



Statistische Trends

Vrijwilligerswerk en welzijn

Hans Schmeets
Judith Arends

2020

Inhoud

1. Inleiding	3
2. Vrijwilligers in 2013-2018	5
2.1 Vrijwilligers naar achtergrondkenmerken	5
2.2 Vrijwilligers naar soort organisatie	7
2.3 Tijd besteed aan vrijwilligerswerk	7
3. Vrijwilligerswerk en welzijn	8
3.1 Vrijwilligerswerk en welzijnsindicatoren	8
3.2 Welzijn naar soort organisatie waarvoor vrijwillig wordt gewerkt	10
3.3 Welzijn naar tijd besteed aan vrijwilligerswerk	11
4. Conclusies	12
Technische toelichting	13
Referenties	14
Tabellenbijlage	16

In de periode 2013–2018 gaf bijna de helft van de Nederlanders van 15 jaar of ouder aan zich minstens één keer per jaar als vrijwilliger ingezet te hebben voor een organisatie of vereniging. Drie op de tien hadden in de vier weken voorafgaand aan het onderzoek vrijwilligerswerk gedaan. Deze aandelen zijn al sinds 2013 vrij stabiel. Bij sportverenigingen, scholen en in de verzorging werken mensen het vaakst als vrijwilliger. Gemiddeld wordt 4,5 uur per week aan vrijwilligerswerk besteed. Vrijwilligers hebben over het algemeen een hoger opleidingsniveau, een kerkelijke achtergrond en zijn van middelbare leeftijd. Van de vrijwilligers is 91 procent gelukkig tegenover 85 procent van de groep die geen vrijwilligerswerk doet. Ook zijn ze meer tevreden met hun eigen leven, sociale contacten en psychische gezondheid, en scoren ze hoger op de persoonlijke welzijnsindex dan degenen die geen vrijwilliger zijn.

1. Inleiding

Vrijwilligerswerk doen is een manier om met elkaar in contact te komen en bij te dragen aan de samenleving. Deze verbindingen zijn niet alleen van belang voor de organisatie waar de werkzaamheden voor worden gedaan, maar veelal ook voor de vrijwilligers zelf. Bijna de helft van de 15-plussers doet minstens een keer per jaar vrijwilligerswerk, gemiddeld is een vrijwilliger hier 4,5 uur per week mee bezig. Het gaat bijvoorbeeld om activiteiten voor een school, de sportvereniging, de kerk, de muziek- of de buurtvereniging, in de verzorging of in politiek verband. Desgevraagd geeft ruim de helft van de vrijwilligers aan dat 'ze het zelf leuk vinden om te doen' en ook een meerderheid zegt dat 'ze het fijn vinden om iets voor een ander te doen'. Daarnaast doet ruim een kwart vrijwilligerswerk 'vanwege de sociale contacten' (Arends en Schmeets, 2018, p. 19). Vergeleken met andere landen is het aandeel vrijwilligers in Nederland hoog (Schmeets, Parigini en Van Hoof, 2016). Vrijwilligerswerk is diepgeworteld in de Nederlandse samenleving, het wordt gezien als een belangrijk onderdeel van de smeeroelie die de samenleving draaiende houdt. Bijna een kwart van de bevolking vindt de vrijwillige inzet voor organisaties een vanzelfsprekendheid en bijna de helft geeft aan dat het gewenst is dat alle burgers minstens een keer in hun leven vrijwilligerswerk doen (De Wit en Bekkers, 2017, p. 197).

Verschillende studies tonen aan dat vrijwillige inzet gepaard gaat met meer persoonlijk welzijn (Morrow-Howell, et al., 2003; Kahana, et al., 2013; Mellor et al., 2013; Matsushima en Matsunaga, 2015; Ashley et al., 2016) en specifiek een positief effect heeft op de ervaren gezondheid (Jenkinson, et al., 2015). Vrijwilligerswerk is een essentieel onderdeel van de sociale netwerken in de samenleving met gemeenschappelijke waarden, ook wel aangeduid als 'sociaal kapitaal' (Van Beuningen en Schmeets, 2013). Sociaal kapitaal heeft een positief effect op het welzijn (Kroll, 2011; Portela, Neira, Salinas-Jiménez, 2013; Matsushima en Matsunaga, 2015).

In dit artikel wordt nagegaan in welke mate vrijwilligerswerk een positief effect heeft op het welzijn van mensen. Dat gebeurt door gebruik te maken van het onderzoek Sociale samenhang en Welzijn dat vanaf 2013 jaarlijks is uitgevoerd. Voor dit onderzoek zijn in de periode 2013–2018 gegevens van ruim 45 duizend personen van 15 jaar en ouder verzameld. Eerst worden in paragraaf 2 de ontwikkelingen in vrijwilligerswerk en de verschillen in vrijwilligerswerk tussen bevolkingsgroepen besproken. Daarna wordt in paragraaf 3 ingegaan op de relatie tussen vrijwilligerswerk en welzijn. Deze bijdrage wordt afgerond met conclusies en discussie in paragraaf 4.

Vrijwilligerswerk

Voor het meten van vrijwilligerswerk van de Nederlandse bevolking heeft het CBS tot 2009 van twee bronnen gebruik kunnen maken, namelijk het Permanent Onderzoek Leefsituatie (POLS) en de Enquête Beroepsbevolking (EBB). De EBB bracht de meer structurele vrijwilligers in kaart, terwijl in POLS ook gedetailleerd werd gevraagd naar incidenteel vrijwilligerswerk. Vanaf 2013 wordt vrijwilligerswerk – zowel het meer structurele als het incidentele – samen met Welzijn uitgebreid gemeten in het CBS-onderzoek Sociale samenhang en Welzijn (zie Technische toelichting). Zo is onder andere gedetailleerd gevraagd naar het soort vrijwilligerswerk dat mensen doen voor diverse organisaties, en het aantal uren dat eraan besteed wordt.

Welzijn

Voor het vaststellen van het welzijn wordt gebruik gemaakt van de volgende vijf indicatoren:

1. Ervaren geluk
2. Tevredenheid met het eigen leven
3. Tevredenheid met het sociale leven
4. Tevredenheid met de psychische gezondheid
5. Persoonlijk welzijn

Persoonlijke welzijnsindex (PWI)

Het persoonlijke welzijn is bepaald aan de hand van de persoonlijke welzijnsindex (PWI). Deze index is samengesteld uit twaalf indicatoren die acht dimensies beschrijven. De dimensies met bijbehorende indicatoren zijn:

1. Materiële levensstandaard: tevredenheid over de financiële situatie.
2. Economische risico's: zorgen over de financiële toekomst.
3. Opleiding en arbeid: tevredenheid met de opleidingskansen, tevredenheid met het werk of de dagelijkse bezigheden.
4. Gezondheid: tevredenheid met de lichamelijke gezondheid, tevredenheid met de psychische gezondheid.
5. Sociale relaties: tevredenheid met het sociale leven.
6. Maatschappelijke participatie en vertrouwen: vertrouwen in de Tweede Kamer, vertrouwen in rechters, vertrouwen in de politie.
7. Veiligheid: gevoel van (on)veiligheid.
8. Milieu en leefomgeving: tevredenheid met de woonbuurt.

Per indicator zijn de scores omgerekend naar een score van 1 tot en met 10. Vervolgens is voor elke dimensie een score bepaald en zijn de acht resulterende scores samengevoegd tot een index, de persoonlijke welzijnsindex. Iedere dimensie telt even zwaar in de index mee. Een score van 1 tot 5 duidt op een laag, van 5 tot 7 op een middelbaar en van 7 of hoger op een hoog persoonlijk welzijn. De PWI heeft betrekking op personen van 18 jaar en ouder (Van Beuningen et al., 2015).

2. Vrijwilligers in 2013-2018

2.1 Vrijwilligers naar achtergrondkenmerken

In 2018 zei 48 procent van de bevolking van 15 jaar of ouder in de twaalf maanden voorafgaand aan het onderzoek vrijwilligerswerk te hebben gedaan voor één of meerdere organisaties of verenigingen (tabel 2.1.1). Dit aandeel is ten opzichte van 2013 niet veranderd. Toen gaf 49 procent van de bevolking van 15 jaar of ouder aan zich minstens één keer per jaar als vrijwilliger ingezet te hebben. In de periode tussen 2013 en 2017 schommelde het aandeel vrijwilligers tussen de 48 en 50 procent. De verschillen zijn statistisch niet significant. Gemiddeld deed 49 procent in 2013-2018 vrijwilligerswerk.

Vrijwilligers zijn niet gelijk verdeeld over de bevolkingsgroepen (tabel B.1). Tussen mannen en vrouwen zijn er geen verschillen, maar wel tussen leeftijdsgroepen. In de hele periode 2013-2018 verrichtten 35- tot 45-jarigen het vaakst vrijwilligerswerk: 56 procent. Onder 75-plussers was dit aandeel met rond een derde het kleinst. Daartussenin bevinden zich - van hoog tot laag - de leeftijdsgroepen van 45 tot 55 jaar, 15 tot 25 jaar, 65 tot 75, 55 tot 65 jaar en 25 tot 35 jaar. Het is dus allerm minst een geleidelijk patroon. Ook burgerlijke staat is onderscheidend. Van de gehuwden zet meer dan de helft zich in als vrijwilliger, gevolgd door de ongehuwden (47 procent) en de gescheidenen (42 procenten). Onder verweduwen is het aandeel vrijwilligers met 35 procent het laagst wat samenhangt met hun gemiddeld hogere leeftijd.

Het deel dat zich als vrijwilliger inzet wordt groter naarmate opleidingsniveau hoger is, waarbij het verschil tussen de twee hoogste opleidingsgroepen -hbo en wo - vrij klein is. Bovendien geldt niet voor alle jaren in de onderzochte periode dat het aandeel vrijwilligers onder de hbo'ers lager is dan onder wo'ers.

Daarnaast neemt het aandeel vrijwilligers vanaf het tweede inkomenskwartiel toe met de hoogte van het huishoudensinkomen. Tussen de twee laagste kwartielen is er gemiddeld in de periode 2013-2018 geen verschil: in de jaren 2015 en 2016 is in het eerste kwartiel het percentage vrijwilligers iets hoger dan in het tweede kwartiel, in 2013 en 2014 is dit andersom.

Mensen met betaald werk verrichten vaker vrijwilligerswerk dan degenen zonder een betaalde baan. Over de hele onderzoeksperiode is dit verschil 7 procentpunten. Met 49 respectievelijk 45 procent vrijwilligers in 2018 is dit verschil wel iets geslonken.

Mensen met een Nederlandse achtergrond zetten zich niet alleen vaker in als vrijwilliger dan mensen met een migratieachtergrond, ook is het percentage vrijwilligers onder hen stabiel. Tijdens de hele onderzoeksperiode ligt het aandeel vrijwilligers bij mensen zonder immigratieachtergrond boven de 50 procent, bij westerse migranten varieert dit van 40 tot 46 procent en bij niet-westerse migranten van 35 tot 40 procent. Daardoor is het verschil tussen beide groepen migranten in sommige jaren fors, in 2016 bedraagt dit bijvoorbeeld 9 procentpunten, terwijl dit in andere jaren, zoals in 2018, gering is.

Ook religie is een onderscheidende factor voor de deelname aan vrijwilligerswerk. Protestanten tonen meer vrijwillige inzet dan andere geloofsgroepen en niet-religieuzen. Vooral onder leden van de PKN (68 procent) en gereformeerden (65 procent) is het aandeel vrijwilligers hoog. Onder Nederlands hervormden (51 procent) en rooms-katholieken (49 procent) is dit aandeel een stuk lager, maar wel hoger dan onder de onkerkelijken (46 procent). De moslims sluiten met 38 procent de rij. Deze volgorde is vrij consistent over de hele periode 2013–2018.

Tot slot is ook de regionale variatie onderzocht. Wat blijkt is dat het aandeel vrijwilligers geleidelijk toeneemt naarmate de stedelijkheidsgaad afneemt: van 44 procent in de zeer sterk stedelijke gebieden tot 56 procent in de niet-stedelijke gebieden. Dat beeld, meer vrijwilligers op het platteland en minder in de grote steden, geldt voor alle onderzoeks-jaren.

Drie op de tien Nederlanders gaven aan zich in de vier weken voorafgaand aan het onderzoek als vrijwilliger ingezet te hebben. Dit aandeel bleef vrij stabiel in de periode 2013–2018.

2.1.1 Vrijwilligers naar soort organisatie

	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2013/ 2018
	% personen van 15 jaar en ouder						
Totaal	49,1	48,0	48,7	49,7	48,5	47,6	48,6
Soort organisatie							
Sportvereniging	14,8	15,1	14,5	15,3	14,5	14,6	14,8
School	11,1	10,8	11,5	11,6	11,3	10,2	11,1
Verzorging of verpleging	8,6	8,6	8,3	9,5	8,6	8,8	8,8
Jeugd/buurthuiswerk/ leider van scouting	8,1	8,3	8,5	8,2	8,5	8,7	8,4
Kerk, moskee/levensbeschouwelijke groepering	8,3	7,7	8,1	7,6	7,4	7,6	7,8
Culturele verenigingen	5,4	4,8	5,0	5,4	5,0	5,2	5,1
Wijk of buurt	5,2	5,1	4,7	5,3	4,7	5,6	5,1
Hobby/ gezelligheidsverenigingen	4,9	4,5	4,9	5,3	4,5	4,5	4,8
Vakbond of bedrijfsorganisatie	2,5	2,4	2,1	2,8	2,2	2,2	2,3
Wonen, woonomstandigheden of huurdersbelangen	2,0	2,1	1,9	2,0	1,8	2,2	2,0
Sociale hulpverlening, rechtshulp, reclassering of slachtofferhulp	1,8	1,7	1,8	2,0	1,9	1,9	1,9
Politieke partij of actiegroep	1,3	1,4	1,4	1,5	1,2	1,3	1,3
Andere organisatie	7,2	6,4	7,0	7,1	6,6	7,2	6,9
Afgelopen vier weken vrijwilliger	30,0	29,5	31,1	30,3	29,8	29,9	30,1
Uren per week (uren)	4,4	4,6	4,4	4,5	4,5	4,4	4,5

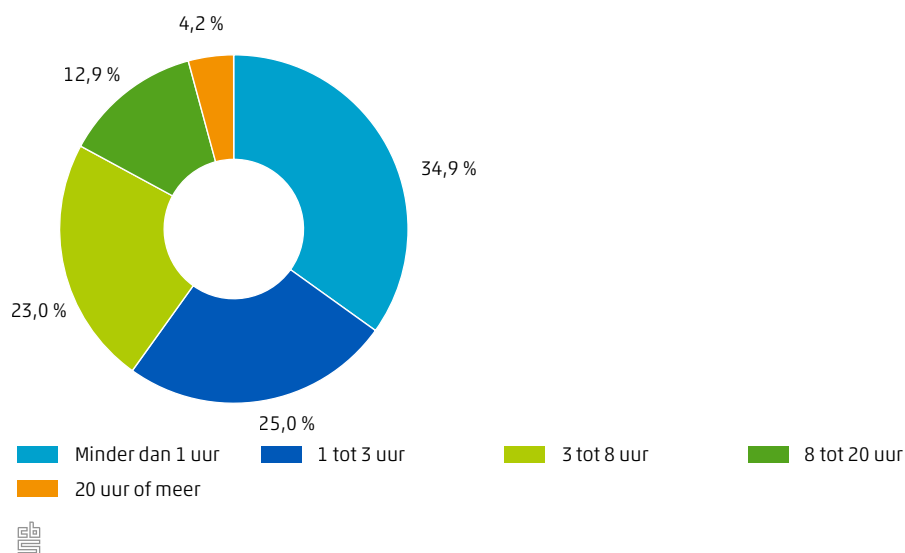
2.2 Vrijwilligers naar soort organisatie

Er bestaan grote verschillen in de mate waarin vrijwilligerswerk wordt gedaan voor organisaties of verenigingen (tabel 2.1.1). Het vaakst zetten mensen zich als vrijwilliger in voor sportverenigingen (15 procent), gevolgd door scholen (11 procent), verzorging en verpleging (9 procent), jeugdorganisaties (8 procent) en kerken en levensbeschouwelijke organisaties (8 procent). Daarna komen met 5 procent culturele verenigingen, organisaties ten behoeve van de wijk of buurt en hobby- en gezelligheidsverenigingen. Voor vakbonden en organisaties voor wonen en woonomstandigheden, politieke partijen en sociale hulpverlening zijn relatief weinig vrijwilligers actief. Dit beeld bleef in 2013–2018 redelijk constant: er zijn nauwelijks verschuivingen zichtbaar.

2.3 Tijd besteed aan vrijwilligerswerk

Gemiddeld besteden vrijwilligers in deze periode 4,5 uur per week aan vrijwilligerswerk. Het gemiddeld aantal uren schommelde tussen 4,4 en 4,6 maar de verschillen zijn niet statistisch significant. De tijd die aan vrijwilligerswerk wordt gepend, varieert sterk. De grootste groep vrijwilligers, 35 procent, gaf in 2018 aan minder dan één uur per week vrijwilligerswerk te hebben verricht (figuur 2.3.1). Dit zijn mensen die een paar uur per jaar actief zijn als vrijwilliger. Een kwart is 1 tot 3 uur per week bezig en bijna een kwart 3 tot 8 uur. Een op de acht (13 procent) besteedt 8 tot 20 uur per week aan vrijwilligerswerk, en een kleine minderheid (4 procent) meer dan 20 uur.

2.3.1 Uren per week besteed aan vrijwilligerswerk, 2018



Het gemiddeld aantal uren per week dat in 2018 vrijwilligerswerk wordt gedaan per soort organisatie is tabel 2.3.2 weergegeven. De meeste tijd wordt besteed aan sociale hulpverlening, rechtshulp, reclassering of slachtofferhulp waar relatief weinig mensen vrijwilliger zijn: gemiddeld ruim 5 uur per week. Ook veel tijd gaat er naar activiteiten voor

jeugdorganisaties (4,5 uur per week). Verder valt op dat aan vrijwilligerswerk dat veel wordt gedaan, zoals voor sportverenigingen en scholen, relatief weinig uren worden besteed. Voor sportclubs is een vrijwilliger gemiddeld 2,4 uur per week actief, en voor scholen is dat 1,4 uur. Daarnaast blijven activiteiten voor de wijk of buurt beperkt tot 2,1 uur per week.

2.3.2 Uren per week besteed aan vrijwilligerswerk naar soort organisatie, 2018

	uren
Totaal	4,4
Soort organisatie	
Sociale hulpverlening, rechtshulp, reclassering of slachtofferhulp	5,1
Jeugd/buurthuiswerk/ Leider van scouting	4,5
Politieke partij of actiegroep	3,7
Verzorging of verpleging	3,4
Hobby/ gezelligheidsverenigingen	3,0
Culturele verenigingen	2,9
Vakbond of bedrijfsorganisatie	2,8
Kerk, moskee/levensbeschouwelijke groepering	2,7
Wonen, woonomstandigheden of huurdersbelangen	2,5
Sportvereniging	2,4
Wijk of buurt	2,1
School	1,4
Andere organisatie	3,8

3. Vrijwilligerswerk en welzijn

3.1 Vrijwilligerswerk en welzijnsindicatoren

Voor welzijn is vanaf 2013 een aantal indicatoren gebruikt. De eerste is het ervaren geluk. In de periode 2013–2018 zegt gemiddeld 88 procent van de personen van 15 jaar en ouder zich gelukkig te voelen, 3 procent is ongelukkig en 10 procent neemt een tussenpositie in. Van de vrijwilligers is een groter deel gelukkig dan de groep die geen vrijwilligerswerk doet: 91 tegen 85 procent. Het aandeel dat zich ongelukkig voelt, is bij de mensen die geen vrijwilligerwerk doen bijna twee keer zo groot als bij de vrijwilligers. Verder is op basis van drie indicatoren vastgesteld hoe tevreden men is: over het eigen leven, het sociale leven en de psychische gezondheid. Wat blijkt is dat vrijwilligers aanmerkelijk vaker tevreden over deze drie aspecten zijn dan degenen die zich niet vrijwillig inzetten, het verschil bedraagt respectievelijk 5,6, 6,8 en 4,5 procentpunten. Het percentage ontevreden is bij de niet-vrijwilligers bijna het dubbele van dat bij de vrijwilligers.

Aan de hand van acht aspecten van het welzijn is de zogenoemde persoonlijke welzijnsindex (PWI, zie kadertekst bij inleiding) vastgesteld. De verschillen komen dan nog nadrukkelijker tot uiting. Van de vrijwilligers van 18 jaar en ouder heeft 65 procent een hoge score op deze welzijnsindex, tegenover 54 procent van degenen die geen vrijwilligerswerk verrichten. De groep met een lage score is ruim twee keer zo groot bij de niet-vrijwilligers dan bij de vrijwilligers.

3.1.1 Welzijn naar vrijwilligerswerk, 2013/2018

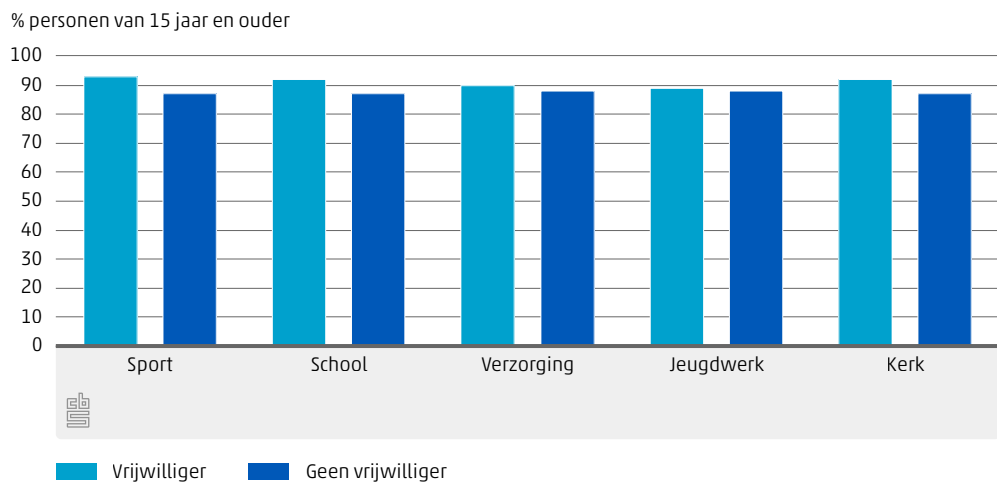
	Vrijwilliger	Geen vrijwilliger	Totaal
% personen van 15 jaar en ouder			
Ervaren geluk			
Gelukkig	90,9	84,9	87,8
Niet gelukkig, niet ongelukkig	7,3	11,7	9,6
Ongelukkig	1,8	3,4	2,6
Eigen leven			
Tevreden	87,8	82,2	84,9
Niet tevreden, niet ontevreden	10,0	13,7	11,9
Ontevreden	2,2	4,2	3,2
Sociale leven			
Tevreden	86,7	79,9	83,2
Niet tevreden, niet ontevreden	10,5	14,6	12,6
Ontevreden	2,8	5,5	4,2
Psychische gezondheid			
Tevreden	86,4	81,9	84,1
Niet tevreden, niet ontevreden	9,8	12,4	11,1
Ontevreden	3,9	5,7	4,8
% personen van 18 jaar en ouder			
Persoonlijke welzijnsindex			
Hoog	64,6	54,4	59,4
Middelbaar	33,3	41,4	37,4
Laag	2,1	4,2	3,2

De groep vrijwilligers verschilt qua samenstelling van de groep die geen vrijwilligerswerk verricht (tabel B.1). Daarom is een covariantieanalyse uitgevoerd waarbij stapsgewijs voor deze verschillen gecorrigeerd is. In een eerste stap is rekening gehouden met de kenmerken geslacht, leeftijd en opleiding. Dit heeft nagenoeg geen effect op de verschillen in de vijf welzijnsindicatoren: de correctie doet heel erg weinig. Vervolgens worden daar burgerlijke staat, het besteedbare huishoudinkomen en migratieachtergrond aan toegevoegd. De verschillen nemen dan iets af tussen de twee groepen, maar nog steeds blijft duidelijk overeind dat vrijwilligers hoger scoren op de vijf welzijnsindicatoren dan de personen die geen vrijwilligerswerk doen. Te zien is dat het verschil in geluk en de tevredenheid met het eigen leven afneemt van 6 naar 4 procentpunten, de tevredenheid met het sociale leven van 7 naar 6 procentpunten, en de psychische gezondheid van 4 naar 3 procentpunten. Op de scores op de persoonlijke welzijnsindex heeft de correctie echter geen effect.

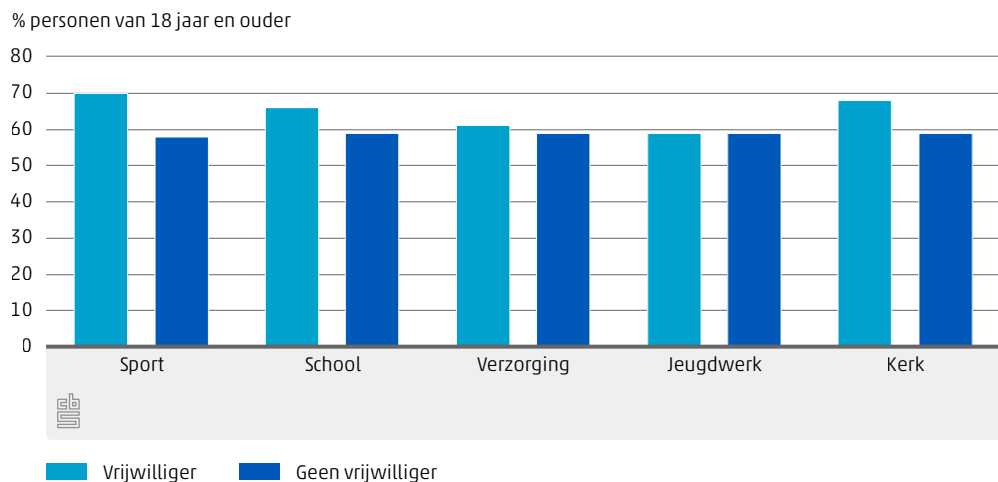
3.2 Welzijn naar soort organisatie waarvoor vrijwillig wordt gewerkt

Voor de vijf soorten organisaties met de meeste vrijwilligers is de relatie met het welzijn verder onderzocht. Het gaat om sportclubs, scholen, verzorgingsorganisaties, kerken/moskeeën en jeugdwerk. Vrijwilligers bij al deze type organisaties geven vaker aan zich gelukkig te voelen dan mensen die zich niet voor de dit type organisaties inzetten. Dat geldt vooral voor vrijwillige activiteiten voor sportverenigingen, scholen en kerken (grafiek 3.2.1). Een daarmee vergelijkbaar patroon is te zien bij de tevredenheid met het eigen leven, de sociale contacten en de psychische gezondheid (tabel B.2). De verschillen tussen de vrijwilligers en niet-vrijwilligers bij de vijf soorten organisaties veranderen nauwelijks indien gecorrigeerd wordt voor geslacht, leeftijd en onderwijsniveau. Ook na aanvullende correctie voor burgerlijke staat, inkomen en migratieachtergrond blijven deze grotendeels intact. Wel wordt het geluksverschil bij sportverenigingen gereduceerd van 6 naar 4 procentpunten. Ten slotte zijn de scores op de persoonlijke welzijnsindex vastgesteld voor degenen die wel en niet vrijwilligerswerk doen voor de vijf typen organisaties (grafiek 3.2.2). Vooral onder vrijwilligers bij sportverenigingen is het aandeel met een hoog welzijn (een score van 7 of hoger) flink groter dan onder mensen die zich niet vrijwillig hiervoor inzetten: 70 tegen 58 procent. Maar ook bij scholen en kerken hebben de vrijwilligers beduidend vaker een hoog welzijn. In de verzorging is het verschil gering, terwijl er bij jeugdwerk geen verschil is.

3.2.1 Voelt zich gelukkig naar soort organisatie waarvoor vrijwilligerswerk wordt gedaan, 2013/2018



3.2.2 Hoog persoonlijk welzijn naar soort organisatie waarvoor vrijwilligerswerk wordt gedaan, 2013/2018



3.3 Welzijn naar tijd besteed aan vrijwilligerswerk

Vrijwilligerswerk blijkt dus positief gerelateerd te zijn aan het ervaren welzijn van personen. Een vervolgvraag is of ook de tijdsbesteding relevant is, of anders gezegd: neemt het welzijn toe indien meer uren worden besteed aan vrijwilligerswerk? Om dit te onderzoeken is het welzijn in kaart gebracht van de vijf groepen vrijwilligers ingedeeld naar het aantal uren per week dat ze vrijwilligerswerk doen, zie figuur 2.3.1.

Anders dan verwacht wordt, neemt het aandeel met een hoge score (7 of hoger) op de persoonlijke welzijnsindex af naarmate de vrijwilligers meer uren actief zijn. Tot 8 uur per week vrijwilligerswerk heeft zo'n 70 procent een hoge score, daarna daalt dit tot 63 procent bij 8 tot 20 uur en 60 procent bij 20 uur of meer. Van de andere vier andere welzijnsindicatoren is alleen het ervaren geluk gerelateerd aan de uren vrijwilligerswerk. Het patroon is vergelijkbaar bij dat bij de PWI, ook hier is sprake van een daling naarmate er meer uren per week aan vrijwilligerswerk wordt gepend, deze is echter veel minder sterk. Het aandeel vrijwilligers dat zegt gelukkig te zijn, loopt terug van 92 procent bij minder dan 3 uur vrijwilligerswerk per week tot 90 procent bij 3 tot 8 uur en 87 procent bij 8 uur of meer.

Uit logistische regressies waarbij wordt gecontroleerd voor een aantal achtergrondkenmerken blijkt verder dat er nauwelijks verbanden zijn met de vijf welzijnsindicatoren. Wanneer er een verband is, dan is dit heel zwak en bovendien negatief. Hetzelfde komt naar voren uit een regressieanalyse die is uitgevoerd voor de vijf organisaties waarvoor het vaakst vrijwilligerswerk wordt gedaan: sportclubs, scholen, verzorgingsorganisaties, kerken/moskeeën en jeugdwerk. Geconcludeerd kan worden dat meer uren vrijwilligerswerk dus blijkbaar niet samengaan met meer welzijn.

De resultaten in dit artikel zijn gebaseerd op grootschalige steekproefonderzoeken die betrekking hebben op één moment. Beter zou zijn om de deelname aan vrijwilligerswerk en het welzijn van individuele personen over een langere tijd te volgen, en op deze manier de relaties vast te stellen. Dergelijk onderzoek is theoretisch weliswaar mogelijk, maar zou zeer kostbaar zijn. Hoewel er duidelijke (statistische) verbanden zijn tussen vrijwilligerswerk en welzijn, kan op deze manier niet oorzaak en gevolg (de causaliteit) worden vastgesteld. Of mensen vaker gelukkig en tevreden zijn, omdat ze vrijwilligerswerk doen, of dat mensen die gelukkig en tevreden zijn zich vaker als vrijwilliger inzetten, is niet onderzocht.

Het doen van vrijwilligerswerk kan zorgen voor meer welzijn, maar meer welzijn kan er ook voor zorgen dat men zich meer inzet als vrijwilliger in de samenleving. Het blijft een beetje 'kip of ei'.

4. Conclusies

In dit artikel is de relatie tussen vrijwilligerswerk en welzijn onderzocht. In 2013 tot en met 2018 verrichtte gemiddeld bijna de helft van de Nederlanders van 15 jaar en ouder vrijwilligerswerk voor één of meerdere organisaties of verenigingen. Gemiddeld doen ze dat 4,5 uur per week. Wel varieert de tijd die eraan besteed wordt sterk. Ruim een op drie zet zich minder dan één uur per week vrijwillig in, terwijl een op de zes dat 8 uur of meer doet. Over de jaren zijn er weinig fluctuaties in zowel het aandeel vrijwilligers als in het aantal uren dat vrijwilligerswerk wordt gedaan. Vrijwilligers hebben over het algemeen een hoger opleidingsniveau, een kerkelijke achtergrond en zijn van middelbare leeftijd. Het vaakst wordt er vrijwilligerswerk gedaan voor sportclubs, scholen, verzorgingsorganisaties, kerken/moskeeën en jeugdwerk.

Vrijwilligers geven vaker aan gelukkig te zijn dan mensen die geen vrijwilligerswerk doen: 91 tegen 85 procent. Ook zijn vrijwilligers meer tevreden met hun eigen leven, sociale contacten en psychische gezondheid, en scoren ze hoger op de persoonlijke welzijnsindex. Deze bevindingen komen overeen met die in diverse andere studies, zoals Morrow-Howell, et al., 2003; Mellor et al., 2009; Kahana, et al., 2013; Matsushima en Matsunaga, 2015; Jenkinson, et al., 2015; Ashley et al., 2016. Van de vijf organisaties waarvoor het vaakst vrijwilligerswerk wordt gedaan, is het onderscheid in welzijn tussen vrijwilligers en niet-vrijwilligers het grootst bij sportverenigingen, scholen en kerken. Het aantal uren dat wekelijks aan vrijwilligerswerk wordt besteed, heeft nauwelijks effect op het welzijn.

Vrijwilligerswerk heeft een belangrijke plaats in de Nederlandse samenleving; een samenleving zonder de vrijwillige inzet is welhaast ondenkbaar. Het is bovendien een belangrijke, zo niet de belangrijkste, indicator voor sociaal kapitaal: de smeerolie gebaseerd op de participatie en het vertrouwen in de samenleving. Sociaal kapitaal heeft niet alleen een positief effect op de economische groei (Knack en Keefer, 1997), maar ook op het welzijn van mensen. Eerder is al aangetoond dat naast vrijwilligerswerk ook andere vormen van participatie, zoals contacten met familie, vrienden en burens en deelname aan verenigingsactiviteiten, samenhangen met geluk en tevredenheid (Mars en Schmeets, 2011). In een vervolgstudie zal naast de verschillende participatievormen ook de tweede pijler van sociaal kapitaal - het onderlinge vertrouwen en vertrouwen in instituties (voor de relatie met geluk zie ook Schmeets, 2013) - gerelateerd worden aan welzijn.

Technische toelichting

Data

Voor dit rapport is gebruik gemaakt van gegevens uit het onderzoek Sociale samenhang en welzijn (S&W) 2013/2018. In dit onderzoek is onder meer gevraagd naar de sociale en maatschappelijke participatie van mensen van 15 jaar en ouder, waaronder het verrichten van vrijwilligerswerk. In totaal zijn in 2013/2018 gegevens beschikbaar van iets meer dan 45 duizend personen.

Vrijwilligerswerk

Er is aan respondenten gevraagd of zij in de twaalf maanden voorafgaand aan de enquête vrijwilligerswerk hebben gedaan voor bepaalde organisaties of verenigingen. Daarbij werden dertien typen organisaties of verenigingen onderscheiden. De vraag luidde als volgt: 'De volgende vragen gaan over vrijwilligerswerk. Sommige mensen doen vrijwilligerswerk voor organisaties of verenigingen. Het kan daarbij gaan om bestuurlijk werk of andere activiteiten. Kunt u bij de volgende organisaties en verenigingen steeds aangeven of u daarvoor in de afgelopen 12 maanden als vrijwilliger bepaald soort werk heeft gedaan? Heeft u in de afgelopen 12 maanden wel eens vrijwilligerswerk gedaan: (1) in het jeugd- en buurthuiswerk of als leider van scouting, (2) op school, zoals bijvoorbeeld hulp op school, de oudercommissie, schoolbestuur, werken in de bibliotheek of als leesouder, (3) in de verzorging of verpleging, zoals bijvoorbeeld bejaardenzorg, kinderopvang, kruiswerk, zieken bezoeken, collecteren voor gezondheidsorganisaties, welfarewerk in het ziekenhuis of assisteren bij stervensbegeleiding, (4) voor een sportvereniging, in het bestuur of bijvoorbeeld werken in de kantine, organisatie, trainen of zaalbeheer, (5) voor culturele verenigingen, zoals bijvoorbeeld een muziek- of toneelvereniging of een tekenclub, (6) voor hobby- of gezelligheidsverenigingen, (7) voor de kerk, moskee of levensbeschouwing, zoals bijvoorbeeld de kerkenraad, parochieraad, moskeevereniging, huisbezoek, of het rondbrengen van blaadjes, (8) voor de vakbond of bedrijfsorganisatie, zoals bijvoorbeeld de ondernemingsraad of personeelsvereniging, (9) voor een politieke partij of actiegroep, (10) op het gebied van sociale hulpverlening, rechtshulp, reclassering of slachtofferhulp, (11) op het gebied van wonen, woonomstandigheden of huurdersbelangen, (12) ten behoeve van de wijk of de buurt of (13) voor organisaties op een ander gebied?'

Daarnaast is voor elke organisatie waarvoor vrijwilligerswerk wordt gedaan een aantal vervolgvragen gesteld: er is gevraagd naar het aantal verschillende organisaties binnen de betreffende soort organisatie ('Was dat voor één of meer organisaties op het gebied van?'), hoeveelheid tijd er aan vrijwilligerswerk besteed wordt ('Kunt u aangeven hoeveel tijd u ongeveer besteed heeft aan vrijwilligerswerk voor deze organisatie in de afgelopen 12 maanden? U kunt een schatting geven van het gemiddeld aantal uren per week of van het totaal aantal uren per jaar.'), of mensen de afgelopen vier weken vrijwilligerswerk hebben gedaan voor een organisatie ('Heeft u in de afgelopen vier weken vrijwilligerswerk gedaan voor deze organisatie?').

Persoonskenmerken en andere kenmerken

Informatie over herkomst, het gestandaardiseerd besteedbaar huishoudensinkomen (ingedeeld in kwartielgroepen) en stedelijkheid van de woongemeente is afkomstig uit registers en is aan de enquêtegegevens gekoppeld. Respondenten is gevraagd naar hun hoogst voltooide opleidingsniveau. Het hoogst voltooide opleidingsniveau bestaat uit de categorieën 'basisonderwijs', 'vmbo, mbo1, avo onderbouw', 'havo, vwo, mbo', 'hbo, wo bachelor' en 'wo, master, doctor'. Ook is gevraagd naar de burgerlijke staat van de respondent. Deze bestaat uit vier categorieën: 'getrouwd', 'gescheiden', 'verweduwd' en 'nooit getrouwd geweest'. Religiositeit is vastgesteld aan de hand van denominatie. Gevraagd is tot welke kerkelijke gezindte of levensbeschouwelijke groepering men zich rekent. De mogelijke antwoordcategorieën waren: Geen, Rooms-Katholiek, Nederlands Hervormd, Gereformeerd, Protestantse Kerk Nederland, Islam, Joods, Hindoe, Boeddhist en anders. Betaald werk is vastgesteld met de vraag: 'Heeft u op dit moment betaald werk? Ook 1 uur per week of een kortere periode telt al mee, evenals freelance werk'.

Referenties

Jenkinson, C.E., A. P. Dickens, K. Jones, J. Thompson-Coon, R. Taylor, M. Rogers, C. Bamba, I. Lang en S. Richards (2013). Is volunteering a public health intervention? A systematic review and meta-analysis of the health and survival of volunteers. *BMC Public Health* 13, 773. doi:10.1186/1471-2458-13-773

Kahana, E., T. Bhatta, L.D. Lovegreen, B. Kahana en E. Midlarsky (2013). Altruism, Helping, and Volunteering: Pathways to Well-Being in Late Life. *Journal of Aging and Health* 25, 159-87.

Knack S. en P. Keefer (1997). Does social capital have an economic pay-off? A cross country investigation. *Quarterly Journal of Economics*, 112(4), 1251-1288.

Kroll, C. (2011). Different Things Make Different People Happy: Examining Social Capital and Subjective Well-Being by Gender and Parental Status, *Social Indicators Research*. 104(1), 157-177.

Mars, G. en H. Schmeets (2011). [Meer sociale samenhang, meer geluk?](#) Bevolkingstrends, 59(3).

Matsushima, M. en Y. Matsunaga (2015). [Social Capital and Subjective Well-Being in Japan](#). International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations 26(4), 1016-1045.

Mellor, D., Y. Hayashi, M. Stokes, L. Firth, L. Lake, S. M. Staples, S. Chambers en R. Cummins (2009). Volunteering and Well-Being: Do Self-Esteem, Optimism, and Perceived Control Mediate the Relationship? Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly 38(1), 144-159.

Morrow-Howell, N., Hinterlong, J., Rozario, P. A. en F. Tang (2003). [Effects of Volunteering on the Well-Being of Older Adults](#). Journal of Gerontology, 58B(3), 137-145.

Portela, M., I. Neira, en M. del Mar Salinas-Jiménez (2013). [Social Capital and Subjective Wellbeing in Europe: A New Approach on Social Capital](#), Social Indicators Research, 114, 493-511.

Schmeets, H. (2013). Meer sociale cohesie, maar niet gelukkiger: een paradox? DEMOS, 29(9), 5-7.

Schmeets, H., M. Parigini en M. van Hoof (2016). [Het sociaal kapitaal in Europese regio's](#), Bevolkingstrends 2016-09.

Van Beuningen, J. en H. Schmeets (2013). [Developing a Social Capital Index for the Netherlands](#), Social Indicators Research, 113(3), 859-886.

Van Beuningen, J., K. van der Houwen en L. Moonen (2014). [Measuring well-being. An analysis of different response scales](#). CBS discussion paper, 2014/03.

Whillans, A.V., S.C. Seider, L. Chen, R.J. Dwyer, S. Novick, K.J. Gramigna, B.A. Mitchell, V. Savalei, S.S. Dickerson en E.W. Dunn (2016). Does volunteering improve well-being? Comprehensive Results in Social Psychology, 1(3), 35-50. DOI: 10.1080/23743603.2016.1273647

Tabellenbijlage

B.1 Vrijwilligerswerk naar achtergrondkenmerken

	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2013/2018
	% personen van 15 jaar en ouder						
Totaal	49,1	48,0	48,7	49,7	48,5	47,6	48,6
Geslacht							
Mannen	49,2	48,4	48,3	49,6	48,1	46,9	48,4
Vrouwen	49,1	47,7	49,0	49,7	48,9	48,4	48,8
Leeftijd							
15 tot 25 jaar	49,7	49,3	52,1	54,1	49,5	48,4	50,5
25 tot 35 jaar	47,5	45,7	44,6	44,9	43,2	43,2	44,8
35 tot 45 jaar	55,5	55,5	56,6	56,9	59,4	54,6	56,4
45 tot 55 jaar	53,1	52,4	53,3	52,1	52,1	51,5	52,4
55 tot 65 jaar	49,4	46,9	45,8	47,0	46,2	45,6	46,8
65 tot 75 jaar	48,3	46,8	49,6	51,5	48,1	49,7	49,0
75 jaar en ouder	31,0	30,5	29,3	34,7	34,9	35,7	32,7
Burgerlijke staat							
Gehuwd	53,8	52,0	52,7	53,0	52,8	50,9	52,5
Gescheiden	38,7	39,2	40,9	43,7	42,6	44,7	41,7
Verweduwd	34,0	34,3	34,2	36,6	34,1	33,6	34,5
Nooit gehuwd geweest	47,7	46,9	47,5	48,8	46,6	46,4	47,3
Opleidingsniveau							
Basisonderwijs	35,1	31,2	32,6	36,6	30,5	33,4	33,3
Vmbo, avo onderbouw, mbo1	40,2	41,5	41,8	43,9	40,9	41,2	41,6
Mbo2, 3, 4, havo, vwo	50,3	47,1	49,2	50,4	49,6	48,3	49,1
Hbo, wo bachelor	61,3	60,2	58,9	57,9	58,9	55,5	58,7
Wo, master, doctor	59,7	62,5	62,3	62,1	58,2	59,2	60,6
Huishoudensinkomen							
Eerste kwartiel (laagste)	42,7	41,0	45,7	46,4	44,5	42,9	43,9
Tweede kwartiel	46,5	44,3	41,5	44,1	45,2	43,2	44,1
Derde kwartiel	49,5	50,4	52,2	51,8	49,1	49,0	50,3
Vierde kwartiel (hoogste)	54,7	53,0	52,9	54,2	53,3	53,0	53,5
Betaald werk							
Betaald werk	52,9	51,5	51,7	52,2	51,2	49,0	51,4
Geen betaald werk	43,0	42,4	43,5	45,4	43,8	45,1	43,9
Herkomst							
Nederlandse achtergrond	51,9	50,6	50,4	51,9	51,2	50,3	51,0
Westerse migratieachtergrond	41,0	42,1	44,2	46,0	40,5	39,8	42,2
Niet-westerse migratieachtergrond	35,7	34,8	40,1	37,4	37,8	37,6	37,3
Kerkelijke gezindte							
Geen denominatie	46,7	43,8	46,6	47,9	45,2	42,6	45,8
Rooms-Katholiek	48,5	50,6	46,4	50,7	49,6	46,1	48,9
Nederland Hervormd	52,5	50,3	50,2	48,7	51,7	53,8	51,0
Gereformeerd	65,4	59,8	66,7	66,7	64,8	64,6	64,6
PKN	65,9	65,3	68,1	69,8	69,5	70,9	67,9
Islam	41,9	35,4	36,4	39,7	38,3	37,8	38,3
Anders	56,3	57,1	57,7	53,5	51,7	51,4	56,0
Stedelijkheid woongemeente							
Zeer sterk stedelijk	44,3	41,0	43,1	44,4	44,7	43,5	43,5
Sterk stedelijk	44,4	46,4	45,8	46,8	44,9	44,1	45,4
Matig stedelijk	50,1	49,6	51,2	52,2	51,2	48,2	50,4
Weinig stedelijk	55,6	50,2	53,7	54,9	53,7	53,1	53,5
Niet stedelijk	55,4	58,8	55,4	56,0	53,8	57,7	56,2

B.2 Tevredenheid over eigen leven, sociale leven en psychische gezondheid naar vrijwilligerswerk, 2013/2018

	Tevreden	Niet tevreden, niet ontevreden	Ontevreden
Eigen leven	% personen van 15 jaar en ouder		
Vrijwilligers jeugdwerk			
ja	86,5	11,0	2,5
nee	84,8	12,0	3,3
Vrijwilligers scholen			
ja	89,3	8,8	1,9
nee	84,4	12,3	3,4
Vrijwilligers verzorging			
ja	87,1	10,8	2,1
nee	84,7	12,0	3,3
Vrijwilligers sportverenigingen			
ja	90,2	8,1	1,7
nee	84,0	12,5	3,5
Vrijwilligers kerken			
ja	89,7	8,8	1,5
nee	84,5	12,1	3,3
Sociale leven			
Vrijwilligers jeugdwerk			
ja	86,2	10,8	3,0
nee	83,0	12,8	4,3
Vrijwilligers scholen			
ja	86,1	11,2	2,7
nee	82,9	12,8	4,4
Vrijwilligers verzorging			
ja	87,3	9,9	2,8
nee	82,8	12,9	4,3
Vrijwilligers sportverenigingen			
ja	89,0	8,8	2,3
nee	82,2	13,3	4,5
Vrijwilligers kerken			
ja	88,9	8,9	2,2
nee	82,7	12,9	4,3
Psychische gezondheid			
Vrijwilligers jeugdwerk			
ja	85,1	10,2	4,7
nee	84,0	11,2	4,8
Vrijwilligers scholen			
ja	86,9	9,7	3,4
nee	83,7	11,3	5,0
Vrijwilligers verzorging			
ja	84,8	11,3	3,9
nee	84,0	11,1	4,9
Vrijwilligers sportverenigingen			
ja	89,0	8,1	2,9
nee	83,2	11,7	5,1
Vrijwilligers kerken			
ja	87,5	9,1	3,4
nee	83,8	11,3	4,9

Verklaring van tekens

Niets (blanco)	Een cijfer kan op logische gronden niet voorkomen
.	Het cijfer is onbekend, onvoldoende betrouwbaar of geheim
*	Voorlopige cijfers
**	Nader voorlopige cijfers
2019-2020	2019 tot en met 2020
2019/2020	Het gemiddelde over de jaren 2019 tot en met 2020
2019/'20	Oogstjaar, boekjaar, schooljaar enz., beginnend in 2019 en eindigend in 2020
2017/'18-2019/'20	Oogstjaar, boekjaar, enz., 2017/'18 tot en met 2019/'20

In geval van afronding kan het voorkomen dat het weergegeven totaal niet overeenstemt met de som van de getallen.

Eindredactie Statistische Trends

Math Akkermans
Marion van den Brakel
Moniek Coumans
Annelie Hakkenes-Tuinman
Brigitte Hermans
Suzanne Loozen

Colofon

Uitgever
Centraal Bureau voor de Statistiek
Henri Faasdreef 312, 2492 JP Den Haag
www.cbs.nl

Prepress
Centraal Bureau voor de Statistiek

Ontwerp
Edenspiekermann

Inlichtingen
Tel. 088 570 70 70
Via contactformulier: www.cbs.nl/infoservice

© Centraal Bureau voor de Statistiek, Den Haag/Heerlen/Bonaire, 2020.
Verveelvoudigen is toegestaan, mits het CBS als bron wordt vermeld.