

De Sportieve Moslimvrouwen

Naar meer sportparticipatie van Nederlandse moslimvrouwen

Havva Yıldız · Bachelor of Arts (BA) Islamitische Theologie · Islamic University of Applied Sciences Rotterdam (IUASR) · 2023-2024

Aanleiding

Uit internationale literatuur blijkt dat moslimvrouwen wereldwijd drempels ervaren om deel te nemen aan sport en bewegen. Vier factoren komen daarin steeds terug: spanningen tussen religieuze en seculiere waarden, het gebrek aan empowerment via sport, de motivaties die vrouwen wel of niet naar de sportschool of sportclub brengen, en de invloed van culturele normen en verwachtingen. Dit onderzoek brengt deze vier factoren voor het eerst gezamenlijk in kaart bij Nederlandse moslimvrouwen, met als doel bouwstenen aan te dragen om hun sportparticipatie te bevorderen.

Onderzoeksvraag

“Hoe beïnvloeden religieus-seculiere spanningen, empowerment door sport, motivaties tot lichaamsbeweging en cultuur de sportparticipatie bij moslimvrouwen?”

DEELVRAGEN

1. Welke religieus-seculiere spanningen ervaren moslimvrouwen bij het sporten?
2. Welke empowerment-initiatieven kunnen hen helpen belemmeringen te overwinnen?
3. Wat motiveert moslimvrouwen tot lichaamsbeweging, en hoe kan dit worden gestimuleerd?
4. Hoe beïnvloedt cultuur hun sportparticipatie?

Methode

Kwantitatief onderzoek via een online vragenlijst (Google Forms), gedeeld via sociale media en persoonlijk met een QR-code. Open van 28-12-2023 tot en met 06-01-2024.

404

volledig ingevulde reacties

390

geldige respondenten (Nederlandse moslimvrouwen)

4,96%

foutmarge bij 95% betrouwbaarheid

Belangrijkste bevindingen

Uit de analyse volgen vier hoofdconclusies, één per onderzocht thema.

● Religieus-seculiere spanningen

Deze spanningen hebben een positieve invloed op de sportparticipatie van Nederlandse moslimvrouwen.

- Tekort aan sportfaciliteiten en -programma's die op moslimvrouwen zijn toegesneden
- Beperkte tijd door huishoudelijke verantwoordelijkheden
- Gebrek aan vrouwelijke coaches als rolmodel
- Sportomgevingen die onvoldoende inclusief zijn

● Empowerment door sport

Empowerment door sport blijkt de sportparticipatie niet aantoonbaar te bevorderen.

- Onzekerheid over zichzelf bij het sporten
- Te weinig educatieve programma's over sport
- Weerstand of gebrek aan steun vanuit familie
- Te weinig bewustzijn van gezondheids- en sociale voordelen
- Weinig vertrouwen in eigen sportieve vaardigheden

● Motivaties voor lichaamsbeweging

Positieve motivatie gaat niet automatisch samen met meer sportparticipatie.

- Te weinig plekken die rekening houden met moslimvrouwen
- Gebrek aan steun van familie en vrienden
- Negatief lichaamsbeeld door sociale druk en stereotypen
- Druk om aan traditionele genderrollen te voldoen

● Culturele factoren

Cultuur heeft een aantoonbare invloed op de sportparticipatie.

- Negatieve meningen en vooroordelen over sportende moslimvrouwen
- Uiteenlopende interpretaties van religieuze voorschriften
- Culturele beperkingen bij intensieve fysieke activiteit
- Druk vanuit de gemeenschap om traditionele normen te handhaven

Aanbevelingen

● **Religieus-seculiere spanningen.** Investeer in sportfaciliteiten en -programma's specifiek voor moslimvrouwen, bied timemanagement-ondersteuning, leid meer vrouwelijke coaches op als rolmodel, en maak sportomgevingen inclusiever.

● **Empowerment door sport.** Zet sportempowerment-programma's, workshops en trainingen in om belemmeringen concreet in kaart te brengen, ondersteund door coachingsgesprekken en steun vanuit vrienden en gemeenschap.

● **Motivaties voor lichaamsbeweging.** Creëer meer plekken die rekening houden met moslimvrouwen, betrek familie en vrienden als steunbron, en ontwikkel programma's die vrouwen leren omgaan met sociale druk.

● **Culturele factoren.** Voer campagnes om vooroordelen weg te nemen, bied workshops met professioneel advies over intensieve fysieke activiteit, en zet bewustwordingsprogramma's in om druk vanuit de gemeenschap te verminderen.

Tot slot

Dit onderzoek laat zien dat de sportparticipatie van Nederlandse moslimvrouwen wordt bepaald door een samenspel van religieuze, sociale en culturele factoren — en dat gerichte, cultuursensitieve interventies hierin het verschil kunnen maken. De volledige, interactieve resultaten zijn te verkennen via het dashboard bij deze scriptie.

SUGGESTIE VOOR VERWIJZING

Yildiz, H. (2024). De Sportieve Moslimvrouwen: Naar meer sportparticipatie van Nederlandse moslimvrouwen [Bachelorscriptie, Islamic University of Applied Sciences Rotterdam].