

# De (bewezen) meerwaarde van sport



↑ INEKE DONKERVOORT

Op de derde dinsdag in september verscheen de begroting van het Ministerie van VWS voor 2021, met daarin een toelichting op het beleid en budget voor de sport. Die dag publiceerde de NLsportraad ook haar werkprogramma voor de periode 2021-2024. In haar begroting motiveert VWS het sportbeleid vooral vanuit de maatschappelijke betekenis van sport. “Sport en bewegen dragen in belangrijke mate bij aan een betere gezondheid, aan het verbeteren van leefbaarheid en veiligheid, sociale samenhang en integratie, aan het verbeteren van de schoolprestaties en het verminderen van schooluitval.”

De NLsportraad schrijft in haar werkprogramma dat “sport en bewegen een positief en bewezen effect heeft op de fysieke, mentale en sociale gezondheid van mensen”. Een leven lang sporten en bewegen helpt ziekten te voorkomen en terug te dringen, en draagt bij aan een betere weerbaarheid, vitaliteit en een grotere arbeidsproductiviteit. Wat de mentale en sociale gezondheid betreft, noemt de NLsportraad positieve effecten op de persoonlijke ontwikkeling (zelfbeheersing, eigenwaarde, discipline, doorzettingsvermogen, sociale vaardigheden) en op sociale waarden als welzijn, participatie, cohesie en integratie. Sport zou dus prima ingezet kunnen worden bij maatschappelijke opgaven als (re)integratie, individualisering en eenzaamheid.

In 2016 gingen onderzoekers van Mulier Instituut en Kenniscentrum Sport na welk wetenschappelijk bewijs er is voor de maatschappelijke impact van sport. Hun conclusie is dat sport en bewegen een positieve invloed heeft op de gezondheid van mensen. Er is echter geen bewijs dat sporten door jongeren leidt tot positieve leerprestaties en minder verzuim. Positieve opvoedkundige effecten van sportbeoefening blijken nogal afhankelijk van onder meer de kwaliteit van de begeleiding in het stimuleren van deelnemers en de duur van de interventies.

Topsportprestaties blijken te kunnen bijdragen aan gevoelens van verbondenheid en trots, maar een positief effect van topsport op sportdeelname is nooit bewezen. Door sport blijken sociale verschillen overbrugd te kunnen worden, maar er blijkt ook vaak sprake te zijn van het versterken van reeds bestaande sociale verbanden, waardoor juist sociale uitsluiting van maatschappelijk minder dominante groepen in en door de sport optreedt.

De *overall* conclusie van de studie is dat sport en bewegen een maatschappelijke meerwaarde heeft ten aanzien van gezondheid, opvoedkundige vraagstukken, burgerschap, en sociale samenhang en leefbaarheid. Maar in wetenschappelijk opzicht is alleen de (causale) relatie tussen sport en bewegen en gezondheid onderbouwd. In veel andere gevallen blijkt sport en bewegen niet de verklarende factor voor een positieve ontwikkeling in maatschappelijke waarden.

In het verlengde van de studie van Mulier en Kenniscentrum Sport zijn vanuit Universiteit Utrecht de laatste jaren diverse proefschriften verschenen die ingaan op de rol die sportverenigingen kunnen spelen als instrument van overheidsbeleid. Allemaal komen ze tot de conclusie dat het ingewikkeld is om via de georganiseerde sport maatschappelijke opdrachten te realiseren. Zelfs bestaat het risico dat de claim van sport als meerwaarde op zo veel andere terreinen dan alleen gezondheid ten koste gaat van de traditionele taken van de sportvereniging.

Hoe het gezondheidseffect van sport en bewegen te promoten voor een zo groot mogelijk deel van de bevolking? Prioriteren, daar komt het volgens de NLsportraad op aan. De meerwaarde van sport en bewegen voor de gezondheid komt pas tot zijn recht als meer partijen – van VWS tot NLsportraad, van NOC\*NSF tot fitnessbranche, welzijnsinstellingen, fysiotherapeuten et cetera – gaan samenwerken en er een brancheorganisatie komt die één visie voor de hele sector ontwikkelt en die de belangen behartigt van alle partijen die bij sport en bewegen betrokken zijn. Alleen zo kan een aanbod ontstaan dat beter is afgestemd op de behoeften, en zal het niet langer nodig zijn terug te vallen op niet bewezen claims. ●

---

Ineke Donkervoort is ex-topsporter, sportbestuurder, organisatiedeskundige en eigenaar van ID management & advies ([www.idmanagementenadvies.nl](http://www.idmanagementenadvies.nl)).