

### Tabel sportwaarden zelf afgezet tegen 'sporter'

Persoonlijke uitspraken		Uitspraken over de sporter	
Ik ben zeker van mezelf	62	63	Zeker van jezelf te zijn
Ik durf mijn mening te geven	75	51	Je mening te durven te geven
Ik voel me door anderen gewaardeerd	59	50	Je door anderen gewaardeerd te voelen
Ik heb respect voor anderen	89	64	Respect voor anderen te krijgen
Ik ben goed in communiceren met anderen	68	59	Te communiceren met anderen
Ik heb veel gevoel voor verantwoordelijkheid	83	58	Verantwoordelijkheidsgevoel krijgen
Ik stel doelen en ik ga ervoor om die te bereiken	54	63	Doelen te kunnen stellen en ervoor te gaan
Ik kan goed doorzetten	70	73	Goed kunnen doorzetten
Ik durf de competitie met anderen aan te gaan	54	62	Competitie met anderen aan te durven gaan
Ik voel me fysiek en mentaal gezond	60	73	Je fysiek en mentaal gezond voelen
Ik zit lekker in mijn vel	66	69	Lekker in je vel te zitten
Ik sta positief in het leven	75	63	Positief in het leven te staan

### Sportwaarden als onderdeel van Olympisch Plan 2028

In het Olympisch Plan 2028 staan de sportwaarden voor individuele waarden, houdingen of eigenschappen die door sport bevorderd kunnen worden en waarvan (ook) buiten de sport wordt geprofiteerd. Het bevorderen van deze waarden moet tot meer sporters leiden.

#### Vraagstelling

In de SportersMonitor 2008 zijn de waarden in 12 stellingen over de eigen persoon vertaald. Dezelfde stellingen zijn voorgelegd in relatie tot de 'sporter'. In welke mate komt het zelfbeeld van mensen overeenkom met het beeld van een typische sporter?

### Uitkomsten

- Het belangrijkste beeld dat de mensen van zichzelf hebben is dat zij respect voor anderen hebben (89%). Bijna tweederde vindt respect van anderen krijgen van toepassing op sport (64%).
- De belangrijkste associaties met sport zijn 'Je fysiek en mentaal gezond voelen' en 'Goed kunnen doorzetten' (beide 73%). Het laatste aspect onderschrijft 70 procent ook voor zich zelf.
- Een veel minder grote groep, 60 procent, voelt zich fysiek en mentaal gezond.
- De overgrote meerderheid (83%) vindt van zichzelf dat zij verantwoordelijkheidsgevoel hebben, zij associëren dat echter veel minder met sport (58%).

## Tabel sportwaarden afgezet tegen 'sporter' naar sportintensiteit

	Persoonlijke uitspraken		Uitspraken over de sporter		
	Niet-sporter	Intensief sporter	Niet-sporter	Intensief sporter	
Ik ben zeker van mezelf	59	63	56	72	Zeker van jezelf te zijn
Ik durf mijn mening te geven	73	82	47	55	Je mening te durven te geven
Ik voel me door anderen gewaardeerd	57	62	47	53	Je door anderen gewaardeerd te voelen
Ik heb respect voor anderen	89	88	59	70	Respect voor anderen te krijgen
Ik ben goed in communiceren met anderen	63	67	52	61	Te communiceren met anderen
Ik heb veel gevoel voor verantwoordelijkheid	83	82	53	67	Verantwoordelijkheidsgevoel krijgen
Ik stel doelen en ik ga ervoor om die te bereiken	48	56	57	67	Doelen te kunnen stellen en ervoor te gaan
Ik kan goed doorzetten	65	77	66	79	Goed kunnen doorzetten
Ik durf de competitie met anderen aan te gaan	48	61	56	67	Competitie met anderen aan te durven gaan
Ik voel me fysiek en mentaal gezond	51	74	63	82	Je fysiek en mentaal gezond voelen

Het W.J.H. Mulier Instituut verricht fundamenteel en toegepast sociaal-wetenschappelijk sportonderzoek. Deze kerntaak valt uiteen in het volgen, begrijpen en verspreiden van kennis over sport. In haar meerjarenprogramma bundelt het Mulier Instituut kennis van sportonderzoekers van de Universiteiten van Amsterdam, Tilburg, Utrecht en Groningen.

**Neem voor meer informatie contact op met: R.vandenDool @mulierinstituut.nl**  
**Voor SportersMonitor 2008 zie www.mulierinstituut.nl**  
**Het veldwerk is uitgevoerd door GfK Panelservices te Dongen.**

W.J.H. Mulier Instituut  
 Postbus 188  
 5201 AD 's-Hertogenbosch  
 T 073 612 64 01  
 F 073 612 64 13  
 info@mulierinstituut.nl  
 www.mulierinstituut.nl

### Verschil sporter en niet-sporter

Uiteraard is het ook interessant om te kijken of de sportfrequentie van invloed is op het persoonlijk beeld en het beeld van de sporter (niet-sporter vs intensieve sporter).

- Het beeld dat de mensen van zichzelf hebben verschilt niet heel sterk naar sportfrequentie, sporters stellen vaker doelen waarvoor ze gaan.
- Alleen het zich mentaal en fysiek gezond voelen heeft een duidelijke relatie met de sportfrequentie: mensen die niet sporten geven minder vaak aan dat ze zich mentaal en fysiek niet zo gezond voelen (51%) dan sporters die 120 keer per jaar of vaker sporten (73%).

- Het beeld van de 'sporter' verschilt voor een aantal uitspraken sterk naar sportfrequentie. De frequente sporters (120 keer per jaar of vaker) vinden 'Zeker van jezelf zijn' vaker bij een sporter passen (72%) dan de mensen die niet of weinig sporten (tot 12 keer per jaar, 56-58%).
- Voor de uitspraken 'Je fysieke en mentaal gezond voelen', 'Lekker in je vel zitten' en 'Positief in het leven staan', zijn de verschillen tussen niet sporters en frequente sporters nog wat groter (20 procentpunten).