

# Het verband tussen het gebruik van digitale media en welzijn: een verkennend onderzoek bij kinderen van 9 tot 12 jaar

Aantal woorden: 13.718

Helena Bruggeman

Studentennummer: 01204718

Promotor: Prof. dr. Alain Van Hiel

Masterproef voorgelegd voor het behalen van de graad master in de richting Klinische Psychologie

Academiejaar: 2016 - 2017

## **Dankwoord**

Gegevens, verzameld bij 13871 kinderen van de provincie Antwerpen, komen niet spontaan een databank binnenvliegen. Er gaat een lang proces aan vooraf van volgehouden engagement, organiseren, uitleggen, motiveren, ondersteunen en vooral van samenwerken. Uiteraard bedank ik hier alle deelnemende kinderen, hun ouders, de leerkrachten, de schooldirecties en de preventiewerkers.

Mijn bijzondere dank gaat ook uit naar de onderzoeks groep van de provincie Antwerpen die vanuit een ongeziene openheid en vertrouwen mij de opportunitet bood hier tijdelijk deel van uit te maken en ‘hun’ onderzoek te sturen in de richting van mijn masterproef.

Mijn dank gaat ook uit naar prof. Alain Van Hiel voor de evidentie en het enthousiasme waarmee hij dit vrije theisonderwerp mee heeft vorm gegeven. Opmerkelijk vond ik ook zijn grote betrokkenheid, effectieve ondersteuning en authenticiteit.

Ook dank aan Barbara Valcke voor de statistische ondersteuning en fijne feedback.

Dank aan mijn papa voor zijn permanente klankbord, maar vooral dank voor wie hij is.

Dank aan mijn vrienden en familie voor alle warme steun.

En een laatste brokje dank is voor Max, die onvoorwaardelijk kwispelde bij elke toevoeging, schrapping of wijziging in deze masterproef...

## **Abstract**

Niemand kan ontkennen dat de digitale ontwikkelingen van de laatste decennia een enorme impact hebben op het gedrag van mensen. We weten dat het gebruik van digitale media de laatste jaren sterk is toegenomen en dat de beginleeftijd steeds afneemt (San Jose, 2016). We vermoeden dat deze trend zich in de toekomst exponentieel verder zal zetten, evenals de bezorgdheid van veel opvoeders hoe ze met dit fenomeen best kunnen omgaan. Het doel van deze studie was een beter beeld te krijgen van het gebruik van digitale media bij kinderen tussen 9 en 12 jaar, en nog belangrijker, van de relatie tussen het gebruik van digitale media, sociale relaties en het subjectief welbevinden.

In de wetenschappelijke literatuur zijn vier elkaar tegensprekende hypothesen vorhanden over de effecten van het gebruik van digitale media bij jongeren. Om deze verschillende onderzoekshypothesen te toetsen bij onze doelgroep werden 13871 kinderen bevraagd in 163 lagere scholen uit het vierde, vijfde en zesde leerjaar verspreid over de provincie Antwerpen. Wij kregen de opportuniteit om de online vragenlijst aan te passen in functie van mijn masterproef. De onderzoekshypothesen werden via descriptieve statistieken en enkelvoudige regressieanalyses getoetst.

Uit de resultaten blijkt dat we alle bestaande hypothesen omtrent de invloed van het gebruik van digitale media kunnen verwerpen voor deze leeftijdsgroep, omdat we nauwelijks betekenisvolle relaties vinden tussen schermgebruik en subjectief welbevinden. Er is geen betekenisvolle link tussen schermgebruik en sociale relaties. We vonden slechts verwaarloosbare correlaties tussen schermgebruik, online vriendschappen en welbevinden. Wel vonden we een verband tussen enerzijds de kwantiteit en de kwaliteit van sociale relaties en anderzijds subjectief welbevinden. De impact van de online wereld op het welzijn is op deze leeftijd quasi onbestaand, terwijl sociale offline variabelen wel een grote rol spelen.

## Inhoudsopgave

<b>Inleiding .....</b>	<b>1</b>
<b>Digitale Media.....</b>	<b>2</b>
<b>Subjectief Welbevinden.....</b>	<b>3</b>
Het begrip 'geluk' .....	3
Affect-cognitie .....	3
Positief en negatief affect .....	3
De psychologie van 'geluk' .....	4
<b>Sociale Relaties .....</b>	<b>5</b>
Peers.....	6
Ouders .....	8
Leerkrachten.....	8
<b>Digitale Media - Online en Offline Relaties – en hun Relatie met Subjectief Welbevinden .</b>	<b>9</b>
Displacement hypothese.....	9
Stimulatiehypothese. ....	10
Rich-get-richer hypothese.....	12
Sociale compensatiehypothese.....	13
<b>De Huidige Studie.....</b>	<b>16</b>
<b>Methode .....</b>	<b>17</b>
<b>Deelnemers.....</b>	<b>17</b>
<b>Procedure .....</b>	<b>17</b>
<b>Instrumenten.....</b>	<b>17</b>
Subjectief welbevinden.....	18
Gebruik digitale media .....	20
Sociale relaties.....	22
<b>Resultaten.....</b>	<b>25</b>
<b>Elektronische Toestellen.....</b>	<b>25</b>
Frequentie van gebruik.....	25
Doel van gebruik.....	27
<b>Facebook .....</b>	<b>29</b>
Eigen Facebookprofiel.....	29
Doel Facebookgebruik.....	30
<b>Gebruik andere sociale media.....</b>	<b>31</b>
<b>Peerrelaties.....</b>	<b>33</b>
<b>Aspecten Offline Sociale Relaties .....</b>	<b>35</b>
<b>Hypothesetoetsing .....</b>	<b>35</b>

<b>Discussie .....</b>	<b>40</b>
<b>Implicaties Huidig Onderzoek .....</b>	<b>41</b>
<b>Beperkingen en Sterktes van de Studie .....</b>	<b>42</b>
<b>Toekomstig Onderzoek.....</b>	<b>43</b>
<b>Conclusie .....</b>	<b>45</b>
<b>Referenties.....</b>	<b>46</b>
<b>Bijlage: Selectie uit vragenlijst, relevant voor deze masterproef.....</b>	<b>54</b>

## Inleiding

'Jongeren let op: Facebook en Instagram schaden jullie mentale gezondheid'. Onlangs verscheen deze schreeuwende kop boven een artikel op deredactie.be, de website van de VRT (Saerens, 2017). Een nieuwe Britse studie (RSPH; YHM, 2016) wees op de negatieve impact van digitale media op de mentale gezondheid van adolescenten, waarbij ze een laag zelfbeeld hebben, verslaafd worden en bovendien aan slaaptekort lijden. We worden voortdurend omringd door allerlei vormen van digitale media. Onze maatschappij is geëvolueerd naar een echte mediacultuur. Heeft dit een impact op wie we zijn en hoe we ons voelen? Deze media zijn niet alleen voor adolescenten een bron van informatie, communicatie en amusement waaraan zij vele uren besteden. Vaak hebben ook jongere kinderen televisie, computer, tablet en gsm of smartphone, die soms allemaal tegelijkertijd aan staan.

Een grootschalige bevraging afgenoem in Vlaams-Brabant in 2015 illustreert hoe het gebruik van digitale media wijdverspreid is, zelfs in de leeftijdscategorie van 9 tot 12 jarigen. Bijna alle kinderen van het vierde, vijfde en zesde leerjaar die deelnamen aan dit onderzoek, beschikken over tv, computer, laptop, of tablet met internet. Twee derde gebruikt spelconsoles zoals Wii en Playstation. Tussen het vierde en zesde leerjaar is er een sterke stijging van het aantal leerlingen met een eigen e-mailadres (van 44 naar 75%), met een gsm (van 33 naar 59%) en met Facebook, MSN of Twoo (17 naar 38%). De laatste cijfers wekken toch enige verbazing als we weten dat een profiel aanmaken op Facebook pas 'officieel' kan vanaf 13 jaar.

In de huidige masterproef zullen we proberen enkele vragen te beantwoorden, zoals: worden sociale media gebruikt voor communicatie met bekenden of met vreemden, worden chatrooms gebruikt, worden er al foto's uitgewisseld, of worden de media vooral gebruikt voor amusement en entertainment? Nog belangrijker is de vraag wat de diverse vormen van sociale media doen met het welzijn van kinderen. Zijn kinderen die gebruik maken van digitale media ongelukkiger dan de kinderen die er geen gebruik van maken? Heeft het schermgebruik een impact op de kwantiteit en de kwaliteit van het sociaal netwerk en via deze weg op het welzijn? Hebben kinderen die sociale media gebruiken meer of minder offline relaties met vrienden? Allemaal vragen die momenteel brandend actueel zijn in de media.

Voor het beantwoorden van deze vragen hebben we meegewerk aan een grootschalige enquête afgenoem bij 13871 kinderen in de provincie Antwerpen uit het vierde, vijfde en zesde leerjaar van 163 basisscholen in 54 Antwerpse gemeenten (oktober 2016). Dit is een initiatief van de dienst Welzijn en Gezondheid van de provincie Antwerpen in samenwerking met de Universiteit

Antwerpen en regionale preventiewerkers. De vragen peilden onder andere naar mediagebruik, welzijn en gezondheid. We kregen de kans de vragen aan te passen in functie van deze masterproef.

In wat volgt zullen we de concepten, belangrijk voor deze masterproef, verder toelichten, namelijk digitale media, subjectief welbevinden, sociale relaties, en gaan we in op het verband tussen deze kernvariabelen.

## **Digitale Media**

De brede term ‘digitale media’ wordt gebruikt om te verwijzen naar televisie, videospelletjes, computerspelletjes en elektronische sociale media (e-mail, berichten, skype, gsm, online sociale netwerk sites met als voornaamste Facebook) (Mazurek & Wenstrup, 2013). We weten dat dit gebruik de laatste jaren sterk is toegenomen en dat de beginleeftijd voor het gebruik van digitale media steeds afneemt (San Jose, 2016). We vermoeden dat deze trend zich in de toekomst onverminderd verder zal zetten, evenals de bezorgdheid van veel opvoeders hoe ze met dit fenomeen best kunnen omgaan. Het gebruik van sociale media websites is tegenwoordig de meest voorkomende activiteit onder kinderen en adolescenten. Elke website die voorziet in sociale interactie, kan beschouwd worden als een sociale media website. Enkele voorbeelden van sociale mediasites zijn sociale netwerk sites als Facebook en Twitter, maar ook gamesites en virtuele werelden, videosites zoals Youtube en blogs, chatrooms, e-mail, allerhande app’s om foto’s en berichten uit te wisselen... Deze sites bieden de jongeren een poort tot amusement en het gebruik hiervan is exponentieel gestegen de laatste jaren (Strasburger et al., 2013). Facebook heeft bijvoorbeeld wereldwijd 1,18 miljard dagelijks actieve gebruikers (Facebook Inc., in maart 2016). Het is een belangrijk deel geworden van het dagelijks leven van vele gebruikers, een leven dat de grenzen kruist tussen de online- en offline-wereld.

Er wordt vaak een onderscheid gemaakt tussen actieve en passieve activiteiten op sociale netwerk sites. Het passieve aspect refereert aan het kijken naar foto’s en verhalen van andere mensen, terwijl het actieve aspect betrekking heeft op sociale interacties. Deze twee verschillende activiteiten zouden een verschillende impact kunnen hebben op het welzijn en mogelijk zijn de verklarende mechanismen achter deze verbanden eveneens verschillend (de Vries & Kühne, 2015).

In deze masterproef zien we ‘sociale media’ als elke vorm van digitale media waarbij er potentieel sociale interacties kunnen plaatsvinden zoals sociale netwerksites, gsm, Youtube en e-mail. Niet alleen de frequentie en intensiteit, maar ook het soort sociaal medium dat gebruikt wordt, en het soort activiteit op dit medium kan belangrijk zijn voor de impact ervan op welzijn.

## **Subjectief Welbevinden**

Er bestaan verschillende benamingen voor welzijn en geluk in verschillende wetenschappelijke disciplines, maar er is vaak een sterke conceptuele overlap. In de sociologie wordt er gesproken over ‘welzijn’, in de medische wereld over ‘quality of life’ of ‘mentale gezondheid’. In de politieke en economische wereld wordt meer en meer gesproken over de term ‘Bruto Nationaal Geluk’ (BNG). Ook in de psychologie worden heel wat semantische discussies gevoerd over het thema ‘geluk’.

### **Het begrip ‘geluk’.**

Er bestaan binnen de psychologie verschillende dichotomieën die een eenduidig begrip van ‘geluk’ zeer complex maken, zo niet onmogelijk.

### **Affect-cognitie.**

In de psychologie wordt vooral gebruik gemaakt van enerzijds het concept ‘positieve en negatieve affecten’ en anderzijds de meer cognitieve component van ‘subjectief welbevinden’ of ‘levenstevredenheid’. Deze dichotomie tussen affect en cognitie vinden we terug van Aristoteles tot Kahneman (Zegers, 2010). Diener, Emmons, Larsen en Griffin (1985) maakten bijvoorbeeld een onderscheid tussen het tijdelijke aspect van geluk, namelijk gevoelens van vreugde, ‘joy’ en het langdurige aspect ‘satisfaction of life’. Metingen van het subjectief welbevinden verwijzen dan ook enerzijds naar de affecten die mensen ervaren en anderzijds naar de cognitieve levensevaluatie (vragen over hoe gelukkig of tevreden mensen zijn met hun leven als geheel) (Kahneman, Diener & Schwarz, 1999).

Kahneman (2003) pleitte er zelfs voor om het woord ‘geluk’ af te schaffen omdat dit tot te veel verwarring zou leiden. Hij spreekt over de verschillende mechanismen van het ‘ervarende’ en het ‘terugblikkende’ ik, met andere woorden een ‘moment approach’ en een ‘memory approach’. De ‘memory approach’ heeft betrekking op hoe mensen zich voelden gedurende een periode, wat evaluatieve en dus cognitieve processen op gang brengt. De ‘moment approach’ verwijst naar het gevoel op één bepaald moment wat geen beroep doet op bovenstaande cognitieve processen.

Bij bevragingen naar het subjectieve welzijn kan er daarom enerzijds gevraagd worden: “Hoe gelukkig voel je je nu?” of “Hoe gelukkig voelde je je gisteren?” en anderzijds “Hoe tevreden ben je met je leven als geheel” of “Hoe gelukkig ben je meestal?”. Indien we deze vragen aan een steekproef zouden voorleggen, dan zullen ze leiden tot verschillende antwoordcurves.

### **Positief en negatief affect.**

Positief affect wordt vaak gezien als de tegenpool van negatief affect. Plezier wordt gezien als een gebrek aan pijn, beloning wordt behandeld als het tegenovergestelde van straf,

benaderingsmotieven als het spiegelbeeld van vermijdingsmotieven,... Diener en Emmons (1984) stellen dat positieve en negatieve affecten niet op hetzelfde continuüm kunnen geplaatst worden, gezien ze beide een totaal verschillende biologische en neurologische basis hebben. Concreet voor ons onderzoek betekent dit dat kinderen die zichzelf een tien geven op de vraag hoe gelukkig ze zich meestal voelen, niet per definitie zelden eenzaam of verdrietig zijn.

### ***De psychologie van ‘geluk’.***

Hoewel ‘geluk’ vaak strak gedefinieerd wordt in cognitieve en affectieve componenten, hebben sommige onderzoekers het concept verder verbreed. Met andere woorden, onderzoekers hebben gepoogd om ‘geluk’ te benaderen als een samenstelling van een heel aantal correlaten die nauw samenhangen met ‘geluk’. Zo suggereerden Ryff en Keyes (1995) zes componenten van subjectief welbevinden: autonomie (*autonomy*), omgevingsbeheersing (*environmental mastery*), persoonlijke groei (*personal growth*), positieve relaties (*positive relatedness to others*), doelgerichtheid (*a sense of purpose in life*) en zelfacceptatie (*self acceptance*). Overeenkomstig met de zelfdeterminatietheorie (Deci & Ryan, 2002), reflecteren deze dimensies de voorwaarden waaraan voldaan moet zijn bij mensen om in staat te zijn geluk te ervaren. Dit wordt gezien bij alle leeftijden, ook in de schoolcontext (Niemiec & Ryan, 2009) en op het werk (Vansteenkiste et al., 2007). Seligman (2002, 2001) startte dan weer met vijf meetbare componenten van geluk: positieve emoties (*positive emotions*), engagement (*engagement*), zin (*meaning*), positieve relaties (*positive relationships*) en verwesenlijkingen (*accomplishments*). De vijf pijlers werden door Huppert (2013) zelfs uitgebreid tot 10 componenten: competentie (*competence*), emotionele stabiliteit (*emotional stability*), engagement (*engagement*), zin (*meaning*), optimisme (*optimism*), positieve emoties (*positive emotion*), positieve relaties (*positive relationships*), veerkracht (*resilience*), zelfvertrouwen (*self esteem*) en vitaliteit (*vitality*). Deze benaderingen schetsen een beeld van wat het betekent om ‘gelukkig te zijn’.

Welbevinden hangt ook samen met meer brede persoonlijkheidseigenschappen. Er werd een positieve relatie gevonden van geluk met extraversion en een negatieve relatie met neuroticisme (Cheng & Furnham 2001, 2003; Furnham & Brewin 1990; Hayes & Joseph 2003; Hills & Argyle 2001a, b; Neto 2001; Pavot et al. 1990). Geluk hangt ook positief samen met andere variabelen gerelateerd aan persoonlijkheid zoals stabiliteit in attributiestijl (*Attributional stability*) (Cheng & Furnham 2001), emotionele stabiliteit (*emotional stability*) (Hills & Argyle 2001a), locus of control (DeNeve & Cooper 1998), en zelfvertrouwen (*self-esteem*) (Cheng & Furnham 2003; Furnham & Cheng 2000a, b; Hills & Argyle 2001b). Eenzaamheid (Neto, 2001) is negatief gerelateerd aan het welbevinden. Onderzoek bij kinderen heeft parallelle bevindingen aan het onderzoek bij jongeren en volwassenen (Holder & Coleman, 2008).

Een andere belangrijke vraag is welke factoren voor stabiel hoge niveaus van geluk en levenstevredenheid zorgen, met andere woorden, wat zijn de bronnen van geluk? Uit een meta-onderzoek van Kahneman, Diener en Schwarz (1999) blijkt dat subjectief welbevinden niet samenhangt met factoren zoals intelligentie, etnische achtergrond, ras, scholingsniveau, fysieke aantrekkelijkheid of leeftijd. Mensen zijn niet minder gelukkig in moeilijke periodes van hun leven zoals de midlifecrisis of tijdens de derde leeftijd dan gedurende de ‘piek-jaren’ in de jongvolwassenheid. Ook geld maakt geenszins gelukkig (Parducci, 1995; Csikszentmihalyi, 1999; Lykken, 2000; Suh et al., 1996; DeNeve & Cooper, 1998). Dit is tegenstrijdig met wat er doorgaans verwacht wordt. Drie factoren waarvan wel aangetoond werd dat ze geluk brengen, zijn tewerkstelling, fysieke gezondheid en sociale relaties (Van Hiel, 2013). Met andere woorden, mensen die werken zijn doorgaans gelukkiger dan mensen die niet werken en mensen met een goede fysieke gezondheid zijn vaker gelukkiger dan mensen met een slechte fysieke gezondheid. Mensen die veel vrienden of een voldoende aantal kwalitatieve relaties hebben, scoren hoger op geluk. Hein Zegers (2011) stelde in 70 landen de vraag “Wat maakt u gelukkig?”. Niet minder dan 43 % van de antwoorden verwezen rechtstreeks naar relaties met anderen. Verschillende vormen van sociale relaties zoals partnerrelaties, relaties met vrienden en buren en relaties op het werk en familie zijn sterk gerelateerd aan geluk en levenstevredenheid (Helliwell & Putnam, 2004). In ‘Maslow’s pyramid of human needs’ (1943), komen liefde en verbondenheid qua belangrijkheid juist na basis-fysieke- en veiligheidsnoden.

Zowel de kwantiteit als de kwaliteit van sociale relaties kunnen we dus zien als een belangrijke bron van geluk.

## Sociale Relaties

Ondanks een veelheid aan definities, vormt de kwantiteit en kwaliteit van sociale relaties de kern van het concept ‘sociaal kapitaal’ (Ellison, Steinfield & Lampe, 2007; Helliwell, Layard & Sachs, 2013). In deze masterproef zien we het sociaal kapitaal als het geheel van sociale netwerken, online of offline, met een bepaalde grootte en een bepaalde kwaliteit. Putnam (2000) maakt een onderscheid tussen ‘bridging’ en ‘bonding’ sociaal kapitaal. ‘Bridging’ verwijst naar wat netwerkonderzoekers ‘zwakke relaties’ noemen, die hooguit nuttige informatie of nieuwe perspectieven kunnen opleveren, maar zeker geen emotionele ondersteuning. ‘Bonding’ sociaal kapitaal wordt gevonden tussen hechte, emotionele relaties zoals familie en dichte vrienden. Het is daarnaast belangrijk een onderscheid te maken tussen drie soorten sociale steun, namelijk emotionele steun, informatieve steun en instrumentele steun (Helgeson, Cohen, Schulz & Yasko, 2000).

Wat betreft de kwaliteit van sociale relaties zijn er twee verschillende benaderingen. Volgens het ‘intimiteitsmodel’ staat de beschikbaarheid van minstens één hechte relatie centraal, een relatie

met een belangrijke ander die op elk moment emotionele steun kan bieden (Helgeson et al., 2000). Een andere benadering van de kwaliteit van sociale relaties is die van de ‘waargenomen beschikbaarheid’ (Sarason, Levine & Basham, 1983). Mensen zouden moeilijke situaties beter aankunnen wanneer ze overtuigd zijn dat er sociale steun beschikbaar is. Deze perceptie is echter niet altijd correct (Lakey & Cassady, 1990). Tal van onderzoeken hebben aangetoond dat de beschikbaarheid van sociale steun een therapeutische impact biedt op zowel de mentale als de fysieke gezondheid (bijvoorbeeld, Spiegel, 1993). Bert Uchino en collega’s (1996) rapporteerden aan de hand van een overzicht van 81 studies dat sociale steun tijdens stressvolle situaties een positieve impact heeft op een heleboel lichamelijke reacties. Zo zal de aanwezigheid van sociale steun de bloeddruk verlagen, de werking van het immuunsysteem bevorderen en de afscheiding van stresshormonen verminderen. Onderzoekers naar sociaal kapitaal vonden daarnaast dat het sociaal kapitaal gelinkt is aan indicatoren van de mentale gezondheid, zoals zelfwaardering en levenstevredenheid (Bargh & McKenna, 2004).

Diverse anderen maken deel uit van het sociaal netwerk van kinderen. De impact van deze figuren zal uiteraard evolueren met de leeftijd. Bij kinderen tussen 9 en 12 jaar spelen de ouders een cruciale rol, gevolgd door peers en de juf of de meester (van der Ploeg, 2007a). Over het relatieve belang van enerzijds de kwantiteit en anderzijds de kwaliteit van vriendschapsrelaties bij kinderen hebben we echter geen specifieke literatuur gevonden.

### **Peers.**

#### ***Vriendschapsrelaties.***

Zoals we al zagen, is er een algemene consensus dat de kwaliteit van vriendschappen een belangrijke voorspeller is van subjectief welbevinden. Kwaliteitsvolle vriendschappen kunnen een sterke buffer zijn tegen potentiële stressoren in de adolescentie, en adolescenten met dergelijke vriendschappen hebben vaker betere sociale vaardigheden en zijn gelukkiger (Valkenburg & Peter, 2007b). Ook in het sociale netwerk van kinderen spelen vrienden een zeer belangrijke rol, zij worden net als het gezin tot het meest nabije netwerkniveau gerekend (van der Ploeg, 2005). Deze vriendschapsrelaties zijn belangrijk en hebben een specifieke functie.

#### ***Specifiek.***

Vriendschapsrelaties vormen een unieke context (Bukowski, Newcomb, & Hartup, 1996). Via vriendschapsrelaties krijgen kinderen de kans uiteenlopende aspecten van sociale relaties te exploreren (van der Ploeg, 2007a). Zo stellen verschillende onderzoekers dat de ontwikkeling van sociale vaardigheden bevorderd kan worden door vroege vriendschapsrelaties (Asher & Renshaw, 1981; Bukowski et al., 1996; Yugar & Shapiro, 2001). Via deze vriendschappen kunnen kinderen zich

bijvoorbeeld meer bewust worden van de innerlijke leefwereld van andere kinderen en leren ze hoe andere kinderen naar hen kijken (Franco & Levitt, 1998).

### ***Belang.***

Er kan gesteld worden dat vriendschapsrelaties in de kindertijd een zeer belangrijke rol spelen. Succesvolle peerrelaties zijn van essentieel belang voor het algemeen psychisch welbevinden (Schneider, 2000). Goede relaties met vrienden gaan bijvoorbeeld gepaard met meer zelfvertrouwen, een positiever zelfbeeld en minder eenzaamheid (Baertsoen, 2012). Yugar en Shapiro (2001) stellen dat vriendschapsrelaties bij kinderen de kwaliteit van relaties in de adolescentie en de volwassenheid voorspellen.

Uiteraard bestaat er ook een keerzijde aan deze positieve invloed van vriendschapsrelaties. Vriendschapsrelaties kunnen namelijk heel wat frustraties en teleurstelling teweegbrengen (Rubin, 1981). Daarnaast is het belangrijk op te merken dat er naast vriendschapsrelaties nog vele andere factoren een rol spelen in het welzijn van kinderen. De relatie met de ouders speelt bijvoorbeeld ook een cruciale rol in de ontwikkeling van het kind (Gifford-Smith & Brownell, 2003; van der Ploeg, 2007b). Gifford-Smith en Brownell (2003) stellen dat vriendschapsrelaties in meer of mindere mate belangrijk zijn, afhankelijk van de kwaliteit van andere relaties.

Het is daarnaast belangrijk om voorzichtig te zijn in het maken van causale uitspraken over de rol van vriendschapsrelaties op het subjectief welbevinden. Zo kan er gesteld worden dat vriendschappen bijdragen aan de ontwikkeling van sociale vaardigheden. Maar het omgekeerde verband geldt eveneens: kinderen die beschikken over goede sociale en communicatieve vaardigheden kunnen zo gemakkelijker tot vriendschapsrelaties komen (Gifford-Smith & Brownell, 2003).

### ***Pesten.***

Sommige kinderen worden het slachtoffer van pesterijen, wat de negatieve kant weerspiegelt van peerrelaties. Er werd tal van onderzoek gedaan naar de effecten van gepest worden op het welzijn van kinderen. Gepest worden door leeftijdsgenoten kan zowel op korte termijn als op lange termijn schadelijke gevolgen hebben (Olweus, 1978; Slee, 1994; Boulton & Smith, 1994). Hawker en Boulton (2000) concludeerden uit hun meta-analyse dat het gepest worden verband houdt met diverse psychosociale aanpassingsproblemen. Kinderen die gepest worden, vertonen vaker sociaal teruggetrokken gedrag, voelen zich vaak eenzaam en zijn vaker depressief (Cheng, Cheung, & Cheung, 2008).

## **Ouders.**

De HBSC-studie (2016) benadrukt dat voor kinderen, naast het belang van vriendschapsrelaties, ook de ondersteuning vanuit het gezin van kapitaal belang is voor het welzijn. Ondersteuning vanuit het gezin stelt kinderen in staat om te gaan met stressvolle situaties en vormt een buffer tegen de nare gevolgen van meerdere negatieve invloeden. Kinderen die gemakkelijk met de ouders communiceren, hebben meer kans op een hele reeks positieve gezondheidsuitkomsten, zoals een betere gezondheidsperceptie, een grotere levenstevredenheid en minder fysieke en psychische klachten. HBSC-gegevens tonen bovendien aan dat de communicatie met zowel moeder als vader in vele Europese landen de laatste jaren vlotter is geworden.

## **Leerkrachten.**

Naar sociale steun van leerkrachten werd relatief weinig onderzoek gedaan in tegenstelling tot het onderzoek naar de sociale steun van vrienden en ouders (Benhorin & McMahon, 2008). Nochtans speelt de juf of meester een belangrijke rol in het leven van het kind. De weinige beschikbare studies toonden echter wel een positief verband aan tussen de perceptie van sociale steun van leerkrachten en het welzijn van kinderen en adolescenten (Chu, Saucier & Hafner 2010). Zo gaan kinderen die meer sociale steun ervaren van leerkrachten zich emotioneel beter aanpassen, betere schoolse prestaties leveren en minder psychosomatische symptomen vertonen (Bru, Murberg, & Stephens, 2001; Natvig, Albreksten, Anderssen, & Qvarnstrom, 1999; Wentzel, 1998). Daarnaast blijkt dat het belang van de ervaren sociale steun van leerkrachten evolueert over de jaren heen. Er is een sterke vermindering van de ervaren sociale steun van leerkrachten bij de transitie van het lager naar het middelbaar onderwijs (Furman & Buhrmester, 1992).

We kunnen dan ook concluderen dat er heel wat evidentie is dat sociale relaties aan psychisch welzijn relateert. Hierbij kunnen relaties gezien worden in termen van kwantiteit en kwaliteit en kunnen die relaties betrekking hebben op peers, ouders en leerkrachten. Naast deze positieve aspecten is het uiteraard belangrijk om ook stil te staan bij negatief sociaal gedrag zoals pesten, wat allerlei negatieve gevolgen voor het slachtoffer heeft.

Daarnet definieerden we sociaal kapitaal in termen van offline en online relaties. Er zijn echter nogal uiteenlopende visies op de effecten van online vriendschappen en het gebruik van digitale media op welbevinden. Op die verschillende visies gaan we in het volgend deeltje in.

## **Digitale Media - Online en Offline Relaties – en hun Relatie met Subjectief Welbevinden**

Elektronische media communicatie is een integraal deel geworden van het leven van adolescenten en zelfs kinderen. Mogelijk heeft dit een effect op hun welzijn en sociale relaties. Door het gebruik van elektronische media communicatie breidt de interactie met vrienden immers uit van de fysieke wereld (offline) naar een virtuele wereld (online).

Het speelt bovendien ook een belangrijke rol in het leerproces, voor entertainment en in het socialisatieproces. Ondanks deze evoluties, is onderzoek over de effecten van digitale media bij kinderen eerder schaars.

In de literatuur vinden we een substantieel aantal studies die zowel een positief (sociale competentie en welzijn) als een negatief (slaap- en eetgewoonten) effect aantonen van het gebruik van digitale media op het leven van tieners. Elektronische media communicatie is geassocieerd met algemene levenstevredenheid maar adolescenten die zeer veel of zeer weinig gebruik maakten van deze media vertoonden de laagste scores op levenstevredenheid (HBSC study, 2016). De meest voor de hand liggende verklaring is dat het gebruik van sociale media positieve of negatieve effecten heeft op het sociaal kapitaal dat heel sterk gelinkt wordt aan het welzijn. Nu bekijken we de belangrijkste, maar op het eerste gezicht elkaar tegensprekende, hypothesen. Deze hypothesen zijn bovendien veleer gebaseerd op onderzoek bij adolescenten. Bij jonge kinderen werd zeer weinig onderzoek gedaan naar de effecten van het gebruik van digitale media.

### **Displacement hypothese.**

De *displacement* hypothese voorspelt dat online communicatie een negatieve impact heeft op het welbevinden omdat het de kwaliteit van bestaande vriendschappen verlaagt. Online communicatie neemt tijd in die niet meer gespendeerd kan worden aan betekenisvolle interacties met offline vrienden (Ahn & Shin, 2013). Aanhangers van deze hypothese argumenteren dat het internet adolescenten motiveert om online contact te leggen met vreemden eerder dan bestaande offline vriendschappen te onderhouden. Omdat online-contacten gezien worden als oppervlakkige, zwakke relaties die gevoelens van affectie en verbondenheid missen, wordt het internet beschouwd als iets dat de kwaliteit van de bestaande offline relaties van adolescenten verlaagt, en daarbij ook hun subjectief welbevinden (Valkenburg & Peter, 2007b; Kross et al., 2013).

De *displacement* hypothese is bevestigd door studies die aantonen dat tijd, gespendeerd online, negatief gerelateerd is aan tijd gespendeerd aan face-to-face interacties, dat online communicatie minder waardevol is dan face-to-face interacties en dat internetgebruik negatief gerelateerd is aan het belang dat mensen toeschrijven aan bestaande hechte relaties zoals met de

familie. Kraut (1998) bijvoorbeeld argumenteerde dat een verhoogd gebruik van internet tot minder sociale betrokkenheid en tot minder psychologisch welbevinden leidt.

Evidentie voor de *displacement* hypothese werd vooral vergaard in de ‘early days of internet’. In die eerste fase is de toegang tot het internet zeer belangrijk. Wanneer bijna niemand toegang tot internet heeft, worden jongeren als het ware gedwongen om zich te richten op onbekenden. Wanneer echter bijna iedereen toegang heeft, zijn de negatieve effecten minder aannemelijk, omdat de adolescenten nu veel meer mogelijkheden hebben om hun bestaande vriendschappen te behouden.

Steunend op theoretische en methodologische kritiek alsook op eigen onderzoek besluiten Nie, Hillygus en Erbring (2002) dat deze pessimistische visie op het gebruik van internet niet voldoende wetenschappelijk onderbouwd is en met voorzichtigheid geïnterpreteerd dient te worden. De relaties tussen elektronische communicatie en sociale relaties blijken meer complex en ambigu dan initieel door de *displacement* hypothese voorgesteld.

Ten eerste is de tijd die internetgebruik inneemt niet voldoende om de negatieve invloed van internetgebruik op de kwaliteit van bestaande relaties te verklaren. De *displacement* hypothese houdt immers enkel rekening met de hoeveelheid tijd gespendeerd aan sociale relaties (die dus geringer is door internetgebruik), terwijl de kwaliteit van sociaal contact eerder dan de kwantiteit goede relaties verklaren.

Ten tweede, zelfs wanneer online communicatie ondergeschikt is aan face-to-face communicatie, kan online communicatie nog steeds een toegevoegde waarde hebben op face-to-face communicatie. Zeker in situaties als lange afstandsrelaties kan online communicatie als goed alternatief dienen (Lee, 2009).

Ten derde hebben bijvoorbeeld Shah, Kwak en Holbert (2001) geargumenteerd dat het internetgebruik verschillende doeleinden dient. Vergeer en Pelzer (2009) toonden aan dat het gebruik van internet voor informatieve of amusement doeleinden of voor communicatieve doeleinden positieve effecten vertoonden op communicatie met anderen.

Ondanks deze drie tekortkomingen aan het onderzoek naar de *displacement* hypothese, zouden we mogelijks wel kunnen stellen dat deze hypothese van belang is bij kinderen tussen 9 en 12 jaar. Deze groep heeft moeilijk toegang tot sociale media websites. De kinderen staan pas aan het begin van hun internetcarrière. Bovendien is de officiële minimum leeftijd voor het gebruik van vele sociale media sites 13 jaar. Het gebruik van sociale media kan moeilijk de bestaande offline relaties ondersteunen als slechts een fractie van deze groep deze media gebruikt.

### **Stimulatiehypothese.**

In tegenstelling tot de *displacement* hypothese gaat de stimulatiehypothese ervan uit dat online communicatie het subjectief welzijn stimuleert via haar positief effect op de tijd die men

doorbrengt met offline vrienden, waardoor de kwaliteit van deze vriendschappen toeneemt (Valkenburg & Peter, 2007b). Meer bepaald argumenteren aanhangers van de stimulatiehypothese dat meer recent ontwikkelde communicatietechnologieën, zoals instant messaging, de communicatie met vrienden aanmoedigen. Het grootste deel van de tijd die adolescenten alleen achter hun computer spenderen, is eigenlijk besteed aan het onderhouden van bestaande vriendschappen. Meer tijd op internet gaat dan ook samen met meer contact met vrienden, waardoor het welbevinden stijgt. Hun online interacties vinden plaats in een privé-setting, met vrienden die deel zijn van hun offline leven.

Online communicatie is vaak gerelateerd aan sociale onderwerpen, en vaak gemotiveerd door een verlangen naar vriendschap. Valkenburg en Peter (2007b) vonden ook dat adolescenten rapporteerden zich meer verbonden te voelen met vrienden met wie ze ook online communiceerden. Ook bij jongvolwassenen is er een gelijkaardige trend te zien (Valkenburg & Peter, 2007b). Echter, wanneer het internet enkel gebruikt wordt voor entertainment en communicatie met vreemden, zou het wel een negatieve impact hebben op de kwaliteit van de bestaande vriendschappen (Strasburger, Joedan & Donnerstein, 2010).

Anders dan in de eerste studie van Kraut et al. (1998) die we daarnet al bespraken, werd in de follow-up studie gevonden dat de negatieve relatie tussen internetgebruik en communicatie met de familie en grootte van het sociaal netwerk niet langer significant was. Bovendien toonden ze aan dat degene die het internet gebruikten een grotere stijging vertoonden in face-to-face interacties met vrienden en familie en in de grootte van hun sociale kringen (Kraut et al., 2002). Zeker bij tieners verhoogde het frequent gebruik van het internet hun communicatie met familie en sociale steun. Deze shift in bevindingen tussen de eerste en latere studie kan het resultaat zijn van de maturatie van participanten, veranderingen in de manier waarop participanten het internet gebruiken en veranderingen in de mogelijkheden die het internet biedt.

In een longitudinale studie demonstreerden Valkenburg en Peter (2007b) dat het positieve effect van online communicatie verklaard kan worden door verhoogde online zelfonthulling. Hun 'Internet-enhanced self-disclosure hypothese' is gebaseerd op drie assumenties. Ten eerste creëert online communicatie een veilige plaats waar zelfonthulling vergemakkelijkt wordt. Ten tweede zorgt hogere online zelfonthulling voor hogere kwaliteit van vriendschappen onder de adolescenten. Ten derde medieert online zelfonthulling de relatie tussen online communicatie en kwaliteit van vriendschappen.

Meerdere studies hebben aangetoond dat de controleerbaarheid en minder cues in de online communicatie de intieme zelfonthulling kunnen stimuleren, vooral als jongeren deze kenmerken van internetcommunicatie als belangrijk ervaren. Omdat intieme zelfonthulling een belangrijke voorspeller is van wederzijdse bevestiging, zorg en vertrouwen, zou deze zelfonthulling verantwoordelijk kunnen zijn voor een toename in de kwaliteit van adolescentie-vriendschappen.

Volgens de ‘Social penetration theory’ van Altman en Taylor (1973) is zelfonthulling een sleutelconcept voor het ontwikkelen en het behouden van een relatie. Aan de andere kant gaat zelfonthulling ook de fysieke en mentale gezondheid (subjectief welzijn) van het individu vergroten (Valkenburg en Peter, 2007b). Maar ook al kan zelfonthulling de zelfwaarde vergroten door sociale steun te bieden in stressvolle periodes, er is ook altijd een risico om verworpen en uitgesloten te worden. Mensen die hun persoonlijke informatie en emoties onthullen zijn ook in gevaar. Mensen kunnen deze persoonlijke informatie doorspelen naar anderen die we niet kennen of niet graag hebben, wat natuurlijk risico’s met zich meebrengt (Huang, 2016).

Het internet heeft daarnaast ook unieke kwaliteiten als communicatiemiddel zoals relatieve anonimiteit en de mogelijkheid om zich gemakkelijk te linken aan mensen met dezelfde interesses, waarden en opvattingen (Bargh & McKenna, 2004). Onderzoek heeft uitgewezen dat de anonimiteit de zelfonthulling vergemakkelijkt en de afwezigheid van fysieke en non-verbale interactie-signalen de vorming vergemakkelijkt van een hechte relatie op basis van gedeelde waarden en opvattingen. Het internet kan dus fungeren als een veilige plaats voor het vormen van sociale relaties, zeker voor deze gebaseerd op gemeenschappelijke waarden en opvattingen in tegenstelling tot fysieke aantrekkelijkheid bij offline interacties. En wanneer deze internetgebaseerde relaties hecht genoeg worden, kunnen mensen deze omzetten naar het ‘echte’ leven.

Hoe dan ook, of mensen deze mogelijkheden van het internet benutten, is een andere vraag, die kan beantwoord worden door het ‘*uses and gratification*’ perspectief. Deze theoretische benadering stelt dat de sociale en psychologische effecten van internetgebruik primair afhangen van de motieven en doelen van het gebruik. Vooral studenten die internet voor sociale redenen in plaats van persoonlijke redenen gebruiken, vertonen hogere welzijnsscores (Weiser, 2001). Diverse studies hebben de motieven van internet- en sociale-mediagebruik onderzocht zoals socialisatie en entertainment, eenzaamheid, sociale integratie, zelfonthulling en zelf-actualisatie (Lee, 2009).

De stimulatiehypothese kan verder verfijnd worden in de richer-get-richer hypothese en de sociale compensatiehypothese. Deze hypotheses zijn geïnteresseerd in wie, een sociaal geïntegreerd persoon of een sociaal geïsoleerd persoon, het internet meer gebruikt, en vooral wie meer voordeel haalt uit het internetgebruik.

### **Rich-get-richer hypothese.**

De *rich-get-richer* hypothese stelt dat sociaal vaardige mensen met een sterk sociaal netwerk, het meest voordeel halen uit het internetgebruik (Kraut et al., 2002). De grootte van het online en offline sociaal netwerk zijn positief gecorreleerd, wat suggereert dat ze elkaar aanvullen in plaats van te vervangen (Vergeer & Pelzer, 2009). De interpretatie van deze bevinding is tweezijdig.

Ten eerste kunnen mensen hun offline sociaal netwerk kopiëren naar hun online sociale netwerk waarbij hun totale netwerkgrootte gelijk blijft. Enkel de manier waarop men met deze mensen communiceert verandert. De relatie tussen online socialiseren en het zelfconcept, wat een indicator is voor het welzijn (Khan & Petróczi, 2015), wordt dan ook gemodereerd door de gepercipieerde sociale ondersteuning in het ‘echte’ leven. Het gebruik van Facebook kan helpen om online sociale ondersteuning te verkrijgen, wat een ‘uitbreiding’ is van de algemene sociale ondersteuning. De algemene sociale steun is namelijk een kritische mediator tussen online sociale steun en welzijn (Teppers, Luyckx, Klimstra & Goossens, 2014). Dit suggereert dat de voordelen van het hebben van een online sociaal leven enkel voorkomen wanneer men ook aangeeft een ondersteunend sociaal netwerk te hebben in het echte leven, wat consistent is aan de *rich-get-richer* hypothese. Daarnaast wordt er ook evidentie gevonden voor de ‘*poor-get-poorer*’ hypothese waarbij de laagste niveaus van zelfwaardegevoel terug te vinden zijn bij adolescenten die veel tijd besteden aan online socialiseren maar die geen sociale ondersteuning ervaren door vrienden in het echte leven. Deze bevindingen zijn niet compatibel met de *social capital* theorie, die suggereert dat zelfwaardegevoel positief beïnvloed wordt zowel door online als offline sociale interacties. Eenzame individuen die sociale media gebruiken om te ontsnappen aan sociale isolatie, bereiken vaak net het tegenovergestelde (Ahn et al., 2013).

Ten tweede gaan persoonlijkheidskarakteristieken een rol spelen in hoe online en offline communicatie elkaar zullen afwisselen (Vergeer & Pelzer, 2009). Individuen die hoog scoren op metingen van introversie versus extravertie zullen op een andere manier beïnvloed worden door hun online en offline sociaal leven. Internetgebruik is geassocieerd met betere uitkomsten voor extraverte mensen en slechtere uitkomsten voor introversie mensen. Voor extraverten is internetgebruik gerelateerd aan een stijging in welzijn, inclusief een stijging in zelfwaarde, en een daling in eenzaamheid en negatief affect (Ahn et al., 2013).

Aanhangers van deze hypothese toonden aan dat adolescenten die Facebook gebruiken door het motief van de sociale compensatie, niet gaan stijgen in hun score op welzijn maar wel gaan stijgen in gerapporteerde peergerelateerde eenzaamheid. Dit kan verschillende redenen hebben. Het zou kunnen dat adolescenten die Facebook gebruiken om te compenseren voor hun lage sociale vaardigheden, deze gevoelens van comfort om te communiceren met Facebookvrienden niet kunnen omzetten naar offline settings, wat de *rich-get-richer* hypothese bevestigt (Teppers, Luyckx, Klimstra, & Goossens, 2014).

### **Sociale compensatiehypothese.**

De sociale compensatiehypothese, vooropgesteld als alternatieve hypothese voor de *rich-get-richer* hypothese, stelt dat internet vooral voordelig is voor sociaal angstige en eenzame adolescenten. Sommige studies hebben uitgewezen dat Facebookgebruik kan leiden tot positieve gevolgen voor

mensen met weinig sociale vaardigheden offline. Zij hebben via het gebruik van Facebook toch de mogelijkheid om mensen te ontmoeten en vrienden te maken (Baker & Oswald 2010).

McKenna en Bargh (1999) tonen aan hoe online interactie een compensatie kan zijn voor offline interacties voor mensen met een gebrek aan sociale vaardigheden en sociaal netwerk. De karakteristieken van het internet zoals tekst gebaseerde communicatie, een gebrek aan visuele en auditieve cues en anonimiteit faciliteren de zelfonthulling, waardoor meer intimiteit met anderen kan ontstaan en nieuwe relaties kunnen gevormd worden. Hierdoor kunnen sociale netwerken uitbreiden en eenzaamheid en depressie dalen. Introverte mensen gingen dan ook meer akkoord met de stelling dat online communicatiemethodes voor een betere manier zorgt om zichzelf te kunnen uitdrukken en ze waren meer geneigd om online communicatie te verkiezen om te interageren met vrienden (Lee, 2009).

Bessiere, Kiesler, Kraut en Boneva (2008) toonden aan dat internetgebruik over het algemeen niet gerelateerd was aan het welzijn van gebruikers, maar het gebruik van internet met als doel nieuwe mensen leren kennen verminderde depressieve gevoelens en negatief affect wel voor mensen met initieel weinig sociale bronnen. Dit suggereert dat de mogelijkheid voor sociaal geïsoleerde personen om voordelen te verkrijgen van het internetgebruik afhangt van hun doelen en motieven achter dit internetgebruik. Het is dus belangrijk na te gaan welke motieven sociaal geïsoleerde personen hebben voor het online communiceren. Zoals de '*uses and gratifications*' theorie aantoon, hebben verschillende gebruikers verschillende motieven en noden voor het gebruik van een bepaald medium. Voor degene die sociaal angstig zijn voor face-to-face communicatie en geen bevrediging vinden bij face-to-face communicatie is online communicatie een functioneel alternatief (Papacharissi & Rubin, 2000).

Voor meer verlegen jongeren wordt ook geargumenteerd dat de mogelijkheid om hun sociale vaardigheden online te oefenen op een meer gecontroleerde en veilige manier, zorgt voor een verbetering van hun sociale vaardigheden in de 'echte' sociale wereld op lange termijn. Via online communicatie kan men de informatiestroom organiseren, het zelfbeeld bevorderen en kiezen hoe en wat ze van zichzelf presenteren aan anderen. Onder deze condities voorziet Facebook de mogelijkheid om sociaal beter begrepen te worden en snel sociale vaardigheden te leren. Facebook komt dus voor als een alternatief kanaal om vriendschapsnetwerken uit te bouwen en te zoeken naar een gevoel ergens bij te horen.

Ook Teppers, Luyckx, Klimstra en Goossens (2014) toonden aan dat mensen met weinig offline contacten meer voordeel halen uit het gebruik van internet. De sociaal angstige en eenzame personen die hun echte zelf online uitdrukken, vormden hechte online relaties die ook geïntegreerd werden in hun offline leven, wat hun sociale cirkel vergrootte en wat hen op termijn minder sociaal angstig en eenzaam maakte.

Samenvattend zijn er in de literatuur twee verschillende hypothesen te vinden die het effect van het gebruik van sociale media op sociale relaties voorspellen. De *displacement* hypothese stelt dat het internetgebruik de sociale relaties met vrienden en familie verzwakt. De stimulatiehypothese daarentegen stelt dat het internetgebruik het sociale netwerk versterkt, vooral de bestaande vriendschappen, maar ook mogelijkheden biedt om het sociale netwerk uit te breiden. Deze hypothese wordt verfijnd in de *rich-get-richer* en de sociale compensatiehypothese die rekening houden met wie meer of minder voordelen heeft van het internetgebruik. Hoe dan ook, verder onderzoek zal nodig zijn om het verband tussen sociale media en sociale relaties volledig te doorgronden.

## **De Huidige Studie**

In mijn masterproef wil ik deze hypothesen toetsen bij de kinderen die helemaal aan het begin staan van hun internetcarrière.

Volgens de *displacement* hypothese zullen kinderen die dagelijks veel tijd besteden aan schermgebruik, zeker als ze deze media niet sociaal gebruiken, minder vrienden hebben, bij minder mensen sociale steun vinden (vrienden, ouders, leerkraacht) en zullen ze minder aan sociale activiteiten (voetbal, jeugdbeweging,...) deelnemen. Dit betekent dat hun sociaal kapitaal kleiner is en dat dit een negatieve impact heeft op hun welbevinden.

Volgens de stimulatiehypothese zullen kinderen die meer elektronisch communiceren een groter sociaal kapitaal hebben en zal dit een positieve impact hebben op hun welzijn.

Volgens de *rich-get-richer* hypothese zullen kinderen die veel vrienden hebben, meer voordeel halen uit online sociale communicatie dan kinderen met weinig vrienden. Deze hypothese gaat ervan uit dat ervaren sociale steun van vrienden versterkt wordt door de online communicatie met deze bestaande vrienden.

Volgens de sociale compensatiehypothese zullen net de kinderen met weinig vrienden meer voordeel halen uit online sociale communicatie omdat ze geneigd zijn om met vreemden op internet te communiceren en via deze weg meer sociale steun ervaren wat een effect heeft op het geluk.

## **Methode**

Aangezien de nadruk in deze masterproef ligt op het toetsen van bestaande onderzoekshypothesen en we bovendien de opportunitet kregen om de vragenlijst, bedoeld voor de provincie Antwerpen, aan te passen in functie van mijn masterproef, leek het ons interessant gebruik te maken van een kwantitatieve onderzoeks methode. Kwantitatief onderzoek biedt ons de kans grootschalige trends en relaties tussen de verschillende variabelen te bekijken en deze resultaten te generaliseren.

## **Deelnemers**

De totale steekproef bestaat uit 13871 kinderen uit het vierde (4387), vijfde (4804) en zesde (4498) leerjaar van 163 basisscholen in 54 Antwerpse gemeenten. Ook 182 kinderen uit het buitengewoon onderwijs hebben de vragenlijst ingevuld. Deze kinderen kunnen we niet toewijzen aan een bepaald leerjaar omdat het buitengewoon onderwijs de klassen op een eigen manier samenstelt. Het leeftijdsbereik varieert tussen 9 en 12 jaar met 10 jaar als gemiddelde leeftijd ( $SD=0.94$ ). Door een technische fout kennen we slechts van 8444 kinderen het geslacht. Deze groep bestaat uit 50% jongens en 50% meisjes.

## **Procedure**

De dataverzameling gebeurde door de dienst Welzijn en Gezondheid van de provincie Antwerpen. Aan alle lagere scholen van de provincie Antwerpen, op basis van de lijst op de website van het Vlaams Ministerie van Onderwijs, werd de kans geboden zich in te schrijven voor deelname. De scholen die hierop inschreven, kregen een link doorgestuurd naar de online vragenlijst samen met enkele instructies voor afname en een voorbeeldbrief voor de toestemming van de ouders. De vragenlijst die uit 72 vragen bestond, werd afgenoemt tussen midden oktober en begin december 2016 voorafgegaan door een testbevraging in een lagere school in Beveren.

## **Instrumenten**

De online vragenlijst bevatte 72 vragen. We opteerden voor zoveel mogelijk gesloten en verplicht in te vullen vragen, meestal met vijf antwoordmogelijkheden.

De afnames van de dienst Welzijn en Gezondheid hebben een geschiedenis. De eerste versie van de vragenlijst werd in 2012 door 873 lagere schoolkinderen van Lier op papier ingevuld. De aangepaste en gedigitaliseerde vragenlijst werd in 2015 afgenoemt bij 5092 Vlaams-Brabantse kinderen.

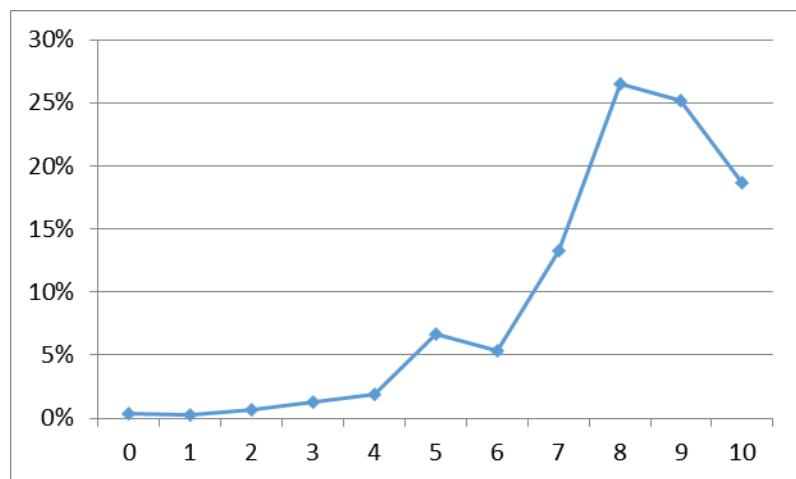
De vragen peilen naar welzijn en gezondheid. De manier waarop kinderen van deze leeftijd omgaan met hedendaagse verlokkingen, namelijk digitale media, snoep, frisdrank... werd bevraagd. Eveneens peilen we naar hun welbevinden, aantal vriendjes, sociale steun, vrije tijdsactiviteiten, ouderlijke controle,... In wat volgt zal ik wat dieper ingaan op de thema's belangrijk voor mijn onderzoeksraag: subjectief welbevinden, gebruik van digitale media en sociaal netwerk.

### **Subjectief welbevinden.**

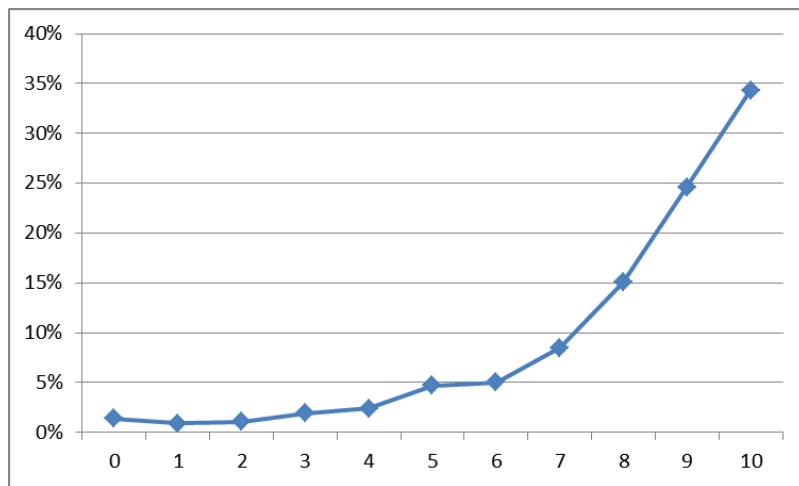
#### **Geluk.**

De volgende twee vragen peilden naar geluk: "Hoe gelukkig voel ik me meestal?" en "Hoe gelukkig voelde ik me gisteren?" De antwoorden werden gegeven op een 11-punt Likertschaal (0=heel ongelukkig; 10=heel gelukkig). Deze twee indicatoren houden rekening met het onderscheid tussen de 'memory approach' en de 'moment approach' van Kahneman (2003).

De gemiddelde geluksscore op het eerste item 'meestal' bedraagt 7.96 ( $SD=1.77$ ) en op het tweede item 'gisteren' 8.17 ( $SD=2.22$ ). Soortgelijke, hoge niveaus van welbevinden werden eveneens in het vorig onderzoek in Lier en Vlaams-Brabant bekomen.



Figuur 1. Verdeling van kinderen over de geluksscores ('meestal')



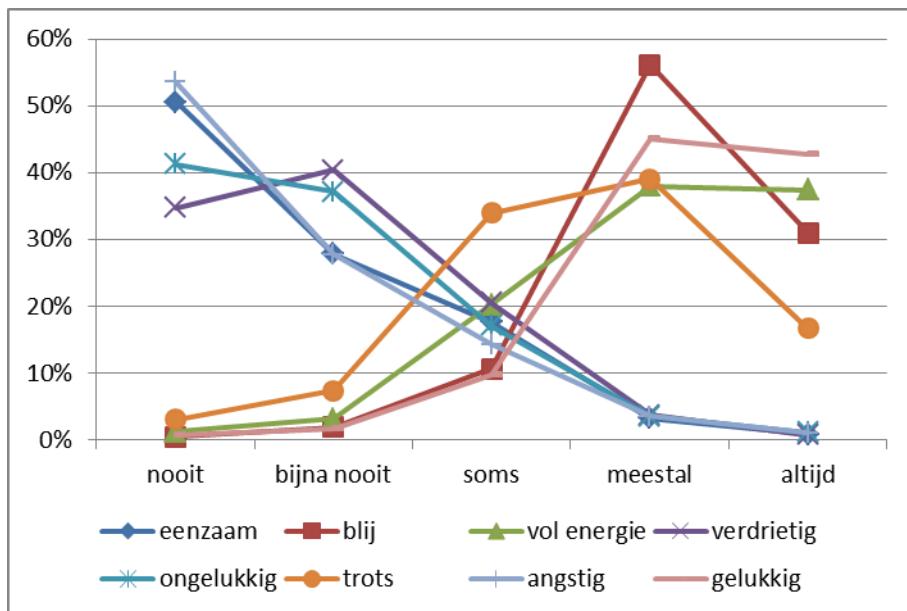
Figuur 2. Verdeling van kinderen over de geluksscores ('gisteren')

De correlatie tussen de twee geluks-items was positief en sterk significant,  $r = .53$  ( $p < 0.001$ ).

### ***Positieve en negatieve affecten.***

Omdat vanuit de psychologie welbevinden eveneens benaderd wordt in termen van positief en negatief affect, hanteerden we enkele items uit de Positive And Negative Affect Schedule voor kinderen (PANAS-C; Laurent et al., 1999). Dit is een zelfrapportagevragenlijst waarbij het kind bij een reeks van emoties moet aangeven hoe vaak hij/zij deze emotie heeft ervaren gedurende de afgelopen week. In deze studie baseerden we ons op de Nederlandstalige versie (De Bolle, 2010). Om positief affect bij onze respondenten te meten beoordeelden de deelnemers vier positieve affecten, namelijk 'blij', 'vol energie', 'trots' en 'gelukkig', en vier negatieve affecten 'eenzaam', 'verdrietig', 'angstig' en 'ongelukkig'. Hiervoor werd gebruik gemaakt van een 5-punten Likertschaal (0=nooit; 1=bijna nooit; 2=soms; 3=meestal; 4=altijd). De interne consistentie voor positief affect  $\alpha$  bedraagt 0.68 en voor negatief affect  $\alpha = 0.74$ . We aggregateerde de score op de positieve affecten en op de negatieve affecten.

Het gemiddelde voor positieve affecten bedraagt 3.03 ( $SD=0.58$ ), voor negatieve affecten 0.81 ( $SD=0.67$ )



Figuur 3. Verdeling van kinderen over negatieve en positieve affecten afgelopen week

### **Algemene gelukscomponent.**

Om een algemene gelukscomponent te bekomen voerden we een Principale Componenten Analyse uit met de variabelen geluk-meestal, geluk-gisteren, de positieve en negatieve affecten. Een component met een eigenwaarde groter dan 1 (i.e., eigenwaarde = 2.37) werd weerhouden. De vier indicatoren vertoonden hoge ladingen op de component (zie Tabel 1).

**Tabel 1**  
*Principale componenten analyse gelukscomponent*

	Gelukscomponent
Geluk meestal	.82
Negatief affect	-.72
Positief affect	.77
Geluk gisteren	.77

### **Gebruik digitale media**

#### **Frequentie gebruik.**

##### *Pc/laptop/tablet/smartphone.*

Voor de frequentie van het gebruik opteerden we in het nieuwe onderzoek voor een aparte bevraging van verschillende elektronische toestellen: pc/laptop, tablet en smartphone. Enerzijds hebben we gevraagd naar de frequentie van gebruik in dagen. “Ik gebruik de pc/laptop...” Antwoorden werden gegeven op een vijfpunt Likertschaal (0=nooit; 1=bijna nooit; 2= een paar keer per maand;

3=een paar keer per week; 4=(bijna) elke dag). Het gemiddelde gebruik van de pc/laptop in dagen bedroeg 2.27 (SD=1.34), van de tablet 2.66 (SD=1.41) en van de smartphone 1.49 (SD=1.65).

Anderzijds hebben we gepeild naar de frequentie van gebruik in uren. “*Als ik pc/laptop gebruik, is dit voor*” Ook hiervoor werd een vijfpunt Likertschaal gebruikt (0=minder dan één uur per dag; 1=ongeveer 1 uur per dag; 2=ongeveer 2 uur per dag; 3=ongeveer 3 uur per dag; 4= meer dan 3 uur per dag). Het gemiddelde gebruik van de pc/laptop in uren bedroeg 0.84 (SD=1.18), van de tablet 1.14 (SD=1.29) en van de smartphone 0.66 (SD=1.20).

Bovendien stelden we vast dat er bijna geen kinderen zijn die geen van deze elektronische toestellen gebruiken, namelijk 71 van de 13871 (0.5%).

#### *Sociale media website.*

Tot slot werd ook gepeild naar de frequentie van het Facebook gebruik. “*Ik gebruik Facebook*”. Antwoorden werden gegeven op een 5-punt Likertschaal (0=nooit; 1=bijna nooit; 2=een paar keer per maand; 3=een paar keer per week; 4=(bijna)elke dag). Het gemiddelde gebruik van Facebook in dagen bedroeg 0.63 (SD=1.23).

#### *Doel gebruik.*

#### *Pc/laptop/tablet/smartphone.*

Om de redenen voor het gebruik van elektronische toestellen te meten hebben we de verschillende toestellen samen genomen. “*Als ik een pc/laptop/tablet/smartphone gebruik, is dit om...*”. De respondenten konden op een 5-punt Likertschaal antwoorden (0=nooit; 1=bijna nooit; 2=soms; 3=vaak; 4=heel vaak). Tabel 2 rapporteert de items die we hiervoor gebruikten.

Deze redenen werden nader onderzocht met behulp van Principale Componenten Analyse. Drie componenten hadden een eigenwaarde groter dan 1. Op de eerste component (eigenwaarde na rotatie = 2.28) waren er hoge ladingen van ‘berichten versturen’, ‘praten’ en ‘foto’s uitwisselen’. Deze component refereert dus aan het sociale gebruik van elektronica. Op de tweede component (eigenwaarde na rotatie = 1.48) laden de informatiegerichte functies ‘informatie zoeken’ en ‘werken voor school’. De derde component ten slotte (eigenwaarde na rotatie = 1.54) bevat amusement en ontspanning onder de vorm van ‘spelletjes spelen’ en ‘filmpjes bekijken’. De ladingen van de variabelen worden gerapporteerd in Tabel 2.

Daarnaast hebben we gepeild naar het soort sociaal contact op deze digitale media. Voorbeelditem: “*Als ik een pc/laptop/tablet/smartphone gebruik, heb ik soms contact met ...*”. Antwoorden werden gegeven op een vijfpunt Likertschaal (0=nooit; 1= bijna nooit; 2=soms; 3=vaak; 4=heel vaak). We vroegen naar de frequentie van sociaal contact op de toestellen met een vriend/vriendin, broer/zus, mama/papa, juf/meester, andere bekenden en iemand die men nog nooit gezien heeft.

**Tabel 2***Principale componenten analyse redenen gebruik elektronische toestellen*

	Sociaal	Informatief	Recreatief
Berichten versturen	.89	-.05	.00
Praten (telefoneren, skypen,...)	.87	-.01	-.01
Foto's uitwisselen	.76	.04	.01
Informatie opzoeken	.03	.84	.03
Werken voor school	-.04	.84	-.03
Spelletjes spelen	-.11	-.06	.88
Filmpjes bekijken	.13	.06	.80

**Sociale media websites.**

Om een beter zicht op te krijgen op het Facebookgebruik van de respondenten hebben we de vraag over Facebook uitgediept, waarbij we ons baseerden op de Facebook Intensity Scale (Ellison et al., 2007), aangevuld met een vraag naar de motivatie voor het Facebookgebruik. Meer specifiek werd informatie verzameld over het beschikken over een eigen profiel, waarbij met ‘ja’, ‘nee’ of ‘ik weet het niet’ geantwoord kon worden. Daarnaast voegden we enkele vragen toe die peilen naar de motivatie voor het Facebookgebruik waarbij antwoorden gegeven werden op een vijfpunt Likertschaal gaande van 1=helemaal niet akkoord tot 5=helemaal akkoord. Vragen: “*Ik gebruik Facebook om in contact te blijven met mensen die ik ken*”, “*Ik gebruik Facebook om nieuwe mensen te leren kennen*”, “*Ik gebruik Facebook om spelletjes te spelen*”, “*Ik gebruik Facebook om foto's te delen*”, “*Bijna al mijn vrienden/vriendinnen gebruiken Facebook*”.

Tot slot hebben we nog een vraag toegevoegd over het gebruik van andere sociale media sites. “*Op de pc/laptop/tablet/smartphone gebruik ik soms...*”. De respondenten konden hierbij de volgende antwoordmogelijkheden aankruisen: Instagram, Snapchat, Whatsapp, Youtube, Twitter, Messenger en Skype. Bovendien werd er ook een open antwoordmogelijkheid ‘Anders:...’ voorzien.

**Sociale relaties**

We peilden zowel naar de offline als de online vriendschappen. Verder hadden we aandacht voor twee andere sleutelfiguren in het sociale netwerk van kinderen, namelijk de ouders en juf/meester.

## **Vrienden.**

### *Offline.*

Om de omvang van de offline vriendengroep te meten, hebben we gevraagd naar hoeveel vrienden/vriendinnen de kinderen hebben. Er werd gebruik gemaakt van een vijfpunt Likertschaal (0=geen; 1=één; 2=enkele; 3=veel; 4=heel veel).

Wat de kwaliteit van de vriendschapsrelaties betreft, hebben we in ons onderzoek gepeild naar de sociale steun van vrienden door middel van de vraag "*Als ik problemen heb, kan ik terecht bij vriend/vriendin*". Het antwoord werd gegeven op een vijfpunt Likertschaal (0=nooit; 1=bijna nooit; 2=soms; 3=meestal; 4=altijd).

Daarnaast hebben we een onderscheid gemaakt tussen de drie soorten 'sociale steun', namelijk "*Als ik een probleem heb, dan zou mijn vriend/vriendin mij goede raad geven*", "*Als ik verdrietig ben, dan zou mijn vriend/vriendin me troosten*", "*Als ik een probleem heb zou mijn vriend/vriendin iets doen om me te helpen*". Hierbij hebben we geopteerd voor vijfpunt Likertschalen (0=zeker niet; 1=waarschijnlijk niet; 2=misschien; 3=waarschijnlijk wel; 4=heel zeker).

### *Online.*

Om de online kwantiteit van het sociale netwerk te meten vroegen we naar het aantal vrienden op Facebook. Antwoorden werden gegeven op een vijfpunt Likertschaal (0=geen; 1=één; 2=enkele; 3=veel; 4=heel veel).

Zoals hierboven reeds beschreven, hebben we gepeild naar de frequentie van sociaal contact met een vriend/vriendin en met mensen die de kinderen nog nooit gezien hebben. Voorbeelditem: "*Als ik een pc/laptop/tablet/smartphone gebruik, heb ik soms contact met vriend/vriendin*". Antwoorden werden gegeven op een vijfpunt Likertschaal (0=nooit; 1=bijna nooit; 2=soms; 3=vaak; 4=heel vaak). Ook via de vragen over de motivatie van het Facebookgebruik komen we iets meer te weten over de online vriendschappen waarbij antwoorden gegeven werden op een vijfpunt Likertschaal gaande van 1=helemaal niet akkoord tot 5=helemaal akkoord.

## **Pesten.**

### *Offline.*

In ons onderzoek hebben we de respondenten gevraagd of ze gepest worden. We hanteerden hierbij een vijfpunt Likertschaal (0=nooit; 1=bijna nooit; 2=soms; 3=vaak; 4=heel vaak).

### *Online.*

We hebben eveneens gepeild naar het online (Facebook) gepest worden. Ook hier hanteerden we vijfpunt Likertschalen (0=nooit; 1=bijna nooit; 2=soms; 3=vaak; 4=heel vaak).

### **Sociale steun.**

Wat de kwaliteit van het sociale netwerk betreft, hebben we in ons onderzoek gepeild naar de sociale steun door middel van de vraag "*Als ik problemen heb, kan ik terecht bij...*". Zowel bij mama/papa, broer/zus, andere familie (grootouder(s), meter, tante, neef,...), juf/meester, vriend/vriendin en iemand anders werd het antwoord gegeven op een vijfpunt Likertschaal (0=nooit; 1= bijna nooit; 2=soms; 3=meestal; 4=altijd).

Daarnaast hebben we een onderscheid gemaakt tussen de drie soorten 'social steun', namelijk "*Als ik een probleem heb, dan zouden volgende personen mij goede raad geven*", "*Als ik verdrietig ben, dan zouden volgende personen me troosten*", "*Als ik een probleem heb zouden volgende personen iets doen om me te helpen*". Hierbij hebben we geopteerd voor vijfpunt Likertschalen (0=zeker niet; 1=waarschijnlijk niet; 2=misschien; 3=waarschijnlijk wel; 4=heel zeker) en dit bij de 3 sleutelfiguren bij kinderen tussen 9 en 12 jaar, namelijk mama/papa, vriend/vriendin en juf/meester.

## Resultaten

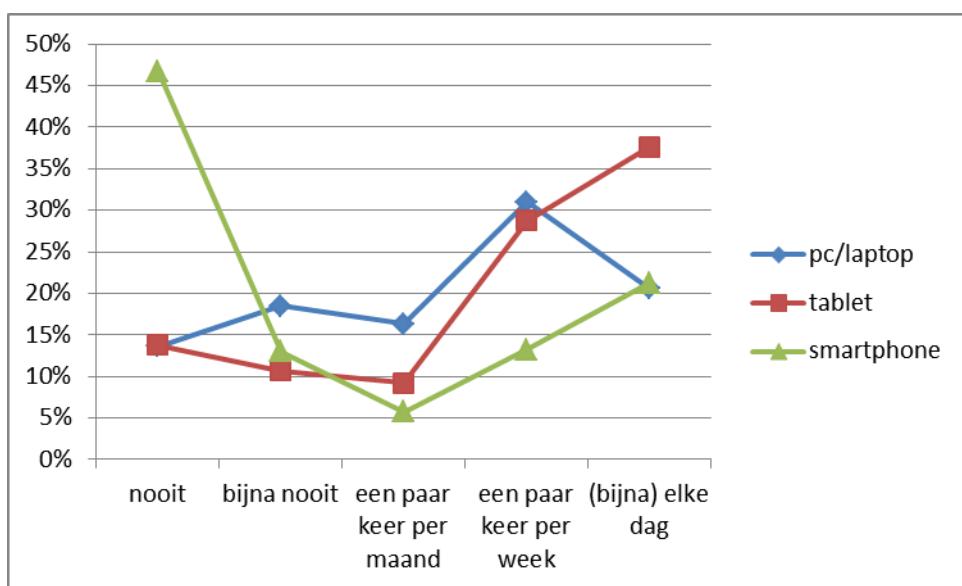
Hieronder volgen de statistische analyses om de invloed van het gebruik van digitale media en de kwantiteit en kwaliteit van sociale relaties op het welzijn van kinderen te toetsen. De data werden geanalyseerd met behulp van het statistische softwareprogramma IBM statistics SPSS 24.

We zullen ingaan op het gebruik van elektronische toestellen, Facebook, andere sociale media en het verband hiervan met het subjectief welbevinden. Hierbij zullen we steeds controleren voor interactie-effecten met het leerjaar. Tevens zullen we het verband van peerrelaties, zowel offline als online als andere sociale relaties met het subjectieve welzijn bekijken. Tot slot volgen de hypothesetoetsende statistische analyses.

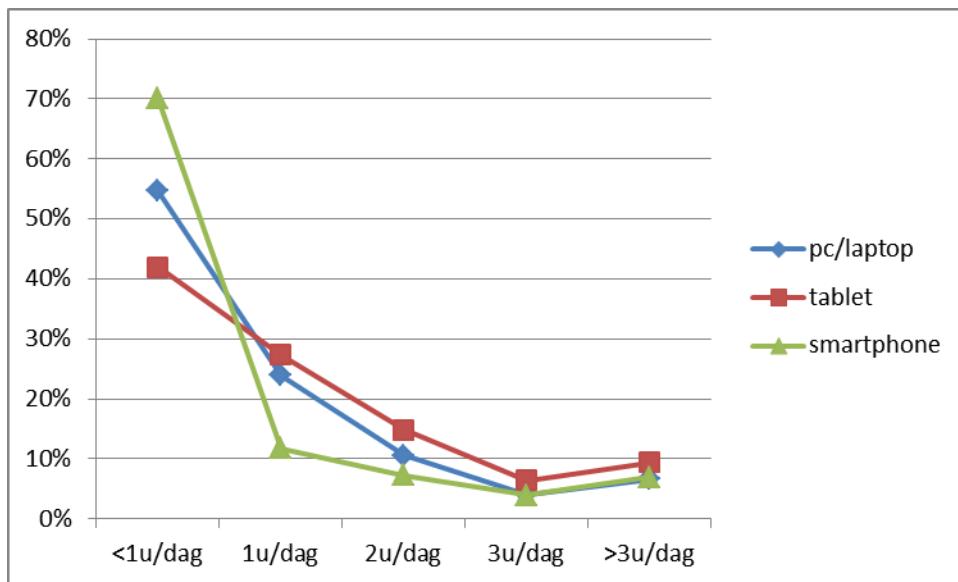
### Elektronische Toestellen

#### Frequentie van gebruik.

In Figuur 4 worden de percentages kinderen weergegeven naargelang de frequentie van het schermgebruik in dagen. We zien dat 52 % van de kinderen de pc/laptop, 67% de tablet en 34% de smartphone een paar keer per week of elke dag gebruiken. In Figuur 5 zien we dat de meeste kinderen aangeven dat ze minder dan 1 uur of 1 uur per dag gebruik maken van pc/laptop (79%), tablet (70%) en smartphone (82%).



Figuur 4. Frequentie gebruik elektronische toestellen (in dagen)



Figuur 5. Frequentie gebruik elektronische toestellen (in uren)

We bekeken vervolgens de verschillen in geluk (component geluk, geluk meestal, geluk gisteren, positief affect, negatief affect) naargelang de frequentie van het gebruik van elektronische toestellen (gebruik pc/laptop in dagen en uren, gebruik tablet in dagen en uren, gebruik smartphone in dagen en uren) met telkens de bijhorende effect size ( $\eta^2$ ). Nagenoeg alle verschillen waren statistisch significant maar telkens met een zeer kleine effect size. Hieruit kunnen we concluderen dat de frequentie van het gebruik van elektronische toestellen een verwaarloosbaar klein, maar positief effect heeft op het subjectief welbevinden bij kinderen tussen 9 en 12 jaar (Tabel 3).

**Tabel 3**

*Verschillen in geluk naargelang frequentie gebruik elektronische toestellen*

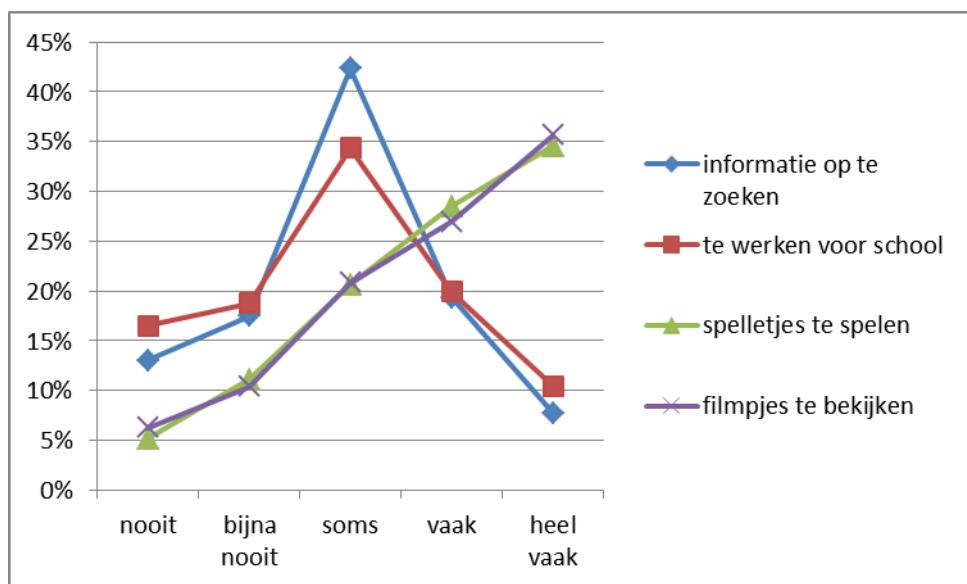
	Gebruik pc/laptop		Gebruik tablet		Gebruik smartphone	
	dagen	uren	dagen	uren	dagen	uren
Component	F=10.11***	F=17.92***	F=12.26***	F=8.89***	F=8.16***	F=7.80***
Geluk	$\eta^2=0.003$	$\eta^2=0.005$	$\eta^2=0.004$	$\eta^2=0.003$	$\eta^2=0.002$	$\eta^2=0.002$
Geluk meestal	F=9.03***	F=22.27***	F=8.24***	F=15.44***	F=8.96***	F=10.08***
Geluk gisteren	$\eta^2=0.003$	$\eta^2=0.006$	$\eta^2=0.002$	$\eta^2=0.004$	$\eta^2=0.003$	$\eta^2=0.008$
Positief affect	F=4.58**	F=6.64***	F=5.03***	F=4.94**	F=7.13***	F=2.55*
Negatief affect	$\eta^2=0.001$	$\eta^2=0.002$	$\eta^2=0.001$	$\eta^2=0.001$	$\eta^2=0.002$	$\eta^2=0.001$

\*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$ , \*\*\*  $p < 0.001$

We controleerden bovendien of het effect van het gebruik van elektronische toestellen afhankelijk is van het leerjaar. Univariate ANOVA's toonden aan dat de interactie-effecten van gebruik en leerjaar niet-significant waren voor de gelukscomponent (alle  $F$ 's < .93, n.s.). Ook de analyses voor de andere geluksvariabelen lieten geen significante interacties zien (alle  $F$ 's < 1.37 voor geluk meestal, alle  $F$ 's < 1.10 voor geluk gisteren, alle  $F$ 's < 1.09 voor positief affect, alle  $F$ 's < 1.81 voor negatief affect).

### **Doel van gebruik.**

Uit Figuur 6 blijkt dat de meeste kinderen de elektronische toestellen vooral gebruiken voor het spelen van spelletjes (64% vaak of heel vaak) en het bekijken van filmpjes (63% vaak of heel vaak).



Figuur 6. Frequentie aard gebruik elektronische toestellen

De Pearson correlatiecoëfficiënten voor de geluksscores (component geluk, geluk meestal, geluk gisteren, positief affect, negatief affect) en de redenen voor het gebruik van elektronische toestellen (sociaal gebruik, informatief gebruik, recreatief gebruik) worden weergegeven in Tabel 4.

**Tabel 4**  
*Correlatie geluk en doel gebruik elektronische toestellen*

	Sociaal	Informatief	Recreatief
Component geluk	0.01	0.07***	0.01
Geluk meestal	0.01	0.08***	-0.01
Geluk gisteren	0.00	0.04***	0.01
Positief affect	0.03***	0.02**	-0.01
Negatief affect	0.04***	0.11***	0.03***

\*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$ , \*\*\*  $p < 0.001$

We zien in onze steekproef dat voornamelijk het informatieve gebruik van de toestellen een significante, maar zeer zwakke positieve relatie vertoont met de geluksvariabelen ( $r's < .11$ ). Hogere scores op het informatieve gebruik van de elektronische toestellen hingen dus zowel samen met hogere scores op de component geluk, geluk meestal, geluk gisteren en positief affect als met negatief affect. Met betrekking tot het sociale gebruik van de elektronische toestellen bevestigden onze resultaten niet onze hypothesen. Voor de gelukscomponent, geluk meestal en geluk gisteren weerhielden we geen significante verbanden. Opvallend is ook hier het positieve, significante maar zeer zwakke verband met zowel positief als negatief affect. Kinderen die hoger scoorden op het sociale gebruik van elektronische toestellen hebben meer kans op hogere scores op zowel positief als negatief affect. Ten slotte vonden we voor het recreatieve gebruik van elektronische toestellen enkel een significante maar zeer zwakke positieve correlatie met negatief affect ( $r = 0.03$ ,  $p < 0.001$ ).

We splitsten de correlatie analyses op per leerjaar. We bekeken de effecten van redenen voor gebruik van elektronische toestellen op geluk afhankelijk van het leerjaar. Zoals te zien in Tabel 5, tonen de resultaten aan dat de relaties voor sociaal en recreatief gebruik invariabel zwak zijn voor de verschillende leerjaren. Informatief gebruik laat zwakke positieve effecten zien in elk van de leerjaren.

**Tabel 5***Correlatie geluk en doel gebruik elektronische toestellen afhankelijk van het leerjaar*

Leerjaar	Sociaal			Informatief			Recreatief		
	4	5	6	4	5	6	4	5	6
Component geluk	0.01	0.00	0.00	0.10**	0.06**	0.04**	0.03	0.00	0.01
Geluk meestal	0.03	0.00	-0.01	0.10**	0.07**	0.06**	0.00	-0.02	-0.02
Geluk gisteren	0.01	0.00	0.00	0.06**	0.02	0.03*	0.01	-0.01	0.02
Positief affect	0.06**	0.06**	0.05**	0.13**	0.12**	0.09**	0.05**	0.03	0.02
Negatief affect	0.08**	0.05**	0.05**	0.02	0.05**	0.05**	-0.02	0.00	0.00

\* p&lt;0.05, \*\* p&lt;0.01

Concluderend kunnen we stellen dat zowel de frequentie als de aard van het gebruik van elektronische toestellen nauwelijks een effect hebben op het subjectief welbevinden van kinderen.

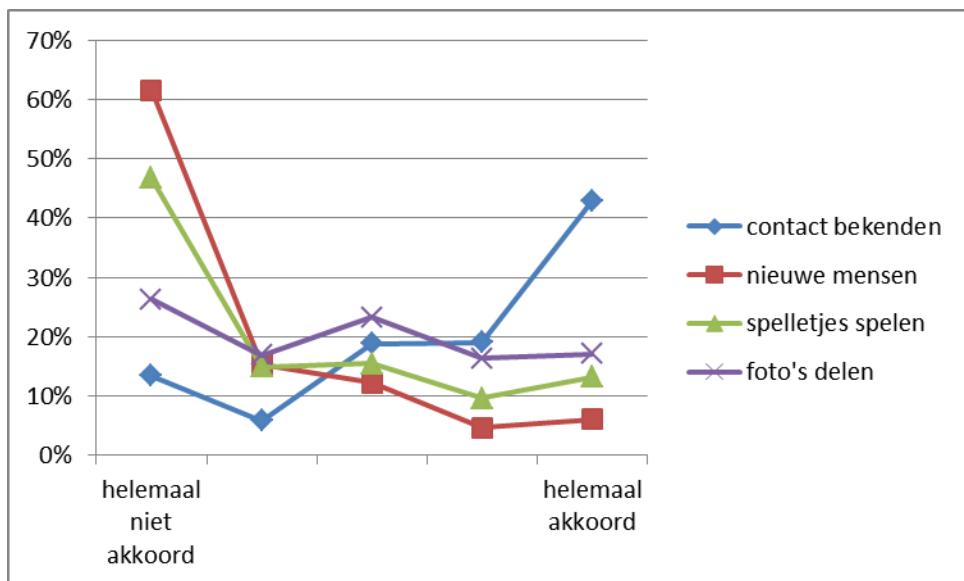
## Facebook

### Eigen Facebookprofiel.

In onze steekproef geven 2528 kinderen (18%) aan een eigen Facebookprofiel te hebben. We gingen na of er een effect was van het al dan niet in het bezit zijn van een Facebookprofiel en van het leerjaar op geluk. Univariate Anova's toonden aan dat er een verwaarloosbaar klein, maar significant effect was van het hebben van het bezit van een Facebookprofiel op de component geluk ( $F(1, 13683) = 13.35, p < .001, \eta^2= 0.00$ ). Verder was er geen effect aanwezig van het leerjaar ( $F(2, 13683) = 2.17, p > .10, \eta^2=0.00$ ). Het interactie-effect tussen leerjaar en al dan niet een Facebookprofiel bezitten was evenmin significant ( $F(2, 13683) = 0.75, p > .45, \eta^2=0.00$ ). De analyses van de andere geluksvariabelen wezen uit dat er geen significante interactie-effecten aanwezig waren.

## Doel Facebookgebruik.

In Figuur 7 zien we dat de kinderen die Facebook gebruiken dit vooral doen om in contact te komen met mensen die ze al kennen (43% helemaal akkoord) en het minst om nieuwe mensen te leren kennen (6% helemaal akkoord).



Figuur 7. Frequentie aard van Facebookgebruik

In Tabel 6 zien we dat voornamelijk het gebruik van Facebook met als doel het hebben van contact met bekenden een significante positieve relatie vertoont met de verschillende geluksvariabelen ( $r's < .08 p's < 0.01$ ). Hogere scores op het hebben van contact met bekenden hingen dus samen met hogere scores op de geluksvariabelen. Enkel voor negatief affect was er geen significant effect aanwezig. Het gebruik van Facebook met als doel het leren kennen van nieuwe mensen vertoonde enkel een significante positieve correlatie voor het negatief affect ( $r=0.08 p<0.01$ ). Hogere scores op het hebben van contact met onbekenden hingen dus samen met het hebben van meer negatief affect. Het gebruik van Facebook met als doel het spelen van spelletjes vertoonde een positieve significante correlatie met zowel het negatieve affect ( $r=0.05 p=0.019$ ) als het positieve affect ( $r=0.05 p=0.014$ ). Tot slot was er voor het gebruik van Facebook met als doel het delen van foto's enkel een significante positieve relatie met het positief affect ( $r=0.05 p=0.010$ ).

**Tabel 6**  
*Correlatie doel Facebookgebruik en geluk*

	Contact met bekenden	Nieuwe contacten	Spelletjes spelen	Foto's delen
Component geluk	0.10***	-0.03	0.01	0.03
Geluk meestal	0.10***	-0.04	0.01	0.03
Geluk gisteren	0.09***	-0.00	0.02	0.03
Positief affect	0.10***	0.04	0.05*	0.05**
Negatief affect	-0.03	0.08***	0.05*	0.03

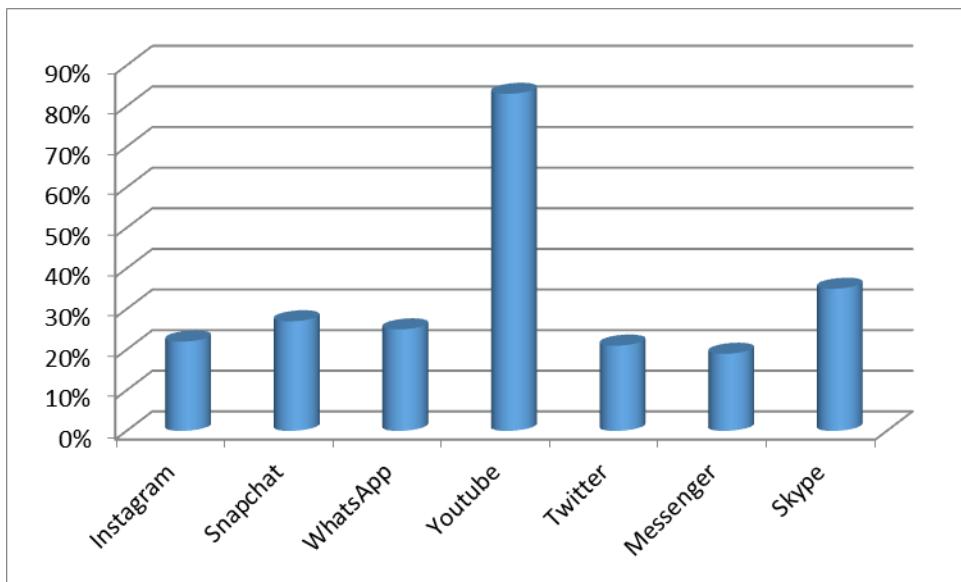
\* p < 0.05, \*\* p<0.01, \*\*\*p<0.001

Ook hier controleerden we of het effect van het doel van het Facebookgebruik afhankelijk is van het leerjaar. Univariate ANOVA's toonden aan dat de interactie-effecten van het doel van het Facebookgebruik en leerjaar niet-significant waren voor de verschillende geluksvariabelen (alle F's < .61, n.s.). We zien enkel een significant maar klein interactie-effect van het contact hebben met onbekenden op Facebook en leerjaar met de gelukscomponent ( $F=2.90$ ,  $p=0.003$ ), geluk meestal ( $F=2.30$ ,  $p=0.019$ ), geluk gisteren ( $F=2.47$ ,  $p=0.011$ ) en positief affect( $F=2.47$ ,  $p=0.011$ ). Bij geluk gisteren vonden we een significant maar klein interactie-effect tussen het spelen van spelletjes op Facebook en het leerjaar ( $F=2.35$ ,  $p=0.016$ ). Tot slot vinden we ook bij de variabele negatief affect een significant maar klein interactie-effect van leerjaar en het delen van foto's ( $F=1.96$ ,  $p=0.048$ ).

Ook hier kunnen we concluderen dat zowel het al dan niet hebben van een Facebookprofiel als de aard van het gebruik van Facebook nauwelijks een effect hebben op het subjectief welbevinden van de kinderen.

### Gebruik andere sociale media

Uit Figuur 8 blijkt dat 83% van de kinderen Youtube, 35% Skype , 27% Snapchat, 25% Whatsapp, 22% Instagram, 21% Twitter en 19% Messenger gebruikt.



Figuur 8. Frequentie gebruik sociale media

We bekeken bovendien de verschillen in geluk (gelukscomponent) naargelang het gebruik van sociale media apps (Instagram, Snapchat, WhatsApp, Youtube, Twitter, Messenger en Skype) met telkens de bijhorende effect size ( $\eta^2$ ). Enkel de verschillen voor Twitter, Messenger en Skype waren statistisch significant maar wel telkens met een kleine effect size. Hieruit kunnen we concluderen dat het al dan niet gebruiken van sociale media apps een zeer klein effect heeft op het subjectief welbevinden bij kinderen tussen 9 en 12 jaar (Tabel 7). Verder waren er enkel bij Instagram, WhatsApp en Twitter significante maar kleine effecten aanwezig voor het leerjaar.

Ook hier controleerden we of het effect van het gebruik van sociale media afhankelijk is van het leerjaar. Univariate ANOVA's toonden aan dat de interactie-effecten van het gebruik van sociale media en leerjaar niet-significant waren voor de gelukscomponent (alle  $F$ 's  $< 2.17$ , n.s.). Ook de analyses voor de geluksvariabelen 'geluk meestal' en 'geluk gisteren' lieten geen significante interacties zien (alle  $F$ 's  $< 1.91$  voor geluk meestal, alle  $F$ 's  $< 2.50$  voor geluk gisteren). Voor de geluksvariabelen 'positief affect' en 'negatief affect' was er echter wel een significant maar klein interactie-effect voor het gebruik van Instagram en Snapchat (alle  $F$ 's  $< 3.38$  voor positief affect, alle  $F$ 's  $< 4.86$  voor negatief affect).

Algemeen kunnen we stellen dat het al dan niet gebruik maken van de verschillende sociale media nauwelijks effect heeft op het subjectief welbevinden van kinderen tussen 9 en 12 jaar.

**Tabel 7**  
*Effecten van sociale media en leerjaar op gelukcomponent*

	Sociaal medium	Leerjaar	Interactie
Instagram	F=0.11 $\eta^2=0.000$	F=4.63*** $\eta^2=0.001$	F=2.17 $\eta^2=0.000$
Snapchat	F=0.65 $\eta^2=0.000$	F=4.40 $\eta^2=0.001$	F=0.24 $\eta^2=0.000$
WhatsApp	F=0.16 $\eta^2=0.000$	F=4.83** $\eta^2=0.001$	F=0.36 $\eta^2=0.000$
Youtube	F=1.09 $\eta^2=0.000$	F=1.62 $\eta^2=0.000$	F=0.39 $\eta^2=0.000$
Twitter	F=9.47** $\eta^2=0.001$	F=3.34* $\eta^2=0.000$	F=0.51 $\eta^2=0.000$
Messenger	F=3.87* $\eta^2=0.000$	F=2.25 $\eta^2=0.000$	F=1.33 $\eta^2=0.000$
Skype	F=9.93** $\eta^2=0.001$	F=2.21 $\eta^2=0.000$	F=1.87 $\eta^2=0.000$

\*p<0.05 \*\*p<0.01

## Peerrelaties

Naast het verband tussen het gebruik van digitale media en het subjectief welbevinden bekeken we ook het verband tussen zowel offline als online peerrelaties en subjectief welbevinden. We benaderden peerrelaties zowel langs de positieve kant (vriendschappen) als langs de negatieve kant (gepest worden).

**Tabel 8**  
*Correlatie aantal offline en online vrienden en geluk*

	Offline vrienden	Online vrienden
Component geluk	0.41** (0.40**)	0.04*
Geluk meestal	0.32** (0.32**)	0.03
Geluk gisteren	0.27** (0.27**)	0.02
Positief affect	0.39** (0.35**)	0.04*
Negatief affect	-0.31** (-0.28**)	-0.05**

*Noot:* \* p<0.05, \*\*p<0.01 Cijfers tussen haakjes hebben betrekking op de gehele steekproef; andere cijfers hebben betrekking op de leerlingen die over een Facebookprofiel beschikken.

Tabel 8 toont de correlaties tussen het aantal online en offline vrienden en geluk. Hieruit blijkt dat de correlaties met de verschillende geluksvariabelen groter zijn voor het aantal offline vrienden dan voor het aantal online vrienden.

Partiële correlaties wijzen uit dat als we het aantal online vrienden controleren voor offline vrienden en andersom, de correlaties voor offline vrienden sterk en significant blijven ( $r = 0.41 p<.001$  voor gelukscomponent,  $r=-0.32 p<0.001$  voor geluk meestal,  $r=0.26 p<0.001$  voor geluk gisteren,  $r=-0.38 p<0.001$  voor positief affect,  $r=-0.31 p<0.001$  voor negatief affect), terwijl voor online vrienden dit niet het geval is ( $r =-0.03 p=0.119$  voor gelukscomponent,  $r=-0.02 p=0.384$  voor geluk meestal,  $r=-0.03 p=0.215$  voor geluk gisteren,  $r=-0.01 p=0.603$  voor positief affect,  $r=0.06 p=0.005$  voor negatief affect).

Tabel 9 toont de correlaties tussen het offline en online gepest worden en geluk. Ook hier tonen de resultaten dat de correlaties met de verschillende geluksvariabelen groter zijn voor het offline gepest worden dan voor het online gepest worden.

**Tabel 9**

*Correlaties offline en online gepest worden en geluk*

	Offline pesten	Online pesten
Component geluk	-0.48**(-0.44**)	-0.18**(-0.17**)
Geluk meestal	-0.40**(-0.35**)	-0.11**(-0.10**)
Geluk gisteren	-0.32**(-0.29**)	-0.12**(-0.12**)
Positief affect	-0.28**(-0.25**)	-0.10**(-0.10**)
Negatief affect	0.53**(0.48**)	0.22**(0.20**)

*Noot:* \* $p<0.05$  \*\* $p<0.01$  Cijfers tussen haakjes hebben betrekking op de gehele steekproef; andere cijfers hebben betrekking op de leerlingen die over een Facebookprofiel beschikken.

De partiële correlaties tonen aan dat als we het online gepest worden controleren voor offline gepest worden en andersom, de correlaties voor offline gepest worden sterk en significant blijven ( $r =-0.46 p<.001$  voor gelukscomponent,  $r=-0.38 p<0.001$  voor geluk meestal,  $r=-0.30 p<0.001$  voor geluk gisteren,  $r=-0.26 p<0.001$  voor positief affect,  $r=0.50 p<0.001$  voor negatief affect), wat bij online gepest worden niet het geval blijkt ( $r =-0.06 p<0.001$  voor gelukscomponent,  $r=0.00 p=0.748$  voor geluk meestal,  $r=-0.04 p=0.041$  voor geluk gisteren,  $r=-0.03 p=0.114$  voor positief affect,  $r=0.10 p<0.001$  voor negatief affect).

Concluderend kunnen we dan ook stellen dat de offline vriendschapsvariabelen veel performanter zijn om welbeinden te verklaren dan de online variabelen. Dit geldt zowel voor de ondersteunende aspecten van sociale relaties als voor de negatieve aspecten ervan onder de vorm van pesten. Dit brengt ons tot de vraag welke aspecten van sociale relaties het meest bijdragen tot geluk. Hiertoe hebben we een regressie analyse uitgevoerd met de verschillende offline sociale relaties.

## Aspecten Offline Sociale Relaties

Tabel 10 toont aan dat naast de sociale steun (gemiddelde score van de drie soorten sociale steun, zie sectie methode) van ouders ( $\beta = .23, p < 0.001$ ), van vrienden ( $\beta = .13, p < 0.001$ ), van juf/meester ( $\beta = .11, p < 0.001$ ), ook het aantal vrienden ( $\beta = .30, p < 0.001$ ) en het gepest worden ( $\beta = -0.34, p < 0.001$ ) significante voorspellers zijn voor de component geluk.

**Tabel 10**  
*Coëfficiënten van component geluk*

	Ongestandaardiseerde coëfficiënt		Gestandaardiseerde coëfficiënt		<i>p</i>
	$\beta$	se	B	<i>t</i>	
Sociale steun mama/papa	0.23	0.01	0.14	18.13	0.000
Sociale steun vriend/vriendin	0.13	0.01	0.10	13.38	0.000
Sociale steun juf/meester	0.11	0.01	0.10	12.38	0.000
Aantal vrienden	0.30	0.01	0.25	34.27	0.000
Gepest worden	-0.34	0.01	-0.32	-43.75	0.000

Afhankelijke variabele: component\_geluk

## Hypothesetoetsing

Uit de resultaten die we tot nu toe rapporteerden blijkt een geringe relatie tussen het gebruik van digitale media en welzijn. Elk van de vier hypothesen die we formuleerden gingen er echter vanuit dat zo'n relatie wel betekenisvol zou zijn, al dan niet in combinatie met het aantal of de kwaliteit van de offline relaties. In dit deel gaan we explicet in op de hypothesetoetsing.

**De displacement hypothese** stelt dat kinderen die veel tijd besteden aan schermgebruik, zeker wanneer ze deze media niet sociaal gebruiken, minder vrienden hebben, minder aan georganiseerde activiteiten deelnemen en bij minder mensen sociale steun vinden (vrienden, ouders, leerkracht), wat een negatieve impact heeft op hun welbevinden.

Wanneer we rechtstreeks de verschillen in geluk (component geluk, geluk meestal, geluk gisteren, positief affect, negatief affect) bekeken naargelang de frequentie van het gebruik van elektronische toestellen (gebruik pc/laptop in dagen en uren, gebruik tablet in dagen en uren, gebruik smartphone in dagen en uren) (Tabel 3), vinden we dat nagenoeg alle verschillen statistisch significant

waren maar met zeer kleine, verwaarloosbare effect-sizes ( $F$ 's < 22.27, alle  $\eta^2$ < 0.006). De frequentie van het gebruik van elektronische toestellen heeft dus, tegen deze hypothese in, een verwaarloosbaar klein, maar positief effect op het subjectief welbevinden van kinderen tussen de 9 en 12 jaar.

Tabel 11 rapporteert de correlatie tussen enerzijds de frequentie van het gebruik van toestellen (in dagen en uren) en anderzijds het aantal vrienden, aantal activiteiten en de mate waarin de kinderen terecht kunnen bij vrienden.

**Tabel 11**

*Correlatie frequentie gebruik toestellen en aantal vrienden, aantal activiteiten en de gepercipieerde maat van terecht kunnen bij vrienden*

	Pc/laptop		Tablet		Smartphone	
	dagen	uren	dagen	uren	dagen	uren
Aantal vrienden	0.05***	0.00	0.07***	0.03**	0.07***	0.05***
Aantal activiteiten	0.01	-0.08***	0.03***	-0.05***	-0.07***	-0.08***
Mate van terecht kunnen bij vrienden	0.03**	-0.03**	0.05***	-0.01	0.04***	0.02*

\*p<0.05 \*\* p<0.01 \*\*\*p<0.001

Ook deze resultaten boden geen evidentie voor de *displacement* hypothese aangezien er steeds verwaarloosbaar zwakke verbanden aanwezig waren tussen enerzijds de frequentie van gebruik van digitale toestellen (zowel in dagen als in uren) en anderzijds het aantal vrienden, de mate van terecht kunnen bij vrienden en het aantal activiteiten ( $r$ 's <0.08).

Vanuit de *displacement* hypothese kan verder verwacht worden dat vooral het niet-sociale gebruik van elektronische toestellen (informatief en recreatief gebruik) een negatief verband vertoont met de gelukscomponent. Zoals te zien is in Tabel 4, toonden ook de resultaten van deze analyse in tegenstelling tot wat we bij de *displacement* hypothese verwachten geen significante relatie aan tussen enerzijds het recreatieve gebruik van elektronische toestellen en anderzijds de gelukscomponent, geluk meestal, geluk gisteren en positief affect. Enkel bij de geluksvariabele 'negatief affect' weerhielden we een significant positief maar verwaarloosbaar klein verband met het recreatieve gebruik van elektronische toestellen. Voor het informatieve gebruik weerhielden we significante, maar ook zeer zwakke positieve relaties met de gelukscomponent, geluk meestal, geluk gisteren en positief affect ( $r$ 's < .08). We weerhielden wel een significant positief verband, maar weer verwaarloosbaar zwak, met negatief affect ( $r=0.11$ ).

Concluderend kunnen we stellen dat de verwachte verbanden vooropgesteld door de *displacement* hypothese niet tot uiting komen in onze data.

**De stimulatiehypothese** stelt dat kinderen die meer online communiceren, een groter sociaal kapitaal hebben, wat een positieve impact heeft op hun subjectief welbevinden. Zoals hierboven

beschreven in Tabel 3, heeft de frequentie van het gebruik van elektronische toestellen een positief effect op het subjectief welbevinden van kinderen tussen de 9 en 12 jaar, maar aangezien de effecten verwaarloosbaar klein zijn, kunnen we hier geen effectieve uitspraken over doen. Ook de resultaten uit Tabel 11 bieden geen evidentie voor de stimulatiehypothese aangezien we statistisch significantie, maar verwaarloosbaar zwakke verbanden weerhielden tussen enerzijds de frequentie van gebruik van digitale toestellen (zowel in dagen als in uren) en anderzijds de kwantiteit en kwaliteit van vriendschapsrelaties.

Met andere woorden, we kunnen uit de verkregen data niet concluderen dat kinderen die meer elektronisch communiceren, een groter sociaal kapitaal hebben en dus gelukkiger zijn.

**De *rich-get-richer-* en sociale compensatiehypothese** stellen dat online communicatie een effect heeft op welzijn, maar dat dit kan versterkt of verzwakt worden door offline vriendschappen. Tabel 12 rapporteert de interactie-effecten tussen enerzijds het sociaal gebruik van digitale media onder de vorm van contact met bekenden en onbekenden op Facebook (voor het deel van de steekproef die een Facebookprofiel hebben), het sociaal gebruik van elektronische toestellen (somscore van berichten versturen, foto's delen en praten zoals telefoneren, skypen,...) en de sociale component van de redenen van het gebruik van elektronische toestellen (zie Tabel 2), en anderzijds het aantal offline vrienden op welzijn.

**Tabel 12**

*Interactie-effect van het aantal vrienden en contact bekenden/onbekenden op Facebook, sociaal gebruik van elektronische toestellen op de verschillende geluksvariabelen*

Afhankelijke variabele	Interactie aantal vrienden	coeff	se	t	p	95% Betrouwbaarheidsinterval
Component geluk	FB contact bekenden	0.01	0.02	0.46	0.645	-0.03 -0.05
	FB contact onbekenden	0.01	0.02	0.40	0.689	-0.03 0.04
	Sociaal gebruik toestellen	0.00	0.00	1.44	0.150	-0.00 0.01
	Component sociaal gebruik toestellen	0.01	0.01	1.37	0.171	-0.01 0.03
Geluk meestal	FB contact bekenden	0.02	0.04	0.66	0.510	-0.05 0.10
	FB contact onbekenden	0.04	0.03	1.22	0.223	-0.02 0.10
	Sociaal gebruik toestellen	0.00	0.01	0.31	0.756	-0.01 0.01
	Component sociaal gebruik toestellen	0.00	0.02	0.21	0.834	-0.03 0.04
Geluk gisteren	FB contact bekenden	-0.00	0.05	-0.09	0.930	-0.09 0.09
	FB contact onbekenden	-0.05	0.04	-1.27	0.205	-0.13 0.03
	Sociaal gebruik toestellen	0.00	0.01	0.33	0.740	-0.01 0.01
	Component sociaal gebruik toestellen	0.01	0.02	0.30	0.762	-0.04 0.05
Negatief affect	FB contact bekenden	-0.00	0.01	-0.07	0.944	-0.03 0.03
	FB contact onbekenden	-0.01	0.01	-1.06	0.289	-0.04 0.01
	Sociaal gebruik toestellen	-0.00	0.00	-1.52	0.130	-0.01 0.00
	Component sociaal gebruik toestellen	-0.01	0.01	-1.49	0.136	-0.02 0.00
Positief affect	FB contact bekenden	0.01	0.01	0.72	0.471	-0.01 0.03
	FB contact onbekenden	0.00	0.01	0.19	0.849	-0.02 0.02
	Sociaal gebruik toestellen	0.00	0.00	2.22	0.026*	0.00 0.01
	Component sociaal gebruik toestellen	0.01	0.01	2.18	0.030	0.00 0.02

Noot. \*p<0.05 Variabelen 'FB contact bekenden' en 'FB contact onbekenden' hebben enkel betrekking op kinderen die FB profiel hebben; 'Sociaal gebruik' en 'Component sociaal gebruik' hebben betrekking op gehele steekproef.

De resultaten gerapporteerde in Tabel 12 bieden geen evidentie voor de *rich-get-richer* hypothese of de sociale compensatiehypothese aangezien er geen statistisch significante interactie-effecten aanwezig waren op de gelukscomponent, geluk meestal, geluk gisteren en negatief affect. Enkel voor positief affect bekwamen we een significant positief maar zwak interactie-effect voor het aantal vrienden en het sociaal gebruik van elektronische toestellen ( $t=2.22, p=0.03$ ) en de component van het sociaal gebruik ( $t=2.18, p=0.03$ ). De analyses gaven aan dat bij een laag aantal vrienden sociaal contact een niet-significant negatief verband heeft met welzijn ( $b = -.0032$  ( $se = .0019$ ) en  $b = -.0113$  ( $se = .0067$ ) voor sociaal gebruik toestellen en de component sociaal gebruik toestellen, respectievelijk) en bij een hoog aantal vrienden een niet-significant positief effect ( $b = -.0026$  ( $se = .0018$ ) en  $b = -.0087$  ( $se = .0064$ ), respectievelijk). Deze effecten zijn dus bijzonder zwak en we zullen ze daardoor niet verder interpreteren.

De algemene conclusie uit deze analyse is dan ook dat de interactie-effecten die door de *rich-get-richer* en sociale compensatiehypothese worden vooropgesteld niet tot uiting komen in onze data.

## **Discussie**

We kunnen deze discussie openen met het positieve nieuws dat de meeste kinderen gelukkig zijn. Ze halen gemiddeld een score van 8 op een elfpuntenschaal (0=heel ongelukkig; 10=heel gelukkig). Op dit punt zijn onze kinderen met brio geslaagd. Onze belangrijkste onderzoeksraag had echter betrekking op het verband tussen subjectief welbevinden, digitale media en sociale relaties. Er werd heel wat onderzoek gedaan naar de effecten van digitale media op het welzijn van tieners en volwassenen, maar de leeftijdsgroep van 9 tot 12 jaar kreeg tot heden nauwelijks aandacht van onderzoekers. Nochtans maakt het gebruik van allerlei elektronische toestellen zoals pc/laptop, tablet en gsm vanzelfsprekend deel uit van het dagelijkse leven van kinderen van lagere schoolleeftijd. We constateerden inderdaad dat 62% van de kinderen elke dag of een paar keer per week de pc/laptop gebruiken, 67% de tablet en 34% een smartphone. Deze elektronische media worden vooral gebruikt voor amusementsdoeleinden, zoals het bekijken van filmpjes en het spelen van spelletjes. Wat betreft het gebruik van sociale media zien we dat 18% van de kinderen een eigen Facebookprofiel heeft. Facebook wordt bovendien het meest gebruikt voor het hebben van contact met bekenden. Daarnaast gebruiken 83% van de kinderen Youtube, 35% Skype, 27% Snapchat, 25% WhatsApp, 22% Instagram, 21% Twitter en 19% Messenger.

Aangezien zo vele kinderen elektronische media gebruiken, is de vraag wat die media met hun welbevinden doen, uitermate relevant. Het is zinvol aandacht te hebben voor de specifieke groep jonge internetgebruikers die tot heden zo weinig bestudeerd werd met betrekking tot hun online wereld. Bovendien is de leefwereld van pre-puberale kinderen heel anders dan die van adolescenten, studenten en volwassenen, waardoor het gebruik van digitale media op een andere manier effecten kan hebben op hun welbevinden. Ook zien we dat ouders zich steeds meer zorgen maken om allerlei negatieve effecten van het digitale mediagebruik op hun kinderen. De klassieke media benadrukken graag de gevaren van de nieuwe media. Onlangs werd in Brits onderzoek (RSPH; YHM, 2016) gesteld dat sociale media verslavender zijn dan sigaretten en alcohol, dat sociale media gelinkt worden aan verhoogde mate van angst, depressie en slaaparmoede, dat cyberpesten een groeiend probleem is en dat niet minder dan zeven op tien jongeren aangeeft dit al ervaren te hebben. Ook worden ouders erop attent gemaakt hun kinderen tegen allerlei risico's van deze digitale media.

Wat betreft het verband tussen het subjectief welbevinden, digitale media en sociale relaties zijn in de literatuur zoals reeds gezegd diverse, soms tegenstrijdige hypothesen vorhanden. In deze masterproef hebben we deze hypothesen getoetst bij de kinderen die helemaal aan het begin staan van hun internetcarrière.

Gezien de geringe correlaties tussen schermgebruik, online vriendschappen en welbevinden, is het niet verwonderlijk dat de hypothesen die we vooropstelden niet bevestigd werden. Deze hypotheses

gingen namelijk elk op hun eigen manier uit van een verband tussen het gebruik van digitale media en welbevinden. We kunnen dus niet stellen dat kinderen die meer tijd spenderen aan schermgebruik minder en slechtere sociale relaties hebben en dus ongelukkiger zijn (*displacement* hypothese).

We kunnen ook niet stellen dat kinderen die meer tijd spenderen aan sociaal schermgebruik, hierdoor meer en betere sociale relaties ontwikkelen waardoor ze zich gelukkiger voelen (stimulatiehypothese). Het is ook niet zo dat kinderen met veel vrienden meer voordeel halen uit online communicatie met deze vrienden dan kinderen met weinig vrienden (*rich-get-richer* hypothese). Ten slotte kunnen we niet stellen dat kinderen met weinig vrienden meer voordeel halen uit online communicatie door verhoogde sociale steun via contact met onbekenden (sociale compensatiehypothese).

Verder hebben we vastgesteld dat wanneer kinderen zowel online als offline gepest worden, vooral het offline gepest worden een sterke invloed heeft op het subjectief welbevinden. Het online gepest worden heeft namelijk nauwelijks impact op het subjectief welbevinden wanneer we rekening houden met het offline gepest worden.

Dit alles leidt ons tot de algemene conclusie dat de digitale leefwereld bij kinderen tussen 9 en 12 jaar nauwelijks een impact heeft op hun subjectief welbevinden.

In overeenstemming met vorig onderzoek vonden we daarentegen dat het subjectief welbevinden beïnvloed wordt door zowel de kwantiteit als de kwaliteit van de offline sociale relaties. Het is zelfs zo dat het aantal vrienden sterkere verbanden met welbevinden vertoont dan de kwaliteit. Vrienden dienen op deze leeftijd wellicht meer om mee te spelen dan voor sociale steun. Uiteraard heeft het offline gepest worden ook een sterke negatieve impact op het subjectieve welbevinden. Naast het belang van vriendschapsrelaties, vinden we ook evidentie voor de impact van sociale steun door de ouders en in mindere mate door de juf of de meester.

## **Implicaties Huidig Onderzoek**

Het feit dat we slechts een gering verband vinden tussen het digitaal schermgebruik en subjectief welbevinden, maar wel een heel sterk verband vinden tussen het sociaal netwerk en welzijn, heeft enkele implicaties. De afwezigheid van dit verband leidt tot het ontkrachten van een aantal gangbare meningen. We hebben geen enkele reden om aan te nemen dat schermgebruik, ten minste op korte termijn, samenhangt met subjectief welbevinden. Dit betekent dat de uitspraken ‘schermgebruik maakt kinderen (on)gelukkig’, niet correct zijn, althans voor deze leeftijdsgroep. Dit impliceert uiteraard niet dat er helemaal geen impact is van het schermgebruik op de ontwikkeling van het kind. Door de aard van ons onderzoek kennen we de invloed van schermgebruik niet op langere termijn. De manier waarop kinderen nu met schermen omgaan heeft mogelijk een invloed op de manier waarop ze later met schermen zullen omgaan. Dit kan mogelijkerwijs een positieve invloed

hebben, of een negatieve. Een mogelijk positief effect zou kunnen zijn dat kinderen die reeds vroeg gebruik maken van elektronische media, hier op jonge leeftijd mee leren omgaan en via deze weg weerbaarder worden tegen de negatieve effecten van deze media op latere leeftijd zoals internetverslaving, sexting,... Aan de andere kant is het ook denkbaar dat een vroege beginleeftijd van excessief internetgebruik, naar analogie met de alcoholverslaving (Gruber, DiClemente, Anderson & Lodic, 1996), hier in de toekomst meer kans geeft op een hardnekkige internetverslaving. Bovendien is het mogelijk dat deze kinderen kwetsbaarder zullen zijn voor negatieve gebeurtenissen op deze media. Uiteraard is het heel belangrijk om hiervan een beeld te krijgen. Bovendien kan schermgebruik een invloed hebben op variabelen waarover wij in ons onderzoek niet beschikken, zoals schoolresultaten, neurologische functies, body mass index (BMI),...

De vaststelling van het verwachte verband tussen sociale relaties en subjectief welbevinden op deze leeftijd heeft ook enkele implicaties. Aangezien gepest worden een sterke negatieve invloed heeft op het subjectief welbevinden, pleiten we voor een volgehouden aandacht voor dit thema, zelfs op deze leeftijd, ook al gaat het over kleine aantallen (4 % wordt vaak of heel vaak gepest). De kwantiteit van vriendschappen bepaalt op deze leeftijd ook heel sterk het welzijn. De vraag is wat scholen, jongerenorganisaties en ouders nog extra kunnen doen om de kwantiteit van hun sociale netwerk positief te beïnvloeden. Zo kunnen we bijvoorbeeld ouders aanraden een opendeurpolitiek te voeren op vlak van vriendjes. Of bij opvoeders zou een alarmbelletje moeten afgaan wanneer ze merken dat kinderen zeer weinig vrienden hebben... Verder kan het beslist geen kwaad dat opvoeders beseffen dat het voor het welzijn van kinderen heel belangrijk is dat ze de perceptie hebben bij hen altijd terecht te kunnen.

## **Beperkingen en Sterktes van de Studie**

Naast de maatschappelijke implicaties van dit onderzoek, is het belangrijk om een aantal beperkingen van de studie te bespreken.

Een eerste belangrijke beperking is dat de huidige studie een cross-sectioneel opzet hanteert waardoor we geen uitspraken kunnen doen over causaliteit van de gevonden verbanden. Hiervoor is longitudinaal of experimenteel onderzoek nodig.

Een tweede tekortkoming in ons onderzoek is het feit dat we enkel gebruik maakten van een vragenlijst. Mogelijke problemen die hierbij kunnen optreden is het feit dat bepaalde vragen, ondanks de testbevraging, niet goed begrepen worden door de kinderen. Vooral bij de jongere kinderen is de mogelijkheid dat deze problemen zich voordoen waarschijnlijker. Verder kunnen we stellen dat het een lange vragenlijst betreft, waardoor de mogelijkheid bestaat dat voor sommige kinderen het moeilijker was tot het einde de volle aandacht erbij te houden.

Een andere beperking van de vragenlijststudie is het feit dat zelfrapportage gepaard kan gaan met een aantal vertekeningen. Een vaak voorkomend probleem bij zelfrapportage is bijvoorbeeld de neiging van respondenten om sociaal wenselijk te antwoorden. Nochtans constateerden wij dat analyses per leerjaar vaak soortgelijke resultaten opleverden, wat ons vertrouwen in de validiteit van onze bevindingen versterkt. Begrip van vragen, vermoeidheid en sociale wenselijkheid zijn allemaal factoren die vermoedelijk stevig samengaan met de leeftijd van de kinderen. De bevinding dat het leerjaar nauwelijks de verbanden modereert, spreekt dan ook tegen de assumptie dat deze factoren een grote rol zouden spelen.

Verder zijn de vragen in het kader van deze masterproef gekaderd in een breder onderzoek. Hierdoor moesten we ons beperken wat betreft het aantal vragen waardoor we niet steeds de mogelijkheid hadden gebruik te maken van volledige schalen.

Daarnaast is er ook een gebrek aan controle op externe omstandigheden van de testafname. Hoewel de scholen wat instructies hebben meegekregen, weten we niet of deze instructies nauwkeurig werden opgevolgd en we weten ook niets van de omstandigheden waarin de kinderen van de diverse scholen de vragenlijst hebben ingevuld.

Als laatste limitatie van het onderzoek kan worden verwezen naar het feit dat we bepaalde variabelen niet fijn genoeg kunnen meten. Zo zien we een beperkte range van de geluksscores (tussen 7 en 10) wat de statistische analyse bemoeilijkt en de gevonden verbanden mogelijkerwijze verzwakt.

Uiteraard zijn er ook enkele sterktes van deze studie vermeldenswaardig. Een eerste sterkte is de omvang van de steekproef (13871 kinderen uit de provincie Antwerpen). Dit maakt betrouwbare uitspraken mogelijk over onze onderzoekshypothesen.

Daarnaast is de keuze voor deze jonge doelgroep zeer relevant aangezien er nog weinig onderzoek is gebeurd naar de impact van digitale mediagebruik op het subjectief welbevinden bij beginnende internetgebruikers.

Ten slotte is deze masterproef een verdienstelijke poging om meer reliëf te brengen in de manier van meten van de drie belangrijke componenten, namelijk het subjectief welbevinden, sociale relaties en digitaal mediagebruik.

## Toekomstig Onderzoek

Deels op basis van de voorgaande beperkingen, kunnen enkele voorstellen worden gedaan voor verder onderzoek over dit thema.

Zoals eerder besproken in deze masterproef heeft het onderzoek, ook bij adolescenten en volwassenen, nog een hele weg af te leggen, zeker omdat er elkaar tegensprekende theorieën naar voren geschoven worden. De gevonden resultaten zouden getoetst moeten worden in longitudinaal

onderzoek. Door het invoeren van verschillende meetmomenten kunnen causale conclusies worden getrokken. Deze zouden mogelijks patronen in gebruik van digitale media en hun invloed op momentane evaluatie van levenskwaliteit kunnen blootleggen. Hierbij verdient het de aanbeveling om de jongeren van in de lagere school op te volgen. Ook cross-sectioneel onderzoek zou ermee gebaat zijn om adolescenten en volwassenen te bevragen over het feit wanneer ze begonnen zijn met digitale media te gebruiken en of ze dit al dan niet frequent deden.

Verder kan toekomstig onderzoek ook de vertekening door zelfrapportage oplossen door bijkomend gebruik te maken van andere maten voor o.a. het subjectieve welbevinden. Een voorbeeld hiervan kan rapportage door derden (ouders, leerkrachten,...) zijn.

Daarnaast is het ook de vraag of dezelfde resultaten teruggevonden zouden worden bij specifieke groepen kinderen. Uit de bestaande wetenschappelijke literatuur, blijkt bijvoorbeeld dat kinderen met ASS meer tijd spenderen aan het gebruik van digitale media (Mazurek et al., 2012; Must et al., 2014; Shane et al., 2008).

Deze vragenlijst is ook niet geschikt voor bepaalde groepen kinderen uit het buitengewoon onderwijs. Het is dan ook een uitdaging om ook bij deze kinderen een geschikt instrument te maken om hun subjectief welbevinden, hun netwerk en hun schermgedrag te meten.

## **Conclusie**

Het doel van deze masterproef was om een beter zicht te krijgen op het gebruik van digitale media bij kinderen tussen 9 en 12 jaar en het verband met hun sociale relaties en via deze weg hun subjectief welbevinden. Hiertoe werden 13871 kinderen bevraagd uit het vierde, vijfde en zesde leerjaar van 163 lagere scholen in de provincie Antwerpen.

Uit de resultaten blijkt dat we alle bestaande hypotheses omtrent de invloed van het gebruik van digitale media kunnen verworpen voor deze leeftijdsgroep, omdat we nauwelijks betekenisvolle relaties vinden tussen schermgebruik en subjectief welbevinden. Er is geen betekenisvolle link tussen schermgebruik en sociale relaties.

We vinden wel een verband tussen enerzijds de kwantiteit en de kwaliteit van sociale relaties en anderzijds subjectief welbevinden. De impact van de online wereld op het welzijn is op deze leeftijd quasi onbestaand, terwijl sociale offline variabelen wel een grote rol spelen.

## Referenties

- Ahn, D., & Shin, D. H. (2013). Is the social use of media for seeking connectedness or for avoiding social isolation? Mechanisms underlying media use and subjective well-being. *Computers in Human Behavior, 29*(6), 2453-2462.
- Altman, I., & Taylor, D. A. (1973). *Social penetration: The development of interpersonal relationships*. Holt, Rinehart & Winston.
- Asher, S.R, & Renshaw, P.D. (1981). Children without friends: social knowledge and social-skill training. In S.R., Asher, & J.M., Gottman (Eds.), *The development of children's friendships* (273-296). Cambridge: University Press.
- Baertsoen, E. (2012). *Hoe beleven schoolkinderen in het type 3 onderwijs onderlinge vriendschap? Een belevingsonderzoek bij kinderen met gedrags- en emotionele stoornissen tussen de 9 en de 12 jaar* (master thesis). Geraadpleegd van [http://lib.ugent.be/fulltxt/RUG01/001/893/719/RUG01-001893719\\_2012\\_0001\\_AC.pdf](http://lib.ugent.be/fulltxt/RUG01/001/893/719/RUG01-001893719_2012_0001_AC.pdf)
- Baker, L. R., & Oswald, D. L. (2010). Shyness and online social networking services. *Journal of Social and Personal Relationships, 27*(7), 873-889.
- Bargh, J. A., & McKenna, K. Y. (2004). The Internet and social life. *Annu. Rev. Psychol., 55*, 573-590.
- Benhorin, S., & McMahon, S. D. (2008). Exposure to violence and aggression: Protective roles of social support among urban African American youth. *Journal of Community Psychology, 36*, 723-743.
- Bessiere, K., Kiesler, S., Kraut, R., & Boneva, B. S. (2008). Effects of Internet use and social resources on changes in depression. *Information, Community & Society, 11*(1), 47-70.
- Boniel-Nissim, M., Tabak, I., Mazur, J., Borraccino, A., Brooks, F., Gommans, R., Finne, E. (2015). Supportive communication with parents moderates the negative effects of electronic media use on life satisfaction during adolescence. *International journal of public health, 60*(2), 189-198.
- Booker, C. L., Skew, A. J., Kelly, Y. J., & Sacker, A. (2015). Media use, sports participation, and well-being in adolescence: cross-sectional findings from the UK Household Longitudinal Study. *American journal of public health, 105*(1), 173-179.
- Boulton, M. J., & Smith, P. K. (1994). Bully/victim problems in middle-school children: Stability, self-perceived competence, peer perceptions and peer acceptance. *British journal of developmental psychology, 12*(3), 315-329.
- Bru, E., Murberg, T. A., & Stephens, P. (2001). Social support, negative life events and pupil misbehaviour among youth Norwegian adolescents. *Journal of Adolescence, 24*, 715-727

- Bukowski, W.M., Newcomb, A.F., & Hartup, W.W. (1996). *The company they keep: friendship in childhood and adolescence*. Cambridge: University Press.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2001). Attributional style and personality as predictors of happiness and mental health. *Journal of Happiness Studies*, 2(3), 307-327.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2003). Personality, self-esteem, and demographic predictions of happiness and depression. *Personality and individual differences*, 34(6), 921-942.
- Chu, P. S., Saucier, D. A., & Hafner, E. (2010). Meta-analysis of the relationships between social support and well-being in children and adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(6), 624-645.
- Csikszentmihalyi, M. (1999). If we are so rich, why aren't we happy?. *American psychologist*, 54(10), 821.
- Cotterell, J. (2007). *Social networks in youth & adolescence*. London: Routledge
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. *Handbook of self-determination research*, 3-33.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: a meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological bulletin*, 124(2), 197.
- de Bolle, M., De Fruyt, F., & Decuyper, M. (2010). The Affect and Arousal Scales: Psychometric properties of the Dutch version and multigroup confirmatory factor analyses. *Assessment*, 17, 241–258.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 1, 71–75.
- Diener, E., Larsen, R. J., & Emmons, R. A. (1984). Person× Situation interactions: Choice of situations and congruence response models. *Journal of personality and social psychology*, 47(3), 580.
- Dykstra, P. A., Van Tilburg, T. G., & de Jong Gierveld, J. (2005). Changes in older adult loneliness results from a seven-year longitudinal study. *Research on aging*, 27(6), 725-747.
- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook “friends:” Social capital and college students’ use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12(4), 1143-1168.
- Franco, N., & Levitt, M.J. (1998). The social ecology of middle childhood: family support, friendship quality en and self-esteem. *Family Relations*, 47 (4), 315-321.
- Furman, W., & Buhrmester, D. (1992). Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships. *Child Development*, 63, 103–115.
- Furnham, A., & Brewin, C. R. (1990). Personality and happiness. *Personality and Individual Differences*, 11(10), 1093-1096.

- Furnham, A., & Cheng, H. (2000a). Perceived parental behaviour, self-esteem and happiness. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 35(10), 463-470.
- Furnham, A., & Cheng, H. (2000b). Lay theories of happiness. *Journal of happiness studies*, 1(2), 227-246.
- Gifford-Smith, M.E., & Brownell, C.A. (2003). Childhood peer relationships: social acceptance. *Journal of School Psychology*, 41, 235–284.
- Gruber, E., DiClemente, R. J., Anderson, M. M., & Lodico, M. (1996). Early drinking onset and its association with alcohol use and problem behavior in late adolescence. *Preventive medicine*, 25(3), 293-300.
- Hawker, D. S., & Boulton, M. J. (2000). Twenty years' research on peer victimization and psychosocial maladjustment: A meta-analytic review of cross-sectional studies. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 41(4), 441-455.
- Hayes, N., & Joseph, S. (2003). Big 5 correlates of three measures of subjective well-being. *Personality and Individual differences*, 34(4), 723-727.
- Helgeson, V. S., Cohen, S., Schulz, R., & Yasko, J. (2000). Group support interventions for women with breast cancer: Who benefits from what? *Health Psychology*, 19, 107-114.
- Helliwell, J. F., Layard, R., & Sachs, J. (2013). World happiness report [2012].
- Helliwell, J. F., & Putnam, R. D. (2004). The social context of well-being. *Philosophical transactions - royal society of London series B biological sciences*, 1435-1446.
- Hills, P., & Argyle, M. (2001a). Emotional stability as a major dimension of happiness. *Personality and individual differences*, 31(8), 1357-1364.
- Hills, P., & Argyle, M. (2001b). Happiness, introversion-extraversion and happy introverts. *Personality and individual Differences*, 30(4), 595-608.
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33.
- Holder, M. D., & Coleman, B. (2008). The contribution of temperament, popularity, and physical appearance to children's happiness. *Journal of Happiness Studies*, 9(2), 279-302.
- Huang, H. Y. (2016). Examining the beneficial effects of individual's self-disclosure on the social network site. *Computers in Human Behavior*, 57, 122-132.
- Huppert, F. A., & So, T. T. (2013). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being. *Social Indicators Research*, 110(3), 837-861.
- Hymel, S., Schonert-Reichl, K. A., & Miller, L. D. (2006). Reading, writing, arithmetic and relationships: considering the social side of education. *Exceptionality Education Canada*, 16(2/3), 149.
- Inchley, J., & Currie, D. (2016). Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study:

international report from the 2013/2014 survey. WHO, 2016. *Health policy for children and adolescents*, (7).

Kahneman, D., & Tversky, A. (2003). Experienced utility and objective happiness: *A moment-based approach*. *The psychology of economic decisions*, 1, 187-208.

Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. (Eds.). (1999). *Well-being: Foundations of hedonic psychology*. Russell Sage Foundation.

Khan, S., & Petróczi, A. (2015). Stimulus-response compatibility tests of implicit preference for food and body image to identify people at risk for disordered eating: a validation study. *Eating behaviors*, 16, 54-63.

Kraut, Robert, M. Patterson, and V. Lundmark. (1998). "Internet Paradox: A Social Technology That Reduces Social Involvement and Psychological Well-being" *American Psychologist*, 53:1017-31..

Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, J., Helgeson, V., & Crawford, A. (2002). Internet paradox revisited. *Journal of social issues*, 58(1), 49-74.

Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., Lin, N., ... & Ybarra, O. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PloS one*, 8(8), e69841

Lakey, B., & Cassady, P. B. (1990). Cognitive processes in perceived social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 337-343.

Larose, S., Guay, F., & Boivin, M. (2002). Attachment, social support, and loneliness in young adulthood: A test of two models. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(5), 684-693.

Laurent, J., Catanzaro, S. J., Joiner Jr, T. E., Rudolph, K. D., Potter, K. I., Lambert, S., ... & Gathright, T. (1999). A measure of positive and negative affect for children: scale development and preliminary validation. *Psychological assessment*, 11(3), 326.

Lee, S. J. (2009). Online communication and adolescent social ties: Who benefits more from Internet use?. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 14(3), 509-531.

Lenhart, A., Kahne, J., Middaugh, E., Macgill, A. R., Evans, C., & Vitak, J. (2008). Teens, video games, and civics: teens' gaming experiences are diverse and include significant social interaction and civic engagement. *Pew internet & American life project*.

Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success? *Psychological Bulletin Vol. 131*, No. 6, 803–855.

Lykken, D. T. (2000). *Happiness: The nature and nurture of joy and contentment*. New York: St. Martin's Press.

Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological review*, 50(4), 370.

- Mazurek, M. O., & Wenstrup, C. (2013). Television, video game and social media use among children with ASD and typically developing siblings. *Journal of autism and developmental disorders*, 43(6), 1258-1271.
- Mazurek, M. O., Shattuck, P. T., Wagner, M., & Cooper, B. P. (2012). Prevalence and correlates of screen-based media use among youths with autism spectrum disorders. *Journal of autism and developmental disorders*, 42(8), 1757-1767.
- McDougall, P., Hymel, S., Vaillancourt, T., & Mercer, L. (2001). The consequences of childhood peer rejection. *Interpersonal rejection*, 213-247.
- McKenna, K. Y., & Bargh, J. A. (1999). Causes and consequences of social interaction on the Internet: A conceptual framework. *Media Psychology*, 1(3), 249-269.
- Must, A., Phillips, S. M., Curtin, C., Anderson, S. E., Maslin, M., Lividini, K., & Bandini, L. G. (2014). Comparison of sedentary behaviors between children with autism spectrum disorders and typically developing children. *Autism*, 18(4), 376-384.
- Natvig, G. K., Albreksten, G., Anderssen, N., & Qvarnstrom, U. (1999). School-related stress and psychosomatic symptoms among school adolescents. *Journal of School Health*, 69, 362-368.
- Neto, F. (2001). Personality predictors of happiness. *Psychological Reports*, 88(3), 817-824.
- Nie, N. H. (2001). Sociability, interpersonal relations, and the internet reconciling conflicting findings. *American behavioral scientist*, 45(3), 420-435.
- Nie, N. H., & Hillygus, D. S. (2002). The impact of Internet use on sociability: Time-diary findings. *It & Society*, 1(1), 1-20.
- Nie, N. H., Hillygus, D. S., & Erbring, L. (2002). Internet use, interpersonal relations, and sociability. *The Internet in everyday life*, 215-243.
- Niemiec, C. P., & Ryan, R. M. (2009). Autonomy, competence, and relatedness in the classroom: Applying self-determination theory to educational practice. *School Field*, 7(2), 133-144.
- Olweus, D. (1978). Aggression in the schools: *Bullies and whipping boys*. Hemisphere.
- Papacharissi, Z., & Rubin, A. M. (2000). Predictors of Internet use. *Journal of broadcasting & electronic media*, 44(2), 175-196.
- Parducci, A. (1995). *Happiness, pleasure, and judgment: The contextual theory and its applications*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Pavot, W., Diener, E., & Fujita, F. (1990). Extraversion and happiness. *Personality and individual differences*, 11(12), 1299-1306.
- Putnam, R. D. (2000). Bowling alone: America's declining social capital. In *Culture and Politics* (pp. 223-234). Palgrave Macmillan US

- Radloff (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385–401.
- Robinson, J. P., Kestnbaum, M., Neustadt, A., & Alvarez, A. (2000). Mass media use and social life among Internet users. *Social Science Computer Review*, 18(4), 490-501.
- RSPH; YHM. (2016). *Social media and young people's mental health and wellbeing*. Geraadpleegd van <https://www.rspah.org.uk/our-work/policy/social-media-and-young-people-s-mental-health-and-wellbeing.html>
- Rubin, K., Fredstrom, B., & Bowker, J. (2008). Future directions in... friendship in childhood and early adolescence. *Social development*, 17 (4), 1085-1095.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719.
- San Jose, C. (2016). *Growth driven by more than one billion new internet users and 10 billion new devices and connections over the next five years*. geraadpleegd op 27 mei 2017 via <https://newsroom.cisco.com/press-release>
- Saerens, Z. (2017). *Jongeren let op: Facebook en Instagram schaden jullie mentale gezondheid*. Geraadpleegd op 16 juni 2017 via <http://deredactie.be/cm/vrtnieuws/binnenland/1.2983322>
- Sarason, I. G., Levine H. M., Basham, R. B., (1983). Assessing social support: The social support questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 124-139.
- Schneider, B.H. (2000). *Friends and enemies: Peer relations in childhood*. New York: Oxford University Press.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: Free Press.
- Shah, Nojin Kwak, R. Lance Holbert, D. (2001). "Connecting" and "disconnecting" with civic life: Patterns of Internet use and the production of social capital. *Political communication*, 18(2), 141-162.
- Shane, H. C., & Albert, P. D. (2008). Electronic screen media for persons with autism spectrum disorders: Results of a survey. *Journal of autism and developmental disorders*, 38(8), 1499-1508.
- Shklovski, I., Kraut, R., & Rainie, L. (2004). The Internet and social participation: Contrasting cross-sectional and longitudinal analyses. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 10(1), 00-00.
- Slee, P. T. (1994). Situational and interpersonal correlates of anxiety associated with peer victimisation. *Child Psychiatry and Human Development*, 25(2), 97-107.
- Spiegel, D. (1993). Social support: How friends, family and groups can help. In D. Goleman & J. Gurin (Eds.), *Mind body medicines: how to use your mind for better health* (pp. 331 350).

- Strasburger, V. C., Jordan, A. B., & Donnerstein, E. (2010). Health effects of media on children and adolescents. *Pediatrics*, 125(4), 756-767.
- Strasburger, V. C., Hogan, M. J., Mulligan, D. A., Ameenuddin, N., Christakis, D. A., Cross, C., & Moreno, M. A. (2013). Children, adolescents, and the media. *Pediatrics*, 132(5), 958-961.
- Suh, E., Diener, E., & Fujita, F. (1996). Events and subjective well-being: only recent events matter. *Journal of personality and social psychology*, 10, 1091-1102.
- Teppers, E., Luyckx, K., Klimstra, T. A., & Goossens, L. (2014). Loneliness and Facebook motives in adolescence: A longitudinal inquiry into directionality of effect. *Journal of adolescence*, 37(5), 691-699.
- Uchino, B. N., Cacioppo, J. T., & Kiecolt-Glaser, J. K. (1996). The relationship between social support and physiological processes: a review with emphasis on underlying mechanisms and implications for health. *Psychological bulletin*, 119(3), 488.rs, NY: Consumer Reports Books.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2007a). Online communication and adolescent well-being: Testing the stimulation versus the displacement hypothesis. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12(4), 1169-1182.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2007b). Preadolescents' and adolescents' online communication and their closeness to friends. *Developmental psychology*, 43(2), 267.
- van der Ploeg, J.D. (2007a). *Gedragsproblemen: ontwikkelingen en risico's (9e druk)*. Rotterdam: Lemniscaat.
- van der Ploeg, J.D. (2007b). *Kinderen (z)onder vrienden*. Rotterdam: Lemniscaat.
- Van Hiel, A. (2012). *Sociale psychologie*. Gent: Academia Press.
- Vansteenkiste, M., Neyrinck, B., Niemiec, C. P., Soenens, B., Witte, H., & Broeck, A. (2007). On the relations among work value orientations, psychological need satisfaction and job outcomes: A self-determination theory approach. *Journal of occupational and organizational psychology*, 80(2), 251-277.
- Vergeer, M., & Pelzer, B. (2009). Consequences of media and Internet use for offline and online network capital and well-being. A causal model approach. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 15(1), 189-210.
- de Vries, D. A., & Kühne, R. (2015). Facebook and self-perception: Individual susceptibility to negative social comparison on Facebook. *Personality and Individual Differences*, 86, 217-221.
- Watson, D. & Clark, L. A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 54. No.6, 1063–1070

- Weiser, E. B. (2001). The functions of Internet use and their social and psychological consequences. *CyberPsychology & behavior*, 4(6), 723-743.
- Wentzel, K. R. (1998). Social relationships and motivation in middle school: The role of parents, teachers and peers. *Journal of Educational Psychology*, 90, 202-209.
- Yugar, J.M. & Shapiro, E.S. (2001). Elementary children's schools friendships: a comparison of peer assessment methodologies. *School Psychology Review*, 30 (4), 568-585.
- Zegers, H. (2010). Wat Maakt u Gelukkig? *Triangulatie van positieve psychologie studies en een wereldwijde kwalitatieve studie*. Geraadpleegd op 1 maart 2017 via <http://www.scriptiebank.be/scriptieoverzicht>
- Zegers, H. (2011). A person is no average. Bijdrage in The World Book of Happiness. *The knowledge and wisdom of one hundred happiness professors from all around the world*. Leo Bormans (ed.). Tielt: Lannoo uitgeverij.

## Bijlage: Selectie uit vragenlijst, relevant voor deze masterproef

2. Ik zit in klas \*

---

5. Hoe gelukkig voel ik me meestal? \*

(0= heel ongelukkig, 10= heel gelukkig)

Markeer slechts één ovaal.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
heel ongelukkig	<input type="radio"/>	heel gelukkig									

7. Ik voelde me de afgelopen week \*

Markeer slechts één ovaal per rij.

nooit	bijna nooit	soms	meestal	altijd
eenzaam	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
blij	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
vol energie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
verdrietig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ongelukkig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
trots	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
angstig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
gelukkig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

9. Hoeveel vrienden/vriendinnen heb ik? \*

Markeer slechts één ovaal per rij.

geen	één	enkele	veel	heel veel
<input type="radio"/>				

12. Ik word gepest \*

Markeer slechts één ovaal per rij.

nooit	bijna nooit	soms	vaak	heel vaak
<input type="radio"/>				

**13. Als ik problemen heb, kan ik terecht bij:**

*Markeer slechts één ovaal per rij.*

	noot	bijna nooit	soms	meestal	altijd
mama/papa	<input type="checkbox"/>				
broer/zus	<input type="checkbox"/>				
andere familie (grootouder(s), meter, tante, neef...)	<input type="checkbox"/>				
juf/meester	<input type="checkbox"/>				
vriend/vriendin	<input type="checkbox"/>				
iemand anders	<input type="checkbox"/>				

**14. Als ik een probleem heb, dan zouden volgende personen mij goede raad geven: \***

*Markeer slechts één ovaal per rij.*

	zeker niet	waarschijnlijk niet	misschien	waarschijnlijk wel	heel zeker
mama/papa	<input type="checkbox"/>				
vriend/vriendin	<input type="checkbox"/>				
juf/meester	<input type="checkbox"/>				

**15. Als ik verdrietig ben, dan zouden volgende personen me troosten: \***

*Markeer slechts één ovaal per rij.*

	zeker niet	waarschijnlijk niet	misschien	waarschijnlijk wel	heel zeker
mama/papa	<input type="checkbox"/>				
vriend/vriendin	<input type="checkbox"/>				
juf/meester	<input type="checkbox"/>				

**16. Als ik een probleem heb, dan zouden volgende personen iets doen om me te helpen: \***

*Markeer slechts één ovaal per rij.*

	zeker niet	waarschijnlijk niet	misschien	waarschijnlijk wel	heel zeker
mama/papa	<input type="checkbox"/>				
vriend/vriendin	<input type="checkbox"/>				
juf/meester	<input type="checkbox"/>				

**25. Ik ga regelmatig dit schooljaar naar**

(Je mag hier geen, één of meerdere vakjes aankruisen.)

Vink alle toepasselijke opties aan.

- de muziekschool.  
 de tekenschool  
 toneel, woord  
 de turnclub  
 de dansles of ballet  
 de voetbalclub  
 de jeugdbeweging  
 de tennisclub  
 de gevechtsportclub (judo, karate,...)  
 de paardenclub  
 de zwemclub  
 de kerk of de moskee of de synagoge  
 de opvang (voor of na school)  
 Anders: \_\_\_\_\_

**35. Ik gebruik volgende toestellen \***

Markeer slechts één ovaal per rij.

	nooit	bijna nooit	een paar keer per maand	een paar keer per week	(bijna) elke dag
pc/laptop	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>
tablet	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>
smartphone	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>

**36. Als ik volgende toestellen gebruik, is dit voor \***

Markeer slechts één ovaal per rij.

	minder dan 1 uur per dag	ongeveer 1 uur per dag	ongeveer 2 uur per dag	ongeveer 3 uur per dag	meer dan 3 uur per dag
pc/laptop	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>
tablet	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>
smartphone	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>	<input type="oval"/>

**37. Als ik een pc/laptop/tablet/smartphone gebruik, is dit om \***

*Markeer slechts één ovaal per rij.*

	nooit	bijna nooit	soms	vaak	heel vaak
informatie op te zoeken	<input type="radio"/>				
te werken voor school	<input type="radio"/>				
spellertjes te spelen	<input type="radio"/>				
filmpjes te bekijken	<input type="radio"/>				
berichten te sturen of te chatten	<input type="radio"/>				
foto's uit te wisselen	<input type="radio"/>				
te praten (telefoneren, skypen,...)	<input type="radio"/>				

**38. Als ik een pc/laptop/tablet/smartphone gebruik, heb ik soms contact met \***

*Markeer slechts één ovaal per rij.*

	nooit	bijna nooit	soms	vaak	heel vaak
vriend/vriendin	<input type="radio"/>				
broer/zus	<input type="radio"/>				
mama/papa	<input type="radio"/>				
juf/meester	<input type="radio"/>				
andere bekenden	<input type="radio"/>				
iemand die ik nog nooit in het echt gezien heb	<input type="radio"/>				

**39. Ik gebruik Facebook \***

*Markeer slechts één ovaal.*

- nooit      *Ga naar vraag 48.*
- bijna nooit
- een paar keer per maand
- een paar keer per week
- (bijna) elke dag

**40. Ik heb een eigen profiel op Facebook.\***

*Markeer slechts één ovaal.*

- ja
- neen
- ik weet het niet

**41. Hoeveel vrienden/vriendinnen heb ik op Facebook? \***

Markeer slechts één ovaal per rij.

geen één enkele veel heel veel

---

**42. Ik gebruik Facebook om in contact te blijven met mensen die ik ken. \***

Markeer slechts één ovaal.

1 2 3 4 5

helemaal niet akkoord      helemaal akkoord

**43. Ik gebruik Facebook om nieuwe mensen te leren kennen. \***

Markeer slechts één ovaal.

1 2 3 4 5

helemaal niet akkoord      helemaal akkoord

**44. Ik gebruik Facebook om spelletjes te spelen. \***

Markeer slechts één ovaal.

1 2 3 4 5

helemaal niet akkoord      helemaal akkoord

**45. Ik gebruik Facebook om foto's te delen. \***

Markeer slechts één ovaal.

1 2 3 4 5

helemaal niet akkoord      helemaal akkoord

**46. Bijna al mijn vrienden/vriendinnen gebruiken Facebook. \***

Markeer slechts één ovaal.

1 2 3 4 5

helemaal niet akkoord      helemaal akkoord

**47. Ik word gepest op Facebook.\***

*Markeer slechts één ovaal per rij.*

nooit   bijna nooit   soms   vaak   heel vaak

---

\_\_\_\_\_

**48. Op de pc/laptop/tablet/smartphone gebruik ik soms**

(Je mag geen, één of meerdere vakjes aankruisen.)

*Vink alle toepasselijke opties aan.*

- Instagram
- Snapchat
- WhatsApp
- Youtube
- Twitter
- Messenger
- Skype
- Anders: \_\_\_\_\_

**72. En nu nog een laatste, moeilijke vraag: We hebben al gevraagd hoe gelukkig je je "meestal" voelt. Nu zouden we graag weten hoe gelukkig je je "gisteren" voelde. \***

(0= heel ongelukkig, 10=heel gelukkig)

*Markeer slechts één ovaal.*

0      1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

---

heel  
ongelukkig   \_\_\_\_\_

heel  
gelukkig   \_\_\_\_\_