

# Opgave 1 Kudos laten je rennen

## tekst 1

### Duurzame<sup>1)</sup> sportdeelname door online sportnetwerken – werkt dat?

(...) We [onderzoekers van de Radboud Universiteit] onderzochten invloedsprocessen binnen Strava, het grootste en bekendste wereldwijde online sportnetwerk. Meer specifiek richtten wij ons op de online Strava-netwerken van vijf Nederlandse hardloopverenigingen. Wij verzamelden longitudinale<sup>2)</sup> data over kudos-netwerken (wie geeft aan wie kudos?) en loopactiviteiten (hoe vaak en hoe lang lopen leden per week?).

We verwachtten dat het krijgen van kudos (...) lopers motiveert om actief te blijven. Daarnaast verwachtten we dat de activiteiten van clubgenoten dienen als inspiratie. Lopers zouden daarom de neiging hebben om het loopgedrag van deze clubgenoten na te gaan bootsen. En dan vooral het loopgedrag van clubgenoten die vaker en langer lopen dan zichzelf.

#### Positieve en negatieve sociale invloed

In overeenstemming met onze (...) verwachtingen constateerden we dat

lopers die van meer clubgenoten kudos ontvingen, minder geneigd waren om hun wekelijkse loopfrequentie en loopduur te verminderen. Dit is een vorm van 'positieve invloed'. We zagen ook dat het loopgedrag van clubleden (...) op elkaar ging lijken. Maar helaas, en in tegenstelling tot onze verwachting, bleek dat lopers vooral gingen lijken op clubgenoten die minder (vaak) liepen. Minder actieve loopmaatjes laten dus zien dat het oké is om zelf ook minder te doen. Een vorm van 'negatieve invloed'.

(...)  
Ons onderzoek toont aan dat een focus op online sociale netwerken voor beleid dat duurzame sportdeelname wil bevorderen en inactiviteit wil tegengaan kansen biedt, maar ook gevaren kent. Het krijgen van sociale steun, al is het maar via een virtuele duim omhoog, werkt motiverend. Het gevaar is echter dat online vrienden elkaar eerder naar beneden zullen trekken dan omhoog zullen tillen.

*bron: R. Franken, H. Bekhuis, J. Tolsma, 2023*

noot 1 duurzame = van lange duur, blijvende

noot 2 longitudinaal = over een langere tijd met verschillende meetmomenten