



Universiteit Utrecht

Jij bent beter dan ik! Of ben ik beter dan jij?

Het verband tussen het gebruik van sociale media en zelfwaardering en de rol van sociale vergelijking

Master's thesis

Utrecht University

Collegejaar 2020-2021

Master's programme in Clinical Child Family and Education Studies

Student:	JiaJia, L. C. J. Lam
Studentnummer:	6928358
1 ^o beoordelaar :	Dr. G. Meerkerk
2 ^o beoordelaar:	Dr. H. Van der Baan
Datum:	28 mei 2021
Aantal woorden:	4403

Abstract

Social media can no longer be ignored in everyday life. With this arrival there has been a new opportunity to compare yourself with others. Adolescents in particular spend a lot of time on social media, which present them another way to compare themselves with others. Several studies have shown that passive social media use is related to low self-esteem. The aim of this study is to determine whether there is a relationship between passive social media use and self-esteem and whether this is mediated by downward and upward social comparison. This was done by a parallel mediation model analysis. Gender is included as a covariate. A cross-sectional research design was used in which 1306 high school students completed a questionnaire. The results showed that the higher the passive social media use, the lower the self-esteem. Both upward and downward social comparison played a mediating role in this. The passive use of social media through upward social comparison led to lower self-esteem in adolescence, while downward social comparison led to a higher self-esteem. No differences were seen in gender. These results provide insight into the mechanisms between passive social media use and self-esteem. It is recommended that these insights be included in the prevention and intervention for (professional) educators about social media use and the psychosocial well-being of adolescence. Limitations and recommendations of the study are discussed.

Samenvatting

Sociale media zijn niet meer weg te denken uit het dagelijkse leven. Met deze komst is er een nieuwe mogelijkheid gekomen om jezelf met anderen te vergelijken, Met name jongeren gebruiken veel sociale media, waardoor zij zichzelf met anderen kunnen vergelijken. Uit meerdere onderzoeken komt naar voren dat met name passief sociale mediagebruik samenhangt met een lage zelfwaardering. Het doel van dit onderzoek is om in kaart te brengen of er een verband bestaat tussen het passief sociale mediagebruik en de zelfwaardering en of dit gemedieerd wordt door neerwaartse- en opwaartse sociale vergelijking. Dit is getoetst middels een parallel mediatiemodel analyse. Geslacht is hierbij meegenomen als covariaat. Er is gebruikgemaakt van een cross-sectioneel onderzoeksdesign waarbij 1306 leerlingen van de middelbare school een vragenlijst hebben ingevuld. De resultaten laten zien dat hoe hoger het passief sociale mediagebruik, hoe lager de zelfwaardering. Hierbij is te zien dat zowel opwaartse- en neerwaartse sociale vergelijking een mediërende rol speelt. Het passief gebruik van sociale media via de opwaartse sociale vergelijking zorgt voor een lagere zelfwaardering bij jongeren, terwijl de neerwaartse sociale vergelijking zorgt voor een hogere zelfwaardering. Er zijn hierbij geen verschillen gezien in geslacht. Deze resultaten geven inzichten in de mechanismes tussen het passief sociale mediagebruik en de zelfwaardering. Er wordt aanbevolen deze inzichten mee te nemen in de preventie en interventie voor (professionele) opvoeders met betrekking tot het sociale mediagebruik en psychosociale welzijn van jongeren. Beperkingen en aanbevelingen van het onderzoek worden besproken.

Inleiding

Mensen, en vooral jongeren, hebben de neiging om zichzelf te vergelijken met andere mensen die op hen lijken (Major et al., 1991). Ze vergelijken zich vooral in sociale contexten met andere mensen om te weten waar ze staan. De theorie van sociale vergelijking werd ontwikkeld door Festinger (1954), waarin hij de individuele behoefte aan zelf-evaluatie beschreef. Sociale vergelijking kent twee vormen, namelijk opwaartse sociale vergelijking en neerwaartse sociale vergelijking. Opwaartse sociale vergelijking vindt plaats wanneer iemand zichzelf vergelijkt met anderen, waarvan degene vindt dat die beter zijn dan zichzelf. Neerwaartse sociale vergelijking vindt plaats wanneer iemand zichzelf vergelijkt met anderen, waarvan degene vindt dat die minder zijn dan zichzelf (Gerber et al., 2018). Jongeren blijken, meer dan volwassenen, vatbaar te zijn voor de gevolgen van zowel opwaartse- als neerwaartse sociale vergelijking (o.a. een laag zelfbeeld en psychosociale welzijn) (Chou & Edge, 2012; Shapiro & Margolin, 2014).

Door de komst van sociale media (te denken aan onder andere Facebook en TikTok) geeft het, met name jongeren, meer mogelijkheden om zichzelf met anderen te vergelijken (Shapiro & Margolin, 2014; Lee, 2014). Onder sociale media wordt een internet-gebaseerde medium verstaan die gebruikers in staat stelt om op eigen gelegenheid te interacteren met anderen en selectief zichzelf te kunnen presenteren voor een hoeveelheid aantal mensen, die ook waarde ontleen aan statussen/updates en interacties van andere gebruikers (Carr & Hayes, 2015). Bijna alle jongeren hebben tegenwoordig dagelijks contact met vrienden via sociale media (Van Dorsselaer et al., 2016). Uit een onderzoek van het Centraal Bureau van Statistiek (CBS, 2019) komt naar voren dat in 2019 94,6% van de jongeren tussen de 12 en 18 jaar dagelijks gebruik maken van sociale media. Het blijkt ook dat meisjes over het algemeen meer gebruik maken van sociale media dan jongens (Andreassen et al., 2017; Stevens et al., 2018).

Sociale mediagebruik en zelfwaardering

Het gebruik van sociale media kan positief bijdragen aan de psychosociale ontwikkeling van jongeren. Onder andere doordat gevoelens en gedachten gemakkelijker via sociale media geuit kunnen worden, het een gevoel van vrijheid en identiteit kan geven, het hun zelfvertrouwen kan vergroten en zij hierdoor opgevrolijkt kunnen worden in moeilijke tijden (Valkenburg et al., 2006; Shapiro & Margolin, 2014; Andreassen et al., 2017; Stevens et al., 2018). Het gebruik van sociale media kan echter voor sommige jongeren ook negatieve

gevolgen met zich meebrengen (o. a. Valkenburg et al., 2006; Tazghini & Sieflecki, 2013; Shapiro & Margolin, 2014; Van den Eijnden et al., 2018a). Zo blijkt dat het gebruik van Facebook een negatief verband heeft met het psychosociale welzijn van studenten. Hieronder valt onder andere zelfwaardering (Valkenburg et al., 2006; Chen & Lee, 2013). Veel gebruik van sociale media blijkt te zorgen voor een vermindering van de zelfwaardering (Jan et al., 2017). Zelfwaardering wordt hier gezien als de eigenwaarneming van de persoonlijke waarde. Bij een positieve zelfwaardering vindt men zichzelf competent genoeg om uitdagingen in het leven aan te kunnen gaan en zich waardevol genoeg te voelen om gelukkig te zijn. Aspecten als zelfvertrouwen en zelfrespect spelen hierbij een belangrijke rol (Rosenberg et al., 1995). Het onderzoek van Forest en Wood (2012) laat zien dat, hoewel jongvolwassenen met een lage zelfwaardering inderdaad het gevoel hebben op sociale media hun gevoelens te kunnen uiten, deze berichten vaak veel negatieve en weinig positieve reacties uitlokken van anderen (Shapiro & Margolin, 2014; Forest & Wood, 2012). Het onderzoek van Beyens et al. (2020) laat zien dat niet alle jongeren negatieve gevolgen ervaren bij het gebruik van sociale media. Het is daarom belangrijk om te kijken welke aspecten (deels) zorgen voor het verband tussen het sociale mediagebruik en de zelfwaardering. Uit diverse onderzoeken blijkt dat het fenomeen van sociale vergelijking hierbij een belangrijke factor is (o.a. Vogel et al., 2014; Shapiro & Margolin, 2014; Jan et al., 2017).

Sociale vergelijking, sociale mediagebruik en zelfwaardering

Sociale vergelijking is anders binnen sociale media dan in het 'echte' leven, omdat mensen selectief vooral de positieve kanten van hun leven delen op sociale media. Zij presenteren zichzelf hiermee in een positief licht (Rosenberg & Egbert, 2011; Nadkarni & Hofman, 2012; Lee, 2014; Vogel et al., 2014). Hierdoor wordt er vooral opwaarts vergeleken met anderen, die in alle of in een aantal gebieden (gedacht kan worden aan een sociaal leven, de fysieke verschijning en behaalde successen) beter zijn dan zichzelf (Acar, 2008; Lee, 2014; Vogel et al., 2014). Het blijkt dat als studenten veel passief sociale media gebruiken, ook wanneer er gecontroleerd wordt voor de hoeveelheid tijd die deze jongeren doorbrengen met vrienden buiten hun sociale mediagebruik om, dat zij nog steeds vinden dat anderen gelukkiger zijn dan zichzelf (Chou & Edge, 2012). Bij het passief sociale mediagebruik wordt er alleen gekeken naar de statussen/updates van andere mensen, terwijl bij het actief sociale mediagebruik jongeren foto's en teksten plaatsen op het eigen profiel en/of op die van anderen (Escobar-Viera et al., 2008; Montague & Xu, 2012). Het blijkt uit onderzoek dat er

vooral sociaal vergeleken wordt bij passief sociale mediagebruik (Chou & Edge, 2012; Burnell et al., 2019; Verduyn et al., 2020).

Sociale vergelijking als mediator

Uit het onderzoek van Vogel et al. (2014) onder studenten, blijkt dat een opwaartse sociale vergelijking gedeeltelijk het negatieve verband verklaart tussen het gebruik van Facebook en de zelfwaardering. Uit hetzelfde onderzoek komt naar voren dat de neerwaartse sociale vergelijking het verband tussen het sociale mediagebruik en de zelfwaardering niet verklaart. De opwaartse sociale vergelijking maakt studenten jaloers op anderen en zij zijn minder tevreden over hun eigen situatie, waardoor ze een lagere zelfwaardering kunnen krijgen (Jan et al., 2017). Ook Lee (2014) constateert dat de sociale vergelijking een mediator is in het verband tussen het gebruik van sociale media en de zelfwaardering, waarbij de mediator een gedeeltelijk verklaring biedt op het negatieve verband tussen het passief sociale mediagebruik en de zelfwaardering. Dit houdt in dat sociale vergelijking er mede voor zorgt dat de zelfwaardering van studenten vermindert wanneer zij veel sociale media gebruiken. Hoe meer iemand sociale media gebruikt, hoe meer iemand zichzelf ging vergelijken en hoe meer iemand zich er slechter door ging voelen (Lee, 2014; Vogel et al., 2014). Ook uit andere onderzoeken blijkt dat het verband tussen het gebruik van sociale media en de zelfwaardering gemedieerd wordt door sociale vergelijking, met name de opwaartse sociale vergelijking lijkt het verband te verklaren (o.a. Shapiro & Margolin, 2014; Jan et al., 2017).

Het huidige onderzoek

In het huidige onderzoek wordt er onder Nederlandse jongeren van 12 tot 17 jaar gekeken of het passief sociale media gebruik en de zelfwaardering met elkaar samenhangen. Hierbij wordt ook gekeken of sociale vergelijking, zowel de opwaartse- als neerwaartse sociale vergelijking, een verklaring kan bieden op dit verband. In de literatuur zijn voornamelijk studies gevonden onder hbo- en/of universiteitsstudenten en is er nog weinig onderzoek gedaan onder jongeren tussen de 12 en 17 jaar. Dit terwijl jongeren van 12 tot 17 jaar in een periode zitten waarbij hun zelfwaardering erg kan wisselen, doordat zij in een periode zitten van identiteitsontwikkeling en hierdoor gevoelig zijn voor invloeden van buitenaf (Orth, et al., 2015). Daarnaast hebben veel studies zich gericht op alleen één sociale mediaplatform, voornamelijk Facebook. In dit onderzoek wordt niet uitgegaan van één specifiek platform, maar van alle sociale mediaplatformen waar jongeren gebruik van maken.

Verder wordt er in dit onderzoek uitsluitend gekeken naar het passief sociale mediagebruik. Uit de literatuur blijkt namelijk dat vooral het passief sociale mediagebruik voor een lage zelfwaardering en sociale vergelijking zorgt (Escobar-Viera et al., 2018; Burnell et al., 2019; Beyens et al., 2020). De onderzoeksvraag luidt: ‘Is er een verband tussen het passief sociale mediagebruik en de zelfwaardering onder Nederlandse jongeren van 12 tot 17 jaar? En heeft een opwaartse- en/of neerwaartse sociale vergelijking een mediërende rol hierin?’ Er wordt verwacht dat het passief sociale mediagebruik en de zelfwaardering een negatief verband met elkaar hebben. Daarnaast wordt verwacht dat de opwaartse sociale vergelijking een groter mediërend effect heeft op het verband dan de neerwaartse sociale vergelijking.

De uitkomsten van het onderzoek kunnen bijdragen aan het vergroten van het inzicht over de invloeden van het passief sociale mediagebruik en de sociale vergelijking op de zelfwaardering van jongeren. Tegenwoordig gebruiken jongeren steeds meer sociale media (CBS, 2019). Wanneer dit leidt tot een lage zelfwaardering, gaat dit ten koste van het psychosociale welzijn van jongeren (Van den Eijnden et al., 2018a). Door hier meer inzichten in te verkrijgen, kan er mogelijk richting gegeven worden aan preventie, interventie en advies voor ouders en scholen om de negatieve gevolgen van het sociale mediagebruik te beperken.

Methode

De data van dit onderzoek zijn afkomstig van een longitudinaal onderzoek onder jongeren in Nederland naar de gevolgen van het gebruik van sociale media op het psychosociaal welzijn van deze jongeren (Digital Youth [DiYo]). Voor dit cross-sectionele onderzoek wordt alleen één wave gebruikt uit 2019.

Procedure

De deelnemers werden via middelbare scholen benaderd om deel te nemen aan het onderzoek. De middelbare scholen werden geworven door het eigen netwerk van de onderzoekers en studenten die betrokken waren bij het project DiYo ten tijde van de dataverzameling. Dit maakt dat er geen sprake is van een representatief steekproef. Zowel ouders als kinderen zijn door middel van een brief volledig op de hoogte gebracht over het onderzoek en hadden het recht om deelname te weigeren of zich op een later moment terug te trekken. De deelnemers kregen een persoonlijke link met een respondentennummer naar de vragenlijst. Achteraf werden de data geanonimiseerd. De deelnemers beantwoordden een

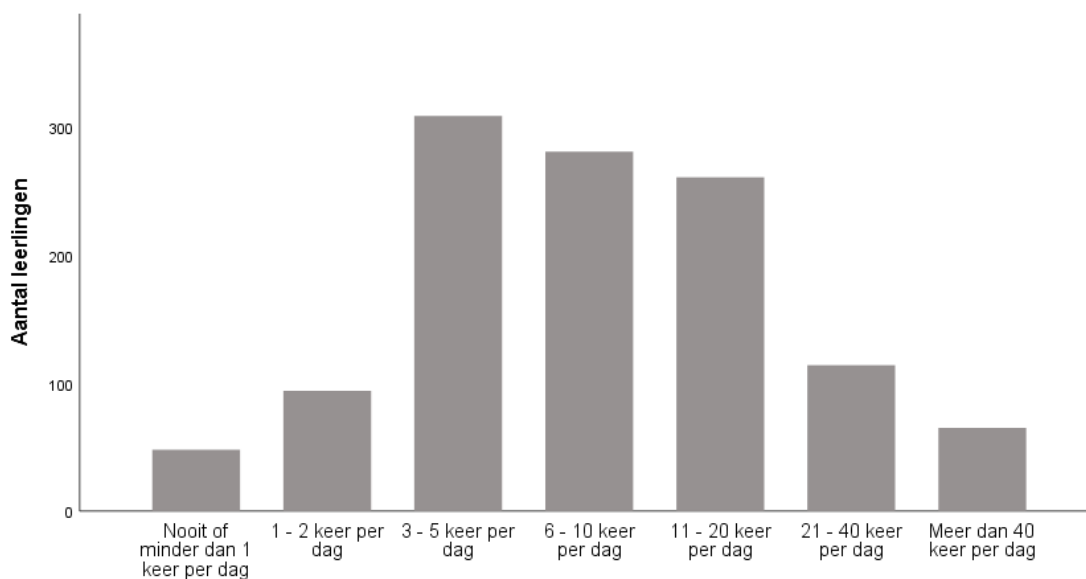
vragenlijst over het gebruik van sociale media, hoe zij hiermee omgaan en over hun eigen welzijn. Dit deden zij in een klaslokaalsetting tijdens schooluren met behulp van Qualtrics, een online survey tool (www.qualtrics.com). Onderzoeksassistenten waren aanwezig om de dataverzameling goed te laten verlopen en hulp te bieden aan de deelnemers wanneer dit nodig was. De procedure van het onderzoek werd uitgevoerd in overeenstemming met de declaratie van Helsinki en is goedgekeurd door het ethische commissie van Universiteit Utrecht Sociale Wetenschappen (21-0244).

Deelnemers

In totaal deden er 1306 leerlingen mee aan het onderzoek. Niet iedereen heeft de vragenlijst volledig ingevuld ($n = 134$, 10%). Alleen de deelnemers die de relevante vragen voor dit onderzoek volledig hebben ingevuld, zijn meegenomen ($n = 1172$). De deelnemers aan dit onderzoek waren tussen de 12 en 17 jaar oud ($M = 13.8$, $SD = 1.33$). Hiervan zijn 528 (45%) jongens en 644 (55%) meisjes. In afbeelding 1 worden de mate van het passief sociale mediagebruik weergegeven. Hierbij is te zien dat de meeste deelnemers drie tot vijf keer per dag passief sociale media gebruiken en de minste deelnemers nooit of minder dan één keer per dag van passief sociale media gebruik maken.

Afbeelding 1

Het passief sociale mediagebruik van de deelnemers. $n = 1172$



Het opleidingsniveau van de deelnemers bestaat uit het vmbo (n = 176, 14%), vmbo/havo (n = 204, 16%), havo (n = 181, 14%), havo/vwo (n = 323, 25%) of vwo (n = 422, 32%).

Instrumenten

Passief sociale mediagebruik. Voor het meten van het passief sociale mediagebruik, werd gebruik gemaakt van de volgende vraag: Hoe vaak per dag kijk je op sociale netwerk sites? Er werd hier gebruik gemaakt van een zevenpunts-Likertschaal, met mogelijke antwoorden die varieerden van nooit of minder dan 1 keer per week tot meer dan 40 keer per week (van den Eijnden et al., 2018b).

Zelfwaardering. Voor het meten van de zelfwaardering, werd de schaal van Rosenberg et al., (1989) gebruikt. Deze schaal wordt veel gebruikt in onderzoeken om de algehele zelfwaardering te meten (Hagborg, 1993). De schaal bevat vijf stellingen. Een voorbeeld van een stelling is: ik sta positief ten opzichte van mezelf. De jongeren konden op een vijfpunts-Likertschaal beantwoorden in hoeverre de stelling bij hen past (1= klopt helemaal niet, 5= klopt helemaal). De construct validiteit is goed (Bagley & Mallick, 2001). De schaalscore werd bepaald door het gemiddelde van alle items te nemen. De betrouwbaarheid van de schaal is goed (Cronbach's Alpha = .83).

Opwaartse sociale vergelijking en neerwaartse sociale vergelijking. De vraag en stellingen om deze constructen te meten zijn ontwikkeld voor het DiYo onderzoek. Deze constructen werden gemeten met behulp van een vraag en bijhorende vijf stellingen per construct. Ook hier werd een vijfpunts- Likertschaal gebruikt (1= nooit, 5= heel vaak). De vraag luidde: hoe vaak heb je de volgende gedachten als je op sociale netwerk sites naar de berichtjes, foto's en filmpjes van leeftijdsgenoten kijkt? Een voorbeeldstelling voor de opwaartse sociale vergelijking is: hij of zij is populairder dan ik. Een voorbeeldstelling voor de neerwaartse sociale vergelijking is: ik ben populairder dan anderen. De schaalscore voor de opwaartse sociale vergelijking (Cronbach's Alpha = .86) en neerwaartse sociale vergelijking (Cronbach's Alpha = .91) werd bepaald door het gemiddelde van de vijf items te nemen.

Resultaten

Alvorens de onderzoeksvraag "is er een verband tussen het passief sociale media gebruik en de zelfwaardering onder Nederlandse jongeren van 12 tot 17 jaar en heeft opwaartse- en/of

neerwaartse sociale vergelijking herin een mediërende rol?” getoetst werd, werd de beschrijvende en voorbereidende analyses uitgevoerd. Er is een *t*-toets uitgevoerd om te onderzoeken of er in de variabelen verschillen bestaan tussen jongens en meisjes. In Tabel 1 staan de beschrijvende statistieken voor de totale steekproef, voor jongens en meisjes en het verschil tussen jongens en meisjes. Hieruit is op te merken dat er significante verschillen zijn tussen jongens en meisje in alle studiev variabelen. Jongens scoren gemiddeld hoger op zelfwaardering dan meisjes. Meisjes rapporteren gemiddeld hoger op passief sociale mediagebruik dan jongens. Jongens scoren gemiddeld hoger op de schaal neerwaartse sociale vergelijking en meisjes scoren gemiddeld hoger op de schaal opwaartse sociale vergelijking.

Tabel 1

Beschrijvende statistiek van het passief gebruik van sociale media, de zelfwaardering en neerwaartse- en opwaartse sociale vergelijking en het verschil tussen jongens en meisjes

	Totaal <i>N</i>	<i>M</i> (<i>SD</i>)	Jongens <i>N</i>	<i>M</i> (<i>SD</i>)	Meisjes <i>N</i>	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>t</i>
Passief gebruik van sociale media	1172	4.04 (1.44)	528	3.89 (1.54)	644	4.16 (1.33)	-3.13**
Zelfwaardering	1172	3.64 (.70)	528	3.78 (.70)	644	3.53 (.69)	6.05***
Neerwaartse sociale vergelijking	1172	1.59 (.75)	528	1.68 (.86)	644	1.53 (.65)	3.33***
Opwaartse sociale vergelijking	1172	1.81 (.82)	528	1.54 (.65)	644	2.03 (.88)	-10.83***

** $p < .01$ *** $p < .001$

Er werd gecontroleerd of er is voldaan aan de assumpties van de regressie- en mediatieanalyse (Field, 2018). Hieruit is gebleken dat er is voldaan aan de assumpties lineariteit, homoscedasticiteit en multicollineariteit. Er blijkt sprake te zijn van één uitschieter. De analyse werd uitgevoerd met zowel met als zonder de uitschieter. Hieruit bleek dat er geen groot verschil te vinden was in het significantiepatroon, waardoor er besloten werd de uitschieter in de analyses te laten. Daarnaast was de assumptie normaalverdeling van de residuen enigszins geschonden. Om deze reden was er gebruik gemaakt van een robuuste methode, simple bootstrapping (Field, 2018). Er werd hierbij gebruik gemaakt van een steekproeftrekking van 1000.

Tabel 2

Correlatiematrix van het passief gebruik van sociale media, zelfwaardering en neerwaartse- en opwaartse sociale vergelijking

	1	2	3	4
1 Passief gebruik sociale media	-	-	-	-
2 Zelfwaardering	-.16**	-	-	-
3 Neerwaartse sociale vergelijking	0.21**	.06*	-	-
4 Opwaartse sociale vergelijking	0.13**	-.32**	.34**	-

* $p < .05$ ** $p < .01$

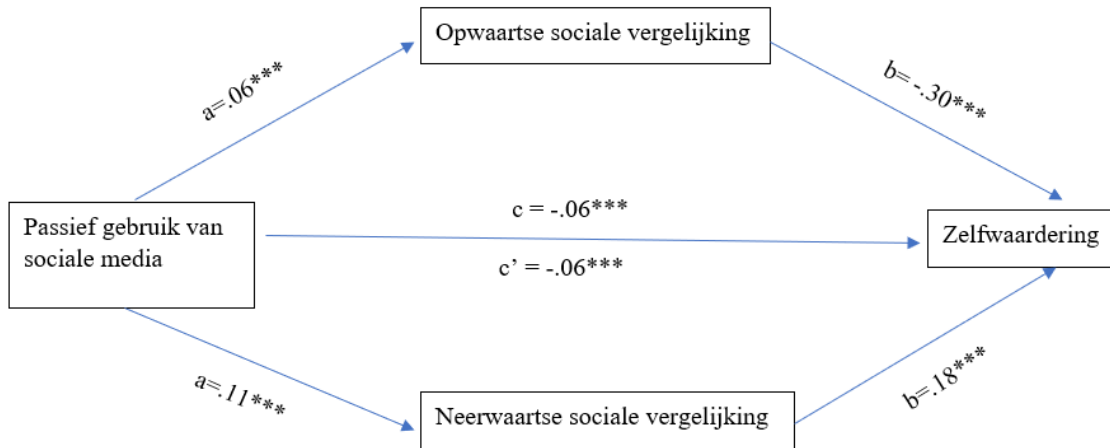
In tabel 2 wordt de correlaties tussen de variabelen weergegeven. Uit de correlatiematrix blijkt dat alle variabelen significant met elkaar samenhangen. Over het algemeen blijkt dat hoe meer jongeren passief van sociale media gebruiken, hoe lager hun zelfwaardering is. Dit verband is echter wel zwak (Morling et al., 2018). Verder geldt dat hoe hoger de mate van opwaartse sociale vergelijking van jongeren, hoe lager hun zelfwaardering is. Daarnaast blijkt dat hoe meer jongeren passief sociale media gebruiken, hoe meer ze neerwaarts sociaal gaan vergelijken. Beiden samenhangen zijn zwak te noemen (Morling et al., 2018).

Om te onderzoeken of het passief sociale mediagebruik samenhangt met de zelfwaardering en vervolgens te toetsen of de opwaartse- en/of neerwaartse sociale vergelijking een mediator is in dit verband, is er een parallel mediatiemodel analyse uitgevoerd. Dit werd gedaan door middel van macro PROCESS van Hayes (2012). Hierbij is de afhankelijke variabele zelfwaardering, de onafhankelijke variabele het passief gebruik van sociale media en zijn de mediërende factoren de opwaartse sociale vergelijking en neerwaartse sociale vergelijking. Geslacht werd meegenomen in de analyse als covariaat, zodat deze gecontroleerd werd voor eventuele verschillen. Wanneer er gekeken wordt naar de verklaarde variantie van het model, blijkt dat het passief gebruik van sociale media 5% variantie verklaart van de zelfwaardering ($F(1,169) = 28.23, p < .001$). Toevoeging van de opwaartse en neerwaartse sociale vergelijking als predictoren, verhoogt de verklaarde variantie naar 15% ($F(1,167) = 51.15, p < .001$). Dit betekent dat de opwaartse- en neerwaartse sociale vergelijking een gedeelte van de variantie verklaren van de zelfwaardering.

In afbeelding 2 wordt het parallel mediatiemodel weergegeven.

Afbeelding 2

Mediatiemodel van het passief gebruik van sociale media en de zelfwaardering, met mediators opwaartse- en neerwaartse sociale vergelijking



Noot: *** $p < .001$. $n = 1172$

Zoals in afbeelding 2 te zien is, zijn alle padwegen significant. Pad c (het totale effect), waarbij de mediators nog niet zijn meegenomen, laat zien dat hoe meer jongeren gebruik maken van passief gebruik van sociale media, hoe lager hun zelfwaardering is ($b = -.06$, $t(1169) = -4.39$, $p < .001$). Daarnaast blijkt dat hoe meer jongeren passief sociale media gebruiken, hoe meer deze jongeren gebruik maken van opwaartse sociale vergelijking ($b = .06$, $t(1169) = 3.75$, $p < .001$) en neerwaartse sociale vergelijking ($b = .11$, $t(1169) = 7.13$, $p < .001$) (padwegen a). Hieruit blijkt dat er vooral neerwaarts sociaal vergeleken wordt als er gebruik gemaakt wordt van het passief sociale mediagebruik. Daarnaast blijkt dat de opwaartse sociale vergelijking negatief samenhangt met de zelfwaardering ($b = -.30$, $t(1167) = -11.62$, $p < .001$). Dit betekent dat hoe hoger de mate van opwaartse sociale vergelijking van jongeren, hoe lager hun zelfwaardering is. Voor de neerwaartse sociale vergelijking geldt hier een significant positief effect ($b = .18$, $t(1167) = 6.62$, $p < .001$). Hierbij geldt dat hoe hoger de mate van neerwaarts sociaal vergelijking, hoe hoger de zelfwaardering van jongeren. Hieruit blijkt dat de opwaartse sociale vergelijking een groter effect heeft op de zelfwaardering dan de neerwaartse sociale vergelijking. Door het toevoegen van de twee mediators in het model, blijkt het directe effect (pad c') nog steeds significant ($b = -.06$, $t = -4.66$, $p < .001$) te zijn. Deze bevindingen zijn nog gecontroleerd door middel van de bootstrapresultaten van het indirecte

effect (Preacher & Hayes, 2008), om de mediatie-effecten van de opwaartse- en neerwaartse vergelijking te onderzoeken. De uitkomsten hiervan indiceren een significant indirect effect van zowel de opwaartse sociale vergelijking (-0.02 , $SE < .01$; 95% CI: $-.03$, $-.01$) als neerwaartse sociale vergelijking ($.02$, $SE < .01$; 95% CI: $.01$, 0.3). Uit deze resultaten blijkt dat er wel degelijk sprake is van een mediatie-effect, deze effecten zijn echter zeer klein. Vanuit deze resultaten komt naar voren dat de relatie tussen het passief sociale mediagebruik en de zelfwaardering iets meer verklaard wordt door de neerwaartse sociale vergelijking dan door de opwaartse sociale vergelijking.

Wat betreft het covariaat geslacht, blijkt dat deze in het totaal effect (pad c) significant is ($b = -.23$, $t(1169) = -5.67$, $p < .001$), maar in het directe effect (pad c') niet significant is ($b = -.05$, $t(1167) = -1.21$, $p = .19$). Dit betekent dat wanneer de mediatoren opwaartse- en neerwaartse sociale vergelijking toegevoegd worden in het model, er geen verschillen gevonden worden tussen jongens en meisjes.

Discussie

Het doel van dit onderzoek was om meer inzicht te krijgen in de samenhang tussen het passief gebruik van sociale media en de zelfwaardering bij jongeren en de mediërende rol van sociale vergelijking. Het in kaart brengen van de samenhangen en invloeden kan inzichten geven en handvatten bieden voor een preventieve interventie en advies voor (professionele) opvoeders/verzorgers. Centraal in dit onderzoek stond de vraag of er een verband bestaat tussen het passief gebruik van sociale media en de zelfwaardering onder Nederlandse jongeren van 12 tot 17 jaar. En heeft een opwaartse- en/of neerwaartse sociale vergelijking hierin een mediërende rol?

Passief sociale mediagebruik en zelfwaardering

Zoals verwacht blijkt uit het huidige onderzoek dat het passief gebruik van sociale media significant samenhangt met zelfwaardering. Hieruit bleek dat hoe meer jongeren passief sociale media gebruiken, hoe lager hun zelfwaardering is. Dit komt overeen met de resultaten van andere studies, waaruit naar voren kwam dat het (passief) gebruik van sociale media samenhangt met een laag zelfwaardering (o.a. Tazghibni & Siedlecki, 2013; Vogel et al., 2014; Chen et al., 2016; Hanna et al., 2017). Het scrollen door Facebook verhoogt een

negatieve stemming en vermindert aan het einde van de dag het affectieve welzijn (Verduyn et al., 2015). Daarnaast blijkt dat studenten die de neiging hebben tot sociale vergelijking, het scrollen op Facebook leidt tot een verminderende zelfperceptie en zelfwaardering (Vogel et al., 2015).

Mediatoren opwaartse- en neerwaartse sociale vergelijking

Uit de regressieanalyses en correlaties van het huidige onderzoek komt naar voren dat de samenhang tussen de opwaartse sociale vergelijking en zelfwaardering een sterker verband met elkaar hebben dan de neerwaartse sociale vergelijking met zelfwaardering, wat in overeenstemming is met de literatuur (Vogel et al., 2014; Verduyn et al., 2020). Zoals verwacht kwam uit het huidige onderzoek naar voren dat het verband tussen het passief sociale mediagebruik en de zelfwaardering partieel gemedieerd wordt door zowel opwaartse- en neerwaartse sociale vergelijking. Rousseau et al. (2017) vonden deze resultaten ook, zij zagen dat mensen die passief gebruik maken van Facebook, een grotere neiging hebben om sociaal te vergelijken. In de resultaten van Rousseau et al. (2017) en uit het huidige onderzoek is te zien dat de opwaartse sociale vergelijking zorgt voor een lagere zelfwaardering en dat neerwaartse sociale vergelijking zorgt voor een hogere zelfwaardering. Het is opvallend dat uit de resultaten van het huidig onderzoek blijkt dat de neerwaartse sociale vergelijking een groter mediërend effect heeft op het verband tussen het passief sociale mediagebruik en de zelfwaardering dan de opwaartse sociale vergelijking. Een verklaring hiervoor is dat uit het huidige onderzoek een groter verband gevonden is tussen het passief sociale mediagebruik en de neerwaartse sociale vergelijking dan op het verband tussen het passief sociale mediagebruik en de opwaartse sociale vergelijking. Dit is niet in overeenstemming met de literatuur, waaruit naar voren komt dat de opwaartse sociale vergelijking, en niet de neerwaartse sociale vergelijking, een groter mediërend effect heeft op het verband tussen het passief sociale mediagebruik en de zelfwaardering (a.o. Vogel et al., 2014; Lee, 2014; Verduyn et al., 2020). Een mogelijke verklaring voor de afwijkende resultaten uit dit onderzoek in vergelijking tot andere studies, is dat in andere studies vaak gebruik gemaakt wordt van één specifiek sociale mediaplatform, voornamelijk Facebook of Instagram. Tegenwoordig maken jongeren gebruik van meerdere sociale mediaplatformen (Thorisdottir et al., 2019; Van der Veer et al., 2020). Er zou verder onderzoek gedaan moeten worden naar de effecten van sociale vergelijking over meerdere platformen. Het is hierbij interessant om te kijken welke aspecten van de verschillende platformen opwaartse sociale vergelijking oproept

en welke aspecten neerwaartse sociale vergelijking oproept. Een andere mogelijke verklaring van de resultaten, is dat andere studies zich voornamelijk hebben gericht op hbo- en/of universiteitsstudenten. Mogelijk kunnen er andere effecten gevonden worden bij jongeren. Zo komt uit de literatuur naar voren dat jongeren zich uniek voelen, waardoor ze zichzelf wellicht belangrijker/hoger inschatten dan anderen (Alberts et al., 2007; Galanaki; 2012; Popovac & Hadlington, 2019). Het is dan ook interessant om verder onderzoek te doen onder jongeren. Een derde mogelijke verklaring voor de afwijkende resultaten, is de operationalisatie van de variabelen passief sociale mediagebruik en neerwaartse- en opwaartse sociale vergelijking. Andere studies gebruiken onder andere meerdere items bij de variabele passief sociale mediagebruik en maken zij gebruik van vragen in plaats van stellingen bij het opwaartse- en/of neerwaartse sociale vergelijkingen (o.a. Vogel et al., 2014; Lee, 2014).

Wat betreft de invloed van geslacht op het mediatiemodel, blijkt dat er in dit onderzoek geen verschil is gevonden tussen jongens en meisjes. Uit eerdere onderzoeken blijkt dat de mate van zowel neerwaartse- als opwaartse sociale vergelijking, een effect heeft op de zelfwaardering, ongeacht het geslacht (Rousseau et al., 2017; Ozimek & Bierhoff, 2019).

Beperkingen en aanbevelingen

Naast de sterke punten van het huidige onderzoek, kent het ook een aantal beperkingen. Ten eerste is er onvoldoende zicht op de representativiteit van de steekproef. Er is daarom voorzichtigheid geboden met betrekking tot het generaliseren van de onderzoeksresultaten. Ten tweede blijken alle effecten, hoewel wel significant, erg klein te zijn. Dit was ook te zien bij een vergelijkbaar onderzoek van Ozimek en Bierhoff (2020). Hoewel de effecten van de mediatie klein zijn, kunnen de opgebouwde mediatie effecten op lange termijn niet onderschat worden (Chen et al., 2016). Daarnaast komt een deel van de resultaten wel overeen met eerder onderzoek (o. a. Vogel et al., 2014; Chen et al., 2016; Ozimek & Bierhoff, 2020). Er zal verder onderzoek gedaan moeten worden naar het mediatie effect van de neerwaartse- en opwaartse sociale vergelijking op zelfwaardering en het passief gebruik van sociale media. Er zou daarnaast verder onderzoek gedaan moeten worden naar mogelijk andere mechanismes die mogelijk invloed hebben op het verband tussen het passief sociale mediagebruik en de zelfwaardering. Hier is mogelijk te denken aan fear of missing out, narcisme en de motivatie van het gebruiken van sociale media (Burnell et al., 2019;

Schivinski et al., 2020). Een derde beperking van het huidige onderzoek betreft het cross-sectionele design. Voorzichtigheid is geboden bij het interpreteren van gedane uitspraken over de mediatie-effecten. Er kunnen tevens ook geen uitspraken gedaan worden over de richtingen van de verbanden, waardoor causale relaties tussen de variabelen onbekend zijn. Een longitudinaal vervolgonderzoek zou hierin mogelijk meer inzichten kunnen geven.

Concluderend blijkt dat uit dit onderzoek naar voren is gekomen dat er een negatief verband bestaat tussen het passief sociale mediagebruik en de zelfwaardering en dat dit gedeeltelijk gemedieerd wordt door zowel de opwaartse- en neerwaartse sociale vergelijking. Hierbij is te zien dat het passief sociale mediagebruik bij jongeren via de opwaartse sociale vergelijking zorgt voor een lagere zelfwaardering. Daarentegen zorgt het passief sociale mediagebruik bij jongeren via de neerwaartse sociale vergelijking voor een hogere zelfwaardering. Hoewel de effecten klein zijn, kunnen de resultaten alsnog bijdragen in de voorlichtingen aan opvoeders over de relatie tussen het passief sociale mediagebruik en de zelfwaardering van jongeren. Daarnaast levert de uitkomsten van dit onderzoek een bijdrage aan de preventie op het risico lopen van een lage zelfwaardering, door onder andere meer in te spelen op de neerwaartse sociale vergelijking in plaats van op de opwaartse sociale vergelijking. Er zou verder onderzoek gedaan moeten worden welke aspecten van sociale media en/of passief sociale mediagebruik de neiging tot opwaartse- en/of neerwaartse sociale vergelijking bij de jongeren oproepen.

Referenties

- Acar, A. (2008). Antecedents and consequences of online social networking behavior: The case of Facebook. *Journal of website promotion*, 3(1-2), 62-83. <https://doi.org/10.1080/15533610802052654>
- Alberts, A., Elkind, D., & Ginsberg, S. (2007). The personal fable and risk-taking in early adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(1), 71-76. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9144-4>
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive behaviors*, 64, 287-293. <http://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- Bagley, C., & Mallick, K. (2001). Normative data and mental health construct validity for the Rosenberg Self-Esteem Scale in British Adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 9(2-3), 117-126. <https://doi.org/10.1080/02673843.2001.9747871>
- Beyens, I., Pouwels, J. L., van Driel, I. I., Keijsers, L., & Valkenburg, P. M. (2020). The effect of social media on well-being differs from adolescent to adolescent. *Scientific Reports*, 10(1), 1-11. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-67727-7>
- Burnell, K., George, M. J., Vollet, J. W., Ehrenreich, S. E., & Underwood, M. K. (2019). Passive social networking site use and well-being: The mediating roles of social comparison and the fear of missing out. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 13(3), article 5. <http://dx.doi.org/10.5817/CP2019-3-5>
- Carr, C. T., & Hayes, R. A. (2015). Social media: Defining, developing, and divining. *Atlantic journal of communication*, 23(1), 46-65. <https://doi.org/10.1080/15456870.2015.972282>
- CBS (2019). *Internet; toegang, gebruik en faciliteiten*. Geraadpleegd op 8 oktober 2020, via <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/83429ned/table?fromstatweb>
- Chen, W., & Lee, K. H. (2013). Sharing, liking, commenting, and distressed? The pathway between Facebook interaction and psychological distress. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 16(10), 728-734. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0272>
- Chen, W., Fan, C. Y., Liu, Q. X., Zhou, Z. K., & Xie, X. C. (2016). Passive social network site use and subjective well-being: A moderated mediation model. *Computers in Human Behavior*, 64, 507-514. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.04.038>

- Chou, H. G., & Edge, N. (2012). "They are happier and having better lives than I am": The impact of using Facebook on perceptions of others' lives. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(2), 117–120. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0324>
- Escobar-Viera, C. G., Shensa, A., Bowman, N. D., Sidani, J. E., Knight, J., James, A. E., & Primack, B. A. (2018). Passive and active social media use and depressive symptoms among United States adults. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(7), 437-443. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0668>
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations*, 7(2), 117-140.
- Forest, A. L., & Wood, J. V. (2012). When social networking is not working: Individuals with low self-esteem recognize but do not reap the benefits of self-disclosure on Facebook. *Psychological science*, 23(3), 295-302. <https://doi.org/10.1177/0956797611429709>
- Gerber, J. P., Wheeler, L., & Suls, J. (2018). A social comparison theory meta-analysis 60+ years on. *Psychological bulletin*, 144(2), 177. <https://doi.org/10.1037/bul0000127>
- Galanaki, E. P. (2012). The imaginary audience and the personal fable: a test of Elkind's theory of adolescent egocentrism. *Psychology*, 3(06), 457. <http://dx.doi.org/10.4236/psych.2012.36065>
- Hagborg, W. J. (1993). The Rosenberg Self-Esteem scale and Harter's Self-Perception profile for adolescents: a concurrent validity study. *Psychology in the Schools*, 30(2), 132-136. [https://doi.org/10.1002/1520-6807\(199304\)30:2<132::AID-PITS2310300205>3.0.CO;2-Z](https://doi.org/10.1002/1520-6807(199304)30:2<132::AID-PITS2310300205>3.0.CO;2-Z)
- Hanna, E., Ward, L. M., Seabrook, R. C., Jerald, M., Reed, L., Giaccardi, S., & Lippman, J. R. (2017). Contributions of social comparison and self-objectification in mediating associations between Facebook use and emergent adults' psychological well-being. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(3), 172-179. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0247>
- Hayes, A. F. (2012). PROCESS: A versatile computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling [White paper]. Retrieved from <http://www.afhayes.com/public/process2012.pdf>
- Jan, M., Soomro, S., & Ahmad, N. (2017). Impact of social media on self-esteem. *European Scientific Journal*, 13(23), 329-341. <http://dx.doi.org/10.19044/esj.2017.v13n23p329>

- Lee, S. Y. (2014). How do people compare themselves with others on social network sites?: The case of Facebook. *Computers in Human Behavior*, *32*, 253-260.
<http://doi.org/10.1016/j.chb.2013.12.009>
- Major, B., Testa, M., & Bylsma, W. H. (1991). Responses to upward and downward social comparisons: The impact of esteem-relevance and perceived control. In J. Suls & T. A. Wills (Eds.), *Social comparison: Contemporary theory and research* (pp. 237–257). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Montague, E., & Xu, J. (2012). Understanding active and passive users: The effects of an active user using normal, hard and unreliable technologies on user assessment of trust in technology and co-user. *Applied ergonomics*, *43*(4), 702-712.
<https://doi.org/10.1016/j.apergo.2011.11.002>
- Morling, B., Carr, D., Heger Boyle, E., Cornwell, B., Corell, S., Crosnoe, R., Freese, J., & Waters, M. C. (2018). *Research Methods*. New York, NY: W. W. Norton & Company
- Nadkarni, A., & Hofmann, S. G. (2012). Why do people use Facebook?. *Personality and individual differences*, *52*(3), 243-249. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.11.007>
- Orth, U., Maes, J., & Schmitt, M. (2015). Self-esteem development across the life span: A longitudinal study with a large sample from Germany. *Developmental psychology*, *51*(2), 248. <http://doi.org/10.1037/a0038481>
- Ozimek, P., & Bierhoff, H. W. (2020). All my online-friends are better than me—three studies about ability-based comparative social media use, self-esteem, and depressive tendencies. *Behaviour & Information Technology*, *39*(10), 1110-1123.
<https://doi.org/10.1080/0144929X.2019.1642385>
- Popovac, M., & Hadlington, L. (2020). Exploring the role of egocentrism and fear of missing out on online risk behaviours among adolescents in South Africa. *International Journal of Adolescence and Youth*, *25*(1), 276-291.
<https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1617171>
- Rosenberg, J., & Egbert, N. (2011). Online impression management: Personality traits and concerns for secondary goals as predictors of self-presentation tactics on Facebook. *Journal of Computer-Mediated Communication*, *17*(1), 1-18.
<https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2011.01560.x>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ Princeton University Press.
- Rosenberg, M., Schooler, C., & Schoenbach, C. (1989). Self-esteem and adolescent problems: Modeling reciprocal effects. *American Sociological Review*, *54*, 1004–1018.

- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: Different concepts, different outcomes. *American sociological review*, 141-156.
- Rousseau, A., Eggermont, S., & Frison, E. (2017). The reciprocal and indirect relationships between passive Facebook use, comparison on Facebook, and adolescents' body dissatisfaction. *Computers in Human Behavior*, 73, 336-344.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.03.056>
- Schivinski, B., Brzozowska-Wos, M. M., Stansbury, E., Satel, J., Montag, C., & Pontes, H. M. (2020). Exploring the role of social media use motives, psychological well-being, self-esteem, and affect in problematic social media use. *Frontiers in Psychology*, 11, 3576. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.617140>
- Shapiro, L. A. S., & Margolin, G. (2014). Growing up wired: Social networking sites and adolescent psychosocial development. *Clinical child and family psychology review*, 17(1), 1-18. <https://doi.org/10.1007/s10567-013-0135-1>
- Stevens, G., van Dorsselaer, S., Boer, M., de Roos, S., Duinhof, E., ter Bogt, T., van den Eijnden, R., Kuypoe, L., Visser, D., Vollebergh, W. & de Looze, M. (2018). *HBSC 2017 Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland*. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Tazghini, S. & Siedlecki, K. (2013). A mixed approach to examining Facebook use and its relationship to self-esteem. *Computers in Human Behavior*, 29, 827-832. d.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2012.11.010>
- Thorisdottir, I. E., Sigurvinsdottir, R., Asgeirsdottir, B. B., Allegrante, J. P., & Sigfusdottir, I. D. (2019). Active and passive social media use and symptoms of anxiety and depressed mood among Icelandic adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(8), 535-542. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0079>
- Valkenburg, P. M., Peter, J., & Schouten, A. P. (2006). Friend networking sites and their relationship to adolescents' well-being and social self-esteem. *CyberPsychology & behavior*, 9(5), 584-590. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9.584>
- Van den Eijnden, R., Koning, I., Doornwaard, S., Van Gorp, F., & Ter Bogt, T. (2018a). Do Internet Gaming Disorder and Social Media Disorder harmfully impact adolescents' life-satisfaction, social competence, and school grades. *Journal of Behavioral Addictions*, 7, 156-156.
- Van Den Eijnden, R., Koning, I., Doornwaard, S., Van Gorp, F., & Ter Bogt, T. (2018b). The impact of heavy and disordered use of games and social media on adolescents'

- psychological, social, and school functioning. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(3), 697-706. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.65>
- Van der Veer, N., Boekee, S., & Hoekstra, H. (2020). Nationale social media onderzoek 2020. *Newcom Research & Consultancy*. Geraadpleegd op 4 mei 2021, via https://www.tableaux.nl/upload/1bedd7_2020-NSMO-Rapportage-202.pdf
- Van Dorsselaer, S. A. F. M., Tuithof, M., Verdurmen, J. E. E., Spit, M., Van Laar, M. & Monshouwer, K. (2016). *Jeugd en riskant gedrag 2015: Kerngegevens uit het peilstationsonderzoek scholieren*. Utrecht: Trimbos-instituut
- Verduyn, P., Gugushvili, N., Massar, K., Täht, K., & Kross, E. (2020). Social comparison on social networking sites. *Current opinion in psychology*. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.04.002>
- Verduyn, P., Lee, D. S., Park, J., Shablack, H., Orvell, A., Bayer, J., ... Kross, E. (2015). Passive facebook usage undermines affective well-being: Experimental and longitudinal evidence. *Journal of Experimental Psychology: General*, 144, 480–488. <https://doi.org/10.1037/xge0000057>
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Okdie, B. M., Eckles, K., & Franz, B. (2015). Who compares and despairs? The effect of social comparison orientation on social media use and its outcomes. *Personality and Individual Differences*, 86, 249-256. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.06.026>
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture*, 3(4), 206. <https://doi.org/10.1037/ppm0000047>