



COLUMN HUGO VAN DER POEL

➤ Ook leuk heeft effect

Als iemand op sport wil bezuinigen, dan gaat dat vaak gepaard met de retorische vraag waarom we belastinggeld zouden spenderen aan iets dat leuk is. Leuk is niet genoeg, daar moet iets belangrijks bij. Sport is niet alleen leuk, maar heeft ook positieve effecten op de gezondheid en de economie! Dat rechtvaardigt overheidsuitgaven aan sport.

Zonder iets af te willen doen aan de positieve effecten van sport, is het niet verkeerd om iets langer stil te staan bij het feit dat sport leuk of plezierig is. Stel dat sport niet leuk zou zijn. Hoe groot zou de kans dan zijn dat mensen uit eigen beweging beginnen met honkbal, squash of volleybal? En, eenmaal begonnen, hoeveel mensen zetten een activiteit door, als ze die activiteit niet leuk vinden en ze hun vrije tijd evengoed kunnen vullen met plezierige activiteiten? De vraag stellen is hem beantwoorden.

Het feit dat sport leuk is, is een enorme kracht van sport. Het motiveert mensen om te gaan sporten en te blijven sporten. Dat mensen uit eigen beweging blijven sporten is mooi, want welk effect men ook met sport wil bereiken, dit kan alleen optreden als er wordt gesport. En meestal wordt dat effect sterker als er meer wordt gesport. Een weekje skiën in maart levert minder gezondheidseffecten op dan het hele jaar door wekelijks trainen en wedstrijden spelen. Het plezierige karakter van sport is een onmisbare randvoorwaarde voor het optreden en versterken van positieve externe effecten.

Zelfs los van die externe effecten is het fijn dat mensen hun vrije tijd gebruiken om te sporten, en niet om te gokken of in de kroeg te hangen, laat staan lawaai te maken of rotzooi te trappen. Natuurlijk durft niemand het aan waarderende uitspraken te doen over de vrijetijdsbesteding van de ander. Lekker jezelf zijn, ja toch? We hebben geen betuttelende overheid nodig om ons te vertellen wat goed voor ons is, dat zoeken we zelf wel uit. Tuurlijk. Maar intussen probeert de overheid toch vormen van vrijetijdsbesteding tegen te gaan of af te remmen die (een groot risico op) negatieve externe effecten hebben, zoals verslaving, vervuiling, lawaai-overlast en medische kosten. Dan is het toch fantastisch dat mensen in de sport willen presteren, en om die reden hun drankgebruik matigen, gezond eten en op tijd naar bed gaan?

Wat maakt sport leuk? Vanuit het oogpunt van sportstimulering en de wens om bij sporters de sportfrequentie te vergroten en uitval tegen te gaan, is dit een gewichtige vraag. Behalve veel sporters hebben we in ons land ook veel mensen die niet sporten, omdat ze sporten niet leuk vinden. Het zou goed zijn te weten waardoor dat komt, en wat je zou kunnen doen om sporten voor deze mensen alsnog leuk te maken. Zo is het ook goed om te onderzoeken wat maakt dat sport op een gegeven moment niet leuk meer is en waarom sporters afhaken. Dat wordt vast een heel leuk onderzoek.

Hugo van der Poel is directeur van het Mulier Instituut