

# Inleiding: jeugdsport in een pedagogisch perspectief

Nicolette Schipper-van Veldhoven<sup>1</sup> en Jens van der Kerk<sup>2</sup>

## Inleiding

Sport gaat toch over winnen, wedstrijden spelen, technisch beter worden, toch? Instructie lijkt onlosmakelijk verbonden met het onder de knie krijgen van bewegingspatronen. 'Ik ben trainer, ik moet ervoor zorgen dat ze goed leren voetballen.' Dat klopt! Maar dat is het niet alleen... Het gaat er ook om *hoe* je die instructie geeft, hoe je kinderen en jeugdigen voorbereidt op wedstrijden, op tegenslagen, om plezier te beleven aan sport.

De hersenen van jeugdigen werken heel anders dan die van volwassenen. Volwassenen denken in oorzaak en gevolg, in winnen en verliezen. Kinderen denken in het hier en nu, in plezier hebben. Kinderen lopen met zijn allen achter de bal aan, als een coach dan roept 'vrijlopen' omdat hij dan aanspeelbaar is, heeft dat weinig zin. Kinderen snappen dit niet want zij denken niet in oorzaak en gevolg. Een trainer op zijn beurt raakt geïrriteerd omdat de kinderen niet luisteren en gaat harder schreeuwen. Maar al te vaak verdwijnt daarmee het plezier in de sport; afhaken op jonge leeftijd ligt op de loer. Trainen, coachen en begeleiden van jeugdige sporters moet aansluiten bij de belevingswereld en de ontwikkelfase van het kind. Waardering en plezier zijn daarbij basisvoorwaarden.

Sport kan bijdragen aan allerlei positieve waarden als zelfvertrouwen, trots, vasthoudendheid, positieve lichaamsbeleving, omgaan met anderen. Binnen de sport willen we ook opvoeden tot een sportieve houding en fair play. Echter, deze positieve waarden van sport zijn er niet zomaar. Onderzoekers zijn het erover eens dat sport niet automatisch positieve effecten heeft op het gedrag van kinderen. Sport kan zelfs leiden tot het tegenovergestelde: egoïsme, arrogantie, pesten, (seksuele) intimidatie en blessures (Schipper-van Veldhoven, 2012).

<sup>1</sup> Nicolette Schipper-van Veldhoven is programmamanager Onderzoek NOC\*NSF.

<sup>2</sup> Jens van der Kerk is projectmanager KNVB.

Het werkelijke effect van sportdeelname op de prestatie en de ontwikkeling van het kind, hangt dus hoofdzakelijk af van de manier waarop het sport krijgt aangeboden.

Jeugdsport is nu nog vaak een afspiegeling van de volwassenensport. Veel trainers en bestuurders hebben onvoldoende kennis van de psychosociale ontwikkeling van kinderen, van de pedagogische aspecten van jeugdsport. Terwijl juist het omarmen van het pedagogische perspectief een kans biedt om de positieve mogelijkheden van de sport te ontwikkelen en daarin te investeren.

### Het pedagogisch perspectief van sport

Laten we het pedagogisch perspectief van de sport nog eens wat nader onder de loep nemen. Het unieke karakter van bewegen en sport, een op regels gebaseerd fysiek spel, biedt vele educatieve mogelijkheden die momenteel niet voldoende benut worden. Kinderen en jongeren leren regels te gebruiken en te aanvaarden en rekening te houden met anderen. Ze leren omgaan met hun eigen talenten en beperkingen. Sport en bewegen kunnen daarmee een goede voorbereiding vormen op hun functioneren in de samenleving. Echter, veel coaches willen vooral één ding en dat is winnen! Zij zijn dan niet met de kinderen en hun ontwikkeling bezig. In een goede opvoedkundige sportpraktijk gaan pedagogische doelstellingen hand in hand met sportieve ambities.

Wil de sportwereld die pedagogische mogelijkheden inzetten, dan kan het niet anders dan het kind centraal zetten. Bij de vraag 'In wiens belang doe je iets?', zou het antwoord dan ook altijd moeten zijn: 'In het belang van het kind'.

Vanuit pedagogisch perspectief moet een kind de ruimte krijgen om *zelf* een sport en een veilige en competente sportomgeving te kiezen. Het kind moet *zelf* kunnen bepalen met welke intensiteit het die sport wil beoefenen waar het plezier aan beleeft. Ouders en trainers moeten over vaardigheden beschikken deze ontwikkeling naar 'zelfverantwoordelijke zelfbepaling' te ondersteunen.

Daarbij kan gebruik worden gemaakt van drie pedagogische steunpilaren (Moget & Weber, 2007).

1. Besef van (onbewuste) overdracht van waarden en normen.  
Trainers geven – vaak onbewust – signalen af over wat gebruikelijk is binnen de cultuur van de vereniging. Het is belangrijk zich bewust te zijn van de waarden en normen die daarmee overgedragen worden op kinderen. Bedenk welk gedrag je wel en niet wilt zien, welke omgangsvormen en gedragsregels gelden.

*Jeugdsport is nu nog vaak een afspiegeling van de volwassenensport.*

2. Motiverende sfeer.  
De trainer bepaalt voor een groot deel ook de sfeer waarin een training verloopt. Dit heeft te maken met de stijl van trainen die hij hanteert. Daarbij is het belangrijk dat er een juist evenwicht is tussen winnen aan de ene kant (prestatiegericht) en de persoonlijke ontwikkeling van het kind aan de andere kant (de sporter zichzelf laten verbeteren).
3. Preventief en repressief beleid.  
Het is van belang dat er een goed beleid is rond onwenselijk gedrag, zoals agressiviteit, pesten en intimidatie. Mocht dit voorkomen, dan moet het voor iedereen binnen de vereniging duidelijk zijn welke vervolgstappen genomen moeten worden. Hoe meer nadruk op positieve overdracht van waarden en normen en een trainingsmethode gericht op het verbeteren van eigen vaardigheden, des te meer draagt de sportomgeving bij aan 'zelfverantwoordelijke zelfbepaling'.

Verschillende studies (in Hekker, Karamat & van Veldhoven, 2011) tonen aan dat de aanpak van de trainer zowel de morele als de motiverende sfeer sterk beïnvloeden. Ze zijn vaak bepalend voor de keuzes die sporters maken. Daarbij gedijen kinderen beter als ze in een omgeving functioneren waarin de ontwikkeling van het kind boven de prestatie wordt gesteld. Uit onderzoek komt overigens ook wel naar voren dat trainers het positief benaderen, zoals het prijzen van het kind en het focussen op vooruitgang, belangrijker vinden dan het focussen op het winnen van de wedstrijd. Soms botsen ook de ideeën tussen trainers hierover!

### Kind centraal

In veel sportdeclaraties (zoals Panathlon Declaration<sup>3</sup>, Charter of Child Rights in sport – mede ondertekend door het IOC) wordt aangegeven dat alle kinderen recht hebben op o.a.:

- het beoefenen van sport;
- getraind en begeleid te worden door competente mensen;
- deel te nemen aan training aangepast aan hun leeftijd, individueel ritme en mogelijkheden;
- zich te meten met kinderen van hetzelfde niveau;
- de kans krijgen kampioen te worden, of het niet te worden.

<sup>3</sup> Door NOC\*NSF ondertekend op 3 november 2012.

*Veel coaches willen echter vooral één ding en dat is winnen!*



Dit is dus veel meer dan het verzorgen van technisch goed opgebouwde trainingen, dit gaat over begeleiden van kinderen in en door sport.

Karel is een bijzondere jongen van negen jaar. Hij gaat naar het speciaal onderwijs en houdt heel erg van voetballen. Zijn broertje voetbalt ook, bij dezelfde club in het dorp. Zijn broertje is een talent zoals dat heet. Karel daarentegen speelt in het laagste team, het 'afvalputje', zoals moeder Miranda dit oneerbiedig noemt. De trainer van Karel hield de groep wel bezig, maar zonder veel inspiratie. Ze verloren elke wedstrijd. Karel vond voetbal niet zo leuk meer, totdat ze vorig jaar een nieuwe trainer kregen. Iemand die wél geloofde in dit team, die vond dat iedereen vooruit kan komen, die regels stelde, de jongens aansprak en de sport ook voor dit team serieus nam. Karel kreeg weer plezier in voetbal en ze wonnen zelfs wedstrijden. Ze eindigden als middenmoter in de competitie.

Moeder Miranda vindt dat er te veel aandacht gaat naar de top van de jeugd. 'Al die verenigingen die de top willen halen. Verreweg de meeste aandacht en energie gaat naar de selectie en niet naar de grootste groep binnen de vereniging: namelijk de jongens en meisjes die gewoon met plezier willen sporten. Die willen natuurlijk ook wel winnen, maar voor hen staat het

plezier voorop.' Mike, de andere zoon van Miranda, zit wel in het talententeam. Miranda: 'Daar ben ik natuurlijk erg trots op en hijzelf nog meer. Ik vind het dan ook leuk dat hij zich zo ontwikkelt. Ik wil natuurlijk het beste voor allebei mijn zonen.' Miranda hoopt dan ook dat de vereniging kiest voor evenwicht intern en evenveel zorg en aandacht heeft voor de groep kinderen die met plezier willen sporten als voor de groep talenten.

### **Opbouw boek**

Dit boek geeft verdiepende inzichten, vanuit wetenschappelijk onderzoek, vertaald naar het werken met jeugd in de sportpraktijk. Het richt zich op trainers en coaches die een actieve rol willen spelen in de opvoeding van jeugdigen door middel van sport. Trainers/coaches zijn mensen die verschillen van elkaar door hun unieke aangeboren eigenschappen en de ervaringen in hun leven. Daardoor zijn ze ook uniek in de wijze waarop zij training geven en hoe zij naar hun omgeving kijken. Het vergt motivatie, zelfinzicht en flexibiliteit van een trainer/coach om op een andere manier met (stressvolle) situaties om te gaan dan 'dat ze tot nu toe gedaan hebben'. Dit boek daagt de trainer/coach uit om (op een andere manier) naar zijn invloed te kijken, naar zijn manier van trainen/coachen. En tracht tevens kennis aan te reiken. Hoe meer kennis en kunde iemand heeft opgebouwd, hoe groter de kans dat hij een handelingsmogelijkheid heeft die past bij de situatie.

Het boek is opgebouwd in vier delen.

*Deel 1 De trainers en coaches en hun invloed op de persoonlijke ontwikkeling.* Uit vele onderzoeken blijkt dat de kwaliteit van deze relatie een van de meest bepalende factoren is voor de positieve invloed op sporttechnische, sociale en persoonlijke ontwikkeling. De trainer heeft dus een bepalende rol in het sportklimaat. De centrale voorwaarde is de ontwikkeling van een goede pedagogische relatie tussen trainer en kind. In die relatie moet de trainer een passend antwoord geven op de wensen en behoeften van het kind. De communicatie moet zijn gebaseerd op wederzijds begrip en respect. Regels zijn duidelijk en omvatten zowel de ideeën van de trainer als het kind. Grenzen worden dan ook bewaakt. Dit vraagt enig inzicht in de ontwikkeling van jeugdigen en van hun behoeften. Maar hoe doet een coach/trainer dit in de praktijk van de sport?

In *hoofdstuk 1* wordt ingegaan op 'winst door sport'. Sport heeft veel potentie om positieve effecten te genereren op de sociale en morele ontwikkeling van jeugdigen. De trainer/coach heeft hierbij een bepalende rol. Er wordt

aangegeven hoe een trainer/coach aan deze rol kan werken. *Hoofdstuk 2* bevat vooral de wetenschappelijke achtergronden van effectief coachen en onderzoek naar de ideale trainer/coach. Een positieve benadering van sportbeoefening (positief coachen) is te verkiezen boven een traditioneel op fouten gerichte begeleiding. In *hoofdstuk 3* worden juist praktische handvatten gegeven voor hoe positief coachen in praktijk te brengen. Veel kinderen nemen op jeugdige leeftijd deel aan sport in competitieverband. In *hoofdstuk 4* wordt daarom extra aandacht gegeven aan het perspectief van winnen en verliezen en hoe hier vanuit het belang van de jeugdige mee om te gaan.

### ***Deel 2 Een slag dieper: gericht coachen op Motivatie, Zelfregulatie en Weerbaarheid.***

Als trainer/coach wil je de jeugdigen iets leren, iets bijbrengen. Steeds kunnen er specifieke leerdoelen gesteld worden. In het tweede deel van het boek is een keuze gemaakt en wordt ingezoomd op drie specifieke aspecten van training/coaching gericht op: motivatie, zelfregulatie en mentale weerbaarheid. *Hoofdstuk 5* gaat in op motivatie. Alle gedrag wordt gestuurd door motieven. Motivatie ontwikkelt ook door de tijd heen. Alleen een trainer die de motieven van zijn sporters kent, kan die motivatie aanspreken en beïnvloeden. *Hoofdstuk 6* gaat in op zelfregulatie en op de rol die reflectie (als onderdeel van zelfregulatie – leren doelen stellen, leren nadenken over het eigen leerproces) heeft in de ontwikkeling van sporttalent naar (top)sporter. Omdat reflectie trainbaar is, is het belangrijk de rol van reflectie voor talentherkenning/-ontwikkeling te erkennen en te stimuleren. *Hoofdstuk 7* gaat in op mentale weerbaarheid als essentie om sociaal-maatschappelijk goed te kunnen functioneren en uitdagingen aan te gaan. Sport is hiertoe een ideaal platform. Een trainer/coach kan hier bewust op trainen door specifieke situaties te creëren.

### ***Deel 3 Omgaan met negatieve kanten van sport***

Binnen de sport is het niet echt gebruikelijk om stil te staan bij de negatieve kant van sport of om maatregelen te nemen om misstanden te voorkomen. Heel wat sportclubs beweren bijvoorbeeld ook dat negatieve verschijnselen als (seksuele) intimidatie of discriminatie bij hen niet voorkomen (Serkei & Goes, 2012). Toch blijkt uit onderzoek dat een op de vijf Nederlandse kinderen van twaalf jaar en ouder slachtoffer of getuige is geweest van ongewenst gedrag in de sport, zoals vandalisme, bedreigingen, fysiek en verbaal geweld. De helft van de bestuurders van sportclubs heeft klachten ontvangen over ongewenst gedrag. Deze klachten hebben in de regel betrekking op verbaal geweld (27%), vandalisme (22%) en diefstal (18%). Voor 13% van de slachtoffers en getuigen was de ervaring zelfs reden om te stoppen als sporter, vrijwilliger of toeschouwer. Dat kan belangrijke gevolgen hebben voor de sportclub, want het imago van de sport speelt een belangrijke rol als volwassenen en jonge kinderen een keuze maken voor een tak van sport of een

***Dit boek daagt de trainer/coach uit om (op een andere manier) naar zijn invloed te kijken.***

specifieke vereniging. Velen zien bepaalde vormen van sport al als ongeschikt voor kinderen, omdat het er agressief of gewelddadig aan toe zou gaan.

Sportclubs kunnen beschikken over allerlei mogelijkheden om ongewenst gedrag tegen te gaan, zoals het instellen van huisregels of het aanstellen van een vertrouwenspersoon. Nederland loopt voorop met het beleid om misstanden te voorkomen. Maar slechts 11% van de verenigingen maakt daar gebruik van (Serkei & Goes, 2012). Nog minder vaak worden er pogingen ondernomen om de kwaliteit van begeleiders en toezichthouders te bevorderen. Dit zou een zorgvuldige selectie vergen van trainers en andere medewerkers.

In *hoofdstuk 8* – Pesten op sportverenigingen: visie en aanpak van trainers – en *hoofdstuk 9* – Over de grens: seksuele intimidatie in de sport begrijpen en voorkomen – wordt hier verder op ingegaan en worden handvatten aange-reikt om de negatieve kanten van sport tegen te gaan.

### ***Deel 4 De invloed van sport: een breder perspectief.***

Een trainer/coach speelt een belangrijke rol, maar hij is niet de enige die invloed heeft op de jeugdige sporter! De vraag is hoe ‘de sport’ er gezamenlijk voor kan zorgen dat sportbonden, sportclubs, trainers, coaches, ouders en jonge sporters die positieve effecten van sportdeelname mogelijk kunnen maken en hoe negatieve effecten verminderd kunnen worden. Wetenschappelijk onderzoek versterkt het besef dat de ontwikkeling van positieve waarden afhankelijk is van de emotionele en motiverende sfeer waarin fysieke activiteiten worden aangeboden binnen een training, een sportvereniging, op school. Hoe draagt eenieder bij aan het tot stand brengen van een pedagogisch verantwoorde omgeving in de sport? *Hoofdstuk 10* gaat over sport en ethiek, het gaat over de systematische benadering van vragen als: wat mag en wat mag niet? Hoe dienen we te handelen? De sportethiek helpt ons daarbij. *Hoofdstuk 11* gaat in op de rol van het bewegingsonderwijs. Bewegingsonderwijs en de georganiseerde sport, waaronder sportverenigingen, leveren elk een belangrijke bijdrage aan de ontwikkeling van jonge mensen als bewegener en sporter. Kinderen en jeugdigen worden op weg geholpen bij het ontwikkelen van een – herkenbare – eigen beweeg- en sportidentiteit.

### **Goud in elk kind**

In dit boek wordt de relatie tussen trainer/coach/leraar en jeugdige sporter vanuit een pedagogisch perspectief beschouwd. Tegen de achtergrond van

sporten bij een vereniging of op school, en het verwerven van sporttechnische kwaliteiten, gaat dit boek nadrukkelijk over de sociale en persoonlijke ontwikkeling van de sporter. Immers: in ieder kind zit goud. Goud delven en laten blinken is de belangrijke en eervolle rol van hen die jeugdigen begeleiden, trainen, coachen. Drie pijlers staan daarbij centraal: de overdracht van waarden en normen, een motiverend leerklimaat en tijdig grenzen stellen. Pendelend tussen wetenschap en praktijk menen wij met dit boek een breed scala aan invalshoeken te bieden. Het is aan de trainers, coaches, leraren, ouders en allen die met jeugdigen werken/omgaan om de kennis opgedaan in dit boek, ook werkelijk in praktijk te brengen.

### Literatuur

- Hekker, R., Karamat, R. & Veldhoven, N. van (2011). Winst door Sport, een literatuurstudie. Arnhem: NOC\*NSF – interne publicatie.
- Moget, P. & Weber, M. (2007). De twee kanten van sport. In: Wieldraayer, E., e.a. *De weerbare sporter – macht misbruik en kwetsbaarheid*. Deventer: ...daM uitgeverij.
- Schipper-van Veldhoven, N. (2012). Sport in a pedagogical perspective. In: Harvey, S. & Light, R. (Eds.), *Ethics in Youth Sport. Policy and Pedagogical Applications*. London & New York: Routledge.
- Serkei, B. & Goes, A. (2012). *Van blind vertrouwen naar verantwoord beleid – Bruikbaarheid en effectiviteit van beleidsinstrumenten seksuele intimidatie NOC\*NSF*. MOVISIE, Utrecht, januari 2012.
- Tiessen-Raaphorst, A., Lucassen, J., Dool, R. van den & Kalmthout, J. van (2008). *Weinig over de schreef. Een onderzoek naar onwenselijk gedrag in de breedtesport*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.