

Heb jij al een hobby?

16-02-10 | Achtergrondartikel

[Intro]

Wie bij hobby's denkt aan lang vervlogen tijden, heeft het mis. Of je nu drie avonden per week in de weer bent met je poppenverzameling of de hele straat voorziet van zelfgehaakte sjaals: hobby's zijn weer helemaal van nu. Maar wat is een hobby eigenlijk? Waarom is het goed om er eentje te hebben? En hoe weet je welke hobby bij jou past?

Vandaag de dag lijken we in onze vrije tijd vooral druk met twitteren, bloggen en online spelletjes. Wie bouwt er anno 2010 nog modelvliegtuigjes? Of zit avond na avond gebogen over zijn borduurwerk of postzegelverzameling? “Je zou verwachten dat dergelijke gezellige hobby's volkomen achterhaald zijn,” zegt Vincent Albers, creatief directeur en oprichter van het internationale trendonderzoek-netwerk Science of the Time. “Maar het tegendeel is waar. Ogenschijnlijk ouderwetse hobby's als breien, knutselen, knippen en verzamelen zijn helemaal niet van de radar verdwenen, maar hebben zich in de afgelopen jaren juist ontwikkeld.”

Hoe dan? Een sprekend voorbeeld is de opkomst van de uit Amerika afkomstige Stitch 'n Bitch-hype. Jong en oud is via deze zogenaamde 'knitting-clubs' massaal aan het breien geslagen, maar het grootste deel van de lol ligt erin dat er via het internet met elkaar kan worden gekletst. “Zowel het geslaagde als het minder geslaagde werk wordt via blogs, Facebook en Twitter met elkaar gedeeld,” legt Albers uit. “Dat maakt de breihobby weer helemaal van nu.” En dat geldt niet alleen voor breien. “Wat je ziet is dat er een hele professionele amateurbeweging is opgestaan die hun hobby's – van fotograferen en knutselen tot postzegels verzamelen – dankzij de doorbraak van internet, goedkope computers en gratis software naar een hedendaags level hebben getild.”

Oude vertrouwde hobby's krijgen zo een nieuw gezicht, maar tegelijkertijd groeit ook het aantal mensen dat zich bezighoudt met niet-gedigitaliseerde hobby's zoals huisjes bouwen van luciferhoutjes, toneelspelen, dansen, kruiswoordpuzzels invullen, lezen, poppen verzamelen en noem maar op. Van de vijfenveertig vrije uren die Nederlanders wekelijks te besteden hebben, gaat gemiddeld twaalf uur op aan zulke hobby's, zo blijkt uit het vrijetijdsonderzoek 'De tijd als spiegel' van het Sociaal Cultureel Planbureau (SCP). En de verwachting is dat de hoeveelheid tijd die we in hobby's steken, de komende jaren eerder zal toenemen dan slinken. Allemaal aan de hobby, een nieuw fenomeen?

Hobby's 'voor de leuk'

Hobby's zijn altijd al belangrijk voor ons geweest en bepaald niet nieuw in onze cultuur, vertelt Ineke Strouken, directeur van het Nederlands Centrum voor Volkscultuur. Uit archiefmateriaal blijkt dat rijke mannen in de achttiende eeuw al druk in de weer waren met belangrijke zaken als jagen, paardrijden, spelletjes, cricket, rookclubjes en gokken, terwijl vrouwen die zich in die tijd niet met het reilen en zeilen van hun huis bezig hoefden te houden zich vooral storten op 'vrouwelijke' hobby's zoals schilderen, papierknipkunst, borduren, naaien en lezen.

“Dat waren geen activiteiten die de vrouwen zelf uitkozen, maar hobby’s die bij hun opvoeding en hun status hoorden,” benadrukt Strouken. “Je was niet vrij om te doen wat je zelf leuk vond, dus of je dan van een échte hobby kunt spreken?” Datzelfde geldt voor de ‘hobby’s’ van het gewone volk. Strouken: “Als zij thuishkwamen van een lange dag werken op het land of ergens in het huishouden, gingen ze kammen maken van beenderen of naaien om de kleding- of linnenkast op orde te houden. Dat deden ze niet omdat ze dat zo gezellig vonden, maar omdat ze die voorwerpen nodig hadden en daar iets moois van wilde maken.” Mensen waren twee eeuwen geleden dus al heel druk met zaken die wij tegenwoordig als gezellige hobby betitelen, alleen werden ze destijds niet bepaald op die manier gezien. “Men zag het als noodzakelijke bezigheden, niet als prettig tijdverdrijf,” zegt Jos de Haan van het SCP. “En dat botst met onze huidige definitie, dat hobby’s niets met werk te maken mogen hebben.” Volgens De Haan is een hobby een ‘ontspannende bezigheid voor in de vrije tijd’, Ineke Strouken voegt daar aan toe dat het iets is waar je ‘helemaal voor gaat’. “Dat kan een verzameling schilderijen zijn, maar ook een onderzoek naar je biologische achtergrond of het maken van een scrapbook. Eigenlijk kan alles een hobby zijn, als je er maar plezier aan beleeft.”

De tendens van plezier hebben in een hobby werd volgens trendwatcher Marie-Lou Witmer pas aan het einde van de negentiende eeuw voor het eerst écht zichtbaar. Ze vertelt dat rond 1850 de industrialisatie plaatsvond, waarna veel processen machinaal werden gedaan. “En er dus meer tijd overbleef voor ontspanning,” aldus Witmer. In het begin lagen de hobby’s nog heel erg in het verlengde van het huishouden, zoals breien, naaien en timmeren, maar sinds de jaren vijftig van de vorige eeuw zijn zowel mannen als vrouwen steeds vaker dingen puur ‘voor de leuk’ gaan doen: “Tennissen, macrameeën, schilderen, fietsen, maar ook dakpannen verven, motorcrossen en parachutespringen. Alles kan, alles mag, als je het maar leuk vindt.”

Verrijking van je leven

Uniek aan een hobby is dat het behalve leuk om te doen, ook iets is dat helemaal alleen van jou is, vertelt psycholoog Frederike Mewe die gespecialiseerd is in het ontdekken van drijfveren en talenten van mensen. Haar visie is dat je goed functioneert als je dingen doet waar je energie van krijgt, zoals – je raadt het al – hobby’s. “We leven in een maatschappij waarin we heel veel hebben bereikt,” vertelt Mewe. “Maar tegelijkertijd heeft iedereen het ook alsmaar druk, druk, druk. Juist in zo’n hectische samenleving is het belangrijk dat je niet blijft doordenderen, maar bewust tijd voor jezelf vrij maakt. Door middel van een hobby ontsnap je even aan de routine van alledag en begeef je jezelf een paar uur in een heel andere wereld, eentje die jij zelf hebt gecreëerd.”

Een wereld die nu eens niets te maken heeft met je werk, je kinderen of je collega’s, maar alleen met jouw behoeftes, dromen en verlangens. “Hobby’s zijn vaak creatieve of stressverlagende uitlaatkleppen voor mensen,” legt Mewe uit. “Heb je bijvoorbeeld niet zo’n opwindende baan, dan kan het heel lekker zijn om je in je vrije tijd uit te leven met een spannende hobby. Is je baan juist erg stressvol, dan kunnen kunstgerelateerde hobby’s een kalmerende en zelfs meditatieve uitwerking op je hebben.”

Het hebben van een hobby geeft volgens Mewe een goed gevoel omdat je ermee kunt laten zien dat je doorzettingsvermogen hebt of omdat je trots kunt zijn op het eindresultaat. “Een hobby is veel meer dan alleen iets wat leuk is om te doen,” vertelt ze. “Een hobby maakt dat je jezelf ontwikkelt, vormt en daardoor een completer mens wordt. Een hobby zegt iets over wie jij bent en draagt daarmee bij aan je identiteitsvorming. Je kunt mensen laten zien: dit kan ik, dit wil ik, dit doe ik, dit verzamel ik. Dat heeft een heel positieve uitwerking op je zelfvertrouwen.”

Alsof dat nog niet genoeg is, kan een hobby daarnaast ook nog een verrijking zijn van je sociale netwerk, want dé manier om andere mensen te ontmoeten dan degenen die je toch al

ziet via je vriendenkliek en werk. Vriendinnen hebben vaak dezelfde leeftijd, op je werk hebben collega's vaak hetzelfde opleidingsniveau. In een hobby kun je je interesses delen met mensen van een totaal andere leeftijd, sociale of culturele achtergrond. Een hobby kan in die zin verbindend werken en dat ervaren veel mensen als heel mooi.

Geen moetje, maar een mogelijkheid

Waarmee niet gezegd is dat het erg is als je géén hobby's hebt, natuurlijk. "In mijn praktijk komen genoeg mensen die in hun vrije tijd activiteiten ontplooiën die niet aan de strenge definitie van hobby's voldoen, maar waar ze wel veel plezier aan ontlenuen," zegt Frederike Mewe. "En dat is waar het uiteindelijk om draait: dat je tijd inruimt voor iets dat je leuk vindt om te doen. De één kiest dan voor pottenbakken, tekenen of schilderen, de ander gaat naar de sportschool en weer een volgende belt een uur met z'n moeder om bij te kletsen, kijkt tv of gaat de kroeg in. Het gaat erom dat je iets doet wat bij jou past, niet perse dat je creatief aan de slag gaat."

De grote vraag is hoe je erachter komt welke hobby bij jou past. Wat als je absoluut niet weet wat je leuk vindt? "Ik denk dat de meeste mensen wel een idee hebben waarin ze geïnteresseerd zijn," antwoordt Tina Barseghian, schrijfster van het in Amerika immens populaire naslagwerk *Get a Hobby!* dat qua proporties veel weg heeft van De Gouden Gids en bomvol staat met beschrijvingen van alle denkbare hobby's. "Denk aan muziek beschilderen, werken met je handen, tuinieren of voor mijn part het beschilderen van kopjes. Ga naar de bibliotheek en zoek uit wat voor hobby's er te vinden zijn in de categorieën die jou aanspreken, stap een boekwinkel binnen, schaf een paar boeken over hobby's aan en ga aan de slag!"

Klinkt dat je iets te Emile Ratelband-achtig in de oren, dan is er nog een andere, simpele manier om uit te vinden wat bij jou past: uitproberen! Via internet is het tegenwoordig heel makkelijk om allerlei cursussen, workshops en culturele centra op te sporen. Mewe: "Ga ernaartoe en kijk of het wat voor je is. Het kan ook heel inspirerend zijn om van andere mensen te horen wat hun hobby's zijn of in gedachten eens terug te gaan naar wat je vroeger leuk vond om te doen. Zodra je merkt dat wat je doet je ontspant, je er energie van krijgt of je zin hebt om het nog een hele tijd te blijven doen, dan weet je dat het goed zit. Voelt het niet fijn, dan stop je er gewoon weer mee. Een hobby is geen moetje, maar een mogelijkheid."

Populair in eigen land

Er zijn vandaag zo veel verschillende hobby's dat het onmogelijk is ze allemaal op te noemen, maar uit onderzoek van het Cultureel Sociaal Planbureau blijkt dat knutselen, naaien, breien, lezen, zingen, toneelspelen, ballet beoefenen, kruiswoordpuzzelen, sporten en televisie kijken op dit moment de populairste hobby's van Nederland zijn. Uit een ander onderzoek van het Economisch bureau van het ING onder 60.000 Nederlanders blijkt dat we jaarlijks zo'n 13 miljard euro besteden aan onze favoriete hobby's. Dat is gemiddeld € 900 per persoon.

Hobby's op drift

Visionair Hans van der Loo voorziet dat er naast de geijkte hobby's als breien, lezen en knutselen in de toekomst ruimte zal komen voor meer spiritueel getinte activiteiten: yoga of pilates, maar ook vrijwilligerswerk, goede doelen en zingeving. Daarnaast verwacht Van der Loo een flinke groei van het aantal 'ervaringshobby's': "Waar een hobby vroeger stond voor een huis vol miniatuurautootjes of poppetjes, stappen mensen nu over op immateriële hobby's zoals treinspotten, vogels bekijken of een gebergte doorklieven om daar later over te kunnen vertellen. De beleving op zich zal steeds centraler komen te staan," aldus Van der Loo.