezondheidszorg, economische omstandigheden en werkgelegenheid, politieke besluitvorming en betrouwbaarheid van de overheid. Maar ook om milieu, de kwaliteit van de openbare ruimte en infrastructuur als geheel. Al deze zaken zijn weer van invloed op hoe de decentrale overheden dit in de eigen omgeving inpassen. Ze zijn van invloed op de kwaliteit van leven van de bevolking en daarmee voorwaardelijk voor de ontwikkeling van *levensvaardigheden* en de mogelijkheden voor het maken van *levenskeuzes* door de bevolking (Veenhoven, 2000).

Het Breed Welvaartsbegrip;

Als bekend is hoe het met de economie gaat, is nog niet meteen duidelijk hoe het met andere zaken in de maatschappij gaat. Maatschappelijke progressie moet ook aan niet economische aspecten van het leven worden afgemeten. Dit kunnen zijn: gezondheid, sociale relaties, en bijvoorbeeld het doen van vrijwilligerswerk. Bij een brede kijk hoort bovendien ook aandacht te zijn voor hun geluk en

welbevinden en niet alleen voor de feitelijke situatie waarin mensen zich bevinden. De Tweede Kamer heeft in 2015 een tijdelijke parlementaire commissie ingesteld om onderzoek te doen naar 'het breed welvaartsbegrip' (Badir, 2017). Bovendien zagen we in hoofdstuk 2.4 ook dat de overheid geïnteresseerd is in de metingen over hoe het met het welbevinden van de bevolking is gesteld.

Zijn er behalve voordelen ook nadelen aan het sturen op geluk door de overheid?

Zo op het eerste gezicht lijkt het alleen maar prettig als er gekeken wordt naar bevordering van geluksbeleving. Toch zijn er ook nadelen te vinden. Er zijn verschillende argumenten aan te voeren waarom overheden niet tot doel moeten hebben de geluksindex van de mensen te maximaleren: 1; zodra de geluksindex een officieel beleidsdoel van de overheid is geworden, zal de overheid het manipuleren. 2; Overheden hebben een motief om de sociale digitale netwerken te manipuleren in hun voordeel (Frey, 2011).

Sturen op geluk door de lokale overheid

Beleidsmakers hebben over het algemeen moeite met het woord geluk. Ze vinden het niet serieus klinken en te vaag. Kortom, het is slecht hanteerbaar in de politieke context. Termen als welbevinden, welzijn, talentontwikkeling, kwaliteit van leven, participatie en eigen kracht worden gemakkelijker geaccepteerd en zijn nu gangbaarder in het beleidsjargon (van Campen, 2012).

Welzijn en geluk; de (lokale) overheid is indirect al verantwoordelijk voor geluk.

Sinds de jaren zestig wordt in Nederland een welzijnsbeleid gevoerd en je zou kunnen stellen dat geluksbeleid niet meer dan een modieuze term is voor het oude beleid. Sinds de invoering van de WMO (Wet Maatschappelijke Ondersteuning in 2007), zijn de gemeenten verantwoordelijk voor het welzijn van haar burgers, daarvoor lag deze taak bij de rijksoverheid. Het is duidelijk dat we de blik moeten verleggen van Den Haag naar wat de individuele gemeenten voor hun inwoners doen (van Campen, 2012). Een andere recente ontwikkeling is de decentralisering van een aantal taken in het sociale domein naar gemeenten (2015). Het idee is dat gemeenten beter in staat zijn het de problemen van mensen op te lossen en het benodigde maatwerk te leveren. Hierbij moet in eerste instantie bekeken worden wat mensen zelf of met hun eigen netwerk kunnen doen (Boelhouwer, 2017).

De fysieke leefomgeving

Sporten en bewegen kunnen een grote en belangrijke bijdrage leveren aan de realisatie van de voorwaarde dat het onderwerp gezondheid, onderdeel moet zijn van de afweging binnen de nieuwe omgevingswet. Beleidsmedewerkers sport en bewegen kunnen hier bij aanhaken en zo sport een plek geven binnen de nieuwe omgevingsvisie en het omgevingsplan (VSG, 2018).

4.4 CONCLUSIE EN ANTWOORD OP DEELVRAAG 3

Vanuit het literatuuronderzoek wordt in dit hoofdstuk antwoord gegeven op deelvraag 3: 'Welke beïnvloedingsfactoren van geluk zijn in theorie geschikt voor het ontwikkelen van het gemeentelijk sportbeleid?'

Allereerst is het goed om als uitgangspunt te nemen dat het gemeentelijk sportbeleid een belangrijke plaats heeft in het grotere geheel van het sociale domein en m.n. is gerelateerd aan het gezondheidsbeleid. Het gemeentelijke sportbeleid richt zich ook op accommodatiebeleid t.a.v. binnen- en buitensport en sport in de openbare ruimte en naar sportverenigingen, overige sportaanbieders en sportevenementen. Dit geeft aan waar een gemeente aantoonbaar invloed kan hebben om resultaten te behalen.

De mogelijkheid van beïnvloeding van geluk zit voornamelijk in het deel van de levenskansen. (Veenhoven, 2000) De twee factoren van levenskansen van geluk, waar een gemeente in theorie beleidsmatig invloed op kan hebben, zijn levensomstandigheden en levensvaardigheden.

Levensomstandigheden zijn externe factoren die kunnen bijdragen aan het vergroten van geluk maar waar een individu niet in directie zin invloed op heeft maar de overheid juist wel.

Dit zijn o.a. veiligheid, kwaliteit van openbaar bestuur en rechtssysteem, politieke factoren, de (fysieke) leefomgeving, sportinfrastructuur en werkgelegenheid.

Levensvaardigheden zijn individuele en persoonlijke vaardigheden en omstandigheden die bij kunnen dragen aan het vergroten van geluk. Deze vaardigheden en omstandigheden zijn in eerste instantie intrinsiek en horen bij het individu. Deze vaardigheden kunnen echter worden versterkt. De uitwerking van het gemeentelijk sportbeleid en de politieke opdracht waarmee sport en bewegen binnen het sociaal domein een plaats krijgt, kan bijdragen aan het versterken van deze vaardigheden door in te zetten op het ontwikkelen van programma's t.a.v. begeleiding en activiteiten ontwikkeling voor o.a. verenigingen en onderwijs. Naast deze twee factoren geldt dat gezondheid, boven alles, als meest bepalende factor van geluk wordt aangemerkt. De geestelijke gezondheid wordt hierbij als belangrijker aangemerkt dan de lichamelijke gezondheid. De 12 oorzaken van geluk van Lyubomirsky bieden aanknopingspunten om levensvaardigheden te trainen en te versterken. De 10 factoren van Clark biedt aanknopingspunten voor zowel levensomstandigheden als levensvaardigheden te verbeteren. De levensomstandigheden en levensvaardigheden passen in de 5 dimensies van het menselijk kapitaal en in de 4 determinanten van geluk.

Antwoord op deelvraag 3

Welke beïnvloedingsfactoren van geluk zijn in theorie geschikt voor het ontwikkelen van het gemeentelijk sportbeleid?

Gezondheid, levensomstandigheden en levensvaardigheden zijn de meest kansrijke factoren om geluk te beïnvloeden door deze in het sportbeleid nadrukkelijk uit te werken en vorm te geven.

“Het is onmogelijk om het goede niet te doen als je het eenmaal kent”

Socrates

5 ONDERZOEKSMETHODE

In de voorgaande hoofdstukken is vanuit de literatuur beschreven wat de belangrijkste oorzaken en factoren zijn van geluk zijn en is toegelicht hoe sportbeleid in Nederland is georganiseerd en hoe de relatie is tussen maatschappelijke vraagstukken en het sportbeleid. Vervolgens zijn de factoren van geluk in relatie gebracht met sport en bewegen. Het is een aanzet richting een toekomstige ontwikkeling om met andere inzichten en op een andere wijze naar de effecten van het sportbeleid (en de uitvoering) te kijken met de factor geluk als uitgangspunt. Het onderzoek dat is gedaan laat zich het best typeren als een kwalitatief – en exploratief onderzoek naar de toepassing van factoren van geluksbeleving, door sport en bewegen, in het gemeentelijk sportbeleid. De inhoud komt tot stand door deskresearch (wetenschappelijke literatuur en overige informatie en publicaties als contextuele aanvulling) en door interviews met kennisdragers over sport, sportbeleid en de beleving van geluk.

Het onderzoek bestaat uit twee delen:

Het eerste deel is het theoretisch kader. Per onderzoekseenheid is een beschrijving gegeven vanuit bestaande wetenschappelijke literatuur op het gebied van sport, beleid en over geluk vanuit de sociologie, psychologie en economie, en aanvullende relevante publicaties. Deze beschrijving is een analyse waarin verschillende opvattingen zijn onderzocht op relevantie en in relatie tot de probleemstelling en de onderzoeksvraag.

Het tweede deel zijn semi- gestructureerde interviews.¹ De vragen hierin zijn opgesteld op basis van het theoretisch kader, de onderzoeksvraag en de deelvragen. Daarnaast is er ruimte voor aanvullende informatie vanuit de geïnterviewden zelf, op basis van hun expertise over de onderwerpen geluk, sport, (sport)beleid en uitvoering van het sportbeleid.

5.1 KWALITATIEF EN EXPLORATIEF ONDERZOEK

Om tot een antwoord te komen op de onderzoeksvraag is gekozen voor een kwalitatief onderzoek. Er is in de literatuur en in de praktijk niet veel bekend over de relatie tussen de beleving of het ervaren van geluk door sport en bewegen en al veel minder over de wijze waarop dit een weerslag kan krijgen in het gemeentelijke sportbeleid.

Dit onderzoek typeert zich als een kwalitatief onderzoek maar kenmerkt zich ook als een exploratief- of verkennend onderzoek. “Een verkennend onderzoek vindt plaats wanneer er weinig tot geen kennis is van een verschijnsel”. (Jones, 2007) Daarom is er behoefte aan een eerste verkenningstocht, voordat er meer specifiek onderzoek kan worden gedaan. Deze manier van onderzoek, zoekt naar aanwijzingen over een bepaald verschijnsel en doet een poging om relevante concepten te ontdekken en kijkt naar patronen of ideeën die ontstaan uit de gegevens. (Jones, 2007) Het betreft een ontwikkeling van kennis op basis van theorie en de toepassing en ervaring in de praktijk. Het onderzoek bestaat uit literatuuronderzoek en interviews met mensen met kennis over geluk, sport en openbaar bestuur vanuit diverse invalshoeken en vakgebieden, met name gericht op toepassing in het lokaal (sport)beleid.

¹ Een semi- gestructureerd interview is een interview dat een aantal vooraf gestelde vragen volgt maar de optie openhoudt om aanvullende vragen te stellen tijdens het interview, afhankelijk van de antwoorden die worden gegeven (Jones, 2007).

5.2 DATAVERZAMELING

De data die is verzameld voor dit onderzoek is tot stand gekomen door drie sporen.

Ten eerste is er een uitgebreid literatuur onderzoek gedaan naar de wetenschap van geluk. Hiervoor is gekozen voor een selectie van belangrijke denkers, wetenschappers en publicisten over geluk, sociologie, economie en positieve psychologie over een periode van de laatste 3 decennia. De wetenschap over geluk is een relatief jong. Deze periode van ca. 30 jaar is daarom representatief om overeenkomsten en verschillen aan te geven en daarmee nog steeds relevant.

Ten tweede is onderzoek gedaan naar de meest relevante ontwikkelingen rondom sportbeleid in Nederland, t.a.v. de landelijke ontwikkelingen en de weerslag in Nederlandse gemeenten.

Ten derde zijn er experts geïnterviewd en bevraagd naar hun inzichten en kennis over geluk, sport en bewegen, openbaar bestuur en sportbeleid in gemeenten.

5.2.1 SEMIGESTRUCTUREERDE INTERVIEWS

Om de praktische mogelijkheden en toepasbaarheid van geluk in het gemeentelijk sportbeleid te onderzoeken en vast te stellen welke factoren, actoren, stakeholders en andere mogelijke aspecten die bij kunnen dragen aan de toepassingsmogelijkheden van geluk in het gemeentelijk sportbeleid, is ervoor gekozen om semigestructureerde interviews te houden. De experts die zijn geïnterviewd, zijn bekend met betrekking tot de wetenschap van geluk, sport en bewegen, openbaar bestuur en gemeentelijk sportbeleid. Vanuit hun ervaring, positie, achtergrond en deskundigheid zijn zij in staat om informatie te geven over de diverse aspecten die van belang zijn voor dit onderzoek.

In het totaal zijn er drie semigestructureerde interviews afgenomen met de volgende deskundigen:

- Mw. J. Olde Loohuis (MSc)(MBA); Beleidsadviseur sport bij de gemeente Wijk bij Duurstede.
- Mw. drs. N. Peeters; Strategisch beleidsadviseur en programmamanager van gelukbeleid bij de gemeente Schagen.
- Dhr. drs. A. de Groot is docent en directeur bij het Jeremy Bentham Instituut voor beleid en geluk.

De geïnterviewden kregen voorafgaande aan het interview de lijst met themavragen en de onderzoeksopzet toegezonden. De themavragen komen overeen met de deelvragen in de onderzoeksopzet zoals die op dat moment geformuleerd waren.

Deze zijn:

1. Uw visie op het begrip geluk. Uw beeld daarvan, het perspectief dat u heeft, de definitie die u aan geluk geeft of welke definitie u het beste passend vindt in relatie tot dit onderwerp.
2. Welke elementen van geluk komen volgens u terug door sport en bewegen?
3. Op welke wijze zou de betekenis van sport voor de maatschappij, als bijdrage aan de bevordering van het welbevinden / geluk, het best kunnen worden ingepast in het sportbeleid?
4. Welke mogelijkheden ziet u om geluk te bevorderen of zelfs te beïnvloeden en welke elementen kunnen door sport worden ingevuld?
5. Sturen op geluk; welke route kan volgens u, leiden tot politiek bestuurlijk bewustzijn en draagvlak als basis voor de inpassing in het gemeentelijk (sport)beleid. Waar is de beleidsruimte?

De interviews zijn met toestemming van de geïnterviewden opgenomen. De interviews hebben allemaal plaatsgevonden in levende lijve en face to face. De interviews zijn getranscribeerd en opvraagbaar. Deze zijn beschikbaar in audio- of PDF bestand. De duur van de interviews varieerde van 45 minuten tot 60 minuten.

5.2.2 BETROUWBAARHEID EN VALIDITEIT

Om de betrouwbaarheid en validiteit van het onderzoek te borgen zijn de volgende keuzes gemaakt:

- De geïnterviewde personen zijn allen deskundig en beschikken over ruime ervaring binnen het onderzoeksgebied. Door meerdere personen te interviewen is er diversiteit t.a.v. deskundigheid en is de geldigheid van het beeld van de onderzoekssituatie ook geborgd.
- De interviews zijn opgenomen met een audiorecorder en vervolgens volledig getranscribeerd. Hiermee is geborgd dat de bevindingen uit de interviews zijn te herleiden en eenduidig zijn weergegeven; de onderzoekssituatie is beschreven en geïnterpreteerd vanuit het gezichtspunt van de geïnterviewde. Tevens biedt dit de mogelijkheid om tijdens het analyseren van de verkregen informatie telkens de oorspronkelijke informatie te raadplegen.
- Er zijn vijf vragen geformuleerd (paragraaf 5.2.1) De geïnterviewden hebben deze vragen voorafgaande aan het gesprek toegestuurd gekregen en hebben zich er in meer of mindere mate op het interview kunnen voorbereiden.

5.3 DATA ANALYSE

De uitgeschreven interviews zijn gecodeerd op basis van de 5 interviewvragen uit paragraaf 5.2.1. naar drie thema's. En deze zijn gescoord en antwoorden zijn vergeleken met elkaar. Een vierde thema is gemerkt en is bedoeld voor aanbevelingen die gedaan zijn door de geïnterviewden. Hoofdstuk 6 gaat in op de onderzoeksresultaten en zal een analyse geven van zowel de bevindingen in de theorie als van de kennis uit de praktijk. De analyse door overeenkomsten op deze thema's te ontdekken maar verschillen van inzicht geven echter ook een helder beeld. Hoofdstuk 7 gaat in op de aanbevelingen die gedaan kunnen worden, op basis van de data uit de theorie en vanuit de interviews.

**‘Geluk is afhankelijk van wat men kan
geven, niet van wat men kan krijgen’**

Winston Churchill

6 ONDERZOEKSRESULTATEN, BEVINDINGEN EN CONCLUSIES

In dit hoofdstuk worden de resultaten vanuit de interviews met de deskundigen weergegeven op basis van drie thema's. Deze thema's zijn algemeen van aard en hier kunnen meerdere antwoorden vanuit de vijf gestelde vragen worden ondergebracht. Het betreft een empirisch onderzoek en geeft een reflectie vanuit de beleidspraktijk op factoren van geluksbeleving door sport en bewegen en de rol die het kan spelen in het gemeentelijk sportbeleid. In paragraaf 6.1 gaan de geïnterviewden vanuit hun deskundigheid en ervaring, aan de hand van drie thema's in op geluk, de relatie met sport en bewegen en de weerslag van geluk in het sportbeleid. Deze drie thema's leiden tot een antwoord op deelvraag vier; *'Hoe wordt er vanuit de beleidspraktijk gekeken naar inpassing van geluk in het gemeentelijk sportbeleid'?* Vervolgens gaat hoofdstuk 6.2 in op de conclusies uit het empirisch onderzoek aan de hand van deze drie thema's en wordt antwoord gegeven op deelvraag 4; Tot slot zal in hoofdstuk 6.3 ingegaan worden op de conclusies van het literatuuronderzoek en zal de verbinding worden gemaakt met de conclusies van het empirisch onderzoek aan de hand van de drie thema's uit paragraaf 6.1

6.1 BEVINDINGEN VAN GEÏNTERVIEWDEN, EMPIRISCH ONDERZOEK

Paragraaf 6.1.1 heeft als thema visie op geluk. In deze paragraaf wordt dieper ingegaan op geluk in de zin van een definitie, een theorie, een visie op geluk of factoren die bijdragen aan geluk (beleving). Paragraaf 6.1.2 behandelt de inzichten van de deskundigen op factoren van geluk in relatie tot sport en bewegen en wordt bekeken naar beïnvloedingsfactoren voor het bevorderen van geluksbeleving. Paragraaf 6.1.3 geeft inzicht in het thema sturen op geluk door het sportbeleid en wordt er een reflectie gegeven vanuit de beleidspraktijk op het bevorderen van geluksbeleving in het sportbeleid welke factoren daarbij een rol spelen.

6.1.1 VISIE OP GELUK

Geïnterviewde de Groot geeft over geluk de volgende definitie; *'Geluk is persoonlijk in het streven en in de beleving, het is een psychologisch verschijnsel. Het is positief tot zeer positief, het is van langere duur en het heeft een zekere stabiliteit. Het wordt uitgedrukt in de mate van tevredenheid met het leven als geheel op dat moment'*. Hij stelt dat een veel voorkomend misverstand is, het door elkaar halen van plezier en geluk. Het voornaamste onderscheid is: plezier is korter en geluk is langer. Het geluk zelf is iets wat zich in een persoon afspeelt, wat alles te maken heeft met een goed gevoel. Het is iets wat van langere duur is. En het heeft een zekeren stabiliteit. Het zit binnenin, dus het is een psychologisch verschijnsel. Het zit in je geest en het is uiteraard positief tot zeer positief, aldus de Groot. Nancy Peeters onderschrijft deze uitleg van geluk. De Groot zegt dat geluk gemeten kan worden en ook moet worden om het te valideren en er onderzoek mee te kunnen doen. Om geluk te meten zul je het moeten vragen. Het meten van geluk heeft zich ontwikkeld tot een stabiele methodiek. Om het meten van geluk op sport en bewegen te betrekken, kan het ook op plaats en activiteit worden betrokken. Dit is en nieuwe methode zegt hij. *'Hoe gelukkig ben je bij het sporten en hoe gelukkig ben je bij de after-sport? 'Tevredenheid met het leven als geheel op dit moment'* is de standaard definitie. Dit is ook het uitgangspunt van de vraagstelling om geluk te kunnen meten. De groot geeft drie gangbare theorieën rondom geluk: 1; de sociale vergelijkingstheorie van geluk. Dat geluk bepaald wordt, afhankelijk van mijn verwachtingen en vergelijkingen.2: de setpoint-theorie, waarbij je na een jaar weer bijna op hetzelfde punt bent, als je iets heel naars of fijns hebt meegemaakt. 3: is de behoefte theorie, die zegt: *'naarmate de behoeften van mensen beter worden bevredigd, zijn ze gelukkiger'*. De Groot zegt dat Emeritus Hoogleraar Ruut Veenhoven, alle drie

theorieën heeft vergeleken en dat het met afstand duidelijk is, dat de enige echte theorie van geluk de behoeftetheorie is. De Groot zegt dat deze theorie gaat over de kansen die mensen krijgen om hun behoeften te vervullen. De eerste invalshoek is het feit dat gelukkige mensen wat opleveren voor de samenleving. 'Dus dan wordt de volgorde omgedraaid' zegt hij. "Niet wat zijn de oorzaken van geluk, maar waarvan is geluk de oorzaak?" Vervolgens geeft de Groot aan dat gelukkige mensen gezonder zijn, actiever zijn, meer succes hebben op hun werk en in de relatemarkt en ze betalen eerlijker belasting. Dat is ongeveer het rijtje volgens de Groot. Het is dus echt de moeite waard voor de gemeente om gelukkige mensen te hebben. Ze dragen meer bij aan de gemeenschap en misschien wel aan de gemeente zelf. Nancy Peeters onderschrijft deze redenering in woorden van gelijke strekking. "Die gezondheidswinst is vergelijkbaar met wel of niet roken, die best groot is met minstens twee levensjaren", zegt de Groot. Vervolgens stelt hij dat de grootste voorspeller van geluk op latere leeftijd, geluk op schoolleeftijd is. Dat wordt natuurlijk mede bepaald door het geluk van de ouders. Het geluk op schoolleeftijd is een belangrijke voorspeller, belangrijker dan IQ, schoolcijfer en wilskracht. Maar dat is duidelijk iets anders dan levensvaardigheid. Jorike Olde Loohuis zegt over geluk: "Want uiteindelijk, wat je wilt, is dat onze inwoners zich goed voelen. En dat goed voelen, ja, dat kun je welbevinden noemen, gelukkig - nou ja, hoe je het maar noemt - maar uiteindelijk is je doel toch wel dat de mensen moeten het hier leuk hebben, plezierig kunnen wonen, in hun kracht staan. En dat moet je een beetje samen doen."

Samenvattend:

"Tevredenheid met het leven als geheel op dit moment" is de standaard definitie. Nancy Peeters en de Groot geven dit beide aan in een soortgelijke definitie. Ook geven beide levensvaardigheden en levensomstandigheden expliciet als factoren die geschikt zijn om te kunnen beïnvloeden. De grootste voorspeller van geluk op latere leeftijd is geluk op schoolleeftijd. Gelukkige mensen dragen positief bij aan de maatschappij.

6.1.2 FACTOREN VAN GELUK IN RELATIE TOT SPORT EN BEWEGEN

Alle geïnterviewden geven aan dat de levensvaardigheden en levensomstandigheden beïnvloedende factoren van geluk zijn, ook door sport en bewegen. De Groot ziet een sterk belang in hoe meer bewegen en levensvaardigheden op schoolleeftijd in combinatie gebracht kan worden, zeker op scholen, hoe beter het is. Als deze redenering wordt gevolgd, dan wordt duidelijk dat geluk op schoolleeftijd de moeite waard is om in te investeren. De Groot en Nancy Peeters noemen beide Lyubomirsky's onderzoeken naar het versterken van levensvaardigheden. Daarnaast zijn de geïnterviewden het eens over dat sport goede voorzieningen nodig heeft. Zowel in de accommodaties maar ook in de (openbare)buitenruimte. Deze zijn voorwaardelijk voor (sociale) verbinding, autonomie en competenties (vanuit de zelfdeterminatie theorie). De Groot zou het spelplezier apart willen benoemen: "Geluk is niet afhankelijk van alleen maar positieve ervaring, maar het moet wel gevoed worden door positieve ervaring. Het spelplezier hoort erbij. Het tweede is de beweging. Via vitaliteit. Als je vitaler bent, is het geluksgevoel groter." "De sociale kant is heel belangrijk. (...) maar levensvaardigheden zijn veel belangrijker." Als je zegt: 'Ik wil via sport aan geluk bijdragen,' dan zijn levensvaardigheden superbelangrijk", zegt de Groot.

Nancy Peeters ziet een factor van competentieontwikkeling door sport en bewegen, bijdragen aan geluk. Zij noemt ook de lichamelijke effecten die sport en bewegen kunnen hebben op een gevoel van geluk door de chemische stoffen die dan worden aangemaakt. Jorike Olde Loohuis noemt gezondheid en sociale cohesie als belangrijke factoren in relatie tot sport en bewegen.

Samenvattend:

Alle geïnterviewden geven aan dat de levensvaardigheden en levensomstandigheden beïnvloedende factoren van geluk zijn, ook door sport en bewegen. Ook geven alle geïnterviewden aan dat voor sport goede voorzieningen voorwaardelijk zijn voor het kunnen ontwikkelen van levensvaardigheden. Gezondheid en sociale cohesie zijn belangrijke factoren van geluk in relatie tot sport en bewegen. Ook geldt dat bewegen en levensvaardigheden in combinatie sterk is, zeker op scholen. Spelplezier door sport geeft positieve ervaringen en is daarmee goed voor het ervaren van geluk.

6.1.3 STUREN OP GELUK DOOR HET SPORTBELEID

Alle geïnterviewden zijn het erover eens dat je als gemeente geluk (als levenstevredenheid) als doel voorop moet stellen. De Groot zegt n.a.v. de behoefte theorie: “Hebben mensen gelijke kansen om iets te doen aan de behoeftes die je via sport kunt vervullen? Dan heeft dat consequenties voor het sportbeleid.” Alle geïnterviewden benadrukken ook de psychologische processen waarmee je geluk kunt versterken. De Groot zegt hierover: “Je kunt ze *geluksactiviteiten* of *geluksoefeningen* noemen, maar het zijn eigenlijk *levensvaardigheden*. Het effect van dat soort levensvaardigheden, zoals dankbaarheid of vergevingsgezindheid, kun je niet vangen met de behoeftetheorie.”

Als je kijkt naar het effect van sport, dan mist de Groot nog te veel de potentiële invloed van levensvaardigheden op geluk. Nancy Peeters vindt dat de grootste invloed vaak zit in het omstandigheden stuk, daar is de invloed heel direct maar relatief klein. Bijvoorbeeld voor de mensen met een laag inkomen, weinig sociale contacten, fysieke en psychische problemen.

De Groot vindt ook het economisch aspect belangrijk. Hij zegt dat je niet alleen hoeft te kijken naar de mate waarin je door sport gelukkiger wordt maar dat het kan ook interessant is om te gaan kijken naar hoeveel geld er naar die aspecten van sport gaat die helemaal niet aan geluk bijdragen? Hoeveel geld gaat er naar aspecten van sport die wel aan geluk bijdragen? De Groot pleit ervoor om daar een economische denkwijze op toe te passen, met als eindcriterium geluk en niet competitiviteit of iets anders. “Een ander economisch aspect is het opportunity principle”, zegt de Groot.

“Je geeft geld aan iets uit en dat moet je niet alleen op zichzelf bekijken, maar vergelijken met wat je anders voor hetzelfde geld had kunnen krijgen. Het is het een basisprincipe van economie, van het rationeel omgaan met schaarse middelen.” Hij geeft aan dat politici dit vaak vergeten.

De Groot vervolgt met dat je de uitgaven aan sport kunt vergelijken met uitgave op andere gebieden. Het zou best kunnen dat sommige sportuitgaven veel meer geluk per euro opleveren dan allerlei andere uitgaven en dan heb je een heel sterk sportbeleid. Dat is de grote uitdaging. Als denkmodel geeft de Groot aan: “Als er bezuinigd moet worden, dan gaan die dingen eruit die per euro zo min mogelijk geluk opleveren. Zo is er een heel makkelijke maatstaf om te bezuinigen. Als er uitgebreid moet worden, dan is dat minstens zo interessant, dan kan er een lijstje van dingen zijn die op de wachtlijst staan, die zo van tevoren bedacht kunnen worden, ook al is er nu nog geen geld. Dat zijn dan de dingen waarbij per euro zo veel mogelijk geluk opleveren. Ook wordt hier eerlijkheid van het verdelen van geluk aangemerkt als een punt waar een overheid rekening mee moet houden”, aldus de Groot. Nancy Peters ziet ook nog een andere overweging die bewust moet worden gemaakt per onderwerp. Welke keuze wordt gemaakt? Wordt er bijvoorbeeld een onderwerp gekozen waarop een kleine invloed is op het geluksniveau van een grote groep mensen of wordt er een keuze gemaakt waar een grote invloed is op een kleine groep? Deze overwegingen vindt zij belangrijk en moeten helder zijn. Ook noemt Peeters de waarde van een financieel controller die erg meedenkt over de begroting op geluk en hoe je daar goed mee om kunt gaan.

Het onderwerp onderwijs blijft bij de andere geïnterviewden wat onderbelicht maar de Groot zegt hierover: “In beginsel kun je proberen geluk op school te versterken door bewegen op schoolleeftijd te bevorderen. Daarbij is er wel onderzoek waaruit blijkt dat zelf sport of cultuur beoefenen een

grotere invloed heeft op je geluksgevoel, dan het kijken ernaar.” In paragraaf 6.1.1 noemt hij wel expliciet de schoolleeftijd als bepalende factor voor geluk in het verdere leven.

Andere aspecten die in het sportbeleid thuis horen zijn zaken als sportinfrastructuur, sport in de openbare ruimte en de rol van verenigingen. Alle geïnterviewden geven aan dat in het kader van sport en bewegen de openbare ruimte en sportvoorzieningen goed moet worden gefaciliteerd. De individualisering van sport is gegeven en een maatschappelijke trend en zal de ruimte moeten krijgen en een plaats moeten hebben in het sportbeleid. De Groot geeft hierbij als voorbeeld dat bij het bouwen van nieuwe woonwijken er een relatie moet zijn met het bevorderen van de gezondheid. Een wijk moet zo worden aangelegd, dat mensen worden aangemoedigd om te bewegen. De combinatie met de omgevingswet is hier van toepassing in de nabije toekomst. Ook geeft de Groot aan dat initiatieven vanuit de samenleving die raken aan het bevorderen van geluk door sport, dienen te worden ondersteund. Subsidies kunnen worden toegekend o.b.v. goed onderbouwde redenen waarom een bepaald initiatief bijdraagt aan levenstevredenheid. “De kracht en kans van slagen is groter als je als gemeente al kunt aangeven waar je in feite al mee bezig bent en welke dingen op grond van onderzoek al meer of minder plausibel zijn en waar initiatieven bij aan kunnen sluiten.” Nancy Peeters ziet ook een bijdrage van de sportinstellingen (inclusief sportverenigingen) in de gemeente aan de bevordering van geluk in de vorm van beïnvloeding van de omgeving: leefbaarheid, sociale contacten, en (sport) voorzieningen. Ook refereert zij in dat kader aan een rol richting het vaardigheidsaspect. Jorike Olde Loohuis stelt dat verenigingen vaak wel een grote rol vervullen in de sport in een gemeente maar dat zij ook een grote autonomie hebben en meer zijn gericht op leden werven en behouden (en ook vrijwilligers en trainers) en op de competitieve aspecten van hun sport. Wel geeft zij aan hierin mogelijkheden te zien door vanuit het sportbeleid te sturen op de inzet van buursportcoaches die een rol kunnen vervullen bij verenigingen t.a.v. het versterken van (levens)vaardigheden. Nancy Peeters noemt ook dat het bevorderen van het maken van gezonde keuzes hierbij hoort, b.v. water drinken is gezond en wordt door JOGG (Jongeren Op Gezond Gewicht) ingezet als omstandigheden en vaardigheden die je kunt aanleren. Deze kun je bij geluk ook toepassen. Om de factor geluk in het sportbeleid terug te kunnen laten komen als een waarde om op te kunnen sturen is hiervoor politiek draagvlak nodig. Zowel Nancy Peeters als Jorike Olde Loohuis zien aanknopingspunten op de volgende onderdelen: bewustwording t.a.v. het mechanisme en vertrouwd raken met het onderwerp geluk is erg belangrijk voor politici, ambtenaren maar en ook de inwoners van een gemeente. Beiden geven aan dat de route voor draagvlak bij politiek en bestuur vaak via de gemeenteraad loopt. Als vanuit de bevolking of vanuit betrokken instanties hiervoor aandacht is en dit via de raad wordt aangedragen bij het college van B&W is dit een kansrijke route. “In Schagen heeft een raadslid geluk op de politieke agenda gezet. Dit raadslid is later wethouder geworden en daarmee werd de invloed op het vormgeven van dit onderwerp in de organisatie een feit”, aldus Nancy Peeters. Verder zegt zij dat ook het inzicht geven in bestaande en nieuwe beleidsdoelen, verwoord in het college programma, gekoppeld aan geluk, iets wat een positieve houding oplevert. Geluk wordt op deze manier van ook van de politiek en het bestuur. Rondom het begroten op geluk is de uitkomst geweest dat er uiteindelijk relatief weinig verschuivingen zijn geweest is wat er al gedaan werd. “Wat we hebben gezien is dat het heel veel impact heeft gehad op hoe we ons werk doen.” Nancy Peeters zegt dat draagvlak bij de ambtenaren werd versterkt doordat bleek dat eigenlijk alles wat er in de begroting van het jaar daarvoor stond en in de planning voor het huidige jaar staat, eigenlijk op de een of andere manier een bijdrage aan geluk levert, maar vooral het maken van zo’n begroting door de beleidsmensen. Daardoor krijgen mensen heel veel tussen de oren ten aanzien van hoe hun werk impact heeft op het leven van inwoners. Jorike Olde Loohuis stelt dat een maatschappelijke agenda voordelen heeft t.o.v. verschillende beleidsnota’s in het sociale domein. Op deze manier kan er een integrale aanpak van thema’s worden gevormd met uitvoeringsagenda’s per deelgebied, waaronder sport. De participatie-

maatschappij zit heel erg in onze maatschappelijke agenda. Geluk kan passen in deze methodiek. Draagvlak hiervoor komt tot stand door het consulteren van het werkveld. Sport en bewegen als middel en dit neemt een nadrukkelijke plaats in, in de samenleving en daarmee in het sociaal domein.

Samenvattend:

Alle geïnterviewden zijn het eens dat gemeenten geluk (als levenstevredenheid) als doel voorop moet stellen. Het gemeentelijk sportbeleid leent zich voor het versterken en ondersteunen van de levensomstandigheden en sport en bewegen leent zich goed voor het versterken van levensvaardigheden. Het sportbeleid is een instrument om te kunnen sturen op het versterken van (levens)vaardigheden. Buursportcoaches kunnen een rol vervullen bij verenigingen t.a.v. het versterken van levensvaardigheden. De schoolleeftijd geldt als bepalende factor voor geluk in het verdere leven. Het is aan te raden om geluk door levensvaardigheden, op school te bevorderen en te versterken door sport en bewegen. De individualisering van sport is een gegeven en deze maatschappelijke trend zal de ruimte moeten krijgen en een plaats moeten hebben in het sportbeleid. Om geluk een plaats te geven in het sportbeleid, zijn economische aspecten en het politiek- bestuurlijk draagvlak, belangrijke voorwaarden. Een maatschappelijke agenda voor het sociaal domein zorgt voor een integraal instrument om geluk door sport en bewegen te faciliteren. Draagvlak hiervoor komt m.n. tot stand door het consulteren van het werkveld, beleidsadviseurs, de gemeenteraad en door het honoreren van initiatieven vanuit de samenleving t.a.v. het bevorderen van levenstevredenheid door sport en bewegen.

6.2 CONCLUSIES UIT HET EMPIRISCH ONDERZOEK EN ANTWOORD OP DEELVRAAG 4

In deze paragraaf wordt een conclusie gegeven naar aanleiding van de bevindingen vanuit het empirisch onderzoek. Deze conclusie wordt gegeven aan de hand van de drie thema's uit paragraaf 6.1. Tot slot wordt deze paragraaf afgesloten met een antwoord op deelvraag 4.

Visie op geluk

Uit de bevindingen van empirisch onderzoek blijkt dat er een heldere visie is op geluk, veelal voortkomend uit wetenschappelijk onderzoek en definities. Een uitgebreide en volledige definitie van geluk is: *“Geluk is persoonlijk in het streven en in de beleving, het is een psychologisch verschijnsel. Het is positief tot zeer positief, het is van langere duur en het heeft een zekere stabiliteit. Het wordt uitgedrukt in de mate van tevredenheid met het leven als geheel op dat moment.”*

Geluk is een psychologisch verschijnsel en het is uiteraard positief tot zeer positief. Het is belangrijk dat geluk gemeten kan worden en ook gemeten moet worden om het te kunnen valideren en er onderzoek mee te kunnen doen. Om geluk te meten zul je het moeten vragen. *“Tevredenheid met het leven als geheel op dit moment”* is de standaard definitie en is daarmee ook de vraag die gesteld wordt om geluk te kunnen meten op een schaal van 1-10. Gelukkige mensen zijn gezonder, zijn actiever, hebben meer succes en hebben betere relaties. Gelukkige mensen dragen positief bij aan de maatschappij. Tot slot is de grootste voorspeller van geluk op latere leeftijd, geluk op schoolleeftijd.

Factoren van geluk in relatie tot sport en bewegen

Uit het empirisch onderzoek blijkt dat levensvaardigheden en levensomstandigheden de beïnvloedende factoren van geluk zijn, ook door sport en bewegen. Er wordt een sterk belang gezien in hoe meer bewegen en levensvaardigheden op schoolleeftijd in combinatie gebracht kan worden, zeker op scholen, hoe beter het is. Als deze redenering wordt gevolgd, dan wordt duidelijk dat geluk

op schoolleeftijd de moeite waard is om in te investeren. Geluk is niet afhankelijk van alleen maar positieve ervaring, maar het moet wel gevoed worden door positieve ervaring. Het spelplezier hoort daarbij, geeft positieve ervaringen en is daarmee goed voor het ervaren van geluk. Gezondheid en sociale cohesie zijn belangrijke factoren van geluk in relatie tot sport en bewegen.

Sturen op geluk in het sportbeleid

Geluk (als levenstevredenheid) zou het objectief moeten zijn van gemeenten.

Ook hier gelden de twee belangrijke beïnvloedbare factoren voor geluk; levensvaardigheden en levensomstandigheden als uitgangspunt. Deze factoren zijn te benutten als sturingsinstrument en in te zetten in het gemeentelijk sportbeleid. De levensomstandigheden kunnen worden gezien als belangrijke randvoorwaarden. Denk hierbij aan sportinfrastructuur, inrichting van de openbare ruimte (mede in het kader van de individualisering van sport), de beschikbaarheid van regelingen en subsidies. Levensvaardigheden zijn te versterken en te trainen, ook door sport en bewegen. In het sportbeleid kan daar richting aan gegeven worden.

Gezondheid is als derde beïnvloedbare factor een belangrijk aspect waar een gemeente op wil sturen. Een deel van de gemeentebegroting heeft direct te maken met de kosten van gezondheidszorg. Een goede gezondheid leidt tot een vergroting van het gevoel van welbevinden. Geestelijke gezondheid nog sterker dan lichamelijke gezondheid. Het versterken van levensvaardigheden leidt tot een stabielere geestelijke gezondheid en daarmee tot een vergroting van geluksgevoel. Het aspect gezondheid is daarom een krachtig onderdeel om te verbinden met sport en bewegen en hiermee de leefbaarheid te versterken.

Bestuurlijk draagvlak is altijd voorwaardelijk als er beleid gemaakt moet worden als er geen wettelijke grondslag is voor dat beleid. Dit geldt ook voor het sportbeleid. In deze specifieke context zal daarom eerst bestuurlijk draagvlak moeten zijn over de factor geluk in het gemeentebeleid. Via de gemeenteraad wordt hiervoor als meest kansrijke route aangegeven. Bewustwording t.a.v. het mechanisme en vertrouwd raken met het onderwerp geluk is belangrijk voor bestuur, ambtenaren en ook voor inwoners.

Als onderdeel van het benodigde politieke,- en bestuurlijke draagvlak is het van belang de economische aspecten van geluk (i.r.t. sport) in beeld te brengen. Het is van belang om inzichtelijk te maken hoeveel geld er naar geluk gaat door sport en hoeveel het oplevert. Het meten, begroten en kwantificeerbaar maken van geluk zorgt voor een zeker objectief sturingsinstrument.

Om het bestuurlijk en maatschappelijk draagvlak te versterken wordt vanuit het empirisch onderzoek gesteld om verbindingen binnen het sociale domein tot stand te brengen, bijvoorbeeld door een brede maatschappelijk agenda op te stellen dat zorgt voor een integraal instrument om geluk door sport en bewegen te kunnen faciliteren. Deze verbindingen zijn belangrijk om binnen de gemeentelijke afdelingen tot stand te brengen maar ook met (externe) uitvoeringsinstanties die werken in sociaal domein (b.v. welzijnsorganisatie, GGD, huisartsen, scholen, sportverenigingen/organisaties, GGZ, jeugdzorg, wijkverenigingen enz.)

Als laatste beleidsinstrument wordt genoemd het inzetten van de brede regeling voor buurtsportwerk. Een gemeente heeft hiervoor mogelijkheden, mede financieel ondersteund door rijksregelingen. Buurtsportcoaches kunnen bij uitstek invulling geven aan het tot stand brengen van verbindingen in het sociale domein en aan het versterken van levensvaardigheden door bewegingsonderwijs en als ondersteuning van sportverenigingen.

Daarbij werken zij in het hart van de samenleving hebben en signaleringfunctie t.a.v. het verbeteren van levensomstandigheden in een gemeente.

Antwoord op deelvraag 4

Hoe wordt er vanuit de beleidspraktijk gekeken naar inpassing van geluk in het gemeentelijk sportbeleid?

Geluk (als levenstevredenheid) zou het objectief moeten zijn van gemeenten.

Levensvaardigheden, levensomstandigheden en gezondheid worden als beïnvloedbare factoren van geluk aangemerkt. Deze zijn te versterken door sport en bewegen en kunnen worden ondersteund door het gemeentelijk sportbeleid. Politiek, bestuurlijk,- en maatschappelijk draagvlak is nodig om geluk in het (sport)beleid te kunnen borgen. Een brede maatschappelijk agenda zorgt voor een integraal instrument om geluk door sport en bewegen te kunnen faciliteren. Economische aspecten en het kwantificeerbaar maken van geluk (i.r.t. sport) zorgt voor een objectief sturingsinstrument.

6.3 CONCLUSIES UIT HET LITERATUUR ONDERZOEK EN HET EMPIRISCH ONDERZOEK

In deze paragraaf wordt een analyse gegeven van de essentie van de bevindingen vanuit het literatuuronderzoek en deze worden verbonden en vergeleken met de bevindingen uit het empirisch onderzoek. Deze analyse wordt gegeven aan de hand van de drie thema's uit paragraaf 6.1 en 6.2:

- Visie op geluk
- Factoren van geluk in relatie tot sport en bewegen
- Sturen op geluk in het sportbeleid

Deze drie thema's komen overeen met de theorie in de hoofdstukken 2,3 en 4

Visie op geluk

Uit de literatuur blijkt dat de belangrijkste factoren van geluk bestaan uit een goede gezondheid (lichamelijk maar vooral geestelijk). Het belang van sociale relaties en het opbouwen van een samenleving die in het teken staat van gemeenschappelijkheid. Vriendschap en familieleven is een belangrijke voorwaarde om geluk te bevorderen. Net als persoonlijke activiteiten, inclusief werk en een geringe factor onzekerheid (van zowel economische als fysieke aard). Daarnaast dragen het versterken van levensvaardigheden bij aan geluk, net als opvoeding, opgroeien en de bijdrage van goed onderwijs. Tot slot worden goede levensomstandigheden en gelijke kansen in het leven gezien als belangrijke voorwaarden voor geluk die niet door het individu te beïnvloeden zijn maar waar de overheid een taak heeft of een mogelijkheid enige invloed uit te oefenen. Zo ook de politieke stem en de betrouwbaarheid van de overheid en omgevingsfactoren; buurt, vervuiling (huidige en toekomstige omstandigheden). De theorie geeft verder vier determinanten van geluk als hoofdthema's. Economische determinanten, sociale,- politieke,- en persoonlijke,- en psychologische determinanten. Bovenstaande factoren van geluk passen allen in deze vier determinanten.

Vanuit de interviews wordt de visie op geluk nog aangevuld met de volgende stellingen: gelukkige mensen zijn gezonder, zijn actiever, hebben meer succes en hebben betere relaties. Gelukkige mensen dragen positief bij aan de maatschappij. Tot slot is de grootste voorspeller van geluk op latere leeftijd, geluk op schoolleeftijd

Een ander belangrijk kenmerk van geluk is, dat het kan worden gedefinieerd. Er zijn in de literatuur vele definities te vinden om geluk te duiden (zie ook hoofdstuk 2). De definitie van geluk die geldt als het meest gangbaar in de wetenschap en overeenkomt met de internationaal gestandaardiseerde meetdefinitie die gehanteerd wordt in alle OESO-landen bij onderzoek naar geluk, is de definitie die door Veenhoven is gegeven: "Geluk is de mate van tevredenheid met het leven als geheel op dat moment." De vraag die hierbij hoort is: "Alles bij elkaar genomen, hoe tevreden of ontevreden bent u

tegenwoordig met uw leven als geheel?" (op een schaal van 1-10). Vanuit het empirisch onderzoek worden definities gegeven van gelijke strekking, weliswaar wat uitgebreider. De vraagstelling t.a.v. het meten van geluk is dezelfde als in de theorie wordt beschreven.

Het meten van geluk is belangrijk. Ook overheden zijn steeds meer op zoek naar criteria om te kunnen vaststellen of het uitgevoerde beleid en invloeden van werkgelegenheid, economie, gezondheidzorg e.d. ook een positief effect heeft op het leven en de kansen van de inwoners van een stad of land en of het welbevinden daardoor ook daadwerkelijk verbetert. Om te begrijpen wat geluk betekent en om te weten hoe geluk te beïnvloeden is, is het ook van belang naast het psychologisch en sociologisch perspectief, ook statistische gegevens te hebben om te bewijzen wat werkt. Vanuit het empirisch onderzoek wordt het belang van meten onderschreven. Het draagt bij als sturingselement en zorgt o.a. voor draagvlak t.a.v. te nemen besluiten.

Factoren van geluk in relatie tot sport en bewegen

De belangrijkste (beïnvloedbare) factoren van geluk in relatie tot sport en bewegen vanuit de theorie zijn gezondheid, levensomstandigheden en levensvaardigheden. Het empirisch onderzoek ondersteunt deze stelling en vervolgt met een aanvulling dat er een sterk belang wordt gezien in hoe meer bewegen en levensvaardigheden op schoolleeftijd in combinatie gebracht kan worden, zeker op scholen, hoe beter het is. Als deze redenering wordt gevolgd, dan wordt duidelijk dat geluk op schoolleeftijd de moeite waard is om in te investeren. Geluk is niet afhankelijk van alleen maar positieve ervaring, maar het moet wel gevoed worden door positieve ervaring. Het spelplezier hoort daarbij, geeft positieve ervaringen en is daarmee goed voor het ervaren van geluk.

Gezondheid en sociale cohesie zijn belangrijke factoren van geluk in relatie tot sport en bewegen. Volgens de theorie zijn beïnvloedingsfactoren voor het bevorderen van geluk door sport en bewegen, waar de (gemeentelijke) overheid invloed op heeft, in verband te brengen met de vijf dimensies van het menselijk kapitaal: *gezondheid, onderwijs en leerprestaties, burgerschap, sociale samenhang en leefbaarheid en economie*. De fysieke omgeving past in deze context bij *leefbaarheid*.

Sturen op geluk in het sportbeleid

Vanuit de theorie is er niet veel informatie beschikbaar t.a.v. het specifiek sturen op geluk in het sportbeleid. Wel is er een beeld over hoe sportbeleid in Nederland tot stand komt en dat dit in theorie vanuit de landelijke overheid, via provincies naar de gemeenten loopt. Gemeenten hebben echter veel vrijheid om het sportbeleid in te vullen naar eigen inzicht omdat er aan sport geen wettelijk kader ten grondslag ligt. De landelijke en provinciale sportnota's zijn wel zeer bruikbaar voor gemeenten om aan te sluiten bij (inter)nationale maatschappelijke ontwikkelingen en rijksregelingen. Kijkend naar de huidige landelijke sportnota's zijn er onderdelen die toch goed passen in het kader van geluk in het sportbeleid. De meest recente beleidsstukken die ook de meeste raakvlak hebben met sport in gemeenten zijn: het Nationaal Sportakkoord, programma gezonde scholen en de omgevingswet. De beïnvloedingsfactoren voor het bevorderen van geluk door sport en bewegen waar de (gemeentelijke) overheid invloed op heeft, komen terug in deze drie beleidstukken en kunnen in verband worden gebracht met de vijf dimensies van het menselijk kapitaal: *gezondheid, onderwijs en leerprestaties, burgerschap, sociale samenhang en leefbaarheid en economie*. De fysieke omgeving past in deze context bij *leefbaarheid*.

Vanuit het empirisch onderzoek wordt onderschreven dat het sportbeleid een instrument is om te kunnen sturen op het versterken van gezondheid, (levens)vaardigheden en levensomstandigheden i.r.t. sport en bewegen. De schoolleeftijd geldt als bepalende factor voor geluk in het verdere leven. Het is aan te raden om geluk door levensvaardigheden, op school te bevorderen en te versterken door sport en bewegen.

Om geluk een plaats te geven in het sportbeleid, zijn economische aspecten en het politiek-bestuurlijk draagvlak, belangrijke voorwaarden. Een maatschappelijke agenda voor het sociaal domein zorgt voor een integraal instrument om geluk door sport en bewegen te kunnen bevorderen. Tot slot wordt benadrukt de brede regeling voor buursportwerk in te zetten als beleidsinstrument en voor het versterken van levensvaardigheden door bewegingsonderwijs en als ondersteuning van sportverenigingen en als signaleringsfunctie voor levensomstandigheden.

7 CONCLUSIE

In dit hoofdstuk wordt de eindconclusie gegeven van dit onderzoek.

Aan de hand van de deelvragen wordt in paragraaf 7.1 een opsomming gegeven van de antwoorden op deze deelvragen. Deze leiden naar toelichting en de eindconclusie naar aanleiding van de centrale vraag van dit onderzoek:

in hoeverre kunnen factoren van geluksbeleving een rol spelen in het gemeentelijk sportbeleid ?

7.1 SAMENVATTING VANUIT DE DEELVRAGEN

In hoofdstuk twee is uiteengezet wat er in de theorie geschreven is over geluk. In dit hoofdstuk wordt ook antwoord gegeven op deelvraag 1:

Wat zijn de relevante factoren van geluksbeleving?

Het antwoord hierop is:

Gezondheid, levensvaardigheden en levensomstandigheden zijn de belangrijkste en (enigszins) beïnvloedbare factoren van geluk. Op individueel niveau of door een overheid. Samen met de determinanten van geluk, uitgewerkt in de vier categorieën van gelukbeleving; Economische,- sociale,- politieke,- persoonlijke en psychologische determinanten (par. 2.3) en met de definitie van geluk volgens Veenhoven; "Geluk is de mate van tevredenheid met het leven als geheel op dat moment" (zie ook par. 2.2) is deelvraag 1 beantwoord.

In hoofdstuk drie wordt de maatschappelijke betekenis van sport gepositioneerd en vervolgens welke rol de landelijke,- en de lokale overheid heeft t.a.v. het sport en beweegbeleid in Nederland, het politiek draagvlak en de context van sport en bewegen in verhouding met andere beleidsterreinen.

Deelvraag 2 die in dit hoofdstuk beantwoord wordt is;

Wat zijn de relevante factoren van sport en bewegen en het gemeentelijk sportbeleid?

Het antwoord hierop is:

De meest relevante kenmerken van sport en bewegen in het gemeentelijke sportbeleid is dat intersectorale samenwerking verdere kansen biedt om meerdere doelen te realiseren in de vijf sectoren van het menselijk kapitaal: gezondheid, educatie, burgerschap en sociale leefbaarheid en economie.

In hoofdstuk vier wordt beschreven hoe factoren van geluk en sport en bewegen zich tot elkaar verhouden en welke factoren van geluk ,gebaseerd op het literatuuronderzoek uit de voorgaande hoofdstukken, in theorie geschikt zijn om te kunnen worden beïnvloed door middel van het sportbeleid.

Deelvraag 3 die in dit hoofdstuk beantwoord wordt is:

Welke beïnvloedingsfactoren van geluk zijn in theorie geschikt voor het ontwikkelen van het gemeentelijk sportbeleid?

Het antwoord hierop is:

Gezondheid, levensomstandigheden en levensvaardigheden zijn de meest kansrijke factoren om geluk te beïnvloeden door deze in het sportbeleid nadrukkelijk uit te werken en vorm te geven.

Hoofdstuk zes betreft het empirisch onderzoek, hierin worden de resultaten vanuit de interviews met de deskundigen weergegeven op basis van drie thema's uit de voorgaande hoofdstukken. Deelvraag 4 die in dit hoofdstuk wordt beantwoord is:

Hoe wordt er vanuit de beleidspraktijk gekeken naar inpassing van geluk in het gemeentelijk sportbeleid?

Het antwoord hierop is:

Geluk (als levenstevredenheid) zou het objectief moeten zijn van gemeenten.

Gezondheid, levensomstandigheden en levensvaardigheden worden als beïnvloedbare factoren van geluk aangemerkt. Deze zijn te versterken door sport en bewegen en kunnen worden ondersteund door het gemeentelijk sportbeleid. Politiek, bestuurlijk, - en maatschappelijk draagvlak is nodig om geluk in het (sport)beleid te kunnen borgen. Een brede maatschappelijk agenda zorgt voor een integraal instrument om geluk door sport en bewegen te kunnen faciliteren. Economische aspecten en het kwantificeerbaar maken van geluk (i.r.t. sport) zorgt voor een objectief sturingselement.

7.2 CONCLUSIE EN ANTWOORD OP DE HOOFDVRAAG

Nu de deelvragen en de antwoorden hierop nog eens op een rij gezet zijn, kan er een antwoord gegeven worden op de hoofdvraag van dit onderzoek:

in hoeverre kunnen factoren van geluksbeleving een rol spelen in het gemeentelijk sportbeleid ?

In algemene zin kunnen we concluderen dat de toepasbaarheid van geluk in het gemeentelijk sportbeleid in theorie aannemelijk is. Het beïnvloedingsmechanisme zit in de factoren gezondheid, levensvaardigheden en levensomstandigheden. Deze factoren van geluk zijn te versterken door sport en bewegen. Door deze factoren te verbinden met de nationale beleidsnota's voor sport en bewegen en met de vijf dimensies van het menselijk kapitaal, is in theorie de basis gelegd om factoren van geluksbeleving een rol te kunnen laten spelen in het gemeentelijk sportbeleid.

Vanuit het empirisch onderzoek wordt gesteld dat geluk een objectief zou moeten zijn van gemeenten. In de praktijk blijken er echter een aantal factoren te zijn die een soepele inpassing van geluk in het sportbeleid kunnen bemoeilijken. Er zijn drie argumenten die daarbij een rol spelen.

Ten eerste; om geluk te verbinden met het sportbeleid, zal er in een gemeente breed draagvlak moeten zijn over geluk als uitgangspunt en beleidsinstrument in algemene zin. Hiervoor is maatschappelijk draagvlak nodig van de inwoners en instanties, de gemeenteraad en van het gemeentebestuur. Er is immers geen wet die iets over geluk of over sport voorschrijft.

Ten tweede; om draagvlak te versterken en te onderbouwen zal een vorm van legitimatie verwacht worden. Dit kan worden bereikt door geluk te meten en te monitoren en de economische waarde in beeld brengen om geluk te objectiveren en een sturingselement in te kunnen zetten.

Ten derde; het mechanisme om geluk duurzaam te bevorderen zit ook in de brede aanpak over meerdere disciplines binnen het sociaal domein. Sport en bewegen is daar nadrukkelijk onderdeel van. Dit kan door intersectoraal samenwerken of het opstellen van een brede maatschappelijke agenda. Dit mechanisme is kansrijk en wordt in de praktijk al toegepast i.r.t. andere maatschappelijke thema's. Geluk kan hierbij aansluiten.

Tot slot een opvallend en overtuigend inzicht, dat zowel vanuit de diverse literatuuronderzoeken als vanuit het empirisch onderzoek, een speciale vermelding verdient als onderdeel van deze conclusie. Duurzaam effect en resultaat van geluk op korte termijn maar met name op de lange termijn wordt bereikt door te beginnen bij het versterken van levensvaardigheden van kinderen op schoolleeftijd (4 -16 jr.) en alles wat daaromheen georganiseerd en verbeterd kan worden.

Ouderschap is van groot belang voor de ontwikkeling van het kind. Alle factoren die betrekking hebben op het welbevinden van volwassenen, hebben op hun beurt weer invloed op de ontwikkeling van een kind; emotioneel, in gedrag en intellectueel. Opleidingskwalificaties zijn minder goede voorspellers van een bevredigend volwassen leven dan de emotionele gezondheid van een kind.

De beste voorspeller van de emotionele ontwikkeling van een kind, is de geestelijke gezondheid van de moeder. Alleenstaande moeders met jonge kinderen verdienen hierbij speciale aandacht, zeker in een achterstandsituatie.

Ook conflicten tussen ouders is schadelijk, net als armoede. In dit kader past ook de kwaliteit van de levensomstandigheden van kinderen als de kwaliteit van onderwijs en scholen, toegang tot sport en bewegen, de kwaliteit en de leefbaarheid van de buurten en de sportinfrastructuur in wijken en in een gemeente. Intersectoraal samenwerken is hier op zijn plaats als een kansrijke aanpak. Sport en bewegen kan hierin een belangrijke rol innemen.



Tekening: Margreet de Heer

8 AANBEVELINGEN EN RELEVANTIE

Dit hoofdstuk sluit het onderzoek af met een aantal aanbevelingen vanuit het werkveld en met de verantwoording van de relevantie van dit onderzoek.

8.1 AANBEVELINGEN

Deze thesis heeft een eerste aanzet gegeven in het onderzoek naar de relatie tussen geluk en sport en bewegen en de rol in het sportbeleid. Deze eerste aanzet geeft zicht op waar de beïnvloedingsmechanismen zitten en hoe deze vanuit de theorie in de praktijk ingezet kunnen worden. Vanuit het empirisch onderzoek is de theorie bevestigd over hoe de relatie tussen geluk en sport en bewegen loopt.

Vanuit de input van de geïnterviewden zijn aanbevelingen naar voren gekomen die een goed beeld geven van de mogelijkheden die er gezien worden om de factor geluk in het sportbeleid een stuk verder te kunnen helpen groeien.

In de eerste plaats is draagvlak terugkerend en belangrijk thema. In hoofdstuk één gaf Gerda van Dijk al een inzicht in een nieuwe manier om draagvlak vorm te kunnen geven door middel van public value management. Waardecreatie voor inwoners is hierbij het aanknopingspunt. Het is een benadering waarbij het resultaat tot stand komt in een proces van wisselwerking tussen gemeente en de burgers. Het bevorderen van geluk kan voor een gemeente een vorm zijn van betekenis geven en waarde creëren voor haar inwoners.

Ten tweede geven de geïnterviewden aan dat ten aanzien van het verkrijgen of vergroten van draagvlak, het van belang is om in kaart te brengen wat leidt tot geluk door sport en bewegen en wat de kosten daarvan zijn maar ook wat het oplevert. Aanknopingspunt hierbij kan zijn het rapport van het Legatum Institute; zij hebben een rapport uitgebracht over geluk en kosten-baten analyses. Ten derde hoort bij draagvlak verkrijgen ook de onderbouwing van geluk door sport en bewegen in de vorm van metingen. De suggestie wordt gedaan om te onderzoeken hoe metingen over geluk samen kunnen vallen met reeds bestaande metingen die gedaan worden in een gemeente of in een regio t.a.v. het welbevinden en kwaliteit van leven. De GGD heeft hiervoor de GGD Atlas voor senioren en jeugd en in de gezondheidszorg wordt al langer gewerkt met de kwaliteit van leven-index. De vierde aanbeveling die wordt gegeven, is om in het sportbeleid op te nemen dat de buurtsportcoaches geluk integreren in het werkplan en in de activiteiten ter versterking van de levensvaardigheden. Dit kan bij verenigingen, bewegingsonderwijs maar in ook in de wijken worden toegepast.

Tot slot werd de suggestie gedaan om de Vereniging Sport en Gemeente te vragen dit onderwerp te agenderen in haar werkgroepen en als markt consultatie naar hun stakeholders in te zetten en via deze weg te ervaren hoe de reacties zijn vanuit het werkveld sport in gemeenten.

8.2 RELEVANTIE

Wetenschappelijke relevantie

Er zijn in dit onderzoek diverse bestaande theorieën over geluk en geluksbeleving verwerkt. Deze zijn in verband gebracht met sport en bewegen en hierbij is gekeken op welke wijze factoren van gelukbeleving een rol kunnen spelen in het gemeentelijk sportbeleid. Hiermee is nieuwe wetenschappelijke kennis op dit gebied tot stand gebracht.

Maatschappelijke relevantie

Als er nadrukkelijk wordt ingezet op het verbeteren van gezondheid en levensomstandigheden en het versterken van levensvaardigheden door sport en bewegen heeft dit een positief effect op de samenleving en is maatschappelijk gezien een positieve ontwikkeling voor de inwoners van een gemeente. Hiermee hebben factoren van geluk in het sportbeleid een zekere maatschappelijke relevantie.

Internationale relevantie

Gezondheid, levensomstandigheden en levensvaardigheden zijn als beïnvloedbare factoren van geluk niet alleen van toepassing in de Nederlandse context maar deze zijn universeel. Sport is internationaal veelal anders georganiseerd dan in Nederland. In Nederland kennen we (nog) een sterke verenigingscultuur en is er nog een beleidsmatige invloed van de drie overheidsorganen op de ondersteuning en uitvoering van sport en bewegen. Vanuit het internationaal perspectief zal sport vaker vanuit privaat- commerciële initiatieven zijn georganiseerd, individueler zijn of georganiseerd zijn d.m.v. private sportclubs. Het inzicht dat een positieve invloed op gezondheid, levensomstandigheden en levensvaardigheden, leidt tot het vergroten van de beleving van geluk en daarmee tot het versterken van de leefbaarheid en sociale samenhang in een samenleving, ook van toepassing is in internationaal perspectief.

BIBLIOGRAFIE, BRONNEN EN LITERATUUR

- Badir, v. B. (2017). *Brede welvaart indicator*. Utrecht: Universiteit van Utrecht.
- Bailey, R. (2013). Physical Activity: An Underestimated Investment in Human Capital? *Journal of Physical Activity and Health*, 289-308.
- Bakel, M. v. (2017). *Sport Toekomst Verkenning*. Opgehaald van Sport Toekomst Verkenning: <https://www.sportenbewegenincijfers.nl/toekomstverkenning>
- Beuningen, M. M. (2015). *De persoonlijke welzijnsindex*. Den Haag: CBS.
- Bhutan*. (2018, juli 8). Opgehaald van Wikipedia: <http://www.wikipedia.org>
- Boelhouwer. (2016). *Het brede welvaartsbegrip volgens het SCP*. Den Haag: SCP.
- Boelhouwer. (2017). *De sociale staat van Nederland*. Den Haag, Nederland: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Boelhouwer.J. (2016). *Het brede welvaartsbegrip* . Den Haag. : Sociaal Cultureel Planbureau.
- Bormans. (2010). *Worldbook of Happiness*. Antwerpen: Lannoo.
- Bormans. (2016). *The world book of happiness 2.0*. Tielt, Belgium: Lannoo.
- Breedveld, E. H. (2016). *Maatschappelijke betekenissen van sport: wetenschappelijke onderbouwing en weerslag in lokaal beleid*. Utrecht/ Ede: Mulier Instituut/ Kenniscentrum Sport.
- Bundestag, D. (2010, november 23). Einsetzung einer Enquete-Kommission zu nachhaltigem Wirtschaften und gesellschaftlichem Fortschritt in der Sozialen Marktwirtschaft'. *Drucksache 17/3853*. Berlin.
- Clark, F. L. (2018). *The Origins of Happiness, The Science of Well-Being Over the Life Course*. Princeton & Oxford: Princeton University Press.
- Dale, v. (2005). *Groot woordenboek van de Nederlandse taal*. Van Dale Lexicografie.
- de Groot, A. (2018, mei 29). drs. (M. Schuddebeurs, Interviewer)
- Diener E., J. H. (2009). *Well-being and Public Policy*. Oxford: Oxford.
- Dijk, P. d. (2014). *Organisatie ecologie: eenvoud in complexiteit*. Universiteit van Tilburg, Tilburg.
- Dool, R. &. (2017). *Naar meer Bruto Nationaal Sportgeluk*. Utrecht: Mulier Instituut.
- Dorine Collard, S. B. (2014). *Effecten van sport en bewegen op de basisschool*. Utrecht: Mulier Instituut .

- F.Schotanus. (2019, maart 7). *Lokaal sport en beweegbeleid*. Opgehaald van Allesoversport: www.allesoversport.nl
- Frey. (2011). Tullock challenges: happiness, revolutions and democracy. *Public Choice*, jg.148, nr.3-4, 269-281.
- Frey, S. (2010). *Recent Advances in the Economics of Individual Subjective Well-Being*. Zürich: IZA.
- Gemeenten, V. S. (2018). *Sport Stimuleert! Visie document lokaal sport en beweegbeleid*. Den Haag: VSG.
- Government New Zealand, t. d. (2018, december 13). *Government New Zealand*. Opgehaald van www.budget.govt.nz: <https://www.budget.govt.nz/budget/2018/economic-fiscal-outlook/budget-2019-focus-on-wellbeing.htm>
- Greef, d. (2009). *Het belang van bewegen voor onze gezondheid*. Groningen: Partnership Huisartsenzorg in Beweging.
- Groot, A. d. (2012). *Geluk voor Kamerleden*. Den Haag: Geluksdocorandus.
- Guardian, T. E. (2019, mei 14). *world/2019/may/14/new-zealands-world-first-wellbeing-budget-to-focus-on-poverty-and-mental-health*. Opgehaald van The Guardian: www.theguardian.com
- Hajiran, H. (2006). Toward a Quality of Life Theory: Net Domestic Product of Happiness. *Social Indicators Research*, jg. 75, nr.1, p.31- 43.
- Helliwell. (2003). How's life? Combining individual and national variables to explain subjective well-being. *Economic Modelling* 20, blz. 331-360.
- Helliwell. (2017). *World Happiness Report*. OECD. Paris: OECD.
- Huber, M. (2011). *How should we define health*. *British Medical Journal* ; 343. Opgehaald van <https://doi.org/10.1136/bmj.d4163>
- Huijser. (2018). *Sport stimuleert! Naar een optimale inzet van uw sportkapitaal. Visiedocument VSG*. Vereniging, Sport en Gemeenten. Den Haag: VSG.
- Hurst, A. (2018). *The purpose economy*.
- Jones, C. G. (2007). *Onderzoeksmethoden voor sportstudies, Nederlandse vertaling* . Groningen : Routledge.
- Koen Breedveld, A. E. (2016). *Maatschappelijke betekenissen van sport: wetenschappelijke onderbouwing en weerslag in lokaal beleid*. Utrecht/ Ede: Mulier Instituut/ Kenniscentrum Sport.
- Layard, R. (2005). *Waarom zijn we niet gelukkig*. Amsterdam/ Antwerpen: Atlas.
- Loohuis, M. J. (2018, mei 29). Drs, MBA. (M. Schuddebeurs, Interviewer)

- Lyubomirsky, S. (2008). *The how of happiness*. New York: Penguin.
- Lyubomirsky, S., K. D. (2005). The Benefits of Frequent Positive Affect: *Psychological Bulletin*. Vol 131. no. 6, 803– 855.
- Rijnbeek en Weghorst, K. S. (2016). *Aan de slag met Positieve gezondheid in de sport- en beweegpraktijk (2016)*. Opgehaald van Kenniscentrum sport: www.kenniscentrumsport.nl
- Scherder, E. (2014). *Laat je hersenen niet zitten* (Vol. 2014). Amsterdam, Nederland: Atheneum-Polak van Genneep. Opgeroepen op juni 4, 2018, van www.uitgeverijatheneum.nl
- Schuijers, R. (2004). *Mentale training in de sport*. Springer Media B.V.
- scp. (2012, mei 7). *Geluk*. Opgehaald van scp.nl: <https://www.scp.nl/Geluk>
- Sport, K. (2019). *Whitepaper sport en bewegen in Nederland*. Ede: Kenniscentrum Sport.
- Stiglitz, J. A.-P. (2009). *Report by the Commission on the Measurement of Economic Performance and Social Progress*. Opgeroepen op april en mei 30 april, 2018, van www.stiglitzsenfitoussi.fr/en/index.htm
- van Campen, B. B. (2012). Sturen op geluk. *Sociaal Cultureel Planbureau* (p. 107). Den Haag: Sociaal Cultureel Planbureau.
- Veenhoven. (1984). *CONDITIONS OF HAPPINESS, Proefschrift*. Rotterdam: Erasmus Universiteit Rotterdam.
- Veenhoven. (2000). The four qualities of life. *Journal Of Happiness Studies*, vol 1, pp 1-39.
- Veenhoven. (2000). Wellbeing in a welfare state. *Journal of Comparative Policy Analysis*, pp 91-125.
- Veenhoven. (2008). Healthy happiness. *Journal of happiness Studies*. jg.9 nr.3, 449-464.
- Veenhoven. (2008). *Meten van bruto nationaal geluk*. Opgeroepen op juni 4, 2018, van TPE digitaal jaargang 2(3) 10-35: <https://www.tpedigitaal.nl>
- Veenhoven. (sd). *World Database of Happiness*. Opgehaald van World Database of Happiness: <https://www.worlddatabaseofhappiness.eur.nl>
- Veenhoven, R. (2006). *GEZOND GELUK Effecten van geluk op gezondheid en wat dat kan betekenen voor de preventieve gezondheidszorg*. Erasmus Universiteit Rotterdam. Rotterdam: ZonMw.
- VSG. (2018). *Handreiking Sport, bewegen en de omgevingswet*. Den Haag: VSG.
- VU. (2015, April 2). VU-hoogleraar bevestigt erfelijke invloed op geluk. *Persbericht*. Amsterdam.

VWS, V. N. (2018). *Nationaal sportakkoord* . Den Haag: Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn & Sport.
www.gezondheidsraad.nl. (2018, juni 4). Opgehaald van <https://www.gezondheidsraad.nl>