

***Sport is goed, sporten is gezond, een sporter is aantrekkelijk. Ik sport niet.***

Onderzoek naar de werking van agency; verzet tegen een dominant discours. Een kritisch kwalitatief onderzoek naar de betekenisconstructie van niet-sporters.

<b>Begeleiding</b>	Prof. Dr. A. Knoppers., Dr. I. Claringbould
<b>Datum</b>	3 augustus 2012
<b>Student</b>	Raoul Notté
<b>Studentnummer</b>	3065812

# Inhoud

1. Inleiding.....	5
2. Sporters en niet-sporters in Nederland.....	7
2.1 Wat is sport?.....	7
2.2 Toename aantal sporters door het openstellen van sportverenigingen voor nieuwe groepen...	7
2.3 Toename aantal sporters door het actief stimuleren van de sportparticipatie.....	8
2.4 Waarom moet iedereen sporten?.....	9
2.5 Sporten is vanzelfsprekend; dus niet-sporters worden belemmerd.....	9
2.6 Het sportdiscours .....	10
2.7 Effecten van het sportdiscours op niet-sporters.....	11
3. Onderzoeksperspectief .....	12
3.1 Betekenisgeving.....	13
3.2 Veld, kapitaal en habitus. ....	14
3.2.1 Veld.....	15
3.2.2 Kapitaal.....	15
3.2.3 Habitus.....	16
3.4 Disciplinerings .....	17
3.5 Doel en vraagstelling. ....	21
4. Methodiek .....	22
4.1 Semigestructureerde diepte interviews.....	22
4.2 Selectie respondenten.....	23
4.3 Analyse .....	23
4.3.1 Resultaten.....	24
5. Wat is sport; het resultaat van structurele, bewuste lichamelijke inspanning.....	24
5.1 Het verleggen van lichamelijke grenzen.....	25
5.2 Sport is bewust kiezen om moe te worden.....	25
5.3 Alleen structurele activiteiten zijn sport .....	25
5.4 Competitiviteit, complexiteit en de noodzaak tot leren. ....	26
6. Een sportief verleden maar inactief heden, ervaringen met sport.....	26
6.1 Plezier; de intrinsieke belevenis van sportieve activiteiten. ....	26
6.1.1 Nu; plezier verdwenen en van minder belang. ....	27
6.1.2 Plezier is geen argument om niet te sporten. ....	28
6.1.3 Sport is voor anderen wel leuk; dan zal ik wel raar zijn. ....	29

6.1.4 Paradox plezier en verplichting .....	29
6.1.5 Paradox van structuur en vrijheid. ....	30
6.2 Extrinsieke spin-offs; sport als middel.....	31
6.2.1 Escapisme; ontsnappen aan de dagelijkse sleur. ....	31
6.2.2 De buitenlucht is ook gezond. ....	32
6.2.3 Winnen of verliezen; uitkomst van sportieve participatie van invloed op welbevinden.....	32
6.2.4 Sociaal contact; instrumenteel en gezellig. ....	33
7. Sport: Het middel voor een gezond en aantrekkelijk lichaam. ....	34
7.1 Sporten is gezond .....	34
7.1.1 Mens niet gebouwd om stil te zitten .....	35
7.1.2 Sporten is gezond, maar wat is gezondheid? .....	36
7.1.3 Sport: van plezier maken naar je lichaam verbeteren. ....	37
7.2 In shape zijn.....	37
7.2.1 Machinale benadering van het lichaam; neoliberalisme. ....	38
7.2.2 Economie van eten en sport.....	39
7.2.3 De vergelijking met anderen en de invloed op het emotioneel welbevinden.....	39
7.3 Conditie: het kunnen uitvoeren van dagelijkse basisactiviteiten.....	41
7.4 Mentaal welbevinden.....	41
8. Plekken waar een sportdiscours wordt geproduceerd .....	42
8.1 Familie .....	42
8.2 Vrienden .....	43
8.3 Onderwijs .....	44
8.4 Leven in een sport propagerende maatschappij.....	44
8.5 De discursieve macht van kennis over sport.....	45
9.1 Ik ben gewoon niet echt een sporter. ....	47
9.2 Ik ben niet goed genoeg om te sporten .....	47
9.3 Sociaal kapitaal ontbreekt: ik pas niet in zo'n groep.....	48
9.4 'Leisure is pleasure'; sportdiscours vs. hedonistisch discours .....	48
9.5 Sportdiscours vs. discours van contingentie. ....	50
9.6 Ik heb geen sport nodig; "De noodzaak ontbreekt." .....	50
9.7 Sobstories .....	51
9.8 Leeftijdsgebonden; zij doen het ook. ....	52
9.9 Niet sporten is tijdelijk.....	52
10. Discussie .....	53

10.1 Accountability .....	53
10.1.1 Respondenten .....	53
10.1.2 Niet-sporters schamen zich .....	54
10.1.3 Interviews vormen plekken waar nieuwe betekenissen zijn geconstrueerd. ....	54
10.2 Marktdenken en stimulering hebben sport beroofd van plezier. ....	55
10.3 Neoliberalisme construeert het investeren in recreatieve sport als zinloos. ....	55
10.4 De definitie niet-sporters, bruikbaar? .....	56
10.5 'Waarheden' zijn gebaseerd op een dominant discours, niet op ervaringen. ....	56
10.6 Een gezond lichaam, of een aantrekkelijk lichaam? .....	57
10.7 Economie van zichtbaarheid .....	57
10.8 Niet-sporten is moreel slecht .....	57
11. Conclusie .....	59
Literatuurverwijzing .....	62

## 1. Inleiding

In het najaar van 2010 heeft de allereerste Dag van het Sportonderzoek plaatsgevonden. Op deze dag zijn 92 onderzoeken, van sportonderzoekers uit het hele land, gepresenteerd. Mensen met verschillende academische achtergronden vertelden over nog meer verschillende inzichten waartoe zij de afgelopen jaren zijn gekomen. Een persoon die alle presentaties bij zou kunnen wonen, heeft hiermee een schitterende bloemlezing voorgeschoteld gekregen van het sportonderzoek in Nederland. Mij viel deze dag op dat ondanks alle verschillende achtergronden en meningen van onderzoekers, een grote mate van consensus het fundament vormt van al het sportonderzoek: Sport is goed en iedereen zou moeten sporten.

Aan het einde van de Dag van het Sportonderzoek is het 'Tendrapport Bewegen en Gezondheid 2008-2009' (TNO 2010) gepresenteerd. Hierin is onder meer vermeld dat 68% van Nederlanders aan 'sport' (in de definitie dat sporten minimaal 12x per jaar actief zijn is<sup>1</sup>) doet. Één derde van Nederland sport niet. Het tendrapport vormde aanleiding voor een debat, waar lang is gesproken over manieren om deze inactieve groep 'over de streep te trekken'. De focus lag op het volgende vraagstuk: Hoe kunnen de sportparticipatie belemmerende factoren geïdentificeerd en uitgeschakeld worden, zodat deze groep van 32% de 'achtergestelde' en 'ongewenste' status van niet-sporter verliest? Verschillen in mening bij de debaters/onderzoekers ontstonden enkel over de manier waarop sportparticipatie kan worden verhoogd. Er bestond geen discussie over de wijze waarop er naar dit 'probleem' gekeken moet worden. Is er sprake van een probleem? Wil deze groep wel sporten? Voelt deze groep zich belemmerd? Het feit dat deze groep van 32% inactieven (één op de drie Nederlanders) als een probleem wordt weggezet, geeft de normalisatie en vanzelfsprekendheid van het wel sporten aan.

Dit onderzoek richt zich op deze groep niet-sporters. Mensen die bewust niet sporten, niet vanwege structurele factoren van in- en uitsluiting (zoals validiteit, etniciteit of seksualiteit) die op hen van invloed zijn, maar door een 'vrijwillige' keuze. Ongeacht de grote verschillen die er tussen individuen in de sportwereld bestaan, bestaat een grote consensus in het discours over sport en het sporten. Sporten is goed en vanzelfsprekend, sporten is de norm. Het doel van dit onderzoek is daarom inzicht creëren in een groep mensen die vrijwillig afwijkt van deze norm.

Tot op heden is de 'groep' niet-sporters in onderzoek eenzijdig belicht, en daardoor onderbelicht. Doordat uitgangspunt van onderzoek de wenselijkheid van sportparticipatie is, richt onderzoek zich op belemmerende factoren van uitsluiting. Dit onderzoek gaat in zijn analyse verder dan een simpele identificatie van barrières, beperkingen of juist mogelijkheden. Het probeert een beter begrip te creëren van de spanningen, betekennissen en gevolgen van de ervaringen van niet-sporters met betrekking tot sport. (Zie ook: Lewis & Ridge, 2004)

Vanuit de sociale wetenschap is deze casus van niet-sporters een zeer interessante. Maatschappijbreed bestaat consensus over de positieve waarde en wenselijkheid van sport. Deze kennis is ook bij niet-sporters aanwezig. Deze casus vormt daarom een interessant inzicht in de werking van agency, hoe werkt het verzet tegen een dominant discours? Voor beleidsvorming gericht op sportstimulatie is dit onderzoek eveneens van waarde. Dit onderzoek biedt inzicht in een grote

---

<sup>1</sup> Deze definitie is in de 'Rapportage Sport' gangbaar, hoewel de rapportage sport ook nauwere definities kent. Andere voor kwantificatie gehanteerde definities zijn: 1x per jaar en 40 x per jaar.

groep mensen die tot op heden door (overheids)stimulering niet is bereikt. Mogelijk biedt dit onderzoek een handreiking om beleid te herdefiniëren.

Om bovenstaande doelen te bereiken staat de volgende hoofdvraag in het onderzoek centraal:

*Welke betekenissen geven niet-sporters aan sport en zichzelf in relatie tot de realiteit van het niet-sporten in een maatschappij waar sport als wenselijk wordt gezien. Hoe zijn deze betekennissen geconstrueerd?*

Om tot een antwoord op deze vraag te komen is allereerst in het hoofdstuk *Sporters en niet-sporters in Nederland* de historische en maatschappelijke context van sportparticipatie in Nederland behandeld. Daarnaast is hier gekeken naar de achterliggende argumentatie van de (maatschappij)brede consensus over de waarde van sport en het discours waarmee over sport gesproken wordt.

In *Onderzoeksperspectief* is het onderzoeksinstrument van kwalitatief onderzoek, de onderzoeker zelf behandeld. Dit is gedaan door allereerst te kijken naar het ontologisch beeld dat de onderzoeker van de wereld heeft gevolgd op zijn epistemologische visie op hoe de realiteit in onderzoek inzichtelijk gemaakt kan worden. Vervolgens zijn kernconcepten voor de analyse in dit onderzoek uiteengezet. De uiteenzetting van de context en het onderzoeksperspectief mond logischerwijs uit in de formulering van concrete doel en vraagstelling. Op basis hiervan is in *Methodiek* aangegeven hoe het onderzoek is uitgevoerd, de selectie van respondenten, wijze van dataverzameling en de manier waarop de verkregen data geanalyseerd is.

Vervolgens zijn resultaten van de kwalitatieve dataverzameling beschreven en geanalyseerd met behulp van de in het onderzoeksperspectief beschreven theorieën. De beschrijving van deze resultaten gebeurt aan de hand van verschillende thema's. In hoofdstuk 5 is beschreven welke betekenis aan het begrip sport is gegeven. Vervolgens is in hoofdstuk 6 gekeken naar de ervaringen die respondenten met sport hebben gehad en hoe ze de sport in relatie tot zichzelf zien. Hoofdstuk 7, *Sport: het middel voor een gezond en aantrekkelijk lichaam*, behandelt de belangrijkste betekenis gegeven aan sport in de realiteit van het dagelijkse leven van respondenten. Vervolgens zijn in hoofdstuk de plekken waar discursieve kennis over sport is opgedaan, en de manier waarop deze kennis is opgedaan, beschreven. In hoofdstuk 9 is gekeken naar de agency van respondenten, door beschrijvingen te geven van de manieren van verzet tegen een dominant die zij hanteren.

Op basis van deze beschrijving van resultaten is in *Discussie* kritisch gereflecteerd op dit onderzoek en zijn interessante thema's besproken. Tenslotte is in *Conclusie* een samenvatting gegeven van de belangrijkste resultaten van het onderzoek om te komen tot een beantwoording van de hoofdvraag.

## **2. Sporters en niet-sporters in Nederland.**

Dit hoofdstuk geeft een schets van de historische en maatschappelijke context van sportparticipatie in Nederland. Wanneer deze beschrijving bij het heden aankomt, is de argumentatie achter de maatschappijbrede consensus over de waarde van sport besproken. In het verlengde van deze consensus is het discours beschreven dat is gehanteerd in het spreken en denken over sport, gevolgd door de implicaties van dit discours op de realiteit van niet-sporters. Allereerst is begonnen met het begrip sport en hoe dit begrip in dit onderzoek is gehanteerd.

### **2.1 Wat is sport?**

De meeste mensen hebben voldoende begrip van de term sport om hier op een verjaardagsfeestje met elkaar over te kunnen praten. Toch zullen mensen verschillende antwoorden geven, wanneer gevraagd is naar een exacte definitie van sport. Mogelijk ontstaat er zelfs discussie over de in- en uitsluiting van bepaalde activiteiten in de categorie sport. Zo is een discussie voor te stellen over bijvoorbeeld denksporten, informele en ongeorganiseerde sport, sport voor mensen met een verstandelijke handicap of het spelen van computergames in geïnstitutionaliseerd wedstrijdverband. De beantwoording van de vraag 'Is dit sport?' zal sterk afhangen van de plek waar je bent geboren, waar je bent opgegroeid en ervaringen uit je verleden. Sport is een sociaal construct, een *contested activity*. In het spreken over sport is het gangbaar om de sport te differentiëren van spel en dramatisch spektakel. Sport kenmerkt zich door de combinatie van intrinsiek plezier beleefd aan de activiteit en de extrinsieke 'beloningen' die het oplevert. Er bestaat geen universele overeenstemming over de definitie, betekenis of doel van sport. (Coakley, 2007) Wanneer sport onderwerp van onderzoek is, is het van belang om duidelijk te maken hoe met deze ambiguïteit is omgegaan. In dit onderzoek is het begrip van respondenten leidend in de definiëring van het begrip sport. Interviews zijn daarom ingegaan met de vraag wat sport is. In hoofdstuk 5 is een beschrijving gegeven van de betekenis van het begrip sport voor de respondenten.

### **2.2 Toename aantal sporters door het openstellen van sportverenigingen voor nieuwe groepen.**

Het doen aan sport is tegenwoordig vanzelfsprekend. Het beoefenen van sport is niet altijd vanzelfsprekend geweest. Aan het begin van de 20<sup>e</sup> eeuw waren in Nederland ongeveer 30.000 mensen lid van een sportvereniging, ongeveer 0,6% van de bevolking. (Van Maanen & Venekamp, 1991, in: Stokvis, 2011) Een duidelijke ontwikkeling heeft zich sindsdien afgetekend. Sport heeft zich ontwikkeld van een activiteit voor enkele welgestelde, tot een activiteit waar miljoenen mensen zich mee bezig houden.<sup>2</sup>

Het patroon dat in de verbreiding van sportbeoefening te ontdekken valt, is bij jongens en jonge mannen uit de hogere sociale milieus begonnen en heeft zich van daaruit over andere sociale categorieën verspreid. (Van Bottenburg, 1994) Hiervoor zijn verschillende redenen aan te wijzen. Zo is door het toegankelijker worden van het middelbare en universitaire onderwijs een moderne jeugd ontstaan. (Hessen, 1964) Jongeren zijn sindsdien meer dan ooit in schoolklassen en collegezalen bij elkaar gebracht en hebben zich onderling kunnen organiseren in clubs voor tal van doelen, waaronder sport. (Stokvis, 2011) Voor jongeren is de sport een bevrijdende vernieuwing geweest, die

---

<sup>2</sup> Voor een beschrijving van de toename in sportparticipatie is gebruik gemaakt van ledenaantallen van sportverenigingen, andere gegevens zijn voor deze periode niet beschikbaar.

uit het buitenland (Engeland) kwam overwaaien. Voor ouderen is sport met name een vorm van ontwikkeling geweest. Sport heeft via een zich uitbreidende middenklasse en een zich ontwikkelende arbeidersklasse zo een plek in menig leven gevonden. (De Regt, 1984)

Voor vrouwen is sport ook steeds populairder en toegankelijker geworden. Sport is voor veel vrouwen gedurende de 1<sup>e</sup> helft van de 20<sup>e</sup> eeuw nog een taboe geweest, zo het zou onder meer een nadelig effect<sup>3</sup> hebben op het vrouwelijke lichaam (Coakley, 2006). Later is het sporten onderdeel geworden van de emancipatie van vrouwen in het maatschappelijke leven, waardoor steeds meer vrouwen zijn gaan participeren. (Steendijk-Kuypers, 1999).

Naast een verspreiding van sport over verschillende maatschappelijke klassen en beide seksen heeft een uitbreiding naar leeftijdscategorie plaatsgevonden. Sporten is oorspronkelijk een jongmenselijke activiteit geweest: *“Sport behoort tot de levensfase van de jongvolwassenen, de jonkheid.”* (Rijsdorp, 1957, blz. 257) Tot 1960 houden de meeste sportverenigingen dan ook een minimumleeftijd van 10 jaar of ouder aan. Vanaf het einde van de jaren '70 zijn in de ledenstatistieken van de sportbonden jeugdleden van volwassenen onderscheiden. De weerstand tegen sportbeoefening op jongere leeftijd is kleiner geworden en de minimum leeftijd is geleidelijk omlaag gegaan, tot de minimumleeftijd van 6 jaar die nu gangbaar is bij de meeste sportverenigingen. De toename van de sportbeoefening<sup>4</sup> tussen 1970 en 1980 (het aandeel steeg in deze 10 jaar van ca. 2 miljoen naar ca. 4 miljoen leden) is dan ook voor een deel toe te schrijven aan de toetreding van steeds jongere kinderen. Naast een toename aan 'de onderkant' van de demografische piramide is ook aan de bovenkant een toename te zien. Steeds meer ouderen sporten en doen dit tot op latere leeftijd. (Kamphuis & Van den Dool, 2008)

Sport is sinds deze ontwikkelingen in de 20<sup>e</sup> eeuw, niet langer enkel een activiteit voor de jongvolwassene man. De activiteit is er een geworden voor mannen en vrouwen van jong tot oud. Het toelaten van meerdere sociale groepen in sportverenigingen, heeft er toe geleid dat in 2007 een derde (34%) van de Nederlandse bevolking lid is van een sportvereniging. (Kamphuis & Van den Dool, 2008:88)

### **2.3 Toename aantal sporters door het actief stimuleren van de sportparticipatie.**

In de vorige paragraaf is beschreven hoe sportparticipatie in de 20<sup>e</sup> eeuw is toegenomen. Deze toename is bewerkstelligd doordat nieuwe groepen de mogelijkheid hebben gekregen om deel te nemen. Hierdoor hebben individuen die de wil hebben om te gaan sporten de mogelijkheden om hier gehoor aan te geven.

De overheid probeert haar steentje bij te dragen aan een verdere toename van het aantal sporters in Nederland door sportparticipatie actief te stimuleren. Beleidsdoelstellingen zijn er op gericht om Nederlanders hun leven lang aan sport te laten deelnemen. (Rapportage sport, 2010) Beleidsinitiatieven richten zich vooral op specifieke (probleem)groepen. Vooral jongeren tot 18 jaar krijgen veel aandacht, zoals in de *'Impuls brede scholen, sport en cultuur'* (VWS, 2007a), *'Meedoen*

---

<sup>3</sup> Sport zou de voortplantingsorganen van vrouwen dusdanig beïnvloeden dat men risico liep om onvruchtbaar te raken.

<sup>4</sup> Sportbeoefening is in deze jaren enkel geregistreerd door te kijken naar lidmaatschap van sportverenigingen. Hedendaagse definities en meetmethoden om naar sportparticipatie te kijken bestonden nog niet.



*alle/allochtone jeugd door sport* (VWS 2005) en het *'Beleidskader sport, bewegen en onderwijs'* (VWS/OCW 2008).<sup>5</sup>

Het *'Nationaal actieplan sport en bewegen'* (VWS 2007b) is juist meer gericht op volwassenen (vooral werknemers) en ouderen. Ook het NOC\*NSF (2007) heeft *Een Leven Lang Sporten* tot een van haar speerpunten verklaard in de *Sportagenda 2012*. De meest recente ontwikkeling in sportstimulering is het *Olympisch Plan 2028* (NOC\*NSF 2009b), waarin het NOC\*NSF en andere betrokken partijen de ambitie uitspreken dat in 2016 minstens 75% van de bevolking regelmatig (12x per jaar) aan sport doet.<sup>6</sup>

## 2.4 Waarom moet iedereen sporten?

Het belang dat de overheid aan sport toekent door structureel in sport(participatie) te investeren en er (een gedeelte van) een ministerie aan te wijden<sup>7</sup> hoeft tegenwoordig amper nog gelegitimeerd te worden. Er lijkt een maatschappijbrede consensus te zijn ontstaan over de positieve effecten die sport heeft: *"Als iedereen regelmatig zou sporten en bewegen, zouden we ons fitter, gezonder én mentaal beter voelen."*(Website Ministerie van VWS, 2011) Daarnaast bestaat de perceptie dat (top)sport tot (een toename van) nationale trots leidt, dient het als inspiratiebron, is het een aanjager voor maatschappelijke carrières (NOC\*NSF, 2010), zorgt het voor integratie van minderheidsgroepen (VWS, 2005) en gehandicapten (Notté et al., 2011), bouwt men er sociaal kapitaal mee op en leidt het tot meer sociale cohesie (Vermeulen & Verweel, 2009) (Maasen, 2008).

Met name de maatschappelijke waardering voor sport in het kader van gezondheid is enorm toegenomen. Het discours dat sport direct met gezondheid linkt, is niet alleen door sporters zelf gehanteerd. Twee op de drie niet-sporters ziet het sporten als een voorwaarde voor gezondheid: *"Men is gaan inzien dat sport goed is voor de gezondheid en dat men door middel van een sportief en gezond leefpatroon de eigen gezondheid deels in de hand heeft"* (Tiessen-raaphorst & Breedveld 2006, in: SCP 2006) Niet alleen de fysieke gezondheid is op deze manier positief te beïnvloeden. Vanuit het idee *'spiritus sanus in corpus sanus'* is beredeneerd dat sportparticipatie ook een positieve invloed heeft op het geestelijk welbevinden. (zie ook: van Mourik et al., 1995)

## 2.5 Sporten is vanzelfsprekend; dus niet-sporters worden belemmerd.

De vele positieve waarden die aan sport zijn toegeschreven, in combinatie met de steeds grotere participatie, hebben het doen aan sport een mate van vanzelfsprekendheid gegeven. Deze vanzelfsprekendheid is met name aanwezig op kinderen van 'lagere school leeftijd': *"Zeg maar even wie ben jij en welke sporten doe je?"* (Breedveld, in: Elling & Kemper, 2011, p. 5)

Deze vanzelfsprekendheid van sportdeelname is terug te zien in onderzoek naar niet-sporters. Doordat sport als vanzelfsprekend is gezien, richt onderzoek naar niet-sporters zich veelal op het identificeren van barrières die de inactiviteit verklaren. Op deze manier zijn verscheidene (externe)

---

<sup>5</sup> Stimulering van sportstimulering onder jongeren is met name gericht op geïdentificeerde 'probleemgroepen':

<sup>6</sup> Van regelmatig aan sport doen is sprake wanneer een individu minstens 12 weken (12x) per jaar aan sport heeft gedaan. Andere gehanteerde definities zijn die van actieven (minimaal 1 week per jaar) en de frequent actieven (minstens 40 weken per jaar). In 1983 deed een derde van de bevolking frequent aan sport, in 2007 was dit al 41%.

<sup>7</sup> Sinds 1994 heeft Nederland een ministerie dat expliciet sport in haar naam heeft: Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

<http://www.rijksoverheid.nl/ministeries/vws/organisatie/geschiedenis%5B2%5D>

factoren geformuleerd, die er toe leiden dat (groepen) individuen niet actief zijn: te oud, geen mensen om mee te sporten, een beperkt aanbod, slechte gezondheid, negatieve ervaringen in het verleden, geen tijd, overgewicht, slechte opvoeding. (Elling, 2010) (Maasen, 2008) Daarnaast zijn op een zelfde manier sociaaleconomische achtergrondkenmerken aangewezen als verklaringen voor de inactiviteit van niet sporters: laag opgeleide ouders, lage sociaal economische status, (niet-westerse) etnische achtergrond (Wisse et al., 2009), gender, werkloosheid, religie en (homo)seksualiteit. (Elling, 2010) (Elling & Kemper, 2011) Met andere woorden, onderzoek gericht op niet-sporters richt zich met name op *“zaken die juist verhinderen dat mensen deelnemen aan bepaalde vormen van vrijetijdsbesteding.”* (Manders & Kropman, 1987, in: Van Bottenburg & Schuyt, 1996)

Samenvattend is het onderzoek naar niet-sporters sterk functionalistisch van aard. Deze functionalistische visie in onderzoek naar niet-sporters kent een rationalistische nadruk op causaliteit. Causaliteit is hierin terug te voeren tot een wiskundige noodzakelijkheid van een gevolg bij de identificatie van een oorzaak, wanneer A gebeurt, moet dit B als gevolg hebben. (Hollis, 2008) De nadruk op causaliteit is terug te zien in de sterke focus op het identificeren van barrières. Rationalisme leert ons dat een specifiek gevolg, het niet-sporten, een specifieke en noodzakelijke oorzaak heeft dat inactiviteit verklaart. Op deze manier zijn inmiddels verschillende causale oorzaken onderscheiden: laag opgeleide ouders, lage sociaal economische status, (niet-westerse) etnische achtergrond (Wisse, e.a., 2009), gender, werkloosheid, religie en (homo)seksualiteit. (Elling & van den Dool, 2010) (Elling & Kemper, 2011)

Bovenstaande focus op het identificeren van barrières, die een vanzelfsprekende en wenselijke, sportparticipatie belemmeren is sterk functionalistisch van aard. Sport is hierin benaderd om te bezien hoe ze op een positieve manier bijdraagt aan de maatschappij. Sport is een onderdeel van samenhangende sociale systemen die voor een evenwicht in de maatschappij zorgen. Een maatschappij waarin burgers mentaal en fysiek gezond zijn. Daarnaast socialiseert sport individuen op een manier die wenselijk wordt geacht voor goed burgerschap. Een sociaal systeem opereert volgens deze functionalistische benadering effectief wanneer ze 4 dingen doet: het socialiseren van mensen zodat men belangrijke culturele waarden leert en accepteert (bijv. integratie van allochtonen/discipline), sociale connecties tussen mensen bevorderen zodat ze kunnen samenwerken (bijv. sociaal kapitaal), mensen motiveert om sociaal geaccepteerde doelen (bijv. gezond, aantrekkelijk, competitief en succesvol te zijn) te bereiken op een sociaal geaccepteerde manier (bijv. door sport en bewegen), en het beschermen van het gehele systeem tegen destructieve externe invloeden (bijv. obesitas en ziekte). (Coakley, 2007) Deze functionalistische benadering van onderzoek naar niet-sporters vormt op deze manier een continue reproductie van het positieve (sport)discours. Bestaande opvattingen over sport zijn als uitgangspunt genomen, getoetst en wederom gereproduceerd. Sport is als middel geconstrueerd om bredere maatschappelijke doelen te bereiken, sportonderzoek richt zich op de wijze waarop het middel sport zo succesvol mogelijk in kan worden gezet.

## **2.6 Het sportdiscours**

De manier waarop over sport gesproken wordt is, tegelijk met een toename in participatie, eveneens veranderd. Aan het begin van de 20<sup>e</sup> eeuw is sport vooral nog besproken als een manier om jongens mannelijkheid aan te leren, om een gebrek aan vaderlijk toezicht veroorzaakt door de industriële revolutie te compenseren. Tegenwoordig is aan sport voornamelijk de betekenis van een middel tot de verbetering van de gezondheid toegekend. De sport is gezien als de manier om vele fysieke en

mentale gezondheidsproblemen in verschillende levensfasen te voorkomen. Veel nadruk in het denken over sport ligt op (over)gewicht en een (negatief) zelfbeeld. (Devine, Rove & Olson, 2000) (Ohlin & Rossner, 1994) (Goodwin, 1997)<sup>8</sup>

Een discours dat sport direct relateert aan een goede gezondheid komt op verschillende manieren tot uiting. Het sportdiscours objectiviert het lichaam van een individu om verschillende doelen te bereiken zoals het bereiken van sportief succes, een bepaald uiterlijk (Barker-Ruchti & Tinning, 2010), succesvol ouder worden, om de aftakeling van het lichaam tegen te gaan of juist het lichaam te 'repareren'. (Pond, 2010) Deze grote mate van consensus over een discours van sport als medisch middel komt tot uiting in het belang dat de meeste ontwikkelde landen aan fysieke activiteiten als een gezondheidsprioriteit toekennen. (World Health Organisation, 2003, in: Lewis & Ridge, 2004)

Gepaard met een discours dat sport direct relateert aan een goede gezondheid en een aantrekkelijker uiterlijk, is de markt doorgedrongen in het sportdiscours. Een belangrijke kentering is ontstaan toen de markt zichzelf direct in de business van cultuur en sportproductie plaatste, en niet alleen in de distributie hiervan. (Morgan, 2010) De sport zelf is een product geworden, een product dat moet worden verkocht. Dit heeft de sport geprivatiseerd in die zin dat het een consumptiemiddel voor individuen is geworden. Een product waarin de nadruk steeds meer ligt op de 'economische' waarde van sport, de doelen die je ermee kunt behalen. Deze nadruk komt in plaats van de 'non-economische' intrinsieke waarden van sport zoals plezier, esthetiek en fairplay. (Morgan, 2010)

## **2.7 Effecten van het sportdiscours op niet-sporters**

In de vorige paragraaf is een dominant sportdiscours beschreven, sport is bovenal de manier om je lichaam op een positieve manier te beïnvloeden. Sport zorgt voor fysieke en mentale gezondheid en is bevorderlijk voor je aantrekkelijkheid.

Deze kennis, in combinatie met een toename in het aanbod van sport en de toegang tot sport voor alle sociaal-culturele groepen in de samenleving, impliceert grote mogelijkheden voor elke individu. De mogelijkheid om zijn geobjectiveerde lichaam te boetsen naar de eigen wensen. Dit discours van maakbaarheid van het eigen lichaam, maakt dat een individu in grote mate verantwoordelijk wordt gehouden voor zijn eigen gezondheid en uiterlijk. Deze verantwoordelijkheid kent een keerzijde. Mensen die conformeren aan dit discours zijn 'goed bezig' en virtuoos, individuen die als ongezond of dik worden gezien hadden dit kunnen voorkomen door sport. Zij zijn hiermee schuldig aan de eigen (negatieve) situatie. (Pond, 2010) Deze perceptie van eigen schuld, koppelt een morele (normatieve) beoordeling aan gezondheid en/of uiterlijk. Eerder (buitenlands) onderzoek leert ons dat dit gevolgen heeft voor de psyche van individuen en de manier waarop zij zichzelf zien. Individuen die ongezond of onaantrekkelijk zijn en niet aan sport doen beschrijven zichzelf als onverantwoordelijk en 'falend', zij omschrijven gevoelens van angst, schaamte en teleurstelling (Pond, 2010) (Lewis & Ridge, 2004) Deze negatieve emoties zijn niet alleen van toepassing op de belevenis van sport en het eigen lichaam, maar staan in relatie met de zelfperceptie van individuen in andere rollen en aspecten van het leven. Een negatief zelfbeeld, beleefd door de perceptie van schuld onder invloed van het sportdiscours, creëert een gevoel van marginalisatie onder individuen die zichzelf niet zien slagen in tegenstelling tot 'de normale *ander*'. (Lewis & Ridge, 2004) Voor dit onderzoek is het interessant om te bezien of vrijwillige niet-sporters deze emoties eveneens ervaren en, indien ja, hoe dit niet leidt tot een verandering in gedrag.

---

<sup>8</sup> Met name bij jongeren wordt de focus sterk op lichamelijke en een bijbehorend zelfbeeld gelegd.

### 3. Onderzoeksperspectief

Van grote invloed op de vorming van een ontologisch wereldbeeld van de onderzoeker is het boek *Praktisch Denken* geweest. (De Bono, 1972) De Bono beschrijft in dit boek een onderzoek. Voor dit onderzoek verzamelt hij een groep respondenten in een zaal, waar hij hen laat kijken naar een zwarte cilinder, die op een tafel voor de groep is neergezet. Na verloop van tijd, De Bono verklaart niet hoe, valt de zwarte cilinder om. Zonder de toeschouwers met elkaar te laten overleggen vraagt hij hen een verklaring te geven voor het omvallen van de cilinder. In zijn boek bespreekt en analyseert De Bono deze verklaringen. Zijn analyse gaat niet over de juistheid van de gegeven verklaringen, een juiste verklaring is niet gegeven. Geen enkele verklaring is daarom goed of slecht. De analyse gaat in op de denkwijze van de toeschouwers.

In de antwoorden van de respondenten zijn een aantal varianten van 'juiste' argumenten onderscheiden. De juistheid is ontleend aan de logica van de argumentatie, niet aan het antwoord zelf. Opvallend is dat veel mensen één mogelijke (logische) verklaring kiezen en deze tot in detail uitwerken. Na het geven van een verklaring en daarmee de constructie van een 'waarheid', stoppen deze mensen met het verder denken naar alternatieven. Slechts een enkeling dwingt zichzelf tot het geven van meerdere verklaringen en geeft hiermee aan dat een eerder gegeven verklaring wellicht onjuist is.

De Bono maakt met zijn onderzoek het punt te dat het voor het menselijk denken van essentieel belang is je bewust te zijn van de grote mogelijkheid van je eigen ongelijk, dit bewustzijn vergroot het belang om tot nieuwe inzichten te komen die je voorgaande 'waarheden' tegenspreken. Het is belangrijk deze onjuistheid niet als vervelend te zien maar deze juist te benoemen. Op deze manier kom je tot meer en betere inzichten dan door stug vast te houden aan je eigen waarheid en deze in detail uit te werken en te verdedigen.

Het verhaal van deze zwarte cilinder staat voor de sociale wereld. Het is niet mogelijk de zwarte cilinder en haar val, objectief waar te nemen en te begrijpen. Ook 'de sociale wereld' kan niet simpelweg objectief waargenomen worden.

Wanneer de respondenten in het onderzoek van De Bono naar huis gaan en bediscussiëren over wat men de zwarte cilinder heeft zien doen, zal na veel discussie en overleg een gedeelde 'waarheid' ontstaan. Waarheid is hier opzettelijk tussen aanhalingstekens geschreven, de dominantie van één idee over een ander idee zegt niets over de superioriteit van dit eerste idee: *"[A]lleen iemand die op wonderbaarlijke wijze nog nooit iets over geschiedenis heeft gehoord, zou kunnen geloven dat concurrentie tussen ideeën kan uitlopen op de overwinning van de waarheid."* (Gray, 2010)

Wellicht is het vergelijken van de wereld met een omvallende zwarte cilinder wat simplistisch, de manier waarop de wereld 'bestaat' werkt echter volgens de zelfde mechaniek. De sociale wereld en het 'zijn' an sich, is net als de reden van het omvallen van de cilinder niet objectief waar te nemen. Maar zij bestaat bij de gratie van de waarneming en interactie van individuen in deze setting. Ontologisch gezien is de realiteit daarom een sociaal construct dat complex is en continu aan verandering onderhevig. (Glesne, 2006) De sociale wereld is in dit geval zichtbaar wanneer men onderling overeenkomst bereikt over wat men heeft gezien.

Hoe kan zo een complexe en steeds veranderende realiteit verkend worden? Wederom biedt het simplistische synoniem van de zwarte cilinder een makkelijkere manier tot begrip. De uiteindelijk

door interactie geconstrueerde 'waarheid' (bijvoorbeeld: het waaide, daarom viel de cilinder om) over het vallen van de cilinder kan inzichtelijk worden gemaakt door betrokkenen te vragen naar hun waarnemingen en begripsvorming (bijvoorbeeld: "Ik voelde het waaien en toen viel de cilinder om, mijn buurman merkte dit ook"). Epistemologisch kan deze realiteit dan ook verkend worden door interactie met individuen, en de betekenissen die zij aan de wereld om zich heen geven, te bevragen. (Glesne, 2006)

Een dominant sportdiscours, sport als middel om de eigen verantwoordelijkheid voor een gezond en aantrekkelijk lichaam te nemen (zoals beschreven in hoofdstuk 2), is de 'waarheid' zoals geconstrueerd na een historie van interactie tussen mensen in onze samenleving. Er bestaat inmiddels grote consensus over dit discours en de positieve waarden van sport en de wenselijkheid ervan. Respondenten zijn onderdeel van deze continue maatschappijbrede betekenisconstructie die heeft geresulteerd in dit beschreven discours. Via dit onderzoek kan inzicht worden geboden in de wijze waarop deze gedeelde betekenissen tot stand gekomen zijn. Respondenten zijn geen objecten die bestudeerd worden, maar actief betrokken in het construeren van betekenissen. Het eerder beschreven maatschappelijk beeld en discours van sport is niet getoetst aan respondenten, maar dient om de onderzoeker gevoelig te maken voor belangrijke concepten. Dit onderzoek kent dan ook een *interpretatieve* benadering (Deetz, 2000:142). Het feit dat respondenten niet conformeren aan het dominante discours, door zich te onthouden van participatie in sport, maakt het mogelijk deze aannames kritisch te bevragen aan de hand van de ervaringen van de betrokkenen en het dominante discours zo 'uit te dagen'. Op deze manier wordt in dit onderzoek een perspectief gericht op *dissensus* gehanteerd. Het perspectief van *dissensus* moet niet puur gezien worden als een afkeuring van het dominante discours, maar dient als een presentatie van diversiteit in de eenheid die een discours lijkt te kennen. (Deetz, 2000:133-136).

De theorie als basis van de in het onderzoek gebruikte theorieën voor het vergaren van data en de analyse, is dan ook die van de kritische studie. Een theorie die gebruikt wordt in kwalitatief onderzoek, om te begrijpen en interpreteren hoe individuen in een sociale setting de wereld om zich heen construeren. Verder dan interpretatieve studies, houden kritische studies zich met name bezig met de *waaromvraag*. Voor de interpretatie en analyse van de constructie van betekenissen in een sociale setting hanteer zijn theorieën gehanteerd die verder inzicht bieden in de wisselwerking tussen niet-sportende individuen, de sociale omgevingen die sport propageert en de continue uitkomsten van deze wisselwerking. Theorieën over *betekenisgeving*, *veld*, *kapitaal en habitus* en *disciplineren* zijn gehanteerd om kritisch naar de betekenisconstructie van respondenten, de visie op zichzelf en het eigen gedrag te kijken. In de volgende paragrafen zijn deze theorieën uiteengezet.

### **3.1 Betekenisgeving**

Het begrip betekenisgeving staat centraal in dit onderzoek. Betekenisgeving is het proces waarin individuen de omgeving en dagelijkse realiteit leren begrijpen. De uitkomsten van dit proces zijn weer leidend en sturend in de manier waarop een individu in de toekomst zijn omgeving en de realiteit zal 'lezen' en begrijpen. Betekenisgeving is daarmee een continu proces en nooit statisch. (Weick, 1995)

In het proces van betekenisgeving staat de betekenisgever, de respondent in dit onderzoek, altijd centraal. Een individu geeft betekenis aan zijn eigen ervaringen, in relatie tot betekenissen uit het verleden en verwachtingen van de toekomst (die vervolgens weer gebaseerd zijn op de betekenis die

een individu in het heden geeft). Een betekenisgever houdt in dit proces rekening met de rol die hij/zij in de betreffende situatie het meest wenselijk acht. Een persoon kent niet enkel één rol, maar kan zich bedienen van een heel pallet aan rollen. (Weick, 1995) Zo kan een respondent de onderzoeker in interviews te woord staan vanuit zijn rol als niet-sporter en wanneer het hem/haar wenselijk acht een rol als (bijvoorbeeld) student, moeder of werknemer aannemen. De rol die een respondent aanneemt bepaalt de invloed van een discours op de betekenis die gegeven zal worden. Zo zal een respondent in de rol van moeder gebruik maken van de kennis die zij heeft van goed moederschap om sport te beschrijven als iets waar zij geen tijd voor heeft, terwijl dezelfde persoon in de rol van een vrijgezelle vrouw het dominante sportdiscours zal aanspreken om te wijzen op de mogelijkheid van sport om een aantrekkelijker uiterlijk te bewerkstelligen. (Lewis & Ridge, 2004)

Betekeningen zijn door een individu altijd in retrospectie gegeven, een betekenisgever kijkt terug op eerdere ervaringen en construeert op basis hiervan huidige betekenissen. (Weick, 1995) Verhalen zijn hierin van groot belang. Een gegeven betekenis past altijd binnen een groter verhaal dat een individu heeft geconstrueerd, waarin verschillende betekenissen voor een individu samen zijn gebonden. In zo'n verhaal is plausibiliteit belangrijker dan accuraatheid. Dit dient het belang, dat een element wat betekenis geeft in een ervaring, past binnen een coherent groter verhaal bestaand uit eerdere betekenissen: *"If the argumentation makes good sense, then that's what happened"* (Weick, 1995, p. 81) Discoursen vormen de leidraad van een coherent groter verhaal, zij bestaan uit een netwerk van betekenissen die in relatie tot elkaar zijn geformuleerd en als 'waar' worden waargenomen. Een individu zal de neiging hebben een nieuwe betekenis zo te construeren dat deze binnen het gehanteerde discours past, dit maakt een betekenis logisch en aannemelijk. Zo zal een individu een toename in gezondheid toeschrijven aan sport, omdat een sportdiscours hem leert dat dit aannemelijk is.

Respondenten in dit onderzoek zijn individueel bevraagd naar betekenisgeving. Hierbij is het belangrijk om in ogenschouw te nemen dat betekenisgeving altijd plaats vindt in relatie tot anderen en de omgeving waarin een individu zich bevindt. (Weick, 1995) Betekenisgeving is daarom een sociaal proces. Door de grote invloeden van de sociale omgeving op het individu is het misschien wel onmogelijk om individuele betekenisgeving los te zien van sociale betekenisgeving: *"[S]ensemaking is grounded in both individual and social activity[..]are the two even seperable?"* (Weick, 1995, p. 6) Betekenissen zijn hiermee de uitkomst van sociale interactie, tussen individuen onderling en hun omgeving. Deze sociale interactie is onderhevig aan een complex netwerk van eerdere betekenissen, discoursen en alle andere vormen van omgevingsinvloeden die door een individu zijn geïnternaliseerd.

De betekenissen die individuen aan sport, en aan zichzelf in relatie tot het niet sporten geven, staan daarom continu onder invloed van een (sport propagerende) omgeving.

Zoals in deze paragraaf beschreven is betekenisgeving nooit los te bezien van de (sociale) omgeving van een individu. In dit onderzoek is met behulp theorieën over *veld, kapitaal en habitus* en *disciplineren* geprobeerd inzicht te creëren in de wijze waarop de sociale omgeving via het individu, en de wisselwerking tussen beiden, tot een bepaalde betekenisconstructie komt.

### **3.2 Veld, kapitaal en habitus.**

De functionalistische visie in eerder onderzoek, met haar nadruk op factoren die belemmerend werken op sportparticipatie, leggen nadruk op de structuur in de sociologie van de niet-sporter.

Wanneer deze structuralistische visie gevolgd wordt, is het onmogelijk voor te stellen dat in een maatschappij waar een discours dat sport propageert leidend is, een individu kiest om niet te participeren. De *agency* van de niet-sporter is hiermee onderschat. Zonder meer nadruk te leggen op de mogelijkheden die *agency* biedt, is het onmogelijk om een beeld van niet-sporters te schetsen zonder nadruk te leggen op barrières en andere structuren van uitsluiting. In een reactie op dit structuralisme, kan het actieve individu daarom naar voren worden geschoven, middels de vindingrijke capaciteiten van *habitus* en *agency*. (Bourdieu, 1985)

In plaats van het structuralisme is de relatie tussen het individu en zijn sociale wereld te zien als een wederzijds bezit. Het lichaam is in de sociale wereld en de sociale wereld is in het lichaam. De praktijk van een individu, en zijn gedragingen moet daarom worden gezien als het resultaat van een jarenlange dialectische wisselwerking tussen de vrije keuze van een individu (weliswaar beïnvloed door de sociale omgeving) en zijn sociale omgeving (weliswaar beïnvloed door de vrije keuzes van het individu(en)). (Bourdieu, 1989)

Hoe is deze sociale realiteit dan te bezien? Hiervoor zijn een aantal concepten voorhanden, te weten *veld*, *kapitaal* en *habitus*.

### **3.2.1 Veld**

Een *veld* is wat in de Nederlandse taal ook wel is aangeduid met de term 'wereld': de sportwereld, de beleidswereld, de kunstwereld. Het betreft relatief autonome sociale arena's die werken volgens een eigen logica (hoewel velden ook in relatie tot elkaar staan), waarbinnen strijd en competitie over macht en middelen plaatsvindt. De relatieve macht die dominante en ondergeschikte posities lokaliseert, is gedetermineerd door de verdeling en accumulatie van kapitaal. Deze verdeling is niet statisch en gevoelig voor de effecten van deze strijd. Hoeveel bepaald kapitaal 'waard is', en de macht die dit kapitaal je verleent, is sterk afhankelijk van het veld waarbinnen je opereert. Elk veld veronderstelt een impliciete en praktische beheersing van de mechanismen die in dit veld werkzaam zijn: de 'regels van het spel', erkenning van het spel en de waarde en/of inzet ervan.

Het veld impliceert daarom een strijd maar ook een consensus tussen individuen die hierin aanwezig zijn. De consensus zit hem in de gedeelde belangen en investeringen die alle individuen in een veld kennen. De strijd zit hem in de verdeling van het kapitaal en de macht, de structuur en de toegang tot een veld. (Bourdieu, 1989) Wie het veld wil veranderen, moet er eerst deel van uitmaken, wat een reproductie impliceert. De betekenisgeving van een individu in een veld, zal daarom beïnvloed worden door (de resultaten van) de strijd die plaatsvindt in het betreffende veld. De betekenisgeving met betrekking tot sport is daarom altijd onderhevig aan de plek die een respondent inneemt in de sportwereld en door de reproductie van bestaande waarden en normen die hierin gelden. De positie in het veld bepaalt de mogelijkheden om nieuwe betekenissen te construeren of bij te dragen in een verandering van een dominant discours in een veld.

### **3.2.2 Kapitaal**

De sociale wereld en de velden hierin zijn geaccumuleerde geschiedenis. In verschillende velden vindt een strijd over de verdeling van middelen en macht plaats. Kapitaal is de benaming die aan macht en middelen wordt gegeven. Kapitaal is opgehoopte arbeid die individuen of groepen zich kunnen verwerven, waardoor zij zich sociale energie kunnen toe-eigenen in de vorm van ander (opgehoopt) arbeid. Kapitaal kan materieel zijn, zoals een boek, schilderij of geld. Maar kapitaal kan

ook belichaamd zijn, zoals een goed 'netwerk' of talent/kwaliteit in een vaardigheid die in een samenleving wordt gewaardeerd (zoals voetballen of viool spelen). (Bourdieu, 1989)

Er zijn in eerste instantie 3 fundamentele vormen van kapitaal onderscheiden. *Economisch* kapitaal, is onmiddellijk omzetbaar in geld en kan worden geïnstitutionaliseerd in de vorm van eigendomsrechten. *Cultureel* kapitaal is onder bepaalde condities omzetbaar in economisch kapitaal (zoals wanneer mensen willen betalen om naar je muziek te luisteren of om je te zien voetballen) en kan worden geïnstitutionaliseerd in de vorm van bijv. onderwijskwalificaties of diploma's. *Sociaal* kapitaal is het geheel van bestaande of potentiële hulpbronnen dat voortvloeit uit het bezit van een meer of minder duurzaam netwerk van relaties van onderlinge bekendheid en erkentelijkheid, ofwel uit lidmaatschap van een groep. (Bourdieu, 1989) Sociaal kapitaal kan bijvoorbeeld worden geïnstitutionaliseerd in de vorm van een adellijke titel of bijzonder lidmaatschap van een sportvereniging. (Bourdieu, 1989)

Economisch kapitaal is door zijn onmiddellijke omzetbaarheid in geld primair. De mate van kapitaal dat cultureel of sociaal kapitaal representeert hangt dan ook af van de mogelijkheid tot omzetting in economisch kapitaal. Het hebben van een universitair diploma ontleent zijn waarde aan het feit dat er in de arbeidsmarkt een geldelijke beloning voor staat, superieure kwaliteiten op het voetbalveld hebben hun waarde door alle sponsors, publiek en media die hier geld in investeren.

De verdelingsstructuur van de verschillende typen en subtypen van kapitaal, op een gegeven ogenblik, is dan ook een uitdrukking van de immanente structuur van de sociale wereld. (Bourdieu, 1989) Oftewel, de 'waarde' van een kapitaal (een blokfluitvirtuoos zijn) hangt af van de wereld waarin een individu zich bevindt en kan bijvoorbeeld in een ander veld (sportwereld i.p.v. muziekwereld) veel minder kapitaal representeren. (Light, 1999) De mate waarin een individu in een veld over verschillende vormen van kapitaal beschikt, bepaalt in hoeverre deze invloed kan uitoefenen op zijn sociale omgeving of juist de mate waarop een individu (en haar betekenisgeving) onder druk staat van omgevingsinvloeden. Een individu met weinig kapitaal in de sportwereld zal weinig sociale energie kennen om doormiddel van persoonlijke betekenisgeving in relatie tot zijn sociale omgeving invloed uit te oefenen op de structuren en discoursen binnen de sport.

### **3.2.3 Habitus**

*"Habitus is in cahoots with the fuzzy and the vague(..) it follows a practical logic, that of the fuzzy, or of the more or less, which defines the ordinary relation to the world"* (Bourdieu, 1987, in: Bourdieu & Wacquant, 1992, p. 22)

De relatie tussen het individu en zijn sociale wereld(en) is als een wederzijds bezit, het lichaam is in de sociale wereld en de sociale wereld zou niets zijn zonder alle lichamen die erin zitten. De maatschappij bestaat in twee onlosmakelijke vormen: de instituties die de vorm kunnen aannemen van fysieke dingen: monumenten, boeken, instrumenten enz.; anderzijds de verworven disposities de duurzame zienswijzen of gedragswijzen die in personen neergedaald zijn: habitussen. Het is belangrijk om het individu en de maatschappij niet te zien als een tegenstelling. (Bourdieu, 1989) Het gesocialiseerde lichaam staat niet tegenover de maatschappij: het is een van haar bestaansvormen, het collectief daalt in elk individu neer in de vorm van duurzame disposities, houdingen en mentaliteiten. (Bourdieu 1989)



Habitus refereert aan de verlichamelijkte en/of geïnternaliseerde gevoeligheid die het mogelijk maakt om gestructureerde acties te hebben en te improviseren. Het is de reden dat muzikanten kunnen 'jammen' en er zoiets bestaat als 'balgevoel'. De habitus is geconstitueerd door disposities, samengeklonken schema's van perceptie en waardering waarmee de individu sociale situaties interpreteert. Deze disposities kunnen worden gezien als 'smaken' die zijn ontstaan door participatie in sociale praktijken in bepaalde sociale omgevingen gedurende de tijd: *"It can be seen as the product of the individual's life history of social experiences where each habitus is unique but those who have moved through similar social contexts develop a similar habitus."* (Bourdieu 1989, blz. 44) Habitus is een verinnerlijkte sociale geschiedenis van het individu, een duurzame set van sociaal geconstrueerde predisposities die de toekomstige sociale actie structureren. Het bepaalt hoe je om zal gaan met bekende en normale situaties of nieuwe sociale situaties. Habitus moet echter niet gezien worden als een determinerend iets. Omdat het over een langer tijd gevormd is, is het duurzaam. Maar het is niet eeuwig: *Habitus is not the fate that some people read into it. Being the product of history, it is an open system of dispositions that is constantly subjected to experiences, and therefore constantly affected by them in a way that either reinforces or modifies its structures. It's durable but not eternal.* (Bourdieu & Wacquant, 1992, p. 133)

Mensen nemen hun omgeving waar op verschillende manieren die zijn gecreëerd door hun habitus. Wat is waargenomen is sociaal geconstrueerd: Een idee van schoonheid, maar ook gevoel voor zakendoen, moraliteit, verantwoordelijkheid, maar ook een tactisch gevoel dat centraal is voor succesvol sporten. (Light, 1999) Doorgaans is het praktijkgevoel of praktisch besef ('sense pratique') dat in de habitus is neergelegd, het sociaal geconstrueerde 'gevoel voor het spel' waaruit sociale investeringen voortkomen. Deze is voldoende aangepast aan de objectieve veldstructuren waarvan zij een product is, om zoiets te laten ontstaan als een 'ontologische medeplichtigheid' tussen habitus en veld, zodat de sociale wereld als een vanzelfsprekende wordt ervaren. (Bourdieu, 1989) Als het begrip veld duidt op de uitwendige, 'dingmatige' en dwangmatige structuur van relaties tussen posities die op een gegeven historisch moment uit de strijd tevoorschijn zijn gekomen, slaat het begrip habitus op de inwendige belichaamde disposities die in individuen zijn geïnternaliseerd als duurzame schema's van waarnemingen en waardering. Deze belichaamde disposities zetten weer aan tot praktisch handelen. Habitus is zodoende het resultaat van het institueren van het sociale, van de objectieve veldstructuren in afzonderlijke lichamen en genereert zelfs als praktische matrix van handelingspraktijken weer de voorwaarden voor de reproductie van deze objectieve structuren. (Bourdieu, 1989) De betekenisgeving aan sport van respondenten is dan ook onder invloed van een accumulatie van een geschiedenis van ervaringen met sport en in de sportwereld, en de internalisering van deze ervaringen in de eigen habitus. De geaccumuleerde betekenissen met betrekking tot sport zijn weer van invloed op de manier waarop een individu in het heden zijn handelen en perceptie over sport structureert.

### **3.4 Disciplineren**

In de vorige paragrafen is beschreven hoe macht en kapitaal in relatie staan tot de positie van een individu in een sociale omgeving. De uitkomsten van strijd over macht en middelen, daarmee de positie van een individu in een sociale omgeving, is na verloop van tijd geïnternaliseerd in het individu. Deze internalisering leidt tot disposities die op haar beurt weer perceptie en handelen in de toekomst structureert. Foucault biedt in zijn werk *Discipline and punish* (1977) door middel van het begrip disciplineren verder inzicht in de manier waarop individuen via kennis onderwerp zijn van machten en beïnvloeding.

De term disciplineren beschrijft de regulatie en rationalisatie van menselijk gedrag middels kennis. Disciplineren is de machtspraktijk/techniek die individuen aan een continue en uitgebreide dwang onderwerpt, met als doel het vergroten van het economische nut en gehoorzaamheid van dit individu. Zo beïnvloedt maatschappelijke kennis over gezondheidszorg bijvoorbeeld de gehele dagelijkse realiteit binnen ziekenhuizen, de werkwijze van personeel, de ervaringen van patiënten, de architectuur en indeling van een ziekenhuis, het voedsel dat wordt geserveerd en de kleding die wordt gedragen. Wanneer kennis verandert, verandert de realiteit en de manier waarop individuen deze zien en interpreteren. Binnen een maatschappij is een individu overal in de greep van kennis, een strenge macht die verbiedt, beperkingen en verplichtingen oplegt. Dit maakt een individu volgbaar en kneedbaar met als doel deze te 'verbeteren'. (Foucault, 1977) Deze verbetering dient altijd te worden gezien in het licht van de op dat moment beschikbare en geaccepteerde kennis.

Disciplineren oefent macht uit over individuen door een aantal samenwerkende mechanismen. Een hiërarchische, continue, functionele wederzijdse observatie. Zoals een leraar toezicht houdt in een klas, worden individuen in de maatschappij gedisciplineerd door een constante controlerende blik van anderen in de samenleving. Door het nauwe verband tussen sport, lichamelijke gezondheid is ook kennis over deze zaken onderwerp van observatie. Hier valt bijvoorbeeld te denken aan het aanspreken van je kinderen op ongezond gedrag, televisieprogramma's zoals: 'Help mijn kind is te dik', of juist een toenemende (positieve) aandacht voor sporters en het inzetten van deze als positieve iconen. De kennis dat sport gezond en wenselijk is, is aanwezig in de samenleving en respondenten. De disciplinerende werking van kennis over sport geeft individuen een vanzelfsprekend gevoel van 'moeten' handelen in lijn met deze kennis. Ter illustratie: het zal lastig zijn in Nederland individuen te vinden die de notie dat bewegen gezond is, zullen tegenspreken. Respondenten in dit onderzoek beschikken ook over deze 'verplichtende' kennis. Het hiërarchische van de observatie maakt dat iedereen iemand boven zich heeft die hem/haar weer observeert en iemand onder zich die hij/zij weer observeert (de leraar uit het voorbeeld wordt bijvoorbeeld gecontroleerd door zijn directeur die op zijn beurt door een raad van commissarissen in het oog wordt gehouden.). Dit heeft al gevolg dat ieder individu continu door andere(n) in het oog wordt gehouden. Op maatschappelijk niveau is dit systeem van wederzijdse observatie zo complex (en genormaliseerd), dat het niet bewust duidelijk is wie je observeert. Er is in dat geval sprake van een overall aanwezige surveillance. (Foucault, 1977) De kennis over sport, met name in relatie tot gezondheid, is alom tegenwoordig in de observatie en beoordeling van anderen. Een ieder is continu in staat de gezondheid, het voorkomen of het gedrag van een ander te beoordelen, in relatie tot zichzelf en de sociale omgeving.

Op basis van bovenstaande hiërarchische observatie, volgt een normaliserende beoordeling en 'bestrafing' of beloning. Op basis van een gedeelde normatieve kennis over wat 'goed' is en wat 'slecht' is. Het beoefenen van sport is over het algemeen als goed en gezond gezien. Een sportief uiterlijk is de leidraad van aantrekkelijkheid geworden. Respondenten die een sportief uiterlijk kennen, zullen met complimenten of aandacht beloond worden. Individuen die geen sportief gedrag vertonen, zullen 'bestraft' worden door afwijzing of afkeuring.

De maatschappelijke kennis over sport, op basis waarvan beoordeeld en beloond wordt, is subjectief en niet statisch. Ter illustratie: wetenschappelijke kennis aan het begin van de 20<sup>e</sup> eeuw beoordeelde vrouwelijke lichamen als ongeschikt voor sport. Sport zou onder meer schade aan voortplantingsorganen veroorzaken. (Coakley, 2007, p.73) De aanwezigheid van vrouwen in sport is

toen ter tijd als onwenselijk beoordeeld, participatie was (mede) daarom laag. Een ander voorbeeld, weliswaar een cliché, is het 'breugheliaanse' schoonheidsideaal en het contrast met wat er tegenwoordig aantrekkelijk gevonden wordt.

De 'bestrafing' na een negatieve beoordeling kan zeer breed opgevat worden. Het impliceert alles wat ervoor kan zorgen dat iemand het gevoel heeft dat hij/zij verkeerd handelt. Je hebt niet genoeg geconformeerd aan 'de regels van het spel' en wijkt teveel af van wat normaal is. Het uiteindelijke doel van disciplinaire straffen is dan ook niet het straffen zelf, maar om verschillen tussen individuen te verkleinen, mensen te normaliseren. Dit is de reden waarom 'goed' gedrag, conformisme, juist wordt beloond.

Binnen het thema sport is deze positieve beoordeling bijvoorbeeld terug te zien wanneer ouders bij het sporten van hun kinderen gaan kijken, en hier enthousiast over te zijn. Een voorbeeld van een bestrafing is wanneer een individu, door gebrek aan sportiviteit, als onaantrekkelijk wordt beoordeeld. Een vrouw met een 'breugheliaans' figuur zal zich toen ter tijd gevleid hebben gevoeld omdat ze mooi genoeg was om te worden geschilderd. Tegenwoordig zal een vrouw met eenzelfde figuur zich eerder schamen en te horen krijgen dat ze meer aan sport zou moeten doen.

Door de combinatie van hiërarchische observatie en een normaliserende beoordeling, staan individuen continu bloot aan een zichtbaarheid. Individuen worden op ieder moment beoordeeld en hiërarchisch geclassificeerd. Iedereen ziet elkaar, weet precies wat normaal is en hoe de ander zich ten opzichte van zichzelf verhoudt. Ieder individu is hiermee een individuele casus die gemeten, beoordeeld en ingedeeld wordt in een hiërarchische differentiatie waarin je of beter of slechter bent dan andere mensen. Zo is lichamelijke, waar sport middels overheidsbeleid inmiddels direct mee wordt gekoppeld (VWS 2005), iets waar mensen vanaf hun geboorte op gemeten, gecategoriseerd en beoordeeld worden. Mensen worden gewogen, het BMI uitgerekend en het vetpercentage gemeten. Op basis hiervan zijn mensen in te delen in categorieën als (te) dun, (te) dik of normaal. Buiten deze meetinstrumenten zijn mensen 'besmet' met de kennis van wat een normaal lichaam is. Een ieder zal wanneer hij/zij een onbekende ziet, in staat zijn eenzelfde categorisatie te maken. Wanneer individuen als te dik of te dun worden gecategoriseerd, zal dit normatief worden beoordeeld als 'fout' omdat het niet overeenkomt met de meerderheid. Hij/zij zal vervolgens bijvoorbeeld worden bestraft door afkeuring van andere mensen en/of opmerkingen van zijn omgeving.<sup>9</sup>

Disciplineren zelf is niet goed of slecht. Het is enkel een manier waarop macht en beïnvloeding in hedendaagse samenlevingen geconstrueerd zijn. Het is van belang te realiseren dat in disciplineringsprocessen kennis en macht samengaan en elkaar versterken, macht verwerft kennis die haar versterkt en vice versa. (Foucault, 1977) Het gegeven dat een individu denkt: "Sporten is gezond.", is een teken dat hij/zij op dit onderwerp succesvol(ler) is gedisciplineerd. Disciplineren is immers niet iets dat enkel macht uitoefent over diegene die aan de negatieve kant van een beoordeling vallen. Individuen die positief zijn beoordeeld, worden hiermee gesterkt het positieve gedrag nog meer te vertonen. Een positieve beoordeling werkt als een beloning die op een zelfde manier als een bestrafing dat doet, disciplinerend werkt.

---

<sup>9</sup> Dit principe heeft verdergaande gevolgen dan concrete afkeuring. Mensen die als aantrekkelijk beoordeeld worden zijn bijvoorbeeld succesvoller in vele aspecten van het dagelijkse leven. Zie hiervoor bijvoorbeeld ook: Elmer & Houran, 2008.

Disciplineren moet niet geïdentificeerd worden met een instituut of met een gebruiksvoorwerp. Het is een machtsvorm, een technologie. Het is iets wat toegepast kan worden door een totalitaire institutie (zoals een gevangenis), of door een organisatie die het toepast om een specifiek doel te bereiken (zoals een school). Respondenten zullen bijvoorbeeld disciplineren hebben ervaren op school. Maar disciplineren is ook binnen een gezinssituatie of vriendengroep aanwezig. Disciplineren is overal. We leven tegenwoordig in een disciplinerende samenleving. Niet omdat disciplinerende macht alle andere machtsvormen heeft vervangen, maar omdat het in alle machtsvormen is doorgedrongen. (Foucault, 1977)

In disciplinerende mechanismen staat kennis centraal. Doordat (gedeelde) kennis leidend is, wordt disciplineren als objectief en vanzelfsprekend ervaren. Door toenemende communicatiestromen is kennis geaccumuleerd en gecentraliseerd. Deze kennis dwingt middels het disciplinerende mechanisme iedereen tot confirmatie en oefent zo over iedereen in de samenleving macht uit. Dit is een oneindig proces. Continue observatie en objectiverende mechanismen (het meten, vervolgens normatief toetsen om tenslotte hiërarchisch te differentiëren) leiden tot een toename in, en nieuwe kennis. Deze toename in kennis wordt vervolgens weer automatisch opgenomen in disciplinerende mechanismen: “[T]he formation of knowledge and the increase of power regularly reinforce on another in a circular process.” (Foucault, 1977, p. 224)

Ondanks de discursieve macht die er van hegemonische kennis uitgaat, ziet Foucault deze niet als totalitair. Individuen zijn geen passieve culturele of sociale “dupes”. Anders zouden sociale veranderingen, of tegenovergesteld gedrag zoals niet-sporten, onmogelijk zijn. “An inherent weakness of this model is its inability to accommodate either the possibility of social change or a theory of popularity that is capable of conceptualizing “the people” as anything other than ‘cultural dupes’ (Hall, 1981) De discursieve macht in een maatschappij en de bronnen hierachter, ondanks de grote invloed die ze uitoefent op het denken en doen in de realiteit, werken niet alleenheersend en determinerend. Een dominant sportdiscours is in grote mate bepalend voor de dagelijkse perceptie, interne strubbelingen en betekenisgeving met betrekking tot sport. Maar het laat ruimte voor de agency van het individu in de precieze betekenisgeving en het gedrag dat vertoond wordt. “These definitions don’t have the power to occupy our minds; they don’t function on us as if we are blank screens. But they do occupy and rework the interior contradictions of feelings and perceptions in the dominated classes (Williams 1977 p. 233) Naast ruimte binnen een discours, ontstaat er ruimte voor agency omdat vele verschillende discoursen naast elkaar bestaan. Zo kan bijvoorbeeld een jonge moeder een discours van goed ouderschap hanteren om haar inactiviteit in sport, om meer tijd voor haar kroost te hebben, te legitimeren. (Lewis & Ridge, 2004)

Een dominant discours, of hegemonie moet daarom gezien worden als een bevestiging van geconcentreerde macht die invloed uitoefent op de individuen erin, maar het laat een ruimte over. Ruimte waarin individuen eigen ideeën kunnen creëren, die haaks op ideeën uit een dominant discours staan of hiervan afwijken. De macht en dominantie van een hegemonie moet nooit uit het oog verloren worden. Maar tegelijkertijd is er altijd ruimte, soms meer, soms minder, voor ‘andere visies op de realiteit’, een alternatieve visie of een tegenovergestelde visie. (Butsch, 2001) Individuen moeten daarom gezien worden als actieve subjecten binnen machtsrelaties.

### 3.5 Doel en vraagstelling.

In hoofdstuk 2 *Sporters en niet-sporters in Nederland* is beschreven hoe in de loop van de 20<sup>e</sup> eeuw een toename in sportparticipatie heeft plaatsgevonden, deze toename is gepaard gegaan met een verandering in het denken over sport. Sport is verworven tot een centraal onderdeel van de samenleving. Discoursen over sport plaatsen de sport in een directe relatie staat tot gezondheid en een wenselijk uiterlijk. Dit sportdiscours is zo dominant dat een hegemonie is ontstaan. Door deze hegemonie is het vertonen van sportief gedrag niet alleen noodzakelijk maar ook vanzelfsprekend. Deze vanzelfsprekendheid van sport is terug te zien in een functionalistisch uitgangspunt in onderzoek naar niet-sporters. De dominantie van het sportdiscours heeft als gevolg dat grote consensus bestaat over de noodzakelijkheid van sport en daarmee de wil van ieder individu om te sporten. Het ontbreken van sport in het leven van individuen is daarom toegeschreven aan structuren van in- en uitsluiting, een andere verklaring is in deze visie immers onmogelijk. Eerder gedaan onderzoek legt door deze focus de nadruk niet op het individu, maar op barrières en belemmerende achtergrondkenmerken. Dit onderzoek probeert zogenaamde *lost voices* weer te geven, door de focus juist op het individu en haar betekenisgeving te leggen. Inzichten die ageren tegen het structuralisme schetsen een beeld waarin, ondanks grote mate van omgevingsinvloeden op de positieve perceptie van sport, er ruimte is voor agency; individueel verzet tegen het dominante sportdiscours. Dit onderzoek heeft als doel inzicht geven in de wijze waarop het dominante sportdiscours vorm krijgt in het niet-sportende individu, wat de uitwerking is op de perceptie van zichzelf in relatie tot het niet sporten en hoe de werking van agency resulteert in het niet conformeren aan een dominant discours. Om de werking van agency te analyseren is allereerst gekeken naar de wijze waarop sociaalhistorische structuren en disciplinerende mechanisme bijdragen aan de kennis bij respondenten over sport. Omdat dit onderzoek de werking van agency als focus neemt, is de individuele betekenisgeving van respondenten leidend.

Naast dit hoofddoel, zijn drie subdoelen van belang:

- Deconstructie dominant discours over (het) sporten zoals te vinden in de sportwereld, door een alternatieve visie te geven op sport zoals die wordt gegeven door niet-sporters.
- Inzicht creëren in het denken van een groep mensen die door beleidsmakers in de stimulering van sport (nog) niet bereikt wordt.
- Inzicht creëren in de wijze waar, en op welke manier disciplinerende kennis vorm krijgt binnen individuen.

Om bovenstaande doelstellingen te bereiken staat de volgende onderzoeksvraag centraal:

*Welke betekenissen geven niet-sporters aan sport en zichzelf in relatie tot de realiteit van het niet-sporten in een maatschappij waar sport als wenselijk wordt gezien, hoe en waar zijn deze betekennissen geconstrueerd?*

## 4. Methodiek

Voorgaand onderzoek naar niet-sporters heeft vaak als uitgangspunt de assumptie, dat sporten vele positieve effecten kent en daarom wenselijk en/of noodzakelijk is. De vanzelfsprekendheid van sport is gereflecteerd doordat onderzoeken zich richtten op het zoeken naar barrières of structuren van in- en uitsluiting om een verklaring te geven voor het niet participeren in sport. Dit onderzoek kent een andere benadering. Het doel is niet om de voordelen die sport zou bieden te ontcrachten, of om een negatief beeld van de sport te schetsen. Het doel is om inzicht te krijgen in de betekenissen die niet-sporters geven aan sport en hoe individuen zichzelf zien in relatie tot sport, zonder dat de insteek is (beschuldigend) te bevragen: waarom sport jij niet?

### 4.1 Semigestructureerde diepte interviews

De realiteit van een individu, zijn betekenisgeving en de sociale omgeving waarin hij of zij zich bevindt, is een complexe en ingewikkelde. Dit onderzoek probeert nuance aan te brengen in de realiteit van een niet-sporter. Door niet enkel te kijken naar barrières en deze keuze niet 'zwart-wit' voor te stellen. Kwalitatieve onderzoeksmethoden zijn hier bij uitstek geschikt voor.<sup>10</sup> In dit onderzoek ligt de focus op kennisconstructies van respondenten, vertoond gedrag is immers al zichtbaar (namelijk, niet sporten). Voor dataverzameling is het houden van interviews daarom de meest geschikte methode. Eerder onderzoek naar niet-sporters, zonder het uitgangspunt barrières of structuren van in- en uitsluiting te identificeren, is weinig voorhanden. Een indicatie van de realiteit van respondenten, en daarmee a priori topics en/of aandachtspunten, is daarmee onnauwkeurig en sturen interviews mogelijkwijs in een inhoudelijk onjuiste richting. Het houden van open interviews stelt de betekenisgeving van respondenten centraal in plaats van de perceptie van de interviewer. (Rubin & Rubin, 2005)

Uit literatuuronderzoek blijkt dat sportdiscours dominant is binnen het denken van niet-sporters, twee op de drie niet-sporters ziet sporten als een voorwaarde voor gezondheid.<sup>11</sup> Door de aanwezigheid van deze kennis (en de macht die hiervan uitgaat) en de discrepantie met het gedrag van respondenten, loopt het onderzoek risico op 'ruis' in de data.<sup>12</sup> Respondenten is immers gevraagd naar de achterliggende realiteit van ongewenst gedrag. Open interviews bieden de mogelijkheid om door te vragen en respondenten te confronteren. Dit geeft inzicht in meer dieperliggende betekenissen over sport in relatie tot het niet-participeren. Diepte in het interview kan worden geboden door flexibel te blijven gedurende de gehele dataverzameling en hiermee open te staan voor (nieuwere) betekenissen. (Rubin & Rubin, 2005) Wat in de realiteit van de respondent van belang is, is daarom altijd van belang voor het onderzoek. Mits het in relatie staat tot de beantwoording van de onderzoeksvraag. Om enige structuur in de interviews aan te brengen zijn de volgende punten in alle interviews de revue gepasseerd.

---

<sup>10</sup> "[Q]ualitative methods are what to use when studying a complex and nuanced world." (Rubin & Rubin, 2005: 19)

<sup>11</sup> "Men is gaan inzien dat sport goed is voor de gezondheid en dat men door minderdaad van een sportief en gezond leefpatroon de eigen gezondheid deels in de hand heeft" (Tiessen-raaphorst & Breedveld 2006, in: SCP 2006)

<sup>12</sup> Bijvoorbeeld door sociaal-wenselijke antwoorden, of het willen verbergen van de eigen realiteit. Respondenten kunnen het gevoel hebben verantwoording te moeten afleggen voor onverantwoord gedrag.

- Een definitie van sport, of kenmerken die respondenten met sport associëren.
- De geschiedenis die een respondent heeft met betrekking tot sport.
- De huidige situatie van een respondent met betrekking tot sport.
- De visie op de toekomstige situatie van een respondent met betrekking tot sport, ook in relatie tot de opvoeding van mogelijke kinderen.
- De relatie tot de sociale omgeving op het gebied van sport.

Op basis van de antwoorden die respondenten geven is doorgevraagd, resulterend in een twaalfstal (af en toe erg) persoonlijke gesprekken variërend tussen de 1 a 2 uur.

## 4.2 Selectie respondenten

Twaalf respondenten in de leeftijdscategorie 20 tot en met 27 jaar zijn in de periode februari 2011 tot en met september 2011 geïnterviewd. Enkele respondenten, die in eerste instantie bereid waren mee te werken, hebben in tweede instantie geweigerd mee te werken aan een interview. Anderen weigerden direct medewerking. Het succesvol benaderen van niet-sportende respondenten is lastig gebleken. De moeilijkheden met de benadering van respondenten maakten een specifiekere afkadering in selectie van respondenten lastig. Met andere woorden, de onderzoeker was blij met positieve respons. Er is echter wel op toegezien dat geen respondenten uit 'geïdentificeerde' groepen niet-sporters, waarvan barrières en structuren van in- en uitsluiting bekend zijn, zoals homoseksuelen of gehandicapten, zijn geselecteerd. Dit om te voorkomen dat deze barrières of structuren leidend in het onderzoek worden. De selectie heeft een homogene groep valide en heteroseksuele respondenten opgeleverd. Een gelijke verdeling in mannen en vrouwen (6 per groep) tussen de 20 en 27 jaar heeft geparticipeerd in dit onderzoek. Allen zijn op dit moment bezig met een opleiding in het hoger of wetenschappelijk onderwijs of hebben deze zojuist afgerond. Tevens wonen alle respondenten zelfstandig of samen met andere leeftijdsgenoten. Geen enkele respondent heeft gezondheidsklachten of andere problemen die het participeren in sport onmogelijk maken. Alle respondenten waren zich bewust dat men participeerde in een onderzoek. Voorafgaand aan de interviews zijn respondenten ingelicht over de opzet en insteek van het onderzoek, om te voorkomen dat respondenten het gevoel krijgen zich te moeten verantwoorden voor het niet sporten. Na afloop van interviews is een evaluatie ingebouwd waarin respondenten nóg een gegeven momentaals is gevraagd of ze onderdeel van het onderzoek wilden uitmaken, allen is anonimiteit beloofd.

## 4.3 Analyse

Alle interviews zijn opgenomen en zo volledig en letterlijk mogelijk uitgeschreven. De gevonden resultaten zijn gecodeerd en geanalyseerd met behulp van het kwalitatieve data analyse programma MAXQDA. De analyse is gedaan aan de hand van *grounded theory* (Glaser & Strauss, 1967), waarbij betekenissen gegeven door de respondenten leidend zijn. Uit de gevonden data zijn (terugkerende) thema's gedestilleerd en per thema gerapporteerd aan de hand van relevante citaten. Volgens de bottom-up werkwijze zijn a priori geen thema's geformuleerd. Alle gevonden resultaten zijn de werkelijkheid volgens de respondenten en dus relevant. In de codering en selectie van thema's ligt de focus logischerwijs op sport. Informatie over andere zaken dan (de betekenis aan) sport, is alleen gehanteerd wanneer dit volgens de respondent invloed heeft op de betekenis die hij/zij geeft aan sport in relatie tot zichzelf.

Aan de hand van de getranscribeerde interviews zijn belangrijke terugkerende thema's gedestilleerd en samengevat. Vervolgens zijn resultaten geanalyseerd en beschreven door ze in verband te brengen met theorieën over disciplineren, veld, kapitaal en habitus. Op basis hiervan is gekeken naar de werking van agency in het verzet tegen een dominant discours. Op deze manier is in dit onderzoek een perspectief gericht op dissensus gehanteerd. Het perspectief van dissensus moet gezien worden als een afkeuring van het dominante discours, maar dient als een presentatie van diversiteit in de schijnbare eenheid die een discours lijkt te kennen. (Deetz, 2000)

#### **4.3.1 Resultaten**

De volgende hoofdstukken geven een samenvatting van de data verkregen uit de semigestructureerde diepte interviews. De interviews zijn volledig getranscribeerd en vervolgens geanalyseerd met het kwalitatieve data analyse programma MAXQDA. Op deze manier zijn transcripten gecodeerd naar vaak terugkomende, en voor de beantwoording van de onderzoeksvraag relevante thema's. Hierin is de nadruk gelegd op overeenkomsten en verschillen in de betekenissen die respondenten geven. Aan de hand van citaten zijn resultaten in dit hoofdstuk per thema behandeld. In hoofdstuk 5 is het beeld beschreven dat respondenten van de sport hebben, waarmee het begrip sport voor dit onderzoek ingekaderd is. In hoofdstuk 6 zijn persoonlijke ervaringen met sport beschreven, het intrinsieke plezier beleeft aan sport en de extrinsieke spin-offs die sport biedt. Hoofdstuk 7 behandelt de meest dominante betekenis toegekend aan sport, de extrinsieke beloning dat sporten lijdt tot een gezonder en aantrekkelijker uiterlijk. Hoofdstuk 8 geeft inzicht in de plekken waar en de wijze waarop een sportdiscours vorm krijgt. Hoofdstuk 9 tenslotte laat zien op welke wijze respondenten zich verzetten tegen een dominant discours door te kiezen voor een leven zonder sport.

Citaten staan tussen accolades en zijn cursief gedrukt. Om de duidelijkheid van citaten te vergroten zijn in sommige gevallen wijzigingen aangebracht. Deze wijzigingen zijn herkenbaar gemaakt door ze tussen vierkante haakjes ([..]) te plaatsen. Dit is uitsluitend gedaan om de leesbaarheid te bevorderen, in geen enkel geval is hiermee de inhoud of betekenis van een citaat aangepast. In citaten zijn passages waarin de interviewer aan het woord is niet cursief en altijd voorafgegaan door de indicatie 'I:'. Waar relevant zijn koppelingen met andere thema's en literatuur gelegd.

## **5. Wat is sport; het resultaat van structurele, bewuste lichamelijke inspanning**

In hoofdstuk 2 is aan bod gekomen dat een universele definitie van het begrip sport niet aanwezig is. Interviews zijn daarom ingegaan met de vraag wat sport voor respondenten is. Hiermee is niet getracht om tot een algemene definitie van het begrip te komen, het doel is om inzicht te bieden in het begrip dat respondenten van de (sociaal geconstrueerde) term sport hebben. Er bestaat grote consensus over kenmerken waar sport aan moet voldoen. Sporten is volgens respondenten een bewuste structurele lichamelijke inspanning gekenmerkt door de fysieke gevolgen die het sporten veroorzaakt. Sport gaat daarnaast vaak gepaard met een mate van complexiteit, competitie of de noodzaak tot leren.



## 5.1 Het verleggen van lichamelijke grenzen.

Sport is bovenal gekenmerkt door een lichamelijke activiteit. De focus in de typering van sport als lichamelijke inspanning, ligt op de gevolgen van deze activiteit en niet de activiteit zelf. Sport is niet enkel gezien als een lichamelijke activiteit, maar een lichamelijke activiteit met een resultaat. Dit resultaat is het effect van een inspanning, zoals moe zijn of het ervaren van spierpijn: “[M]aar als je, ja als je zweet dan is het denk ik sowieso wel sport” (Meike) De nadruk ligt zo op het gevolg van de fysieke inspanning, dat het effect van de activiteit in retrospectie de classificatie van sport en de waarde ervan bepaald. “[I]k denk ook van als ik niet moe word van sport dan heb ik er ook niks aan.” (Lana) De nadruk op een lichamenlijk effect bepaalt of iets als sport is gezien. Sporten waarbij je weinig of niet beweegt, zoals denksporten, precisiesporten en computergames zijn daarom vaak niet als sport getypeerd. Respondenten die denksport wel als sport classificeren, geven aan dat denken ook vermoeiend is en dat men hiermee calorieën verbrandt. De activiteit ‘denken’ is hiermee geconstrueerd als een fysieke inspanning, wat deze sporten de classificatie sport oplevert. “Hersenen [zijn] ook een spier die je kunt trainen als het ware, dus dat valt wat mij betreft wel onder sport.” (Ward)

Sport is door respondenten beschreven als een fysieke activiteit gericht op het bereiken van een bepaalde grens. Waar deze grens ligt, is afhankelijk van zowel de sport als het individu of het team. Het succes van de activiteit, door het halen van een doel of het overschrijden van een grens, is zo belangrijk dat het in retrospectie betekenis geeft aan de activiteit zelf. “[A]ls je de hele tijd niet over je max. heen gaat dat je geen spierpijn krijgt en dan wordt je niet beter en dat is eigenlijk wat ik zeg: dan heb je niet gesport.” (Ward) Het verleggen van grenzen is een individuele aangelegenheid. De mate van inspanning die nodig is om een activiteit als sport te kunnen typeren, is daarom afhankelijk van het individu zelf. Voor een ongetraind persoon kunnen alledaagse activiteiten, qua intensiteit, sport zijn. Voor een sportief persoon is eenzelfde activiteit, door een gebrek aan intensiteit, geen sport. Behalve het verleggen van grenzen in eigen fysieke mogelijkheden, zijn andere grenzen onderscheiderdaaden. Het behalen van bepaalde geïnstitutionaliseerde niveaus en diploma’s, of het overwinnen van tegenstanders.

## 5.2 Sport is bewust kiezen om moe te worden.

Sport is gekarakteriseerd door een bewuste keuze van het deelnemen aan een lichamelijke activiteit. Volgens respondenten zijn ‘toevallige’ lichamelijke inspanningen, hoe intensief dan ook, geen sport. Het bewust kiezen voor eenzelfde inspanning is wel sport. “[H]et is heel bewust zegmaar, als ik de trein moet halen en daarom superhard ga fietsen is het geen sport voor mij. Maar als ik bewust mijn fiets pak en denk oké nu ga ik een half uur fietsen [...] en hard dan. Dan is het wel sport voor mij.” (Tim)

## 5.3 Alleen structurele activiteiten zijn sport

Een activiteit is alleen sport, wanneer het een structureel karakter heeft. Dit heeft te maken met de focus die respondenten leggen op de functie van het sporten, het resultaat dat ermee is behaald. “Omdat die ene keer, dat heeft geen impact.” (Wouter) In het begrip van sport is sterk de nadruk gelegd op het effect dat het sorteert, in plaats van op de activiteit zelf. Incidenteel actief zijn resulteert geen effect op het lichaam. Activiteiten zijn daarom pas *sport*, wanneer ze structureel genoeg uitgevoerd zijn om resultaten te bereiken en/of grenzen te verleggen.

## **5.4 Competitiviteit, complexiteit en de noodzaak tot leren.**

Sporten zijn gekenmerkt door een ingebouwd wedstrijdelement. Het competitie element is echter niet zo leidend in de bepaling of een activiteit sport is, zoals de noodzaak van een lichamelijke inspanning wel is. Het wedstrijdelement is een gedeelde associatie met sport. Wat sport onderscheidt van tijdverdrijf, is de complexiteit van de sport. Sporten zijn vaak in wedstrijdverband, met vaststaande regels en een tegenstander. Het is daarmee een activiteit die naast lichamelijke inspanning intelligentie vereist. Een sport moet je leren. Beeldvorming over sporten is onderhevig aan de perceptie van de complexiteit van de activiteit. “[D]an zie je gewoon je hebt techniek nodig, je moet rekenen, er zit tactisch spel bij, allemaal onderdelen van een sport ook denk ik.” (Ward) Deze complexiteit geeft sport niet alleen een andere status dan spel, respondenten associëren de complexiteit ook met plezier. Complexiteit is een element dat is geassocieerd met sport, het is geen voorwaarde om iets tot sport te kunnen rekenen.

In dit hoofdstuk is gezien wat respondenten onder sport verstaan. Er is grote consensus over het idee dat sport een lichamelijke inspanning is. Achteraf moet merkbaar zijn dat de eigen fysieke grenzen zijn verlegd. Het verleggen van deze grenzen is een bewuste keuze, toevallig sporten bestaat niet. Door de sterke nadruk op het effect, komen enkel structurele activiteiten in aanmerking voor de classificatie sport. De term sport is sterk vanuit respondenten zelf beschreven, er is weinig gesproken over instituties of formele sport. In de visie van respondenten is sport vooral een werkwoord.

## **6. Een sportief verleden maar inactief heden, ervaringen met sport.**

Met uitsluiting van één persoon zijn respondenten tijdens de jeugd lid geweest van een sportvereniging. Lidmaatschap is meestal op de basisschool begonnen. Respondenten kunnen niet goed herinneren waarom met sporten is begonnen. Vaak is het sporten geïnitieerd door vrienden en/of familie, die al lid waren van een vereniging. Verplichte lessen lichamelijke opvoeding en ‘buiten spelen’ zorgen dat iedereen kan putten uit een rijk scala aan sportieve ervaringen. Een aantal respondenten probeert structureel te gaan sporten. Incidenteel zijn er hierin ‘successen’ behaald, doordat er een korte tijd geregeld is gesport. Respondenten krijgen, ondanks de aanwezige wil, het naar eigen zeggen niet voor elkaar om dit vol te houden. Sportparticipatie is niet permanent. “[Ik] probeer wel eens hard te lopen [...] en soms gaat dat goed dan doe ik twee maanden lang iedere week hardlopen en dan is het een half jaar niks.” (Tim) Respondenten hebben verschillende ervaringen met sportparticipatie. Deze ervaringen zijn, behalve het intrinsieke plezier dat aan sport is beleefd, met name omschreven in ‘extrinsieke’ beloningen en/of spin-offs van het sporten.

### **6.1 Plezier; de intrinsieke belevenis van sportieve activiteiten.**

Respondenten hebben over het algemeen plezier aan sportparticipatie beleefd. Plezier is vooral beleefd aan de sport zelf. “Het spel vond ik gewoon heel erg leuk.” (Fabienne) De sportactiviteit is vaak geconstrueerd als onderdeel van een groter programma, dat in zijn geheel leuk is. De sport zelf was niet alleen plezierig, de gehele ‘dag’ waarbinnen de activiteit plaatsvond is als plezierig ervaren. “Dat was gewoon een leuk uitstapje[...] als je dan meeliep, mocht je daarna mee naar het zwembad [...] daarna lekker pintje drinken en dan maak je er gewoon een mooie minderdadag van.” (Tim) Door het creëren van leuke momenten om de sportieve activiteit heen, zijn respondenten beloond voor participatie. Dit heeft bijgedragen aan de sportieve disciplineren van deze kinderen, getuige het grote plezier waarmee terug is gekeken op deze activiteiten. Respondenten zijn minder

unaniem in de positieve associatie met het plezier beleefd aan lessen lichamelijke opvoeding. *“Wat ik wel leuk vond was dat je zo dat hele rondje moet maken en eroverheen en dan eronder en rennen... I: Apenkooien? Ja! Dat vond ik leuk, dat was grappig. [...] maar gym vond ik niet zo leuk, meestal was ik ook ziek ofzo.”* (Alicia) Alle respondenten hebben sport in het verleden als een plezierige activiteit beleefd. Respondenten zijn door eigen ervaring bekend met het intrinsieke plezier dat sportieve activiteiten bieden.

### **6.1.1 Nu; plezier verdwenen en van minder belang.**

In het heden is plezier afwezig in de beleving van sport. In de beoordeling van- of keuze voor een sport is plezier niet van belang, andere factoren hebben een hogere prioriteit gekregen. Sport is niet langer iets wat je enkel doet om het plezier dat je eraan beleeft. *“[O]mdat ik een betere conditie wil en er beter uit wil zien en omdat het gezond is voor je en sommige dingen doe ik omdat ik het leuk vind maar hardlopen niet.”* (Lana) Dit betekent niet dat er totaal geen plezier is beleefd aan deze vormen van sport. Het plezier zit vaak in andere zaken, zoals sociale contacten of de perceptie van een positief effect op het eigen lichaam. De nadruk die is gelegd op de positieve effecten van sport boven het hebben van plezier, heeft invloed op het type sport dat respondenten wil beoefenen. Respondenten verkiezen individuele sporten. De laagdrempeligheid van het individueel sporten geeft hierin de doorslag. Plezier is geen factor die in overwegingen meespeelt. *“[H]ardlopen is goedkoop, is individueel wat handig is omdat ik nu niet vaak weet wanneer ik tijd heb om [te sporten].”* (Fabienne) Het beoefenen van een team- of duosport is geen optie in de huidige situatie. Respondenten associëren teamsport met hoge drempels om toe te treden. Deze hoge drempels zijn met name de verplichtingen die het sporten in teamverband met zich mee brengt. Het ontbreken van plezier is voor alle respondenten de belangrijkste reden geweest te stoppen met sporten. Het verliezen van het plezier heeft verschillende redenen gehad. Een veel gehoorde negatieve ervaring is dat de structuur van sporten na verloop van tijd veranderde. Het plezier is hiermee secundair aan prestaties. Dit frustreert het plezier dat aan sport is beleefd, met stoppen als (onvermijdelijk) gevolg. *“[K]om je in een elftal terecht waar je niemand kent, waar het echt gaat om de sport. Daar gaat het niet meer om het lol maken [...] daar had ik geen zin in.”* (Freddie) Respondenten beschrijven in de sportparticipatie een verschuiving in het gedrag dat, via disciplinerende processen, beloond is. Op jonge leeftijd is met name het hebben van plezier ‘op het veld’ beloond. Later is dit verschoven naar prestaties en uiteindelijk de gevolgen van fysieke activiteiten op de uiterlijke verschijning. Deze verschuiving van beloning heeft geresulteerd in een veranderde kennis over sport en de persoonlijke benadering ervan. Plezier is hierdoor van minder belang in de beleving van sport.

Een veranderde structuur van het eigen leven heeft bijgedragen aan het afnemen van plezier in sport. Veel respondenten geven aan dat ze bij hun oude sportvereniging ‘moesten’ stoppen op het moment dat met de middelbare school is gestopt. *“Toen ging ik naar Frankrijk als au pair en daarna ging ik studeren in Utrecht en toen ja vond ik het wel fijn om daar te stoppen.”* (Fabienne) Anderen verwijzen naars een veranderende identiteit en (sociale) omgeving die het moeilijk maakt om sportparticipatie vol te houden. *“Het leek mij gewoon veel gaver om een beetje de alternatieve gast uit te hangen en een beetje sigaretten te roken en losbandig te leven dan te blijven sporten.”* (Tim) Via veranderende sociale contacten in de loop van het leven zochten respondenten toegang tot andere ‘velden’, zoals ‘een culturele wereld’. Door investeringen in andere velden zijn disposities of gedragingen ontstaan die botsten met wat de sportwereld vraagt. Een voorbeeld is dat naar een optreden gaan op vrijdag, sportparticipatie op zaterdagochtend frustreert.

Opvallend is dat respondenten unaniem naar externe barrières of belettende structuren wijzen om het stoppen met sport te verklaren. Zij spiegelen zich hiermee aan het dominante discours en de insteek van eerder onderzoek naar niet-sporters. Wanneer geconfronteerd met alternatieven voor een aanhoudende sportparticipatie, geven respondenten aan dat eerder genoemde concrete redenen voor het stoppen met sport ‘smoesjes’ zijn. In realiteit blijkt vaak dat het plezier is verdwenen en/of men het op dat moment leuk(er) heeft gevonden tijd aan andere zaken te besteden.

### **6.1.2 Plezier is geen argument om niet te sporten.**

Ondanks een gebrek aan plezier, is stoppen met sporten geen gemakkelijke keuze. *“[I]k dacht ook wel een keer van nou [euh] ik zou nu wel even thuis willen blijven ofzo. En dat zei ik toen tegen mijn moeder [...] Die zei gewoon dat ik toch maar moest gaan.”* (Holger) Gedurende de jeugd voelt het toezicht van ouders als een verplichtende structuur om te sporten. Tegenwoordig zijn respondenten nog steeds op inactiviteit aangesproken. Deze confrontatie gaat gepaard met kennis die respondenten zelf ook bezitten: sporten is ‘goed’ voor je. Dit toezicht werkt daarom zeer confronterend. Deze vanzelfsprekendheid van het belang van sport, zorgt dat een respondent het gevoel heeft abnormaal gedrag te vertonen. In relatie met de sociale omgeving ervaren zij dat het argument ‘ik heb geen plezier in sport’ onvoldoende is om inactiviteit te legitimeren.

De macht van het sportdiscours komt naar voren in de reactie op dit toezicht. Respondenten geven aan te liegen of de waarheid te verdraaien om *“[D]e confrontatie niet aan te [hoeven] gaan.”* (Holger)

Dit toezicht is de keerzijde het disciplineringsproces waarin in het verleden beloningen zijn ontvangen voor het vertonen van sportief gedrag. *“[N]et als dat een tien voor je proefwerk goed is, is het ook goed als je een geel lintje haalt bij paardrijden beter dan als je een rood lintje haalt [lacht] [...] ik denk dat je omgeving positief reageert als jij iets positiefs [doet], of dat dan een beker of een tien of een lintje is.”* (Meike) Respondenten zijn hierin niet alleen gedisciplineerd met de kennis dat sportief gedrag noodzakelijk is, maar ook gewend aan het toezicht van anderen in de sociale omgeving. Toezicht is vanzelfsprekend.

Nu op latere leeftijd respondenten geen sport meer beoefenen, merken ze de negatieve ervaringen die disciplinerings met zich mee kan brengen. Ze ervaren een continue negatieve examinatie van het niet sporten door de buitenwereld en de druk die hiermee gepaard gaat. Deze is dusdanig sterk dat respondenten niet opkomen voor het belang dat ze aan plezier in het eigen leven toekennen. Alle respondenten geven aan deze druk te ervaren en hier moeite mee te hebben. Toch geeft men (vooral nog) niet toe aan deze druk. *“Ja. Daar bezwijk ik niet onder. (lacht) Nee, maar.. ik nee. Ik doe het niet. Maar ik voel me er wel slecht bij. En ik over.. het is wel constant overwogen. En soms ook dat ik denk van ik moet het wel gaan doen [...] ik voel me er wel constant aan herinnerd dat ik het niet doe. Maar ik vind het gewoon zo niet leuk, en dan denk ik ook ja dan doen we het wel over een tijdje weer ofzo. Ik sta wel op het punt zegmaar om daar nog een keer aan toe te geven [...]”* (Meike)

Opvallend is dat ondanks de ervaring met het ontbreken van plezier en deze negatieve druk, alle respondenten (m.u.v. 1) aangeven in de toekomst bij hun eigen kinderen een zelfde mate van disciplinerings te willen hanteren. De kennis uit het sportdiscours lijkt hier te vanzelfsprekend voor.

### **6.1.3 Sport is voor anderen wel leuk; dan zal ik wel raar zijn.**

Het ontbreken van plezier in sport staat in contrast met het beeld dat de sociale omgeving schetst. Aan het beeld dat anderen wel plezier aan sport beleven is weinig getwijfeld. Deze ervaringen zijn in een sportief verleden immers zelf ook opgedaan. De discrepantie met de eigen ervaring in het heden, is verklaard door aan sporters bepaalde karaktertrekken toe te kennen. Het uitgangspunt van een beschrijving van 'de sporter' is het contrast met het eigen karakter. Respondenten omschrijven een perceptie van verschil tussen zichzelf en een groep andere mensen. *"Hoe sporters zijn en dat ik dan niet zo ben, ja dat is wel ja, dat is gewoon [zo]."* (Freddie) Respondenten geven aan cultureel kapitaal, in de vorm van aangeleerde persoonlijkheidskenmerken, te ontbreken. Het gebrek aan deze kenmerken zorgt dat het voor respondenten, in ieder geval gevoelsmatig, lastig is toegang tot de sportwereld te krijgen. Het verschil tussen 'zelf' en de sporter komt terug in de perceptie van de beweegredenen van sporters. Men hoort in de (in)directe omgeving dat sporters activiteiten als zeer plezierig en ontspannend ervaren. Omdat de eigen ervaringen met sport hier haaks op staan, is dit niet altijd geloofd of vervreemden respondenten zich van de sporter. *"Ik kan me er geen voorstelling bij maken van hoe het is om sport kei leuk te vinden."* (Lana) De huidige belevenis van sport is op sporters geprojecteerd, wat leidt tot de gedachte dat sporters mogelijk niet eerlijk zijn over de redenen van hun motivatie. Sporters zouden in dit geval andere motivaties voor de uitoefening van een activiteit, zoals ijdelheid of conformisme, camoufleren middels een façade van plezier. *"Ik vraag me af of het dan echt zo is of dat mensen dat gewoon echt heel graag willen, heel graag sport leuk willen vinden omdat ze weten dat het heel goed is. Ook om jezelf er een beetje in te lullen om het vol te blijven houden."* (Meike)

### **6.1.4 Paradox plezier en verplichting**

Omdat sport niet meer louter vanuit het oogpunt plezier bekeken is, is de toegankelijkheid van de sport belangrijk. Sport is een noodzakelijk 'klusje'. Om redenen van gemak of laagdrempeligheid, zijn met name individuele sporten als fitness of hardlopen genoemd als sporten die men wel eens probeert. Plezier is in deze overweging niet meer van belang. *"Er zijn gewoon andere redenen voor, hardlopen is gewoon makkelijk, kun je ieder moment van de dag. Altijd wanneer jij wilt. Het is gewoon gemakkelijk."* (Lana). Respondenten geven aan dat deze individuele sporten, geen sporten zijn die men voor het plezier doet. Bij doorvraag valt op dat geen enkele respondent verlangt om in de toekomst de 'oude' (team)sport, waar men eerder plezier aan heeft beleefd, opnieuw op te pakken. Ondanks het plezier en positieve herinneringen aan het sporten bij een vereniging, bestaan er veel negatieve associaties met de oude sport. Negatieve associaties leiden tot het vermijden van hernieuwd lidmaatschap van soortgelijke verenigingen in de toekomst. *"Voor mijn gevoel moet alles, je moet er op een bepaalde tijd zijn, je moet op zaterdag mee doen met de competitie, je moet kantinediensten draaien, je moet in een bepaald outfit [..]"* (Meike)

Respondenten kijken paradoxaal naar de verplichtingen die een lidmaatschap met zich meebrengt. Aan de ene kant zijn negatief beoordeelde verplichtingen beschreven. Aan de andere kant verwacht men wel meer te zullen gaan sporten, omdat 'je er dan aan vast zit'. Het opgeven van vrijheid door in een team of vereniging te sporten, is op dit moment geen optie. *"Ik krijg nu alweer jeuk bij dat verplichtende."* (Fabienne) Het 'wat meer aan sport doen' krijgt daarom in de blik van respondenten gestalte in 'laagdrempelige' activiteiten zoals hardlopen en fitnessen, puur omdat dit gemakkelijk is. In de geschiedenis van respondenten is een dispositie ontwikkeld, die gekenmerkt is door een tekort aan cultureel (persoonlijkheidskenmerken) en sociaal (gelijkgestemden) kapitaal. Toegang tot georganiseerde (team)sport is hierdoor lastig en onwenselijk. Individuele sporten blijven als enige

optie open. Je hebt hier immers niemand voor nodig, het vergt geen voorbereiding en kan op elk moment van de dag. Maar hierin schuilt wederom dezelfde paradox. *“Omdat je het in je eentje doet kun je ook heel makkelijk zeggen ik ga niet.”* (Fabienne) Opvallend is dat een aantal respondenten een ideaaltipe schetste van een *“soort groep robots die alles doet wat ik wil [..]”* (Freddie). Op deze manier is een utopische combinatie van het plezier dat teamsporten biedt, gecombineerd met het gemak en laagdrempeligheid van individuele sporten. Bij de beschikbaarheid van een dergelijke groep, op welke moment of locatie dan ook, zouden respondenten vaker en met meer plezier sporten. De wens voor een groep robots is een indicatie van het gebrek aan sociaal kapitaal. Respondenten wensen een groep gelijkgestemden om eigen sportieve activiteiten vorm te geven. De bestaande sociale groepen voor sport spreken respondenten niet aan of men (verwacht hier) geen toegang tot te kunnen krijgen.

Respondenten geven aan in het verleden met name plezier te hebben beleefd aan teamsporten. Het plezier ervaren door teamsporten is tenietgedaan door de verplichtingen die dit met zich meebrengt. Om deze reden zijn alleen individuele sporten wenselijk beschouwd. Individuele sporten zijn echter niet beoefend omdat hier geen plezier aan is beleefd en er een inherente verplichting in ontbreekt.

### **6.1.5 Paradox van structuur en vrijheid.**

Respondenten zijn tijdens het moment van interviewen aan het studeren of zojuist afgestudeerd. Het dagelijkse leven omschrijven zij als een leven met weinig vastigheden en zonder een vaste structuur. Het ontbreken van structuur is vaak beschreven in contrast met de hoge mate van structuur die in eerdere levensfasen (met name de middelbare school) is ervaren. In dit contrast is meegenomen dat ten tijde van veel structuur, veel sportief gedrag is vertoond. Respondenten schrijven hier een causaal verband aan toe.

Het studentenleven is omschreven als een leven dat niet elke dag hetzelfde is. Het slaapritme is onregelmatig en het is lastig om zaken in te plannen. De structuur<sup>13</sup> van het studentenleven maakt het zeer moeilijk om structureel een verplichting zoals sporten aan te gaan. *“Het is nu meer dat ik nu een levenspatroon heb waarin dat [sporten] niet zo goed past.”*(Fabienne) Respondenten beschrijven op deze manier de invloeden die structuur en agency uitoefenen op het vertoonde gedrag van respondenten. Respondenten beschrijven een geschiedenis waarin een hoge mate van structuur is ervaren, onder invloed van school en ouderlijk toezicht. Deze structuur zorgt ervoor dat sport in die tijd als vanzelfsprekend is ervaren. De agency, of mogelijkheid tot verzet, is in die tijd klein. Dit is geïllustreerd door verhalen waarin tegenzin in participatie, of het willen stoppen met sport zijn aangegeven. Door aanwezige structuren, zoals verplichte lessen gymnastiek of aandringen van ouders, heeft dit echter niet tot een verandering in gedrag geleid. Na verloop van tijd is een schifting in de invloed van structuur enerzijds en agency anderzijds op vertoond gedrag waar te nemen. *“[O]p de middelbare school [ga je] gewoon naar school en dan heb je 's avonds vrij en ja dat is eigenlijk best allemaal [een] hele structuur. Op het moment dat dat een beetje wegvalt, dat je het zelf kunt indelen, kijk je wel op een andere manier naar sport ook.”* (Fabienne) Naarmate de mogelijkheden van agency, en het besef hiervan, meer toeneemt is de sportparticipatie gestaakt.

Aan het ontbreken van structuur en toezicht op activiteiten in het dagelijkse leven zijn tegenstrijdige betekenissen toegeschreven. Allereerst heeft een afname van verplichting en toezicht respondenten de mogelijkheid gegeven om te stoppen met sporten, waar geen plezier meer aan is beleefd. Dit is

---

<sup>13</sup> Of juist het ontbreken van structuur in het studentenleven.

een positieve associatie. Door de discursieve kennis over sport willen respondenten echter wel sportief gedrag vertonen. Zij schrijven het ontbreken van sport in het leven toe aan de structuur van het huidige leven. Deze structuur is positief beoordeeld maar leidt tot gedrag dat negatief is beoordeeld.

In tegenstelling tot deze negatieve associatie, bestaat bij respondenten de wens om zo weinig mogelijk verplichtingen te hebben. Verplichtingen staan haaks op het gevoel van vrijheid dat respondenten ervaren en koesteren. Verplichtingen zijn daarom veelal vermeden. Structurele sportparticipatie is door respondenten omschreven als zo'n verplichting, niet als een vorm van ontspanning en/of plezier. Sport past daardoor niet in de structuur die in het huidige leven is ingebouwd. *“Op het moment dat iets een vast tijdstip heeft en een vaste dag dan staat het mij al tegen [...] omdat ik niet van tevoren weet of ik dat op dat tijdstip wil doen [...] ik zal ook niet gauw een afspraak maken voor een feest over 3 weken.”* (Freddie)

Paradoxaal genoeg geven respondenten aan dat structureel sporten dat als wenselijk gedrag is gezien, zeer lastig is op het moment dat er geen verplichting aan vast zit. Wanneer men succesvol wil sporten, zullen er (negatief beoordeelde) verplichtingen ingebouwd moeten zijn. Deze stok achter de deur is op verschillende manieren mogelijk. Door af te spreken met anderen of door tevoren al te betalen. waardoor het *“zonde van het geld”* (Ward) is wanneer je niet gaat. Deze stok achter de deur is voor respondenten echter geen wondermiddel. Het gevoel van een verplichting ontnemt plezier. Hierdoor zijn verplichting niet nageleefd, of besluiten respondenten geen nieuwe verplichtingen aan te gaan. Immers: *“[E]en verplichting zelf opzoeken is iets anders dan écht opgelegd krijgen.”* (Fabienne)

Door een sportief verleden en sport propagerende omgeving zijn respondenten nog steeds gedisciplineerd met de kennis dat men zou moeten sporten. Deze kennis is zo dominant dat men aangeeft uit te kijken naar de levensfase die volgt na het studeren. De perceptie is dat hierin meer structuur aanwezig zal zijn. Met als gevolg dat respondenten positief en wenselijk gedrag, zoals structureel sporten, zullen vertonen.

## **6.2 Extrinsieke spin-offs; sport als middel.**

Naast de intrinsieke beleving van plezier aan sport, zijn aan sport verschillende extrinsieke spin-offs toegekend. Het betreft positieve bijeffecten van sportieve participatie. Deze spin-offs staan niet geheel los van het beleven van plezier. De perceptie van positieve spin-offs die bereikt zijn, dragen bij aan een positief gevoel en staan daarmee in relatie tot plezier.

### **6.2.1 Escapisme; ontsnappen aan de dagelijkse sleur.**

Er bestaat grote mate van consensus over de mogelijkheid tot afleiding die sport biedt. De betekenis die mensen toekennen aan ontspanning in relatie tot sport is verschillend. Respondenten beschrijven ontspanning als het deelnemen aan een plezierige of 'lekkere' activiteit. Het beoefenen van sport is op deze manier als een 'uitje' gezien. Sport is zo te vergelijken met andere 'leuke' dingen, zoals een bezoek aan de film of kroeg. De term ontspanning kan ook meer in relatie tot het dagelijkse leven en de noodzakelijke behoeftes daarin staan. De ontspanning die sport biedt is een manier van *“escapisme”* (Tim) gezien. Een *“uitlaatklep”* (Fabienne), dit alles *“om niet met de dagelijkse sleur bezig te zijn, om even je kop te legen.”* (Tim) Het beoefenen van sport is een manier van ontsnappen aan het dagelijkse leven. Sport als ontspanning is daarnaast omschreven als een uitlaatklep voor je energie. Energie is door respondenten geconstrueerd als lichaamseigen fenomeen waar eens in de

zoveel tijd catharsis van nodig is. “[D]at je gewoon even [euhm] ergens naar toe wil met je energie.” (Tim) Behalve de noodzaak om energie kwijt te raken, staat deze energie in relatie staan tot (intense) emoties. Sporten zijn op deze manier een wijze om negatieve gevoelens kwijt te raken. “[A]gressie of een stuk verdriet ofzo, weet ik veel, dat kun je wel kwijt aan die gewichten.” (Wouter)

### **6.2.2 De buitenlucht is ook gezond.**

Een voordeel van sport, is dat de activiteit vaak een manier is om “lekker buiten bezig te zijn” (Fabienne & Lana). De natuur is een mooie plek om je in te begeven en het is een tegenhanger van het onwenselijke ‘de hele dag binnen zitten’, wat onnatuurlijk is. Achter dit voordeel schuilt de connotatie dat in de buitenlucht zijn gezond is. De locatie waar je in de “frisse lucht” (Freddie) kan sporten, is dan ook van belang. “Ik ga liever in het park hardlopen dan hier tussen zegmaar de gebouwen in de stad.” (Lana) Op deze manier versterkt het buiten zijn de perceptie dat sporten gezond is.

### **6.2.3 Winnen of verliezen; uitkomst van sportieve participatie van invloed op welbevinden.**

In ervaringen met sport staat een wedstrijdelement vaak centraal. Naast de consensus over de aanwezigheid van dit element in sport bestaat er diversiteit in de betekenis die respondenten aan competitiviteit geven. Veel respondenten hebben een positieve associatie met het competitieve wedstrijdelement in sport. Het wedijveren met anderen geeft de beoefende activiteit op het moment zelf meer betekenis. Je beweegt niet enkel, je beweegt in relatie tot de bewegingen die anderen maken. Deze relatie tot anderen, stopt extra plezier in de activiteit zelf. “[M]aar met [andere] mensen [lopen] [...] dat is gewoon leuker omdat je dan gewoon harder loopt en [dan] kun je zo iemand voorbij steken.” (Tim) In het wedstrijdelement zit vanzelfsprekend een (hiërarchische) vergelijking tussen jezelf en anderen. Dit heeft niet alleen een positieve invloed op momenten in de activiteit zelf, maar ook op de belevenis van de activiteit in zijn geheel en de rol die de eigen persoon hierin speelt. “[E]n als [...] het vergeleken met anderen goed gaat dan voel je je daar wel goed over.” (Holger) Beter zijn dan de ander, of ‘winnen’, is niet alleen positief beoordeeld door de invloed die het uitoefent op het spel zelf, of de eigenwaarde die eraan is ontleend. Zo is ook aan de ‘zichtbaarheid’ van het winnen plezier beleefd. Het wedstrijdelement levert een mogelijkheid om je omgeving te laten zien dat je beter bent dan anderen. “[O]p school had je dan van die toernooien [...] ik vond het altijd leuk als ik daar in uit[blonk]. Dat deed ik ook wel.” (Wouter) De positieve emoties die het laten zien van je overwinning aan een ‘publiek’ oproept, vindt niet alleen plaats op het moment van spelen zelf. De hiërarchische vergelijking tussen winnaar en verliezer is geformaliseerd in niveaus waarop individuen zijn ingedeeld. Door het tonen van het niveau waarop je bent ingedeeld aan een publiek, is het overwinningsgevoel ook buiten spelmomenten aangesproken. “[I]k vond het heel erg leuk en gaaf dat ik hoog speelde, want dat is gewoon gaaf.” (Fabienne)

Deze hiërarchische vergelijking kent letterlijk niet alleen maar winnaars. Een vergelijking met anderen die je ‘verliest’, is negatief beoordeeld. “Sporten met een spelelement vind ik wel leuker als ik er goed in ben en ik win dan dat ik er slecht in ben. Dan vind ik het niet zo leuk.” (Fabienne) Door enkele respondenten is het gevoel van verliezen dusdanig negatief beoordeeld dat het al het plezier aan de activiteit onttrekt. Er zijn meerdere respondenten die een negatieve betekenis toekennen aan de aanwezigheid van het wedstrijdelement in sport. Niet alleen de mogelijkheid tot verliezen is hiervan een oorzaak. Zo geven enkele respondenten aan het competitie-element an sich niet leuk te vinden. “Ik heb eigenlijk helemaal niks met wedstrijdje.” (Alicia) De negatieve associaties met



competities zijn vooral veroorzaakt doordat de competitie andere aspecten van het sporten naar de achtergrond drijft. Na verloop van tijd neemt het wedstrijdelement een centralere plek binnen de sportbeoefening in, wat ten koste gaat van het 'spelen' en daarmee het plezier. Deze nadruk op winnen maakt bepaalde aspecten van het sporten, die belangrijk zijn voor de belevenis van de activiteit, van secundair belang. Zoals het samenspelen met vrienden. “[D]at je niet meer met je schoolvriendjes in het elftal zit.” (Freddie) Daarnaast zorgt de introductie van het wedstrijdelement ervoor dat trainingen in het teken komen te staan van de voorbereiding op een wedstrijd. Het enkel spelen, en daarmee het beleefde plezier, naar de achtergrond drukkend. Respondenten ervaren tenslotte dat de competitie teamgenoten heeft veranderd, plezier uit sociaal contact verdrukkend. “[Anderen] die zijn dan geïrriteerd of boos of teleurgesteld als je niet net zo fanatiek [bent] [...] het [ging] helemaal niet meer om een beetje bezig zijn.” (Meike)

Voor de respondenten die sport sterk associëren met het competitie element is het van grote invloed op het plezier dat is ervaren, competitie is leuk wanneer je aan de goede kant van de score zit: “[Kijkt stoer] Ik was wel tevreden over mijn prestaties ja zegmaar. [lacht]” (Tim) Verliezen is dusdanig negatief dat het van grote invloed is op de gehele sportervaring en de perceptie van het nut ervan. “Dan ben jij dus iets, dan ben je heel fanatiek bezig met iets wat je niet kunt [...] ja dat is een beetje dom.” Sporten is door het wedstrijdelement voor de verliezer s als zinloos geconstrueerd. Samen met het eerder beschreven punt van toegankelijkheid schuift dit individuele sporten, zoals fitness en hardlopen, naar voren in wenselijkheid. Bij deze individuele sporten is de mogelijkheid van verliezen uitgesloten.

#### **6.2.4 Sociaal contact; instrumenteel en gezellig.**

Sociaal contact staat centraal in ervaringen met sport. Het samen sporten is een plezierige bezigheid. In een aantal gevallen is sociaal contact belangrijker dan de sportieve activiteit zelf. “Voetbal vond ik bijvoorbeeld wel heel gezellig en ik vind voetbal zelf misschien niet per se leuk maar ik vond het wel heel gezellig [...] dat is heel belangrijk.”(Lana) Behalve de beschreven gezelligheid, schept het teamsporten “een band” (Ward). Je werkt samen toe naar een doel en deelt positieve en negatieve emoties. “Bij het korfbal kan je niks in je eentje doen [...] dus je bent heel afhankelijk dat het goed loopt met zijn allen dus als dat goed loopt is dat fijn.” (Holger)

Behalve plezier heeft samen sporten een grote impact op het leven. Dit is te duiden door de instrumentele betekenissen die zijn gegeven aan sport. Respondenten stippen “psychologische dingen” (Holger) aan die door sportparticipatie zijn geleerd. Met name teamsporten zijn de manier om sociale vaardigheden te leren, “om te [leren] gaan met andere mensen.” (Tim), en te leren samenwerken. Sport bouwt karakter en zelfvertrouwen. Enkele respondenten geven bijvoorbeeld aan dat het sociale contact in sport ze heeft geleerd zelfverzekerder te zijn (Holger & Wouter), terwijl gemengde sporten bij hebben gedragen aan een vergemakkelijking van de omgang met het andere geslacht. “[I]k was echt een loser met meisjes eerst, ik vond ze maar eng.. en bij stijldansen moest je op een meisje afstappen en, weetjewel, een meisje vragen. Dat heeft mij op persoonlijk vlak buiten dat dansen om geholpen in mijn ontwikkeling eigenlijk.” (Ward) Sporten met anderen is door de lessen die het je leert voor velen een ervaring die niet zou mogen ontbreken in je ontwikkeling. Het participeren in deze sporten in de jeugd zorgt voor een accumulatie van cultureel kapitaal, kapitaal dat ook buiten de sportwereld zijn waarde kent. Opvallend is dat deze instrumentele waarde van sporten met anderen als een afgesloten hoofdstuk is beschreven. Geen enkele respondent heeft in de toekomst sociaal contact in de sport nodig om nieuwe ‘lessen’ te leren.

Sociaal contact vormt eveneens een motivatie om de sportieve activiteit succesvoller te kunnen beoefenen. Het verleggen van je grenzen, voor velen een centraal aspect van de sport, gebeurt eerder en/of meer op het moment dat er is gesport in de nabijheid van anderen. Dit effect is niet alleen bereikt bij sporten in teamverband, maar ook bij fitnessactiviteiten die same zijn beoefend. *“Je wordt ook wat gemotiveerd [...] want als je [het] alleen doet heb je meer neiging om eerder te stoppen [...] [sporten] deed ik ook met z'n tweeën en die zei: ‘Kom Alicia, kom! Nog eentje!’ weetjewel?”* (Alicia) Er kleven in de beleving van respondenten een hoop positieve aspecten aan samen sporten. Voor sommigen is sporten in gezelschap dusdanig vanzelfsprekend dat het ontbreken van dit gezelschap het sporten frustreert. Sociaal kapitaal is hiermee geconstrueerd als een voorwaarde om te kunnen sporten. *“Ik ga niet in mijn eentje daar naartoe rijden en wandelen[...] misschien als ik anderen zou [...] motiveren en vragen.”* (Lana)

Er zijn niet alleen louter positieve betekenissen toegeschreven aan het sociale contact in en om het sportveld. Respondenten omschrijven negatieve ervaringen op het moment dat positieve sociale aspect in het gedrang kwam door competitieve invloeden. Anderen konden simpelweg buiten het veld niet goed opschieten met hun teamgenoten. *“In de wedstrijd merk je er niet zoveel van [...]maar ik had nooit echt van die hele goede gesprekken eigenlijk.”* (Holger) Ondanks sociaal contact is sport niet de plek waar nieuwe vrienden zijn gemaakt. Sociaal kapitaal, opgedaan in de sport, vind niet zijn weg naar investeringen in andere velden. Er is wel veel samen gesport met vrienden en/of vriendinnen, maar deze vriendschappen bestonden buiten het veld al. *“[N]iet omdat ik met ze op korfbal zat, dat was meer..die zaten ook bij mij in de klas.”* (Fabienne) Het is een extra bijkomstigheid om deze vriendjes ook op het sportveld tegen te komen. Nieuwe, op het sportveld opgedane, contacten zijn even snel verwaterd wanneer de sportparticipatie van een van beiden ophield. Sporten is dan ook niet de manier om meer permanente sociale contacten op te doen. *“Nieuwe mensen ontmoet je ergens anders [lacht]”* (Alicia)

Veruit de belangrijkste extrinsieke beloning voor het participeren in sportieve activiteiten is de positieve uitwerkingen op het lichaam en de gezondheid. Dit is veruit de belangrijkste en meest wijd verspreide betekenis die aan sport is toegeschreven. Dit is in het volgende hoofdstuk beschreven.

## **7. Sport: Het middel voor een gezond en aantrekkelijk lichaam.**

Er bestaat grote mate van consensus over de causale relatie tussen sport en een goede gezondheid. Sport en gezondheid zijn twee nauw met elkaar verbonden begrippen: sporten is gezond. Voor kennis over sport in relatie tot gezondheid putten respondenten uit een verscheidenheid van bronnen. Gezondheid is een ambigu en lastig te definiëren begrip. Allereerst is daarom gekeken naar het begrip gezondheid. Vervolgens is nader gekeken de concrete betekenis van gezondheid voor respondenten, uiterlijk en mentaal welbevinden.

### **7.1 Sporten is gezond**

Er bestaat grote mate van consensus over de positieve waarde die sport heeft. Sport is ‘goed’ voor je gezondheid. Er bestaan verschillen over de precieze betekenis van gezondheid. Kennis over waar opvattingen over gezondheid op gebaseerd zijn, is vaak afwezig. *“I: Wat bedoel je met gezond? Het is goed voor je. I: Wat is dan goed? Euh, ja dat weet ik ook niet precies. Dat zegt iedereen, dus dan doe ik het maar.”*(Lana)

De kennis dat sport ‘goed’ voor je is, is alom tegenwoordig en is continu gereproduceerd. Deze kennis komt sterk overeen met het maatschappelijke sportdiscours zoals beschreven in hoofdstuk 2. Respondenten zijn succesvol gedisciplineerd met en door deze kennis. Deze disciplinerende kennis is complex en overal aanwezig, getuige het feit dat respondenten niet weten waar de discursieve kennis met betrekking tot sport precies vandaan komt. “[O]f sport dat effect heeft dat weet ik niet, dat neem ik aan.[...] Omdat dat [euh] beweerd wordt. [...] ik neem dat klakkeloos aan.” (Freddie) Geconfronteerd met het ontbreken van ervaring met- of bewijs van de kennis die ze hanteren, blijkt hoe sterk deze discursieve kennis is. In dit geval, of wanneer respondenten zichzelf tegenspreken, bestaat geen neiging deze kennis in twijfel te trekken. Deze kennis over sport is vanzelfsprekend. “Ja, ik denk dat er wel een kern van waarheid in zit. [stilte] Ze zullen het toch onderzocht hebben. Maar dat weet ik niet zeker natuurlijk. Maar omdat iedereen zo van die aanname doordrongen is, dat het zo als waarheid geldt. Dan zit dat gewoon.. Ja, ik weet niet waar dat door komt. Omdat iedereen dat sowieso vertelt, [je] krijgt dat mee van je ouders, of je hoort het op school.” (Holger)

### 7.1.1 Mens niet gebouwd om stil te zitten

Onder respondenten bestaat grote consensus over de noodzakelijkheid van sport in een mensenleven. Wanneer geconfronteerd met het gebrek aan de vanzelfsprekendheid van sport in het verleden en de kennis dat sport voor vrouwen bijvoorbeeld ongezond is bevonden<sup>14</sup>, is de rol van sport in de hedendaagse maatschappij niet als artificieel omschreven. Het belang en/of de noodzaak van sport is verklaard door een beeld te schetsen van de huidige maatschappij. Deze maatschappij gaat door zijn structuren tegen de menselijke natuur in. De mens ‘is niet gemaakt om stil te zitten’, terwijl de huidige maatschappij juist wel inactieve mensen ‘creëert’. Sport kent zijn belangrijke rol in de samenleving, doordat het de discrepantie tussen wat de mens nodig heeft en wat de maatschappij haar biedt, oplost. “[V]roeger gingen we jagen en weet ik veel wat, en dat was voldoende. Alleen nu, als je zo’n zit beroep hebt en je zit de hele tijd achter de computer, [dat] is eigenlijk niet natuurlijk. Ik denk dat mensen dan moeten teruggrijpen op fitness of weet ik weel wat om aan die noodzakelijke behoefte aan lichaamsbeweging te komen.” (Fabienne) Deze kennis maakt het belang van sport voor een individu zeer groot. Het niet participeren in sport is op deze manier oorzaak van het leiden van een ‘onnatuurlijk’ leven. Ondanks het ontbreken van sportief gedrag en het gebrek aan toegang tot de sportwereld, is sport nog aanwezig in de habitus van respondenten. Deze habitus is voldoende aangepast aan de maatschappij en het heersende sportdiscours, om zoiets te laten ontstaan als een ‘ontologische medeplichtigheid’ tussen habitus en veld. De rol die sport speelt is daarom als vanzelfsprekend ervaren.<sup>15</sup> De aanwezigheid van dit praktisch sportbesef in de habitus van niet-sporters is waarneembaar door de grote consensus en reproductie van (positieve) kennis over de relatie tussen sport en gezondheid. Met name de vanzelfsprekendheid hiervan is tekenend. “Het is gewoon dat het er nog steeds inzit, sport is gezond is gewoon zo’n dogma en dat is gewoon waar en daar twijfel je niet over.” (Holger) De aanwezigheid van sport in de habitus van respondenten blijkt eveneens uit de wijze waarop disposities over sport de perceptie en waarnemingen van respondenten beïnvloeden. De waarneming van de eigen omgeving en anderen daarin, is onderhevig aan geïnternaliseerde kennis over sport. “Ik zie het wel eens, zo die is fit: die houdt van sport.” (Fabienne)

---

<sup>14</sup> Zie hoofdstuk 2.1.

<sup>15</sup> Zie hoofdstuk 3.3: Veld, kapitaal en habitus.

### 7.1.2 Sporten is gezond, maar wat is gezondheid?

Respondenten hebben geen ervaringen met gezondheidsproblemen. Dit maakt het niet mogelijk om uit eigen ervaring te vertellen over het begrip gezondheid. De perceptie van het belang of noodzaak van sport in relatie tot een goede gezondheid, bestaat mede daarom uit een complex web van kennis. Hierin staat gezondheid in een directe relatie met sporten, eten en uiterlijk. *“Het is bij mij wel zo inderdaad dat het wel echt, dat is wel echt verbonden met elkaar. Sporten, eten en hoe ik eruit zie én hoe gezond ik ben.”* (Lana) Vanuit dit web van verweven begrippen komen enkele concrete zaken naar voren die een indicatie van het begrip gezondheid vormen.

Een concrete indicatie die gezondheid kan duiden, is de beschikbaarheid van energie in het dagelijkse leven. De aanleiding voor het aansnijden van energie als indicatie van gezondheid vormen ervaringen waar respondenten ervaren energie te ontberen. Het ontbreken van sport in het dagelijkse leven, is in deze gevallen direct als oorzaak benoemd. Meer sporten heeft in dit geval meer energie en daarmee een betere gezondheid tot gevolg. *“Ze zeggen wel zo van dat je sneller moe wordt en dat soort dingen. Dat je meer energie hebt als je sport en ja, misschien dat dat het ook wel is dat ik gezond [zijn zie als dat je] gewoon energie hebt om dingen te doen en conditie ja.”* (Lana) Om gezondheid verder te duiden zijn zaken aangesproken die niet direct waar te nemen zijn, gebaseerd op algemene kennis over gezond eten en voldoende beweging. *“[W]at we van binnen allemaal niet kunnen zien, je hart en je bloedvaten.”* (Lana) In deze opvatting bestaat je lichaam uit verschillende mechanismen die je op een juiste manier moet aansturen, door middel van gezond eten en sport. Op deze manier zorg je dat het lichaam juist blijft functioneren.

Behalve het faciliteren van het (goed) functioneren van je innerlijke gestel, is gezondheid te duiden als het ontbreken van ziektes of andere aandoeningen. Het hebben van een aandoening of ziekte betekent dat je ongezond bent, het ontbreken hiervan betekent dat je gezond bent. Sporten en eten zijn in deze opvatting gezien als de manieren om een dergelijke situatie te voorkomen. *“[S]tel dat ik straks last krijg van mijn hart of weet ik veel wat. Als ik dan nog moet gaan sporten.. Of dat het dan misschien kan voorkomen dat je last krijgt van je hart dan kan ik toch maar beter beginnen.”* [Lana] Wanneer het voorkomen van ziektes niet is gelukt, bestaat de overtuiging dat een sportief lichaam in dit geval zal zorgen dat het lichaam sneller en/of beter zal herstellen. Waardoor je eerder terugkeert naar een staat van gezondheid. Sport is op deze manier geconstrueerd als een middel om langer te leven en/of niet dood te gaan.

Naast ideeën over gezondheid geven respondenten aan kennis te bezitten over manieren waarop gezondheid te bereiken is. Hierover bestaat grote mate van consensus. Sporten of het structureel deelnemen aan sportieve activiteiten is de manier om een goede gezondheid te bereiken. Voor sommigen vormen concrete ervaringen uit het verleden de aanleiding voor deze mening, zij geven aan door het doen aan sport een ‘toename’ in gezondheid hebben ervaren. *“Ik merk wel dat mijn lichaam er fitter van word maar mijn geest ook. Dat merk ik wel.”* (Wouter) Niet iedereen die sport aandraagt als een manier om gezondheid te kunnen bereiken spreekt uit eigen ervaring. Dit betekent niet dat de perceptie over de directe relatie tussen sport en gezondheid is ontkend. De discursieve macht van deze kennis maakt dat de relatie tussen sport en gezondheid vanzelfsprekend is. *“[I]k zet er wel een beetje mijn vraagtekens bij, maar ik ben voor een gedeelte ook wel geïndoctrineerd met het idee van sporten is gezond. En ja. Voor een gedeelte ga ik daar ook wel zelf in mee, In die gedachte van: het zal wel zo zijn.”* (Meike)

De aanwezige kennis over de positieve waarde van sport in relatie tot gezondheid is hardnekkig en vanzelfsprekend. Informatie die deze opvattingen bagatelliseren of geweld aandoen, zijn tegengesproken of afgedaan als onjuist. *“Sport = gezond is gewoon zo’n dogma en dat is gewoon waar en daar twijfel je niet eens over. [...] En ik heb ook wel eens boeken van Midas Dekkers gelezen [...] Dan denk je inderdaad ja, maar toch is zo’n boek niet genoeg om dat dogma in je hoofd helemaal weg te halen [...] hij zal nu wel voorbij gaan aan een paar essentiële dingen ofzo, dacht ik wel.”* (Holger) Naast sporten, staat voedsel centraal in het bereiken van een goede gezondheid. Voor je gezondheid is het belangrijk om snacks, fastfood, tabak en alcohol te vermijden. Teveel eten leidt tot ongezondheid. Dit betekent niet dat eten per definitie slecht is. Het eten van ‘goed’ voedsel leidt tot gezondheid.

Respondenten zijn ondanks de grote consensus in hierboven beschreven kennis over gezondheid, in hun leven niet geconfronteerd met gezondheidsproblemen. De invloed van sport op de gezondheid kent daarom in de realiteit vaak een andere betekenis dan het functioneren van organen en langer leven. Achter deze ‘abstractere medische’ kennis dat sport gezond is, blijken respondenten concretere ideeën te hebben over de betekenis van sport in het dagelijkse leven. Doorvraag was hier vaak voor nodig. Deze betekenissen, die dichterbij de dagelijkse emoties van respondenten liggen, zijn minder sociaal wenselijk zijn of rationeel gezien minder goed met een vaag begrip als gezondheid te rijmen.

### **7.1.3 Sport: van plezier maken naar je lichaam verbeteren.**

De betekenissen die respondenten aan sport geven, is in de loop van het leven sterk veranderd. Er bestaat grote consensus over de betekenis die sport kent in een kinderleven, dit gaat om het spelen en plezier maken. In de loop van de tijd is deze betekenis veranderd, sport is belangrijk voor de gezondheid en vervolgens (vanaf de puberteit) een middel om de eigen aantrekkelijkheid te verhogen. *“[D]aar was ik bijvoorbeeld in groep 8 echt niet mee bezig terwijl nu denk ik daarom moet je eigenlijk wel gaan fitnessen want dat is goed voor je lichaam en je ziet er beter uit en dat is weer een soort van nieuwe dimensie die je op een gegeven moment op een bepaalde leeftijd [krijgt].”* (Meike) De betekenis van sport als een spel dat plezier oplevert, is veranderd in sport als middel tot het werken aan jezelf, je lichaam en je welbevinden. IJdelheid is een negatieve eigenschap. Daarom gaat de betekenis van sport als middel om aantrekkelijker te zijn vaak gemaskeerd onder een schil van betekenissen over gezondheid. Doorvraag was daarom vaak nodig. Sport als middel om je aantrekkelijkheid te vergroten blijkt de meest dominante aan sport gegeven betekenis. De relatie tussen sport en de beïnvloeding van het eigen lichaam is in de volgende paragraaf beschreven.

## **7.2 In shape zijn.**

Sport is de manier om een mate van aantrekkelijkheid te bereiken. De combinatie van het structureel participeren in sportieve activiteiten en een bepaald (gezond) voedingspatroon heeft als uitkomst dat het lichaam van een respondent ‘in shape’ is. In shape zijn gaat om de vorm(en) van het lichaam, hoewel één respondent ook vertelde over een ‘gezonde en glanzende huid’. De beoordeling of een lichaam in shape is, is niet alleen persoonlijk maar ook zeer complex. *“[D]at is ook weer verschillend trouwens. Maar als iemand heel mager is, is dat niet mooi en als iemand heel dik is ook niet en als iemand heel gespierd is, dat vind ik nog erger dan mager.”* [Holger] Binnen het dominant discours over een sportief lichaam is de beoordeling of iemand in shape is afhankelijk van de persoonlijke smaak. Zoals voorkeuren met betrekking tot kleding, haardracht, make-up en andere uiterlijke voorkomenstijlen verschillen, zo verschilt de beoordeling van een lichaam per persoon. Er bestaat

daarom geen specifiek ideaalbeeld van een aantrekkelijk lichaam. “[S]owieso ga je dan uit van wat je zelf mooi vindt. En dan wil je er gewoon wel goed uitzien ofzo. Net als dat mensen hun haar mooi opsteken. Vanuit diezelfde ijdelheid.” [Holger] Ideaalbeelden, hoe verschillend ook, zijn wel altijd gelegen binnen kennis over een sportief lichaam. Een onsportief lichaam is nooit mooi.

Omschrijvingen van verbeterpunten aan het eigen uiterlijk zijn vaag. Verbeterpunten beschrijven een gewenste richting van verandering, op een bepaald continuüm: ‘Wat meer van dit’ (over het algemeen spieren) en/of ‘wat minder van dat’ (over het algemeen lichaamsvet). Aangezien ‘te veel van dit’ (spieren) en/of ‘te weinig van dat’ (vet) ook als onaantrekkelijk is beoordeeld, is het onduidelijk of, en hoe, een exact ideaalbeeld voor het eigen lichaam daadwerkelijk bestaat. De persoonlijke wensen voor het lichaam, staan onder invloed van een maatschappelijk geaccepteerde beeld van een mooi lichaam en zijn afhankelijk van een subcultuur waartoe een individu zichzelf rekent. Het niet bestaan van een concreet ideaalbeeld, maakt de vergelijking met (vergelijkbare) anderen van belang. Het heersende discours over een gezond en aantrekkelijk lichaam is de lens waarmee de eigen persoon en de sociale omgeving met elkaar vergeleken is. Deze vergelijking met anderen geschiedt op verschillende kenmerken, die door sport beïnvloedbaar zijn. Vetpercentage en spiermassa zijn hierin het meeste genoemd. Doordat een ideaalbeeld persoonlijk is en in vergelijking staat met anderen. Verschilt de bepaling van de eigen toestand per persoon. De beoordeling van het eigen lichaam is van invloed op de betekenis die respondenten geven aan sport in het eigen leven. Met name respondenten die zichzelf niet categoriseren als in shape kennen in relatie tot sport negatieve associaties aan zichzelf toe. “[N]atuurlijk je kunt ook dik zijn en je strontgelukkig voelen, dat is aan jezelf. Maar voor mij persoonlijk staat geluk.. Ik voel me gelukkig als ik gewoon in shape ben, daar zit een hele directe link tussen. Dat heb ik heel erg.” [Ward]

### **7.2.1 Machinale benadering van het lichaam; neoliberalisme.**

Er bestaat grote mate van consensus over de kracht van sport als middel om er mooier uit te zien. “Waarom fitness? Omdat ik het idee heb daarmee sneller het lichaam te krijgen waarvan ik denk dat vind ik wel mooi weetje [...] [T]oen de laatste periode dat ik stevig ging sporten, dat is 2 jaar geleden ofzo, 2,5 jaar geleden ja. Toen zag ik er wel goed uit.” (Wouter) Het vertrouwen in deze maakbaarheid is zo groot, dat er een machinale visie op het lichaam ontstaat. Het lichaam is volgens te zien als een machine, die bij een juiste input (sport), automatisch een gewenste output (een gezond en/of aantrekkelijk lichaam) produceert. Wanneer de gewenste output, in de vorm van gezondheid of aantrekkelijkheid ontbreekt, is automatisch een causaal verband gelegd met het ontbreken van de juiste input. Deze redenering maakt dat respondenten een grote mate van verantwoordelijkheid over de eigen lichamelijke toestand toeschrijven aan individuen. “Als je ongezond bent dan ben je deels, ben je voor een groot deel zelf verantwoordelijk. Dat is gewoon een feit.” (Freddie) Dit neoliberalisme, maakt dat aan individuen die niet aan ideaalbeelden kunnen voldoen een ‘eigen schuld’ is toegeschreven.

Deze eigen verantwoordelijkheid, creëert een discursieve ‘gelijkheid’ onder alle individuen die de beschikking hebben over een menselijk lichaam. Deze gelijkheid bestaat doordat ieder lichaam in deze visie gezien is als *tabula rasa*, dat je naar eigen wens ‘inkleurt.’ De maakbaarheid van het eigen lichaam maakt dat iedereen gelijke kansen heeft in de beïnvloeding ervan. Op deze manier is een grote mate van sociale ongelijkheid (mensen die bijvoorbeeld dikker, ieler, onaantrekkelijker of ongezonder zijn) verklaart. Door het inbouwen van een idee gelijke mogelijkheden, kan iedereen zijn

lichaam naar eigen voorkeuren 'maken'.<sup>16</sup> Opvallend is dat binnen deze sterk op een beoordeling gerichte visie van verantwoordelijkheid over het eigen lichaam, een 'escape' is ingebouwd. Dit maakt een harde en negatieve beoordeling van onbekenden onmogelijk. Er zijn omstandigheden die er toe kunnen leiden dat een individu, buiten zijn eigen schuld om, ongezond of onaantrekkelijk is. *"Behalve dan mensen die ziek zijn die [kunnen] er niks aan doen. De rest, natuurlijk, kan er iets aan doen."* (Alicia)

### 7.2.2 Economie van eten en sport

Er bestaat een grote mate van consensus over de machinale werking van het lichaam. Respondenten zijn goed in staat om te beoordelen welke input noodzakelijk is om het gewenste effect te realiseren. In deze input van 'de machine' bestaat een directe wisselwerking tussen eten/drinken en sport, met als uitkomst een bepaald lichaam. Deze relatie is zo direct dat hij zo simpel als een rekensom is: voedsel + sport = lichaam. *"Omdat je wilt dat je er beter uit gaat zien, daar doe je dan moeite voor door te gaan sporten en als je dan een ijsje eet is dat effect weer weg."* [Lana] In deze vergelijking is het zaak om van de eerste input (voedsel) zo weinig mogelijk te hebben en van de tweede input (sport) zo veel mogelijk. De perfecte input voor de machine is onbekend. Respondenten verhalen op een abstracte manier over 'meer' van dit en 'minder' van dat. Gericht op het bereiken van *"een goede balans."* (Alicia) De vergelijking met een rekensom is, ter illustratie van de economie van sporten en eten, zeer treffend. Je kan daadwerkelijk rekenen in deze maakbaarheid van het lichaam. Aan alledaagse zaken als eten en beweging zijn cijfermatige waarden toegekend, waarmee je kan optellen en aftrekken. Eten kan het effect van sporten (een verbetering van het lichaam) versterken, of te niet doen. Bepaalde voeding is als negatief bestempeld. Het eten hiervan maakt gedane sportieve activiteit in retrospectie zinloos of 'of voor niets geweest'. Voor de inschatting van de categorisering van voedsel als effectopheffend, is gekeken naar de aanwezigheid van vet, suiker of het aantal calorieën dat aanwezig is in het voedsel.

Ondanks de grote mate van consensus over de maakbaarheid van een aantrekkelijk lichaam, hebben enkele respondenten niet aan den lijve ondervonden een gewenst resultaat te kunnen bereiken. Deze discrepantie tussen ervaring en kennis heeft niet als gevolg dat de kennis in twijfel is getrokken. De discursieve kennis over sport is daarvoor te dominant. Respondenten gaan om met deze kloof door zichzelf als afwijkend te construeren. *"[Ik heb er ook nooit sportiever uitgezien door meer te sporten [lacht]..[zucht] dus nee, ik heb dat zelf niet."* (Meike) Discursieve kennis over de relatie tussen sport en eten enerzijds en een aantrekkelijk lichaam anderzijds is zo sterk, dat deze niet alleen als vanzelfsprekend is ervaren maar discrepantie tussen deze kennis en de eigen ervaringen ertoe leidt dat individuen zichzelf als abnormaal omschrijven.

### 7.2.3 De vergelijking met anderen en de invloed op het emotioneel welbevinden.

Respondenten ervaren de hiërarchische vergelijking met anderen en hierdoor gecategoriseerd te zijn in een groep 'inactieven'. Deze vergelijking is negatief ervaren. In de mate van negativiteit zitten verschillen, veroorzaakt door de wijze waarop een respondent zich verhoudt tot wat binnen een dominant sportdiscours 'normaal' is. Een minder negatieve ervaring ontstaat wanneer een individu zichzelf positief kan vergelijken met anderen. Zij beoordelen zichzelf in vergelijking met anderen niet (of minder) dik/ongezond/onaantrekkelijk. *"[Ik zit nog wel in shape categorie ..] waar die vandaan*

---

<sup>16</sup> Voor meer over dit principe, zie: Young (2008), *"[S]ocial inequality can be justified, and, to avoid too blatant a contradiction, such a justification is almost always needed in a democratic society which has bowed to equality at least as far as elections are concerned."* (p. xiii)

komt? [euh] je hebt gewoon weetjewel een beeld bij wat een gezond iemand hoe die eruit ziet [...] een bepaalde fysieke verschijning.” (Ward) Wanneer deze hiërarchische vergelijking negatiever uitlaat, ervaren respondenten de afkeuring en daarmee de druk om te gaan sporten meer. Respondenten in de groep ‘in shape’ zijn (nog) normaal genoeg, hierdoor hoeven zij zich niet te confirmeren.

Respondenten die zichzelf beoordelen als ‘in shape’, zien sport als een mogelijkheid die altijd achter de hand is om aan te spreken wanneer de huidige situatie in gevaar komt. Het jezelf omschrijven als in shape, betekent niet dat er geen verbeterpunten zijn. Er kunnen altijd (vele) zaken beter. De huidige situatie is in dit geval nog acceptabel. Er is groot geloof in de (machinale) mogelijkheid om sport op het moment dat het echt ‘misgaat’, ware een *deus ex machina*, in te zetten om redding te bieden. Over deze mogelijkheden bestaat geen twijfel. *“Maar als ik nu een maand alleen maar ga snacken en ik krijg echt een buik en ik zie het aan me [...] dan voel ik me niet meer in shape en dan gaat er een trigger van: hé, je moet er wat aan doen, door een sport.”* (Ward)

De beoordeling van het eigen lichaam, in vergelijking met een opgelegd ideaalbeeld en anderen in de omgeving, is van grote invloed op de emotionele toestand van een individu. Niet de disciplinerende zelf of de kennis is onderwerp van kritisch onderzoek, men kijkt enkel naar zichzelf. *“Dan denk ik wel eens, waarom doe ik het dan niet? Want wat maakt hun nou anders dan mij? Ja, dat weet ik niet. Dat zal dan toch wel iets zijn waarom ik het niet doe en zij wel.”* (Lana) De confrontatie met deze continue negatieve vergelijking leidt ertoe dat respondenten naar verklaringen zoeken. Zij wijten deze negatieve situatie aan eigen (verkeerde) disposities binnen het sportveld. Het individu verklaart niet te beschikken over bepaalde kenmerken en/of eigenschappen (verschillende vormen van cultureel kapitaal), wat toegang tot de sport frustreert en respondenten *machteloos* en gemarginaliseerd achter laat.

Ondanks het ervaren van negatieve vergelijkingen, vergelijken respondenten zichzelf ook op een positieve manier met anderen. Zij zijn daarmee net zo ‘schuldig’ aan disciplinerende vergelijkingen als anderen. *“[I]k ken echt [mensen] waarbij je ziet: die zijn veel te mager. En die komen dan aanzetten met ja [mijn] BMI [Body Mass Index] is dus zus en zo, dus [dat] is goed.[kijkt afkeurend]”* (Freddie)

Respondenten die zichzelf classificeren als ‘out of shape’, voelen zich hierover ongelukkig. Deze negatieve emotie is niet eenmalig maar continu aanwezig. Individuen in out of shape categorie ervaren een continue negatieve confrontatie door de vergelijking tussen zichzelf, anderen en het gewenste beeld onder invloed van het dominante discours. *“Ik vind het al erg als ik in de winkel een buikje krijg en als ik zit dat ik mijn buikje zo kan voelen. Dan zit ik de hele tijd te denken aan mijn buik. En dan denk ik dat is echt niet fijn.”* (Alicia) Respondenten gaan hiermee om door te leven met een ontevredenheid. Zij zien zichzelf als minderwaardig op het gebied van uiterlijk. Dit lijdt tot een schuldgevoel over het falen van de eigen persoon om beschikbare middelen (sport en eten) te hanteren. Anderen geven aan dit schuldgevoel en deze ontevredenheid om te willen zetten in doorzettingsvermogen om het middel sport wel te kunnen hanteren. Deze disciplinerende vergelijking die respondenten leert dat ze abnormaal en/of minderwaardig zijn, is complex en overal aanwezig. De vanzelfsprekendheid van sport komt naar voren in media, onderwijs, autoriteiten en de directe omgeving van respondenten. Ondanks het gebrek aan confirmatie aan deze discursieve kennis, ervaren respondenten continu de aanwezigheid van disciplinerende processen met betrekking tot sport. Zij voelen een (continue) normatieve beoordeling van het eigen niet-sporten. Ze spreken over



druk om te conformeren aan de kennis vanuit het sportdiscours. Druk om meer te gaan participeren in sportieve activiteiten. Deze druk is door respondenten verschillend ervaren. Sommigen lijken weinig last te hebben van deze druk, terwijl anderen deze als zeer negatief ervaren. *“Het legt ook wel een bepaalde druk erop om het [sporten] te doen. En het is niet alleen stimuleren, het is dus ook als je er niet aan mee doet dan voel je je ook meteen niet goed bezig [...] een soort van stilzwijgende afkeuring, laat ik het zo noemen.”* (Meike) Er bestaat geen neiging deze, voor zichzelf negatieve, kennis in twijfel te trekken of het belang hiervan te bagatelliseren. De kennis over sport is vanzelfsprekend.

Behalve de fysieke verschijning kennen respondenten nog een andere relevante betekenis toe aan sport in het dagelijkse leven. Het hebben van een ‘goede’ conditie. Het begrip conditie, in relatie tot sport, is in het volgende paragraaf beschreven.

### **7.3 Conditie: het kunnen uitvoeren van dagelijkse basisactiviteiten.**

Sport is een mogelijkheid om de capaciteiten van het eigen lichaam te beïnvloeden/vergroten. Dit is vaak aangeduid met het ‘abstracte’ begrip conditie. Bij doorvraag naar de precieze betekenis van het begrip conditie, omschrijven respondenten dit als de kracht die sport heeft om het lichaam in staat te stellen om te kunnen gaan met de intensiteit van het dagelijkse leven. *“Dat je gewoon. .Hoe zeg je dat, dat je gewoon bepaalde [euhm] basisactiviteiten normaal kan uitvoeren. Al is het even naar je werk fietsen ofzo, dat je dat allemaal kan doen.”* [Ward] Over de precieze invulling van sport in relatie tot ‘dagelijkse activiteiten’ bestaan verschillen. Enkele respondenten refereren aan een schrikbeeld waarbij simpele handelingen, die in het alledaagse leven van praktisch belang zijn, onuitvoerbaar zijn. *“[N]ou ja als je op een gegeven moment zelf je veters niet meer kan strikken, niet dat het bij mij zo erg was maar daar kan het wel naartoe gaan dan denk ik ja dan moet ik nu dan toch maar beginnen met iets doen.”* [Lana] Voor het begrip conditie is daarnaast gerefereerd aan transport situaties waarin haast ontstaat. Men moet in dit geval het lichaam aanspreken om op tijd op een bestemming aan te komen. Het moe zijn, zweten, buiten adem zijn of het gevoel te hebben te moeten stoppen is opgevat als een teken van lichamelijk falen. Dit signaleert de noodzaak tot sport. Sport is een manier om energie op te bouwen, deze energie kan je buiten de sport gebruiken, *“om er tegenaan te gaan.”* (Wouter)

Naast de betekenissen die aan sport zijn toegekend op fysiek vlak, uiterlijk en conditie, krijgt sport betekenis in relatie tot het mentale welbevinden. Deze relatie is in de volgende paragraaf beschreven.

### **7.4 Mentaal welbevinden**

Sport biedt de mogelijkheid om de geestelijke en/of mentale toestand te verbeteren. Het deelnemen aan sportieve activiteiten leidt tot gevoelens van trots, dient als uitlaadklep voor negatieve emoties, maakt individuen zekerder van zichzelf en verbetert de biochemische spiegel van de hersenen door de aanmaak van het ‘stofje’ endorfine.

Het structureel participeren in sportieve activiteiten is door de positieve invloed op gezondheid, als zeer wenselijk gezien. Het confirmeren aan discursieve kennis over wenselijk sportief gedrag en een historie van beloningen voor dit gedrag, zorgt voor een positief gevoel wanneer is gesport. Daarnaast belichaamt het sporten een geloof in een aantrekkelijker uiterlijk.

Respondenten beleven weinig plezier aan sport. Men heeft daarom moeite zich te zetten tot sport, het voelt als een noodzakelijk kwaad. Wanneer er wel is geparticipeerd in sportieve activiteiten, leidt dit tot een gevoel van trots. *“[M]aar het is geestelijk wel fijn [...] ik kan dan wel trots zijn op mezelf. Zo van ik ben weer geweest. Ik heb weer gesport, ik heb dat bereikt.[...] Ik ben wel trots op mezelf, maar plezier..nee.”* [Lana] Doordat participeren in sportieve activiteiten ongewoon is en moeite kost, is het slagen hierin op dezelfde manier bezien als het leveren van een goede prestatie op andere vlakken in het leven, zoals school of werk. Respondenten zijn dusdanig gedisciplineerd door de kennis sportief gedrag te moeten vertonen, dat ze in gevallen van confirmatie zichzelf automatisch belonen met een trots gevoel. Respondenten die terugblikken op een periode waarin langere tijd is ‘gepresteerd’, ervaren een herhaaldelijk gevoel van trots en emotioneel gevoel van vooruitgang. Ze geven aan in deze periode meer controle over het leven te voelen. Respondenten zijn op deze momenten zelfverzekerder en hebben het gevoel goed bezig te zijn. Betekenissen binnen het sportdiscours zijn dusdanig dominant, dat deze positieve emoties meegenomen zijn in andere vlakken van het leven. *“Dan ga ik[...] hou ik contacten weer wat sterker aan, ga ik beter eten of probeer ik gewoon structuur in mijn leven te bouwen en sporten hoort daar zeker bij [...].Je hebt het idee dat je nuttig, iets nuttiger met je tijd bent omgegaan.”* [Wouter] Behalve emoties van trots, zelfvertrouwen en controle over het leven kennen respondenten aan sport ook de mogelijkheid toe om op korte termijn een directe positieve impuls aan het mentale welbevinden te geven. Wanneer een individu intensief genoeg sport heeft, merkt hij/zij een prettig en opgeruimd gevoel door het vrijkomen van ‘bepaalde hormonen’ of endorfine. *“[D]epressiviteit is vooral een biochemisch verhaal en als je sport dan maakt je hoofd meer endorfine aan, zeg maar, dan wanneer je dat niet doet en dat merkte ik dan ook wel als ik weer fanatiek bezig was[.]”* [Wouter]

## **8. Plekken waar een sportdiscours wordt geproduceerd**

Voorgaande hoofdstukken beschrijven de discursieve kennis zoals aanwezig bij respondenten. Deze discursieve kennis kent een grote overlap met het maatschappelijke sportdiscours dat hoofdstuk 2 beschrijft. Respondenten zijn succesvol gedisciplineerd met het dominante sportdiscours. Dit hoofdstuk kijkt naar bronnen en wijze van deze disciplinerende. Waar komen aan sport toegeschreven betekenissen vandaan en welke invloed kent de sociale omgeving op (de historie van) sportparticipatie en betekenissen die aan sport zijn gegeven? De sociale omgeving is, zowel in het verleden als in het heden, van invloed op het wel of juist niet participeren in sportieve activiteiten en het denken over sport. Bronnen van invloed in de sociale omgeving zijn familie, vrienden, partners en de onderwijsinstellingen waar individuen in verkeren. Deze concrete omgevingen staan op hun beurt in directe relatie tot de maatschappij in zijn geheel. Respondenten geven aan deze invloed te voelen. Tenslotte is de structuur van het huidige leven aangehaald om deterministische invloeden op de sportparticipatie te verklaren.

### **8.1 Familie**

De (directe) familie is, vooral in de (vroeg) jeugd, van grote positieve invloed op de sportparticipatie. Ouders moedigen respondenten sterk aan om te gaan sporten. *“Ik ben ook best hard gestimuleerd door mijn pa want die heeft in zijn leven een marathon gelopen [...].”* (Tim) Respondenten delen dezelfde discursieve kennis over sport. De grote mate van stimulering is daarom als vanzelfsprekend ervaren. Het succes van ouderlijke stimulering op jonge leeftijd is geïllustreerd door hoge mate van lidmaatschap van een sportvereniging. In gevallen van geen lidmaatschap op

vroege leeftijd, is er of niet gestimuleerd door ouders of zijn andere activiteiten gestimuleerd. Respondenten zijn door ouders gestimuleerd lid te zijn van een sportvereniging. In thuissituaties bestaat vaak een sfeer waarin sporten of lidmaatschap van een sportvereniging vanzelfsprekend is. *Vroeger was het ook gewoon zo op mijn 6<sup>e</sup>, al mijn neven zaten op voetbal dus ik ging ook op voetbal.* (Tim) Een enkeling is zelfs gedwongen om een sport te beoefenen. “[M]ijn moeder heeft me erop gezet, dat was niet vrijwillig. [Lacht]” (Ward) Respondenten zijn in retrospectie blij dat de familie deze invloed heeft op de sportparticipatie.

Na verloop van levensjaren, tijdens de middelbare school, neemt de invloed van ouders (op sportparticipatie) af. De familie die sport in het verleden succesvol heeft gestimuleerd, oefent weinig invloed uit op het besluit om te stoppen met sport. Het staken van pogingen om invloed uit te oefenen op de sportparticipatie blijkt vaak tijdelijk. Respondenten die langere tijd inactief blijven zijn hierop aangesproken. Dit heeft tegenwoordig minder effect op vertoond gedrag. De invloed op het denken over sport in relatie tot de eigen inactiviteit blijft aanwezig.

## 8.2 Vrienden

Vrienden zijn van grote invloed op de participatie van een individu. Vrienden kennen zowel een positieve of negatieve invloed. Voor veel respondenten zijn vrienden niet alleen de directe aanleiding om met een sport te beginnen, maar bepaalt het ook de specifieke sport die is beoefend. *“Je vriendjes zitten allemaal op voetbal en die zaten al jaren op voetbal. Ja dus, dat wilde ik ineens ook.”* (Wouter) Vrienden overtuigen elkaar om een sport te gaan proberen, maken het plezieriger voor elkaar en zorgen door hun aanwezigheid dat de stap om een sportvereniging te betreden laagdrempeliger is. *“Omdat er een nieuw team werd opgericht en zij vroegen mij daarvoor en toen dacht ik: ‘oh, dat is wel gezellig.’”* (Lana) Sociaal kapitaal in de vorm van sportpropagerende vrienden vergroot mogelijkheden om duurzaam toegang te vinden in de sportwereld.

Vrienden kunnen, voornamelijk in de schoolgaande periode, evengoed een negatieve invloed hebben op de sportparticipatie. Vriendengroepen hebben gedurende de jeugd een grote invloed op het gehele het doen en laten van een individu. Op dezelfde manier zoals ‘lidmaatschap’ van een sportieve vriendengroep een positieve invloed kent, kent lidmaatschap van een onsportieve groep een negatieve invloed op de sportparticipatie. *“Waarschijnlijk ook te maken met de alternatieve sociale kring waarin ik kwam en dan ga je [bijvoorbeeld] muziek luisteren van Tom Waits en dan zingt die: ‘Die young, leave a good looking corps.’ En dan ga je er ook wel een beetje naar leven.”* (Tim) Toegang tot groepen met andere waarden in andere velden, resulteert in nieuwe disposities die deelname in de sport frustreren. Hoewel respondenten de meningen en input van vrienden nog wel voelen, is de invloed op concreet gedrag minder naarmate respondenten ouder zijn. Sportende vrienden laten de eigen opvatting over (de noodzaak van) sport in het leven merken, zonder dat het van doorslaggevende betekenis is voor het gedrag. Respondenten zijn meer individualistisch en binnen vriendengroepen bestaat meer diversiteit. Deze diversiteit in vrienden, en daarmee sociaal kapitaal, zorgt voor een minder deterministisch effect op disposities en gedrag.

De mening van een partner blijft in het heden van groot belang door de discursieve kennis over de mogelijkheden die sport biedt op een aantrekkelijk lichaam. Respondenten voelen de ‘plicht’ om aantrekkelijk te zijn, en blijven, voor hun partner. Mocht de situatie aanbreken dat dit niet meer het geval is, dan zijn sportieve activiteiten noodzakelijk om het tij te doen keren. *“Mijn vriendin heeft ook*

een keer gezegd: 'ik wil niet dat jij echt dik wordt ofzo' [...] op een gegeven moment wordt er aan de bel getrokken: 'fuck ga eens rennen ofzo, ga iets doen'.' (Ward)

### 8.3 Onderwijs

Het genoten onderwijs draagt bij aan de kennis over sport en de betekenis die hieraan is gegeven. Met name de middelbare school is een plek waar men veel in aanraking komt met sport. Hier is veel kennis opgedaan over de waarde van sport en de positieve invloed die het heeft. "[S]portleraren die zeiden hoe belangrijk sport wel niet is." (Ward) Behalve kennis over sport en het eigen lichaam, verplichten scholen respondenten wekelijks om aan sport te doen. Deze sportlessen bieden een podium om jezelf te vergelijken met leeftijdsgenootjes, een podium om uit te blinken. "Als je bij de gym dan gaat lopen en je bent 1e 2e of 3e dan heb je wel zoiets van [...] waarschijnlijk ben ik wel 1 van de sportiefste mensen." (Tim) Dit podium waarop de sportiviteit van individuen zichtbaar is, vormt een plek waar discursieve kennis over sport sterk is gereproduceerd. Zichtbaarheid belooft 'winnaars' en straft 'verliezers', beide groepen aansporend zich (nog) sterker te confirmeren aan kennis uit het sportdiscours.

Na de middelbare school vervalt de verplichting om structureel aan sport te doen. In combinatie met het niet langer thuis wonen, merken respondenten dat ze zonder (ouderlijk of scholair) toezicht het gewenste gedrag (sporten) niet vertonen. Enkele respondenten missen deze verplichtingen en zien graag manieren waarop sport weer een in het huidige leven geïncorporeerde verplichting is. Zonder de verplichtende structuur van onderwijsinstellingen ontbreekt het deze respondenten aan het (sociaal) kapitaal om zichzelf toegang te verlenen tot de sport. "Weet je waar ik nou voor ben, dat we gewoon op het Rietveld 3 uur per week gym hebben ergens. Dat lijkt me fantastisch!" (Fabienne)

### 8.4 Leven in een sport propagerende maatschappij.

"Gewoon al die dingen om je heen, andere mensen en sporters op televisie en apparaten en kortingen en ik heb gewoon de indruk dat je aan alle kanten gestimuleerd wordt slash [/] geïndoctrineerd wordt [lacht] om te gaan sporten [...] dat die associatie op zoveel mogelijk verschillende punten in je hoofd [wordt gezet]." (Meike)

Respondenten signaleren een maatschappijbrede consensus over de positieve effecten van sport en daarmee de wenselijkheid of noodzakelijkheid om structureel te participeren. Bij respondenten bestaat eveneens consensus over de waarheid van deze kennis. Zij zijn gedisciplineerd middels dezelfde kennis als anderen in deze maatschappij. "Ja, de maatschappij vindt toch dat het gezond is om te sporten en voor een gedeelte. Ja, ben ik dat daar dus mee eens, want het zal ook wel gezond zijn als iedereen dat zegt." (Meike) Deze discursieve kennis is alom aanwezig en complex. Reclames gericht op het stimuleren van sport zijn een bron van kennis voor respondenten, kennis die snel is aangenomen, geïnternaliseerd en gereproduceerd. "Ja, dat krijg je ook mee, en nu nog steeds: 30 minuten per dag bewegen en dan [euh] [stilte] gaat alles goed, ofzo. Je had laatst zo'n campagne." (Holger) Deze maatschappijbrede consensus over de positieve waarde en noodzaak van sport bereikt respondenten via geschreven media, televisie en het internet. Respondenten geven aan dagelijks aan grote hoeveelheden van deze kennis bloot te staan. Deze maatschappijbrede kennis rijmt niet met het eigen gedrag. Deze personen voldoen niet aan de eigen wensen en behoeften, zoals ontstaan door de kennis die vanuit de maatschappij is opgedaan. Zij voelen afkeuring vanuit de sociale omgeving. De informatie vanuit de omgeving over sport vormt in dit geval een continue negatieve

bevestiging van zichzelf. *“Het is niet alleen stimuleren, het is dus ook als je er niet aan mee doet dan voel je je ook meteen niet goed bezig [...] een soort stilzwijgende afkeuring.”* (Meike)

## **8.5 De discursieve macht van kennis over sport.**

De grote consensus over sport onder respondenten, schetst een beeld van gedeelde, discursieve kennis over dit onderwerp. Deze kennis is alom tegenwoordig, gebruikt om de wereld te bezien en interpreteren, en is continu gereproduceerd. Deze kennis over sport oefent hiermee macht uit over de denkwijze en het handelen van individuen.

De perceptie van de waarheid van deze kennis is zo sterk, dat het in enkele gevallen verregaande gevolgen heeft. Zoals een vertekend beeld van de werkelijkheid. *“[I]k dacht dat iedereen op een sport zat dacht ik.”* (Freddie) Andere respondenten gaan zo gebukt onder de kennis over sport en de discrepantie met het eigen gedrag, dat ze de eigen realiteit verborgen houden voor anderen en/of hier over liegen. *“[Z]e zegt wel eens van als je sport is je houding beter [zucht] [...] dan zeg ik: Ja zal wel. Ik ga binnenkort misschien fitnessen [...]”* [Holger]

Het geloof in- en confirmatie aan de positieve waarden van sport is dusdanig dat respondenten (bijna) unaniem aangeven sport intensief te gaan stimuleren bij eventueel nageslacht. *“Mijn kinderen moeten later wel op een sport.”* (Wouter) Het begrip ‘moeten’ is in eerste instantie gehanteerd om het belang van sport aan te duiden maar vervolgens vaak genuanceerd om de (negatieve) connotatie van dwang te voorkomen. Het sporten van kinderen is zo vanzelfsprekend, dat ouders van niet sportende kinderen slechte ouders zijn. *“[I]k weet bijvoorbeeld dat [mijn vriendje], die heeft nooit op een sport gezeten. En dan denk ik toch wel ja..ik vind het eigenlijk wel slecht dat je je kinderen niet op een sport doet.”* (Meike) De vanzelfsprekendheid van het zorgen voor sportparticipatie bij de eigen kinderen, komt voort uit de positieve spin-offs van sport. Sport is de manier om ervoor te zorgen dat kinderen gezond kunnen opgroeien. Deze gezondheid van een kind is vaak beschreven in contrast met maatschappelijke schrikbeelden zoals dikke kinderen of overmatig computergebruik. *“Ik zie het anders al voor me dat ze alleen maar binnen zijn.”* (Holger) Naast de lichamelijke voordelen voor kinderen, bestaat de perceptie dat sport een positieve invloed heeft op de mentale ontwikkeling van een kind. De eigen historie van sportparticipatie en de lessen die hierin zijn geleerd, vormt hiervoor de aanleiding.. Aan deze lessen is zo veel belang toegekend, dat de positieve bijdrage van sport aan de ontwikkeling van een kind noodzakelijk is. Het plezier dat kinderen beleven is amper reden om sport te stimuleren. De discursieve kennis over de rol van sport in de eigen realiteit is hiermee geprojecteerd op de visie op sport van (fictieve) kinderen. Respondenten hebben moeite onder woorden te brengen waar de vanzelfsprekendheid van sportstimulering vandaan komt. *“Waarschijnlijk omdat ik zelf zo’n traject heb doorlopen, en volgens mij mijn pa ook..”* (Tim) Macht van een dominant sportdiscours en de blijvende aanwezigheid van sport in de habitus van respondenten maken de stimulering van sport vanzelfsprekend.

## **9. Verzet tegen een sportdiscours; “De aller-onderste reden waarom ik niet sport?”**

In voorgaande hoofdstukken is door respondenten een beeld van sport geschetst, een beeld dat tal van positieve spin-offs en mogelijkheden biedt. Mogelijkheden om knapper, gezonder, gelukkiger en ‘normaler’ te zijn. Deze kennis is over de jaren heen geaccumuleerd en aanwezig via geïnternaliseerde disposities die percepties van wat normaal is, en het gedrag beïnvloeden. Ondanks

deze discursieve kennis en aanwezigheid van sport in de habitus kiezen respondenten ervoor om zich te verzetten, door niet structureel deel te nemen aan sportieve activiteiten. In eerdere onderzoeken (Elling & Van den Dool, 2010) (Maasen, 2008) (Wisse et al., 2009) (Manders & Kropman, 1987), en ook in eerste instantie door respondenten in dit onderzoek, is voor de argumentatie van deze keuze teruggegrepen op een scala aan 'sociaal geaccepteerde' redenen. Dit zijn bijvoorbeeld argumenten zoals 'geen tijd' of 'geen geld'. Bij kritische doorvraag blijkt dit voor respondenten niet daadwerkelijk de reden om niet te sporten. Zij omschrijven in retrospectie de eerder genoemde redenen als 'smoesjes'. *"Dat zijn natuurlijk ook wel allemaal dingen, maar dat zijn niet de echte redenen waarom ik niet sport [...] is in principe een but argument, want als je echt graag wil is dat geen reden om niet te [sporten]."* [Wouter] Respondenten zijn 'vrijwillige' niet-sporters. Zij zijn zelf verantwoordelijk voor het niet-sporten en alle negatieve gevolgen die zij hieraan toeschrijven. Hoe gaan respondenten hiermee om?

Om het vertonen van 'abnormaal' gedrag te legitimeren, spreken individuen verschillende kennisconstructies aan. Respondenten beschrijven zichzelf dusdanig dat het (bijna) onmogelijk is om aan sport te participeren. Daarnaast is sport geplaatst in een retorische vergelijking met andere aspecten van het leven. Door deze vergelijking is een waarde vrije keuze voor het niet sporten gelegitimeerd. Enkelen geven aan de sport niet nodig te hebben omdat alle positieve bijeffecten van sport, met name gezondheid en een slank lichaam, al op andere manieren zijn bereikt. De meest dramatische manier van verzet is het vertellen van sobstories, ingrijpende levenservaringen die respondenten de mogelijkheid ontnemen om een keuze voor sport te maken. Ten slotte is de keuze om niet te sporten tijdelijk voorgesteld, op deze manier is een legitimatie van het niet sporten ontweken.

De mogelijkheid tot het verzet tegen kennis uit het sportdiscours is in de loop der jaren ontstaan. De verschuiving van de invloed die 'structure' en agency uitoefenen op deze mogelijkheid tot verzet, is opvallend. Respondenten beschrijven een geschiedenis waarin hoge mate van structuur is ervaren, onder invloed van school en ouderlijk toezicht. Deze structuur zorgt ervoor dat sport in die tijd als vanzelfsprekend is ervaren. De agency van respondenten, of mogelijkheden tot verzet, zijn in die tijd klein te noemen. Respondenten verhalen in hun jeugd niet langer te willen sporten. Door aanwezige structuren, zoals verplichte lessen gymnastiek of aandringen van ouders, heeft dit toen ter tijd niet tot inactiviteit geleid. Na verloop van tijd is een schifting in de invloed van structuur enerzijds en agency anderzijds op vertoond gedrag waar te nemen. *"[O]p de middelbare school [ga je] gewoon naar school en dan heb je 's avonds vrij en ja dat is eigenlijk best allemaal [een] hele structuur. Op het moment dat dat een beetje wegvalt, dat je het zelf kunt indelen, kijk je wel op een andere manier naar sport ook."* (Fabienne) Naarmate de mogelijkheden van agency, en het besef hiervan, toenemen, is de sportparticipatie bij respondenten gestaakt. Respondenten kennen door de sportieve jeugd een geaccumuleerde geschiedenis die sport permanent in de habitus lijkt te hebben gevestigd, getuige de positieve reproductie van de waarden van sport en de vanzelfsprekendheid hiervan. Respondenten geven aan (af en toe) proberen te gaan sporten, dit in de toekomst te willen doen, of( in het geval van negatieve ontwikkelingen) een toekomstige noodzaak te ervaren om te gaan sporten. Hiermee is aangegeven dat er welwillendheid bestaat tegenover het toetreden tot de sportwereld, een veld dat tot nu toe onvoldoende aansluit bij respondenten om toegang mogelijk te maken. Op dit moment lijdt de aanwezigheid van discursieve kennis die sport propageert echter niet tot participatie.

## 9.1 Ik ben gewoon niet echt een sporter.

Respondenten construeren de eigen persoon als ongeschikt voor sport. De geaccumuleerde kennis over sport is gehanteerd door een eigen dispositie in relatie tot de sportwereld te schetsen, die sportparticipatie onmogelijk maakt. Voor deelname in de sport(wereld)<sup>17</sup> is een beheersing van de mechanismen in dit veld nodig.<sup>18</sup> (Bourdieu, 1989) Respondenten geven aan niet over de benodigde kwaliteiten te beschikken, een verkeerd karakter te hebben of simpelweg anders te zijn dan 'de sporter'. Zij beschikken hiermee niet over een beheersing van datgene wat participatie in sport vraagt. Zij geven aan cultureel kapitaal te missen en plaatsen zich hiermee buiten het veld genaamd 'de sportwereld'.

Een eerste manier waarop individuen een dispositie construeren die ongeschikt is voor participatie in de sport, is het ontbreken van bepaalde essentiële 'kenmerken'. Voor sport zijn bepaalde noodzakelijke persoonlijkheidskenmerken beschreven. Vervolgens is aangegeven dat de persoon in kwestie zelf niet, of onvoldoende, beschikt over deze vorm van cultureel kapitaal. Er zijn geen waardeoordelen gekoppeld aan deze eigenschappen of aan het missen hiervan. Het is enkel een manier om aan te geven dat sport niet voor iedereen (even) toegankelijk is, en dat dit voor de persoon in kwestie het geval is. *"Sommige mensen zijn heel gedisciplineerd. Die doen ook dingen die ze niet leuk vinden [...] Als ik echt zwaar die discipline en motivatie zou hebben zou ik het ook gewoon doen [...] Ja, dat zou ik iets meer mogen hebben denk ik."* (Lana) Op een gelijksoortige manier kan iemand bijvoorbeeld kunnen verklaren waarom hij/zij niet schildert: 'ik ben niet creatief'. Het cultureel kapitaal in de vorm van ontwikkelde persoonlijkheidskenmerken zijn vooral zaken als doorzettingsvermogen, discipline en ambitie.

Enkeligen gaan verder dan een verwijzing naar het ontbreken van enkele (essentiële) kenmerken voor het beoefenen van sport. Zij schrijven aan 'sporters' als een coherente groep, een eigen karakter of identiteit toe. Het eigen karakter, de genen en het gehele 'zijn' van een persoon verschilt van dit beeld van 'de sporter', hiermee de toegang tot sport onmogelijk makend. *"Nou dan is dat karakter [...] als je het in je genen hebt [...] hoe sporters zijn en dat ik niet zo ben."* (Freddie) Op deze manier is een dispositie omschreven die zo verschilt van wat de sportwereld vraagt, dat toetreding tot dit veld volledig onmogelijk is.

## 9.2 Ik ben niet goed genoeg om te sporten

Sport is een activiteit die je moet leren, het is niet laagdrempelig in de zin dat je de sport op kan pakken en onmiddellijk mee kan doen. In enkele gevallen is letterlijk aangegeven dat het ontbreken van fysieke kwaliteiten toegang tot de sportwereld bijna onmogelijk maakt. *"Je hebt er niet zoveel aan om dan met elkaar te tennissen [...] zij slaat een bal en die kan ik eigenlijk bijna niet terugslaan"* (Lana) 'Goed' zijn in een sport is een kwaliteit die, door in de jeugd veel te oefenen, ontwikkeld moet zijn om te kunnen participeren. Aan het ontbreken van deze vorm van cultureel kapitaal is zo veel waarde toegekend dat het ontbreken ervan invloed in- en toegang tot de sportwereld frustreert. Benodigd (cultureel) kapitaal in de vorm van sportieve kwaliteiten zijn omschreven als balgevoel, motoriek, evenwicht, uithoudingsvermogen of inzicht in de strategie en regels. Respondenten geven aan dat zij deze kwaliteiten ontberen. Dit neemt niet alleen vaak het plezier (en daarmee motivatie

---

<sup>17</sup> Het begrip sportwereld duidt in dit hoofdstuk op de sportwereld te bezien als een 'veld' in de term zoals Bourdieu (1989) hem hanteert.

<sup>18</sup> Zie hoofdstuk 3.3: Veld, kapitaal en habitus.

tot participatie) van het spel weg, maar in sommige gevallen ook de mogelijkheid om het spel te kunnen spelen.

Deze manier van verzet is ook gebruikt door mensen die in het verleden (langere tijd) plezier hebben beleefd aan het beoefenen van een sport. Zij hebben na verloop van (inactieve) tijd een achterstand opgelopen. *'[A]ls ik het dan weer deed dat het tegenviel [...] en dat het niet zo goed ging als dat het normaal ging.'* (Tim) Cultureel kapitaal in de sport moet in de ogen van respondenten geaccumuleerd blijven om mogelijkheid tot toegang in de sport te behouden. Het in sport aanwezige competitie element geeft veel waarde aan het kapitaal dat sportieve kwaliteiten representeert. 'Slecht zijn' is gezien als een 'minderwaardige' vorm van participatie, die niet alleen als onplezierig maar zelfs als zinloos is ervaren. Sporten moet je vaak doen en er goed in zijn, of je moet het niet doen. *"Als ik niet kan pannenkoeken bakken, maar ik sta wel van maandag tot en met vrijdag pannenkoeken te bakken. Ja, dat is een beetje dom."* (Freddie) Door een (opgelopen) achterstand in geaccumuleerde sportieve kwaliteiten is een dispositie ontstaan die toegang tot de sport voor respondenten onmogelijk maakt.

### **9.3 Sociaal kapitaal ontbreekt: ik pas niet in zo'n groep.**

Respondenten beleven niet alleen geen plezier in de spelletjes (sporten) zelf, maar hebben eveneens moeite met de groepen/teams/instituten van georganiseerde sport. Vanuit de eigen ervaring met sporten in een vereniging, is een beeld ontstaan van hoe participatie in een team of een vereniging is. Dit beeld staat in contrast met de perceptie van zichzelf. De structuren waarop deze instituties gecreëerd zijn, beperken de (wil tot) participatie. *"[G]ewoon de hele regels van in zo'n team zitten of aan zo'n sport meedoen, daar reageer ik echt allergisch op."* (Meike) Respondenten geven aan niemand te hebben om mee te kunnen sporten. Het ontbreekt respondenten aan het sociaal kapitaal, niet alleen om plezier te kunnen beleven aan sport, maar ook om invloed in- en toegang tot de sportwereld te kunnen krijgen. Het ontbreken van sociaal kapitaal om toegang tot de sport te hebben is mooi geïllustreerd door de utopische wens om over een *"soort groep robots die alles doet wat ik wil [...]"* (Freddie & Meike) te beschikken. Hier is direct de wens uitgesproken om over een sociaal netwerk van gelijkgestemden te beschikken. Gelijkgestemden die respondenten de mogelijkheid tot toegang in de sportwereld verlenen. Gebrek aan sociaal kapitaal is eveneens waar te nemen in de afkeer van teams, verenigingen of instituties en de 'angst' om hier als buitenstaander toegang tot te zoeken. Respondenten signaleren duurzame sociale netwerken (teams, verenigingen) die noodzakelijk zijn voor participatie in de sport, en signaleren het gebrek hiervan bij zichzelf. Het gebrek aan cultureel kapitaal (sportieve kwaliteiten), maakt dat respondenten angstig zijn om aansluiting te zoeken bij zulke sociale netwerken. Dit leidt tot de breed gedeelde wens om in de toekomst nooit meer aan teamsport te gaan doen.

### **9.4 'Leisure is pleasure'; sportdiscours vs. hedonistisch discours**

Plezier en/of geluk staat vaak centraal in het verzet tegen (de noodzaak tot) structurele participatie in sportieve activiteiten. In het leven is het belangrijk om naast verplichte en/of noodzakelijke zaken dingen te doen waar je plezier aan beleeft. Respondenten geven aan te weten dat sport voor velen een manier is om op een plezierige manier te kunnen ontspannen. Zij categoriseren sport in een groep (mogelijke) activiteiten waaruit je uit het oogpunt plezier een keuze kan maken. Door het beoefenen van sport via deze categorisatie, terug te brengen tot het enkele doel 'plezier', scharen zij het belang hiervan gelijk aan andere activiteiten gericht op plezier. Zoals uitgaan, naar de bioscoop gaan of winkelen. Door het bij elkaar groeperen van deze verschillende activiteiten onder een



gedeelde noemer, ontstaat de connotatie van een simpele en waardevrije keuze. Zo maakt het bijvoorbeeld weinig uit of je uit een fruitmand een appel, peer of sinaasappel pakt, het is allemaal fruit. Andere effecten en/of doelen dan plezier zijn op deze manier buiten de keuze gelaten. Uit deze verscheidenheid aan opties voor leuke activiteiten kan je op deze manier een andere optie gemakkelijk boven sporten prevaleren. *“Omdat ik ook andere dingen wil doen [...] en dat ik dat ook leuk vind en daar ook tijd aan wil besteden [...] met vrienden afspreken. Winkelen. Naar de bioscoop.”* (Lana)

Door het hanteren van een hedonistisch discours gericht op plezier situeren respondenten zichzelf buiten het veld dat de sportwereld is. Zij wijzen hiermee immers een gedeelde waarde van de sportwereld, namelijk sport is leuk(-er dan andere dingen), af. In het verlengde van de afwijzing van het plezier dat je aan sport beleeft, zijn eveneens andere waardes van sport, zoals de noodzaak en het nut, gebagatelliseerd. De macht van het hedonistische discours over het sportdiscours laat zien dat respondenten geen docile bodies zijn in een neoliberale verantwoordelijkheid over de gezondheid. Plezier is in dit geval boven de verantwoordelijkheid voor de eigen gezondheid geplaatst.

De keuze om niet te sporten, door het gebruik van een hedonistisch discours, is een manier waarop in het verleden fanatieke en/of succesvolle sporters kunnen legitimeren niet langer aan sport te doen. Na jaren ‘braaf’ gesport te hebben zijn zij op het punt zijn aanbeland dat deze keuze gerechtvaardigd is. De redenering is dat zoals met alle leuke dingen, na veel herhaling van een activiteit, het plezier langzaam verdwijnt. Op het moment dat het plezier sterk vermindert of zelfs verdwijnt, bestaat er geen rationele argumentatie meer om participatie vol te houden. *“Zo erg was het ook weer niet hoor, maar ik wilde gewoon weer eens wat anders. [...] Ik vond het wel mooi geweest [...] het hoefde ook niet langer.”* (Fabienne) Enkele respondenten geven vanuit het hedonistische discours aan sport simpelweg niet leuk te vinden. De mate van ‘niet leuk’ is op zo’n onplezierige en dramatische manier beschreven, dat het toch participeren bijna als een vorm van zelfkastijding is op te vatten. De redenering hierachter is dat je niemand mag ‘dwingen’ om iets met zoveel tegenzin te doen. Dit legitimeert een keuze om niet in sport te participeren. *“Dat heb ik gewoon niet. Ik vind het heel erg om er naartoe te gaan, ik vind het niet leuk terwijl ik ermee bezig ben, en ik heb er ook geen goed gevoel over als ik thuiskom, dus waarom zou ik het in godsnaam doen?”* (Meike) Respondenten die meer moeite hebben met de legitimering van de keuze om niet te sporten, doordat ze hiermee een ongezond leven leiden, herroepen zich op het recht om eigen keuzes over de invulling van het leven te maken. *“We hebben een eigen vrije wil [...] waarom zou je je laten beperken door de conventie dat sporten nodig is en goed is en toevoegt aan je leven terwijl het ook gewoon zonder kan?”* (Tim) Respondenten appelleren hiermee aan de neoliberalistische verantwoordelijkheid voor het investeren in je eigen gezondheid, maar geven aan hierin ook het recht te hebben op het maken van een keuze die misschien minder verstandig is. Het herroepen op dit recht van vrije wil is vrij dramatisch gebracht. Respondenten kiezen hiermee vrijwillig voor een ongezond leven. Deze keuze is dramatisch door de manier waarop de keuze om niet te sporten uit vrije wil is geconstrueerd. De keuze om wel te sporten komt in redeneringen van respondenten in een dichotomie recht tegenover een sociaal geconstrueerde keuze voor plezier te staan. Het kiezen van sport zou hierin leiden tot een soort monnikenbestaan enkel gericht op verstandige keuzes, waarin plezier niet voortkomt. De keuze om wel te gaan sporten is dan ook vaak gelinkt aan de onherroepelijke keuze om in dat geval nooit meer te roken, alcohol te drinken of het voedsel waar men van houdt af te zweren. *“Want dan, dan moet je altijd sla eten en je mag geen alcohol meer*

*drinken, nou ja. Dan wordt het er niet leuker op.” (Freddie) Deze keuze om niet te sporten, geconstrueerd in een existentieel vraagstuk over wat belangrijk is in het leven, maakt verzet niet alleen acceptabel voor een individu. Het geeft het individu bijna een soort martelaarsstatus. “ [Ik hecht meer waarde aan een kort leven waarin ik gewoon het beest uit kan hangen dan een leven waar ik op mijn 80<sup>e</sup> dement wordt en dan toch niks meer weet.”(Tim)*

Het verzet gericht op plezier hanteert een discours gericht op wat belangrijk is in het leven. Plezier staat hierin centraal. Dit discours boven het sportdiscours geplaatst, geluk is belangrijker dan gezondheid, waardoor kennis uit het sportdiscours in deze beslissing ‘buiten spel’ is gezet. Door de keuze om niet te sporten te bezien vanuit dit discours, ontstaat een legitimering die respondenten normaliseert. Er bestaat grote consensus over de waarde van plezier en/of geluk in het leven, sport is voor respondenten niet iets wat plezier geeft.

### **9.5 Sportdiscours vs. discours van contingentie.**

De machinale benadering van het lichaam en het neoliberalisme leert respondenten dat sport een manier is om te kunnen investeren in het eigen welzijn en aantrekkelijkheid. Toch zijn respondenten geconfronteerd met een discrepantie tussen deze kennis en het eigen gedrag. Respondenten gaan om met deze verantwoordelijkheid door sport te bezien vanuit een breder kader van wat noodzakelijk is in het leven. Dit ‘discours van contingentie’ beziet het leven vanuit het idee dat bepaalde zaken niet alleen verplicht zijn, maar noodzakelijk. Eten, drinken en geld verdienen Zelfredzaamheid, voor jezelf kunnen zorgen. Deze zaken moet je realiseren binnen een soort ‘tijdseconomie’: De tijd die je in activiteit A investeert, is niet aan activiteit B besteed. Door sport vanuit een contingentiediscours te benaderen ontstaat een directe keuze tussen sport en andere, noodzakelijke activiteiten. Respondenten geven aan hierin de keuze te maken voor nuttigere en/of belangrijkere zaken, zoals werk, school, het huishouden, etc. *“Bijvoorbeeld dat de zaterdag weg is, terwijl ik die nu heel erg nodig heb om inkopen te doen voor school[..] dingen af te maken[..] voor mijn werk of weet ik veel [..] Ik moet wel echt gewoon geld verdienen. ” [Fabienne]* De redenering hierachter is dat het een keuze betreft tussen sport en allerhande zaken die noodzakelijken zijn in het leven. Het benaderen van deze keuze vanuit het contingentiediscours legitimeert de keuze om niet te sporten. Tegelijkertijd bagatelliseert het de wenselijkheid en bijdrage die sport kan leveren, door de noodzakelijkheid ervan in twijfel te trekken. *“Nou ja, ik bedoel als je nou ziet wat er nou allemaal voor gedonder is in de wereld en als je je dan druk gaat maken of je wel of niet op woensdagavond op het sportveld loopt[..]” (Freddie)* Wederom plaatsen respondenten zich in deze manier van verzet buiten de sportwereld, door gedeelde waarden van sport, het nut en de noodzakelijkheid, af te wijzen of te bagatelliseren.

Bovenstaande wijzen van verzet benaderen sport vanuit andere discoursen om de keuze voor inactiviteit te legitimeren. Er zijn ook manieren van verzet gehanteerd die de keuze vanuit het sportdiscours zelf benaderen. Deze manieren van verzet zijn in de volgende paragrafen beschreven

### **9.6 Ik heb geen sport nodig; "De noodzaak ontbreekt."**

Binnen het sportdiscours bestaat ruimte tot verzet. Respondenten gebruiken positieve waarden die zijn toegeschreven aan sport en gebruiken deze retorisch gezien in hun voordeel. Het sportdiscours is gereproduceerd door de causale relatie tussen sport en haar positieve spin-offs te benoemen. Vooral gezondheid en een slank/aantrekkelijk lichaam zijn aangedragen. De respondent conformeert hiermee aan de in de maatschappij aanwezige kennis. Vervolgens wijst men naar zichzelf om aan te

geven dat doelen waarvoor sport als middel dient, al zijn behaald. De redenering is dat men iets wat niet kapot is, niet hoeft te repareren. Het doen aan sport is zeer wenselijk, maar is voor respondenten in kwestie als niet nodig. Zij construeren zichzelf als gezond of aantrekkelijk, waardoor sport zinloos is. *“Wat ik wel erg zou vinden is als ik een beetje dikker zou worden ofzo, dan zou ik echt gaan sporten. Maar dat valt allemaal wel mee dus. [lacht][..] sommige mensen [hebben] het meer nodig dan anderen [..] [ik] voel me niet aangesproken omdat ik niet ervaar dat ik ongezond [ben].”* (Holger)

In het verlengde van het ontbreken van een noodzaak om te sporten, is de sport geconstrueerd als een noodzakelijk goed om een inactieve levensstijl, door bijvoorbeeld een kantoorbaan, te compenseren. Het sportdiscours is op deze manier gereproduceerd, maar binnen een groter discours van wat een mens nodig heeft geplaatst.<sup>19</sup> Sport dient om de menselijke behoefte aan lichamelijke activiteit te bevredigen. Een menselijk lichaam heeft nu eenmaal beweging nodig. *“[Ik denk dat mensen dan moeten gaan teruggrijpen op fitness of weet ik veel wat om aan die noodzakelijke behoefte van lichaamsbeweging te komen.”* (Fabienne) Wanneer een individu al een actieve levensstijl kent is sport niet langer ter compensatie nodig. Op deze manier is wederom geconfirméerd aan de kennis over een causale relatie tussen sport en gezondheid of een aantrekkelijk lichaam, om vervolgens te wijzen op het al aanwezig zijn van het laatste. Om het bereiken van deze doelen zonder sport, daarmee het ontbreken van de noodzaak van sport, te verklaren is als bewijslast de aanwezigheid van een actieve levensstijl aangedragen. *“Nu, op de kunstacademie moet ik van hot naar her rennen, naar de Gamma en dingen meesjouwen. Dan ben je continu in de weer. Dan heb je niet, tenminste dan heb ik voor mezelf het idee dat ik die sport niet zozeer nodig heb.”* [Fabienne]

## 9.7 Sobstories

Wellicht de meest dramatische vorm van verzet is het gebruik van *sobstories*. Hiervoor zijn een reeks ingrijpende gebeurtenissen in het leven van een persoon aangedragen. Deze gebeurtenissen verklaren het ontbreken van sportief gedrag. Sobstories die naar voren komen in dit onderzoek draaien om een combinatie van gebeurtenissen die samen een coherent verhaal vormen. Deze gebeurtenissen hebben ingrijpende gevolgen voor het leven van een individu. Voorbeelden zijn het overlijden van gezinsleden of het einde van een lange relatie. In het verlengde van deze concrete gebeurtenissen ontstaan vormen van sociaal onwenselijk gedrag dat de respondent een mate van controle over het eigen leven ontnemt. Zoals (drank, drugs of game-)verslavingen of psychische problemen. *“[Ik heb een broertje gehad [..] die heeft er 7,5 jaar over gedaan om langzaam dood te gaan. Toen hij uiteindelijk overleed was ik 20 [..] Dat heeft zo’n gigantische impact op je eigen psyche, op je gezinsleven [..] dan verkeerde vrienden hebben en ja, op een heel vroege leeftijd beginnen met blowen, te veel blowen, ook uit zelfmedicatie. You know. En dan is sport [niet belangrijk].”* (Wouter) De redenering achter *sobstories* is dat wanneer zulke nare dingen je ‘overkomen’, al het andere (inclusief sport) van secundair belang is. De wenselijkheid van sport en positieve waarden uit het sportdiscours is aangesproken, maar in het licht van een discours van onmacht is de keuze om niet te sporten gelegitimeerd. De ingrijpendheid van verhalen in *sobstories* illustreren de macht van het sportdiscours. Dermate ingrijpende en persoonlijke verhalen zijn gehanteerd om inactiviteit te legitimeren in gesprek met een onbekende interviewer.

---

<sup>19</sup> Zie ook hoofdstuk 5.3: *Mens niet gebouwd om stil te zitten*.

## 9.8 Leeftijdsgebonden; zij doen het ook.

In de voorgaande manieren van verzet is de keuze om niet te sporten door respondenten volledig gelegitimeerd. Er zijn ook 'zachtere' manieren van verzet waarin respondenten aangeven de kennis te hebben dat de keuze om niet te sporten rationeel gezien een onverstandige is. Het verzet werkt hier niet door middel van het ontkennen van de onverstandigheid van de keuze, maar via de verzachtende werking van de omstandigheden waarin de keuze is gemaakt. De keuze om niet te sporten is vanuit het sportdiscours gezien onverstandig. Door te verwijzen naar vergelijkbare anderen die het zelfde gedrag vertonen, is de keuze genormaliseerd. Sport is allereerst een activiteit die vooral kinderen beoefenen. Jongvolwassen stoppen vaak te sporten, dat is 'normaal'. *"Bij de voetbal merkte je dat ook. Dat F'jes, E'tjes, D'tjes die hebben 4 teams en op het laatst bij de A hadden we maar 1 team. Ik vind dat ook niet heel raar, want er zijn gewoon heel veel mensen die als ze gaan puberen zeg maar gaan stoppen met sporten."* (Tim) Wanneer (vele) anderen een zelfde toestand dezelfde keuze maken is de negativiteit van deze beslissing niet alleen gevoelsmatig minder, het maakt de keuze ook normaal. De keuze van deze manier van verzet, waarin het sportdiscours niet afgewezen is, illustreert de macht van dit discours en de aanwezigheid van sport in de habitus van respondenten. Respondenten weten en voelen dat ze onverstandig zijn, maar ze zijn niet de enige die onverstandig zijn. Een tweede vorm van deze wijze van verzet is het verwijzen naar gelijksoortig gedrag bij vele andere individuen in het studentenleven. Het herroepen op lidmaatschap van de sociaal-culturele groep studenten is een veilige, door de (maatschappelijk geaccepteerde) connotatie dat deze tijd 'wilde, vrije en onbezonnen' jaren zijn. *"[O]mdat ik nu geniet van mijn studentenleven, dat klinkt ook weer cliché, maar gewoon [dat ik] het fijn vind om [...] gewoon te kijken wat ik ga doen."* (Holger) Kennis vanuit een discours over het studentenleven leert respondenten dat genieten, wat niet sporten betekent, gedurende deze jaren belangrijker is dan confirmeren aan discursieve kennis over wat verstandig en wenselijk is.

## 9.9 Niet sporten is tijdelijk.

De keuze om niet te sporten is door alle respondenten tijdelijk geconstrueerd. Deze keuze is nu gemaakt, maar het besluit is niet permanent. Op een (nog) fictief moment in de toekomst heroverwegen respondenten deze keuze en zal men de verstandige en 'normale' beslissing nemen. *"Ik hoop ook gewoon wel dat ik op mijn 30<sup>e</sup> ga stoppen met roken, een kind heb en lekker ga sporten."* (Tim) Op deze manier beroepen respondenten zich op een recht van tijdelijk non-conformisme. Zij manoeuvreren hierin binnen het sportdiscours. De positieve houding ten opzichte van sport en de hiermee gepaard gaande discursieve kennis over sport zorgt dat respondenten geen permanente keuze voor niet-sporten maken. Om hiermee om te gaan creëren respondenten de kennis dat tijdelijk niet sporten, nog niet leidt tot de negatieve effecten van geen participatie. Op het moment dat negatieve effecten zich gaan voordoen gaan respondenten sporten, de sport hanterend om (weer) een aantrekkelijk en gezond lichaam te creëren.

## 10. Discussie

Dit onderzoek biedt inzicht in de werking van agency in het verzet tegen een dominant discours. Er is gekeken naar de wijze waarop vrijwillige niet-sporters betekenis geven aan sport, in relatie tot zichzelf en een sport propagerende omgeving. Door een gebrek aan determinerende structuren en een groot belang toegekend aan plezier in het leven, weten respondenten zich (tijdelijk) te verzetten tegen de kennis vanuit een sportdiscours. Dit hoofdstuk reflecteert kritisch op onderzoeksproces en de uitkomsten hiervan. Daarna zijn op basis van de beschreven onderzoeksresultaten thema's die interessant zijn voor discussie uiteengezet.

### 10.1 Accountability

De voortgang van de wetenschap hangt af van de integriteit van wetenschappers.<sup>20</sup> Een wetenschappelijk artikel of publicatie daarom moet je niet als een losstaande edelsteen. Een edelsteen dat los staat van andere 'juwelen' en wiens mogelijke vervalsing je door zijn isolatie nooit opmerkt. Een wetenschappelijke bijdrage is meer zoals een baksteen, een element dat dient als een onderdeel van een groter geheel. Elke baksteen is getest, op het moment dat er een nieuwe baksteen bovenop is geplaatst. Het belang van wetenschappelijk inzicht is dat anderen er op voort kunnen bouwen. Wanneer een onderzoeker wil voortborduren op de resultaten van een ander, moet hij of zij deze resultaten eerst volledig kunnen begrijpen. Opzettelijke fraude is gelukkig nog steeds zeldzaam in de wetenschap, menselijke fouten echter niet. Het is daarom van groot belang kritisch naar het proces van dit onderzoek te kijken. Voor het begrip van andere onderzoekers die dit onderzoek zien als een bruikbare baksteen en voor het begrip van mogelijke fouten die gedurende dit onderzoek zijn gemaakt. (Kuipers, 2001)

#### 10.1.1 Respondenten

Er zijn *slechts* 12 interviews afgenomen, mogelijk door tegenzin om vrijwillig deel te nemen aan een onderzoek dat de focus legt op de inactiviteit van individuen. Deze groep is te klein voor generalisatie. Het bereiken van verzadiging in de respons van geïnterviewden, sterkt de onderzoeker echter in zijn vertrouwen dat de grote van deze steekproef niet heeft geleid tot onvolledige data. De groep respondenten is zeer homogeen. Door werving in eigen kring bestaat deze groep uit hoger opgeleide jongvolwassenen in de leeftijdscategorie 20-27. Resultaten van dit onderzoek kunnen daarom verschillen met resultaten gevonden bij individuen met een lager opleidingsniveau. Een minderheid van de Nederlandse bevolking volgt of heeft een studie HO of WO afgerond.<sup>21</sup> Resultaten in dit onderzoek zijn daarom mogelijk geen goede afspiegeling van een Nederlands 'gemiddelde', voor zover deze bestaat. Respondenten in de leeftijdscategorie 20-27 zijn gekozen door de perceptie van de onderzoeker over een grote mate van vrijheid (agency) die een vrijwillige keuze tot niet sporten mogelijk maakt, door het ontbreken van lichamelijke redenen om niet in sport te participeren. Dit blijkt te kloppen. Respondenten geven aan het vertoonde gedrag (en de mogelijkheden van agency) direct aan de leeftijdsfase waarin zij zich bevinden te koppelen. Betekenissen toegekend aan sport zijn mogelijk sterk leeftijdsgebonden, geïllustreerd door de grote nadruk die respondenten op aantrekkelijkheid leggen.

Alle respondenten van een bovengemiddelde sociaaleconomische achtergrond. Dit is mogelijk van invloed geweest op de perceptie van de mate van controle over het eigen leven, de keuzes en

---

<sup>20</sup> Helaas is dit in Nederland een thema waar tegenwoordig veel aandacht aan besteed moet worden.

<sup>21</sup> In 2010 bezat 28 procent van de 15 – 65 jarigen een HBO of WO diploma. (CBS, 2011)

investeringen die hierin zijn. Individuen uit een lagere inkomensgroep sporten minder dan individuen in een hogere inkomensgroep. (SCP, 2010) Mogelijk biedt een onderzoek naar niet-sporters in een lagere inkomensgroep andere inzichten in de betekenisconstructie over het eigen niet sporten, zonder het lidmaatschap van deze ‘gedupeerde’ groep als uitgangspunt te nemen.

### **10.1.2 Niet-sporters schamen zich**

De resultaten van dit onderzoek laten zien dat vrijwillige niet-sporters ondanks inactiviteit de positieve maatschappelijke waarden van sport reproduceren. Door een sportief verleden zijn positieve disposities ten opzichte van sport aanwezig in de habitus van respondenten. Vanuit het sportdiscours is dan ook een continue druk ervaren om zich te confirmeren en sportief gedrag te vertonen. Deze macht van het sportdiscours maakte het vinden respondenten lastig. Individuen die niet sporten zijn zich bewust van het eigen non-conformisme en niet gemakkelijk bereid hier over te spreken. Veel potentiële respondenten weigerden medewerking of gaven kort voor het interview aan inmiddels wel te sporten. Individuen lijken zich te schamen voor de realiteit van het niet-sporten. Dit blijkt ook uit gehouden interviews. *“[J]e krijgt wel een beetje een schuldgevoel daardoor. Ja dat is, daarom denk ik ook dat veel mensen niet met jou dit interview willen doen, omdat ze denken van ja een bepaald stigma van als je niet sport ben je een lui wezen [...] wat op zich helemaal niet zo is. Je bent lui op sportgebied maar op een ander gebied weer niet.”* (Freddie) Dezelfde schaamte is mogelijk op het interviewproces van invloed. Zoals in de resultaten beschreven, bevinden individuen zich in een continue vergelijking met de sociale omgeving in relatie tot sport (en een sportief) uiterlijk. Tijdens interviews is de onderzoeker door enkele respondenten als ‘in shape’ gecategoriseerd. Mogelijk heeft een (negatieve) vergelijking invloed gehad op de psyche en respons van de geïnterviewde. Dit risico is geprobeerd te compenseren door respondenten vooraf duidelijk te maken dat het onderzoek geen beschuldigende toon kent en geen nadruk legt op de redenen van onwenselijk gedrag. De schaamte van respondenten is na de periode van dataverzameling wederom geïllustreerd. Verschillende respondenten hebben de moeite genomen contact op te nemen met de onderzoeker om te vertellen inmiddels wel aan sport te doen.

### **10.1.3 Interviews vormen plekken waar nieuwe betekenissen zijn geconstrueerd.**

Positieve waardes toegekend aan sport staan haaks op het vertoonde gedrag van respondenten. Deze discrepantie zorgt dat interviews processen zijn waarin nieuwe betekenissen ontstaan.<sup>22</sup> Deze processen zijn geïnitieerd op het moment dat besef ontstaat over de onvolledigheid of incorrectheid van bestaande betekenissen. Voorbeelden zijn tegenstrijdige betekennissen. *“[E]en beetje tegenstrijdig wel [lacht].”* (Holger), of is men geconfronteerd met een gebrek aan betekenis. *“[I]k heb er nooit echt zo over nagedacht dus ik zit ook terwijl ik iets aan het vertellen ben, ben ik ook aan het nadenken over: wat vind ik nou eigenlijk?”* (Freddie) Het feit dat een betekenis zojuist geconstrueerd is, betekent niet dat deze juist (of minder juist) is dan meer statische betekenissen. Het is wel tekenend voor dit onderzoek gebleken. Respondenten zijn vaak geconfronteerd met een discrepantie tussen de kennis die ze (re)produceren en het gedrag dat ze vertonen. De emotie die loskomt bij de waarneming van een kloof tussen kennis en gedrag leidt tot processen waarin nieuwe betekenissen ontstaan. Betekenissen die meer coherent blijken te zijn met de realiteit van respondenten. Het risico bestaat wel dat betekenissen geconstrueerd tijdens een interview niet heel statisch blijken. Zo hebben verschillende respondenten na interview aangegeven te zijn begonnen met sporten,

---

<sup>22</sup> Zie ook hoofdstuk 3.1: Betekenisgeving.

betekenissen gegeven tijdens Het houden van vervol ginterviews over een langere periode geven mogelijk meer inzicht in deze betekenisconstructie.

## **10.2 Marktdenken en stimulering hebben sport beroofd van plezier.**

Plezier is geen overweging wanneer respondenten over sport nadenken, terwijl in het verleden veel plezier aan sport is beleefd. Wat is de oorzaak van deze absentie van plezier? Het doordringen van de markt in sport, samen met het actief stimuleren van participatie bij mensen die nog niet (willen) sporten, heeft geresulteerd dat je de sport moet 'verkopen'. De markt heeft zichzelf direct in de 'business' van cultuur en sportproductie geplaatst en niet alleen in de distributie hiervan. (Morgan, 2010) De sport zelf is een product, een product dat actief aan de man gebracht is. Dit heeft de sport geprivatiseerd in die zin dat het een consumptiemiddel voor individuen is. Een product waarin de nadruk steeds meer ligt op de 'economische' waarde van sport: de doelen die je ermee kunt behalen. Deze nadruk komt in plaats van de 'non-economische' intrinsieke waarden van sport zoals plezier, esthetiek en fairplay. (Morgan, 2010) Ook de stimulering van sport focust zich enkel op de positieve effecten die het teweeg brengt, zoals een gezonder lichaam, pedagogische effecten en de integratie van minderheidsgroepen. (Devine, Rove & Olson, 2000) (Ohlin & Rossner, 1994) (Goodwin, 1997) (VWS, 2005) Deze beweegredenen spreken mensen mogelijk niet genoeg aan of resulteren in negatieve associaties met sport. De maatschappelijke kennis over sport binnen een individu, leidt mogelijk tot een negatieve confrontatie met zichzelf. In andere woorden, individuen zijn aangespoord te sporten om de eigen tekortkomingen te compenseren. Mogelijk kan een toenemende focus op plezier in de stimulering van sport (en spel) een (voor participatie) vruchtbaarder beeld van de sport creëren.

## **10.3 Neoliberalisme construeert het investeren in recreatieve sport als zinloos.**

De 'economische' gedachte van het neoliberalisme stelt dat individuen rationeel tijd en energie investeren. Door de leeftijd van respondenten, zijn dromen en/of wensen om uit te kunnen blinken in sport vervlogen. Investeren in een activiteit waarin je niet meer kan uitblinken is door het ontbreken van deze belofte niet rationeel. Mogelijk is het in een geïndividualiseerde en prestatiegeoriënteerde maatschappij onnatuurlijk te verlangen en/of verwachten dat alle individuen een gelijksoortige activiteit, in dit geval sport, beoefenen. Het is voor het merendeel niet mogelijk om uit te blinken in sport, sterker nog: ze zullen onderpresteren. Dit druist tegen een maatschappelijke stimulans van presteren in. Op jonge leeftijd vormt sporten op laag niveau geen probleem, door de nadruk die hier op plezier ligt en de perceptie van een mogelijkheid tot 'doorbreken' op latere leeftijd. Tijdens de middelbare school stoppen mensen veelal met sporten (SCP 2010) en 'slaan hun vleugels uit'. Op zoek naar activiteiten/hobby's waarin zij een prestatie kunnen leveren, of in andere woorden het gevoel hebben iets toe te voegen. Investeren in sport is door de opgelopen achterstand of gebrek aan talent zinloos. Immers door de aanwezigheid van een competitief element in sport betekent deze wijze van participatie verliezen. Sporters op recreatief niveau spelen op latere leeftijd vooral binnen vriendenteams of verenigingen gericht op gezelligheid. De beloningen voor sport liggen hier vaak op andere vlakken dan resultaat of een aantrekkelijk uiterlijk, zoals gezelligheid en deelname aan een groep (sociaal contact). Karakteristiek voor dit soort participatie is het belang van 'de derde helft'.<sup>23</sup> Door het gebrek aan de perceptie van plezier in sport en het ontbreken van gelijkgestemden, is deze wijze van participatie voor respondenten als zeer onwenselijk omschreven.

---

<sup>23</sup> Volgens veel 'vriendenteams' kun je hier alsnog winnen, zelfs nadat je op het veld ruim hebt verloren.

Respondenten geven in de afkeer van verenigingen aan deze vormen van plezier niet te ervaren. Individuele sporten zijn ook niet als plezierig omschreven. Sporten die zijn aangeboden, en de manier waarop, spreekt een groep mensen mogelijk niet aan.<sup>24</sup>

#### **10.4 De definitie niet-sporters, bruikbaar?**

In het 'Tendrapport Bewegen en Gezondheid 2008-2009' is onder meer vermeld dat 68% van Nederlanders aan 'sport' doet.<sup>25</sup> Één derde van Nederland sport daarmee niet. Op basis van deze definitie en cijfers is beleid geformuleerd dat een grotere sportparticipatie moet stimuleren. Een toename in de volksgezondheid is hiervoor de belangrijkste argumentatie. Een derde van Nederland is door het ontbreken van sport in het leven gecategoriseerd als ongezond en een probleem. Bij de legitimatie van deze categorisatie kan je vraagtekens plaatsen. De vraag is of een participatie van 12x per jaar daadwerkelijk bijdraagt aan een toename in gezondheid. Daarnaast is de vraag of je een definitie van 'inactiviteit' enkel op basis van sportieve participatie kan maken. Enkele respondenten gaven aan, ondanks het ontbreken van sport, een zeer actief leven te hebben. Toch zijn deze individuen als inactief gedefinieerd. In Brits onderzoek is de gezondheid van individuen onderzocht aan de hand van activiteit in het gehele leven, niet enkel sport.<sup>26</sup> Nederland 'scoort' in dit onderzoek erg goed met slechts 18% van de populatie die inactief is. (Heath, et al., 2012) Een simpele rekensom leer dat 14% van de Nederlandse bevolking volgens het Britse onderzoek *actief* zijn benoemd en in Nederlands onderzoek *inactieve* niet-sporters. Tenslotte, wanneer sport gezien is ter compensatie van ongezond gedrag. Is het mogelijk wenselijker om (ook) andere oorzaken van 'ongezondheid', zoals voedingspatronen, meer aan te pakken?

#### **10.5 'Waarheden' zijn gebaseerd op een dominant discours, niet op ervaringen.**

Er bestaat grote discrepantie tussen kennis en gedrag ten opzichte van het onderwerp sport. Deze kennis is een (exacte) reproductie van het maatschappelijke discours. Respondenten geven aan dat persoonlijke ervaringen ontbreken om de legitimiteit van deze kennis aan te kunnen tonen. Anderen hebben ervaringen die haaks staat op wat de kennis vanuit een sportdiscours hen leert. Desondanks twijfelen respondenten in deze gevallen niet aan het discours, maar enkel aan zichzelf: "[H]et zal wel zo zijn." (Meike) Eerder onderzoek signaleerde hetzelfde fenomeen in Nederland. Het dominante discours over gezondheid prevaleert boven alledaagse ervaringen met anderen en het eigen lichaam. Dit fenomeen is mogelijk te wijten aan een gebrek aan kritiek op dominante discourses over (sport en) gezondheid in Nederland. Weerstand tegen de autoritaire stem van biomedische professionals is hierdoor erg moeilijk. (van Amsterdam et al., 2011) Respondenten in dit onderzoek geven aan weinig medische kennis over sport en gezondheid te kennen. Mogelijk, gezien de betekenissen die aan sport zijn gegeven, is de kennis over sport in relatie tot een aantrekkelijk lichaam ook van invloed op de macht van dit discours. Mogelijk interessant is het om beter in te zoomen op het fenomeen schoonheid, wat houdt dit in? Om vervolgens te kijken naar de aanwezigheid en identificatie van schoonheideterminerende factoren.

---

<sup>24</sup> De KNVB heeft deze gedachte volgend enkele jaren geleden geprobeerd 55+ voetbal te marketen als voetbal voor plezier. Zonder *schwalbes*, agressiviteit en andere vervelende randverschijnselen.

<sup>25</sup> in de definitie dat sporten minimaal 12x per jaar actief zijn is. Deze definitie is in de 'Rapportage Sport' gangbaar, hoewel de rapportage sport ook nauwere definities kent. Andere voor kwantificatie gehanteerde definities zijn: 1x per jaar en 40 x per jaar.

<sup>26</sup> Een persoon is in dit onderzoek actief wanneer hij/zij 30 minuten minimaal 5 'licht' beweegt (zoals wandelen) of minimaal 3x per week 20 minuten intensief beweegt.



## 10.6 Een gezond lichaam, of een aantrekkelijk lichaam?

In eerste instantie spreken respondenten over gezondheid wanneer betekenis is gegeven aan sport. Bij doorvraag, onder een laag van sociaal wenselijkheid, blijken aan sport vooral betekenissen uit het oog van ijdelheid gegeven. Gezondheid is van minder belang, vooral aantrekkelijkheid staat centraal in de betekenissen die aan sport zijn gegeven. In buitenlandse onderzoeken is dezelfde preoccupatie van aantrekkelijkheid boven gezondheid gesignaleerd. Aantrekkelijkheid is hierin niet alleen als wenselijker gezien, maar een indicatie van gezondheid. Aantrekkelijke mensen zijn gezond. (Rail, 2009) (Burrows, 2008)

## 10.7 Economie van zichtbaarheid

De persoonlijke wensen voor het eigen lichaam staan onder invloed van een maatschappelijk beeld van een mooi lichaam en zijn afhankelijk van een subcultuur waartoe een individu zichzelf rekent. Het niet bestaan van een concreet ideaalbeeld, maakt de vergelijking met (vergelijkbare) anderen van belang. De vergelijking met anderen voor het beoordelen van zichzelf, en daarmee de noodzaak tot sport, is complex. Disciplinerende processen werken dusdanig dat elk individu continu het uiterlijk van anderen waarneemt en beoordeelt in relatie tot zichzelf en een dominant sportdiscours. *"[I]n Nederland is het denk ik ook wel vrij belangrijk denk ik het heersende beeld wat normaal is en wat niet."* (Ward) Deze vergelijking met anderen geschiedt op verschillende kenmerken, die door sport zijn beïnvloed. Vetpercentage en spiermassa zijn het meest genoemd. De hierboven beschreven disciplinerende processen met betrekking tot het eigen lichaam en die van anderen zijn eerder beschreven als de economie van zichtbaarheid. (Malson, 1998) In deze economie van zichtbaarheid disciplineren individuen zich (of niet, getuige de resultaten vanuit dit onderzoek) om aan ideaalbeelden te voldoen, zoals deze naar voren komen in een dominant sportdiscours. (Duncan 1994) Het slagen in deze zelfdisciplinerende staat in relatie tot idealen van geluk, door de perceptie van mogelijkheden die deze 'status' verleent. (Wright, 2004) In dit onderzoek is de keerzijde van deze economie van zichtbaarheid naar voren gekomen. Het 'falen' in deze zelfdisciplinerende leid tot gevoelens van ongeluk: *"Ik vind het al erg als ik in de winkel een buikje krijg en als ik zit dat ik mijn buikje zo kan voelen. Dan zit ik de hele tijd te denken aan mijn buik. En dan denk ik dat is echt niet fijn."* (Alicia) Niet-sporters zijn onaantrekkelijker en ervaren hierdoor gemarginaliseerd te zijn.

## 10.8 Niet-sporten is moreel slecht

Het grote geloof in de maakbaarheid van het eigen lichaam, in combinatie met de verantwoordelijkheid vanuit het neoliberalisme, maakt ieder individu direct verantwoordelijk voor zijn eigen gezondheid en aantrekkelijkheid. *"Behalve dan mensen die ziek zijn die [kunnen] er niks aan doen. De rest, natuurlijk, kan er iets aan doen."* (Alicia) Door de macht van het sportdiscours en het belang van gezondheid en/of aantrekkelijkheid, is deze keuze niet persoonlijk maar gaat gepaard met een morele veroordeling. Ongezonder zijn is je eigen schuld. Dezelfde morele verantwoordelijkheid komt naar voren in een aanbeveling van de Raad voor de Volksgezondheid en Zorg. Op basis van deze morele verantwoordelijkheid kan je ongezonde mensen verder bestraffen. *"[M]ensen die ongezond leven moeten meer zorgverzekeringspremie betalen."* (RVZ, 2012:14) In eerdere buitenlandse onderzoeken is deze morele verantwoordelijkheid gesignaleerd. (Rail 2009) (Wright 2009) Door het observeren en beoordelen van lichamen om zich heen, is elk individu onderwerp en (re)producent van deze discursieve macht, de morele implicaties hiervan en de dwang om hier aan te confirmeren. De vraag die je hierbij moet stellen is of de 'normaliserende' kennis die continu is gereproduceerd, wel zo normaal is. Heeft een mens zijn of haar gezondheid zelf in de

hand? Dit is een belangrijke vraag. Met name wanneer aan ongezondheid verdere zijn represailles gekoppeld.

Na kritisch naar het onderzoeksproces te hebben gekeken zijn enkele interessante zaken naar voren gekomen. Het is lastig gebleken niet-sporters te interviewen en heeft een kleine en homogene groep mogelijk geleid tot ruis in de data. Verder onderzoek moet dit uitwijzen. Het ontbreken van plezier is de belangrijkste reden gebleken om niet te sporten. Dit lijkt te zijn veroorzaakt door de vermarkting van de sport. Sport is een instrumenteel middel om in jezelf te investeren. Plezier verdwijnt geheel naarmate mensen ouder zijn en respondenten zien weinig nut in sporten op recreatief niveau. Verenigingen en sportinstanties spreken niet-sporters te weinig aan om aan andere vlakken van participatie plezier te beleven. Respondenten zijn daarom als inactieve niet-sporters gecategoriseerd. Deze categorisatie als inactief sluit niet aan bij de realiteit van alle respondenten. Vanuit het oogpunt van gezondheid zijn andere definities voor de categorisering van inactieven bruikbaar. Over de dominante visie op sport in relatie tot aantrekkelijkheid en gezondheid bestaat desalniettemin geen twijfel. Zelfs niet wanneer ervaringen het discours tegen spreken. Integendeel, via een economie van zichtbaarheid vindt een continue beoordeling van lichamen plaats. Elk individu is continu in staat de aantrekkelijkheid van anderen te beoordelen. De aantrekkelijkheid is vervolgens direct gekoppeld aan de gezondheid van hetzelfde individu. Een aantrekkelijk lichaam is gezond. Door een groot geloof in de machinale werking van het lichaam is aan deze economie van zichtbaarheid een normatief oordeel gekoppeld. Wie onaantrekkelijk is, moet ongezond zijn en dit is zijn of haar eigen schuld. Lichamelijk gemarginaliseerde mensen zijn op deze manier mentaal ook minderwaardig. Wanneer een situatie ontstaat waarin deze individuen verdere represailles opgelegd krijgen rijst de vraag of dit een wenselijke situatie is en op welke disciplinerende kennis dit mechanisme gebaseerd is.

## 11. Conclusie

Onder respondenten bestaat grote mate van consensus over het begrip sport. Sport is volgens respondenten een bewuste structurele lichamelijke inspanning, gekenmerkt door de fysieke gevolgen die het sporten veroorzaakt. Het resultaat van sport, fysieke vooruitgang, is zo belangrijk dat het in retrospectie de waarde van een sportieve activiteit bepaalt. Deze aan sport toegeschreven betekenissen zijn een reproductie van een maatschappijbrede discours over sport. Respondenten zijn daarmee succesvol gedisciplineerd met en door deze kennis. Respondenten kennen een lange geschiedenis van disciplineren met positieve waarden van sport en zijn actief gestimuleerd om sportief gedrag te vertonen. Gedurende de jeugd zijn met name familie, vrienden en onderwijsinstellingen plekken waar deze kennisconstructie is ontwikkeld. De positieve waarden van sport zijn zo dominant, dat deze stimulering als vanzelfsprekend is ervaren. Deze stimulering is zeer succesvol getuige de grote mate van participatie in de jeugd. Positieve discursieve kennis over sport heeft zich gedurende de jeugd in respondenten gevestigd. Deze kennis draagt bij aan positieve disposities ten opzichte van sport in habitus van respondenten. Tegenwoordig ervaren respondenten, vooral via populaire media en (overheids)stimulering continu bloot te staan aan de (re)productie van deze discursieve kennis over sport.

Niet alle positieve waarde zijn aanwezig in de betekenissen die zijn gegeven aan sport. In het verleden is sport vooral een activiteit geweest die uit het oogpunt van plezier is beoefend. Het doel van sport is in de loop der tijd verschoven. Allereerst naar presteren en uiteindelijk het middel om lichaam en gezondheid positief te beïnvloeden. Deze verschuiving leidt tot een verlies van plezier in sportieve activiteiten. Samen met de toenemende mogelijkheden van agency door het afnemen van ouderlijk en scholair toezicht, zijn respondenten gestopt met sport. Deze afname van de invloed van structuur op het gedrag van respondenten is daarom als positief omschreven. Respondenten hebben de mogelijkheid zelf invulling te geven aan het leven en ervaren dit als zeer positief. Hierin schuilt echter een paradox. Door de aanwezigheid van sport in de habitus en de daarmee gepaard gaande positieve discursieve kennis, bestaat bij respondenten de wens om wel sportief gedrag te vertonen. De eigen (negatief beoordeelde) inactiviteit is causaal toegeschreven aan de afname van de invloed van structuur. Respondenten kijken daarom reikhalzend uit naar een toekomst met meer structuur, een toekomst met meer sport. De macht van het sportdiscours is dermate groot dat determinerende structuren, die negatief zijn omschreven, paradoxaal als wenselijk zijn beschreven.

De macht van het sportdiscours gaat vooral uit van de kennis dat sport in een directe causale relatie staat tot gezondheid. Deze kennis is met name gelegitimeerd door de mens te construeren als een wezen dat beweging nodig heeft. De inactiviteit, ontstaan door kantoorbanen, van mensen in de hedendaagse maatschappij is als onnatuurlijk omschreven. Sport is noodzakelijk om deze inactiviteit te compenseren, niet sporten is in dit geval 'onnatuurlijk'. Door de jonge leeftijd van respondenten is ongezondheid nooit ervaren. De causale relatie tussen sport en gezondheid blijkt een verhullende schil die minder sociaalwenselijke betekenissen maskeert. In de dagelijkse realiteit van respondenten is sport een middel om de eigen aantrekkelijkheid positief te beïnvloeden. De relatie tussen sport en een aantrekkelijk lichaam is dusdanig sterk dat een machinale visie op het lichaam ontstaat. In deze visie leidt de input 'sport' automatisch tot een gewenste uitkomst, namelijk een aantrekkelijker lichaam. Deze neoliberale benadering van sport in relatie tot het lichaam, is voor iedereen mogelijk. Hierdoor ontstaat een grote mate van verantwoordelijkheid over het eigen lichaam, het ontbreken van een wenselijk lichaam is je eigen schuld. In deze machinale visie op het lichaam staat sport in

directe relatie met eten. Sport en eten kunnen elkaars (positieve) werking versterken of verzwakken. Beide kan je cijfermatig (bij voorbeeld met behulp van calorieën) tegen elkaar afzetten om een ideale input uit te rekenen. De beoordeling van het resultaat van deze machinale benadering, het uiterlijk, is onderhevig aan een continue hiërarchische vergelijking met anderen. Respondenten zijn in staat anderen in relatie tot zichzelf en kennis uit het sportdiscours te beoordelen als 'beter' of 'slechter'. Een positieve beoordeling vormt een beloning voor positief gedrag. Een negatieve beoordeling is afkeuring van het eigen gedrag. Door middel van consensus over de mogelijkheden die sport biedt en de verantwoordelijkheid over het eigen lichaam, impliceert een negatieve normatieve beoordeling abnormaal gedrag en een afkeuring van de eigen persoonlijkheid.

Ondanks de grote mate van consensus over de positieve waarden van sport en de mogelijkheden die deze biedt, confirmeren respondenten zich niet aan deze discursieve kennis. Zij ervaren te zijn gecategoriseerd in een groep 'inactieven'. Dit heeft gevolgen voor het emotionele welbevinden van individu. Respondenten die zichzelf categoriseren als in shape, vergelijken zichzelf op een positieve manier met anderen. Hierdoor ervaren zij minder druk om te confirmeren. Respondenten die zichzelf niet beoordelen als in shape ervaren een continue negatieve examinatie van zichzelf. Deze continue negatieve examinatie in relatie tot een sport propagerende maatschappij heeft als effect dat respondenten zichzelf als abnormaal en gemarginaliseerd zien.

Ondanks de aanwezigheid van discursieve (positieve) kennis, positieve disposities ten opzichte van sport in de habitus en de ervaring van continue druk vanuit een sport propagerende maatschappij, vertonen respondenten geen sportief gedrag. Respondenten zijn daarom geen docile bodies in de zin dat ze niet volgbaar zijn aan maatschappijbrede kennis over de wenselijkheid en/of noodzakelijkheid van sport. Respondenten hanteren verschillende wijzen om zich te verzetten tegen dit dominante discours. Respondenten omschrijven de sportwereld als een veld<sup>27</sup> waarin geaccumuleerde vormen van cultureel kapitaal noodzakelijk zijn om participatie mogelijk te maken. Deze vormen van cultureel kapitaal zijn omschreven als persoonlijkheidskenmerken en sportieve kwaliteiten. Vervolgens geven respondenten aan niet over deze vormen van cultureel kapitaal te beschikken. Hiermee is aangegeven dat toegang tot- en invloed op de sportwereld onmogelijk is: *"Ik ben gewoon niet echt een sporter."* (Lana)

Door de keuze voor inactiviteit te bezien vanuit andere discoursen dan het sportdiscours zijn andere manieren van verzet mogelijk. Respondenten hanteren een hedonistisch discours, gericht op het belang van plezier in het leven. Sport is hierin teruggebracht tot een enkel doel, het hebben van plezier. Op deze manier ontstaat een waardevrije keuze tussen sport en andere activiteiten gericht op plezier. Door aan te geven zelf geen plezier aan sport te beleven is de keuze gelegitimeerd, immers: *Leisure* moet *pleasure* zijn. Een ander discours, gehanteerd om de keuze niet te sporten te legitimeren, is het discours van contingentie. Dit discours spreekt de noodzakelijkheid van bepaalde zaken in het leven aan. Zaken die noodzakelijk zijn om te overleven. Vanuit het neoliberalisme is vervolgens aangegeven dat investeringen in school en/of werk noodzakelijker zijn dan het sporten. Hiermee is de keuze niet alleen gelegitimeerd, maar de wenselijkheid en/of noodzakelijkheid van sport gebagatelliseerd.

Ondanks bovenstaande wijzen van verzet is de macht van het sportdiscours groot. Dit discours is dermate aanwezig dat alle respondenten aangeven in de toekomst te zullen, of moeten sporten. Het

---

<sup>27</sup> Het begrip sportwereld duidt op een 'veld' in de term zoals Bourdieu (1989) hem hanteert.

verzet tegen de maatschappijbrede kennis is daarmee tijdelijk geconstrueerd. Door normaliserende zaken, zoals verwijzen naar anderen die óók niet sporten, of door te verwijzen naar overmacht, door middel van sobstories, is tijdelijk non-conformisme gelegitimeerd. Door de macht die van het sportdiscours uitgaat is dé reden voor inactiviteit, het ontbreken van plezier, geen geldig argument.

De combinatie van theorieën over disciplineren, veld, kapitaal en habitus bieden de mogelijkheid meer inzicht te geven in de complexiteit van de betekenisgeving van niet-sporters. De combinatie tussen veld, kapitaal en habitus enerzijds en disciplineren anderzijds is interessant omdat beide elkaar aanvullen. De eerstgenoemde geeft inzicht in de wisselwerking tussen machten van structure en agency en hoe deze resulteren in concreet gedrag. Macht is kennis en kennis is macht. De laatstgenoemde, disciplineren, laat zien welke kennis (het sportdiscours) deze macht is en op welke manier macht op individueel niveau doorwerkt. Op basis van deze theorieën en de analyse ermee is een antwoord geformuleerd op de gestelde onderzoeksvraag:

*Welke betekenissen geven niet-sporters aan sport en zichzelf in relatie tot de realiteit van het niet-sporten in een maatschappij waar sport als wenselijk wordt gezien, hoe en waar zijn deze betekennissen geconstrueerd?*

De centrale betekenis die niet-sporters toekennen aan sport is de positieve relatie tot het eigen lichaam. Deze betekenis is geconstrueerd in determinerende structuren gedurende de jeugd en heeft zich hierdoor permanent in respondenten gevestigd. De disciplinerende kennis dat sport leidt tot een noodzakelijk gezond en aantrekkelijk lichaam, is in de gehele samenleving dominant aanwezig en oefent daarmee druk uit op het gedrag van respondenten. In relatie tot zichzelf veroorzaakt sport daardoor emoties van machteloosheid, abnormaliteit en marginalisatie. De macht die uitgaat van discursieve kennis over sport maakt dat alle respondenten de eigen identiteit (niet-sporter) tijdelijk beschrijven. Niet-sporters moeten, en zullen, zichzelf ooit veranderen.

## Literatuurverwijzing

- Amsterdam, van, N., Knoppers, A., Claringbould, I., Jongmans, M. (2012), 'A picture is worth a thousand words: constructing (non-) athletic bodies', *Journal of Youth Studies*, 15:3, 293-309.
- Barker-Ruchti, N., Tinning, R. (2010), Foucault in Leotards: Corporal Discipline in Women's Artistic Gymnastics, *Sociology of Sport Journal*, 2010, 27, 229-250.
- Bottenburg, Maarten van (1994). 'Is de 'Homo ludens' het eindpunt?', *Historisch Nieuwsblad*, jrg. 3, nr. 4, pp. 34-36.
- Bourdieu, P. (1985) 'The Genesis of the Concepts of Habitus and of Field', *Sociocriticism* 2: 11-23.
- Bourdieu, P., Pels, D. (red.) (1989), *Opstellen over veld, kapitaal en habitus*, Van Genneep.
- Bourdieu, P., Wacquant, L. J. D. (1992), *An invitation to reflexive sociology*, University of Chicago Press.
- Burrows, L. (2008), 'Fit, fast and skinny': New Zealand school students 'talk' about health. *New Zealand physical educator*, 41 (3), 26-36.
- Butsch, R. (2001), Considering Resistance and Incorporation, *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 23:2, 71-79.
- Centraal Bureau voor de Statistiek, (2011). *Jaarboek onderwijs in cijfers*, Den Haag.
- Coakley, J. (2007), *Sports in society: issues and controversies*. McGraw Hill Higher Education: New York
- De Bono, E. (1972), *Praktisch Denken. Vier Manieren Om Gelijk Te Hebben En Vijf Manieren Om Fouten Te Maken*, Amsterdam Brussel Paris-Manteau.
- Deetz, S. (2000), 'Describing Differences in Approaches to Organization Science', in: *Talking About Organization Sciences: Debates and Dialogue From Crossroads*, Sage.
- Duncan, M.C. (1994), The politics of women's body images and practices: Foucault, the Panopticon, and shape magazine. *Journal of Sport & Social Issues*, 18: 48-65.
- Devine, C. M., Rove, C. E., & Olson, C. M. (2000). Continuity and change in women's weight orientations and lifestyle practices through pregnancy and the postpartum period: the influence of life course trajectories and transitional events. *Social Science and Medicine*, 50, 567-582 .
- Elling, A., (2010), *Niet-sporters: achtergronden en opvattingen : aanvullende rapportage SportersMonitor 2008*, W.J.H. Mulier Instituut 'S-Hertogenbosch.
- Elling, A., Kemper, F., (red.) (2011), 'Het kost veel tijd en je wordt er moe van'. *Verklaring voor sportdeelname en inzichten in de leefwereld van niet-sporters*, W.J.H. Mulier Instituut 'S-Hertogenbosch.
- Foucault, M. (1977), *Discipline and Punish: the birth of the prison*. Knopf Doubleday Publishing Group.
- Goodwin, A. (1997). *Body image and exercise during pregnancy*, Key Centre for Women's Health in Society, Department of Public Health and Community Medicine, University of Melbourne.
- Glazer, B.G., Strauss A.L. (1967), *The discovery of grounded theory: strategies for qualitative research*, Transaction Publishers.
- Glesne, C. (2006), *Becoming qualitative researchers. An introduction*, Addison Wesley Longman, Inc. New York.
- Gray, J. (2010), *Strohonden*, Ambo.
- Lewis, B., Ridge, D. (2004), Mothers refraining physical activity: family oriented politicization, transgression and contested expertise in Australia, *Social Science & Medicine* 60 (2005), 2295-2306.
- Hall, S. (1981), 'Notes on deconstructing the popular', In: Samuel, R. (Ed.), *People's history and socialist theory* (pp. 227-239). London: Routledge & Kegan Paul.

- Heath, G., Parra, D., Sarmiento, O., Andersen, L., Owen, N., Goenka, S., Montes, F., Brownson, R. (2012), *Evidence-based intervention in physical activity: lessons from around the World*, *The Lancet* 380:9838 (p 272-28)
- Hessenj J. 1964, *Samen jong zijn*. Van Gorcum Assen.
- Hollis, M. (2008), *The philosophy of social science. An introduction*, Cambridge University Press.
- Kamphuis, C., van den Dool, R., (2008), 'Sportdeelname'. In: Breedveld, K., Kampuis, C., Tiessen-Raaphorts, A. (red.), *Rapportage Sport 2008* (p. 74-101). Sociaal en Cultureel Planbureau/W.J.H. Mulier Instituut, Den Haag/Den Bosch.
- Light, R. (1999), *The Body in the social World and the Social World in the Body: Applying Bourdieu's Work to Analyses of Physical Activity in Schools*, University of Melbourne.
- Maasen, C. (2008), 'Mij niet gezien!' *Kwalitatief leefwereldonderzoek naar de sportattitude, ervaren stimulansen en belemmeringen van niet-sportende 50-64 jarigen*. Universiteit van Tilburg.
- Malson, H. (1998). *The thin woman. Feminism, post-structuralism and the social psychology of anorexia nervosa*. New York: Routledge.
- Manders, T., Kropman, J.A. (1987), Sport, ontwikkelingen en kosten, Nijmegen: ITS.
- Morgan, W.J.(2010), Bullshitters, Markets, and the Privatization of Public Discourse About Sports, *American Behavioral Scientist*, 53(11) 1574-1589, Sage Publications.
- van Mourik, H. , Bulder, E., Frans, E. (1995). *Van later zorg?: Welzijn en geluk in de derde levensfase*, Leeuwarden: Avéro pensioenverzekeringen.
- Notté, R., van Kalmthout, J., van Lindert, C. (2011), *Monitor integratie van gehandicaptensport binnen reguliere sportbonden : onderzoek naar de ervaringen van sportbonden bij de integratie van de sport voor mensen met een handicap*, W.J.H. Mulier Instituut 'S-Hertogenbosch.
- Ohlin, A., Rossner,S. (1994), Trends in eating patterns, physical activity and socio-demographic factors in relation to postpartum body weight development. *British Journal of Nutrition*, 71,457-470.
- Pond, R. (2010), Virtuously watching one's health: Older adults' regulation of self in the pursuit of health, *Journal of Health Psychology*, 15:734.
- Rail, G. (2009), Canadian youth's discursive constructions of health in the context of the obesity discourse. In: Wright, J., Harwood, V. (eds), *Biopolitics and the 'obesity epidemic': governing bodies*, 143-156, New York: Routledge.
- de Regt, A. (1984), *Arbeidersgezinnen en beschavingsarbeid*. Boom, Meppel.
- Rijdsdorp, K. (1957), *Sport als jong-menselijke activiteit*. Wolters, Groningen/Djakarta.
- Rubin, H.J., Rubin, I. (2005), *Qualitative interviewing: the art of hearing data*, Sage Publishing.
- Steendijk-Kuypers, J., (1999), *Vrouwen-Beweging*, Erasmus Publishing, Rotterdam.
- Stokvis, R. (2011), Sporters en niet-sporters. Habitus en motieven, in: Elling, A. & Kemper, F. (red.) (2011). *'Het kost veel tijd en je wordt er moe van'. Verklaringen voor sportdeelname en inzichten in de leefwereld van niet-sporters*. Nieuwegein/'s-Hertogenbosch: Arko Sports Media/W.J.H. Mulier Instituut.
- Tiessen-Raaphorst, Breedveld, K. (red.) (2006), *Rapportage Sport 2006*, Sociaal en Cultureel Planbureau Den Haag.
- Tiessen-Raaphorst, A., Verbeek, D., de Haan, J., Breedveld, K. (red.), 2010, *Sport: een leven lang. Rapportage Sport 2010*, Sociaal en Cultureel Planbureau/ W.J.H. Mulier Instituut Den Haag/ 's Hertogenbosch.
- TNO (2010), *Trendrapport Bewegen en Gezondheid 2008-2009*. ISBN-nummer: 978-90-5986-348-4.
- Vermeulen, J., Verweel, P. (2009), Participation in sport: bonding and bridging as identity work. *Sport in Society*, 12, p. 1206-1219.
- Weick, K.E. (1995), *Sensemaking in organizations*, Sage Publications.
- Williams, R. (1977), *Marxism and Literature*, Oxford University Press.

- Wisse, E., Elling, A., van den Dool, R. (2009), *Ik wil wel dat mijn kind leert zwemmen : een onderzoek naar de factoren die de zwemvaardigheid beïnvloeden en de rol van allochtone ouders*, W.J.H. Mulier Instituut 'S-Hertogenbosch.
- Wright, J. (2004), *Post-structural methodologies: The body, schooling and health*. In *Body knowledge and control. Studies in the sociology of physical education and health*, New York: Routledge.
- Wright, J. (2009), Biopower, biopedagogies and the obesity epidemic. In: Wright, J., Harwood, V. (eds) *Biopolitics and the 'obesity epidemic': governing bodies*, New York: Routledge.
- Young, M. (2008), *The rise of the meritocracy*, Transaction Publishers New Brunswick.

#### Internet

- Kuipers, B. (2001), *Accountability in Science*, <http://web.eecs.umich.edu/~kuipers/opinions/accountability-in-science.html>, geraadpleegd op 29 juni 2012
- Ministerie van VWS, (2005)., *Programma Meedoen Allochtone Jeugd Door Sport*, <http://www.sportknowhowxl.nl/files/VWS%20-%20programma%20Meedoen%20Allochtone%20Jongeren%20door%20sport.pdf>, geraadpleegd op 29 juni 2012.
- Ministerie van VWS, (2007)., *Kaderstellende afspraken Impuls Nationaal Actieplan Sport en Bewegen*, <http://www.rijksoverheid.nl/bestandendocumenten-en-publicaties/convenanten/kaderstellende-afspraken-impuls-nationaal-actieplan-sport-en-bewegen%2Fs-2840168b.pdf>, geraadpleegd op: 29 juni 2012.
- Ministeries van VWS en OCW, (2007)., *Bestuurlijke afspraken impuls brede scholen, sport en cultuur*, overeengekomen en ondertekend te Den Haag op 10 december 2007, [http://www.combinatiefuncties.nl/io/downloads/impuls/bestuurlijke\\_afspraken\\_impuls\\_brede\\_scholen.pdf](http://www.combinatiefuncties.nl/io/downloads/impuls/bestuurlijke_afspraken_impuls_brede_scholen.pdf), geraadpleegd op: 29 juni 2012.
- Ministeries van VWS en OCW, (2008)., *Beleidskader sport, bewegen en onderwijs*, [http://www.mulierinstituut.nl/projecten/overige-projecten/monitoring-sporta/beleidskader-sb\\_o.pdf](http://www.mulierinstituut.nl/projecten/overige-projecten/monitoring-sporta/beleidskader-sb_o.pdf), geraadpleegd op 29 juni 2012.
- NOC\*NSF, (2007)., *Sport groeit! Sportagenda 2012*, Vastgesteld tijdens Algemene Vergadering 20 november 2007, <http://www.nocnsf.nl/xu/document/cms/streambin.asp?requestid=0E81477A-7F33-4156-9440-28419F9F200E>, geraadpleegd op: 29 juni 2012
- NOC\*NSF, (2009)., *Olympisch Plan 2028. Heel Nederland naar Olympisch niveau*, <http://www.olympisch-vuur.nl/data/sitemanagement/media/downloads/Olympisch%20Plan%202028%20%20in%20lage%20resolutie.pdf>, geraadpleegd op 29 juni 2012
- NOC\*NSF, (2010)., *Nederland in de Top 10. Naar een winnend topsportklimaat*, <http://nocnsf.nl/cms/streambin.aspx?requestid=DBC6DDFE-A9D6-4FA1-8B3E-16E73B1D6C2D>, geraadpleegd op 29 juni 2012.
- Raad voor de Volksgezondheid en Zorg, *Solidariteit. Gezondheid en zorg tussen private consumptie en collectieve investering*. Plan van aanpak, vastgesteld in de Raadsvergadering van 19 april 2012. [http://www.rvz.net/uploads/docs/Plan\\_van\\_aanpak\\_Solidariteit.pdf](http://www.rvz.net/uploads/docs/Plan_van_aanpak_Solidariteit.pdf), geraadpleegd op: 29 juni 2012.
- Website Ministerie van VWS, <http://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/sport/bewegen-en-gezondheid>, geraadpleegd op 8 december 2010.
- World Health Organisation (WHO). (2003). Consultation document to guide the development of a WHO global strategy on diet, physical activity and health.



<http://www.who.int/hpr/gs.consultation.document.shtml>, geraadpleegd op 5 April 2003  
(In: Lewis & Ridge 2004).