



Waarde van sport voor welzijn bij doelgroepen in sociaal domein

Jelle Schoemaker

Januari 2025

Inleiding

Steeds vaker staan lokale overheden voor de uitdaging om sociaal-infrastructurele voorzieningen, zoals sportaccommodaties, zo in te richten dat zij bijdragen aan maatschappelijke doelen (Waardenburg et al., 2019). Een belangrijke hindernis hierbij is het meetbaar maken van effecten, zoals verbeteringen in gezondheid, sociaal contact en welzijn.

Het meetbaar maken van deze effecten helpt niet alleen om de rol van sport als middel voor maatschappelijke vooruitgang duidelijker te maken, maar vergroot ook het draagvlak en de betrokkenheid van verschillende belanghebbenden. Dit kan leiden tot betere keuzes rondom de financiering en organisatie van sportaccommodaties (Nieto et al., 2024).

Kenniscentrum Sport & Bewegen heeft de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (HAN) gevraagd om te onderzoeken hoe sport kan bijdragen aan het welzijn van doelgroepen binnen het sociaal domein. Dit onderzoek bouwt voort op eerder werk van de HAN naar de welzijns effecten van sport (Schoemaker et al., 2024). Het richt zich op de vraag welke doelgroepen binnen het sociaal domein extra baat hebben bij sport en welke waarde daaraan gegeven kan worden.

De uitkomsten van dit onderzoek worden gebruikt om de Maatschappelijke Kosten en Batenanalyse (MKBA) van sportaccommodaties te versterken. Hiervoor wordt een nieuwe doelgroepenmodule ontwikkeld die de extra welzijnsopbrengsten van sport voor deze groepen meeneemt.

Dit rapport is mogelijk gemaakt door financiering vanuit Sportakkoord II.

Aanpak

Voor dit onderzoek is gebruikgemaakt van het meerjarige LISS paneldataset, waarin een grote groep willekeurig gekozen Nederlanders jaarlijks wordt bevraagd over uiteenlopende onderwerpen. Deze dataset bevat naast uitgebreide persoonskenmerken ook gegevens over sport- en beweeggedrag, inkomen en welzijn. In totaal zijn 50.152 observaties van 6.000 personen (16-103 jaar) tussen 2009 en 2023 meegenomen. De steekproef blijkt een goede representatie van de Nederlandse bevolking te zijn (zie bijlage 1).

Welzijn is een holistisch begrip dat de kwaliteit van leven weerspiegelt, zowel op persoonlijk als sociaal vlak (Parfit, 1984). In het Engels wordt hiervoor vaak de term *wellbeing* gebruikt, wat in het Nederlands kan worden vertaald als welbevinden of levensgeluk. Deze brede benadering helpt om de waarde van sport en bewegen niet alleen vanuit fysieke, maar ook vanuit mentale en sociale gezondheid te begrijpen en waarderen (Testoni et al., 2018; Davies et al., 2019).

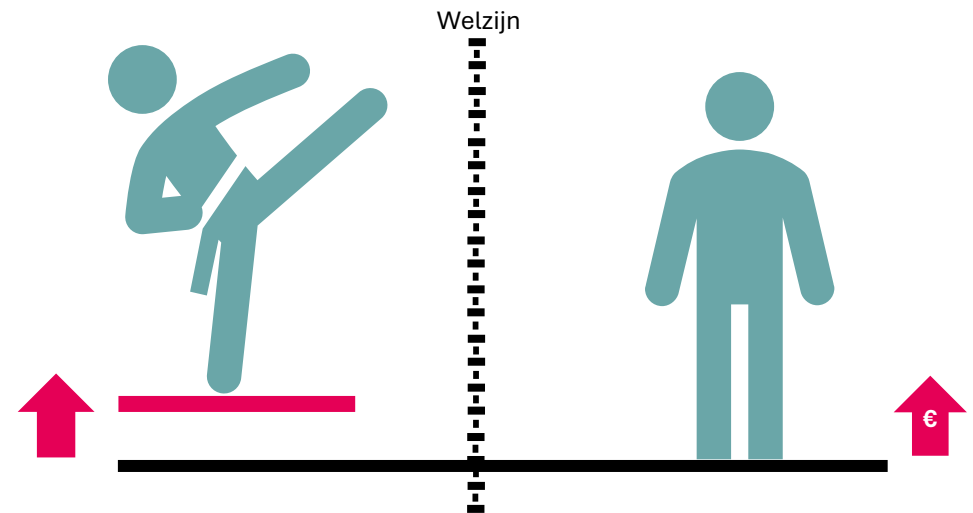
Het welzijn wordt gemeten met de vraag: *“Alles bij elkaar genomen, hoe gelukkig zou u zeggen dat u bent?”* De antwoorden worden gegeven op een schaal van 0 tot 10. Deze maatstaf is valide en wordt vaak gebruikt in onderzoek naar ervaren welzijn (Diener et al., 2018).

Sportparticipatie wordt gemeten met de vraag: *“Doet u aan sport?”*, die met ja of nee beantwoord kon worden. Vervolgens werd gevraagd hoeveel uren per week men gemiddeld sport.

Het doel van dit onderzoek is om te achterhalen in welke mate sporten daadwerkelijk bijdraagt aan een hoger welzijn voor specifieke doelgroepen. Met behulp van statistische methoden wordt onderzocht of sport een oorzakelijk effect heeft op welzijn, waarbij ook rekening wordt gehouden met andere factoren, zoals leeftijd en gezondheid.

Een bijzonder aspect van dit onderzoek is dat er gebruik wordt gemaakt van een Fixed Effect-model, waarmee dezelfde mensen over meerdere jaren (2009-2023) worden gevolgd. Stel bijvoorbeeld dat iemand in het begin van het onderzoek een beetje sportte, later dat meer is gaan doen, en zich toen gelukkiger voelde – zonder dat er veranderingen zijn in de 40 achtergrondvariabelen. Dan is dit een sterke aanwijzing dat sporten een direct effect heeft gehad op het welzijn (Frey & Gullo, 2021).

In dit onderzoek wordt de Wellbeing Valuation Approach (WVA) toegepast om tot een waardering te komen van het welzijnseffect (Fujiwara & Dolan, 2016). Dit gebeurt door te berekenen hoeveel extra inkomen nodig zou zijn om hetzelfde welzijnsniveau te behouden als wanneer men niet zou sporten (zie figuur 1). Omdat inkomen, tot op bepaalde hoogte, ook invloed kan hebben op ons welzijn is het mogelijk om tot een waardering van het welzijnseffect te komen (Schoemaker, 2023). Hoewel beide effecten op een andere manier tot stand komen, zijn ze in termen van welzijn vergelijkbaar gemaakt (zie bijlage 2, tabel 6 voor de berekening).



FIGUUR 1 WAARDERING WELZIJNSEFFECTEN SPORT VIA BENODIGDE INKOMEN

Voor het bepalen van effecten voor de verschillende doelgroepen wordt gewerkt met interactie-effecten door een groep te identificeren (via een dummy variabele) en deze te vermenigvuldigen met uren sport per week. Zodoende worden voor diegene die binnen de doelgroep vallen de uren sport meegenomen in het model en kan worden vastgesteld in welke mate deze groep extra welzijnseffecten ondervindt van elk uur sport.

De doelgroepen zijn vastgesteld in nauw overleg met Kenniscentrum Sport en Bewegen en zijn veelvoorkomende doelgroepen binnen het sociaal domein, die beschikbaar waren in de dataset (zie tabel 1 voor een overzicht). We gebruiken daarbij de volgende gestandaardiseerde vragenlijsten:

- Mental Health Inventory (MHI-5)
- De Jong-Gierveld Eenzaamheidsschaal

Eerder werd in het onderzoek van Schoemaker et al., (2024) al gekeken naar ernstig eenzaamheid (>5 op de Jong-Gierveldschaal 1-6) maar in deze studie wordt gekeken naar eenzaamheid boven de 2 (matig eenzaam), specifiek voor ouderen.

Voor de volgende groepen hebben we gekeken naar de extra welzijnseffecten van sport:

TABEL 1 DOELGROEPEN SOCIAAL DOMEIN

	Aanduiding in onderzoek
Mensen met 1500 euro netto maandelijks huishoudinkomen	Leven in armoede
Mensen met een langdurige ziekte of handicap	Chronisch beperkt
Mensen die afgelopen jaar in ziekenhuis lagen*	Recent ziekenhuisverblijf
Mensen met arbeidsongeschiktheid	Arbeidsongeschikt
Mensen met niet-westerse migratieachtergrond	Migratieachtergrond
Jongeren (16-30 jaar) die zonder startkwalificatie gestopt zijn met school	Jongeren zonder startkwalificatie
Jonge (16-30 jaar) mannen zonder startkwalificatie gestopt zijn met school	Jonge mannen zonder startkwalificatie
Jongeren (16-30 jaar) die lager scoren dan 60 op Mental Health Inventory (MHI-5)	Jongeren met mentale klachten
Jongeren (16-30) onder behandeling van een psycholoog	Jongeren bij psycholoog
Ouderen (boven 75 jaar) die boven 2 scoren op de Jong Gierveld eenzaamheidsschaal	Eenzame ouderen

Resultaten

In Tabel 2 worden de resultaten van de verschillende analyses samengevat (zie bijlage 2 voor uitgebreidere tabellen). De gemiddelde Nederlander in de totale steekproef besteed gemiddeld 2,09 uur per week aan sporten, terwijl een groot deel van de doelgroepen, zoals mensen die leven in armoede, chronisch beperkt zijn of een recent ziekenhuisverblijf hebben gehad, minder sporten. Arbeidsongeschikten sporten het minst, met gemiddeld 1,39 uur per week en 33% dat aan sport doet, terwijl jonge mannen zonder startkwalificatie en jongeren met mentale klachten of bij psycholoog komen, juist boven het gemiddelde uitkomen.

Het gemiddelde welzijnscijfer in de totale steekproef is 7,5, wat vergelijkbaar is met het landelijk gemiddelde (CBS, 2022). De onderzochte doelgroepen rapporteren lagere welzijnscijfers. Mensen die leven in armoede, arbeidsongeschikten en eenzame ouderen scoren bijvoorbeeld rond de 6,1 tot 7,0. Deze lagere beginsituatie van welzijn verklaart mogelijk waarom het effect van sport bij hen sterker is.

Tabel 2 maakt ook duidelijk dat de waarde van de effecten van sport sterk varieert tussen doelgroepen, afhankelijk van hun situatie en welzijnsniveau. Voor de gemiddelde deelnemer staat elk extra uur sport per week gelijk aan een welzijnsverbetering ter waarde van € 251 per maand. Dit komt overeen met het eerdere onderzoek dat gedaan is in Nederland (Schoemaker et al., 2024) Bij de meeste doelgroepen, zoals mensen die in armoede leven, chronisch beperkt zijn, recent in het ziekenhuis lagen, arbeidsongeschikt zijn of bij eenzame ouderen, ligt de waarde van sport ongeveer twee keer zo hoog.

Voor sommige groepen is het effect groter. Vooral jongeren die psychologische hulp ontvangen, lijken de meest baat te hebben bij sport. Gemiddeld doet deze groep ook al bovengemiddeld aan sport, wat laat zien dat ze zich mogelijk bewust zijn van deze effecten. Ook bij jonge mannen (onder de 30 jaar) zonder startkwalificatie en die niet meer naar school gaan, heeft sporten ruim 3x zoveel welzijns effect als bij de gemiddelde Nederlander. Deze groepen zijn, misschien niet toevallig, ook vaker aan het sporten.

Aan de andere kant zijn er ook groepen waar geen significant extra effect werd gevonden, zoals mensen met een migratieachtergrond, jongeren met mentale klachten of jongeren (dus inclusief vrouwen) zonder startkwalificatie. Voor hen geldt wel dat sport net zoveel effect heeft als iedere andere Nederlander.

TABEL 2 RESULTATEN WELZIJNSEFFECT VAN SPORT PER DOELGROEP

Doelgroepen	N	Uren sport per week	% sport partic.	Welzijn (0-10)	Welzijns effect, uitgedrukt in maandinkomen
Iedereen	6.000	2,09	51%	7,50	€ 251 ***
Leven in armoede	1.012	1,81	41%	7,01	€ 479 *
Chronisch beperkt	1.803	1,79	44%	7,25	€ 479 ***
Recent ziekenhuisverblijf	627	1,89	45%	7,34	€ 503 **
Arbeidsongeschikt	236	1,39	33%	6,41	€ 597 ***
Migratieachtergrond	314	1,95	44%	7,06	NS
Jongeren zonder startkwalificatie	329	1,97	43%	7,17	NS
Jonge mannen zonder startkwalificatie	122	2,17	58%	7,19	€ 894 *
Jongeren met mentale klachten	210	2,34	58%	6,17	NS
Jongeren bij psycholoog	72	2,13	55%	6,15	€ 1.341 **
Eenzame ouderen	1.568	1,62	43%	6,17	€ 503 **

NS betekent niet significant, wat betekent dat niet met zekerheid vastgesteld kan worden of er een extra effect is. *** betekent een kans van 1% dat het waargenomen effect toevallig is, wat impliceert dat met 99% zekerheid vastgesteld kan worden dat het effect bestaat. ** betekent een 95% zekerheid en * een 90% zekerheid.

Conclusie

De resultaten van dit onderzoek laten zien dat sport een belangrijke rol speelt in het bevorderen van welzijn, maar dat de waarde van de effecten sterk varieert tussen verschillende doelgroepen. Hoewel de gemiddelde Nederlander al profiteert van sport met een welzijnsverbetering die gelijkstaat aan een maandelijkse inkomensstijging van € 251 per extra uur sport, zijn deze effecten voor kwetsbare groepen, zoals mensen in armoede, chronisch beperkten, arbeidsongeschikten en eenzame ouderen aanzienlijk groter. Bij deze doelgroepen is de waarde van sport gemiddeld twee keer zo hoog, wat aantoont dat sport een krachtig instrument kan zijn om welzijn te verbeteren bij mensen met een lager welzijn.

Bij enkele specifieke groepen, zoals jongeren die psychologische hulp ontvangen en jonge mannen zonder startkwalificatie, zijn de effecten groter. Opvallend is dat deze groepen ook vaker al aan sport doen.

Tegelijkertijd zijn er groepen, zoals mensen met een migratieachtergrond en jongeren zonder startkwalificatie (inclusief vrouwen), waar geen significant extra effect werd gevonden. Voor deze groepen lijkt sport niet méér effect te hebben dan voor de gemiddelde Nederlander.

Deze bevindingen ondersteunen dat sport niet alleen een universeel middel is om welzijn te verbeteren, maar ook een gerichte impact kan hebben bij doelgroepen met extra welzijnsuitdagingen. Dit biedt belangrijke aanknopingspunten voor beleid en interventies om sport optimaal in te zetten voor maatschappelijke winst. Deze maatschappelijke winst kan gerealiseerd worden door deze doelgroepen op het sportpark een geschikte plek te geven. Als daardoor deze doelgroepen ook meer gaan sporten, levert dat een gelukkigere samenleving op. Een dergelijk open sportpark kan gerealiseerd worden door barrières weg te nemen die door deze doelgroepen worden ervaren en strategische samenwerkingen op te zetten met gemeente, welzijnsorganisaties, zorginstellingen en onderwijsinstellingen om de doelgroepen beter weten te bereiken en te betrekken bij het sportaanbod.

VOORBEELD

Je organiseert activiteiten waaraan een groep van 10 sporters wekelijks één uur deelneemt. Bij navraag leer je dat 6 sporters ook zonder de activiteiten zou sporten. Deze groep kun je niet tot de impact van je activiteiten rekenen.

De toegenomen welzijn in de samenleving beperkt zich tot de 4 sporters die zonder de activiteit niet zouden sporten. De samenleving is daarmee gelukkiger geworden, vergelijkbaar met 1000 euro extra inkomensstijging.

Mocht er van deze 4 sporters, 1 iemand uit de onderzochte doelgroep aanwezig zijn, dan is het welzijnseffect en de maatschappelijke waarde hoger*.

Met behulp van deze uitkomsten kun je aan de slag gaan om de maatschappelijke waarde verder te vergroten door meer mensen, bijvoorbeeld in de doelgroep, aan het sporten te brengen, of meer uren met ze te sporten.

** In bijlage 3 is een voorbeeld vragenlijst opgenomen om de doelgroepen te identificeren. Deze vragenlijst is aangepast aan B1 taalniveau om begrijpelijker te zijn voor verschillende doelgroepen, zonder al te ver van de gemeten doelgroepen in deze studie af te wijken.*



Literatuur

- CBS (2022). Welzijn; kerncijfers.
<https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/85542NED/table?dl=A5BF2>
- Davies, L. E., Taylor, P., Ramchandani, G., & Christy, E. (2019). Social return on investment (SROI) in sport: A model for measuring the value of participation in England. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 11, 585–605.
<https://doi.org/10.1080/19406940.2019.1596967>
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2, 253–260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Frey, B., & Gullo, A. (2021). Does sports make people happier, or do happy people more sports. *Journal of Sports Economics*.
<https://doi.org/10.1177/1527002520985667>
- Fujiwara, D., & Dolan, P. (2016). Happiness-based policy analysis. In *The Oxford Handbook of Well-Being and Public Policy* (pp. 286–317). Oxford University Press. ISBN 0-19-932581-2.
- Nieto, I., Mayo, X., Davies, L., Reece, L., Strafford, B. W., & Jimenez, A. (2024). Consensus on a social return on investment model of physical activity and sport: a Delphi study protocol. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6, 1334805.
- Parfit, D. (1984). *Reasons and persons*. Oxford University Press.
- Schoemaker, J. (2023). A review of well-being valuation for sports, culture and leisure activities. *Sustainability*.
- Schoemaker, J., de Boer, Davies, L., Kokolakis, T. (2024). De waarde van sport voor ons welzijn. HAN, Kenniscentrum Sport & Bewegen.
- Testoni, S., Mansfield, L., & Dolan, P. (2018). Defining and measuring subjective well-being for sport policy. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 10(4), 815-827. <https://doi.org/10.1080/19406940.2018.1518253>
- Waardenburg, M., Hombergh, S., & Van Bottenburg, M. (2019). Bouwen aan maatschappelijke waarden. Publiek-private samenwerking bij multifunctionele sportaccommodaties. Universiteit Utrecht.

Bijlage 1

TABEL 3 BESCHRIJVENDE STATISTIEK GEBRUIKTE VARIABELEN

	Min	Max	Gem.	SD
Welzijn	0	10	7,50	1,28
Sporturen per week	0	20	2,09	2,99
De Jong Gierveld Loneliness schaal	0	6	1,68	1,81
MHI-5 schaal	0	100	75,74	16,2
Maandelijks huishoudinkomen (logaritmisch)	3	12	7,91	0,53
Leeftijd	16	103	54,63	16,83
Opleiding basisonderwijs	0	1	0,07	0,26
Opleiding VMBO	0	1	0,23	0,42
Opleiding MBO	0	1	0,24	0,42
Opleiding HAVO/VWO	0	1	0,10	0,30
Opleiding HBO	0	1	0,25	0,43
Opleiding Universiteit	0	1	0,11	0,31
Religieus	0	1	0,72	0,45
Rosenberg's Self-Esteem Schaal	0	60	13,94	9,86
Deelname concert	0	1	0,16	0,37
Deelname opera	0	1	0,04	0,20
Deelname ballet	0	1	0,05	0,22
Deelname bioscoop	0	1	0,5	0,50
Deelname filmhouse	0	1	0,15	0,35
Deelname kunstgallerij	0	1	0,21	0,41
Deelname museum	0	1	0,46	0,50
Sociaal contact wekelijks	0	1	0,09	0,28
Sociaal contact maandelijks	0	1	0,52	0,50
Sociaal contact jaarlijks	0	1	0,08	0,27
Sociaal contact nooit	0	1	0,14	0,34
Hoe tevreden bent u met uw sociale contacten?	-9	10	7,22	1,95
Hoe zou u over het algemeen uw gezondheid noemen?	1	5	3,08	0,76
Opname ziekenhuis in afgelopen jaar	0	1	0,1	0,30
Geen ziekte	0	1	0,5	0,50

Samenwonend met partner	0	1	0,71	0,45
Aantal leden huishouden kwadraat	1	64	7,23	7,51
Aantal kinderen	0	6	0,64	1,03
Civiele status (referentie: getrouwd)	0	1	0,58	0,49
Status: uit elkaar	0	1	0	0,06
Status: gescheiden	0	1	0,11	0,31
Status: weduwe	0	1	0,06	0,25
Werk: familiebedrijf	0	1	0,01	0,09
Werk: ZZP'er	0	1	0,04	0,20
Werk: werkzoekende na verlies van baan	0	1	0,02	0,15
Werk: werkzoekende na studie	0	1	0	0,04
Werk: werkeloos zonder sollicitatieplicht	0	1	0	0,06
Werk: schoolgaand	0	1	0,05	0,22
Werk: huishoudelijke taken	0	1	0,09	0,28
Werk: gepensioneerd	0	1	0,28	0,45
Werk: arbeidsongeschikt	0	1	0	0,05
Werk: vrijwilligerswerk	0	1	0,02	0,15
Werk: overig onbetaald werk	0	1	0,01	0,08
Werk: is te jong voor werk	0	1	0	0,01
Huiseigenaar	0	1	0,73	0,44
Stedelijkheid	1	5	3,02	1,32

Bijlage 2

De interactie-effecten zijn per doelgroep in een apart model geschat, zodat ze afzonderlijk het effect vaststellen. Daardoor kunnen de effecten van deelnemers in meerdere doelgroepen niet bij elkaar opgesteld worden doordat er mogelijk overlap is. Het totale effect van sport voor de doelgroep is het interactie-effect + het effect van sport voor iedereen (roze archering). Dus voor iemand die leeft in armoede is het effect 0,018 (0,008 + 0,010), zie tabel 4 model 1. Dit is vervolgens gebruikt in de berekening van het welzijnseffect van sport voor deze doelgroep (zie tabel 6).

TABEL 4 RESULTATEN 1/2

	Happiness (schaal 0-10)				
	1	2	3	4	5
	Effect (marge)	Effect (marge)	Effect (marge)	Effect (marge)	Effect (marge)
Sportuur × iedereen	0,008 (0,002)***	0,005 (0,003)*	0,008 (0,002)***	0,009 (0,002)***	0,004 (0,002)*
Leven in armoede	-0,058 (0,031)*				
Sportuur × leven in armoede	0,010 (0,006)*				
Chronisch beperkt		-0,064 (0,022)***			
Sportuur × chronisch beperkt		0,013 (0,004)***			
Recent ziekenhuisverblijf			-0,066 (0,020)***		
Sportuur × ziekenhuisverblijf			0,011 (0,005)**		
Arbeidsongeschikt				-0,148 (0,048)***	
Sportuur × arbeidsongeschikt				0,014 (0,011)***	
Migratieachtergrond					-0,045 (0,035)
Sportuur × migratieachtergrond					0,000 (0,010)
Achtergrond- tijdvariabelen	Meegenomen	Meegenomen	Meegenomen	Meegenomen	Meegenomen ¹
Observaties	50.152	50.152	50.152	50.152	50.152
Verklaarde variatie	0.644	0,644	0.644	0.644	0,36 ¹
F-ratio	11,192	11,194	11,192	11,193	308,88 ¹

*** betekent een kans van 1% dat het waargenomen effect toevallig is, wat impliceert dat met 99% zekerheid vastgesteld kan worden dat het effect bestaat. ** betekent een 95% zekerheid en * een 90% zekerheid. ¹ Doordat migratie-achtergrond door de jaren constant blijft, is hier geen Fixed-Effect model gebruikt maar een reguliere OLS regressie waarin wel alle achtergrondvariabelen zijn meegenomen.

TABEL 5 RESULTATEN 2/2

	Happiness (schaal 0-10)				
	6	7	8	9	10
	Effect (marge)	Effect (marge)	Effect (marge)	Effect (marge)	Effect (marge)
Sportuur × iedereen	0,009 (0,002)***	0,009 (0,002)***	0,010 (0,002)***	0,009 (0,002)***	0,008 (0,002)***
Jongeren zonder startkwalificatie	-0,206 (0,106)**				
Sportuur × jongeren zonder startkwalificatie	0,004 (0,028)				
Jonge mannen zonder startkwalificatie		-0,097 (0,055)*			
Sportuur × jonge mannen zonder startkwalificatie		0,028 (0,17)*			
Jongeren met mentale klachten			-0,162 (0,068)**		
Sportuur × jongeren met mentale klachten			-0,02 (0,016)		
Jongeren bij psycholoog				-0,259 (0,085)***	
Sportuur × jongeren bij psycholoog				0,054 (0,023)**	
Eenzame ouderen					0,011 (0,023)
Sportuur × eenzame ouderen					0,011 (0,005)**
Achtergrond- tijdvariabelen	Meegenomen	Meegenomen	Meegenomen	Meegenomen	Meegenomen
Observaties	50.152	50.152	50.152	50.152	50.152
Verklaarde variatie	0,644	0,644	0,644	0,644	0,644
F-ratio	11,189	11,190	11,196	11,193	11,191

*** betekent een kans van 1% dat het waargenomen effect toevallig is, wat impliceert dat met 99% zekerheid vastgesteld kan worden dat het effect bestaat. ** betekent een 95% zekerheid en * een 90% zekerheid.

De gevonden welzijnseffecten van sport in deze studie (0,009) zijn kleiner dan eerder onderzoek in Nederland (0,018). Allereerst komt dit doordat deze studie ook jongeren onder de 25 en ouderen boven de 65 jaar meeneemt. Wanneer de huidige dataset dezelfde leeftijdsafbakening gebruikt stijgt het welzijnseffect van een uur sport van 0,009 naar 0,014. Het verdere verschil kan komen doordat sommige achtergrondvariabelen door de tijd heen veranderd zijn in de meting, of dat het effect van sport is afgenomen door het toevoegen van de extra jaren in de dataset (2019-2023) die in meer of mindere mate in het teken stonden van de COVID-19 uitbraak. De waarde van het welzijnseffect per uur sport is echter niet veranderd omdat het inkomenseffect ook is verminderd van 0,17 naar 0,12 (per % logaritmisch huishoudinkomen) en het gemiddelde netto huishoudinkomen voor deze steekproef is gestegen naar 2724 euro per maand (zie tabel 3). Dit betekent dat in de nieuwe dataset op basis van de hele bevolking boven de 16 jaar, het effect van sport nog altijd even groot is als een inkomensstijging van 251 euro (zie tabel 6).

De statistische procedure voor de Well-being Valuation Approach omvat verschillende stappen en kan worden samengevat door vergelijking 1. De Compenserende Waarde (CV) is het resultaat, Y staat voor het gemiddelde huishoudinkomen, β_1 geeft het causale effect van inkomen op welzijn aan, en β_2 vertegenwoordigt het causale effect van sport op ons welzijn. De kern van de studie ligt dus in het bepalen van het causale effect van inkomen op welzijn (β_1) en het causale effect van sport op welzijn (β_2).

$$CV = Y - e^{\{(\ln(Y) - \beta_2) / \beta_1\}} \quad (1)$$

De coëfficiënten voor β_1 en β_2 komen voort uit het onderzoek (zie tabel 4 en 5). Het gemiddelde netto huishoudinkomen per maand in Nederland ligt op 2.700 in 2020. In dit onderzoek wordt uitgegaan van 12 maanden per jaar, zonder 13de maand of andere extra inkomsten. Met behulp van deze gegevens kan formule 1 worden ingevuld op de volgende manier:

TABEL 6 BEREKENING WAARDE SPORT O.B.V. WELLBEING VALUATION APPROACH OP BASIS VAN NEDERLANDSE BEVOLKING BOVEN DE 16 JAAR

	Formule	
Gemiddeld huishoudinkomen per maand	(Y)	2724
Logaritmische functie van het gemiddelde huishoudinkomen	(ln(Y))	7,910
Effect inkomen op welzijn	(β_1)	0,093
Effect één uur sport op welzijn	(β_2)	0,009
Ratio (β_2/β_1)		0,097
Vergelijkbare toename in log huishoudinkomen	($\{(\ln(Y) - \beta_2) / \beta_1\}$)	7,813
Vergelijkbare toename in huishoudinkomen	($e^{\{(\ln(Y) - \beta_2) / \beta_1\}}$)	€ 2.473
Verschil in huishoudinkomen per maand door één uur sport per week	($Y - e^{\{(\ln(Y) - \beta_2) / \beta_1\}}$)	€ 251

Bijlage 3

Dit is een voorbeeldvragenlijst die gebruikt kan worden om de doelgroepen te identificeren bij een sportaccommodatie of sportproject.

Wat is je geslacht?

- Man
- Vrouw
-

Wat is je leeftijd?

- _____
-

Heb je een langdurige ziekte, beperking of gezondheidsprobleem, of ervaar je de gevolgen van een ongeval?

- Ja
- Nee
-

Ben je (gedeeltelijk of volledig) arbeidsongeschikt om te werken door een ziekte, beperking, of andere reden?

- Ja
- Nee
-

Ben je in de afgelopen 12 maanden opgenomen geweest in een ziekenhuis?

- Ja
- Nee
-

Heb je je middelbare school (bijvoorbeeld havo, vwo, vmbo, of mbo niveau 2) niet afgemaakt?

- Ja
- Nee
- Ik ben nog bezig
-

Is het totaal inkomen van je huishouden (alle mensen met wie je samenwoont) lager dan €1500 per maand?

- Ja
- Nee
- Weet ik niet
-

Ben je op dit moment onder behandeling bij een psycholoog?

- Ja
- Nee
-

In welke mate voel je je eenzaam? *

- Nee, ik voel me niet eenzaam
- Ja, ik voel me soms eenzaam
- Ja, ik voel me vaak eenzaam

* Beter is het om de Jong-Gierveld Eenzaamheidsschaal van 6 vragen te gebruiken.