

Trainer- Kind

INterACTIE

Onderzoek naar het
gedrag van trainer/
coaches en de betekenis
ervan voor de ontwikkeling
van kinderen in de
georganiseerde sport



Trainer- Kind INterACTIE

Onderzoek naar het
gedrag van trainer/
coaches en de betekenis
ervan voor de ontwikkeling
van kinderen in de
georganiseerde sport

Colofon

Titel

Trainer-kind INTERACTIE

Onderzoek naar het gedrag van trainer/coaches en de betekenis ervan voor de ontwikkeling van kinderen in de georganiseerde sport.

Auteurs

Jarno Hilhorst MSc, Dr. Nicolette Schipper - van Veldhoven,
Drs. Frank Jacobs, Prof. Dr. Marc Theeboom & Dr. Johan Steenbergen



Eindredactie

Ellen Kremers (Taallandschap)

Vormgeving

Peter van der Steege, Fitbrand

Uitgave

BlackboxPublishers, mei 2014

Opdrachtgever

Actieplan 'Naar een veiliger sportklimaat'
(NOC*NSF en Nederlandse sportbonden)

Met actieve medewerking van

Ruud Hekker, Inge Stemkens, Jorg Radstake, Chris Smerecnik,
Mar Schuringa, Janine Pleizier, Lieke Vloet en Jens van der Kerk

Met dank aan

De inzet van meer dan 50 laatstejaars bachelor- en masterstudenten en de openhartige inbreng van experts, sportverenigingen, jeugdtrainers en jeugdsporters in de uitvoering van het onderzoek.



© 2013/2014

Samenvatting

De manier waarop trainer/coaches omgaan met jeugdsporters is bepalend voor de ontwikkeling van jeugdsporters. Het verdiepende onderzoek Trainer-kind INterACTIE richt zich specifiek op die interactie tussen trainers en hun jeugdsporters. Het onderzoek is uitgevoerd in opdracht van het programma 'Naar een veiliger sportklimaat' (VSK). Startpunt in het onderzoek vormde het gedrag van de trainer dat bepalend is voor wat jeugdsporters ervaren en leren tijdens trainingen en wedstrijden. Vervolgens is nagegaan welke betekenissen dat gedrag van de trainer heeft voor jeugdsporters en welke mechanismen daarachter zitten.

In het sportseizoen 2012/2013 zijn 37 jeugdtrainers en hun sportgroepen gevolgd via onder meer opnames, observaties, interviews en vragenlijsten. Deze gegevens zijn verzameld door 37 vierdejaars hbo-studenten van 3 verschillende hogescholen die centraal werden aangestuurd. Dit leverde veel kwalitatieve informatie op over hoe trainer/coaches een sportklimaat realiseren, dat gericht is op de ontwikkeling van kinderen.

Diepgang en complexiteit niet onderschatten

De manier waarop trainers omgaan met hun jeugdsporters is zeer divers en hangt af van veel verschillende factoren. Hoe het gedrag van trainers uitwerkt op een kind hangt samen met specifieke kenmerken van dat kind (bijvoorbeeld leeftijd, geslacht, zelfvertrouwen), van de trainer (bijvoorbeeld trainerservaring, persoonlijkheid) en van de context op het specifieke sportmoment (bijvoorbeeld training/wedstrijd, prestatief/recreatief). Er is geen blauwdruk voor alle trainers, zodat ze op eenzelfde manier kunnen functioneren voor optimaal effect op de ontwikkeling van jeugdsporters. Trainers vertonen allerlei vormen van gedrag en proberen telkens de balans te bewaken tussen bijvoorbeeld focus op plezier ten opzichte van leren en tussen vasthouden aan structuur ten opzichte van regie uit handen geven aan de jeugdsporters zelf. De diepgang en complexiteit van de manier waarop trainers omgaan met hun jeugdsporters is dus niet te onderschatten.

Jeugdtrainers verdienen dan ook optimale ondersteuning om die interactie met kinderen bij sportdeelname goed in te vullen.

Zes cruciale mechanismen/ succesfactoren

Het lijkt van belang dat jeugdtrainers zich bewust zijn van zes mechanismen bij sportdeelname om passend bij de specifieke situatie bijvoorbeeld complimenten te geven, aanwijzingen te geven, gedrag te corrigeren of vragen te stellen.

1. Focus op plezier en leren
2. Leren via competentiebeleving, zelfvertrouwen en inzet
3. Aanleren van sportieve vaardigheden
4. Inzet en structuur als voorwaarden
5. Regie bij de jeugdsporter zelf
6. Sociaal groepsklimaat voor ontwikkeling van alle jeugdsporters

Relatief positief: aanmoedigen en sfeer

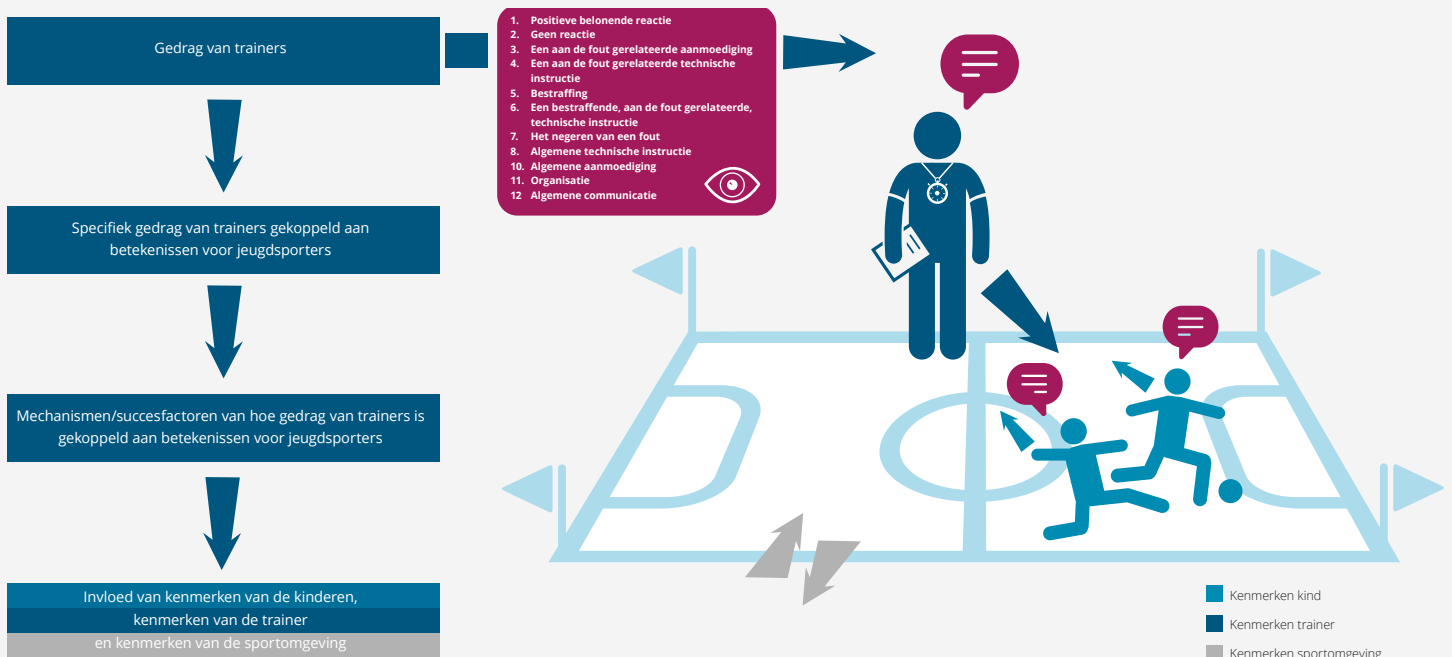
De jeugdtrainers worden positief gewaardeerd als het gaat om het aanmoedigen van de jeugdsporters. Dit lijkt te maken te hebben met een hoge mate van betrokkenheid en fanatisme (vooral bij wedstrijden). Daarnaast wordt ook de sfeer in het algemeen positief gewaardeerd, hoewel verschillende trainers het houden van orde en het bevorderen van een sociaal groepsklimaat ook wel lastig vinden.

Relatief negatief: vragen stellen

Verschillende jeugdtrainers vinden het lastig om de dialoog aan te gaan met hun jeugdspporters en om vragen te stellen over specifieke sportsituaties of algemenere ontwikkeldoelen. Soms zorgt ook het fanatisme van de trainers ervoor dat ze de jeugdspporters toch niet zelf aan het woord laten of de kans bieden zelf uit te vinden wat niet goed ging en beter kan. Voor optimaal plezier en leerrendement bij jeugdspporters lijkt het wenselijk dat jeugdtrainers leren om op gezette momenten dialoog met de jeugdspporters aangaan en vooral vragen te stellen.

Naast de resultaten en conclusies zijn in het rapport verschillende overwegingen vanuit ander (internationaal) onderzoek weergegeven en zijn aanbevelingen voor beleid uitgewerkt. Zo biedt het onderzoek op verschillende manieren veel informatie voor opleiders, beleidsbepalers,

onderzoekers en jeugdtrainers zelf om de conclusies toe te passen. De focus van dit onderzoek lag daarbij op het bieden van handvatten voor VSK en voor de sportkaderopleidingen gekoppeld aan de Kwalificatiestructuur Sport (KSS). Aan die uitwerking en implementatie wordt al voor publicatie van dit rapport hard gewerkt. De samenwerking van onderzoekers en praktijkdeskundigen, al vanaf de start van het onderzoek in 2012, draagt aan die implementatie positief bij. Dit zorgt ervoor dat onderzoek daadwerkelijk betekenis krijgt voor de sportpraktijk van Nederlandse trainer/coaches.



Figuur 1: Schematische weergave van de manier waarop het onderzoek Trainer-kind INTERACTIE is uitgevoerd.

Inhoudsopgave

Samenvatting	4
1. Inleiding	8
Leeswijzer	9
Deel I Onderzoekskader	
2. Conceptueel kader	11
3. Onderzoeksopzet en –respons	19
3.1 Onderzoeksopzet	19
3.2 Respons,reflectie en betrouwbaarheid	27
3.3 Analyse en rapportage	32
4. Algemene context van de clubs, trainers en jeugdsporters	35
4.1 De 24 sportverenigingen	35
4.2 De 37 trainers	37
4.3 De 392 jeugdsporters	40
Deel II Algemeen: Gedrag van jeugdtrainers	
5. Frequenties typen gedrag van de trainer	46
6. Beschrijvingen van het gedrag van de trainer	50
6.1 Verbale en non-verbale communicatie	50
6.2 Gericht op individu of groep	54
6.3 Allerlei vormen van reagerend en spontaan gedrag van trainers	55
Deel III Verdiepend: Gedrag van trainers gekoppeld aan de betekenis voor jongeren	
7. Betekenissen en gedrag	75
7.1 Meest voorkomende gedrag-betekeniscombinaties	77
7.2 Match tussen wat trainers doen en wat trainers zeggen dat ze doen	80
7.3 Match tussen hoe trainers hun gedrag ervaren en hoe jeugdsporters dit ervaren	82
8. Meest opvallende mechanismen/succesfactoren	84
8.1 Focus op plezier beleven en leren (& presteren)	84
8.2 Leren via competentiebeleving, zelfvertrouwen en inzet	85
8.3 Aanleren van sportieve vaardigheden	87

Inhoudsopgave - vervolg

8.4	Inzet en structuur als voorwaarden voor ontwikkeling	88
8.5	Toenemende mate van regie bij de jeugdsporter zelf	89
8.6	Sociaal groepsklimaat voor optimale ontwikkeling van alle jeugdsporters	91
8.7	Beschouwend	92
9.	Involed van kenmerken van de jeugdsporters, de trainer en de sportomgeving	98
9.1	Kenmerken van de jeugdsporters	98
9.2	Kenmerken van de trainer	100
9.3	Kenmerken van de sportomgeving	103
 Deel IV: Aanvullende reflectie door studenten en experts		
10.	Oordeel studentonderzoekers over ontwikkelingsgericht gedrag van trainers	113
11.	Experts over ontwikkelingsgericht gedrag van trainers	117
11.1	Eigen ervaringen en expertise met ontwikkelingsgericht trainen/coachen	117
11.2	Experts over competenties en het opleiden van trainers	125
 Deel V: Conclusies		
12.	Conclusies	128
13.	Beschouwing uitkomsten met koppeling aan literatuur	133
14.	Eerste verkenning van toepassingen in Nederlands sportbeleid	140
	Bronvermelding	142
	Inhoudsopgave bijlagenboek	146

1. Inleiding

Sport kan op verschillende manieren van waarde zijn voor opgroeiende kinderen. Die sportwaarden worden zichtbaar in effecten van sportdeelname op sociaal gedrag, zelfwaardering en welbevinden van kinderen (Van den Heuvel, Van Sterkenburg & Van Bottenburg, 2007). De meerwaarde van sportdeelname is overigens niet vanzelfsprekend, maar deze hangt af van uiteenlopende omgevingsfactoren bij het sporten. Naast factoren zoals het type sport, niveau, verenigingsachtergrond, frequentie van deelname is de trainer/coach de belangrijkste beïnvloedende factor. De wijze waarop trainers omgaan met jeugdsporters is bepalend voor de effecten van sportdeelname op kinderen. Het verdiepende onderzoek Trainer-kind INterACTIE richt zich specifiek op die relatie tussen trainers en jeugdsporters. In het sportseizoen 2012/2013 zijn 37 jeugdtrainers en hun sportgroepen gevolgd via onder meer opnames, observaties, interviews en vragenlijsten. Dit leverde veel informatie op over hoe trainers een sportklimaat realiseren, dat gericht is op de ontwikkeling van kinderen.

Het onderzoek Trainer-kind INterACTIE is uitgevoerd in opdracht van het programma 'Naar een Veiliger Sportklimaat' (VSK). VSK is het programma van NOC*NSF en sportbonden om tot en met 2016 gewenst gedrag te stimuleren en ongewenst gedrag in de sport tegen te gaan. Het onderzoek moet concrete handvatten bieden voor de rol van trainers in het bevorderen van een veiliger sportklimaat en de uitkomsten van het onderzoek worden gekoppeld aan de Kwalificatiestructuur Sport (KSS) voor sportkaderopleidingen. Op die manier krijgt het onderzoek betekenis voor de sportpraktijk van trainers.

Leeswijzer

Op de volgende pagina is een gedetailleerde leeswijzer uitgewerkt om de samenhang tussen de delen en hoofdstukken van het rapport te beschrijven. Globaal bestaat het rapport uit vijf delen. In deel I is beschreven hoe het onderzoek is

uitgevoerd en wat de context van de clubs, trainers en jeugdsporters is. In deel II zijn beschrijvende resultaten uitgewerkt over het gedrag van trainers in relatie tot jeugdsporters. Daarna wordt in deel III verdieping aangebracht door in te gaan op de betekenissen van het gedrag van trainers voor de ontwikkeling van jeugdsporters. In deel IV is tot slot door de studentonderzoekers en een groep experts aanvullend gereflecteerd op hoe trainers een ontwikkelingsgericht sportklimaat kunnen realiseren. De gezamenlijke resultaten uit deze delen leiden tot conclusies in deel V. Ook zullen in dit afsluitende deel de resultaten breder worden beschouwd en worden vergeleken met wat er in de literatuur over bekend is. Besloten wordt met mogelijke toepassingen van de uitkomsten voor het Nederlandse sportbeleid.

¹ In het onderzoek staat de volwassen begeleider die de sportactiviteiten (trainingen en wedstrijden) van een groep jeugdsporters begeleidt centraal. Qua formulering gebruiken we voor de leesbaarheid in dit rapport de term trainer. Maar 'trainer' kan bijvoorbeeld ook worden gelezen als coach, (bege)leider, docent of instructeur.

Leeswijzer

Deel I – Onderzoekskader

- Hoofdstuk 2 Conceptueel kader: beschrijving van de theoretische achtergrond als basis voor de inrichting van het onderzoek, de analyse en discussie.
- Hoofdstuk 3 Onderzoeksopzet en respons: beschrijving van de onderzoeksopzet en het uitvoeringsproces.
- Hoofdstuk 4 Algemene context van de clubs, de trainers en de jeugdsporters: weergave van achtergrond kenmerken van de onderzoeksgroepen en de sportcontexten waarbinnen het onderzoek is uitgevoerd. Hier wordt een totaalbeeld van de 37 betrokken jeugdsportgroepen weergegeven.

Deel II – Algemeen – gedrag van jeugdtrainers

- Hoofdstuk 5 Frequenties typen gedrag van de trainer: door 4 geobserveerde trainingen/wedstrijden van 37 trainers is bepaald hoe vaak trainers gemiddeld bepaalde typen gedrag vertonen (zoals 'reageren na een fout' of 'positief belonend').
- Hoofdstuk 6 Beschrijvingen van het gedrag van de trainer: aan de hand van veel praktijkvoorbeelden uit telkens 4 interviews met een trainer en 4 groepsinterviews met zijn/haar jeugdsporters zijn gedetailleerde beschrijvingen van allerlei vormen van gedrag van 37 verschillende trainers uitgewerkt.

Deel III – Verdieping – gedrag van trainers gekoppeld aan de betekenis voor jongeren

- Hoofdstuk 7 Betekenissen van het gedrag van trainers: in zestien casussen zijn resultaten uit observaties, interviews en vragenlijsten telkens met elkaar in verband gebracht. Vooral aan de hand van de interviews met een trainer en zijn/haar jeugdsporters zijn de meest voorkomende combinaties vastgesteld tussen het gedrag van de trainer en de directe betekenis van dat gedrag voor de ontwikkeling van kinderen in de sport.
- Hoofdstuk 8 Meest opvallende mechanismen/succesfactoren: naast de combinaties uit hoofdstuk 7 blijken er verschillende, onderliggende mechanismen/succesfactoren in de relatie tussen trainers en jeugdsporters te zijn. Deze mechanismen/succesfactoren zijn bepalend voor of en hoe jongeren zich positief ontwikkelen. Deze zijn vooral aan de hand van de interviews uitgewerkt.
- Hoofdstuk 9 In hoofdstuk 4 is de algemene context van de totale onderzoeksgroepen beschreven. In hoofdstuk 9 wordt specifiek ingegaan op de rol van belangrijke kenmerken van de jongeren en van de sportomgeving in relatie tot het gedrag van trainers. Vooral de interviews (vanuit de zestien casussen) worden hiervoor gebruikt.

Deel IV – Aanvullende reflectie door studenten en experts

- Hoofdstuk 10 Studentonderzoekers: de eerdere resultaten worden afgezet tegen de inschatting van studentonderzoekers over hoe ontwikkelingsgericht de 37 trainers zich gedragen hebben. Per trainer zijn 4 geobserveerde trainingen/wedstrijden van een oordeel voorzien.
- Hoofdstuk 11 Experts: hier worden de eerdere resultaten vergeleken met het beeld van 10 experts (veelal ervaren trainers en/of opleiders). Zij hebben veel ervaring met (een ontwikkelingsgerichte) omgang tussen trainers en jeugdsporters. Ook hebben zij een aantal adviezen gegeven over wat de uitkomsten kunnen betekenen voor het opleiden en ondersteunen van trainers.

Deel V – Conclusies

- Hoofdstuk 15 Conclusies
- Hoofdstuk 16 Beschouwing uitkomsten met koppeling aan literatuur
- Hoofdstuk 17 Eerste verkenning van toepassingen in Nederlands sportbeleid

Deel I

Onderzoekskader

Hier worden de achtergronden van het onderzoek, de manier waarop het onderzoek is uitgevoerd en de onderzoeksgroep met trainers en jeugdsporters beschreven

2. Conceptueel kader

Het conceptueel kader bevat een uitleg van de uitgangspunten van het onderzoek. Het kader is grotendeels in de beginfase van het onderzoek uitgewerkt en vastgesteld door de betrokken onderzoekers en praktijkdeskundigen. Vanuit het kader is bepaald hoe het onderzoek is uitgevoerd. Het onderbouwt onder meer de keuzes voor de onderzoeksgroepen en meetinstrumenten. Daarnaast vormt het een ‘bril’ van waaruit de onderzoeksgegevens worden geanalyseerd in de resultatenhoofdstukken en van waaruit die resultaten worden geïnterpreteerd bij de conclusies en discussie.

De belangrijkste uitgangspunten

Als inleiding op de uitgebreide beschrijvingen op de volgende pagina's is hier alvast een opsomming gegeven van de belangrijkste inhoudelijke uitgangspunten van het onderzoek Trainer-kind INterACTIE:

- De ontwikkeling van de jeugdsporter staat centraal. Dit is een proces van systematische gedragsverandering van een jeugdsporter door de dynamische relatie tussen een jeugdsporter en de sportomgeving waarin hij of zij actief is.
- In dit ontwikkelingsproces is binnen die sportomgeving de trainer de meest belangrijke beïnvloedende factor op de ontwikkeling van jeugdsporters.
- Het gedrag van de trainer bij trainingen en wedstrijden is bepalend voor wat kinderen ervaren en leren en vormt als zodanig het uitgangspunt in de interactie tussen trainers en jeugdsporters.
- Vanuit een open blik zal naar de sportpraktijk worden gekeken om op die manier te komen tot een aantal mechanismen/succesfactoren in de interactie tussen trainers en jeugdsporters die al dan niet bijdragen aan de ontwikkeling van jeugdsporters.
- Indicatief wordt ook ingegaan op de rol van kenmerken van de sportomgeving, kenmerken van de jeugdsporters en kenmerken van de trainer, die van invloed zijn op de betekenis van het gedrag van trainers op de ontwikkeling van jeugdsporters.
- Het belang van trainers die *'aanmoedigen, voorleven, status bieden en bewondering en genegenheid laten zien'* richting jeugdsporters is breed onderkend, maar welk specifiek gedrag gerelateerd is aan welke betekenissen voor de ontwikkeling van kinderen is nog nauwelijks beschreven. Voor VSK en bonden kan dergelijke informatie zorgen voor het (nog) effectiever focussen van interventies op ontwikkelingsgericht trainen/coachen.

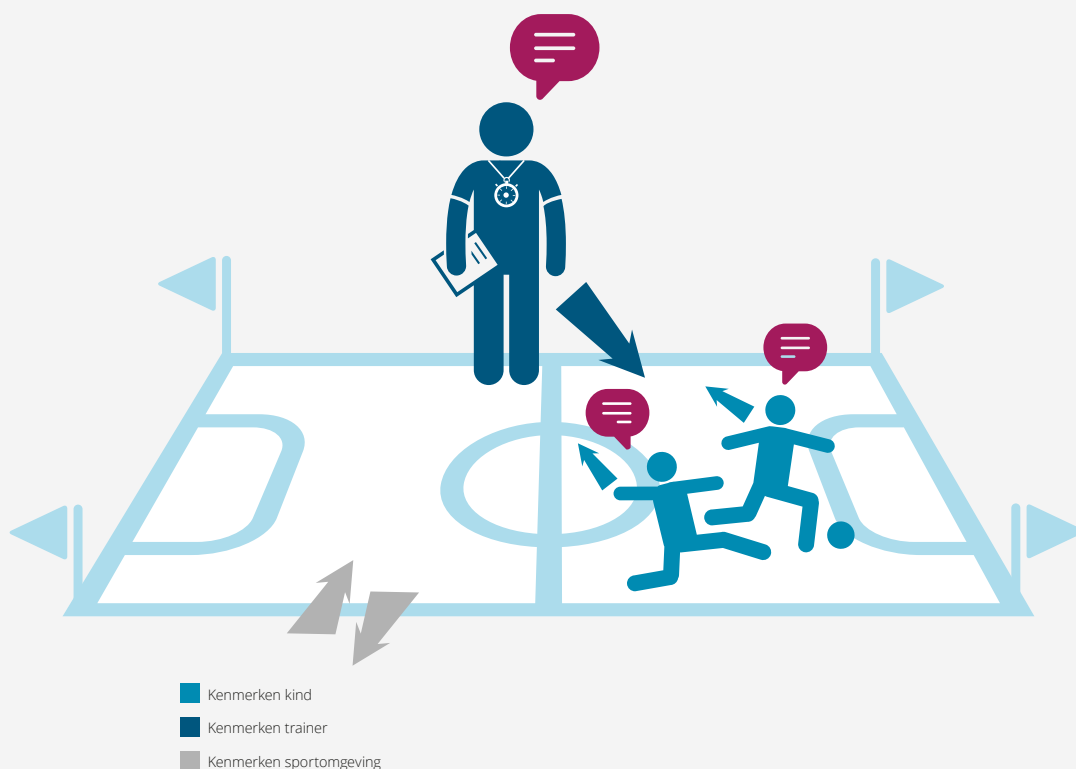
In figuur 2 op pagina 13 is geprobeerd om dit ook beeldend te maken. De opgesomde uitgangspunten volgen uit bestaand wetenschappelijk onderzoek en zijn op de volgende pagina's verder uitgewerkt.

Samen zijn de uitgangspunten leidend voor de rest van het onderzoek, namelijk: de wijze waarop het onderzoek wordt uitgevoerd, de analyse van de verzamelde gegevens en de interpretatie van de resultaten.

Focus op omstandigheden van sport

Er is steeds meer literatuur voorhanden over de mogelijke positieve effecten van sportdeelname op de ontwikkeling van kinderen. Vooral uit kwantitatief Noord-Amerikaans en Europees sportonderzoek blijken er vaak positieve relaties te zijn tussen sportdeelname en sociaal gedrag, zelfwaardering en intrinsieke motivatie (Van den Heuvel, Van Sterkenburg & Van Bottenburg, 2007). Onderzoek laat ook zien dat ondanks de potentie van sport, het

niet zo is dat meedoen aan sport per definitie positief is. De omstandigheden van de sportactiviteiten zijn bepalend of er al dan niet positieve uitkomsten worden gerealiseerd. De mate van begeleiding door volwassenen, het morele



Startpunt is het gedrag van trainers (niet dat van jeugdsporters) in de interactie met jeugdsporters. Het gaat primair om het gedrag van trainers tijdens trainingen/wedstrijden.

Betekenis van het specifieke gedrag van een trainer voor de ontwikkeling van jeugdsporters, vanuit zowel de ervaringen van de trainer als die van zijn/haar jeugdsporters.

De invloed van kenmerken van de kinderen, kenmerken van de trainer en overige kenmerken van de sportomgeving op het gedrag van trainers en de betekenis van dat gedrag voor jeugdsporters.

Figuur 2: Weergave van inhoudelijke uitgangspunten van het onderzoek Trainer-kind INterACTIE

klimaat van een sportvereniging en de samenstelling van de sportgroep zijn voorbeelden van factoren die van invloed kunnen zijn op het gedrag en de ontwikkeling van jongeren (Boardley & Jackson, 2012; Holt et al, 2012; Rutten et al, 2011). Steeds vaker blijkt dat onderzoek zich niet zozeer moet richten op de vraag OF sportdeelname leidt tot positieve effecten voor jongeren, maar eerder op de vraag ONDER WELKE omstandigheden effecten wel of niet optreden en HOE dit functioneert (Coalter, 2007). Daarover is nog relatief weinig bekend, helemaal wat betreft de Nederlandse sportcontext met zijn eigen structuur en cultuur. Wel weten we dat de wijze waarop trainer omgaan met hun jeugdsporters daarin cruciaal is, maar er is nog niet veel bekend over hoe dit proces functioneert (Conroy & Coatsworth, 2006; Vella, Oades & Crowe, 2011). Dit onderzoek zal zich wel nadrukkelijk richten op dat proces (de relatie) tussen trainers en jeugdsporters. Er worden geen

Positief én negatief gedrag in de sport

Dat sportdeelname ook te maken kan hebben met negatief gedrag bleek ook tijdens de onderzoeksperiode.

Maatschappelijk en beleidsmatig was er, vooral na de dood van grensrechter Nieuwenhuizen door een uit de hand gelopen jeugdvoetbalwedstrijd, extra veel aandacht voor geweld en agressie op de Nederlandse sportvelden.

Trainers horen bij de meest cruciale doelgroepen om negatief gedrag van jongeren in de sport aan te pakken en te voorkomen.

gegevens verzameld over de gedragsmatige uitkomsten bij de jeugdsporters, maar de focus van de dataverzameling ligt op de omgang van trainers met jeugdsporters.

De ontwikkeling van jeugdsporters staat centraal

Het onderzoek is uitgevoerd vanuit een pedagogisch perspectief. Dat betekent onder meer dat de opvoeding en ontwikkeling van kinderen centraal staat, en aspecten zoals sportprestaties en welbevinden van trainers niet direct. De pedagogische waarde van sport is in dit onderzoek gekoppeld aan enkele ontwikkelingspsychologische principes en bestaande sporttheorieën. Aansluitend op die bestaande kaders worden in de uitwerking van het conceptueel kader en het onderzoek in plaats van 'pedagogisch' vooral de termen 'ontwikkeling' en 'ontwikkelingsgericht' gebruikt. Verschillende recente sportpedagogische onderzoeken worden hierbij gekoppeld aan de theorie van Positive Youth Development (PYD) (Fraser-Thomas, Côté & Deakin, 2005; Holt, 2008; Vella et al., 2011). Het gaat bij PYD om '*... the engagement in prosocial behaviors and avoidance of health compromising behaviors and future jeopardizing behaviors*' (Holt, 2008; Roth et al., 1998). Dit sluit naadloos aan op de ambitie van VSK, dat zich ook richt op het stimuleren van gewenst gedrag en het tegengaan van ongewenst gedrag in de sport. Ontwikkeling wordt hier beschouwd als een proces van systematische gedragsverandering van een jeugdsporter als gevolg van de (dynamische) relaties tussen de sporter en de sportomgeving waarin hij of zij actief is (Holt & Sehn, 2008).

Bij ontwikkeling staat de interactie tussen een individu en elementen van zijn/haar omgeving centraal. In dit onderzoek staat de interactie tussen de jeugdsporter en zijn/haar trainer centraal. Een belangrijke grondgedachte van de benadering van PYD is ook dat ieder mens de potentie heeft om zich te ontwikkelen of om te veranderen. Dat wil niet zeggen dat die potentie grenzeloos is, er zijn immers tal van factoren zoals aanleg, motivatie en gemotiveerd worden die de ontwikkeling kunnen versnellen of belemmeren. Deze '*relative plasticity legitimates a proactive search in adolescence for characteristics of youth and of their contexts, that together, can influence the design of policies and programs promoting positive youth development*' (Holt & Sehn, 2008).

Het beschrijven van ontwikkelingsgericht trainen/coachen

Om ontwikkeling van jongeren in sport te stimuleren is een volwassene nodig die '*... aanmoedigt, voorleeft, status biedt en bewondering en genegenheid laat zien aan het kind*' (Bronfenbrenner & Morris, 2006). Eerder onderzoek in Nederland van Rutten en collega's (2011) onderstreepte ook het belang van de trainer als het gaat om sociaal gedrag van jongeren

in de sport. De relationele ondersteuning van de jeugdsporter met de trainer was de enige onderzochte factor die zowel een relatie heeft met het stimuleren van pro sociaal gedrag als met het tegengaan van antisociaal gedrag. Voortbordurend op de genoemde algemene kenmerken van ontwikkelingsgerichte omgevingen zijn er ook lijstjes op te stellen met kenmerken van ontwikkelingsgericht trainen/coachen. Dit kan worden uitgewerkt in kenmerken zoals voldoende uitdaging bieden, zelfstandigheid stimuleren, respectvolle omgang stimuleren, aanmoedigen en toezien op afspraken.

Om ontwikkeling van jongeren in sport te stimuleren is een volwassene nodig die '... aanmoedigt, voorleeft, status biedt en bewondering en genegenheid laat zien aan het kind'

Toch lijkt er zowel vanuit onderzoek als vanuit beleid nog geen overeenstemming over wat wordt verstaan onder ontwikkelingsgericht trainen/coachen in de relatie tussen trainer en jeugdsporters en hoe dit functioneert. Door meer inzicht en overeenstemming over wat ontwikkelingsgericht trainen/coachen inhoudt en welke (ontwikkelings) mechanismen daarmee in gang worden gezet bij jeugdsporters kunnen de interventies van VSK en opleidingen van bonden mogelijk bewuster worden ingericht. Mogelijk kan dan (nog) gericht worden ingezet op de ontwikkeling van jeugdsporters via de trainers.

Onderzoek met een open blik

Het onderzoek Trainer-kind INterACTIE heeft bewust geen vooraf vastgestelde lijst van kenmerken van ontwikkelingsgericht trainen/coachen gebruikt als toetsingskader van het onderzoek. Een dergelijke lijst zou arbitrair zijn en het gaat niet om het toetsen van vooraf gestelde hypothesen. Er wordt bewust breed en open ingestoken door gebruikmakend van vooral kwalitatieve meetmethoden en open vragen te kijken en vragen hoe de interactie tussen trainers en kinderen verloopt in de praktijkcontext van de Nederlandse wedstrijd sport. Met een dergelijke open blik kan optimale verdieping worden gegeven aan hoe de interactie tussen trainers en jeugdsporters verloopt en gekoppeld aan betekenissen ook hoe ontwikkelingsgericht trainen/coachen plaatsvindt.

Gedrag van de trainer als startpunt

Zoals gesteld wordt de ontwikkeling van jeugdsporters vooral bepaald door de interactie tussen trainer en jeugdsporter. Die interactie wordt zichtbaar (en meetbaar) door te kijken naar het (ervaren) gedrag van enerzijds de trainer en anderzijds de jeugdsporters. In schema weergegeven start de interactie bij de trainer of bij de jeugdsporter:



1. Gedrag van de trainer → de perceptie van de jeugdsporter

→ de reactie/het gedrag van de jeugdsporter

Hier begint de interactie vanuit een bepaald gedrag van de trainer, de jeugdsporter interpreteert dit gedrag en er ontstaat een bepaalde reactie bij de jeugdsporter (gedrag).

2. Gedrag van de jeugdsporter → de perceptie van de trainer

→ de reactie/het gedrag van de trainer

Hier is het startpunt een bepaald gedrag van de jeugdsporter, de trainer interpreteert dit gedrag en reageert vervolgens (gedrag).

(Smoll & Smith, 2006)

Bestaand onderzoek focust zich vooral op het gedrag van de trainers (Bloom, Crumpton & Anderson, 1999; Smoll, Smith & Curtis, 1978). Dit is niet verrassend. Bekend is dat trainers in deze relatie het meest bepalend zijn voor wat jongeren ervaren en leren (Cassidy et al., 2009; Claringbould, 2011). In dit onderzoek wordt daarop aangesloten en zal ook het gedrag en de rol van de trainer centraal staan in de interactie. Dat betekent dat niet zozeer zal worden ingegaan op het (observeerbare) gedrag van de sporter.

Naast de inhoudelijke reden dat de trainer in de relatie het meest bepalend is, spelen ook pragmatische redenen daar een rol in. Het is namelijk een stuk complexer en intensiever om in de dataverzameling naast gedrag van de trainer ook uitgebreid het gedrag van meerdere jeugdsporters tegelijk in kaart te brengen.

Aan het gedrag van de trainer kunnen verschillende elementen worden onderscheiden. Zo richten bestaande observatie-instrumenten zich vooral op het categoriseren van typen coachgedrag (inhoud) en het tellen hoe vaak gedrag voorkomt (frequentie) (Bloom et al, 1999; Lacy & Goldston, 1990; Smoll, Smith & Hunt, 1977). Daarbij speelt verbale communicatie van de trainer een cruciale rol, hoewel de rol van non-verbale uitingen niet mag worden onderschat (Stein, Bloom & Sabiston, 2012).

Naast frequenties lijkt het relevant om aan de hand van praktijkvoorbeelden concreet te beschrijven welke gedrag trainers vertonen en hoe ze typen coachgedrag (zoals positief belonende reacties, bestraffingen, instructies) uitvoeren in hun interactie met kinderen. Dat maakt het feitelijke handelen van de trainers concreet en zichtbaar.

Gedrag van de trainer koppelen aan betekenissen voor de ontwikkeling van jeugdsporters

De twee startpunten van de interactie zoals in het kader vermeld, is in de praktijk een voortdurende complexe wisselwerking die zich ook als zodanig zal voordoen. Wat hier duidelijk wordt, is dat er een voortdurende interactie plaatsvindt tussen trainer en jeugdsporter, maar vooral ook dat de gedragingen worden geïnterpreteerd en weer tot een bepaald gedrag leiden. De jeugdsporter interpreteert dus het gedrag van de coach en geeft hier een bepaalde betekenis aan ('sense making'), zoals ook de trainer het gedrag van jeugdsporters interpreteert en hier een betekenis aan geeft (Jacobs, Knoppers & Webb, 2012; Weick, 1995).

De focus ligt op betekenissen van het gedrag van trainers in relatie tot de ontwikkeling van jeugdsporters.

Dat betekent dus ook dat er nooit sprake is van een eenzijdige relatie tussen trainer en jeugdsporter, maar altijd van een interactie waarbinnen betekenissen aan het gedrag (of gedragingen) worden toegekend. Dit onderzoek zal dan ook, met het gedrag van de trainer als startpunt, ingaan op betekenissen die trainers en jeugdsporters geven aan dat gedrag van de trainer. De focus ligt op betekenissen van het gedrag van trainers in relatie tot de ontwikkeling van jeugdsporters. Daarop wordt niet direct een toetsend kader van kenmerken van ontwikkelingsgericht trainen/coachen gelegd. Het onderzoek wordt open ingestoken en er worden open vragen gesteld.

Door zicht te krijgen op de betekenis van het gedrag van trainers in relatie tot de ontwikkeling van jeugdsporters kunnen waarschijnlijk ook de resultaten over frequenties van typen trainersgedrag nader worden geduid. Voor optimale ontwikkelingskansen van jongeren in de sport gaat het misschien niet zozeer om hoe vaak de trainer bepaald gedrag vertoond, maar vooral om hoe en op welk moment ('timing'). Zo kan een bepaald type gedrag van de trainer (compliment, technische instructie, bestraffing) wel vaak worden vertoond, maar het gaat er ook om of dit gedrag 'passend' is bij de situatie op dat moment. Hoewel bekend is dat een positieve benadering van jongeren met het geven van veel complimenten heel belangrijk is, draagt het alleen maar geven van complimenten niet optimaal bij aan de ontwikkeling van jeugdsporters (Weiss, 1995). Het is dus van belang om naast het beschrijven van het gedrag van de trainers ook in te gaan op de betekenis die de trainers en de jeugdsporters aan dat gedrag geven in relatie tot de ontwikkeling van de jeugdsporters.

Op zoek naar onderliggende mechanismen/succesfactoren van ontwikkelingsgericht trainen/coachen

Het is mogelijk dat vanuit gedrag van de trainers en daar direct aan gerelateerde betekenissen een aantal onderliggende mechanismen of succesfactoren zijn vast te stellen. Dergelijke inzichten zouden kunnen

Zo kunnen kinderen ook anders georganiseerd sporten bijvoorbeeld op sportpleintjes in buurten of op school tijdens lessen lichamelijke opvoeding.

bijdragen aan de inhoud van bijvoorbeeld opleidingen voor trainers. Dit moet concreet worden in sprekende praktijkvoorbeelden van hoe die mechanismen werken in relatie tot de ontwikkeling van kinderen en wat dit betekent voor het wenselijke gedrag van trainers.

Rol van omgeving, kindkenmerken en kenmerken van de trainer in de interactie

Het gedrag van trainers bij trainingen en wedstrijden en de betekenis die eraan wordt gegeven wordt beïnvloed door verschillende factoren. We noemen hier specifiek de rol van:

- kenmerken van de jeugdsporters;
- kenmerken van de trainer;
- (overige) kenmerken van de sportomgeving.

Kenmerken van de trainer noemen we hier apart, hoewel dit eigenlijk ook onderdeel uitmaakt van de context waarin kinderen (met bepaalde kenmerken) sporten. Hoewel het geen doel van het onderzoek is om uitgebreid verslag te doen van alle relevante factoren, de focus ligt immers op de interactie trainer-kind, is het zinvol om waar mogelijk een aantal belangrijke kenmerken in de kantlijn van het onderzoek toch mee te nemen. Voor de interpretatie van de onderzoeksresultaten en het formuleren van beleidsaanbevelingen levert dit mogelijk een aantal interessante indicaties op. Zo bleek in eerder onderzoek dat bijvoorbeeld de leeftijd van de sporters, de sporthistorie van de trainer en recreatieve of prestatieve focus van invloed kunnen zijn op het gedrag van trainers en de betekenis daarvan voor jeugdsporters (Boardley & Jackson, 2012; Kavussanu, Seal & Philips, 2006; Rutten et al., 2008).

Georganiseerde wedstrijdsport in Nederland

Het is zinvol om tot slot nog kort te noemen dat het onderzoek wordt uitgevoerd in de context van de georganiseerde wedstrijdsport in Nederland. Deze context verschilt op een aantal punten van de wedstrijdsport in andere landen en van andere vormen van sportdeelname. Zo kunnen kinderen ook anders georganiseerd sporten bijvoorbeeld op sportpleintjes in buurten of op school tijdens lessen lichamelijke opvoeding. Mogelijk dat het gedrag van de sportbegeleiders op de pleintjes en tijdens schoollessen en de betekenis ervan verschilt van die op de velden bij de Nederlandse sportverenigingen. De onderzoeksresultaten gaan specifiek over de georganiseerde wedstrijdsport in Nederland en zijn niet direct overdraagbaar naar andere landen en sportomgevingen.

Dit onderzoek focust zich dus op de potentie van trainers om in hun omgang met jeugdsporters positief bij te dragen aan de ontwikkeling van kinderen.

Het gedrag van de trainer in de relatie met zijn/ haar groep jeugdsporters is bepalend voor wat de jeugdsporters ervaren en leren. Hoe dit werkt en welk specifiek gedrag van trainers van betekenis is voor kinderen is echter nog nauwelijks beschreven. Daar wil dit onderzoek positief aan bijdragen. Zonder een vooraf dichtgetimmerd kader is het streven om met een open blik te kijken naar hoe trainers en jeugdsporters met elkaar omgaan in de Nederlandse wedstrijd sport. Door dit systematisch te beschrijven kunnen VSK en sportbonden beter bepalen wat wordt verstaan onder ontwikkelingsgericht trainen/coachen en wat dit betekent voor het opleiden en ondersteunen van jeugdtrainers in Nederland.



3. Onderzoeksopzet en respons

In hoofdstuk 3 wordt eerst in paragraaf 3.1 uitvoerig beschreven hoe het onderzoek is ontworpen met onder meer de onderzoeksvragen, meetinstrumenten en procedures voor de dataverzameling met een grote groep studenten. Vervolgens is in paragraaf 3.2 uitgewerkt hoe de respons was, hoe het onderzoeksproces verliep en zijn uitspraken gedaan over validiteit en betrouwbaarheid van de verschillende metingen. In paragraaf 3.3 wordt een schets gegeven hoe de analyses op de zeer grote dataset zijn uitgevoerd en hoe die hebben geleid tot dit rapport.

3.1 Onderzoeksopzet

Design

Dit onderzoek is een praktijkgericht en contextueel onderzoek dat vooral verdiepend en kwalitatief van aard is. Het onderzoek is niet zozeer toetsend, maar vooral beschrijvend en 'generatief' (Krebs, 2009; Coalter, 2007; Bronfenbrenner & Morris, 2006). Doel is dus ook niet om hypothesen te toetsen en algemeen geldende uitspraken over alle jeugdtrainers in Nederland te doen, maar het is een verdiepend onderzoek dat nieuwe inzichten moet opleveren over de manier waarop een geselecteerde groep trainers en jeugdsporters met elkaar omgaan in sport en welke betekenis dit heeft voor de ontwikkeling van jeugdsporters.

De praktijkcontext van de georganiseerde wedstrijd sport in Nederland staat centraal, waarin relatief breed en open (fenomenologisch) onderzoek wordt verricht naar het gedrag van trainers in relatie tot de ontwikkeling van jeugdsporters.

Onderzoeksdoel en -vragen

Het uiteindelijke doel is bij te dragen aan het verhogen en beter benutten van de opvoedende waarde van sport. Deze bijdrage wordt geleverd door (in het kader van VSK) zicht te krijgen op de succes- en faalfactoren van de wijze waarop trainers in de relatie met kinderen een sportklimaat realiseren dat gericht is op de ontwikkeling van kinderen (ontwikkelingsgericht jeugdsportklimaat).

Aan de hand hiervan dienen concrete aanbevelingen te worden gegeven voor het opleiden en bijscholen van trainers.

De centrale vraag van dit onderzoek is:

Wat zijn de succes- en faalfactoren van de wijze waarop trainers omgaan met jeugdsporters in relatie tot een ontwikkelingsgericht jeugdsportklimaat?

Deze centrale vraag valt uiteen in de volgende deelvragen:

- Hoe vaak vinden specifieke typen gedragingen van trainers plaats bij trainingen en wedstrijden van Nederlandse jeugdsporters?
- In hoeverre zijn trainers en jeugdsporters zich bewust van de typen gedrag van de trainer?
- Welke beschrijvingen geven trainers en jeugdsporters van typen gedrag van de trainer?
- Welke betekenissen geven trainers en jeugdsporters aan het gedrag van trainers in relatie tot de positieve ontwikkeling van jeugdsporters?
- Wat ervaren sporttrainers en jeugdsporters als meest positief en meest negatief in de onderlinge interactie in relatie tot de positieve ontwikkeling van jeugdsporters?
- Wat zijn verschillen en overeenkomsten in de betekenis die sporttrainers en jeugdsporters geven aan de onderlinge interactie?
- Op welke wijze lijken kenmerken van de activiteit, kenmerken van de trainer en kenmerken van de jeugdsporters een rol te spelen in de interactie trainer-jeugdsporter?

- Zijn er indicaties dat de bespreking van de trainer, voorafgaand aan wedstrijden, een rol speelt in het gedrag van trainer en jeugdsporters tijdens de wedstrijd en welke betekenis wordt hieraan gegeven in relatie tot de positieve ontwikkeling van jeugdsporters?

Voorwaarde voor deelname aan het onderzoek is dat de trainer gedurende de gehele periode oktober 2012 – april 2013 is verbonden aan dezelfde groep jeugdsporters.

Onderzoekseenheden/doelgroepen

Trainer

De gedragingen van de trainer en de betekenis die hieraan wordt gegeven, staan centraal in dit onderzoek. Bovendien worden enkele kenmerken van de trainer meegenomen. Voorwaarde voor deelname aan het onderzoek is dat de trainer gedurende de gehele periode oktober 2012 – april 2013 is verbonden aan dezelfde groep jeugdsporters. Daarnaast zijn ze zowel trainer als coach, ze begeleiden de groep jeugdsporters zowel bij trainingen als bij wedstrijden.

Jeugdsporter

De interactie van jeugdsporters met de trainer in relatie tot de ontwikkeling van de jeugdsporters staat centraal. Binnen die interactie is veel interesse voor de betekenis die jeugdsporters geven aan het gedrag van hun trainer. Daarnaast worden in het onderzoek een aantal mogelijk relevante persoonlijke kenmerken van de jeugdsporters meegenomen.

Ervaren jeugdtrainers

In overleg met de projectgroep trainers/coaches/begeleiders van VSK worden in de eindfase van de dataverzameling tien ervaren jeugdtrainers benaderd om in een interview verdieping te geven op eerste indicaties van onderzoeksresultaten. Van deze trainers is bekend dat ze zeer goed in staat zijn om een goed pedagogisch klimaat te creëren, hoewel dat niet hoeft te betekenen dat ze daar intensief voor zijn opgeleid. Er wordt gestreeft naar enige diversiteit in leeftijd, geslacht, geografische ligging, sporttak en deelname aan sportopleidingen.

Meetmethoden

Zicht krijgen op ontwikkelingsprocessen bij jongeren is complex. Waar mogelijk maakt men gebruik van een aanpak die multitrait (verschillende kenmerken worden gemeten en in verhouding tot elkaar geplaatst) en multimethod (een kenmerk wordt door meerdere meetmethoden gemeten om de variantie van meetmethode te kunnen bepalen) combineert. In dit onderzoek wordt niet zozeer de variantie van de meetmethode bepaald, maar wordt door de inzet van vooral kwalitatief onderzoek zicht verkregen op verschillende kenmerken. Omdat eerder sportonderzoek suggereerde dat het specifieke gekozen meetmoment tijdens het sportseizoen van

De observaties worden uitgevoerd met een video-opname van het gedrag van de trainer.

invloed kan zijn op de uitkomsten (Kavussanu, 2006) en er mogelijk verschillen zijn tussen trainingen en wedstrijden (Claringbould, 2011; Van de Pol, Kavussanu & Ring, 2012) worden er per jeugdtrainer en sportgroep meerdere meetmomenten bij zowel trainingen als wedstrijden gepland. De onderzoekers kunnen door meerdere meetmomenten bepaalde patronen van gedrag herkennen en vaststellen (dus geen momentopname). Hierbij kunnen de onderzoekers ook door het afnemen van meerdere interviews meer verdiepende vragen stellen aan de trainers en jeugdsporters en beter tot de kern van de interactie komen, dan wanneer er een eenmalig gesprek zou plaatsvinden gekoppeld aan één enkele geobserveerde training of wedstrijd. Er wordt naar gestreeft dat trainers en hun sportgroepen gedurende meerdere maanden in het sportseizoen 2012/2013 gekoppeld zijn aan het onderzoek. Het gedrag van trainers en de betekenissen die daaraan worden gegeven door de trainer en door zijn/haar jeugdsporters worden bij twee trainingen en twee wedstrijden van de sportgroep in kaart gebracht.

Per trainer en jeugdsportgroep wordt de dataset gevuld door:

- vier observaties: bij twee trainingen en bij twee wedstrijden;
- vier interviews met de trainer: telkens na een geobserveerde training of wedstrijd;
- vier interviews met enkele jeugdsporters: telkens na een geobserveerde training of wedstrijd;
- vragenlijst trainer: één ingevulde vragenlijst per jeugdsporter;
- vragenlijst jongeren: één ingevulde vragenlijst per jeugdsporter;
- verslag van één wedstrijdbespreking door de trainer;
- registratie (doorlopend) en reflectie (na afloop) van het onderzoeksproces.

De observaties worden uitgevoerd met een video-opname van het gedrag van de trainer. Van de interviews en de wedstrijdbespreking wordt telkens een geluidsoptname gemaakt, zodat dit na afloop letterlijk kan worden uitgewerkt.

Veldwerk van het onderzoek door vierdejaars hbo-studenten

Het veldwerk (verzamenen van gegevens bij jeugdtrainers en hun sportgroepen) wordt uitgevoerd door een grote groep vierdejaars hbo-studenten, waardoor het bereik van het onderzoek groter is dan wanneer één of enkele onderzoekers de gegevens zelf verzamelen. Met drie opleidingen van verschillende hogescholen zijn afspraken gemaakt over de koppeling van groepen studenten (15 tot 20) aan het onderzoek TKI (Lerarenopleiding LO, Haagse Hogeschool; Lerarenopleiding LO, Chr. Hogeschool Windesheim; Toegepaste Psychologie, Fontys Hogescholen). De onderzoekscöördinator van Kennispraktijk maakte samenwerkingsafspraken en zorgde voor de begeleiding en ondersteuning van de studenten.



Vooraf voor het uitvoeren van de observaties en interviews is een goede voorbereiding en ondersteuning bij de meetmomenten cruciaal. Daarom werden op de hogescholen minimaal twee voorbereidende bijeenkomsten georganiseerd om de studenten goed voor te lichten over de gewenste uniforme wijze van dataverzameling en om te oefenen met de inzet van de meetinstrumenten. Om bijvoorbeeld tijdens interviews goed achterliggende opvattingen en betekenissen te achterhalen is namelijk oefening en begeleiding noodzakelijk. Daarnaast is er aandacht nodig voor de observaties door de studenten. Punten van aandacht die de betrouwbaarheid van de observatie beïnvloeden zijn namelijk: de invloed van de observator op het gedrag van de trainer (en de jeugdsporters) tijdens de activiteit, de verwachtingen van de observator en de mogelijke verandering van betrouwbaarheid na meerdere observaties. De nadruk ligt op het trainen voorafgaand aan de metingen. Maar ook gedurende de meetperiode wordt gereflecteerd op het verloop. Daarbij wordt ook een buddiesysteem ingezet, zodat studenten elkaar onderling versterken in de wijze waarop observaties en interviews worden uitgevoerd.

Selectie van sportverenigingen

De selectie van sportverenigingen om mee te doen aan het onderzoek vindt plaats via de studenten zelf. Hoewel enige diversiteit in verenigingen wordt nagestreeft, is het in de praktijk niet eenvoudig om willekeurig gekozen verenigingen te betrekken en het is ook niet noodzakelijk om de onderzoeksvragen te beantwoorden. Studenten benaderen per tweetal een sportvereniging (na een instructie en met communicatietools) om mee te doen aan het onderzoek. Per sportvereniging worden afspraken gemaakt met de vereniging, met de trainers en met de jeugdsporters.

Per sportvereniging worden twee jeugdteams of jeugdgroepen geselecteerd: één in de leeftijd 10 tot 11 jaar en één in de leeftijd 15 tot 16 jaar. Minimaal één van beide teams is geen eerste/selectie-team. Er wordt niet vooraf geselecteerd op het geslacht van de trainer of van de sportgroepen. Wel moet de sportgroep de hele periode bij elkaar blijven en moet de trainer zowel de trainingen als de wedstrijden begeleiden.

Buddy's in dataverzameling

Hoewel iedere student een eigen team heeft waar hij/zij de dataverzameling uitvoert en bijhoudt, werkt diegene op gezette tijden samen met een (zelfgekozen) buddy. De buddy voert zijn/haar metingen bij voorkeur ook uit bij dezelfde vereniging. Een aantal metingen op de vereniging (bij observaties en interviews) worden samen uitgevoerd en de studenten reflecteren op de samenhang tussen de geregistreerde resultaten van beide.



Onderzoeksinstrumenten, toolbox en ondersteuning

De beoogde invulling van het onderzoeksproces en de inzet van meetinstrumenten door de hbo-studenten is uitvoerig beschreven in drie interne documenten: uitvoeringsdocument onderzoek TKI (september 2012), handleiding voor studenten (november 2012) en meetinstrumentenonderzoek TKI (april 2013). Hier wordt volstaan met een beknopte uitwerking van de meetinstrumenten, de inhoudsopgave van de toolbox voor studenten en de schets van de wijze van ondersteuningsmogelijkheden voor studenten.

De belangrijkste meetinstrumenten van het onderzoek zijn:

1. de Observatielijst CBAS;
2. de Observatielijst TKI;
3. de Interviewleidraad trainer;
4. de Interviewleidraad jeugdsporters;
5. de Vragenlijst trainer;
6. De Vragenlijst jeugdsporters.

1. Observatielijst CBAS (zie bijlage 1 van het bijlagenboek)

Het Coaching Behavior Assessment System (CBAS) is een invulformulier dat wordt ingevuld bij iedere opgenomen training/wedstrijd (met een camera), waarbij wordt geturfd hoe vaak de twaalf typen coachgedrag worden vertoond door de trainer bij die training of wedstrijd. De CBAS is al eind jaren '70 ontwikkeld in de Verenigde Staten en ook in Nederland is de CBAS op beperkte schaal toegepast vanuit hogescholen en universiteiten. Ook de beweging 'Positief Coachen' omarmt het instrument als hulpmiddel om coachgedrag in de sport bespreekbaar te maken.

De CBAS wordt ingezet om zicht te krijgen op hoe vaak typen gedrag van de trainer voorkomen tijdens sporttrainingen en -wedstrijden. Ook dienen de observaties als basis voor de interviews die na afloop plaatsvinden. In de interviews wordt doorgevraagd naar de typen gedrag en welke betekenis dit heeft voor de ontwikkeling van jeugdsporters. Het inzetten van de CBAS als observatiemethode is een vorm van systematische, naturalistische observatie. De wijze van observeren is vastgesteld en er wordt gestreeft naar het observeren van praktijksituaties op de sportvelden. Het is een vorm van niet participatief, maar wel opvallend onderzoek. Hoewel de observator geen actief onderdeel uitmaakt van de activiteit op zich, is hij/zij met een camera wel nadrukkelijk aanwezig. Dit betekent dat de studentonderzoeker zelf ook in bepaalde mate van invloed zal zijn op het vertoonde en gemeten gedrag. Hoewel observeren als kwalitatieve meetmethode wordt getypeerd, worden de resultaten vooral kwantitatief verwerkt op de observatielijst en in het invoerbestand.

2. Observatielijst TKI (zie bijlage 2 van het bijlagenboek)

Met de Observatielijst TKI geven de studentonderzoekers een oordeel of het geobserveerde gedrag van de trainer tijdens een training/wedstrijd voldoet aan kenmerken van een ontwikkelingsgerichte trainer. De 26 kenmerken zijn in de ontwerpfasen van het onderzoek (medio 2012) uitgewerkt gebaseerd op bestaande literatuur. Daarin wordt bijvoorbeeld gevraagd of de trainer tijdens de training/wedstrijd voortdurend uitdaging biedt, zorgt voor een prettige sfeer, ervoor zorgt dat spelers durven te zeggen wat ze denken en positieve en respectvolle omgang stimuleert. Telkens werd ook aangegeven in welke mate bijpassend gedrag is waargenomen en of het oordeel is gebaseerd op verbaal en/of non-verbaal gedrag.

Er wordt nagegaan hoe trainers en jeugdspelers het gedrag van de trainer beleven. Hoe beschrijven zij het gedrag van de trainer en welke betekenissen geven zij daaraan in het perspectief van de ontwikkeling van jeugdspelers?

Naast de CBAS is dus ook voor iedere opgenomen training en wedstrijd de observatielijst TKI ingevuld. De video-opname van één training of wedstrijd is dus twee keer afgespeeld: de eerste keer is de Observatielijst CBAS ingevuld (tijdens het afspelen van de opname) en de tweede keer is de Observatielijst TKI ingevuld (na afloop van het afspelen van de opname). Hoewel de observatielijst TKI meer dan de CBAS afhankelijk is van interpretatie door de onderzoeker levert deze een belangrijke inhoudelijke aanvulling op. De mate van voorkomen van typen gedragingen (gemeten met CBAS) zegt namelijk op zichzelf nog niet zo veel over hoe en in hoeverre dit de ontwikkeling van jeugdspeler bevordert. Met de observatielijst TKI wordt wel een indicatie gegeven op 26 kenmerken in hoeverre de trainer ontwikkelingsgericht gedrag vertoont.

Het inzetten van de Observatielijst TKI als observatiemethode is net als de CBAS een vorm van systematische, naturalistische observatie. Ook hier gaat op dat de onderzoeker zelf door met een cameraopnames te maken van invloed is op de praktijkcontext waarin onderzoek wordt verricht. Daarnaast worden de resultaten ook hier kwantitatief verwerkt op een scoreformulier.

3. Interviewleidraad trainer (zie bijlage 3 van het bijlagenboek)

Interviewen is een adequate methode om opvattingen, betekenissen, redeneerlijnen, emoties en achtergronden van gedrag van mensen in kaart te brengen. Het doel van de interviews is om bij te dragen aan de antwoorden op de onderzoeksvragen. Er wordt nagegaan hoe trainers en jeugdspelers het gedrag van de trainer beleven. Hoe beschrijven zij het gedrag van de trainer en welke betekenissen geven zij daaraan in het perspectief van de ontwikkeling van jeugdspelers? Er is een interviewleidraad ontwikkeld die als hulpmiddel bij het interviewen dient. De studenten moeten goed doorvragen op gegeven antwoorden, zodat achterliggende opvattingen en redeneringen in kaart kunnen worden gebracht.

Voor de interviews met de trainer is het belangrijk om vooraf goed helder te maken dat resultaten anoniem worden verwerkt en dat er geen goede of foute antwoorden zijn.

Er worden semigestructureerde interviews gehouden waarbij de onderwerpen vastliggen maar de precieze (open) vragen en volgorde kunnen verschillen. Daarbij heeft het interview ook kenmerken van een zogenaamd 'focused' interview, waarbij specifiek wordt ingegaan op een bepaalde praktijksituatie (de voorafgaand aan het interview geobserveerde training of wedstrijd). Nadruk wordt hierbij gelegd op het doorvragen in het interview, zodat wordt voldaan aan vier criteria:

- reikwijdte: alle relevante elementen moeten aan de orde komen;
- specificiteit: achterhalen van wat situaties precies oproepen, het antwoord mag niet te globaal zijn;
- diepte: het gaat niet om oppervlakkige reacties van de respondenten, maar om dieper liggende emoties;
- persoonlijke context: het gaat niet om algemene reacties, maar om de betekenis die de situatie voor de respondent zelf heeft, dus om zijn/haar definitie van de situatie.

Er is naar gestreefd dat het interview met een trainer telkens plaatsvindt binnen een week nadat een video-opname is gemaakt en na het invullen van de twee observatielijsten bij die opname. In het interview worden open vragen gesteld, gebaseerd op een interviewleidraad. Na enkele startvragen worden vragen gesteld over typen gedragingen die door de trainer zijn vertoond tijdens de training of wedstrijd. Daarbij wordt gevraagd naar of dat gedrag vaker voorkomt, naar andere voorbeelden en naar wat jongeren eraan hebben. Ook zijn er voorbeeldsituaties weergegeven die de interviewer bij voldoende tijd en relevantie kan voorleggen aan de trainer. Tot slot bevat de interviewleidraad een aantal afrondende en optionele vragen.

Voor de interviews met de trainer is het belangrijk om vooraf goed helder te maken dat resultaten anoniem worden verwerkt en dat er geen goede of foute antwoorden zijn. Het onderzoek en de interviews kunnen toch wat als een test of beoordeling voelen en dat zou kunnen leiden tot sociaal wenselijke antwoorden.

4. Interviewleidraad jeugdsporters (zie bijlage 4 van het bijlagenboek)

Jeugdsporters ervaren het gedrag van hun trainer waarschijnlijk niet hetzelfde als de trainer zelf. Mede daarom wordt ook na iedere geobserveerde training of wedstrijd een interview met drie tot vijf jeugdsporters gehouden (niet individueel).

Er is naar gestreefd dat het interview met de jeugdsporters ook telkens plaatsvindt binnen een week nadat een video-opname is gemaakt en na het invullen van de twee observatielijsten bij die opname. In het interview worden open vragen gesteld, gebaseerd op een interviewleidraad. Het

taalgebruik in het interview met de jeugdsporters is eenvoudiger, maar de opbouw van de mogelijke open interviewvragen is grotendeels hetzelfde.

Voor de jeugdsporters is het erg belangrijk bij de interviews om ervoor te zorgen dat ze het gevoel hebben dat ze vrijuit kunnen spreken. Dus het is van belang dat de trainer en ouders niet in de buurt zijn en dat ze vooraf beseffen dat die niet te weten komen wat ze zeggen.

5. Vragenlijst trainer (zie bijlage 5 van het bijlagenboek)

Om zicht te krijgen op een aantal kenmerken van de sportomgeving en kenmerken van de trainer wordt per trainer één keer de Vragenlijst voor trainers ingevuld. Naast algemene vragen over persoonskenmerken en opleidingsachtergrond worden vragen gesteld over sport- en trainershistorie, pedagogische rol en opvattingen van de trainer en eigenschappen van de vereniging.

6. Vragenlijst jeugdsporters (zie bijlage 6 van het bijlagenboek)

Met de Vragenlijst jeugdsporters wordt aan alle jeugdsporters in de groepen van de onderzochte trainers gevraagd naar persoonskenmerken en enkele opvattingen over sporten en de sportvereniging. De vragenlijst wordt één keer tijdens de onderzoeksperiode ingevuld. Naast individuele vragen over persoonskenmerken is zelfvertrouwen gemeten via de tien stellingen uit de Rosenberg Self-Esteem Scale. Daarnaast worden vragen beantwoord over sportmotieven en enkele opvattingen over sportdeelname gerelateerd aan sportiviteit en respect. Tot slot worden enkele vragen over het sportklimaat bij de vereniging gesteld, gerelateerd aan sportiviteit en respect. De vragen over sportiviteit en respect zijn gebaseerd op de Sportcode Quickscan (NOC*NSF/ NSA).

Toolbox

Om de studenten goed voor te bereiden op het onderzoek is onder meer een handleiding ontwikkeld. Daarin staan wederzijdse verwachtingen, meetmethodes en instructies en contactgegevens voor ondersteuning. Bij de handleiding horen ook 24 aparte documenten die samen een toolbox vormen en digitaal ter beschikking zijn gesteld:

1. Voorbeeld jaarplanning
2. Algemene factsheet over het onderzoek
3. Informatiebrief voor ouders
4. Intentieverklaring: Kennispraktijk met student
5. Intentieverklaring: student met vereniging
6. Intentieverklaring: student met trainer
7. Intentieverklaring: student met jeugdsporters



8. Instructie observeren
9. Oefenvideo observeren
10. Instructie interviewen
11. Instructie geluidsopname
12. Instructie video-opname
13. Instructie vragenlijsten

14. Observatielijst CBAS
15. Observatielijst TKI
16. Interviewleidraad Trainer
17. Interviewleidraad Jeugd
18. Vragenlijst Trainer
19. Vragenlijst Jeugd

20. Logboek: registratie en reflectie
21. Invoerbestand observaties CBAS
22. Invoerbestand observaties TKI
23. Invoerbestand vragenlijst trainer
24. Invoerbestand vragenlijst jeugd

Per hogeschool zijn soms ook specifieke presentaties van bijeenkomsten toegevoegd.

Ondersteuning

De begeleiding en ondersteuning van de studenten vond plaats door de onderzoekscoördinator van Kennispraktijk in samenwerking met de drie hogeschooldocenten. Voor vragen over de beoordeling en procedures op de hogeschool was de hogeschooldocent het eerste aanspreekpunt. Voor inhoudelijke vragen over de inzet van de onderzoeksinstrumenten of voorwaarden voor de selectie van club, trainer en team was de landelijke onderzoekscoördinator het eerste aanspreekpunt. Bij Kennispraktijk ondersteunde een stagestudent (pedagogiek, Universiteit Utrecht) bij praktische zaken en de logistiek van het verzamelen van databestanden. Deze studente voerde overigens, net als alle hbo-studenten, ook alle metingen uit bij een eigen trainer en team.

3.2 Respons, reflectie en betrouwbaarheid

Repons en non-repons

In de onderzoeksopzet is vooraf hoog ingezet op de inzet van vierdejaars hbo-studenten om de dataverzameling bij de verenigingen (het veldwerk) uit te voeren. Er werd beoogd dat 45-60 studenten, maximaal 20 per hogeschool, het veldwerk zouden uitvoeren. Studenten kiezen zelf voor het

onderwerp van hun onderzoek, dus vooraf kon niet met zekerheid worden bepaald hoeveel uiteindelijk daadwerkelijk zouden instappen. Het hoge aantal van 45-60 komt voort uit de gedachte dat het voor de aansturing en ondersteuning niet heel veel uitmaakt of er 10 of 20 studenten per hogeschool meedoen. De keuze om 3 hogescholen erbij te betrekken, is om enige geografische spreiding te realiseren over het land, maar meer dan 3 lijkt qua organisatie en logistiek te complex te worden. Door een groot aantal van maximaal 60 studenten in te zetten, is het vrijwel zeker dat de respons voldoende is om de onderzoeksvragen te beantwoorden. Tegelijk kan eventueel scherp worden gestuurd op kwaliteit van de aangeleverde gegevens en kunnen wellicht verdiepende analyses plaatsvinden op contextfactoren. Hoewel de contextfactoren niet centraal staan, is het wel degelijk de wens om waar mogelijk ook indicaties te geven van de mogelijke invloed van contextfactoren (zie hoofdstuk 9). Hoe beter de respons verdeeld is op achtergrondkenmerken (type vereniging, sporttak, niveau enzovoort) waarschijnlijker het is dat indicaties overeen komen met het daadwerkelijke algemene beeld.

Hoe beter de respons verdeeld is op achtergrondkenmerken (type vereniging, sporttak, niveau enzovoort) waarschijnlijker het is dat indicaties overeen komen met het daadwerkelijke algemene beeld.

Samenwerking met studenten

De beoogde samenwerking met 3 hogescholen en de inzet van studenten is positief verlopen. Bij aanvang in september tot november 2012 hebben 50 studenten verdeeld over de 3 hogescholen (21 van Chr. Hogeschool Windesheim, 13 van Fontys Hogescholen, 16 van Haagse Hogeschool) hun medewerking toegezegd. Daarnaast sloot ook een masterstudente van de Universiteit Utrecht aan bij het onderzoek, die naast het uitvoeren van de metingen ook vanuit stagetijd bij Kennispraktijk ondersteunde bij de organisatie en logistiek van het totale onderzoek. Van deze 51 studenten is in juni 2013 bepaald dat de data van 37 studenten volledig en geschikt is om gezamenlijk over te rapporteren, 4 studenten zijn uiteindelijk helemaal niet gestart met de uitvoering van het onderzoek, zij kozen toch een ander onderwerp of konden niet aansluiten omdat zij andere vakken van de opleiding nog niet hadden afgerond. Van de overige 10 zijn er enkele die de opdracht niet hebben uitgevoerd zoals afgesproken en de meesten van hen hebben onvolledige gegevens aangeleverd (er ontbraken bijvoorbeeld interviews, observaties of een reflectieverslag). Meestal hebben zij wel enkele observaties en interviews uitgevoerd en aangeleverd, maar werd er (ook na deadlines in mei/juni 2013) geen complete dataset aangeleverd.

37 studenten leverden de volgende gegevens aan:

- Excelbestand CBAS (gegevens 4 eigen observaties en twee door buddy);
- Excelbestand TKI (gegevens 4 eigen observaties en twee door buddy);
- 4 Wordbestanden interviews trainer;
- 4 Wordbestanden interviews jeugdsporters;

De experts waren zeer gemotiveerd en allemaal bereid om hun medewerking te verlenen aan het interview. De groep van tien was zeer divers.

- Excelbestand vragenlijst trainer;
- Excelbestand vragenlijst jeugdsporters;
- Wordbestand opname wedstrijdbespreking;
- Wordbestand reflectieverslag (inclusief logboek);
- 1 video-/filmbestand (van alleen de eerste geobserveerde training of wedstrijd).

Expertinterviews

Daarnaast zijn er in de afrondende fase van de dataverzameling (april/mei 2013) nog tien verdiepende expertinterviews gehouden. Naast hun ervaringen en persoonlijke aanpak hoe een ontwikkelingsgericht sportklimaat te realiseren, is ook ingegaan op wat dit mogelijk betekent voor het landelijke sportbeleid en het opleiden van jeugdtrainers/-coaches. Zij zijn via het netwerk van de onderzoekers en betrokken sportbonden geselecteerd en benaderd voor het interview. De experts waren zeer gemotiveerd en allemaal bereid om hun medewerking te verlenen aan het interview. De groep van tien was zeer divers. Dit betekent mannen en vrouwen, jongvolwassenen en middelbare leeftijden, geografisch gespreid, prestatief en recreatief, zelf als opleider of ontwikkelaar van opleidingen actief, helemaal geen sportkaderopleiding gevolgd en verschillende sporten (volleybal, tafeltennis, zwemmen, voetbal, korfbal, kickboksen, turnen en karate).

Aanverwant studentenonderzoek

Gedurende de looptijd van het onderzoek zijn nog twee andere onderwijsinstellingen aangehaakt bij het onderzoek. Zo hebben nog eens drie studenten van de Master of Sports (Fontys Hogescholen) en drie studenten van de Aalo (Hogeschool van Amsterdam) gebruikmakend van de meetinstrumenten data verzameld. Omdat die data niet volledig op dezelfde manier zijn verzameld als door de andere studenten en hier nauwelijks zicht was op het onderzoeksproces zijn die ruwe gegevens niet direct meegenomen in de totale analyses. Wel zijn hun eindproducten ontvangen en waar mogelijk meegenomen in de interpretatie van de uitkomsten. Korte weergaven van de uitkomsten van de vier mastertheses zijn in het bijlagenboek opgenomen.

Reflectie op het onderzoeksproces

Alle studenten hebben ook een reflectie gegeven op het onderzoeksproces. Daarin konden zij een logboek bijhouden en zijn ze ingegaan op bijvoorbeeld de contacten met vereniging/trainer bij aanvang, op mogelijke verstoringen invloeden tijdens de dataverzameling en op de begeleiding bij het onderzoek. In bijlage 7 in het bijlagenboek zijn de uitkomsten hiervan samengevat. In het algemeen is het onderzoeksproces naar tevredenheid doorlopen. De logistieke inzet was groot met veel verschillende dataverzamelaars, meerdere hogescholen, meerdere onderzoeksinstrumenten en het centraal aanleveren

van videobestanden en uitgewerkte databestanden. Dit vereiste veel nauwkeurigheid en het planmatig uitwerken en registreren van de voortgang, maar is overwegend goed gelukt. De belasting voor de clubs, trainers en jeugdsporters was ook te overzien en met de presentjes vooraf en verlate kaartjes voor nationale sportwedstrijden achteraf lijkt het onderzoek geen afbreuk te hebben gedaan aan oprechte interesse en betrokkenheid van de deelnemers bij het onderzoek. Voor toekomstige onderzoeken lijkt het nog wel zinvol om de voorbereiding en ondersteuning van de hbo-studenten te intensiveren, maar verder lijkt de gehanteerde onderzoeksstructuur goed bruikbaar voor andere onderzoeken.

Validiteit en betrouwbaarheid

Zonder te streven naar volledigheid wordt hier kort gereflecteerd op enkele specifieke aandachtspunten wat betreft validiteit en betrouwbaarheid van de metingen.

Validiteit

Wat betreft validiteit gaat het hier om de vraag in hoeverre de gestelde vragen en onderdelen van de meetinstrumenten ook daadwerkelijk meten wat we willen weten. Door zo veel mogelijk aan te sluiten op bestaande meetinstrumenten lijkt die validiteit in het algemeen goed gewaarborgd. Het gaat dan bijvoorbeeld om de bestaande observatielijst CBAS, de schaal zelfvertrouwen in de vragenlijst voor jeugdsporters en vragen over het sportklimaat aan trainers die voortborduren op elementen uit de Sportcode Quicksan. Het instrument waar de validiteit niet van bekend is, is vooral de observatielijst TKI. Die lijst is samengesteld door de onderzoekers zelf en er is niet vooraf gevalideerd of ze samen daadwerkelijk ontwikkelingsgericht trainen/coachen meten. Daarom is achteraf wel de Cronbachs Alpha bepaald, die aangeeft in hoeverre de verschillende stellingen samen eenzelfde concept meten. Met een vrij hoge waarde van 0,86 lijkt ook dit instrument bruikbaar om de begrippen en concepten te meten die we wilden meten.

Betrouwbaarheid

Bij betrouwbaarheid gaat het hier om te bepalen in hoeverre een meting stabiel/representatief is en niet afhankelijk is van versturende invloeden. We staan hier vooral stil bij de interbeoordelaarsbetrouwbaarheid, omdat het observeren en interviewen een aantal specifieke vaardigheden vraagt en de dataverzameling is uitgevoerd door 37 verschillende studentonderzoekers.

Wat betreft de interviews is eerder al uiteengezet dat er verschillende mogelijk versturende factoren aan de orde kunnen zijn geweest, maar dat er over het algemeen veel feitelijke en stabiele informatie is over de ervaringen en betekenissen van trainers en jeugdsporter.

Bij validiteit en betrouwbaarheid stelt men vaak ook de vraag in hoeverre resultaten representatief zijn. In het kader van dit onderzoek gaat het erom in hoeverre de resultaten representatief zijn voor alle sporten, sportverenigingen, trainer en jeugdsporters in Nederland.

Wat betreft observaties is door het gebruik van het buddysysteem meer informatie voorhanden. Met een statistische t-toets voor gepaarde steekproeven is nagegaan in hoeverre scores van een student overeenkomen met die van zijn/haar buddy op de CBAS. Van 58 trainingen/wedstrijden zijn twee scores op de twaalf typen gedrag van trainers uit de CBAS beschikbaar. Daaruit bleek dat de scores voor geen van de twaalf paren significant verschilden (zie bijlage 8 van het bijlagenboek). Dit duidt op een relatief goede interbeoordelaarsbetrouwbaarheid.

Voor de resultaten van de observatielijst TKI is ook nagegaan in hoeverre scores van een student en zijn/haar buddy overeenkomen. Die scores (op een vijfpuntsschaal) zijn statistisch getoets met de Wilcoxon Signed-ranks-toets (zie bijlage 8 van het bijlagenboek). Van de 26 gescoorde kenmerken waren er bij kenmerk 13 (oplossen van ruzies/meningsverschillen) en kenmerk 23 (ingrijpen bij pestgedrag) (te) weinig (<25) trainingen/wedstrijden met een dubbele score om betrouwbaar te kunnen toetsen of de scores van student en buddy significant verschilden. Deze twee kenmerken waren bij veel trainingen/wedstrijden 'niet van toepassing' volgens de studentonderzoeker of een score ontbrak.

Vervolgens bleek dat een student en buddy-student alleen op kenmerk 18 (erop toezien dat kinderen de trainer goed begrijpen) significant van mening verschilden ($p < 0,05$). De studenten zelf beoordeelden de trainer relatief vaak negatiever ten opzichte van de score van de buddystudent (bij 19 van de 55 dubbel gescoorde trainingen/wedstrijden). Op de overige kenmerken oordeelden de studenten onderling niet significant verschillend. Uitgezonderd de stellingen 13, 18 en 23 zijn de scores van student en buddy-student op de gemeten kenmerken niet significant verschillend. In het algemeen duidt dit op een relatief goede interbeoordelaarsbetrouwbaarheid.

Representativiteit

Bij validiteit en betrouwbaarheid stelt men vaak ook de vraag in hoeverre resultaten representatief zijn. In het kader van dit onderzoek gaat het erom in hoeverre de resultaten representatief zijn voor alle sporten, sportverenigingen, trainer en jeugdsporters in Nederland. De mate waarin ze representatief zijn, is onbekend. De resultaten geven mogelijk een goede indicatie door de beoogde spreiding, maar het is ook geen doel van het onderzoek geweest om representatieve uitkomsten te genereren. Er is bewust gekozen om verdiepend en contextgebonden onderzoek uit te voeren om meer te weten te komen over de complexe interacties tussen trainers en jeugdsporters en de betekenissen daarvan voor opgroeiende jeugdsporters.

In hoofdstuk 4 is wel een algemene beschrijving te vinden van de verenigingen, trainers en jeugdsporters in het onderzoek die een beeld geeft over wie en binnen welke context de onderzoeksresultaten gaan. Aan de hand van dit algemene beeld is aan het eind van hoofdstuk 4 nog wel kort ingegaan op enkele aandachtspunten ten aanzien van de representativiteit van dit onderzoek. In hoofdstuk 9 is later overigens specifieker gekeken naar de mogelijke invloed van enkele contextfactoren op de daadwerkelijke onderzoeksresultaten uit de hoofdstukken 5 t/m 8.

Uit de interviews volgen beschrijvingen van het gedrag van trainers en volgen de betekenissen die trainers en jeugdsporters aan dat gedrag geven.

3.3 Analyse en rapportage

In deze paragraaf wordt ingegaan op hoe de verzamelde gegevens zijn verwerkt en geanalyseerd. Eerst wordt samengevat met welk type databestanden en computersoftware is gewerkt. Dan is met het conceptuele kader (hoofdstuk 2 en figuur 2) en de onderzoeksvragen als uitgangspunt een analysekader beschreven, van waaruit de resultatenhoofdstukken 4 t/m 9 zijn uitgewerkt.

Databestanden

De kwantitatieve analyses van het onderzoek zijn uitgevoerd met de software SPSS. De kwalitatieve analyses zijn uitgevoerd met de software Max QDA. De resultaten die in de volgende hoofdstukken zijn beschreven, zijn opgemaakt uit de resultaten in de volgende bestanden:

- SPSS: observaties CBAS (146 geobserveerde trainingen/wedstrijden verdeeld over 37 trainers);
- SPSS: observaties TKI (146 geobserveerde trainingen/wedstrijden verdeeld over 37 trainers);
- Max QDA: interviews (292 interviews naar aanleiding van 146 geobserveerde trainingen/wedstrijden – 146 interviews met 37 trainers, 146 interviews met jeugdsporters uit 37 sportgroepen);
- SPSS: vragenlijst trainers (ingevuld door de 37 trainers);
- SPSS: vragenlijst jeugdsporters (ingevuld door 392 jeugdsporters uit 37 sportgroepen).

Kwalitatieve analyse

Zeer belangrijk in dit onderzoek zijn de uitkomsten van de interviews, van waaruit beschrijvingen zijn gemaakt van het gedrag van trainers in hun omgang met kinderen tijdens trainingen en wedstrijden. Daarnaast geven ze zicht op de betekenissen die trainers zelf en hun jeugdsporters geven aan het vertoonde gedrag van de trainer. De interviews zijn gecodeerd met Max QDA in fases van open coderen (labelen en categoriseren van fragmenten), axiaal coderen (rangschikken) en selectief coderen (verbanden leggen).

Er worden geen hypothesen getoetst, maar aan de hand van een open analyse van de sportpraktijk wordt in kaart gebracht hoe trainers werken aan een ontwikkelingsgericht jeugdsportklimaat in de interactie met jeugdsporters.

In de beginfase hebben drie onderzoekers relatief intensief met elkaar bepaald hoe de analyse van de vele interviews uit te voeren. De twaalf typen trainersgedrag uit de CBAS fungeerden daarbij als 'kapstok' om beschrijvingen en betekenissen aan te koppelen, hoewel de mogelijkheid wel bestaat om extra of andere codes toe te voegen. Twee onderzoekers hebben het open coderen van alle interviews uitgevoerd. Het rangschikken van de fragmenten en het leggen van verbanden is uitgevoerd door één onderzoeker, waarbij geregeld werd afgestemd met een collega-onderzoeker. De uiteindelijke uitwerking is vastgesteld door alle betrokken auteurs van dit rapport.

Analysekader: typen gedragingen van trainers als uitgangspunt

In het conceptuele kader is al aangegeven dat het onderzoek relatief breed en open is ingestoken. Er worden geen hypothesen getoetst, maar aan de hand van een open analyse van de sportpraktijk wordt in kaart gebracht hoe trainers werken aan een ontwikkelingsgericht jeugdsportklimaat in de interactie met jeugdsporters. Het gedrag van trainers wordt in de analyses dan ook niet gekoppeld aan een vooraf geformuleerde set van mogelijke kenmerken van ontwikkelingsgericht trainen/coachen. Die kenmerken dienen te volgen vanuit open vragen naar de betekenissen van specifieke typen gedragingen. Er is wel een vooraf geformuleerde lijst met typen gedragingen van trainers gebruikt. Het al lang bestaande overzicht van Smoll & Smith (1977, 2006) dat ook in Nederland een aantal keer is toegepast (Pleizier, 2003; Polak, Sawaneh & De Vos, 2012), is daarvoor een bruikbaar startpunt. In figuur 3 op pagina 35 is een en ander schematisch weergegeven.

De twaalf typen gedrag van trainers vormen het startpunt voor de analyses. Eerst zal dit leiden tot een beschrijving van de typen gedrag zelf (deel II van het rapport), met hoe vaak het voorkomt (hoofdstuk 5) en een beschrijving hoe dit gedrag van trainers in de praktijk voorkomt (hoofdstuk 6). Vervolgens zullen verschillende gegevens aan elkaar worden gekoppeld (deel III van het rapport) en worden typen gedragingen in specifieke sportsituaties gekoppeld aan de betekenis van dat gedrag voor de ontwikkeling van jeugdsporters (hoofdstuk 7). Tegelijk wordt nagegaan welke onderliggende mechanismen/succesfactoren mogelijk van toepassing zijn op die koppelingen tussen specifiek gedrag van trainers en de betekenis van dat gedrag (hoofdstuk 8).

Tot slot wordt binnen de koppelingen van gedrag met betekenissen nagegaan welke invloed kenmerken van de jeugdsporters zelf, kenmerken van de trainer en kenmerken van de sportomgeving mogelijk spelen (hoofdstuk 9). In bijlage 9 van het bijlagenboek is nog een nadere uitwerking gegeven van onderzoeksdoelen gekoppeld aan ingezette methoden, data-analyses en plaats in het rapport.

Reactie of spontaan	Specifieke gebeurtenis	Type gedrag van de trainer
Reagerend gedrag	Gewenste prestatie	1. Positieve belonende reactie 2. Geen reactie
	Fout/vergissing	3. Een aan de fout gerelateerde aanmoediging 4. Een aan de fout gerelateerde technische instructie 5. Bestrafing 6. Een bestraffende, aan de fout gerelateerde, technische instructie 7. Het negeren van een fout
	Wangedrag	8. Controle/overwicht/macht krijgen
Spontaan gedrag	Algemeen	9. Algemene technische instructie 10. Algemene aanmoediging 11. Organisatie
	Geen betrekking op training/wedstrijd	12. Algemene communicatie



Figuur 3: Schematische weergave van analysestappen met gedrag van de trainer als startpunt

4. Algemene context van de clubs, trainers en jeugdsporters

Het onderzoek Trainer-kind INterACTIE is uitgevoerd bij 24 sportverenigingen in Nederland. 37 jeugdtrainers en hun sportteam of sportgroep op die verenigingen stonden centraal in het onderzoek. Bij 13 sportverenigingen zijn dus twee trainers en teams onderzocht. In de selectie van de verenigingen is daar ook op aangestuurd, omdat er dan bij minder verenigingen toestemming hoeft te worden geregeld voor medewerking en de buddy's de planning op de vereniging op elkaar kunnen laten aansluiten.

4.1 De 24 sportverenigingen

De trainers hebben een vragenlijst ingevuld, waarin zij onder meer een aantal vragen hebben beantwoord over hun vereniging. Zo blijkt dat van de 24 sportverenigingen er 7 een omni-sportvereniging zijn. Dat wil zeggen dat ze meer dan één sporttak aanbieden. Er zijn 9 verschillende sporttakken waar 37 trainers en sportgroepen uit het onderzoek aan zijn gekoppeld (zie tabel 1).

Sport		Sport	
Voetbal	16	Atletiek	1
Volleybal	6	Schaatsen	1
Korfbal	6	Boksen	1
Turnen	3	Judo	1
Handbal	2		

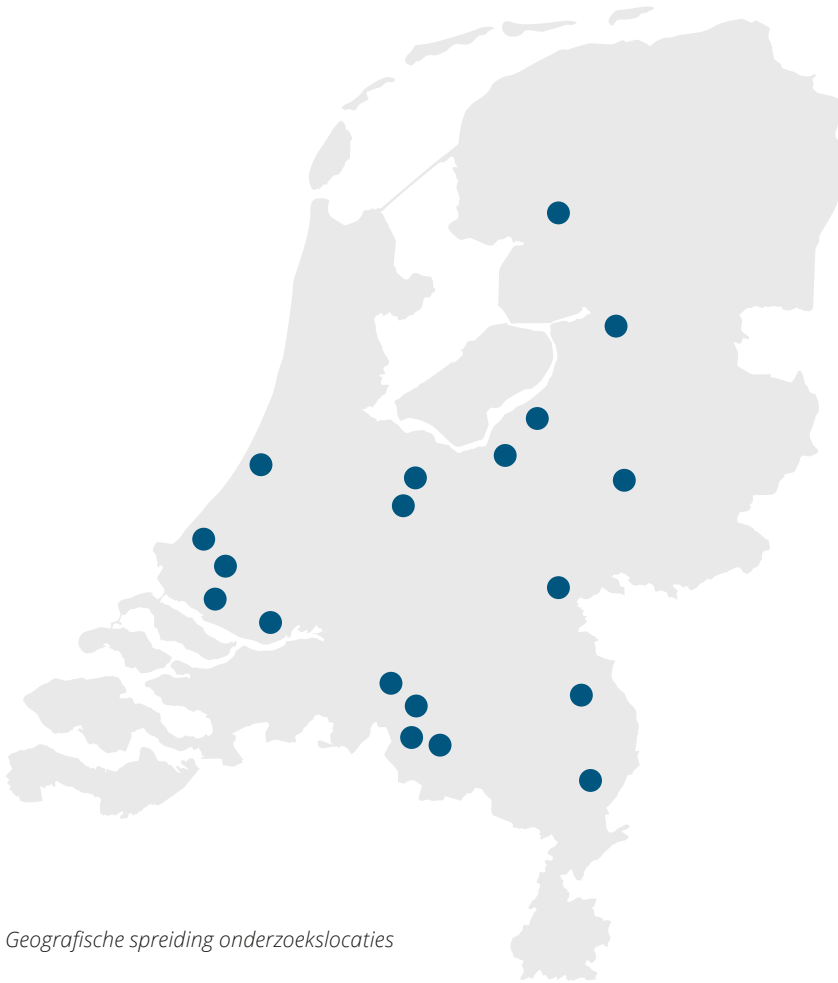
Tabel 1: Aantal onderzochte trainers/sportgroepen per tak van sport

Het gaat hier om relatief grote sportverenigingen van gemiddeld 752 leden, variërend van 100 tot 3.000 leden. Het grootste deel van hen zijn jeugdleden, gemiddeld 465 per vereniging variërend van 20 tot 2.850 jeugdleden.

65 procent van de trainers gaf aan dat de vereniging in stedelijk gebied ligt, 22 procent in landelijk gebied

en 14 procent is niet expliciet landelijk of stedelijk te noemen. Het hoge percentage stedelijke gebied komt overigens niet zozeer door de 3 steden waar de hogescholen liggen (Den Haag, Eindhoven, Zwolle), 4 verenigingen liggen daar (zie figuur 4).





Verenigingsklimaat

Aan zowel de trainers als de jeugdsporters zijn enkele vragen voorgelegd over het klimaat op de vereniging. In tabel 2 wordt weergegeven in hoeverre de geschetste situatie van toepassing is op de eigen vereniging.

% Meestal waar of Helemaal waar	Trainers (37)	Jeugdsporters (392)
a. Bij deze vereniging helpen mensen elkaar, ook als ze geen vrienden zijn	65	69
b. Bij deze vereniging wordt door de sporters veel ruzie gemaakt	0	3
c. Bij deze vereniging voelen sporters zich verantwoordelijk voor elkaar	65	73
d. Bij deze vereniging worden strenge maatregelen genomen tegen sporters die zich onsportief gedragen	59	52

Tabel 2: Percentage trainers/jeugdsporters dat 'Meestal waar' of 'Helemaal waar' heeft geantwoord op stellingen over het verenigingsklimaat

Op de vraag aan de 37 trainers of de vereniging structureel aandacht besteedt aan fair play is de verdeling: 47 procent veel aandacht, 28 procent een beetje aandacht en 25 procent weinig aandacht.

In het algemeen is men vrij positief over het verenigingsklimaat. De percentages van trainers en jeugdsporters lijken niet veel van elkaar te verschillen. De sporters lijken zelf iets positiever te zijn over het verantwoordelijkheidsgevoel van sporters (c), terwijl ze iets kritischer zijn over het nemen van strenge maatregelen door de club (d) in vergelijking met trainers.

Op de vraag aan de 37 trainers of er bij hun vereniging veel aandacht is voor de ondersteuning van trainers geeft 35 procent aan 'Veel aandacht', 56 procent 'Een beetje aandacht' en 9 procent 'Weinig aandacht'. In de toelichting geven trainers aan dat die ondersteuning wordt geboden via cursussen, een trainingsmethode en ondersteuning uit de club (een aanspreekpunt). De groep die een beetje aandacht aangaf, noemt enkele malen 'af en toe' en heeft het onder meer over (evaluatie)bijeenkomsten of overleg op de club. De paar trainers die aangeven dat er weinig aandacht is, stellen dat er wel cursusaanbod is, maar verder niet zo veel aanwezig is.

Op de vraag aan de 37 trainers of de vereniging structureel aandacht besteedt aan fair play is de verdeling: 47 procent veel aandacht, 28 procent een beetje aandacht en 25 procent weinig aandacht. In de toelichting geven de trainers die veel aandacht zien bij de club voor fair play aan dat men rondloopt of in de gaten houdt wat er gebeurt, dat er straffen worden uitgedeeld en dat de club een visie of gedragsregels heeft. Bij de trainers die een beetje aandacht zien, wordt vooral aangegeven dat er wordt gecommuniceerd via posters of borden over omgangsregels. Waar weinig aandacht is voor fair play wordt een paar keer aangegeven dat de vereniging daar niet zo'n rol in heeft, maar dat de trainer dat bepaalt.

Tot slot is gevraagd of de vereniging actief aanstuurt op het aanstellen en ondersteunen van trainers die een veilig sportklimaat voor kinderen realiseren. 41 procent geeft aan 'Ja', 38 procent 'Enigszins' en 21% 'Nee'. De personen die ja antwoordden, noemden vervolgens zaken als vertrouwenspersoon, cursussen, regels, jaarplan en selecteren van de juiste trainers die passen bij de groepen. Bij de trainers die nee aangaven, noemde men een enkele keer dat de club al lang blij is als ze iemand hebben die de training wil geven.

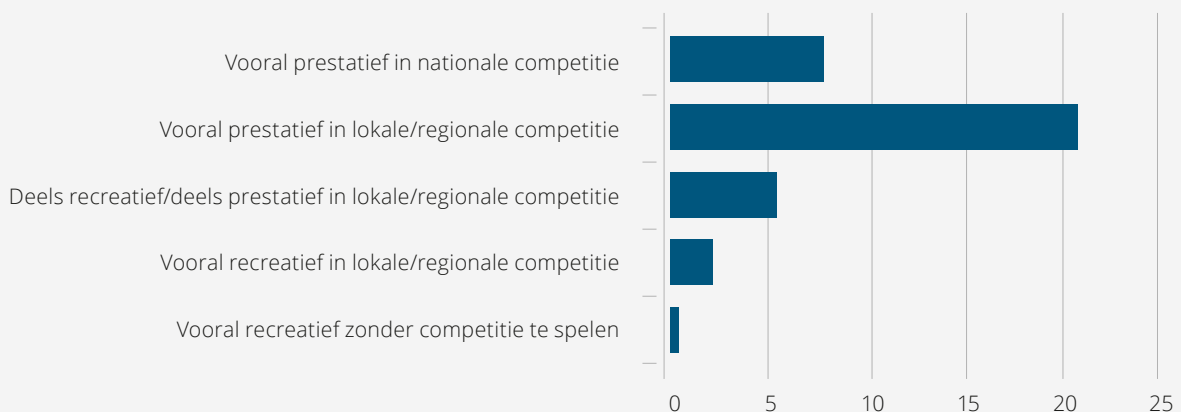
4.2 De 37 trainers

De gemiddelde leeftijd van de trainers is ongeveer 34 jaar, de jongste is 16 jaar en de oudste 72 jaar. 29 trainers (78%) zijn man en 8 zijn vrouw (22%). De hoogst afgeronde opleiding is 5x vmbo, 2x havo, 1x vwo, 12x mbo, 11x hbo en 5x universiteit.

De trainers zijn gemiddeld al ruim 8 jaar trainer met variërend van een half jaar (geen ervaring) tot 35 jaar (heel veel ervaring). Gemiddeld zijn de trainers iets minder dan 6 jaar actief als trainer in deze vereniging. Voor het merendeel (56%) is dit het eerste seizoen/jaar dat ze het huidige team trainen/coachen. Voor 22 procent is dit het tweede jaar, voor 11 procent het derde jaar en voor 11 procent het vierde jaar of langer met deze sportgroep.



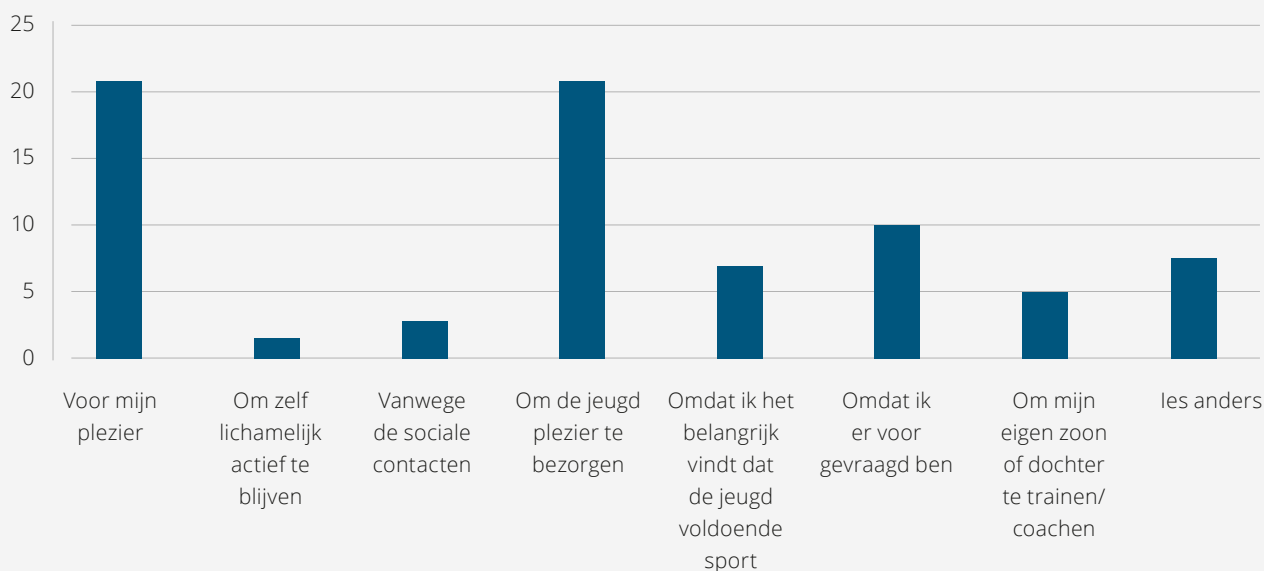
Alle 37 trainers hebben voorheen ook zelf actief gesport, maar 7 deden niet dezelfde sport als waar ze nu trainer in zijn. Verreweg de meesten geven aan zelf nu ook nog te sporten (30x). De meeste trainers hebben tijdens hun sportloopbaan vooral prestatief gespeeld in lokale/regionale competities. Geen van de trainers speelde vooral recreatief zonder competitie te spelen (zie figuur 4).



Figuur 4: Aantal trainers met een bepaalde sportloopbaan

Ruim de helft van de trainers (57%) geeft aan dat ze geen sportopleiding of cursus hebben afgerond. De andere 43 procent (16 trainers) heeft dat wel: 12 van hen noemen een bondsopleiding, 3 een onderwijsopleiding (Alo, Cios, Sportpsychologie) en 4 iets anders (sportmanagement, Rots en water). Verschillende trainers met opleiding hebben meer dan één opleiding gevolgd en genoemd.

Vervolgens konden de trainers maximaal twee redenen aangeven waarom ze trainer zijn geworden. Duidelijk is dat het vooral is voor het plezier dat ze eraan ontleen en om ook de jeugd plezier te bezorgen. Bij de antwoorden die bij 'Anders' zijn gegeven, is twee keer aangegeven dat ze het voor de vereniging doen (zie figuur 5).



Figuur 5: Aantal trainers met reden voor trainerschap (max. twee antwoorden per trainer)

Ook op de vraag wat de trainers willen bereiken met hun huidige groep jeugdsporters mochten ze maximaal twee antwoorden geven. Heel duidelijk is het dat het de trainers er primair om gaat dat de sporters steeds beter worden (29x) en dat ze plezier hebben (30x). Veel minder vaak gaat het om het stimuleren van zelfvertrouwen (7x), wedstrijden winnen of kampioen worden (5x) sportief en respectvol gedrag (3x) of voldoende beweging (1x).

Aan de trainers is ook gevraagd wat ze denken dat de jeugdsporters willen bereiken (maximaal twee antwoorden). Dan is het beeld ongeveer hetzelfde als de doelen van de trainers zelf. Trainers denken dat jeugdsporters vooral plezier willen beleven (31x) en dat ze steeds beter willen worden in de sport (23x). Vervolgens zijn kampioen worden (12x), vriendschappen sluiten (6x) en sportief en respectvol leren omgaan (2x) genoemd. Geen enkele keer is de antwoordmogelijkheid fitheid en gezondheid genoemd.

Trainers kunnen verschillende rollen innemen bij de begeleiding van jeugdsporters. De trainers gaven in de vragenlijst aan zichzelf vooral te zien als coach/hulpverlener (16x) en als leider/instructeur (13x). Ze noemen niet vaak een rol als onderwijzer (3x) of opvoeder (2x).

Tot slot zijn er nog verschillende stellingen voorgelegd aan de trainers over hun houding ten opzichte van sportiviteit en respect. In de volgende paragraaf over de jeugdsporters staan de cijfermatige uitkomsten op een

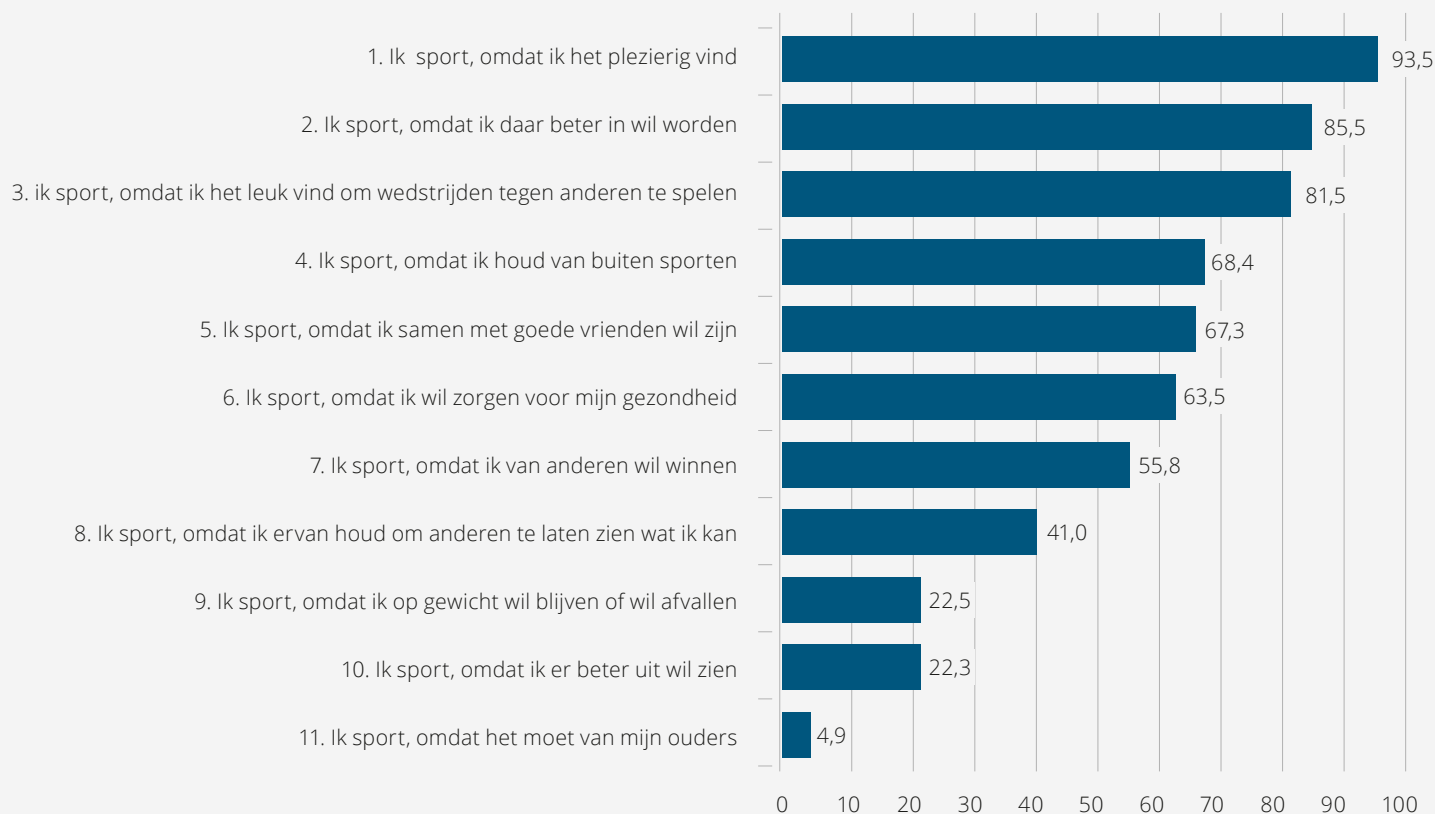
aantal stellingen naast de houding van de jeugdsporters. De trainers lijken overwegend een sportieve houding te hanteren. Niemand vindt bijvoorbeeld dat als je verliest dat je dan eigenlijk voor niets hebt gesport, 93 procent vindt niet dat winnen belangrijker is dan je aan de regels houden en 92 procent vindt het niet acceptabel als verenigingsgenoten elkaar uitschelden na een fout. Ook zien alle trainers het als taak om de sporters fair play bij te brengen. Waar de antwoorden wel wat uiteenlopen, is bij de vraag of af en toe opzettelijk de regels overtreden, hoort bij de sport. Bijna de helft is het hier minimaal een beetje mee eens. Ook is ruim een kwart van de trainers het minimaal een beetje eens met de stelling dat de scheidsrechter/leiding beslist en de trainer zich er dus niet mee hoeft te bemoeien als een van de eigen spelers de regels overtreedt.

4.3 De 392 jeugdsporters

De 392 jeugdsporters in de 37 sportgroepen of teams zijn gemiddeld ruim 13 jaar oud. De jongste is 9 jaar en de oudste 19 jaar. Twee derde bestaat uit jongens, een derde zijn meiden. 12 van de 37 groepen bestaan uit kinderen van voornamelijk 10-11 jaar oud. 13 groepen bestaan vooral uit jongeren van 15-17 jaar oud, de indelingen zijn daar wat diverser van aard. De overige groepen zitten daar tussen in of zijn lastiger in een categorie in te delen. 41 procent van de kinderen zit nog op de basisschool, 19 procent volgt het vmbo, 18 procent doet havo, 14 procent vwo en 4 procent mbo.

De sporters doen gemiddeld al ruim 6 jaar aan de betreffende sport en zijn gemiddeld iets minder dan 6 jaar lid bij deze vereniging. Dit varieert beide van 0 tot 14 jaar. 66 procent van de jeugdsporters geeft aan dat ze de huidige trainer dit seizoen/jaar voor het eerst hebben. Bij 22 procent is dit voor het tweede jaar, bij 7 procent het derde jaar en bij 5 procent 4 jaar of langer.

Over zelfvertrouwen zijn 10 stellingen voorgelegd, waarop overwegend positief wordt gescoord. Zo geeft 95 procent aan het er (sterk) mee eens te zijn dat hij/zij in het algemeen heel tevreden is over zichzelf. Wel is ook 18 procent het er (sterk) mee eens dat het zeker is dat ze zich af en toe nutteloos voelen. Daarnaast is 12 procent het er (sterk) mee eens, dat ze soms denken waardeloos te zijn. De 10 stellingen, gemeten op een vierpuntsschaal, zijn samen te voegen tot een totaalscore op zelfvertrouwen. De Cronbachs alpha van die schaal is 0,78 wat erop duidt dat de 10 stellingen samen een behoorlijk betrouwbare score vormen. De stellingen meten iets gemeenschappelijks, namelijk de mate van zelfvertrouwen. Met mogelijke scores van 10 tot 40 is het gemiddelde van 32,3 op de schaal zelfvertrouwen een gemiddeld hoge score (n = 374). Jongens scoren gemiddeld iets hoger (32,8) dan meisjes (31,3).

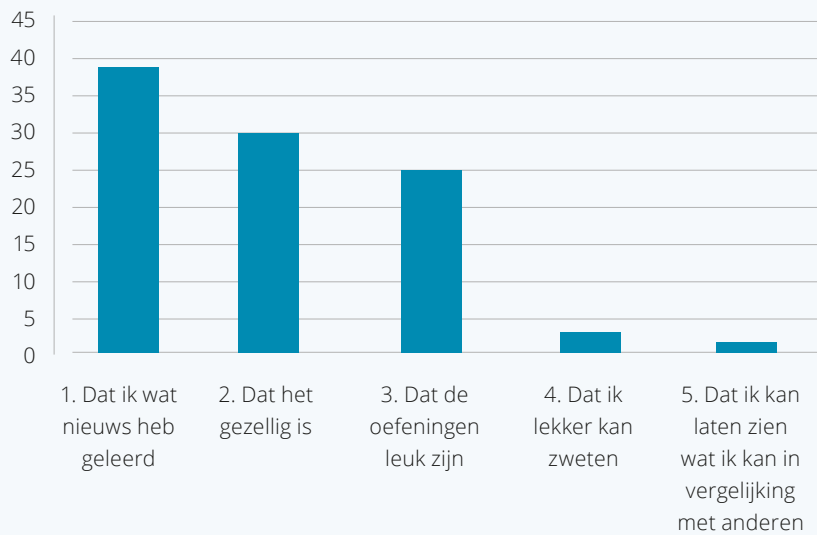


Figuur 6: Percentage jeugd dat aangeeft om een bepaalde reden te sporten (meerdere antwoorden mogelijk)

In figuur 6 staat welke percentage jeugdsporters het (helemaal) eens is met de genoemde mogelijke redenen waarom ze aan sport doen. Hoewel plezier (1) en beter willen worden (2) relatief het meest worden genoemd als redenen, willen veel jeugdsporters ook sporten omdat ze het leuk vinden om wedstrijden te spelen (3) en omdat ze van anderen willen winnen (7). Wellicht ook opvallend is dat jeugdsporters buiten sporten (4) als belangrijk motief zien. Jeugdsporters sporten niet zozeer, omdat het moet van hun ouders (11), maar ze lijken vooral intrinsiek gemotiveerd om te sporten.

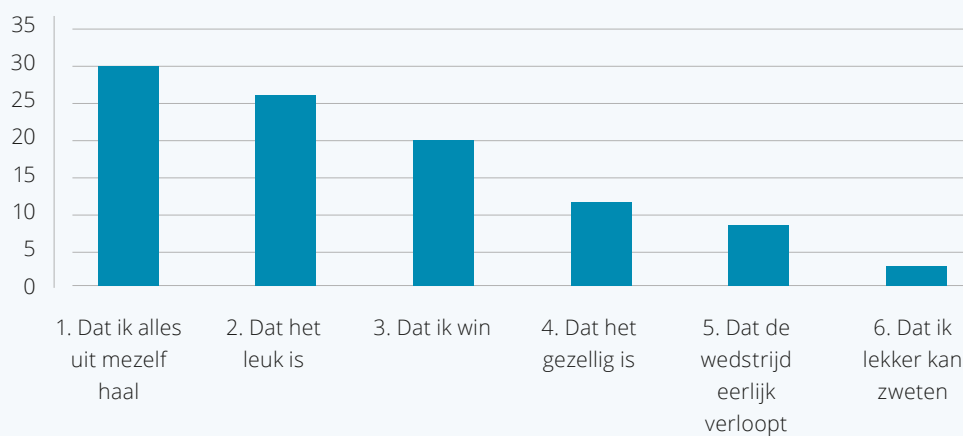
Vervolgens is gevraagd wat de jongeren het belangrijkste vinden bij een training en bij een wedstrijd (zie figuur 7 en figuur 8). Bij een training vinden de meeste jongeren het meest belangrijk dat ze wat nieuws leren. Ook een groot deel wil het vooral gezellig hebben of wil dat de oefeningen leuk zijn. Bij wedstrijden lijkt gezelligheid relatief minder vaak het meest belangrijk te zijn. Een groot percentage jeugdsporters vindt alles uit zichzelf halen (1) het belangrijkste, daarna volgen 'dat het leuk is' (2) en 'dat ik win' (3).

Training



Figuur 7: Percentage jeugdsporters: wat is het belangrijkste bij een training?

Wedstrijd



Figuur 8: Percentage jeugdsporters: wat is het belangrijkste bij een wedstrijd?

Net als de trainers is ongeveer de helft het minimaal een beetje eens met de stelling dat af en toe expres de regels overtreden, hoort bij de sport.

Aan de jeugdsporters is ook gevraagd hoe zij denken over een aantal stellingen die gaan over sportiviteit en respect op het veld (zie tabel 3). Hoewel de trainers op alle onderdelen gemiddeld wat vaker voldoen aan de sociaal wenselijke houding zijn de onderlinge verhoudingen op de stellingen ongeveer gelijk. Net als de trainers is ongeveer de helft het minimaal een beetje eens met de stelling dat af en toe expres de regels overtreden, hoort bij de sport.

% Helemaal NIET mee eens of NIET mee eens	Jeugdsporters (392)	Trainers (37)
a. Als je verliest heb je eigenlijk voor niets gesport	85	100
b. Het is niet erg om je verenigingsgenoot uit te schelden als die een stomme fout maakt	77	92
c. Af en toe expres de regels overtreden hoort bij de sport	48	54
d. Je moet respect tonen voor de tegenstander	4	0
e. Winnen is belangrijker dan je aan de spelregels houden	75	93
f. Een trainer moet zijn zwakste sporters zo weinig mogelijk opstellen	72	89

Tabel 3: Percentage sporters en trainers dat het (helemaal) niet eens is met stellingen over sportiviteit en respect

Tot slot

Dit hoofdstuk geeft dus een algemeen beeld van de verenigingen, trainers en jeugdsporters die centraal staan in dit onderzoek. Vanuit dit algemene beeld kunnen de resultaten in de volgende hoofdstukken beter worden geïnterpreteerd en in context worden geplaatst. In hoofdstuk 9 wordt specifiek ingegaan op de koppeling van contextfactoren aan de manier waarop trainers en jeugdsporters met elkaar omgaan. In dit hoofdstuk is ook een schets gegeven van de representativiteit van dit onderzoek voor de Nederlandse jeugdsport in het algemeen. Met 37 trainers en sportgroepen op 24 verschillende sportverenigingen is het onderzoek (uiteraard) niet representatief. Wel is er een behoorlijke diversiteit gerealiseerd op zaken als leeftijden, prestatieve/recreatieve focus, sporttakken, teamsporten/ individuele sporten, opleiding en trainerservaring. Wel lijken teamsporten, mannen, ervaren trainers en prestatief ingestelde jeugdteams wat oververtegenwoordigd en ontbreekt een populaire sport als hockey in het onderzoek. Het meest belangrijk voor dit onderzoek is de constatering dat de geselecteerde trainers en verenigingen het waarschijnlijk iets positiever doen dan landelijk gemiddeld als het gaat om een sociaal veilig

sportklimaat. De bereidheid om medewerking te verlenen aan het onderzoek door verenigingen en trainers impliceert vaak al een positieve houding ten opzichte van de thematiek. Toch reageerden de meeste benaderde verenigingen en teams erg positief en enthousiast om hun medewerking te verlenen. Ondanks instructies en kaders zou het wel kunnen zijn dat bij een enkele vereniging wat is gestuurd om te kiezen voor een bepaalde trainer (die het goed doet).

Deel II Algemeen gedrag van jeugdtrainers

Aan de hand van 146 trainingen/wedstrijden van 37 jeugdtrainers/
coaches is in dit deel uitgewerkt hoe vaak (frequentie) bepaalde
typen gedragingen van jeugdtrainers voorkomen en hoe dat
gedrag eruitziet (inhoudelijke beschrijvingen)

5. Frequenties typen gedrag van de trainer

In hoofdstuk 5 en 6 wordt het gedrag van trainers beschreven aan de hand van de gemiddelde resultaten van observaties en interviews rondom 146 trainingen/wedstrijden van de 37 trainers/jeugdsportgroepen. Van de meeste groepen zijn 4 trainingen/wedstrijden gevolgd, van enkele groepen zijn dit er 3. Het gaat om 86 trainingen en 60 wedstrijden. De resultaten zijn niet apart beschreven voor trainingen en wedstrijden. Pas in hoofdstuk 9 wordt nader ingegaan op relevante contextfactoren en komen verschillen en overeenkomsten tussen het gedrag van trainers bij trainingen ten opzichte van wedstrijden aan de orde. Dit hoofdstuk gaat in op de resultaten van de observaties die zijn uitgevoerd met de observatielijst Coaching Behavior Assessment Scale (CBAS). Aan de hand van gefilmde trainingen/wedstrijden is op het observatieformulier geturfd hoe vaak 12 mogelijke typen gedragingen van de trainer voorkomen (frequentie). In tabel 4 staan de gemiddelde resultaten.²

	Gemiddelde	Standaard-afwijking	Minimum	Maximum
1. Positieve belonende reactie	41,9	28,6	6	127
2. Geen reactie	4,0	7,2	0	48
3. Een aan fout gerelateerde aanmoediging	12,1	9,4	0	40
4. Een aan fout gerelateerde technische instructie	20,3	15,4	0	83
5. Bestrafing	5,1	5,7	0	35
6. Een bestraffende, aan fout gerelateerde, technische instructie	2,7	4,0	0	30
7. Het negeren van een fout	3,0	4,1	0	22
8. Controle/overwicht/macht krijgen	4,3	7,5	0	52
9. Algemene technische instructie	31,8	28,6	0	197
10. Algemene aanmoediging	26,6	28,2	0	152
11. Organisatie	33,3	32,2	0	193
12. Algemene communicatie	6,2	7,7	0	48

Tabel 4: Gemiddeld aantal keren dat een bepaald type gedrag voorkomt tijdens een training/wedstrijd

² Bij training/wedstrijd 61 en 63 waren meerdere extreme scores. Deze zijn uiteindelijk gewoon meegenomen, aangezien na controle er niet direct aanleiding was om ze weg te laten.

Wat onder meer blijkt, is dat trainers gemiddeld ongeveer 42 keer positief belonend (1) reageren als een actie van een jeugdsporter lukt en dat zij ongeveer 40 keer reageren met een aanmoediging, instructie of bestraffing als een actie (3, 4, 5, 6 opgeteld) niet lukt.

De gemiddelden uit tabel 4 kunnen vervolgens ook worden opgeteld tot totalen voor de eerste acht typen gedrag (reagerend gedrag, 1-8) en de laatste vier (spontaan gedrag, 9-12). Het kan namelijk relevant zijn of trainers vooral reageren op het gedrag van de jeugdsporter of dat zij vooral zelf startpunt zijn van de interactie met jeugdsporters. Tegelijk kan per type gedrag worden bepaald welk deel van het totaal daaruit bestaat, waardoor de onderlinge verhoudingen duidelijker worden. In tabel 5 staan de uitkomsten.

		Gem. aantal	Gem. percentage
Reagerend gedrag		93,3	48,8 %
Gewenste prestatie	Positieve belonende reactie	41,9	21,9 %
	Geen reactie	4,0	2,1 %
	<i>Subtotaal</i>	45,9	24,0 %
Fout/verginging	Een aan fout gerelateerde aanmoediging	12,1	6,3 %
	Een aan fout gerelateerde technische instructie	20,3	10,6 %
	Bestrafing	5,1	2,6 %
	Een bestraffende, aan fout gerelateerde, technische instructie	2,7	1,4 %
	Het negeren van een fout	3,0	1,5 %
	<i>Subtotaal</i>	43,1	22,6 %
Wangedrag	Controle/overwicht/macht krijgen	4,3	2,2 %
Spontaan gedrag		97,9	51,2 %
Algemeen	Algemene technische instructie	31,8	16,6 %
	Algemene aanmoediging	26,6	13,9 %
	Organisatie	33,3	17,4 %
Geen betrekking op training/wedstrijd	Algemene communicatie	6,2	3,2 %
Totaal		191,1	100 %

Tabel 5: Gemiddeld aantal en percentage type gedragingen van trainers per training/wedstrijd

Er zijn gemiddeld ruim 191 vinkjes gezet per training/wedstrijd. Ruim 93 daarvan bestonden gemiddeld uit waargenomen reagerend gedrag en bijna 98 uit spontaan gedrag, dus zonder dat er een gewenste prestatie, fout of wangedrag van een speler aan voorafging. Iets minder dan de helft van het vertoonde gedrag is dus reagerend gedrag van de trainer op situaties tijdens de training of wedstrijd. Als specifiek naar het reagerende gedrag wordt gekeken, dan wordt er iets minder vaak gereageerd na een fout (22,6%) dan na een gewenste prestatie (24,0%). Wangedrag komt niet vaak voor (2,2%).

Hoe verhouden deze cijfers zich tot de percentages uit eerder onderzoek? Dit onderzoek (TKI) staat in tabel 6 naast cijfers van Amerikaanse honkbalcoaches (Smoll, Smith & Curtis, 1978) en Nederlandse volleybaltrainers (Pleizier, 2003). Die sportcontexten zijn wel deels anders dan in het TKI-onderzoek. Bij TKI gaat het over de Nederlandse breedte-/amateursport, bij honkbal om alleen mannen en alleen wedstrijden en bij volleybal om bondstrainers van jeugd talenten. Waarschijnlijk dat verschillen in uitkomsten op de CBAS deels te maken hebben met die verschillen in context.

	% TKI	% VS Ho	% NL Vo
Reagerend gedrag	48,8	36,8	65,3
Positieve belonende reactie	21,9	17,1	18,1
Geen reactie	2,1	4,2	3,4
Aan fout gerelateerde aanmoediging	6,3	3,1	10,3
Aan fout gerelateerde technische instructie	10,6	4,2	21,4
Bestrafing	2,6	1,8	3,2
Bestraffende, aan fout gerelateerde technische instructie	1,4	1,0	3,5
Negeren van een fout	1,5	3,7	4,6
Controle/overzicht/macht krijgen	2,2	1,7	0,7
Spontaan gedrag	51,2	63,2	34,8
Algemene technische instructie	16,6	27,3	7,3
Algemene aanmoediging	13,9	21,4	13,1
Organisatie	17,4	8,4	12,5
Algemene communicatie	3,2	6,1	1,9

Tabel 4: Gemiddeld aantal keren dat een bepaald type gedrag voorkomt tijdens een training/wedstrijd

Als het TKI-onderzoek wordt vergeleken met de beide andere onderzoeken dan ligt de verhouding tussen reagerend versus spontaan gedrag tussen beide in. Er lijken gemiddeld relatief meer positieve reacties plaats te vinden en minder bestraffingen dan bij de Nederlandse volleybaltrainers. In vergelijking met de Amerikaanse honkbalcoaches worden er gemiddeld relatief vaak aanmoedigingen of technische instructies gegeven na een fout of vergissing en in vergelijking met de Nederlandse volleybaltrainers juist minder vaak. Verder valt ook op dat de trainers uit het TKI-onderzoek relatief vaker bezig zijn met organisatorische gedragingen en ze reageren vaker op wangedrag.

Naast het belang van hoe vaak bepaald gedrag wordt vertoond, kan het relevant zijn om te weten hoe dat gedrag er in de (dagelijkse) sportpraktijk uitziet.

Geen reactie na een gewenste prestatie en het negeren van een fout komen relatief minder vaak voor. Mogelijk dat dit (deels) te maken heeft met het gebruik van videobeelden om te scoren in ons TKI-onderzoek. Daarbij stond het gedrag van de trainer centraal en kon het spelbeeld en het uitblijven van reacties op gewenste prestaties of fouten lastig worden gevolgd.

Naast het belang van hoe vaak bepaald gedrag wordt vertoond, kan het relevant zijn om te weten hoe dat gedrag er in de (dagelijkse) sportpraktijk uitziet. Daarom volgen in het volgende hoofdstuk concrete inhoudelijke beschrijvingen van typen gedragingen van sporttrainers in de omgang met jeugdporters.

6. Beschrijvingen van het gedrag van de trainer

Na de frequenties in het vorige hoofdstuk, wordt in dit hoofdstuk nader beschreven hoe het gedrag van trainers er bij trainingen/wedstrijden uitziet. Uitgangspunt vormen de resultaten uit de 292 interviews met trainers en jeugdsporters, afgenomen na afloop van de 146 trainingen/wedstrijden (een interview met de trainer en een interview met enkele jeugdsporters). In de interviews is ingegaan op voorkomen, inhoud en achterliggende betekenissen van typen gedragingen van trainers.

Dit hoofdstuk focust zich op inhoudelijke beschrijvingen van wat de trainers doen binnen de categorisering in typen gedrag. Daarbij zijn uiteenlopende voorbeelden uit de sportpraktijk gegeven door trainers en jeugdsporters, die vooral in de vorm van citaten veelvuldig worden weergegeven. De beschrijvingen van trainers en jeugdsporters worden niet apart beschreven, maar komen samen terug in de beschrijvingen. Ze zijn als aanvullend op elkaar gebruikt om een zo volledig mogelijk beeld te schetsen met de meest sprekende voorbeelden. De ene keer komen die voorbeelden van een trainer, de andere keer van een jeugdspporter. In paragraaf 7.3 wordt nog wel kort gereflecteerd op de ervaringen van trainers ten opzichte van jeugdsporters. Dat gebeurt dan vanuit 16 casussen waar observaties, ervaringen van een trainer en ervaringen van zijn/haar jeugdsporters gezamenlijk zijn geanalyseerd. In hoofdstuk 6 gaat het nog niet om casussen, maar om een totaalbeeld vanuit de 292 interviews.

Bij de analyses van de interviews is in eerste instantie aangesloten op de twaalf typen gedrag die in hoofdstuk 5 zijn gemeten met het observatieformulier CBAS. In paragraaf 6.3 vormen die de basis om allerlei vormen van reagerend en spontaan gedrag van trainers bij trainingen/wedstrijden te beschrijven. Wel is er, vanuit de open insteek van het onderzoek, de ruimte gehouden om eventueel andere of specifiekere categorieën van gedrag toe te voegen. Zo zijn er in paragraaf 6.3 enkele meer specifieke typen gedrag toegevoegd. Daarnaast werd in de analyses geconstateerd dat er twee aanvullende algemene dimensies van het

gedrag van trainers zijn, waarvan het zinvol is om die eerst apart te beschrijven (in paragraaf 6.1 en 6.2). Die dimensies kwamen namelijk ook veelvuldig aan de orde in de interviews. In paragraaf 6.1 gaat het om het onderscheid en de relevantie van verbale en non-verbale communicatie. In paragraaf 6.2 gaat het om het onderscheid en de relevantie van communicatie gericht op een individuele speler tegenover communicatie gericht op een groep spelers. Veel specifieke vormen van gedrag in paragraaf 6.3 kunnen dus verbaal of non-verbaal worden geuit en gericht zijn op een individu of op een groep spelers.

6.1 Verbale en non-verbale communicatie

Dat de communicatie van trainers naar spelers verbaal en/of non-verbaal kan zijn, is op zich vrij vanzelfsprekend. Toch lijkt de focus nog vaak te liggen op dat wat trainers zeggen tegen spelers, terwijl de rol van non-verbale uitingen niet mag worden onderschat (Stein et al, 2012). In deze paragraaf zijn de resultaten over verbale en non-verbale communicatie dan ook naast elkaar beschreven. Er blijkt ook dat er allerlei specifieke aspecten zijn die bepalen hoe verbale en non-verbale boodschappen door trainers worden verzonden en (moeten) overkomen op jeugdsporters.

Verbale communicatie

Bij verbale communicatie worden inhoudelijke boodschappen via spraak verzonden naar de

spelers. Belangrijk zijn daarbij de lengte van de boodschap, begrijpelijke taal, het volume (schreeuwen, zachtjes zeggen), de toon en het moment waarop iets wordt gezegd (timing). Zie ook de volgende citaten.

Handbaltrainer: "Ik bemoei me wel met alles en iedereen maar en eh, naar speelsters toe probeer ik heel kort te communiceren, want zij moeten met die wedstrijd bezig zijn."

"Ik bemoei me wel met alles en iedereen maar en eh, naar speelsters toe probeer ik heel kort te communiceren, want zij moeten met die wedstrijd bezig zijn."

Voetballer: "... ik heb soms ook niet echt dat ik begrijp wat hij zegt."

Volleybaltrainer: "Of ik loop erlangs en ik zeg heel zachtjes iets ervan."

Bokstrainer: "Ik vind het belangrijk dat er rustig met ze wordt gepraat dan dat je van een afstand staat te roepen."

Voetballer: "Ik denk dat het wel wat milder kan, waardoor je eerder zal accepteren. Nu ben je al gauw geneigd om er een discussie over aan te gaan. Omdat het niet een prettige manier is waarop je wordt aangesproken. Het ligt eraan hoe je het zegt. Ja, de toon van het zeggen."

Voetballer: "... op het goede moment iets tegen ons zeggen en ons extra motiveren."

Wat betreft het spreekvolume hebben de trainer in het algemeen de voorkeur om niet te luid te spreken (roepen/schreeuwen). Enkele trainers betrapten zich zelf er soms op dat het niet lukt om rustiger te praten, wat dan te maken lijkt te hebben met het fanatisme van de trainer. Opvallend zijn wel de citaten van een jeugdvoetballer en een korfballer die wel een voorkeur beschrijven voor een trainer die duidelijk hoorbaar aanwezig is. Een andere korfballer uit dezelfde trainingsgroep reflecteert hier vervolgens anders op dan de eerste (zie laatste van onderstaande citaten).

Voetbaltrainer: "... schreeuwen, ik ging er zelf ook niet harder van lopen ..."

Voetballer: "... nu willen we eigenlijk wel weer gewoon serieus trainen, maar daar heb je dan wel iemand voor nodig die veel schreeuwt en die het zegt als je het fout doet."

Korfballer: "... ook al schreeuwt ze over het hele veld ... dat motiveert mij meer dan dat iemand een keer tegen mij zegt dat had je beter zo kunnen doen en als ik het dan nog een keer verkeerd doe dat ze er dan niks meer van zegt."

Korfballer: "... schreeuwt gewoon alles, wat ze denkt dat zegt ze meteen ... en dat komt niet bij iedereen even goed aan en dat heeft ze niet door."



Een enkele trainer beschrijft ook nog dat hij/zij soms bewust gebruikmaakt van het overdrijven van de boodschap. In het volgende citaat wordt dit gekoppeld aan het extra duidelijk maken van de bedoeling van de oefenvorm.

Voetbaltrainer: "... dan doe ik heel overdreven, maar wel met gedrevenheid uitleggen hoe ik het liever zou willen zien, soms wordt erbij gelachen maar ze snappen wel wat ik ermee bedoel."

Ook gaven enkele trainers aan dat het belangrijk is om de namen van spelers te noemen. Zij geven aan dat ze boodschappen bewust koppelen aan de naam van een speler.

Judotrainer: "... door de naam te noemen, ik probeer wel, ik sta er duidelijk bij stil dat ik iedereen wel een keer genoemd heb tijdens de les."

Voortbordurend op het vorige hoofdstuk is ook in verschillende interviews ingegaan op het belang van het aantal boodschappen (frequentie). Vooral bij de verbale communicatie wordt door trainers afgewogen hoe vaak ze verbale aanmoedigingen of aanwijzingen geven. Een enkele keer lijkt het wenselijk dat er meer wordt gezegd, maar meerdere trainers denken eerder dat ze vrij vaak aanmoedigingen of technische instructies geven. Ook uit de volgende citaten blijkt dat het zoeken is naar een optimale balans tussen iets vaak zeggen of weinig zeggen. Trainers geven nogal eens aan dat je eigenlijk niet te veel moet (voor)zeggen.

Handballer: "... vorig jaar hadden we een andere coach ... dan hoorde je eigenlijk bijna niks. En dan is het ook zo van ja heb ik het nou wel goed gedaan of niet."

Voetbaltrainer: "... ik kan moeilijk, ik denk altijd wel eens ik ga lekker achterover zitten. En dan laat ik het gaan en dan na twee minuten sta ik dan weer. Dan kan ik gewoon, je ziet iemand vrijlopen en dan zien hun het niet en dan ga je het toch voorzeggen. En eigenlijk moet je het niet voorkauwen, want ze moeten het zelf zien. Maar ja, je kunt het toch niet laten. Om toch te zeggen: Keesje staat vrij, pietje staat vrij, of speel hem in. ... "

Voetballer: "Hij coacht ook niet heel veel, hij coacht alleen als hij het belangrijk vindt."

Voetbaltrainer: "Bij sommige jongens kan ik beter niks zeggen, omdat ze dan helemaal op mij gaan letten en de bal niet meer zien."

Volleyballer: "... ik heb het idee dat hij altijd wel nuttige dingen zegt, maar hij zegt meestal wel de kleine details."

Naast frequentie komt ook de hoeveelheid verschillende boodschappen (diversiteit) regelmatig aan de orde. Verschillende trainers geven aan ervoor te willen waken dat ze te veel verschillende boodschappen in een kort tijdsbestek aan de jongeren geven. Wel maken trainers vaak gebruik van herhaling, om spelers te herinneren aan eerdere aanwijzingen.

“Ze weten het allemaal heel goed, maar als ze het niet doen dan moet ik gewoon ingrijpen en hun eraan herinneren.”

Voetbaltrainer: “Ze weten het allemaal heel goed, maar als ze het niet doen dan moet ik gewoon ingrijpen en hun eraan herinneren.”

Non-verbale communicatie

Naast verbale communicatie, die vaak beter waarneembaar is, zijn er uiteenlopende voorbeelden gegeven van non-verbale communicatie door de trainers uit het onderzoek. Naast een betrokken/fanatieke/positieve houding in het algemeen gaat het bijvoorbeeld om: oogcontact, knipogen, klappen en juichen, zich verplaatsen op het veld of langs de lijn, fysieke afstand naar de spelers, fysiek contact (schouderklop), duim opsteken, gezichtsuitdrukkingen, fluiten en zuchten. Ter illustratie staan hierna enkele voorbeelden.

Voetbaltrainer: “Ik probeer echt contact te leggen met de jongens. Dus dat hij me aankijkt en dat hij ziet wat ik bedoel.”

Handballer: “... steekt ze haar duim op.” ... “En dan gaat ze echt een hele rare glimlach doen.”

Volleyballer: “Vooral ook veel met gezichtsuitdrukkingen.”

Volleyballer: “Ja dan zegt hij ‘goed zo’ en dan steekt hij een duim op en soms dan gaat hij heel blij zijn en heel hard klappen enzo.”

Voetbaltrainer: “...laat ik ze zitten in een kring. Ik haal ze daarmee dicht bij me. Ik creëer daar een soort intimiteit, rust mee. En dan vraag ik ze ook van, ‘goh hoe was de wedstrijd afgelopen zaterdag?’”

Daarnaast zou je het zelf meedoen van de trainer aan een oefening tijdens trainingen ook kunnen zien als een vorm van non-verbale communicatie. Sommige trainers en spelers geven in elk geval aan dat de trainer naast het geven van voorbeelden en instructies soms zelf meedoet aan een oefenvorm op een training. Uit de volgende citaten van jeugdsporters over hun voetbaltrainer (eerste twee voetballers zitten in hetzelfde team, en de andere twee zitten samen in een ander team) blijkt dat sommige jongeren dit wel positief vinden, maar al met al worden toch vooral nadelen genoemd van het meespelen van trainers.

Het is belangrijk om de rol van non-verbale communicatie niet te onderschatten en ook zicht te krijgen op de betekenissen van vormen van non-verbale communicatie voor de ontwikkeling van jeugdsporters.

Voetballer: "Soms is het heel goed dat hij meedoet, omdat het dan fel blijft. Maar soms wordt het daardoor ook grappig en wordt er dan niet meer serieus gespeeld. En dat vind ik niet erg hoor, want ik vind het heerlijk om relaxed te trainen. Maar soms is het wel goed dat we die felheid hebben. En helemaal als [naam trainer] meedoet, dan is het vaak niet meer serieus."

Voetballer: "... dan kan hij beter coachen van wat er gebeurt. En dan heeft hij beter zicht op het spel." ... "Ik vind het ook wel leuk. Ik denk dat je er ook wel wat aan hebt. Ik denk dat een aantal jongens, ik bedoel het is leuk om de trainer uit te spelen of om hem weg te tikken, dus ja, ik denk wel dat je er beter van gaat trainen. En inderdaad, hij kan ook coachen, hij staat in het veld dan. En zo lang hij niet te veel op de 10 gaat spelen. Hij gaat nu gewoon een beetje achterin staan, hij eist de rol niet op."

Voetballer: "Als hij zelf ook niet meevoetbalt, dan kan hij zich ook meer gaan richten op ons. En dan kan hij ook beter kijken hoe wij het doen. Dan dat hij zelf mee gaat voetballen, dan is hij zelf druk bezig."

Voetballer: "Als hij meevoetbalt dan is het denk ik ook lastiger om tips te geven enzo. Als hij langs de zijlijn staat, dan kan hij ook kijken wat iedereen doet. En als hij zelf ook meedoet, dan ziet hij dat niet."

Naast verbale communicatie zijn er dus ook diverse non-verbale uitingen door trainers naar jeugdsporters die niet onopgemerkt blijven bij de jeugdsporters. Het is belangrijk om de rol van non-verbale communicatie niet te onderschatten en ook zicht te krijgen op de betekenissen van vormen van non-verbale communicatie voor de ontwikkeling van jeugdsporters.

6.2 Gericht op individu of groep

Uit de interviews blijkt dat de trainers er vaak bewust voor kiezen om te communiceren richting een individuele speler of richting een groep spelers tegelijk.³ Op het ene moment krijgt een individuele speler een aanwijzing van de trainer of wordt de speler aangesproken op zijn/haar gedrag, terwijl op andere momenten bewust de hele groep wordt aangesproken. Om een speler goed te bereiken, wordt regelmatig gepleit om aanwijzingen specifiek op een individu te richten (zie citaat hierna van de schaatstrainer), maar bij een andere situatie wordt bewust gekozen om fouten wel in de groep te noemen, maar niet te koppelen aan een individu (zie citaat hierna van de voetbaltrainer). Als een speler individueel wordt aangesproken dan kan het overigens zijn dat een speler echt apart wordt benaderd, maar vaak is de individueel gerichte coaching ook hoor- en zichtbaar voor de rest van de spelersgroep. Doordat de rest van de spelersgroep die coaching ook ervaart

³ In de observatieslijst CBAS en hoofdstuk 5 is geen onderscheid gemaakt tussen typen gedrag van de trainer gericht op een individu ten opzichte van gedrag gericht op meerdere spelers tegelijk.

willen trainers soms bewust een breder effect van de coaching krijgen. Hierna staan enkele illustratieve citaten.

Volleybaltrainer: "Wat ik in ieder geval probeer is dingen in het algemeen te zeggen, maar dit daarnaast individueel terug te koppelen"

Schaatstrainer: "Als je dan even een-op-een zit, kun je net even wat meer dieper wat vertellen. En dan is het ook even iets van jullie beiden en dat beklijft dan iets meer als bij een groepsuitleg. Want groepsinstructie is toch niet voor mij, want ik ben al goed of dat kan ik al. En bij zo'n een-op-eenmoment is dat niet, en dan zie je ook altijd aan het begin van de training dat ik dan ook wel eens zeg van we gaan inrijden waar denk jij aan en dan wil ik dat ze terughalen wat ik in dat individuele gesprekje heb gezegd. Nou dan denken ze eraan en dan maken ze in één keer in de groep zichtbaar van ik heb ook nog wat te leren. En anders in het groepsproces ik hoef niet op te letten, want ik weet alles al. Nee, ik moet ook nog iets leren. Dus dan pak ik ze op dat dingetje in de groep even van ik moet ook nog wat leren."

Voetbaltrainer: "Dat ga ik niet uitgebreid over het veld roepen van jij doet dit verkeerd maar dan probeer ik het in zijn algemeenheid te roepen zoals jongens, let op je mannetje! Dan ga ik niet op de man af roepen. Wel in zijn algemeenheid. Want meestal gebeurt het bij meerdere. Want weet je de fouten die gemaakt worden gebeuren ook vaker, sommige kunnen ook gewoon niet beter. Dan denk ik van ja, die roep ik dan soms, omdat ze dan niet weten wat ze moeten doen."

Het is dus belangrijk om te beseffen dat de vele mogelijke vormen van gedrag van trainers (bewust) gericht kunnen zijn op een individu, maar ook gericht kunnen zijn op meerdere spelers tegelijk. Om te bepalen welke betekenis specifiek gedrag van trainers heeft voor de ontwikkeling van jeugdsporters lijkt het relevant om te weten of dit gedrag gericht is op individuele spelers of dat het is gericht op een groep spelers. Voordat het gedrag van trainers wordt gekoppeld aan de betekenis voor jeugdsporters worden nu eerst in paragraaf 6.3 de vele mogelijke vormen van gedrag van trainers inhoudelijk beschreven.

6.3 Allerlei vormen van reagerend en spontaan gedrag van trainers

In deze paragraaf worden allerlei vormen van reagerend en spontaan gedrag van trainers tijdens trainingen/wedstrijden beschreven. Uit de interviews met trainers en jeugdsporters blijkt in het algemeen dat die vormen van gedrag vrij goed aansluiten op de twaalf typen gedrag uit de observatielijst

"Wat ik in ieder geval probeer is dingen in het algemeen te zeggen, maar dit daarnaast individueel terug te koppelen"

De trainers geven aan het belangrijk te vinden om positief te coachen en om complimenten te geven aan hun spelers. Jeugdsporters lijken soms iets kritischer over hoe positief de trainer coacht, maar zowel de trainers als jeugdsporters geven tal van voorbeelden van positieve belonende reacties.

CBAS in hoofdstuk 5. De basisvormen van gedrag, die aansluiten op de CBAS, zijn hierna in vetgedrukte kopjes weergegeven en daarna uitgewerkt. Daarnaast is nog een aantal specifiekere vormen van gedrag in cursieve kopjes toegevoegd. Die specifiekere vormen zijn in meerdere interviews aan de orde gekomen en geven verdieping aan de basisvormen. Hierna komen achtereenvolgens aan bod:

Gewenste prestaties belonen
<i>Gunnen van speeltijd</i>
Aanmoedigen na een fout
Aanwijzingen geven na een fout
Bestrafen na een fout
<i>Waarschuwen/dreigen en altijd een herkansing</i>
Bestrafen van wangedrag
Even geen reactie geven
<i>Kritisch zijn na gelukke actie en compliment geven na fout</i>
Spontane aanmoediging geven
Organisatie neerzetten
Overige spontane aanwijzingen geven
Algemene communicatie
<i>Belonen en straffen</i>
<i>Vragen stellen</i>
<i>Compliment of aanmoediging, gevolgd door aanwijzing</i>

Gewenste prestaties belonen

De trainers geven aan het belangrijk te vinden om positief te coachen en om complimenten te geven aan hun spelers. Jeugdsporters lijken soms iets kritischer over hoe positief de trainer coacht, maar zowel de trainers als jeugdsporters geven tal van voorbeelden van positieve belonende reacties. Heel vaak doen de trainers dit door na een gelukke of gewenste actie 'Goed zo/goed gedaan/goed gespeeld!' te zeggen tegen de speler. Enkele trainers geven aan dat ze de voorkeur hebben om dit koppelen aan het noemen van de naam van de speler. Ook kwam aan de orde dat een trainer er bewust voor kan kiezen om ervoor te zorgen dat de andere spelers in de groep het compliment ook horen. Hierna staan ter illustratie enkele algemene uitspraken over het geven van complimenten na een gewenste prestatie van een speler.

Volleybaltrainer: "Belonen vooral door te benoemen, complimenten te geven."

Voetballer: "Je krijgt gewoon complimenten als je goed speelt en als je niet goed speelt krijg je geen complimenten."

Handbaltrainer: "Al vangen ze vier keer een bal niet, en de vijfde keer wel, dan zal ik eerder de nadruk leggen op die vijfde dan op die eerste vier."

Schaatstrainer: "... als hij vindt dat je vooruit bent gegaan of we een oefening doen bijvoorbeeld de bochten, nou de bocht ging nog niet zo goed en later wel dan zegt hij wel dat het beter gaat."

Voetballer: "... we proberen ons te verbeteren, zodat we ook een keer iets krijgen te horen van 'je hebt goed gewerkt', maar meestal is het onze keeper ... Hij krijgt wel altijd complimenten."

"Als wij scoren ... als het een belangrijke wedstrijd is, dan staat hij bijna op het veld te springen."

In enkele interviews bij team- en balsporten gaven trainers en jeugdsporters aan dat de trainer er ook op probeert te letten dat niet alleen de speler die scoort of aan de bal is een compliment krijgt. Ook als anderen een goede bal hebben (aan)gegeven of zich positioneel goed opstellen (bijvoorbeeld goed vrijlopen zonder de bal te krijgen, al vroegtijdig een verdedigende positie innemen) verdienen ze een compliment. Zie ook de handballer hierna die dit positief waardeert aan de trainer.

Handballer: "Als je bijvoorbeeld goed hebt aangespeeld of tijdens een break ofzo dan doet hij ook gewoon allebei diegenen, dat het niet is één maar ook de ander die het goed heeft gedaan. Want doordat die ene aangespeeld heeft, is er wel een schot gekomen ..."

Verschillende non-verbale belonende reacties van de trainer die meerdere jongeren noemden in de interviews lijken vooral plaats te vinden bij wedstrijden en bij het scoren van een punt. Het komt voor dat trainers klappend en juichend het veld binnenspringen of vreemd lachen, knipogen en een grapje maken of een schouderklopje geven. Zo ook de jeugdsporter hierna over zijn voetbaltrainer.

Voetballer: "Als wij scoren ... als het een belangrijke wedstrijd is, dan staat hij bijna op het veld te springen."

Daarnaast noemde een jeugdsporter dat de trainer een keer heel positief verrast reageerde na een mooie actie. Als het verwachtingspatroon wordt overstegen, kan dit ook leiden tot een positieve reactie, waarbij het uiten van (oprechte) verbazing in de perceptie van de jeugdsporter een rol speelt. Dat de trainer na een gelukte actie aan een speler vraagt of die speler dit voor wil doen in de groep, ziet een van de trainers ook als beloning. Daarnaast noemde een enkele trainer dat hij wel eens een compliment geeft door een relatie te leggen met een topper of een topteam. Zo gaven enkele jeugdvoetballers aan dat de trainer wel eens roept 'Barca hier!', verwijzend naar de voetballers van FC Barcelona.

Het tijdelijk niet mogen meespelen, wordt in de interviews door zowel trainers als jeugdsporters veelvuldig gekoppeld aan ongewenst gedrag van de spelers.

Als algemene beloning voor de spelers passen de trainers ook wel eens hun training aan door een extra leuke oefening of een eindspel te doen. Daarnaast gaven enkele trainers aan dat ze stimuleren dat spelers elkaar complimenteren en dat een punt of winst door de spelers samen moet worden gevierd.

Gunnen van speeltijd

Het gedrag van trainers is regelmatig gericht op het wel of niet laten meespelen van de spelers tijdens de oefening of wedstrijd. Veel genoemd in de interviews zijn het wisselen van spelers bij wedstrijden en het omgaan met ongewenst gedrag van spelers. In sommige gesprekken werd aangegeven dat als je goed speelt tijdens een wedstrijd en acties lukken, dat de kans groter is dat je mag blijven spelen en niet wordt gewisseld. Dit gaat dan specifiek om teamsporten waar meestal wisselers zijn. Toch is bij de meeste teams in het onderzoek aangegeven dat vrij willekeurig of volgens schema wordt doorgewisseld, zodat alle spelers ongeveer even veel speeltijd krijgen. Soms is er nog wel wat discussie tussen trainers en jeugdsporters over het 'wisselbeleid' en de gekozen beginopstelling. Zie ook hierna enkele illustratieve citaten.

Volleyballer: "... als iemand dan slecht is, wordt die wel gewisseld. Maar dat is ook wel logisch, want het is wel een wedstrijd. ... als je een vijfde set hebt, die gaat maar tot de vijftien, dan zetten ze vaak wel de goeie erin."

Voetbaltrainer: "... als iemand natrapt of wat dan ook, dan wordt hij gewisseld. Dat is al een paar keer gebeurd ..."

Voetbaltrainer: "... mijn leider heeft er wel eens moeite mee ... ik zeg: ja maar volgens mij winnen we zonder Pietje ook wel hoor, ook al is Pietje de beste."

Voetbaltrainer: "... dan 'kom maar effe zitten, want blijkbaar kun je je niet aan de taken houden'."

In navolging van het laatste citaat wordt het niet mogen spelen soms toegepast als bestraffing na een mislukte actie, omdat een speler zich niet aan de taken houdt die de trainer van hem/haar verwacht. Dit klinkt vanuit pedagogisch oogpunt misschien wat hard, maar in de perceptie van de trainer is dit niet altijd een straf. Een andere trainer schetste namelijk dat de speler dan even kan bijkomen en later een nieuwe kans krijgt en weer fris kan spelen.

Het tijdelijk niet mogen meespelen, wordt in de interviews door zowel trainers als jeugdsporters veelvuldig gekoppeld aan ongewenst gedrag van

de spelers. Als trainers vinden dat spelers niet goed luisteren tijdens de uitleg van een oefening, niet serieus meespelen of onsportief gedrag vertonen naar tegenstanders of scheidsrechter dan overweegt de trainer om specifieke spelers even te verbieden om mee te doen.

Aanmoedigen na een fout

Er zijn heel vaak dezelfde voorbeelden gegeven door de trainers en jeugdsporters van aanmoedigingen na een fout of vergissing. De trainers moedigen na een fout aan door te zeggen 'jammer', 'kom op', 'geeft niet', 'ga zo door', 'goed geprobeerd', 'volgende keer beter'. Bij een judotrainer viel daarbij op dat zowel de trainer zelf als de jeugdige judoka's (zie volgende citaat) aangeven dat het de trainer niet uitmaakt of een actie lukt of niet, 'als je het maar probeert'.

Judoka: "... je hoeft het gewoon altijd alleen maar te proberen."

Aanwijzingen geven na een fout

Drie veel genoemde soorten aanwijzingen van de trainer die na een fout terugkomen, zijn gericht op:

1. de biomechanische vaardigheid en lichaamshouding. Onder biomechanische vaardigheid en lichaamshouding worden aanwijzingen verstaan als 'door je knieën', 'met de binnenkant raken', 'doorzwaaien' of 'kleine pasjes maken'. Dit is vaak gerelateerd aan de fysieke vaardigheden die horen bij de specifieke sport. Bij bal- en teamsporten gaat het ook regelmatig om het moment waarop een speler een bal wel/niet moet afspelen naar een teamgenoot;
2. de positie in het speelveld. Aanwijzingen over de positie van spelers in het veld zijn bijvoorbeeld 'een pasje naar voren', 'links/rechts staan', 'daar ligt ruimte', 'achter je, let op je man';
3. de paraatheid om te (re)ageren. Een aanwijzing van een volleybaltrainer om paraat te staan is 'handen klaar houden' en een turnster gaf aan dat de trainer aangeeft: 'Nu weer concentreren op het volgende toestel'.

Bij aanwijzingen na een fout beschreven vooral de trainers ook verschillende manieren waarop zij de aanwijzing geven. Soms geven trainers duidelijk aan hoe spelers het anders moeten doen, terwijl trainers ook aangeven hoe spelers het anders kunnen doen. Bij dit laatste wordt de aanwijzing meer als een tip/suggestie gecommuniceerd.

Trainers leggen tijdens trainingen het spel ook wel eens stil na een mislukte actie. Eén trainer lichtte toe dat hier de een-seconde-regel van toepassing was, waarbij wordt aangenomen dat het alleen zin heeft om direct na een fout een aanwijzing te geven. Zie ook de volgende citaten.



Verschillende spelers vinden het zinvol dat het spel soms even wordt stilgelegd voor een aanwijzing, maar anderen vinden dit niet zo positief en willen dit niet te vaak.

Volleybaltrainer: "... even stilleggen. Dan is het vaak de een-seconde-regel, wat net gebeurd is kunnen ze nog wel onthouden."

Volleyballer: "Als je iets verkeerd doet dan zegt hij het eigenlijk wat je beter kan doen."

Verschillende spelers vinden het zinvol dat het spel soms even wordt stilgelegd voor een aanwijzing, maar anderen vinden dit niet zo positief en willen dit niet te vaak. Zie ook hierna de uitspraken van enkele jeugdvoetballers.

Twee voetballers: "Partijtje vind ik wel leuk, maar ik denk: maak er ook een keer plaats voor leuke dingen waar je echt iets bij leert ook. Met partijtje leer je niet veel ..." ... "Dat ligt eraan hoe je het partijtje speelt. Als je de hele training door een partijtje speelt, dan kun je ook doen dat de trainer steeds gaat stoppen en dat hij dan zegt wat er beter kan."

Voetballer: "... zijn we net lekker bezig en dan leggen ze het weer stil. Ze moeten het gewoon door laten spelen bijvoorbeeld met het positie spel. ... Soms een paar op- of aanmerkingen kan wel, maar dat iedereen bij elkaar moet komen is te veel. Het kan dus voorkomen dat je staat te praten over niks."

Als het spel toch wordt stilgelegd, doet een trainer, naast een verbale aanwijzing, ook wel eens ter plekke voor hoe eenzelfde fout de volgende keer voorkomen kan worden. In plaats van stilleggen kan een trainer overigens ook een individuele speler even uit het veld halen, terwijl de anderen verder spelen. Dan kan de trainer in een kort een-op-een-gesprekje aanwijzingen geven. Een trainer gaf aan dat je 'echt contact' moet hebben met de speler, waar een-op-eencontact in kan helpen. Toch gaf een trainer ook aan dat het lastig is om een jeugdsporter te coachen, terwijl de rest verder speelt. De speler die er even uit is gehaald, staat namelijk te popelen om er weer in te gaan en heeft dan niet alle aandacht voor de aanwijzingen van de trainer.

Met het geven van gerichte aanwijzingen proberen trainers soms te stimuleren dat spelers het spel niet te complex maken. Een trainer geeft dan bijvoorbeeld aan dat de spelers een meer eenvoudige oplossing hadden kunnen zoeken of rust in het spel moeten brengen.

Tot slot bleek dat trainers meestal eerst de gemaakte fout benoemen, waarna een aanwijzing volgt. Dan weet de speler wat de trainer vindt dat er fout gaat, waarna wordt aangegeven hoe het beter kan of moet. Een enkele trainer wil hier wat terughoudend in zijn, omdat die trainer denkt dat de speler zelf wel weet dat hij een fout maakte. Het wordt dan niet als

zinnig gezien om extra nadruk op die fout te leggen, door dit als trainer te benoemen. Hierna staan nog enkele uitspraken van trainers over die combinatie van benoemen van de fout, gevolgd door een aanwijzing.

Voetbaltrainer: "Ik geef eerst verbaal aan dat ze het niet goed doen en daarna geef ik aan wat ze beter hadden moeten doen."

Voetballer: "... dat je nog meer van elkaar leert ... Kijk je moet het accepteren als je ... verbeterd wordt ... Soms voel je je geprikkeld, maar achteraf heb je zoiets van, goed dat hij het gezegd heeft."

Volleybaltrainer: "Want hij weet dat zelf ook wel. Dus dan kan je hem beter een handvat meegeven hoe hij dat de volgende keer beter kan oplossen. Dus je hoeft de nadruk dan niet te leggen op de fout, omdat diegene zelf ook wel weet dat hij die fout maakt."

Voetbaltrainer: "Naja, ik denk dat ik liever heb dat ik hoor wat ik fout doe, want dan kan ik me erop verbeteren. Hetgene wat ik goed doe dat is wel leuk om te horen, maar als je hoort dat je iets fout doet en hoe je het dan goed kan doen ... Daar heb ik meer aan als ... Van fouten kun je leren."

Voetbaltrainer: "Volgens mij heb ik wel opbouwende kritiek gegeven, maar de dingen die fout gingen die zeg ik ook altijd wel. Want ik vind dat de fouten maken niet erg is en dat je ervan kunt leren. Maar ik wil het wel even benoemen. Ik ga niet zeggen dat ze goed gevoetbald hebben als dat niet zo is."

Bestrafen na een fout

Als trainers straffen uitdelen na een fout dan valt duidelijker op dat ze niet tevreden zijn en vinden ze dat de speler duidelijk iets te verwijten valt bij die fout. Het volume van de stem van de trainer lijkt nogal eens op te lopen en soms worden trainers boos of vallen uit. Toch noemt een andere trainer ook dat de ontevredenheid ook wel eens zachtjes wordt geuit, zodat alleen die ene speler hoort wat de trainer zegt.

Het bestraffend optreden bestaat meestal uit het uitspreken van afkeuring, waarschuwen/dreigen, extra fysieke arbeid of tijdelijk niet mogen meedoen. In het uitspreken van afkeuring gaat de trainer dan niet zozeer in op de technische uitvoering van een actie op het veld, maar meer op houdings- en gedragsaspecten. Spelers worden dan verweten dat ze niet goed hebben geluisterd, afspraken niet nakomen, niet serieus zijn of niet opletten, meer lef moeten hebben of juist rustiger moeten zijn. Fysieke bestraffingen die veel trainers toepassen, bestaan uit extra fysieke arbeid zoals opdrukken, extra rondjes lopen of sprinten en stukjes krachttraining.



“... dan kan ik ook wel geïrriteerd raken en dan krijgen ze bij wijze van spreken erna een stukje krachttraining wat ik niet gepland heb.”

Volleybaltrainer: “Kom op, lef hebben”.

Voetbaltrainer: “... ik hoef eigenlijk ook maar één keer te zeggen stil en dan is het ook stil, sommigen schrikken wel, want als het bij mij drie keer fout gaat, dan is het niet meer van ‘hej’ doe het volgende keer zo, dan ben ik gewoon duidelijk daarin, en dat weten ze, voor sommigen is dat wennen ...”

Handballer: “... dan wordt ze wel een beetje boos. Maar en dan zegt ze wel van je moet dit doen ... als we dat gewoon goed doen, wordt ze ook niet boos.”

Handbaltrainer: “... ik kreeg het niet duidelijk. Toen kreeg ik als tip vanuit de technische commissie van goh heb je al eens aan gedacht om te zeggen om er gewoon een consequentie aan te verbinden, als er niet wordt rondgespeeld dan ga ik je wisselen en bij de tweede of derde keer wisselen als ik je daarvoor moet wisselen. Dan blijf je dus gewoon de rest van de wedstrijd aan de kant zitten. Ik vond het nogal rigoureuus maar ik denk ik ga hem toch maar gewoon erin gooien en hij heeft gewerkt.”

Voetbaltrainer: “... als ik dat tot twee drie keer toe heb gezegd en die weten het dan, maar die gaan dan nog lopen verzaken, die gaan dan nog voorin blijven staan dan ‘kom maar effe zitten want blijkbaar kun je je niet aan de taken houden’.”

Volleybaltrainer: “... dan kan ik ook wel geïrriteerd raken en dan krijgen ze bij wijze van spreken erna een stukje krachttraining wat ik niet gepland heb.”

Turntrainer: “... dus heb ik ze krachttraining laten doen ... ik denk toch dat ze doorhadden van dit is eigenlijk niet goed wat we gedaan hebben.”

Waarschuwen/dreigen en altijd een herkansing

Trainers hebben dus een aantal manieren van straffen tot hun beschikking en voeren die ook regelmatig uit. Toch is het straffen na een fout geen eenvoudige oorzaak-gevolgrelatie, maar een complexer proces dat door de trainers en jeugdsporters is beschreven. Straffen volgen vaak pas na (herhaaldelijke) waarschuwingen en instructies. Ook kunnen straffen in gradaties oplopen, waarbij een speler bijvoorbeeld de eerste keer vijf minuten niet mag meedoen en een volgende keer is dat tien minuten. Trainers proberen zorgvuldig af te wegen wanneer ze wel, niet of licht straffen, waarbij enkelen aangeven dat ze daarbij rekening houden met de kenmerken van de specifieke speler. Een onzeker meisje wordt na een fout door de trainer niet snel zwaar aangepakt en gestraft. Verschillende trainers gaven in de interviews aan dat de straffen wel duidelijk eindig zijn en een speler altijd een nieuwe kans krijgt om de fouten de volgende keer

te voorkomen. Ook als het niet zozeer gaat om een actie die niet lukte, maar om wangedrag van een speler, zijn deze principes van toepassing. De waarschuwingen en straffen zijn dan soms iets anders, maar ook bij wangedrag volgt na waarschuwen of straffen een nieuwe kans.

Voetbaltrainer: "Die gaat er soms wel hard in met een gestrekt been en dan neem ik ze apart en geef ik de grens aan. Van dit is te ver. Vorige week is hij bij mij geweest. ... je moet hem hier wel in remmen en zeggen tot hier en niet verder. Niet gelijk wisselen maar wel aangeven tot hier."

Turnster: "... eerst heeft hij helemaal geduld met haar en dan barst ie zeg maar helemaal los en dan heeft hij weer geduld en dan wordt hij weer boos en dan weer geduld."

Bestrafen na wangedrag

Uit de interviews blijkt dat alle trainers wel eens bezig zijn om controle over een speler of de spelersgroep te krijgen als reactie op ongewenst gedrag. Om die controle terug te krijgen, hoeft de trainer soms alleen maar even zelf stil te zijn (als spelers bijvoorbeeld praten tijdens de uitleg van een oefening) of uit te spreken bij een speler dat die moet ophouden, bijvoorbeeld als een speler een teamgenoot of de scheidsrechter uitscheldt. Soms kiezen trainers ervoor jeugdsporters niet direct aan te spreken, maar dat indirecter te doen. Dan wordt bijvoorbeeld iets later tijdens de training in het voorbijgaan een in korte opmerking aan een individuele speler nog kort teruggegrepen op het vertoonde ongewenste gedrag. Toch zijn ook diverse voorbeelden genoemd, waarbij zwaar regeloverschrijdend gedrag werd vertoond of dat de trainer het nodig achtte om andere spelers, tegenstanders of de scheidsrechter te beschermen tegen het wangedrag. Waarschuwingen worden dan vaker gegeven in de vorm van dreigementen en er worden andere en zwaardere straffen gegeven dan het uitspreken van afkeuring. Ook hier bestaan die straffen vaak uit het niet mogen meespelen en uit fysieke straffen (zoals krachtoefeningen, rondjes lopen, programma voller proppen). Een trainer gaf ook nog aan dat het uitdelen van een straf aan het begin van het seizoen ervoor zorgde dat dit bekendheid kreeg binnen de hele vereniging, waardoor dit wangedrag niet meer (zo snel) wordt herhaald.

Voetballer: "Heel soms als we verliezen ben ik wel eens chagrijnig en dan zeg ik wel eens iets stoms. En dan zegt ze dat ik dat niet moet doen en dat is meestal wel genoeg."

Voetbaltrainer: "Gewoon een moment van stilte inlassen en dan horen ze zichzelf praten en dan stoppen ze uit zichzelf."

Uit de interviews blijkt dat alle trainers wel eens bezig zijn om controle over een speler of de spelersgroep te krijgen als reactie op ongewenst gedrag.

“... Soms helpt het niet om het te zeggen, om ze het te laten voelen, is dan wel een manier waarop ze het wat sneller vatten.”

Voetballer: “Die is daar heel streng op, want voor de wedstrijd zegt hij altijd: ‘mondje dicht tegen de scheidsrechter en tegen de tegenstander. Ook al gaan ze je uitschelden, laat ze gewoon maar gaan’.”

Volleyballer: “En dan kan hij soms wel even helemaal uitvallen, maar daarna geeft hij wel weer tips van doe dat nou de volgende keer niet meer!”

Voetbaltrainer: “En toen heb ik hem de volgende wedstrijd wissel gezet. ... [naam] heeft iemand geslagen en dan vind ik dat de vereniging al hoort te straffen en de KNVB.”

Naast die algemene manieren om jeugdsporters aan te spreken en soms straffen uit te delen passen de trainers ook meer verfijnde methoden toe om het gedrag van jeugdsporters onder controle te krijgen. Enkele voorbeelden zijn:

- het inkorten van de uitleg bij een oefening, zodat de uitvoering vervolgens fout gaat en jongeren dan worden aangesproken;
- de hele groep straffen vanwege het wangedrag van één speler waardoor er een groepsproces op gang komt;
- aanspreken op voorbeeldfunctie (als koploper in de competitie) of het buiten de activiteit om voeren van een een-op-een-gesprek.

Volleybaltrainer: “Vragen of ze stil willen zijn ... Of ik leg hen eigenlijk heel summier uit en dan gaan ze het fout doen en dan weten ze niet wat ze moeten doen. En dan roep ik ze weer opnieuw bij elkaar om te zeggen, dit bedoel ik nou. ... Soms helpt het niet om het te zeggen, om ze het te laten voelen, is dan wel een manier waarop ze het wat sneller vatten.”

Ongewenst gedrag dat de trainer ervaart, bestaat ook regelmatig uit ruzies of andere interacties tussen spelers onderling. Trainers maken een inschatting wanneer en hoe in te grijpen, waarbij een trainer aangaf dat mentaal zwakke spelers in de groep daarbij beschermd worden en aanvallers individueel worden aangesproken. Daarbij wordt soms overwogen om spelers die ruzie hebben even uit elkaar te halen, maar er kan ook voor worden gekozen om ze (na korte tijd of een gesprek) bewust weer bij elkaar te zetten.

Voetbaltrainer: “Ik haal ze sowieso uit elkaar en zet ze eerst uit elkaar en dan bij elkaar. Met elkaar praten dan. Dan probeer ik ze wel in hetzelfde team te krijgen, dat ik geen ongelukken krijg, maar ook dat ze weer met elkaar moeten samenspelen.”

Judotrainer: “... dan probeer je te zorgen dat er geen ruzie komt, dus dan ga je even met ze praten, maar het is ook wel eens goed als ze een beetje botsen ...

dat ik het prima vind dat ze een meningsverschil hebben ... maar er gaat geen ruzie komen."

Ook is aan de orde geweest dat trainers soms aan het begin van het seizoen en aan het begin van een activiteit wat eerder en strenger ingrijpen bij ongewenst gedrag. Het gedrag van de trainer heeft dan dus te maken met het moment waarop jeugdsporters ongewenst gedrag vertonen.

Handbaltrainer: "En dat hoef je maar een keer te doen en dan weten ze dat voor de rest van het seizoen ..."

"Ik haal ze sowieso uit elkaar en zet ze eerst uit elkaar en dan bij elkaar. Met elkaar praten dan. Dan probeer ik ze wel in hetzelfde team te krijgen, dat ik geen ongelukken krijg, maar ook dat ze weer met elkaar moeten samenspelen."

Tot slot zijn er door een enkele trainer of jeugdsporter nog andere gedragingen van de trainer genoemd in reactie op wangedrag. Zo refereren trainers soms aan eerder gemaakte afspraken en was er een trainer die aan de jeugdsporters vraagt waarom ze wangedrag vertonen. Een enkele keer vraagt de trainer ook om excuses. Enkele trainers hebben ook nog wel een keer gedreigd om zelf te stoppen met begeleiden van een training of geven aan 'ik kom hier voor jullie', maar er waren geen voorbeelden van trainers die ook daadwerkelijk stopten.

Even geen reactie geven

Hoewel het de vraag is of het uitblijven van een reactie na een gelukke actie, een fout of wangedrag een vorm is van waarneembaar gedrag, levert het hier bespreken van het uitblijven van een reactie door de trainer wel interessante informatie op. Hoewel de trainers in het algemeen regelmatig reageren (gemiddeld 93 keer per training/wedstrijd) kiezen zij er ook regelmatig voor om niet altijd te reageren. Meestal lijkt dit een bewuste keuze te zijn en zeggen jongeren niet direct wat over hoe vaak de trainer reageert, maar soms willen jongeren meer of juist minder reacties.

Volleybaltrainer: "... wanneer ze iets fout doen, dan kijken ze ook. Van ja ik weet het ik deed het fout. En dan lach ik ook een beetje, want dan hoef ik het ook niet meer te zeggen."

Voetballer: "Nou hij geeft meestal wel veel commentaar, alleen hij zegt het niet als je het goed doet."

Volleyballer: "... dat ligt er een beetje aan wat voor fout het is als het een luie fout is van je werkt niet hard genoeg of je denkt van iemand anders pakt hem wel dan reageert hij daar wel op van ja waarom had je die bal niet, maar als ja gewoon een keer een foutje kan iedereen gebeuren ..."

"...als je wat vraagt dan negeert hij je heel vaak. En dan vraag je het nog een paar keer, en dan zegt hij: 'niet zo piepen'."

Voetbaltrainer: "Ik heb me eigenlijk, zeker in de laatste 20 minuten van de wedstrijd, redelijk rustig proberen te houden. Ik zat mezelf natuurlijk helemaal op te vreten van binnen ..."

Interviewer: "Je zegt zelf dat de eerste 20 minuten waarin u meer had gecoacht, niet zo goed werkte. Het werkte zelfs averechts. Daarna ben je overgestapt naar een rustigere aanpak, dus minder coachen en sturen. ..."

Trainer: "... naar mijn mening was er meer onrust gekomen als ik was door blijven gaan. Ze waren gewoon moeilijk te bereiken."

Voetballer: "...als je wat vraagt dan negeert hij je heel vaak. En dan vraag je het nog een paar keer, en dan zegt hij: 'niet zo piepen'."

Kritisch zijn na gelukte actie en een compliment geven na fout

Sommige kritische reacties en complimenten van trainers zien er op het eerste gezicht wat vreemd uit. Zo zijn er trainers die soms kritisch reageren op spelers nadat een actie goed is gelukt en ook zijn er trainers die een compliment geven na een fout. Hoewel dat misschien niet logisch lijkt worden er een aantal redenen voor genoemd. Een kritische reactie na een fout is als volgt uitgelegd:

- Het is niet snel goed, het kan altijd beter.
- Gelukte mooie actie, maar je hield je niet aan afspraken.

Daarnaast zijn er drie redeneringen van trainers om een compliment te geven na een fout:

- compliment als ze weten waarom iets fout ging;
- compliment voor het goede idee;
- compliment voor het proberen.

Handbaltrainer: "... kan maar zo zijn dat als je niet hebt overgespeeld en het was een wereldactie dat ik je naar de kant haal en zeg wat een fantastische actie, maar je weet waarom ik je moet komen wisselen, he? Want je had niet samengespeeld."

Volleyballer: "... als we dik voor stonden dan noemde die toch nog wat verbeterpuntjes en dat vond ik wel fijn."

Voetballer: "Als je een goede wedstrijd voetbalt. Hij haalt er ook de mindere punten uit de wedstrijd naar voren, dat je nog meer van elkaar leert dat je alleen maar zegt van goed jongens en het is genoeg."

Spontane aanmoedigingen geven

Naast reagerend gedrag bestaat een groot deel van het gedrag (51%) van de trainers uit (spontaan) gedrag, zonder dat er direct wordt gereageerd op een actie van een speler. Aanmoedigingen bestaan meestal uit algemene (positieve) opmerkingen als stimulans voor de spelers. Verschillende voorbeelden hebben te maken met meeleven of begrip tonen door de trainer. Het gaat dan om aspecten als fanatiek/enthousiast meeleven, troosten/een arm om je schouder, voor spelers opkomen en begrip tonen voor de persoonlijke omstandigheden van een speler. Daarnaast zijn veel aanmoedigingen van de trainer gericht op de inzet, felheid en concentratie van spelers. Naast klappen en het veel voorkomende roepen van 'Kom op!' stimuleren enkele trainers daarbij ook een bepaalde felheid en hardheid. Mogelijk hieraan gerelateerd geeft een enkele trainer ook aan bij de spelers dat ze 'meer risico's moeten nemen'. Ook zijn er verschillende trainers die aanmoedigingen koppelen aan onderlinge verbondenheid van een spelersgroep. Soms geven trainers dan aan dat spelers elkaar moeten helpen en moeten samenwerken, maar het gaat er soms ook om dat de trainer stimuleert dat spelers die niet meedoen aan het spel de andere spelers moeten aanmoedigen. Mogelijk wordt dit laatste bij bepaalde sporten, bijvoorbeeld bij volleybal, meer gestimuleerd dan bij andere sporten. Een enkele trainer gaf ook nog algemene uitgangspunten van beter leren sporten mee met 'als we goed oefenen gaat het echt beter' of 'je moet van iedere bal een betere bal maken'. Tot slot probeert een enkele trainer open te staan voor vragen en onduidelijkheden door onder meer aan te geven 'zeg het als je het niet snapt'.



Voetbaltrainer: "Dan zeg ik van nou we hebben allemaal goed gevoetbald, maar dat kan dan wel even in de groep gemeld worden dat die persoon echt fantastisch was. Dat eh, mag iedereen weten."

Volleybaltrainer: "... we blijven enthousiast gewoon altijd. En dan probeer ik, ook al gaat het wat minder, kom op jongens, ertegenaan. ..."

Handbaltrainer: "... het is soms ook gewoon dat je even moet opletten, want als diegene heel vaak schiet dan zegt ie het ook sneller van ja je moet wel opletten, want die schiet sneller dan de rest dus dat is meer zo een ja geheugensteuntje meer."

Volleybaltrainer: "Ja, soms ben ik iets te enthousiast, hahaha."

Organisatie neerzetten

Vooraf bij het begin van een oefening of wedstrijd is de trainer actief bezig om ervoor te zorgen dat het spel op gang komt. De trainers geven dan vaak

De trainers geven dan vaak uitleg via mondelinge instructies en voor de start van een oefening is ook de leer methode plaatje-praatje-daadje een keer genoemd.

uitleg via mondelinge instructies en voor de start van een oefening is ook de leer methode plaatje-praatje-daadje een keer genoemd. Het gaat er daarbij globaal om bij de start van een oefening achtereenvolgens zelf de beoogde speelsituatie te laten zien, dan instructies over de speelwijze te geven en het vervolgens een speler voor laten doen. Specifiek bij teamsporten geven trainers vaak de opdracht aan de aanvoerder of een andere teamspeler om een gezamenlijke warming-up te leiden. Wat betreft de organisatie gaat het verder vaak over de posities van de spelers op het veld en hoe deze zich tot elkaar en tegenstanders verhouden. Hoeveel vrijheid spelers hierin wordt geboden, lijkt erg te verschillen. Ook binnen een team kunnen sommige spelers toestemming krijgen om van positie te veranderen en te wisselen, terwijl anderen dat niet mogen. Naast deze speeltactiek zou ook het wisselbeleid van de trainers onder het kopje organisatie kunnen vallen, aangezien trainers daar (vooral) tijdens wedstrijden ook mee bezig zijn. Ook doen een aantal trainers op trainingen regelmatig mee met oefeningen, terwijl anderen dat niet of nauwelijks doen. Wat betreft organisatie kan daarnaast nog worden opgemerkt dat er soms inbreng is van spelers over oefeningen en dat trainers vervolgens ervoor kiezen om daar wel of geen gehoor aan te geven.

Atleet: "Verhelderend als ie het gewoon voordoet in plaats van uit te leggen met woorden."

Bokstrainer: "... dan leg je dat even uit. Je doet het een keer voor en laat hen het een keer doen en dan ga je naderhand nog een keer kijken."

Voetballer: "De meesten snappen het dan al, als hij het zegt, maar het is ook fijn als iemand het voordoet zeg maar. Dan weet iedereen precies hoe het gaat en kan je ook in één keer gewoon doorgaan. In plaats van dat iedereen fouten gaat maken. Dus hij legt het gewoon uit, hij weet wel dat de meesten het begrijpen, maar hij wil gewoon denk ik duidelijkheid, dat het niet fout hoeft te gaan."

Voetballer: "Hij doet het ook gewoon voor enzo, hoe het moet. Maar soms is het nog wel een beetje onduidelijk, vind ik. Als hij zegt hoe je moet schieten, dan kan je niet zo snel naar de voet kijken en dan het in slow motion doen ofzo. En dan schiet hij één keer en dan moet je het meteen nadoen. ... daarbij als hij de bal bijna raakt, dat hij dan zegt hoe je hem moet raken. ... dat hij dan zegt: Je schiet met de voet eronder, been doorzwaaien ..."

Voetbaltrainer: "... nou ja, ik bepaal wat de tactiek is, dus daar hebben ze zich aan te houden en als het dan echt gebeurt dat mensen helemaal uit de organisatie gaan lopen, bij ons willen ze allemaal zo veel mogelijk, ze willen scoren, dat is heel belangrijk voor die jongens, ze willen voorin voetballen of in

het middenveld en hebben er een hekel aan om achterin te voetballen ..."

Voetbaltrainer: "Maar ja, je kunt het toch niet laten. Om toch te zeggen Keesje staat vrij, Pietje staat vrij. Of speel hem in. En volgens mij horen ze mij op een of andere manier wel, want het gebeurt wel gelijk. En dan is het eigenlijk te laat, want dan had het eerder moeten gebeuren. Ze hadden het zelf moeten zien eigenlijk."

Meestal geven de trainers aanwijzingen via verbale instructie, maar vaak wordt ook voorgedaan wat de gewenste actie inhoudt.

Overige spontane aanwijzingen geven

Bij het neerzetten van de organisatie zijn al verschillende soorten instructie genoemd. Toch zijn er nog andere spontane aanwijzingen of instructies die trainers geven, waarbij de nadruk ligt op technische aanwijzingen aan een speler zonder dat er direct een goede actie of fout van een speler aan voorafging. Zoals bij aanwijzingen na een fout ook is genoemd gaat het ook hier bijvoorbeeld om de houding van het lichaam van de speler en de positie van handen en voeten. Bij balsporten gaat het dan ook om de techniek hoe een bal te schieten en bij vechtsporten om hoe de tegenstander te raken of vast te hebben. Een enkele keer is genoemd dat het ook kan gaan om de snelheid van het verplaatsen van het lichaam (of de bal: 'rustig inpassen'). Meestal geven de trainers aanwijzingen via verbale instructie, maar vaak wordt ook voorgedaan wat de gewenste actie inhoudt. Vaak doet een trainer dat zelf, maar soms vraagt de trainer een speler om het voor te doen. Een mogelijk belangrijke boodschap die verschillende trainers en ook enkele jeugdsporters noemden, is dat de trainer regelmatig specifieke taken of opdrachten aan de spelers meegeeft. Wel geven de trainers aan dat je niet meer dan één of twee taken tegelijk kunt meegeven aan een jeugdsporters. Dit lijkt ook mede afhankelijk van de cognitieve capaciteiten van de speler waar het om gaat. Een trainer had het hier over rekening houden met de 'hersensleeftijd'. Eén trainer gaf overigens nog wel een voorbeeld van een speler die een gegeven aanwijzing iets te letterlijk had opgevolgd, waardoor andere spelbedoelingen uit het oog werden verloren. Tot slot maken trainers regelmatig bewust het onderscheid tussen aanwijzingen gericht op de hele spelersgroep en aanwijzingen specifiek gericht op één speler.

Voetbaltrainer: "... sommige jongens die moet je niet met twee taken het veld insturen, die moet je maar één taak geven eigenlijk en ... die neem je het ook minder kwalijk als ze iets fout doen."

Volleyballer: "... als er iemand is die heel diagonaal slaat, dan zegt ie dat ook tegen mij, zodat ik daar rekening mee kan houden met mijn blok."

Voetbaltrainer: "... eentje ertussenuit halen, en dan, die moet je bij wijze van spreken vasthouden, want als er dan een bal voorbijkomt, dan rent hij er

“Op de trainingen maakt hij dan wel eens een grapje, maar niet te veel.”

gewoon achteraan, terwijl je gewoon met hem staat te praten en staat uit te leggen, wat hij in feite niet goed doet, of wat hij beter kan doen.”

Algemene communicatie

Er zijn ook nog verschillende vormen van communicatie door de trainer die geen betrekking hebben op het spelen van de training/wedstrijd zelf. Zo maken trainers nog wel eens een grapje en sommigen kunnen soms lekker ouwehoeren. Daarnaast worden soms regels en consequenties genoemd van te laat komen of niet tijdig afmelden en worden de speeltijden van de eerstvolgende training/wedstrijd genoemd. Een enkele keer gaat het ook over de zorg voor sportmaterialen en het vooraf klaarzetten van materialen. Ook hebben verschillende trainers bij aanvang of tijdens een training of wedstrijd contact met spelers over hun fysieke gesteldheid en hoe het zit met blessures of medicatie. Naast die fysieke zorg proberen trainers ook in het algemeen belangstelling te tonen voor het wel en wee van hun spelers en proberen ze rekening te houden met eventuele psychosociale problemen van individuele kinderen. Een trainer vindt het ook belangrijk om geheimen te bewaren als een speler in vertrouwen iets vertelt over de persoonlijke situatie waarin hij of zij verkeert. Soms, vooral tijdens een warming-up, lijkt er dus ruimte om het over andere dingen dan sport te hebben. Dan kan het ook gaan over sinterklaas, verkering, feestjes of roddels (bijvoorbeeld uit een gezamenlijke Whatsapp-groep). Wel geven verschillende trainers aan dat te veel algemene communicatie niet wenselijk is. Ook zijn er enkele trainers die het met de spelers bewust niet echt hebben over andere dingen dan de sport, omdat ze de kinderen primair komen om te sporten en daar de focus op hoort te liggen.

Turntrainer: “... dan probeer ik grapjes te maken ... de spanning er een beetje af halen.”

Voetballer: “Op de trainingen maakt hij dan wel eens een grapje, maar niet te veel.”

Volleyballer: “Ik vind het zelf wel leuk als ze dan af en toe ergens anders over begint, vaak heeft ze het dan over dingen die in de groepsapp staan en iedereen moet daar dan altijd wel om lachen. Maar als ze dat tijdens een wedstrijd zou doen, dan zou ik het wel raar vinden.”

Voetballer: “Nou ze wil liever dat we gaan praten over het spel en niet over dingen daarbuiten.”

Belonen en straffen

Trainers zoeken naar een balans tussen het geven van complimenten en opbeurende aanmoedigingen en het geven van kritiek en instructies

hoe het beter kan. In hoofdstuk 5 is aangegeven dat trainers gemiddeld ongeveer even vaak een positieve belonende reactie geven na een gelukke actie (42x) als een reactie na een fout (40x). Dit is echter niet hetzelfde als een vergelijking tussen complimenten en aanmoedigingen versus kritiek en instructies. Bovendien zeggen aantallen niet wat over de inhoud en betekenis van wat precies wordt gezegd door de trainers. In de volgende hoofdstukken wordt nader ingegaan op de betekenis, maar het is hier nog niet goed mogelijk om uit de data op te maken of trainers die balans goed lijken in te richten. Wat nog wel opvalt, is dat er in totaal relatief weinig reacties van de trainer zijn op wangedrag (4x) tijdens een training of wedstrijd, maar dat er wel een relatief groot repertoire aan bestraffingen en overwegingen zijn genoemd, vooral door de trainers zelf. Het inzetten van beloningen en bestraffingen wordt door veel trainers gerelateerd aan motivatie en inzet. Hoewel sommigen aangeven dat 'motivatie moet bij de atleet zelf vandaan komen' en dat het niet moet gaan om iets te 'verdienen', geven anderen aan dat elementen van straffen en belonen wel net kunnen zorgen voor 'dat kleine beetje extra' (externe) motivatie, 'waardoor je net iets geconcentreerder bezig bent' en plezierbeleving.

Het inzetten van beloningen en bestraffingen wordt door veel trainers gerelateerd aan motivatie en inzet.

Voetballer: "Wat ik ook wel weer goed van hem vindt dat als we een wedstrijd hebben gewonnen, dan zegt die bijvoorbeeld als we 8-1 winnen dan ga ik trakteren op chocomel en wafel. En dan gaan we naar de kantine en dan gaan we dat eten."

Voetballer: "Als je moet rennen, is het niet leuk maar het is wel goed dat je gewoon wil winnen, en als je verliest dat je dan iets moet doen, anders zouden sommige misschien wel de kantjes er vanaf lopen."

Volleybaltrainer: "Ik zie dat niet als straffen, meer een beetje als externe motivatie. En eh, helemaal met dat oefeningetje dat ze de bal een minuut lang in de lucht moeten houden, dat geeft net dat kleine beetje extra waardoor je net iets geconcentreerder bezig bent."

Voetballer: "Als je erom vraagt, gaan we nog een toernooi aan het einde doen, dan zegt hij dan moet eerst dit goed gaan en dat goed gaan en dan denk ik van ja. Een eindtoernooi is toch altijd leuk, dan hoeft toch niet altijd van ehh, hij stelt heel veel eisen eraan zeg maar." "Hij zegt ook, dat moet je afdwingen, weet je wel, dat soort dingen. Als je altijd goed traint, niks kwijtraakt of proberen niks kwijt te maken en goed met je spullen om te gaan, kleedkamers opruimt, sportief en zo, dan zegt hij dan kunnen we erover nadenken."

Voetbaltrainer: "Het moet niet om het bier gaan. Ik zou het misschien een verrassing noemen, dus 'als jullie winnen krijgen jullie een verrassing'. Dat dat dan een drankje is, dat laat ik er dan buiten, maar ik ga niet zeggen 'het is een

“Dan is het van dat hij begint met ‘nou zeg het maar, wat gaat er fout?’. Maar meestal is hij dan toch wel aan het woord.”

biertje’ of wat dan ook. Heb ik nooit gedaan en zou ik ook nooit doen. Ik ben er zelf ook nooit harder van gegaan.”

Vragen stellen

Verschillende trainers geven aan dat ze soms vragen stellen aan hun jeugdsporters. Enkele trainers gaven aan dat ze bij het begin van een training met de jeugdsporters terugblikken op de laatste wedstrijd door vragen te stellen. Hieraan gekoppeld willen enkele trainers zo samen bepalen waar ze de komende periode aan gaan werken. Het lijkt overigens niet altijd oprechte interesse te zijn in wat de jeugdsporters vinden. Soms lijkt het ook dat (suggestieve) vragen worden gesteld, zodat de sporters zelf moeten uitspreken wat er verkeerd gaat of dat de trainer wel een vraag stelt, maar vervolgens vooral zelf diegene is die uitgebreid antwoord geeft. Een ander voorbeeld van een korfballer gaat over een andere korfballer die kwaad is op een teamgenoot en waarbij positief wordt gewaardeerd dat de trainer veel vragen stelt aan diegenen en zich verdiept in de persoonlijke beleving en omstandigheden van die persoon, voordat hij/zij met een mogelijke oplossing komt.

Voetballer: “Voor de training begint hij dan wel even over de afgelopen wedstrijd, hoe het ging en wat er goed of niet goed ging. En ook waar we aan gaan werken.”

Voetbaltrainer: “Ik heb pas ook tegen ze gezegd of ze wilden zeggen wat ze graag willen leren, dan kan ik het meenemen voor de volgende keer. Dus dat heb ik gezegd, ze willen graag corners oefenen, met z'n allen.”

Voetballer: “Dan is het van dat hij begint met ‘nou zeg het maar, wat gaat er fout?’. Maar meestal is hij dan toch wel aan het woord.”

Turntrainer: “Ik kan het wel elke keer vertellen ... maar ... een probleem voorgeschoteld en daar moeten ze maar een oplossing voor bedenken.”

Schaatstrainer: “En gaat het fout dan wacht ik eigenlijk dat ze het zelf zeggen. En dan probeer ik het eruit te halen dat ze het zelf zeggen. En dan probeer ik eruit te halen waarom.”

Voetbaltrainer: “Dan bespreek ik met de groep samen wat vonden jullie ervan, hoe ging het? Dan probeer ik reactie uit de groep te krijgen, en daarnaast zeg ik zelf wat ik zelf wil en dan kijk ik een beetje hoe het overeenkomt. Zo leer je dat ze zelf ook nadenken ...”

Korfballer: “... die stond daar een beetje kwaad te wezen, maar ze moest het toch eerst zelf vertellen wat er aan de hand was, ze vraagt dan allemaal vragen.”

Compliment of aanmoediging geven, gevolgd door aanwijzing

In dit hoofdstuk zijn allerlei voorbeelden en vormen van gedrag van Nederlandse jeugdtrainers uitgewerkt. De diepgang en diversiteit van dat gedrag lijkt opvallend, hoewel in het volgende hoofdstuk daar nader op wordt ingegaan. Toch is het belangrijk om nog te noemen dat de gehanteerde structuur en samenvoegingen van genoemde voorbeelden niet altijd eenvoudig zijn. Het gedrag van de trainer bestaat vaak uit meerdere uitingsvormen die tegelijk en/of direct achter elkaar worden gegeven. Eén specifieke combinatie lijkt door de trainers en jongeren het meest vaak positief te worden gewaardeerd, namelijk het geven van een compliment of aanmoediging aan een speler, gevolgd door een concrete aanwijzing hoe het (nog) beter kan.

Eén specifieke combinatie lijkt door de trainers en jongeren het meest vaak positief te worden gewaardeerd, namelijk het geven van een compliment of aanmoediging aan een speler, gevolgd door een concrete aanwijzing hoe het (nog) beter kan.

Schaatser: "Dat hij zegt wat je goed doet heel veel en dat wat je wat minder goed doet dat zegt hij er wel bij maar minder. Dus niet dat hij alleen maar uitgaat van wat is niet goed. Maar hij zegt eerst het goede!"

Voetbaltrainer: "Je kan een tip ook verpakken in een soort van aanmoediging: Bijvoorbeeld 'kom op, de volgende keer heb je hem wel en probeer achter hem te blijven:'"

Volleyballer: "Mij valt het altijd heel erg op dat ze vaak zegt: 'Jammer' of 'volgende keer beter', maar ze zegt eigenlijk nooit van wat je dan wel beter had moeten doen."

De voorgaande uitvoerige beschrijvingen leveren een rijk en divers beeld op van het gedrag van trainers in hun omgang met jeugdsporters. De veelheid aan gedragingen en de wijze waarop trainers deze bij trainingen en wedstrijden vertonen, duidt op de complexiteit van wat trainers doen in hun relatie met jeugdsporters. Trainers lijken doorlopend afwegingen te maken of ze bijvoorbeeld zullen complimenteren, aanmoedigen, instrueren en of ze dit verbaal/non-verbaal en groepsgericht/individueel uitvoeren.

Op in hoeverre trainers het beschreven gedrag bewust plannen en uitvoeren en in hoeverre ze zich bewust zijn van het eigen gedrag is hier overigens nog niet op ingegaan. Daar zal vooral in hoofdstuk 7 op worden ingegaan. Daar worden niet alleen de gezamenlijke interviews, maar ook de andere onderzoeksgegevens (samen per casus) geanalyseerd. In de volgende hoofdstukken wordt de relevantie van de beschreven gedragingen van de trainer voor de ontwikkeling van jeugdsporters bepaald. Daarnaast wordt voor zover mogelijk ook bepaald of de trainers doen wat ze zeggen en of hun eigen reflectie aansluit op de reflectie van de eigen jeugdsporters.

Deel III Verdieping

gedrag van trainers gekoppeld aan de betekenis voor jeugdsporters

In dit deel wordt aan de hand van zestien casussen beschreven welke gedrag-betekeniscombinaties het meest voorkomen en welke mechanismen/succesfactoren in de omgang tussen trainers met jeugdsporters daarachter zitten. Vervolgens wordt ingegaan op hoe bepaalde persoonskenmerken van jongeren van invloed zijn op de omgang tussen trainers met jeugdsporters en wordt ingegaan op de rol van kenmerken van de sportomgeving.

7. Betekenissen en gedrag

In bijlage 9 in het bijlagenboek is weergegeven op welke wijze de gegevens over zestien trainers en hun sporters zijn geselecteerd en gebruikt voor de hoofdstukken 7 t/m 9. Nadat in het vorige hoofdstuk het gedrag van trainers op zichzelf centraal stond, wordt dit nu gekoppeld aan wat dit gedrag betekent voor de ontwikkeling van jeugdsporters. Wat in het algemeen bleek uit de zestien casussen is dat het gedrag van een trainer wordt gekoppeld aan meerdere betekenissen voor zijn/ haar jeugdsporters. Dit blijkt naast de observaties vooral uit de interviews met de trainer en de jeugdsporters, die telkens korte tijd na de geobserveerde trainingen/wedstrijden (vier in totaal) zijn afgenomen. Om de resultaten overzichtelijk te houden, worden in dit hoofdstuk de meest voorkomende combinaties weergegeven tussen gedrag van sporttrainers bij trainingen/wedstrijden en de directe betekenis daarvan voor jeugdsporters. In hoofdstuk 8 worden verschillende combinaties en uitspraken nader uitgelegd en zal blijken dat naast de directe betekenis ook andere betekenissen en mechanismen volgen op bepaalde gedragingen van trainers. In hoofdstuk 9 zal vervolgens worden beschreven hoe gedrag van de trainer en betekenissen voor jeugdsporters mede worden bepaald door bepaalde persoonskenmerken van de jongeren en kenmerken van de sportomgeving.

De belangrijkste stappen in de analyses bij de hoofdstukken 7, 8 en 9 waren:

1. het coderen van de interviews van de casussen op gedrag-betekeniscombinaties;
2. het uitschrijven van de casussen;
3. vergelijkende analyses tussen casussen, tussen observaties/interviews, tussen trainers/jeugdsporters, tussen kenmerken van jeugdsporters, kenmerken van trainers en kenmerken van de sportcontext om patronen vast te stellen.

Om een schets te geven van een uitgewerkte casus volgt hier een ingekorte weergave van een casus. De beschrijving bij het eerste kopje 'Context' volgt uit de resultaten van de vragenlijsten voor trainers en jeugdsporters. Daarna volgen resultaten uit de twee observatielijsten, gekoppeld aan vier geobserveerde trainingen/wedstrijden.

De resultaten in de tabel volgen uit de vier interviews met de trainer en jeugdsporters, afgenomen na de geobserveerde trainingen/ wedstrijden. In de tweede en derde kolom zijn tekstfragmenten van de trainers en de jeugdsporters weergegeven, die gekoppeld zijn aan een bepaald type gedrag van de trainer (eerste kolom).

Onder de tabel is nog kort ingegaan op de kopjes positief, negatief en context. Daar worden ervaren positieve punten van de trainer, negatieve punten en de ervaren rol van bepaalde contextfactoren neergezet.

Tot slot is telkens een afsluitende alinea geschreven om ook een algemeen beeld van de betreffende trainer/casus te schetsen. Zo lijkt deze trainer bewust bezig te zijn met complimenten, plezier en samenspelen en vindt ze het niveauverschil binnen de groep het meest lastig.

Casus: Trainer 1

Context

Voetbal, 10- tot 11-jarigen, gemiddeld hoge score zelfvertrouwen, recreatief, 500 jeugdleden, stedelijk gebied. Volgens de trainer heeft de club een beetje aandacht voor de ondersteuning van trainers en voor fair play en wordt enigszins gestuurd op het aanstellen en ondersteunen van trainers die een veilig sportklimaat voor kinderen realiseren. Trainer: 42-jarige vrouw, geen trainersopleiding, zoon in team (motief).

Gedrag en betekenissen: observaties

Trainer praat veel/reageert vaak (bij wedstrijden vaker).

Reageert wat vaker positief belonend tegenover reagerend op een fout.

Studentoordeel relatief minder positief over stimuleren samen spelen, sporten en orde houden.

Samen met plezier sporten staat in de interactie tussen trainer en jeugdsporters centraal en dit wordt positief gewaardeerd.

Gedrag - betekenis	Trainer	Jeugdsporters
Complimenten <ul style="list-style-type: none">• Plezier• Beter worden• Zelfvertrouwen	Deze jongens gaan beter voetballen door complimenten/ Doelpuntenmaker helemaal blij met compliment, hij is geen wereldster en dus extra leuk/Even in de groep melden	Word ik blij van, geeft me ook hoop
Aanwijzingen <ul style="list-style-type: none">• Beter worden	In zijn algemeenheid roepen/ Nieuwe jongens stuur ik nog wel eens/Opvolgen van aanwijzingen hebben ze altijd wat aan	Dan zegt ze dingen waardoor we beter gaan sporten/Dan leer je ook wel van je fouten
etc.		

Positief: Trainer is leuker dan andere trainer, die andere traint zwaarder, dus wel beter maar minder leuk/Streng als ze streng moet zijn, en aardig/Die kan de de bal soms niet raken en dan blijft ze wel positief en geeft tips.

Negatief: Soms te fanatiek en streng/Soms eerst boos en dan gaat ze pas uitleggen.

Context: Niveauverschil binnen de groep is groot, is lastig/Rol van leeftijdsverschillen/Trainer is fanatieker bij wedstrijden, aardiger bij trainingen/ Spelers uit selectieteams zijn meer gemotiveerd (om beter te worden).

Opvallend/concluderend

Samen met plezier sporten staat in de interactie tussen trainer en jeugdsporters centraal en dit wordt positief gewaardeerd. Het uitspreken dat plezier het meest belangrijk is, het geven van complimenten en aandacht in feedback en



oefenvormen voor samen moeten spelen zijn daarin belangrijk. Ze zouden wel graag iets vaker winnen. De trainer vindt het niveauverschil binnen de groep het meest lastig, focus van haar ligt vooral op het beter worden van de mindere (en minder gemotiveerde) spelers.

In bijlage 10 van het bijlagenboek zijn de afsluitende alinea's met highlights van alle zestien casussen weergegeven.

7.1 Meest voorkomende gedrag-betekeniscombinaties

Door te vergelijken welke betekenissen in de zestien casussen aan bijvoorbeeld positieve belonende reacties na een gewenste actie zijn gegeven door trainers en jeugdsporters zijn patronen vastgesteld. Het gedeelde beeld is beschreven in deze paragraaf. Een positieve belonende reactie na een gewenste actie bleek zo vooral een combinatie te vormen met betekenissen voor jeugdsporters op 'Plezier' en 'Zelfvertrouwen'. Het ging hier nog niet zozeer om direct te vergelijken wat trainers en jeugdsporters hebben ervaren. In deze paragraaf worden de ervaringen van beide als aanvullend op elkaar gebruikt. Dit zal ook blijken uit de citaten van trainers en jeugdsporters, die door elkaar heen worden weergegeven als ze elkaar aanvullen. In paragraaf 7.3 wordt wel nadrukkelijk geprobeerd na te gaan of de ervaringen van trainers en jeugdsporters op elkaar aansluiten.

In de tekst hierna staat telkens cursief een bepaald type gedrag van de trainer genoemd met daarna in het vet welke directe betekenis voor de ontwikkeling van jeugdsporters dat type gedrag heeft volgens de onderzochte trainers en jeugdsporters.

Complimenten

Het geven van positieve belonende reacties na een gewenste actie in de vorm van complimenten wordt door de trainers en jeugdsporters primair gekoppeld aan 'Plezier' en aan 'Zelfvertrouwen' voor de jeugdsporters.

Plezier

Vooral de jeugdsporters noemen heel concreet dat complimenten van trainers een 'goed gevoel geven' (voetballer), 'Het is altijd leuk om te horen dat je het goed doet' (korfballer) en ze worden er 'heel blij' (turner) van.

Zelfvertrouwen

Daarnaast wordt het geven van complimenten direct gekoppeld aan zelfvertrouwen van de jeugdsporters. 'Positieve reactie geeft meer zelfvertrouwen' (turntrainer) en jeugdsporters 'groeien er helemaal van ... zelfvertrouwen, trots' (judotrainer). Complimenten en zelfvertrouwen gaan ook over 'een beetje meer geloof in eigen kunnen' en 'durven te spelen' (minder angst) (korfballer).

1 Complimenten - Plezier en Zelfvertrouwen
2 Aanmoedigingen - Inzet/ doorzettingsvermogen
3 Aanwijzingen - Beter worden/leren
4 Fouten benoemen - Beter worden/leren
5 Corrigeren op gedrag - Inzet

Aanmoedigingen

Inzet/doorzettingsvermogen

Aanmoedigingen van trainers worden vooral gekoppeld aan de inzet van jeugdsporters. Dat de spelers 'hun best doen' (korfbaltrainer), 'door blijven rennen' (korfbaltrainer), 'doorspringen' (turntrainer), 'zich bewust zijn van het lage tempo en te veel ingehouden spelen' (volleybaltrainer). Trainers 'roepen om te motiveren, ervoor te gaan' (voetbaltrainer). Een korfballer geeft ook aan dat de trainer ze op een positieve manier 'opfokt' om de 'moed erin te houden' en 'feller' te spelen. Die moet om 'even over die drempel heen te gaan, vertrouwen krijgen om het te doen, te proberen. Als je het maar probeert, is het altijd goed' (judotrainer).

Naast directe aanwijzingen gaat het er ook om jeugdsporters te helpen reflecteren op de eigen vaardigheid, zodat ze zelf iets leren en steeds beter worden in hun sport.

Aanwijzingen

Beter worden/leren

Door aanwijzingen of technische instructies in de vorm van bijvoorbeeld een taak, opdracht, tip, of het aandragen van keuzemogelijkheden worden jeugdsporters beter in hun sport. Door te oefenen en gebruik te maken van aanwijzingen van de trainer leren sporters aanvullende sportieve vaardigheden. Aanwijzingen geven de trainers vooral nadat iets niet (optimaal) lukte, maar regelmatig geven ze ook spontane aanwijzingen. Trainers 'sturen totdat het wel lukt' (judotrainer), 'steekt tijd in je, net zo lang tot je het kunt' (judoka). Naast directe aanwijzingen gaat het er ook om jeugdsporters te helpen reflecteren op de eigen vaardigheid, zodat ze zelf iets leren en steeds beter worden in hun sport. Aangeven 'zo kan het beter, dan ga je er zelf over nadenken dat je begrijpt waarom het niet goed gaat' (korfbaltrainer).

Fouten benoemen

Beter worden/leren

Het blijkt belangrijk te zijn dat fouten soms worden benoemd, zodat jeugdsporters daarvan kunnen leren. Een voetbaltrainer geeft aan 'we moeten wel weten dat het op dat moment fout is' en twee turnsters leggen uit 'ik merk het zelf niet wat ik fout doe, dan is het fijn als iemand corrigeert' en 'dan zou ik echt niet weten dat ik dat fout had gedaan, want dat gaat zo snel dat je het eigenlijk zelf niet kan weten.' Het lijkt er hier vooral om te gaan dat de trainer jeugdsporters ervan bewust maakt als iets in hun ogen fout ging en ze zo laat 'nadenken over hun fout'. Een korfbaltrainster verwoordt het iets anders, dan 'zeg ik niet dat ze het fout doen, maar dat het anders moet. Dan zeg je eigenlijk ook dat het fout is.' Er zijn ook trainers die het 'maar niks vinden om persoonlijk op fouten aan te spreken' (voetbaltrainer) en bewust 'niet gauw zeggen van dat is verkeerd, eerder het kan beter'. Vaak wordt het benoemen van fouten tegenover het geven van complimenten en wordt aangegeven dat fouten

Bij corrigeren op gedrag gaat het er bij de verschillende casussen over hoe streng de trainer moet zijn in de omgang met de jeugdsporters.

benoemen als nadeel kan hebben dat jeugdsporters daardoor plezier en zelfvertrouwen verliezen. Toch leggen volleybaltrainer en jeugdsporters uit dat het om beter te worden prettig is als je tegen een jeugdsporter 'kan zeggen dat ze iets niet goed heeft gedaan, dan kun je al veel meer gestuurd en gericht aanwijzingen geven zonder dat ze zich afgewezen voelt' (trainer) en 'als hij altijd positief is, ga ik er ook niks meer aan veranderen, terwijl dat misschien wel kan. Fouten maken mag, daar leer je van' (sporter).

Corrigeren op gedrag

Inzet

Bij corrigeren op gedrag gaat het er bij de verschillende casussen over hoe streng de trainer moet zijn in de omgang met de jeugdsporters. Dit corrigeren op gedrag heeft betekenis voor de inzet van jeugdsporters. Hoewel verschillende jeugdsporters graag willen dat de trainer (nog) wat strenger is en het belang van discipline en gehoorzaamheid lijken te onderstrepen, vinden enkele andere jeugdsporters in eenzelfde sportgroep juist dat de trainer wel wat minder streng en serieus mag zijn en een geintje mag maken. Trainers moeten bij verschillende sportgroepen regelmatig corrigeren op gedrag 'als het niet serieus gaat, ... hij mag best een keer boos worden' (volleyballer), bij het 'door uitleg heen praten of niet luisteren' (voetbaltrainer) of zelfs om het 'in het gareel krijgen ... van allemaal losgeslagen kinderen' (handbaltrainer). Het blijkt belangrijk te zijn dat trainers dergelijk gedrag corrigeren, want 'dan probeer ik beter mijn best te doen' (turnster), 'letten ze op' (judotrainer) en 'anders gebeurt het vaker' (voetballer).

Naast bovenstaande gedrag-betekeniscombinaties is er in de casussen ook veelvuldig ingegaan op de betekenissen van de uitleg van trainingsvormen, het stellen van vragen door de trainer aan spelers en het (bewust of onbewust) niet reageren van de trainer op sportsituaties. Deze gedragingen waren echter gekoppeld aan dermate diverse betekenissen voor de ontwikkeling van jeugdsporters, dat een duidelijke koppeling aan één of enkele betekenissen niet mogelijk bleek. Zij lijken wel onderdeel uit te maken van een aantal relevante complexe ontwikkelingsprocessen van jeugdsporters die in hoofdstuk 8 aan de orde komen.

Hierboven is dus geschetst	En omgekeerd
1. Complimenten - Plezier en Zelfvertrouwen	a Plezier - Complimenten b Zelfvertrouwen - Complimenten c Inzet - Aanmoedigingen en Corrigeren op gedrag d Beter worden/leren - Aanwijzingen en Fouten benoemen
2. Aanmoedigingen - Inzet/doorzettingsvermogen	
3. Aanwijzingen - Beter worden/leren	
4. Fouten benoemen - Beter worden/leren	
5. Corrigeren op gedrag - Inzet	

Dit geeft inzicht in de meest directe betekenissen die aan het gedrag van de trainers is gegeven, waarin complimenten, aanmoedigingen, aanwijzingen, benoemde fouten en correcties op gedrag (1 t/m 5) leiden tot plezier, zelfvertrouwen, inzet en beter worden/leren (a t/m d) van jeugdsporters. Het geeft zo een overzichtelijk vertrekpunt om nader in te gaan op achterliggende mechanismen/succesfactoren van de ontwikkeling van jeugdsporters in hoofdstuk 8.

7.2 Match tussen wat trainers doen en wat trainers zeggen dat ze doen

Vanuit de casussen is indicatief een en ander te zeggen over de match tussen wat trainers doen en wat de trainers zeggen dat ze doen. Wat de trainers doen, gaat primair om de scores op de CBAS, waar per training/wedstrijd is aangegeven hoe vaak een bepaald type gedrag voorkomt. Wat de trainers zeggen dat ze doen, gaat om uitkomsten van de interviews, waarin trainers ook zijn bevraagd op de mogelijke typen gedragingen. In het algemeen lijkt er overigens geen grote kloof te zitten tussen wat de trainers doen en wat ze zeggen dat ze doen. Wel zijn er enkele opvallende elementen vastgesteld die bij een deel van de zestien casussen naar voren kwamen.

Positief coachen

Veel trainers onderkennen in de interviews het belang van positief coachen richting de jeugdsporters. Dit blijkt echter niet zozeer uit hun scores op de verhouding tussen positieve belonende reacties na een gewenste prestatie en reacties na een fout (gemeten met observaties CBAS, zie hoofdstuk 5). Die verhouding is dan bijvoorbeeld ongeveer een-op-een, terwijl de gesprekken suggereren dat de trainer vooral benadrukt wat goed gaat.

Het houden van orde door soms streng te zijn en in te grijpen, lijkt een deel van de trainers behoorlijk bezig te houden, terwijl dat gedrag niet direct opvalt in de CBAS-scores.

Wel is het de vraag hoe groot de betekenis is van die verhouding tussen het geven van complimenten als iets lukt en het reageren na een fout in relatie tot de ontwikkeling van jeugdsporters. Per casus kon een inschatting worden gemaakt of de trainer de ontwikkeling van de kinderen optimaal stimuleert en is indicatief nagegaan of trainers die ontwikkelingsgericht trainen/coachen ook relatief veel complimenten geven (volgens CBAS-scores). Dat was niet het geval. De relatie tussen relatief veel complimenten en een ontwikkelingsgericht klimaat bleef uit. Tegelijk was het relatief minder vaak geven van complimenten ook niet heel duidelijk gerelateerd aan een 'slecht' ontwikkelingsklimaat. De specifieke inhoud van wat wordt gezegd, de wijze waarop en het moment waarop – passend bij de specifieke sportsituatie en de verhouding trainer-jeugdsporter in die situatie – zijn waarschijnlijk relevanter dan de vraag hoeveel reacties na een gewenste prestatie of na een fout worden gegeven.

Orde houden

Uit de scores op de CBAS is geconstateerd dat trainers niet heel vaak bezig zijn met het houden van orde. Dit is vooral van toepassing bij trainingen, maar ook in verhouding tot andere typen gedragingen komt dit niet veel voor. Toch is er behoorlijk veel aandacht van de trainers voor het orde houden in de afgenomen interviews. Het houden van orde door soms streng te zijn en in te grijpen, lijkt een deel van de trainers behoorlijk bezig te houden, terwijl dat gedrag niet direct opvalt in de CBAS-scores. De trainers lijken het gedrag rondom orde houden bewust en weloverwogen te vertonen, hoewel verschillende trainers dit ook wel lastig vinden. De scores op de CBAS op orde houden, lijken overigens niet zozeer wat te zeggen over hoe streng de trainer is, maar eerder over hoe conformerend de jeugdsporters in deze groep zich gedragen.

Zo lijkt een turntrainer, blijkend uit de interviews met hem en de turnsters, vrij streng, sturend en corrigerend te handelen, terwijl hij vanuit de CBAS-scores nauwelijks bezig is met orde houden. Dat de trainer weinig bezig is met orde houden, volgt waarschijnlijk uit een al eerder gerealiseerd sportklimaat, waarin de turnsters zeer gedisciplineerd de instructies en aanwijzingen opvolgen van de trainer. Deze trainer geeft daarbij specifiek aan dat positiviteit en de sporters zelf laten nadenken over hun uitvoering belangrijk is, terwijl dit niet wordt bevestigd in de observaties. Hoewel deze turntrainer niet exemplarisch is voor de andere trainers, laat het wel zien dat als de trainer weinig bezig hoeft te zijn met orde houden, dat er dan per definitie een ontwikkelingsgericht klimaat is en de trainer niet streng is.

Fanatisme, feedback uitstellen en vragen stellen

Verschillende trainers geven veel aanmoedigingen en relatief minder vaak even geen reactie. Dit is vooral bij wedstrijden het geval. Dit beeld sluit vrij

goed aan op het beeld dat deze trainers hebben in de interviews met hen. Ze lijken zich achteraf wel redelijk goed bewust van hun fanatisme en spreken ook uit dat het wat vaker wenselijk zou zijn om feedback even niet te geven en dat spelers zelf gaan nadenken over de uitvoering van een actie. De trainers lijken het vooral te wijten aan hun fanatisme en betrokkenheid dat ze 'dan toch weer gaan staan' en 'het toch weer gaan voorzeggen'.

Het is niet zo eenvoudig en logisch om een algemeen groepsgemiddelde te vergelijken met de ervaringen van de trainer.

In het algemeen lijkt er dus geen grote kloof te zijn tussen wat trainers doen en zeggen dat ze doen. Mogelijk dat ze nog wel wat overschatten hoeveel complimenten ze geven en hoe vaak ze bezig zijn met orde houden. Hierbij werd ook geconstateerd dat het aantal keren (frequentie) dat een type gedrag voorkomt op zichzelf nog niet veel zegt over hoe ontwikkelingsgericht de trainer functioneert.

7.3 Match tussen hoe trainers hun gedrag ervaren en hoe jeugdporters dit ervaren

In deze paragraaf wordt ingegaan op hoe trainers hun gedrag ervaren en hoe hun eigen jeugdporters dit ervaren. De zestien casussen met telkens vier interviews per trainer en vier per groepje sporters vormen daarvoor wederom het uitgangspunt. Daaruit komt een aantal verschillen en overeenkomsten tussen de ervaringen van trainers en jeugdporters terug, hoewel er vaak geen volledig sluitende vergelijking kon worden gemaakt. In het interview met de trainer kwamen niet altijd dezelfde specifieke gedragingen en specifieke sportsituaties aan de orde als in het interview met de jeugdporters. Daarnaast zijn de ervaringen van de jongere kinderen (10-11 jaar) minder rijk gevuld. Zij hebben minder uitgebreid gereflecteerd op het gedrag van de trainer dan de trainer zelf en de wat oudere kinderen (15-16 jaar). Toch is er voldoende informatie om enkele patronen te kunnen herkennen.

Trainers zijn soms meer gemotiveerd om te leren en presteren dan de jeugdporters
Verschillende trainers lijken in hun eigen reflectie aan te geven dat ze soms 'meer willen dan de meiden zelf ...' (korfbaltrainer) en dat de 'jongens helemaal niet zitten met verlies' als de trainer daar zelf wel even mee zit (voetbaltrainer). De jeugdporters spreken niet zo duidelijk uit dat deze trainers daar te veel op zijn gericht. Het komt nogal eens naar voren dat een gedeelte van de jeugdporters wil dat er wat meer ruimte is voor plezier maken, maar dat er ook een deel is dat vindt dat het juist wat serieuzer mag en dat je komt sporten om wat te leren.

Er zijn enkele trainers waarbij het uitleggen van oefeningen moeizaam verloopt.

Ervaringen van de trainer sluiten aan op die van een deel van de groep, op het andere deel niet

Uit het stukje hiervoor blijkt dus dat de ervaringen van jeugdsporters in dezelfde groep nogal eens verschillend zijn. Het is niet zo eenvoudig en logisch om een algemeen groepsgemiddelde te vergelijken met de ervaringen van de trainer. Zo ging het in verschillende interviews over hoe streng en consequent de trainer moet zijn. Regelmatig is door een deel van de jeugdsporters aangegeven dat het wel wat strenger en consequenter mag, terwijl andere sporters in dezelfde groep dan aangaven dat die trainer wel wat minder streng mag zijn of dat de trainer juist goed orde houdt. Dit gaat ook op voor het aantal keren dat trainers reageren op acties van de spelers. Terwijl sommige spelers vinden dat de trainer niet zo vaak hoeft te reageren, geven anderen aan dat de trainer wel wat meer mag zeggen en eerder moet ingrijpen.

Trainers en sporters zien beide dat het uitleggen misgaat

Er zijn enkele trainers waarbij het uitleggen van oefeningen moeizaam verloopt. Bij die casussen lijken zowel de trainers als de jeugdsporters zich hiervan bewust te zijn. Ze zijn zich er beide van bewust dat de trainer moeite heeft met het uitleggen. Hoewel ook de trainer zich hiervan bewust is en hij/zij wel de sporttechnische kennis bezit, lijkt de trainer toch niet de vaardigheden te hebben om die inzichten optimaal over te brengen op deze groep jeugdsporters. Enkele trainers relateren hun eigen vaardigheden om de kennis over te brengen aan de leeftijd en het sportniveau van de jeugdsporters. Zij lijken het namelijk lastiger te vinden om kennis over te brengen op jongere of recreatief ingestelde jeugdsporters. In hoofdstuk 9 wordt nader ingegaan op de rol van de leeftijd van de jeugdsporters en verschillen tussen prestatieve/recreatieve sportgroepen.

8. Meest opvallende mechanismen/succesfactoren

De meest voorkomende combinaties tussen het gedrag van trainers en de betekenissen voor jeugdsporters uit hoofdstuk 7 vormen een bruikbaar vertrekpunt om vast te stellen welke mechanismen/succesfactoren in de interactie tussen trainer en kind bepalend zijn voor de ontwikkeling van jeugdsporters. Wederom vormen de zestien casussen van trainers en hun groep jeugdsporters het vertrekpunt. Vooral vanuit uitspraken in de vier interviews met de trainer en de vier interviews met de jeugdsporters (per casus) over de achtergrond en betekenis van een bepaalde gedraging van de trainer zijn mechanismen/succesfactoren vastgesteld voor de ontwikkeling van jeugdsporters. Mechanismen en succesfactoren zijn hier aan elkaar gekoppeld.

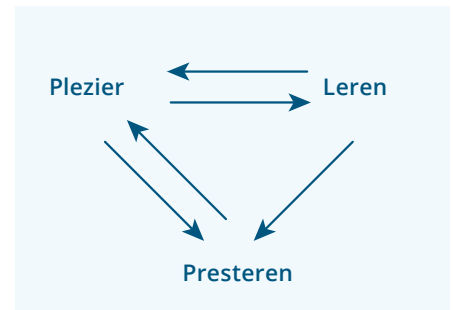
De ‘tastbare’ succesfactoren waar we naar op zoek zijn, zijn namelijk vaak onderdeel van een complexer proces (mechanisme) waarin verschillende ontwikkelingsfactoren elkaar tegelijk en opeenvolgend beïnvloeden. Uit de onderzoeksgegevens zijn uiteindelijk zes mechanismen/succesfactoren beschreven. Na de beschrijving wordt telkens kort afgesloten met een terugkoppeling welk gedrag van trainers vanuit die succesfactor het meest wenselijk is voor ontwikkelingsgericht trainen/coachen. Hoewel de koppeling met ander onderzoek/literatuur pas in hoofdstuk 13 plaatsvindt en de focus hier op de (empirische) onderzoeksgegevens ligt, wordt al wel een enkele keer verwezen naar ander onderzoek (bij paragraaf 8.2, 8.5 en 8.6). Deze uitzonderingen zijn gemaakt om de beschrijving en werking van de betreffende (complexe) mechanismen duidelijker weer te geven en omdat hoofdstuk 13 een breder perspectief kent dan de zes mechanismen/succesfactoren.

8.1 Focus op plezier beleven en leren (& presteren)

Uit de interviews met de trainers en jeugdsporters blijkt dat het meest belangrijk in de onderlinge omgang bij sportactiviteiten is dat de jeugdsporters plezier beleven en iets leren. Plezier beleven en beter worden/leren waren ook de twee belangrijkste

doelen van sporten, zoals al bleek in hoofdstuk 4. Als het de trainers lukt om via de interactie met de jeugdsporters deze twee doelen te realiseren bij hebben zij hun (pedagogische) rol optimaal uitgevoerd. Ongeacht contextfactoren zoals het niveau waarop gesport wordt – recreatief of meer prestatief – moeten trainers altijd voldoende aandacht hebben voor plezier en beter worden/leren. Zo noemde een korfbaltrainer ook ‘dat ze beter worden en het leuk blijven vinden. Dat zit wel vaak bij elkaar; beter worden en het leuk vinden’. Hier en in andere interviews werd aangegeven dat plezier en leren ook onderling aan elkaar zijn gerelateerd. Aan de ene kant kan plezier ervoor zorgen dat jeugdsporters door blijven spelen en weer iets nieuws leren, aan de andere kant zorgt iets nieuws leren zelf ook voor plezier. Toch gaven enkele trainers ook omgekeerd aan dat te veel focus op plezier ervoor zorgt dat de kinderen (te) weinig leren en dat te veel focus op leren ervoor zorgt dat kinderen (te) weinig plezier beleven. Zo lijken complimenten bijvoorbeeld nadrukkelijker te leiden tot plezier, maar een korfbaltrainer geeft aan ‘om te leren ben je meer aan het sturen’. Positiviteit via complimenten lijkt hier wel te leiden tot plezier, maar niet zozeer tot leren. Om te leren is ook ander gedrag van de trainer gewenst. Het gaat dan primair om aanwijzingen of technische instructies in de vorm van bijvoorbeeld een taak, opdracht, tip, of het aandragen van keuzemogelijkheden.

Hoewel plezier en leren altijd de kern vormen, is in verschillende interviews ook de rol van wedstrijdprestaties aan de orde geweest. Presteren wordt daarbij door een enkele trainer gezien als een verbetering van het eigen vaardigheidsniveau, maar voor de meesten gaat het bij presteren om het winnen van wedstrijden van tegenstanders. Bij een voetbalteam geven zowel de trainer met 'het is met winnen leuker' als een speler met 'het overwinningsgevoel is leuk' aan dat het winnen van wedstrijden bijdraagt aan het plezier van jeugdsporters.



Figuur 9: Geschetste relaties tussen plezier, leren en presteren

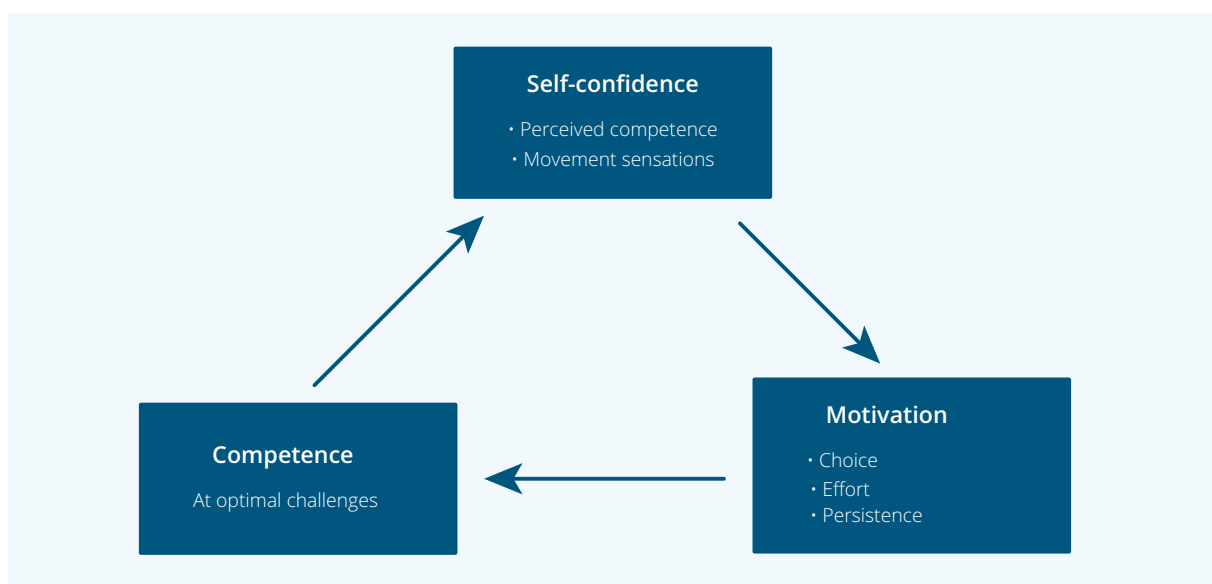
In hoofdstuk 9 wordt nader ingegaan op contextfactoren zoals relevante verschillen bij dit mechanisme tussen trainingen en wedstrijden en verschillen tussen meer recreatief versus prestatief gerichte jeugdsport.

Wenselijk gedrag van de trainer om plezier te beleven en te leren:

- Complimenten geven
- Aanwijzingen geven

8.2 Leren via competentiebeleving, zelfvertrouwen en inzet

Vooral door complimenten van trainers wordt via het verhogen van zelfvertrouwen, motivatie en inzet bij jeugdsporters een positieve bijdrage geleverd aan het leren van nieuwe sportieve vaardigheden. Het gaat om 'een beetje meer geloof in eigen kunnen' volgens een korfballer, 'vertrouwen



Figuur 10: Het skill development model (Weiss, 1995)

krijgen om het te doen, te proberen' aldus een judotrainer en zo 'krijg je meer inzet, dan ga je beter je best doen om het nog een keer uit te voeren, zodat het nog beter is' (voetballer). Complimenten zorgen er hier dus voor dat jeugdsporters 'niet aan zichzelf twijfelen' (korfballer), 'niet meer zo bang zijn om te verliezen' (judoka) en niet bang zijn om te spelen/het te proberen. Bij een judotrainer geven zowel de trainer als de kinderen aan dat 'als je het probeert het altijd goed is'. Dan is de kans ook groter dat een poging lukt. Dit proces waarin complimenten van de trainer een cruciale rol spelen, sluit aan bij het 'skill development model' van Weiss (1995), waarin de continue positieve relatie tussen sportieve vaardigheid, zelfvertrouwen en motivatie is beschreven. Complimenten van de trainer zorgen achtereenvolgens voor een verhoging van competentiebeleving/zelfvertrouwen, motivatie/inzet en een hoger vaardigheidsniveau (competentie). Dit leidt dan weer (opnieuw gestimuleerd door complimenten) tot verhoogde competentiebeleving/zelfvertrouwen, inzet enzovoort.

In enkele interviews wordt een iets eenvoudiger leerproces geschetst met een relatie tussen complimenten van trainers en inzet/doorzettingsvermogen van jeugdsporters. Enerzijds volgen complimenten op inzet volgens een korfbaltrainer 'als ze keihard hun best doen, dan krijgen ze van mij een compliment'. Anderzijds geeft een voetballer aan dat bij complimenten 'je meer inzet krijgt, dan ga je beter je best doen om het nog een keer uit te voeren, zodat het nog beter is.'



Figuur 11: Geschetste wederzijdse relatie tussen complimenten en inzet

Tijd- en contextgebonden betekenissen

Als aandachtspunt noemen we hier nog dat het mechanisme en de betekenissen van het gedrag van trainers voor de ontwikkeling van jeugdsporters niet direct verder gaan dan de specifieke situatie en de sportcontext zelf. Zo lijkt men nog wel eens aan te nemen dat bijvoorbeeld het positief bijdragen aan het zelfvertrouwen van jeugdsporters via complimenten van de trainer ook buiten de sportcontext om zorgt voor structureel meer zelfvertrouwen bij de kinderen. Dat lijkt niet vanzelfsprekend te zijn. Een korfbaltrainer onderstreept de relatie van complimenten met zelfvertrouwen, maar zegt ook: 'zelfvertrouwen, een beetje, het is niet dat ze dan in één keer heel erg in zichzelf gaan geloven ofzo'. Daarnaast geeft een atletiektrainer aan dat zijn invloed op motivatie beperkt is en dat 'motivatie moet uit de atleten zelf komen'. De positieve invloed via complimenten van de trainer op zelfvertrouwen en motivatie is dus niet vanzelfsprekend en niet onbeperkt. Zelfvertrouwen en motivatie als algemene persoonskenmerken van kinderen zijn afhankelijk van veel verschillende factoren. Trainers lijken al met al door het geven van complimenten tijdelijk het vertrouwen in de eigen sportieve vaardigheden en motivatie om te sporten positief te kunnen beïnvloeden, maar het is niet

vanzelfsprekend dat dit blijvend is en niet waarschijnlijk dat dit direct leidt tot meer zelfvertrouwen en motivatie buiten de sportcontext om.

'ik merk het zelf niet wat ik fout doe, dan is het fijn als iemand corrigeert'

Wenselijk gedrag van de trainer om te leren via competentiebeleving, zelfvertrouwen en inzet:

- Complimenten geven

8.3 Aanleren van sportieve vaardigheden

Door het geven van opdrachten en aanwijzingen bij de uitleg van trainingsvormen en tijdens het spelen van trainingen en wedstrijden, proberen trainers het sportgedrag van kinderen te sturen. 'Om te leren ben je meer aan het sturen' (korfbaltrainer) dus enige mate van sturing lijkt wenselijk. Trainers 'sturen tot het wel lukt' (judotrainer), want zo 'ga je beter sporten' en 'leer je van je fouten' (voetballer). Door het opvolgen van opdrachten van de trainer en door te ervaren wat goed gaat en wat niet goed gaat, wordt verwacht dat kinderen hun sportieve vaardigheden verbeteren. Bij die opdrachten wordt verwacht dat de trainer kennis heeft van wat er goed gaat en wat er nog niet zo goed gaat bij het sporten en dat hij/zij met het geven van informatie en opdrachten kan zorgen voor het beter uitvoeren van de sport door de jeugdsporters. Twee turnsters geven aan 'ik merk het zelf niet wat ik fout doe, dan is het fijn als iemand corrigeert' en de oefening 'gaat zo snel dat je het eigenlijk zelf niet kan weten'. De trainers en jeugdsporters lijken in het algemeen positief over de kennis van de trainers, maar de ervaringen over de manier en effectiviteit van de overdracht van die kennis verschillen soms. Het ging in de gesprekken regelmatig over het uitleggen van trainingsvormen 'zodat we het in één keer begrijpen' (korfballer), liefst 'niet met twee taken het veld in sturen' (voetbaltrainer) en 'kort en krachtig, maar wel vol informatie' (korfballer). Bovendien werkt het 'verhelderend als die het voordeet in plaats van met woorden' (voetballer). Dit laatste gaat ook over het vermogen van trainers om 'informatie over te brengen op zowel abstracte denkers als beelddenkers' (judotrainer) in eenzelfde sportgroep.

Het uitvoeren van de opdrachten en tips door de jeugdsporters tijdens het sporten wordt vervolgens positief bekrachtigd of afgekeurd door de trainer. Het bekrachtigen of bevestigen van het gewenste spel/gedrag lijkt vooral te gebeuren door complimenten van de trainer of afkeuring door fouten te benoemen. Daarmee wordt verwacht dat spelers beter weten (zich meer bewust zijn) wanneer een actie van de speler 'goed' of 'niet goed' is uitgevoerd (volgens de trainer). Daarnaast zijn er andere elementen van

Op zich lijkt het dus zinvol voor het leerproces om fouten te benoemen, maar bij een deel van de jeugdsporters kan het leiden tot afwijzing en juist minder leerrendement.

belonen en straffen die worden gebruikt om wenselijk gedrag te bevestigen of af te keuren als opdrachten niet goed worden uitgevoerd. Zo geeft een voetbaltrainer aan dat 'als je het goed doet, heb je het recht om te blijven staan, als je het slecht doet, heb ik het recht om te wisselen'. Het benoemen van fouten lijkt hier functioneel om te leren en een turntrainer wordt zelfs regelmatig boos. Hoewel een turnster over die trainer aangeeft dat 'boos worden is gewoon om je te helpen, anders wordt het niet beter' lijkt terughoudendheid bij het benoemen van wat fout gaat bij een gedeelte van de jeugdsporters belangrijk. Een volleybaltrainer schetst dat 'tegen die kan ik veel makkelijker zeggen dat ze iets niet goed heeft gedaan, dan kun je al veel meer gestuurd en gericht aanwijzingen geven zonder dat ze zich afgewezen voelt'. Op zich lijkt het dus zinvol voor het leerproces om fouten te benoemen, maar bij een deel van de jeugdsporters kan het leiden tot afwijzing en juist minder leerrendement. Waar enige terughoudendheid bij het benoemen van fouten dan ook zinvol lijkt, gaat dat minder op voor complimenten. 'Het is altijd leuk om te horen dat je het goed doet' (korfballer) en een jeugdsporter 'wil weten of je het goed hebt gedaan, want dan kun je het de volgende keer verbeteren' (turnster). Een judotrainer benoemt overigens dat waardering en complimenten van de trainer niet zozeer op deze manier verdiend moet worden, maar het gaat om waardering uitspreken 'niet omdat ze iets goed hebben gedaan, maar gewoon omdat ze er zijn'. Dit komt nader tot uiting bij mechanisme/succesfactor 6 (zie paragraaf 8.6).

Wenselijk gedrag van de trainer om sportieve vaardigheden aan te leren:

- Uitleggen trainingsvormen
- Fouten benoemen (met enige terughoudendheid)
- Aanwijzingen geven (begrijpelijk, één opdracht, kort, informatief, beeldend)
- Complimenten geven

8.4 Inzet en structuur als voorwaarden voor ontwikkeling

Bij inzet van jeugdsporters gaat het erom dat ze luisteren naar wat de trainer zegt en serieus en met een bepaalde felheid en oplettendheid meedoen. Die inzet van jeugdsporters lijkt gekoppeld te zijn aan aanmoedigingen van de trainer, correcties van gedrag en het uitleggen van trainingsvormen. Naast inzet gaat het tegelijk ook om:

- a. het structureren door de trainer van de activiteiten;
- b. structureren van het gedrag van de jeugdsporters.

Dat lijkt een noodzakelijke voorwaarde om uiteindelijk plezier te kunnen beleven en om iets te kunnen leren in de sport. Een handbaltrainer die niet zo positief is over de huidige spelersgroep geeft aan dat 'alles wat we leren is mooi meegenomen, maar eerst maar eens zorgen dat we wat hechter worden, en dan spelenderwijs toch wat techniekdingen erbij in gooien'. Een voetballer geeft aan 'op trainen kom je ook om iets te leren en dan is het ook wel leuk als het serieus is, zodat je wat kunt leren'. Het gaat hier vaak over hoe streng een trainer moet zijn dat 'hij mag best een keer boos worden' (voetballer). De trainer 'wordt niet boos als iets niet lukt, maar wel als je geen inzet hebt' (voetbaltrainer) en een andere trainer geeft aan dat 'als je niet oplet, dan leer je niks'. Structuur betekent ook dat heldere formele en informele regels worden nageleefd en dat jeugdsporters daarop worden aangesproken als regels worden overtreden. Een trainer geeft over het aanspreken op regeloverschrijdend gedrag aan 'dat hoef je maar één keer te doen, dan weten ze het de rest van het seizoen' (handbaltrainer) en jeugdsporters sluiten hierop aan met 'dan zul je het nooit meer doen, als je dat hebt meegemaakt' (voetballer) en 'goed dat ze er wat van zegt, anders gebeurt het vaker'. Structuur zorgt ervoor dat het spel gespeeld wordt en aan de gang blijft/loopt, als voorwaarde om spelers de gelegenheid te bieden om plezier van het spelen te ervaren en vaardigheden te leren.

Structuur zorgt ervoor dat het spel gespeeld wordt en aan de gang blijft/loopt, als voorwaarde om spelers de gelegenheid te bieden om plezier van het spelen te ervaren en vaardigheden te leren.

Wenselijk gedrag van de trainer om inzet en structuur te realiseren als voorwaarde voor leren en plezier:

- Aanmoedigen
- Corrigeren op gedrag
- Uitleggen trainingsvormen

8.5 Toenemende mate van regie bij de jeugdsporter zelf

Om te ontwikkelen in sport geven verschillende trainers aan dat het cruciaal is dat jeugdsporters zich steeds meer bewust zijn van hun eigen sportieve vaardigheden en de overtuiging en zelfregulerende vaardigheden hebben om zelf met bewust gekozen doelen de eigen sportieve vaardigheden uit te bouwen. Een voetbaltrainer geeft aan 'ze moeten het ook wel zelf uitvinden' en een andere voetbaltrainer sluit hierbij aan met 'ze moeten het eigenlijk zelf zien'. Een volleyballer geeft aan dat de trainer 'probeert ook wel dat we het eerst zelf oplossen' en de trainer doet dit bewust. Hij wil dat de spelers de 'kans krijgen om het te verbeteren, ook zelf een beetje over nadenken'. Daarbij lijkt het te helpen als de trainer 'ook uitlegt waarom we dat dan doen' (volleyballer), dat spelers 'er zelf over nadenken dat je begrijpt waarom het

Hoewel sommige onderzoekers aangeven dat sport een platform biedt waar jongeren dit proces van zelfregulatie kunnen leren, geeft ander onderzoek juist het tegenovergestelde aan.

niet goed gaat' en het blijkt 'prettig om het doel van de oefening te horen'. Zo worden spelers zich bewuster van de doelen van opdrachten en oefeningen en wordt verwacht dat ze hier ook zelf bewust en met inzet aan kunnen werken. Bij voorkeur worden jeugdsporters zelf aan het denken gezet door de trainer door het stellen van vragen en door soms even niets (voor te) zeggen. Een turntrainer geeft aan door het in een vraag te stoppen 'weet ik dat het in hun hoofd zit ... door vaak te zeggen, blijft het op een gegeven moment wel langer in haar hoofd, maar door het te begrijpen blijft het langer hangen ... probleem voorschotelen en daar moeten ze een oplossing voor verzinnen'. Een volleyballer geeft aan dat de trainer zo 'aan iedereen heeft gevraagd wat je zou willen dat beter gaat, houdt hij rekening mee, want dat onthoudt hij'.

Zelfregulatie en -controle

Verschillende uitspraken sluiten aan bij het in ander onderzoek beschreven (cyclische) proces van zelfregulatie, waarbij een jeugdsporter zelf sportieve doelen stelt, die in trainingen en wedstrijden probeert te verwezenlijken, daarop reflecteert en doelen weer aanpast (Cleary & Zimmerman, 2001; Gestdottir & Lerner, 2007). Voor trainers betekent dit dat ze veel vragen stellen, het waarom van oefenstof uitleggen, keuzemogelijkheden bieden, bevestiging bieden via complimenten en regelmatig ook het geven van feedback uitstellen. Hoewel sommige onderzoekers aangeven dat sport een platform biedt waar jongeren dit proces van zelfregulatie kunnen leren (Jonker et al., 2010), geeft ander onderzoek juist het tegenovergestelde aan. Waar jongeren buiten de sport naarmate ze ouder worden steeds meer regie krijgen en opgroeien naar zelfstandigheid vindt binnen de sport juist vaak een toenemende mate van disciplinerende plaats (Claringbould, 2011). Een aanverwant begrip is zelfcontrole dat misschien wel het belangrijkste persoonskenmerk voor de positieve ontwikkeling van jongeren is (Kim, Guerra & Williams, 2008). Bij zelfcontrole en 'empowerment' gaat het er niet alleen om te stimuleren dat jeugdsporters zich bewust zijn van het eigen handelen en zelfregulerende vaardigheden leren. Het gaat er ook om dat trainers ervoor zorgen dat jeugdsporters 'een beetje meer geloof hebben in eigen kunnen' (korfbaltrainer), 'durven te doen, als het dan een keer fout gaat maakt het niet uit en leer je daar weer van' (voetbaltrainer) en 'vertrouwen krijgen om het te doen, te proberen' (judotrainer).

Hoewel een groot deel van de trainers het belangrijk vindt dat jeugdsporters zich meer bewust worden van hun eigen vaardigheden en hoe ze daar met oefeningen en opdrachten aan kunnen werken, lijken ze het lastig te vinden om echt regie uit handen te geven door vragen te stellen en feedback uit te stellen. Enkele trainers stellen wel vragen, maar ook daarbij is het niet duidelijk of de trainer de jeugdsporter helpt om zijn/haar eigen doelen te

stellen. Die individuele doelen zijn dan bij voorkeur gerelateerd aan het eigen vaardigheidsniveau van de speler en gaat niet zozeer om doelen gerelateerd aan de vergelijking met tegenstanders, het winnen van wedstrijden. Het uitstellen van feedback vinden meerdere trainers lastig, vooral bij wedstrijden. Dit lijkt vooral door hun fanatisme en betrokkenheid te komen. Een voetbaltrainer probeerde zich bewust in te houden, maar 'na twee minuten sta ik toch weer, ga je het toch voorzeggen' en een korfballer geeft aan 'super fanatiek ... even niks zeggen dat kan die [trainer] niet'. Een andere trainer (turnen) lijkt zich wel bewust van het belang van het 'in een vraag stoppen' en dat ze zelf 'een oplossing bedenken', maar uit de gesprekken met de sporters zelf blijkt daar toch niet veel ruimte en durf voor te zijn om zelf regie te voeren over de eigen sportieve ontwikkeling. Een voetbaltrainer geeft nog aan 'laat ze meedenken in wat ze leren, maar daar worden ze wel druk van'. Voor een trainer die in zijn eentje een flinke groep kinderen begeleidt, lijkt het niet zo eenvoudig om in dialoog te gaan over individuele doelen en hoe die te realiseren, zonder orde en structuur te verliezen.

Alle jeugdsporters 'willen aandacht krijgen' (voetbaltrainer) van hun trainer en het lijkt niet altijd eenvoudig om die aandacht goed te verdelen over alle kinderen in een sportgroep.

Regie op macro- en microniveau

Er is niet echt een onderscheid gemaakt tussen regie over de sportieve ontwikkeling in brede zin gedurende een sportseizoen (macro) ten opzichte van specifieke sporttaken en -situaties tijdens een training of wedstrijd (micro). Voor de toepassing van de onderzoeksresultaten kan het relevant zijn om wel een dergelijk onderscheid te maken, waarbij trainers enerzijds bij een specifieke sportsituatie regie uit handen kunnen geven (micro) en anderzijds gedurende het sportseizoen (ook buiten de trainingen/ wedstrijden om) met individuele spelers nadenken over sportieve doelen en hoe daar zelf aan te werken (macro).

Wenselijk gedrag van de trainer om jeugdsporters meer regie te geven:

- Vragen stellen
- Geen reactie [feedback uitstellen]

8.6 Sociaal groepsklimaat voor optimale ontwikkeling van alle jeugdsporters

In veel interviews met de trainers en jeugdsporters is het belang van een goede sfeer en onderlinge betrokkenheid tussen trainer en spelers en tussen spelers onderling benadrukt. Alle jeugdsporters 'willen aandacht krijgen' (voetbaltrainer) van hun trainer en het lijkt niet altijd eenvoudig om die aandacht goed te verdelen over alle kinderen in een sportgroep. Hoewel evenveel aandacht wenselijk en meestal van toepassing lijkt, geven sommige trainers aan dat ze vooral de minder vaardige spelers aandacht geven.

Het blijkt vaak best lastig te zijn om zicht en invloed te hebben op de groepsprocessen bij jongeren onderling.

Andere trainers zeggen dat ze zich vooral richten op gemotiveerde spelers die hun best willen doen om beter te worden en weer andere hebben het over jongeren met een ontwikkelingsstoornis in een sportgroep die extra aandacht vragen. Ook waarderen jeugdsporters inlevingsvermogen van de trainer zeer positief. Een korfballer vindt haar trainer 'medelevend, ze toonde begrip, luistert gewoon eerst naar jouw verhaal en die beeldt zich in hoe het voor mij zou zijn geweest, dan voel je je begrepen' en een volleybaler geeft aan 'Hij toont interesse in je'. Het blijkt vaak best lastig te zijn om zicht en invloed te hebben op de groepsprocessen bij jongeren onderling. In een voetbalteam wordt een jongen met een motorische achterstand wel eens 'kreupele' genoemd en een jongen met Aziatische lichaamskenmerken 'spleetoog' en dit is er volgens de trainer lastig uit te krijgen. Ook wordt een handbalster 'soms gepest omdat ze dik is, dat gebeurt vooral als de trainer niet kijkt'. Een teamgenoot van haar heeft het over 'clubjes in het team, als die je uit gaan schelden, dan voel je je best alleen' en dat door die groepjes 'dan voel je je af en toe wel buitengesloten'. Voor plezier, blijvende deelname en het beter worden van alle kinderen (ook de handbalster die wordt gepest) is een sociaal groepsklimaat nodig. Dat blijkt niet altijd eenvoudig te realiseren en een bepaalde mate van strengheid en discipline lijkt daarbij gewenst. Een judotrainer geeft aan 'minder streng betekent minder veilig en minder leuk' en het 'belangrijkst is veiligheid, zodat iedereen zichzelf kan zijn'. Hoewel sommige trainers het positief waarderen dat spelers elkaar onderling corrigeren en dat dit kan zorgen voor het verbeteren van sportieve vaardigheden, lijkt dit alleen wenselijk als er een sociaal klimaat in de sportgroep is waar diversiteit positief wordt gewaardeerd. Het hanteren door de trainer van een strenge norm voor het zorgzaam omzien naar elkaar in de sportgroep, een 'caring climate' (Gano-Overway et al., 2009), is nodig zodat alle kinderen in de groep zich positief kunnen ontwikkelen.

Wenselijk gedrag van de trainer om een sociaal groepsklimaat te realiseren:

- Complimenten
- Aanmoedigen
- Corrigeren op gedrag
- Vragen stellen

8.7 Beschouwend

Uit de uitgewerkte zestien casussen en vooral de interviews met trainers en hun jeugdsporters blijkt dat de trainers via zes specifieke mechanismen van grote invloed kunnen zijn op de ontwikkeling van jeugdsporters:

1.	focus op plezier beleven en leren;
2.	leren via competentiebeleving, zelfvertrouwen en inzet;
3.	aanleren van sportieve vaardigheden;
4.	inzet en structuur als voorwaarden;
5.	regie bij de jeugdsporter zelf;
6.	een sociaal groepsklimaat voor ontwikkeling van alle jeugdsporters.

Complimenten werken bij de één meer via emoties en gevoel en bij de ander geven ze vooral informatie over de uitvoering van taken in een rationeel leerproces..

Hoewel sommige mechanismen met elkaar te maken hebben, zijn ze toch alle zes onderscheidend en aanvullend. Het aanleren van sportieve vaardigheden (3) via onder meer opdrachten en complimenten door de trainer is bijvoorbeeld wezenlijk anders dan het leren van sportieve vaardigheden via competentiebeleving, zelfvertrouwen en inzet (2) door complimenten van de trainer. Hoewel bij beide mechanismen complimenten belangrijk zijn en uiteindelijk bijdragen aan meer sportieve vaardigheden lijken complimenten bij de één meer via de emoties en het gevoel van jeugdsporters te werken (2), terwijl bij de ander complimenten vooral informatie geven over of de taak goed is uitgevoerd in een rationeel leerproces (3). En aanmoedigingen gaan in relatie tot inzet vooral om op serieuze wijze met een bepaalde felheid en oplettendheid te spelen (4), terwijl aanmoedigingen ook kunnen worden gebruikt als manier om waardering en oprechte interesse te tonen in een individuele speler (6). Zo lijkt het wenselijk dat trainers die ontwikkelingsgericht willen trainen/coachen zich bewust zijn van deze zes betekenisvolle mechanismen in hun omgang met jeugdsporters en hoe hun gedrag daarop van invloed kan zijn.

Wenselijk gedrag van trainers

Om via de zes mechanismen positief bij te dragen aan de ontwikkeling van jeugdsporters is bij de beschrijving van het mechanisme al telkens kort weergegeven welk gedrag van de trainers daarbij wenselijk is. Deze eerste aanzet om wenselijk gedrag aan mechanismen te koppelen is samengevat in tabel 7.

Wenselijk gedrag	Plezier en leren (1)	Competentie, zelfvertrouwen en inzet (2)	Aanleren vaardigheden (3)	Inzet en structuur (4)	Regie bij jeugdsporter (5)	Sociaal groepsklimaat
Complimenten	✓	✓	✓			✓
Aanmoedigingen				✓		✓
Aanwijzingen	✓		✓			
Fouten benoemen			✓			
Corrigeren op gedrag				✓		✓
Uitleggen			✓	✓		
Vragen stellen					✓	✓
Geen reactie					✓	

Tabel 7: Wenselijk gedrag binnen zes mechanismen

Om te concretiseren hoe die wenselijke gedragingen (eerste kolom) er in de sportpraktijk uit kunnen zien en wat de verschillen zijn, kunnen eerdere inhoudelijke beschrijvingen uit hoofdstuk 6 en paragraaf 7.1 helpen. Mogelijk dat toekomstig onderzoek het schema kan aanscherpen en aanvullen door andere termen en overwegingen te hanteren. Het versimpelde beeld van de wenselijke sportpraktijk uit tabel 7 met de koppeling van de zes mechanismen aan wenselijk gedrag van trainers is hier primair weergegeven om enkele algemene constatering te kunnen doen. Zo is het geven van complimenten via verschillende mechanismen (4x) belangrijk voor de ontwikkeling van jeugdsporters en lijkt terughoudendheid bij het benoemen van fouten (1x) wenselijk. Terughoudend vooral omdat het op een verkeerd moment en op een verkeerde manier benoemen van fouten juist andere ontwikkelingsmechanismen leek te belemmeren. Vooral als het gaat om zelfvertrouwen en het erkend en gewaardeerd voelen (in de groep) lijkt dit belemmerend te kunnen werken. Tot slot bevestigt tabel 7 dat verschillende typen gedragingen op verschillende manieren kunnen bijdragen aan de ontwikkeling van jeugdsporters. Er is geen eenvoudige blauwdruk van het wenselijke gedrag van trainers dat vanzelfsprekend leidt tot eenduidige bijdragen aan de ontwikkeling van jeugdsporters, maar het gedrag van trainers heeft via meerdere mechanismen op verschillende manieren effect op jeugdsporters. Waarschijnlijk is het dan ook belangrijker dat trainers zich

bewust zijn van hoe de zes mechanismen werken en dat zij een repertoire aan beschikbare gedragingen flexibel kunnen toepassen/vertonen, dan dat ze eenvoudigweg veel complimenten geven, vragen stellen en veel structuur bieden.

Balans zoeken

Het flexibel kunnen toepassen van verschillende gedragingen voor de optimale ontwikkeling van jeugdsporters bleek ook te gaan om het continu bewaken van de balans tussen twee ontwikkelingsfactoren. Bijvoorbeeld wat betreft:

- focus op plezier en leren: soms is meer nadruk wenselijk op plezier en is er even minder aandacht voor leren, in andere situaties staat leren centraal en is er mogelijk wat minder ruimte voor plezier beleven;
- streng structuur en inzet bewaken en regie uit handen geven (vrijheid): soms is het nodig voor optimaal plezier en leerrendement om streng toe te zien en soms is het wenselijk om ruimte te bieden aan jeugdsporters om zelf activiteiten in te richten;
- veel of weinig instructies en feedback: soms is het wenselijk om jeugdsporters actief te helpen en te sturen in hun leerproces, terwijl het soms ook wenselijk is om niet te reageren en jeugdsporters zelf te laten ervaren en nadenken;
- bevestiging bieden of confronteren: vaak is het wenselijk om bevestiging te geven als jeugdsporters iets goed doen, maar soms kan het ook wenselijk zijn om jeugdsporters aan te spreken op wat beter kan. Het kan dan zinvol zijn om fouten te noemen, zodat een jeugdster zich bewust is van de situatie en in combinatie met concrete suggesties van de trainer zich kan verbeteren;
- groepsgericht of individueel: soms is het wenselijk om aanwijzingen of aanmoedigingen niet te richten op individuele jeugdsporters, terwijl het ook vaak wenselijk is om juist wel gerichte aanwijzingen, taken en vragen in te zetten.

Het vraagt veel van de competenties van jeugdtrainers hoe op verschillende vlakken telkens de optimale balans te vinden. De geschetste spanningsvelden kunnen, samen met onder meer de resultaten die nog volgen in hoofdstuk 9, aanleiding vormen om in navolging van dit onderzoek precieze beschrijvingen te maken hoe als trainer te handelen bij specifieke sportsituaties met een specifieke groep jeugdsporters.

Prosociaal gedrag bevorderen en antisociaal gedrag tegengaan

De resultaten over het gedrag van de trainer die tot dusverre in het rapport zijn beschreven, zijn nog niet direct gekoppeld aan uitkomsten op sociaal en antisociaal gedrag van jeugdsporters. Of die link er is, is hier onder meer relevant, omdat interventies gericht op trainers vanuit het actieplan VSK



De link tussen het gedrag van trainers en prosociaal en antisociaal gedrag is er dus wel, maar kwam wat minder nadrukkelijk uit de resultaten naar voren waar sportdeelname primair aan plezier en leren werd gerelateerd.

direct gericht zijn op het bevorderen van gewenst (prosociaal) gedrag op de sportvelden en het voorkomen en tegengaan van ongewenst (antisociaal) gedrag (www.veiligisportklimaat.nl). Dat die link nog niet duidelijk bleek uit de resultaten komt waarschijnlijk deels, omdat trainers en sporters sportiviteit en respect niet als het belangrijkste doel zien van sportdeelname (zie hoofdstuk 4). De primaire focus van trainers ligt op plezier en leren. Daarbij zijn prosociaal en antisociaal gedrag wellicht meer maatschappelijk bepaalde doelen waar trainers aan moeten bijdragen dan dat het de persoonlijke sportwaarden van de sporters (en trainers) zelf zijn.

Prosociaal gedrag in de sport wordt gezien als vrijwillig vertoond gedrag om een ander individu te helpen – bijvoorbeeld iemand helpen die is gevallen – en antisociaal gedrag is vrijwillig gedrag met de bedoeling om een ander individu te benadelen, bijvoorbeeld een tegenstander proberen te blesseren (Boardley & Kavussanu, 2009). Toch bleek het gedrag van jeugdtrainers wel degelijk gekoppeld te zijn aan pro- en antisociaal gedrag. Het meest nadrukkelijk komt dit tot uiting in het zesde mechanisme: een sociaal groepsklimaat als voorwaarde voor de ontwikkeling van alle jeugdsporters (6). Door complimenten en aanmoedigingen te geven, door te corrigeren op gedrag en door vragen te stellen en aandacht te geven aan jeugdsporters dragen trainers bij aan een sociaal groepsklimaat. Dit lijkt direct gekoppeld aan prosociaal gedrag en het uitblijven van antisociaal gedrag, hoewel die koppeling in de interviews en casussen niet zozeer door de trainers en jeugdsporters zelf wordt gemaakt. Zij hebben het hier eerder over de sfeer, als voorwaarde om als sporter plezier te beleven en vaardigheden te leren. Daarnaast lijkt uit de beschreven resultaten dat pro- en antisociaal gedrag als uitkomst gekoppeld is aan de focus op plezier en leren (1) en structuur als voorwaarde (4). Als de focus niet ligt op plezier en persoonlijke verbetering van het vaardigheidsniveau (1), maar nadrukkelijker op het winnen van wedstrijden van tegenstanders dan komt antisociaal gedrag wellicht eerder voor. Bij de koppeling met structuur (4) gaat het er vooral om dat de trainer er op toeziet dat formele en informele regels/afspraken worden nageleefd door gewenst (prosociaal) gedrag positief te bekrachtigen en ongewenst (antisociaal) gedrag te corrigeren en te bestraffen. Ook kan het hier gaan om een structuur en uitleg bij trainingsoefeningen die regeloverschrijdend gedrag voorkomen. Structuur zorgt ervoor dat het spel snel op gang komt en blijft lopen, waardoor antisociaal gedrag mogelijk wordt voorkomen. De link tussen het gedrag van trainers en prosociaal en antisociaal gedrag is er dus wel, maar kwam wat minder nadrukkelijk uit de resultaten naar voren waar sportdeelname primair aan plezier en leren werd gerelateerd.

De wijze waarop het gedrag van trainers via de zes uitgewerkte mechanismen betekenis heeft voor de ontwikkeling van jeugdsporters hangt ook af van de kenmerken van de jeugdsporters (paragraaf 9.1), kenmerken van de trainer

(paragraaf 9.2) en andere kenmerken van de sportomgeving (paragraaf 9.3). Hoe die invloed fungeert daarover wordt in hoofdstuk 9 het een en ander beschreven.

'Goed dat hij ook heel grappig kan zijn'

Opvallende specifieke technieken van trainers:

- Hamburger-techniek: 'eerst iets positiefs zeggen – dan zeggen wat er beter kan – en dan weer iets positiefs zeggen' (korfballer);
- één-seconde-regel: 'wat net gebeurd is kunnen ze nog onthouden' (volleybaltrainer);
- Humor: 'Goed dat hij ook heel grappig kan zijn' (turnster);
- Subtiel/empathisch: 'Ze is gewoon iets subtieler, lastig uit te leggen ... beeldt zich in hoe het voor mij zou zijn geweest, dan voel je je begrepen' (korfballer).

9. Invloed van kenmerken van de jeugdsporters, de trainer en de sportomgeving

De wijze waarop trainers omgaan met jeugdsporters is bepalend voor hoe jeugdsporters zich ontwikkelen in sport. Toch staat die relatie niet op zich, de relatie tussen trainer en zijn/haar jeugdsporters wordt namelijk mede bepaald door de kenmerken van die jeugdsporters (paragraaf 9.1), door de kenmerken van die trainer (paragraaf 9.2) en door kenmerken van de sportomgeving (paragraaf 9.3). Hoewel het beschrijven van die invloeden niet het hoofddoel van dit onderzoek vormden, was het wel een belangrijk subdoel om een aantal indicatieve uitkomsten mee te nemen. Uitgangspunt vormde hier wat de trainers en/of jeugdsporters in de interviews van de casussen noemden over de drie soorten kenmerken. Daarnaast konden de observatie- en interviewresultaten worden gekoppeld aan de kenmerken van de jeugdsporters, trainers en clubs. Die zijn aan de hand van vragenlijsten in kaart gebracht. Dit levert een aanzet op voor de kenmerken van jeugdsporters, trainers en sportomgevingen die van invloed zijn op het gedrag van trainers en de betekenis van dat gedrag.

9.1 Kenmerken van de jeugdsporters

Het gedrag dat trainers vertonen en de betekenis van dat gedrag voor de ontwikkeling van jeugdsporters is mede afhankelijk van de kenmerken van de jeugdsporters. Naast dat het gaat om het gedrag van de trainer in relatie tot een individueel kind gaat het ook om de relatie met de totale sportgroep/het team van die trainer. De samenstelling van de sportgroep met daarin kinderen met bepaalde persoonskenmerken blijkt namelijk ook zeer relevant te zijn voor het gedrag van de trainer en hoe hij/zij een ontwikkelingsgericht sportklimaat realiseert. Eerst wordt ingegaan op enkele relevante persoonskenmerken in de interactie met een individueel kind en daarna wordt kort ingegaan op de relevantie van een evenwichtige groepssamenstelling.

Leeftijd

Voor het gedrag dat trainers vertonen, is de leeftijd van de kinderen op verschillende terreinen

relevant. Zo is het voor het geven van instructies en aanwijzingen vooral een uitdaging om dit begrijpelijk te houden voor jongere sporters (<12 jaar) in vergelijking met oudere sporters (>14 jaar). Een korfbaltrainer van 16- tot 18-jarige sporters geeft aan dat hij bij jongere teams positiever zou zijn en ook een sporter zelf geeft aan dat ze geen kleine kinderen meer zijn die het echt nodig hebben. In enkele andere gesprekken ging het ook over pubers, waarbij vaker een weerwoord door de sporters wordt gegeven en trainers grensoverzoekend gedrag onder controle proberen te houden. Een atletiektrainer geeft tot slot nog aan dat zijn/haar reacties ook verschillen naarmate een jongere net in de groeispurt zit of die al heeft gehad.

Geslacht

Vooraf midden in de puberteit (13-16 jaar) lijken de betreffende trainers aan te geven dat het gedrag van de trainer anders is voor meiden in vergelijking met jongens. Vooral bij oudere jeugd lijken meiden anders dan jongens in de omgang met de trainer.

Die meiden worden niet zo graag 'in the picture' gezet en hebben vooral positieve coaching nodig.

Zelfvertrouwen

Bij kinderen met weinig zelfvertrouwen wordt aangegeven dat het veelvuldig geven van complimenten en bevestiging belangrijk is in combinatie met terughoudendheid in reacties na fouten. Ook lijkt persoonlijke aandacht en begrip tonen belangrijk in de omgang van de trainer met deze jeugdsporters voor een optimale ontwikkeling. Daarnaast valt op dat trainers wat meer bezig lijken met het corrigeren van gedrag (orde houden) van groepen kinderen met relatief veel zelfvertrouwen en ook van groepen kinderen met relatief weinig zelfvertrouwen. Een mogelijke verklaring zou kunnen zijn dat jongeren met een veel zelfvertrouwen zich mogelijk makkelijk laten gelden en weerwoord geven en dat jongeren met weinig zelfvertrouwen een positie proberen te verwerven in de groep en mogelijk erg beïnvloedbaar zijn door het gedrag van anderen in de groep.



Naast leeftijd, geslacht en zelfvertrouwen zijn er kenmerken die slechts een enkele keer zijn genoemd. Het gaat dan om de voorkeurstijl van leren ('overbrengen op abstracte denkers en beelddenkers'), het 'lekker in je vel zitten' op het moment van sporten en sportmotivatie. Met de beperkte informatie kon niet worden bepaald in hoeverre dergelijke kenmerken precies relevant zijn en hoe ze werken in relatie tot de zes mechanismen.

Groepssamenstelling

In veel interviews met de trainers en met de sporters ging het over de samenstelling van de groep/het team jeugdsporters in relatie tot het gedrag van de trainers. Die samenstelling blijkt grote invloed te hebben op het gedrag van trainers en de ontwikkeling van de jeugdsporters in die groep. Daarbij ging het niet alleen om een evenwichtige samenstelling van jongeren qua leeftijd, geslacht en zelfvertrouwen (zie hiervóór). Vaak ging het ook over hoe lastig het is voor een trainer als er een groot verschil is qua vaardigheidsniveau tussen spelers in dezelfde sportgroep. Enkele trainers geven aan dat oefeningen en instructies zich dan meer richten op het leren van de sporters met een lager vaardigheidsniveau. De betere spelers krijgen dan mogelijk minder gerichte aandacht om het eigen vaardigheidsniveau verder te verbeteren. Ook het voorkomen van meerdere 'lastige' jongeren in een groep, de grote invloed van een bepaalde normbepalende jongere in een groep en het voorkomen van ontwikkelingsstoornissen (zoals ADHD, Down, autisme) is vooral door trainers genoemd als relevant. Enkele trainers

‘Persoonlijkheid staat vast, dat verandert volgens mij niet meer op die leeftijd’.

gaven meer in het algemeen aan dat de groeps grootte zelf relevant is voor de individuele aandacht die je als trainer kunt geven. Bij bijvoorbeeld grotere teams tijdens trainingsoefeningen is het mogelijk lastiger voor de trainer om de dialoog met spelers aan te gaan en inspraak te geven in het plannen en uitvoeren van oefeningen.

Hoe het gedrag van trainers uitwerkt op de ontwikkeling van jeugdsporters hangt dus af van kenmerken van individuele jeugdsporters zoals leeftijd, geslacht en zelfvertrouwen. Daarnaast speelt ook de samenstelling van de groep jeugdsporters een belangrijke rol, waarbij het onder meer gaat om de mate van verschillen in vaardigheidsniveau.

9.2 Kenmerken van de trainer

In een relatief beperkt aantal interviews zijn door de trainer of door de jeugdsporters enkele kenmerken van de trainer genoemd die invloed hebben op het gedrag dat hij/zij vertoont. Dat er weinig kenmerken zijn genoemd, komt mede doordat er ook niet expliciet gevraagd is naar die mogelijke rol van kenmerken van de trainer. Wat wel is genoemd, is dus meer tussen de regels door als verklaring genoemd voor het gedrag van trainers. Aan experts, die in hoofdstuk 11 aan het woord komen, is overigens wel een specifieke vraag gesteld over de rol van persoonlijkheid, opvoeding, ervaring en opleiding van trainers.

Persoonlijkheid

In enkele interviews is aangegeven dat persoonlijkheid bepalend is voor hoe trainers zich gedragen. Persoonlijkheid is een erg breed begrip. Enkele jeugdkorfbalers vinden de interactie met de trainer niet optimaal en een specifiek voorbeeld gaat over de manier van uitleggen van de trainer. Ze geven aan dat dit komt door de persoonlijkheid van de trainer. Daarbij geven ze aan dat dit moeilijk veranderbaar is, ook al is de trainer zich ervan bewust dat de manier van uitleggen niet optimaal is (hij wil wel). Een jeugdige korfballer relateert dit ook aan de leeftijd van de trainer (29 jaar) en zegt: ‘Persoonlijkheid staat vast, dat verandert volgens mij niet meer op die leeftijd’.

Leeftijd

Een paar keer is ingegaan op de rol van de leeftijd van de trainers. Daarbij duiden enkele trainers en jeugdsporters op het voordeel van het plaatsen van jonge trainers bij jeugdsportgroepen, omdat ze makkelijker aansluiten op de belevingswereld van de jeugd. Toch lijkt aan de andere kant dat het ook voordelen heeft als trainers veel (jaren) ervaring als trainer hebben. De precieze rol van leeftijd en ervaring is met de beschikbare gegevens niet nader uitgewerkt, maar lijkt wel relevant. In de praktijk lijken een

aantal sportclubs hier overigens wel rekening mee te houden, door in de begeleiding van een sportgroep combinaties te maken van een jongere begeleider met een oudere begeleider.

Sportopleiding

In de interviews met de trainers en jeugdsporters is een enkele keer ingegaan op de rol die de sportopleiding heeft gespeeld in het gedrag van trainers op de sportvelden. Een volleybaltrainer legt uit dat hij de opbouw van een training heeft geleerd op de trainersopleiding ‘van makkelijk naar moeilijk en dan een paar accenten pakken’. Daarnaast is er een voetbaltrainer die uitgebreider sprak over de trainersopleiding. Hoewel die volgens hem voor veel trainers veel kan toevoegen, was dat niet het geval voor hem, omdat hij dit al op school en vanuit eigen ervaring heeft geleerd. Hij haalt veel informatie uit documentaires en boeken over bekende voetballers en voetbaltrainers. Het meest heeft deze trainer gehad aan reflectie op de club, waarbij bijvoorbeeld ‘iemand na een wedstrijd even naar me toeloopt en vraagt waarom ik een bepaalde keuze of handeling heb gemaakt’. Daarnaast geeft de trainer aan veel te hebben aan het kijken naar (of observeren van) andere trainers.

Zowel de zelfreflectie met behulp van anderen op de club als het kijken naar andere trainers zou zinvol zijn om vaker te doen, aldus deze specifieke voetbaltrainer. In hoeverre dit beeld representatief is voor jeugdtrainers in het algemeen is niet bekend, maar het lijkt zinvol om te weten welke rol sportopleidingen wel/niet spelen in het (positief) beïnvloeden van het gedrag van jeugdtrainers langs de lijn. Daarbij zijn er ook diverse andere manieren waarop trainers leren en ontwikkelen en daarbij ondersteund kunnen worden.

Via de vragenlijst voor trainers is bekend welke trainers een sportopleiding hebben afgerond. Daarmee kan wat specifieker worden gekeken of de trainers uit de casussen met een sportopleiding zich anders gedragen dan trainers zonder een sportopleiding. In tabel 8 zijn de gemiddelde scores van de observaties met de observatielijst CBAS weergegeven voor vijf trainers zonder sportopleiding naast negen trainers met een sportopleiding. De gegevens zijn indicatief en houden niet direct rekening met bijvoorbeeld de sportmotivatie en kenmerken van de desbetreffende groepen jeugdsporters. In het algemeen lijken er geen grote verschillen te zijn tussen het aantal keren dat de typen gedragingen bij de trainingen/wedstrijden van de twee groepen trainers voorkomen. Wel lijken de trainers zonder opleiding iets vaker bestraffend te reageren (5) en lijken trainers met opleiding gemiddeld vaker spontane instructies te geven (9-12).

Het lijkt zinvol om te weten welke rol sportopleidingen wel/niet spelen in het (positief) beïnvloeden van het gedrag van jeugdtrainers langs de lijn.

Naast persoonlijkheid, leeftijd en sportopleiding is in een enkel interview kort ingegaan op de rol van de hoeveelheid sportspecifieke kennis (technieken en tactieken van de specifieke sport), het werk van de trainer en persoonlijke sporthistorie. Ook benoemden enkele jeugdsporters het belang van het feit dat ze nu een trainer hebben die zowel bij de trainingen als wedstrijden is, in tegenstelling tot het voorgaande seizoen. Tot slot noemde een trainer nog dat jeugdsporters meer leren als ze verschillende trainers ervaren, zodat ze van iedereen iets aanvullends oppikken. Anderzijds leek het positief te werken als een trainer individuele jeugdsporters al lange tijd kent, zodat de trainer in zijn/haar instructie en feedback optimaal kan aansluiten op

	Gemiddeld aantal (bij 5 trainers zonder opleiding tijdens 20 trainingen/ wedstrijden)	Gemiddeld aantal (bij 9 trainers met opleiding tijdens 35 trainingen/ wedstrijden)
1. Positieve belonende reactie	43,6	40,3
2. Geen reactie	1,8	3,5
3. Een aan fout gerelateerde aanmoediging	17,1	12,5
4. Een aan fout gerelateerde technische instructie	23,9	25,7
5. Bestrafing	8,9	3,7
6. Een bestraffende, aan fout gerelateerde, technische instructie	3,6	1,6
7. Het negeren van een fout	4,4	1,7
8. Controle/overwicht/macht krijgen	5,7	4,5
9. Algemene technische instructie	26,4	32,5
10. Algemene aanmoediging	13,8	25,6
11. Organisatie	32,7	38,2
12. Algemene communicatie	4,1	10,2

Tabel 8: Gemiddeld aantal keren dat een bepaald type gedrag voorkomt tijdens een training/wedstrijd begeleid door een trainer met/zonder sportopleiding

de persoonlijke kenmerken van die sporter. De in deze alinea genoemde elementen kwamen echter te weinig voor en gaven te weinig verdiepende informatie om ze apart als relevant kenmerk te noemen voor het gedrag van trainers in relatie tot de ontwikkeling van jeugdsporters.

9.3 Kenmerken van de sportomgeving

Voor de omgang van trainers met hun jeugdsporters zijn er uiteenlopende kenmerken van de sportomgeving of context, die een rol van betekenis spelen. In deze paragraaf zijn de meest duidelijk genoemde contextfactoren uitgewerkt vanuit de analyses van de zestien casussen.

Trainingen versus wedstrijden

Uit de vragenlijsten, de observaties en de interviews blijkt dat het belangrijk is om een onderscheid te maken tussen trainingen en wedstrijden. In hoofdstuk 4 bleek al dat jeugdsporters bij een training andere zaken het meest belangrijk vinden dan bij een wedstrijd. Wat betreft de observaties zijn in tabel 9 de gemiddelde scores van typen gedragingen van de zestien trainers uit de casussen naast elkaar gezet voor trainingen en voor wedstrijden.

Ook in de interviews is regelmatig ingegaan op verschillen en overeenkomsten tussen het gedrag van trainers bij trainingen en bij wedstrijden. Trainers lijken bij wedstrijden vaker complimenten en aanmoedigingen te geven dan bij trainingen en geven bij wedstrijden relatief minder vaak technische instructies na een fout. Bij trainingen staat het leren van nieuwe vaardigheden meer centraal, terwijl wedstrijden meer het podium vormen om het geleerde te laten zien in vergelijking met andere sporters. Wedstrijden dienen ook als podium om erkenning en waardering van de sociale omgeving (leeftijdsgenoten, clubgenoten, ouders, trainer) te krijgen. Bij wedstrijden gaat het erom eruit te halen wat erin zit: iedereen presteert er op zijn/haar niveau. De betekenis van het spelen van wedstrijden lijkt groot, vooral voor de plezierbeleving. Een voetbaltrainer geeft aan dat 'de wedstrijd of het partijtje is waar we voor trainen'. Ook een volleybaltrainer geeft aan bewust te kiezen om bij wedstrijden geen nieuwe instructies te geven, maar liever aanmoedigingen te geven. Meerdere keren wordt aangegeven dat trainers vooral tijdens wedstrijden erg fanatiek zijn. Enkele jeugdvoetballers stellen dat hun trainer erg fanatiek is bij wedstrijden en graag wil winnen en presteren, terwijl ze bij trainingen aardiger is en meer uitleg geeft. Een ander verschil is dat trainers tijdens trainingen vaker bezig zijn met orde houden en organisatie (van de oefenvormen), wat aansluit op tabel 9 (rij 8 en 11). Een korfbaltrainer stelt dat zijn jeugdsporters bij trainingen 'minder hun best doen, waardoor ze meer gaan zitten kloten',

Bij trainingen staat het leren van nieuwe vaardigheden meer centraal, terwijl wedstrijden meer het podium vormen om het geleerde te laten zien in vergelijking met andere sporters.

terwijl de motivatie en het gedrag van jeugdsporters bij wedstrijden minder vaak vraagt om een correctie van de trainer.

Bij wedstrijden benoemt een enkele trainer ook een andere toezichhoudende rol van zichzelf, bij wedstrijden worden de grenzen namelijk (vooral) door de scheidsrechter bepaald in tegenstelling tot trainingen. Bij een trainer van een prestatiegerichte turngroep valt hier nog op dat vooral bij trainingen kort voor een toernooi/wedstrijd kritischer feedback wordt gegeven en (nog) meer discipline wordt geëist. De trainer beseft dat de turnsters hem dan minder aardig vinden, maar dat is volgens deze trainer op dat moment van ondergeschikt belang voor de turnsters. Net voor de wedstrijd zorgt deze trainer overigens wel weer voor makkelijke oefeningen die lukken, zodat de sporters met een goed gevoel de wedstrijd ingaan.

	Gemiddeld aantal (16 trainers tijdens 41 trainingen)	Gemiddeld aantal (16 trainers tijdens 22 wedstrijden)
1. Positieve belonende reactie	32,5	53,6
2. Geen reactie	5,4	2,1
3. Een aan fout gerelateerde aanmoediging	11,7	16,2
4. Een aan fout gerelateerde technische instructie	26,4	20,2
5. Bestrafing	6,0	6,1
6. Een bestraffende, aan fout gerelateerde, technische instructie	2,6	2,4
7. Het negeren van een fout	2,3	4,7
8. Controle/overzicht/macht krijgen	8,0	1,9
9. Algemene technische instructie	28,8	34,1
10. Algemene aanmoediging	18,4	36,0
11. Organisatie	40,7	34,9
12. Algemene communicatie	7,0	8,5

Tabel 9: Gemiddeld aantal keren dat een bepaald type gedrag voorkomt tijdens een training of wedstrijd

Prestatiegerichte sport versus meer op recreatie gerichte sport

In de interviews met trainers en jeugdsporters is regelmatig ingegaan op verschillen en overeenkomsten tussen prestatiegerichte selectiegroepen en andere meer recreatieve sportgroepen. Hoewel bij beide wordt gestreeft naar een balans tussen plezier en leren, ligt de focus bij recreatieve sporters meer op directe plezierbeleving en bij prestatiegerichte sporters meer op het leren (en presteren). Bij prestatieve sport komt directe plezierbeleving tijdens trainingen en wedstrijden soms onder druk te staan. Om optimaal te leren en presteren geven vooral de trainers aan dat jeugdsporters dan soms dingen moeten doen die (even) minder leuk zijn. 'Om de top te bereiken moet je ook dingen doen die minder leuk zijn' (judotrainer). Mogelijk dat prestatiegerichte sporters daarbij meer waarde hechten aan het 'winnen' van tegenstanders en meer plezier ontleen aan presteren op het hoogste niveau.

Bij prestatiegerichte sporten wordt daarnaast meer discipline nagestreeft dan bij recreatieve groepen, waar trainers minder streng en serieus zijn.

Bij prestatiegerichte sporten wordt daarnaast meer discipline nagestreeft dan bij recreatieve groepen, waar trainers minder streng en serieus zijn. Bij recreatieve groepen ligt de nadruk minder op het leren van nieuwe vaardigheden en prestaties. Sommige trainers van recreatieve groepen vinden het niet eenvoudig om aan te sluiten op de sportmotivatie van deze groepen en geven aan dat 'spelers uit selectieteams meer gemotiveerd zijn' (voetbaltrainer). Een jeugdige voetballer uit de D5 is daarentegen teleurgesteld en vindt het jammer dat bij de club de selectieteams 'heilig' zijn en altijd de betere trainers krijgen. Een jeugdkorfballer schetst nog dat de overgang van meer recreatief naar prestatief moeizaam kan zijn, want 'als je altijd in tweede teams hebt gespeeld en van die fijne, aardige, rustige trainers hebt gehad dan is het wel even anders als je in één keer zo'n pittige trainer hebt' in het eerste. Een voetbaltrainer noemt tot slot nog dat 'spelers stoppen als er geen lager team is dat aansluit bij hun meer recreatieve motieven'.

De beschikbaarheid van zowel prestatiegerichte als op recreatie gerichte groepen met trainers die aansluiten op de sportmotivatie van de spelers in die groepen lijkt cruciaal voor blijvende sportdeelname en een omgeving waarin jeugdsporters optimaal leren en plezier beleven.

Sporttakspecifieke kenmerken

Niet in alle casussen zijn heel duidelijk kenmerken van specifieke sporttakken benoemd die mede bepalend zijn voor het gedrag van trainers en de betekenis hiervan voor de ontwikkeling van jeugdsporters. Toch zijn uit de beschrijvingen en uitspraken in de interviews een aantal voorbeelden te halen van dergelijke sporttakspecifieke kenmerken (zie tabel 10).

Sporten uit de zestien casussen	Kenmerk	Uitwerking
Veldvoetbal	Grootte veld, buiten	Schreeuwen om directe feedback te kunnen geven
Judo	Je mag er 'lekker smijten' met anderen	Directe noodzaak voor toezicht en reguleren van fysiek contact
Handbal	Doorwisselen	Gelegenheid om een speler even individueel te spreken
Volleybal	Wissels die meeklappen	Stimuleren dat spelers onderling zorgen voor sfeer en sociaal groepsklimaat
Turnen	Jurering via aftrek	Extra zorg voor beloning door de trainer, is niet van nature 'een positieve sport'
Korfbal	Jongens en meiden	Deel van vooral meiden wordt niet graag publiekelijk in the picture gezet door de trainer
Atletiek	100m sprint, weinig coaching en wedstrijden	Trainers zijn meestal niet bij wedstrijden en als ze er wel zijn dan is er niet altijd gelegenheid om te coachen

Tabel 10: Beschrijvingen van sporttakspecifieke kenmerken

In tabel 10 is zo een aantal eerste voorbeelden uitgewerkt van specifieke kenmerken van sporttakken die van invloed zijn op het gedrag van trainers in relatie tot de ontwikkeling van jeugdsporters. Meer specifieke informatie is nodig als het wenselijk is om scherpere conclusies te kunnen trekken over de voor- en nadelen van bepaalde (kenmerken van) sporttakken en ontwikkelingsgericht trainen/coachen.

Teamsport versus individuele sport

In enkele interviews ging het over de rol van trainers bij teamsporten ten opzichte van individuele sporten. Een judotrainer geeft daarbij aan dat trainers bij individuele sporten veel individuele aandacht geven aan de sporters, terwijl bij teamsporten de groep mogelijk vaker als geheel wordt gezien en wordt aangesproken. Wel blijkt dat juist deze trainer ook heel veel aandacht heeft voor het groepsklimaat en onderlinge omgang en samenwerking bij de trainingen. Toch lijken ook de trainers bij de teamsporten zo veel mogelijk individuele aandacht te willen geven. Bij grotere groepen sporters lijkt het daarbij wel lastiger om optimaal individuele

aandacht te geven. Wel schetst een voetbaltrainer nog dat er bij teamsporten naast een individueel belang ook een teambelang is. Hoewel het individuele belang voor het teambelang gaat, kan hier volgens de trainer soms frictie ontstaan. Deze trainer noemde dit vanuit een voorbeeld waarbij het voor een speler mooi is dat hij/zij mag meedoen met een hoger team, maar dat dit voor het team niet optimaal is. Een jonge atleet benoemde nog dat zijn sport minder verplichtend en minder motiverend is dan een teamsport. Enerzijds lijkt het prettig dat je relatief eenvoudig kunt wegblijven bij een training en dat je relatief zelfstandig werkt aan je sportieve ontwikkeling. Anderzijds vindt de atleet dat door meer focus op onderlinge samenwerking in zijn eigen sport ook de individuele ontwikkeling naar een hoger niveau kan worden gebracht. Een turnster vindt daarbij het fijne aan individuele sporten dat je niet afhankelijk bent van anderen. Bijvoorbeeld bij voetbal geeft ze aan dat je afhankelijk kan zijn van een pass van een teamgenoot om te kunnen scoren en bij het turnen kun je meer op jezelf focussen.

Bijvoorbeeld bij voetbal geeft ze aan dat je afhankelijk kan zijn van een pass van een teamgenoot om te kunnen scoren en bij het turnen kun je meer op jezelf focussen.

Gelijkwaardige tegenstanders

Bij enkele teamsporten viel op dat het team vrijwel alle wedstrijden wint of vrijwel alles verliest in hun competitie. Beide situaties lijken van invloed op het gedrag van trainers en niet wenselijk voor optimaal plezier en optimaal leerrendement van de sporters. Bij een korfbaltrainer wordt aangegeven dat het lastig is om positief te blijven als je weer dik verliest. Een voetbaltrainer van 10- tot 11-jarigen valt daarbij wel op dat de jongens zelf helemaal niet zitten met het verlies. Na afloop van een verloren wedstrijd 'hebben die gewoon schik'. Het gaat hier wellicht niet zozeer om het eindresultaat (het verlies) op zichzelf, maar wel om het spelen van een relatief gelijkwaardige strijd om winst of verlies. Ook is het niet wenselijk dat teams zonder tegenstand altijd winnen. Daar lijkt de uitdaging en motivatie voor de jeugdsporters niet optimaal en lijkt een voetbaltrainer ook minder intensief te coachen bij wedstrijden. Jeugdsporters lijken er dan minder plezier aan te ontnemen dan een wedstrijd met veel tegenstand en worden niet uitgedaagd om alles eruit te halen wat erin zit. Wel is een keer aangegeven dat de jongeren die bovenaan staan in de competitie meer op hun gedrag en voorbeeldfunctie worden aangesproken door de trainer. Je moet je dan 'gedragen als een koploper' en je niet laten verleiden tot regeloverschrijdend gedrag.

Er zijn een heleboel andere contextfactoren die ook van invloed kunnen zijn op het gedrag van trainers en de betekenis van dat gedrag voor de ontwikkeling van jeugdsporters. Toch zijn niet veel andere factoren specifiek genoemd vanuit de interviews in de zestien casussen. Een paar contextfactoren zijn nog wel een enkele keer aan de orde gekomen. Zo lijkt de band tussen trainer en turnsters die twaalf tot veertien uur per week



trainen erg intens en hiërarchisch)ten opzichte van een voorbeeld van deelname aan één relatief vrijblijvende atletiektraining per week. Ook de band tussen de sporters is bij deze turnsters met een hoge sportintensiteit erg intens (vriendinnen) en lijkt vluchtiger bij de atleten met een lage sportintensiteit.

Een andere contextfactor die met tijd te maken heeft, is het observatiemoment tijdens het sportseizoen waarover je het hebt. Vooral in relatie met het corrigeren van gedrag, de mate van strengheid van de trainer en groepsprocessen en groepsnormen, wordt een enkele keer aangegeven dat hier in het begin van het seizoen meer aandacht voor moet zijn. Als het dan gelukt is om een sociaal groepsklimaat te realiseren, dan lijkt de omgang tussen trainer en jeugdsporters ook in de rest van het seizoen beter te verlopen. Als het dan niet gelukt is, is het lastig om hier later nog verandering in te brengen. Ook noemde een enkele trainer het begin van het seizoen als moment om samen met de spelers te bespreken wat de ontwikkelingsdoelen zijn. Deze kunnen dan als basis gebruikt worden om bij de inhoud van trainingen en coaching van spelers op in te spelen.

Tot slot is nog de invloed van de weersgesteldheid genoemd als relevant voor trainers bij buitensporten, de voorbeeldfunctie van enkele trainers die zelf ook nog speler zijn bij een seniorenteam op de club en cultuur en beleid van specifieke clubs. Over deze elementen is vanuit de interviews niet veel informatie voorhanden, hoewel in hoofdstuk 4 wel een algemeen beeld van de onderzochte clubs is gegeven. Hoewel een judotrainer aangeeft dat 'onsportiviteit in de aard van een vereniging' zit en een voetbaltrainer zegt dat als gevolg van nieuw beleid van de club de trainers 'nu positief naar spelers' toe zijn, kan hier niet in het algemeen gesteld worden dat cultuur en beleid zeer bepalend zijn voor het gedrag van trainers in relatie tot de ontwikkeling van jeugdsporters.

Tot slot is in het kader hierna nog een schets gegeven van de rol van wedstrijdbesprekingen van trainers. Dit is als specifieke vraag in de onderzoeksopzet meegenomen en vrijwel alle 37 studenten hebben een wedstrijdbespreking opgenomen en uitgewerkt. Bij enkele trainers die geen wedstrijdbespreking geven vóór aan de wedstrijd is waar mogelijk de bespreking tijdens de pauze opgenomen. Logischerwijs bleek de nadruk van de wedstrijdbespreking te liggen op de te spelen tactiek en de opstelling (bij teamsporten). Daarnaast wordt vooral positief ingegaan op vertrouwen in eigen kunnen, plezier en fair play tijdens de wedstrijd. Hoewel de trainers gericht zijn op leren en fouten maken niet uitmaakt, valt nog wel op dat ook het winnen van de wedstrijd een dominant element van de wedstrijd is, soms gekoppeld aan een beloning. De precieze waarde van de analyse van

de wedstrijdbespreking is lastig te bepalen. Mogelijk dat trainers de inhoud en het taalgebruik van de wedstrijdbespreking aanpasten, omdat er een geluidsopname werd gemaakt. Daarnaast zou het interessant zijn om een precieze koppeling te maken van de inhoud van de wedstrijdbespreking met het (observeerbare) gedrag van trainers langs de kant en jeugdsporters op het veld. Dan worden fouten misschien minder makkelijk getolereerd, kan plezier in het gedrag komen met de wens om te winnen en is het de vraag of fair play mede het gevolg is van de wedstrijdbespreking.

Wedstrijdbespreking

Veel trainers zijn gericht op leren. Regelmatig refereren trainers in hun bespreking aan de term 'leren'. Vaak wordt dan iets gezegd als 'fouten mag je maken, maar je moet hier wel van leren'. Een zekere foutentolerantie om het leren te stimuleren, komt vaak naar voren. Daarbij hebben de meeste trainers oog voor het feit dat het gaat om jongeren die nog vol aan het leren zijn en die proberen iedere week een stapje te maken. Soms zijn er vrij creatieve uitspraken in verband met leren. 'Ja. Ik ga het nog een keer herhalen daar ga ik vandaag echt heel goed op coachen en op letten, nogmaals iedereen mag fouten maken ...' Hoewel niet helemaal duidelijk is hoe de toon was tijdens de wedstrijdbesprekingen, lijkt het erop dat de jeugdsporters worden gestimuleerd om iets te doen, rekening ermee houdend dat iets niet direct lukt, het resultaat is zeker niet heilig. De weg ernaartoe is voor de trainers zeker zo belangrijk. Exemplarisch is het volgende citaat: 'En vandaag nogmaals gaan we niet alleen naar het resultaat kijken. Ga gewoon weer helemaal vrijuit voetballen neem risico's, durf fouten te maken ... Probeer maar gewoon. Ik vind het resultaat vandaag niet belangrijk gewoon weer goed voetballen en elkaar positief coachen.' Dergelijk citaten zijn geen uitzondering, veel trainers zien het 'maken van fouten', 'leren van fouten', 'initiatief nemen ook al lukt het niet' als belangrijke onderdelen van de wedstrijd.

Trainer heeft oog voor verschillen ten aanzien van vaardigheden. Trainers leggen in hun bespreking regelmatig de nadruk op verschillen tussen jeugdsporters, maar vooral gerelateerd aan de positie waar ze spelen. Wat opvalt is dat veel jeugdsporters min of meer vaste posities hebben in het veld/de wedstrijd en dat veel aanwijzingen hierop zijn gericht. De trainers focussen in hun wedstrijdbespreking dus heel uitdrukkelijk op de opstelling (logisch!), maar geven heel vaak even kort aan wat de jeugdsporters 'moeten/kunnen' doen en waar ze al dan niet goed in zijn. Aandacht voor de verschillen van de technische vaardigheden springen daarbij sterk in het oog en geven blijk van goed zicht op wat de jeugdsporters wel en net nog niet kunnen.

Trainers hebben oog voor plezierbeleving. Uit veel van de wedstrijdbesprekingen valt op te maken dat de coach plezier en genieten belangrijk vindt. Hoewel soms de gerichtheid op 'winnen' en 'het resultaat' ook veel nadruk krijgt (zie verderop bij 'Nadruk op winnen en het resultaat'), wordt in vrijwel iedere wedstrijdbespreking wel iets gezegd in de trant van 'veel (speel)plezier', 'genieten', 'maak er een mooie wedstrijd van' en 'ga lekker spelen'. Vaak ook wordt voordat de spelers beginnen aan de wedstrijd nog even iets geroepen naar de spelers.

Trainers benadrukken afspraken en onderlinge omgang. De trainers leggen vrij regelmatig de nadruk op gemaakte afspraken. Vaak gaat het om afspraken gerelateerd aan het spel of de wedstrijd, zoals 'blijf goed dekken', 'geef goed rugdekking' of 'jij dekt de paal', 'zorg dat je de handschoenen hoog hebt'. Dus meer tactische en technische afspraken. Naast deze afspraken wordt soms tijdens de wedstrijdbespreking teruggekomen op afspraken over 'op tijd komen', 'niet op de training verschijnen' of 'niet door elkaar praten'. Daarbij gaat het dus meer om 'huishoudelijke afspraken'. Af en toe gaat het ook om afspraken over onderlinge omgang, zowel naar elkaar als naar de tegenstander of scheidsrechter. Termen als 'sportiviteit, respect en fair play' worden daarbij regelmatig genoemd.

Trainers leggen vooral nadruk op tactiek en de opstelling en geven hierover vrij specifieke aanwijzingen. Het is natuurlijk niet verrassend, maar relatief veel tijd wordt besteed aan de opstelling en de tactiek hoe te spelen. Daarbij wordt soms een wat dialogische vorm gekozen in de zin van een korte uitleg over de te spelen positie en één of twee vragen, maar meestal gaat dit in de vorm van een mededeling. De posities worden doorgenomen en vrij specifiek geeft de trainer aan wat wel en niet te doen. Daarbij wordt vrijwel altijd gerefereerd aan eerdere wedstrijden of trainingen, dus aan de hand van concrete voorbeelden en vaak vrij specifiek. Er zijn tal van citaten te geven, waarbij het patroon steeds is: geven van de opstelling en dan vrij specifiek aangeven wat de sporters wel en niet kunnen, soms moeten, doen. Het 'doen' betreft dan vooral de tactiek en techniek aan de hand van spelsituaties.

Zelfvertrouwen van jeugdsporters wordt regelmatig gestimuleerd. Als we ervan uitgaan dat een positieve benadering richting de jeugdsporters – bijvoorbeeld 'uitgaan van wat ze al kunnen', 'de sporters stimuleren' en 'de kinderen complimenteren' – bijdraagt aan hun zelfvertrouwen, dan stimuleren trainers regelmatig het zelfvertrouwen. Wat we zien is dat veel trainers zich richten op specifieke situaties die zich kunnen voordoen in de wedstrijd en daarbij expliciet namen noemen. Naast het gegeven dat de trainers daarbij blijf geven van een persoonlijke benadering, blijken velen ook een positieve benadering te hebben.

Nadruk op winnen en het resultaat. Iedere wedstrijd levert een bepaald resultaat op, in de zin dat kan worden gewonnen, verloren of gelijk gespeeld. In de sport worden dit wel zero-sum games genoemd, de som is altijd nul. In alle observaties ging het om wedstrijden die dit karakter hebben: winst, verlies of een gelijkspel. Hoewel veel van de coaches oog hebben voor het leren, het plezier en hoe wordt gespeeld (het proces), blijkt de nadruk op 'winnen', bij de een meer dan bij de ander, wel degelijk ook een (dominant) patroon. In veel van de wedstrijdbesprekingen wordt vaak 'winnen' genoemd, waarbij soms een beloning (patat, snoep) in het vooruitzicht wordt gesteld.

De trainer stimuleert positieve en respectvolle omgang door jeugdsporters. In het taalgebruik van de meeste trainers klinkt duidelijk door dat ze een respectvolle omgang van de jeugdsporters verwachten. Er is niet nagegaan of het bij woorden blijft of dat de trainer (en de spelers) zich ook daadwerkelijk tijdens de wedstrijd sportief en respectvol gedragen. Tijdens de besprekingen vóór de wedstrijd wordt soms wel gerefereerd aan mogelijke provocaties van de tegenstander en hoe daarmee om te gaan. Een trainer stelt het volgende 'Het enige wat ik jullie nog wil meegeven is, gedraag je als een koploper

en accepteer het als het een keer niet lukt en accepteer het als de tegenstander je uit probeert te dagen ...!. In geen van de geanalyseerde wedstrijdbesprekingen wordt gezinspeeld op unfair gedrag of onsportiviteit.

Sociaal-emotionele ondersteuning en aanmoediging. Soms is duidelijk sprake van sociaal-emotionele ondersteuning en aanmoediging. Regelmatig geldt deze ondersteuning als iemand wissel staat. Een trainer zeg tegen een jongen die vandaag aan de kant staat het volgende 'Je staat de eerst helft wissel ... En dat is niet omdat je niet kan voetballen, dat weet je zelf wel.' Wat we ook vaak zien, en dit is hiervóór al regelmatig aan bod gekomen, is dat een speler of het team wordt ondersteund als iets niet (helemaal) goed gaat.

Deel IV

Aanvullende reflectie door studenten en experts

Hier wordt aanvullende informatie gegeven van studentonderzoekers en een groep experts over de betekenis van het gedrag van trainers voor de ontwikkeling van jeugdsporters. De experts gaan ook in op het opleiden en ondersteunen van jeugdtrainers om optimaal ontwikkelingsgericht te trainen/coachen.

10. Oordeel studentonderzoekers over ontwikkelingsgericht gedrag van trainers

Waar in deel III de resultaten van 16 casussen centraal stonden, worden in deel IV nog twee specifieke aanvullende reflecties uitgevoerd op het gedrag van trainers in relatie tot de ontwikkeling van jeugdsporters. In dit hoofdstuk geven de 37 vierdejaars hbo-studenten (Alo en Toegepaste psychologie) een oordeel over in hoeverre het gedrag van hun trainer bij een training/wedstrijd voldeed aan 26 kenmerken van ontwikkelingsgericht trainen/coachen. Hoewel het onderzoek juist niet uitgaat van een vooraf geformuleerd kader van ontwikkelingsgericht trainen/coachen en dit niet de kern van het onderzoek vormt, vonden de onderzoekers het toch zinvol om ook een indicatief oordeel van de studentonderzoekers te krijgen over de mate waarin een trainer ontwikkelingsgericht gedrag vertoonde.

Dit kan waardevolle aanvullende informatie opleveren over vooral de betekenissen van het gedrag van trainers voor de ontwikkeling van jeugdsporters (hoofdstuk 7) en de achterliggende mechanismen/succesfactoren (hoofdstuk 8).

Waar in hoofdstuk 7 en 8 uitkomsten van interviews en de ervaringen van trainers en jeugdsporters zelf nadruk kregen, wordt in dit hoofdstuk een kwantitatieve inschatting gegeven door de studentonderzoekers. Zij hebben relatief weinig voorkennis over de relatie tussen de trainer en de jeugdsporters en kunnen relatief objectief een inschatting geven van het gedrag van trainers.

Omdat het toch een subjectieve inschatting blijft, is de helft van de trainingen/wedstrijden door twee studenten gescoord. Zoals in hoofdstuk 3 toegelicht, wijken die scores niet af (voldoende interbeoordelaarsbetrouwbaarheid) en zijn de gegevens bruikbaar om in dit hoofdstuk als aanvullende informatie uit te werken.

In tabel 11 zijn de gemiddelde resultaten weergegeven per kenmerk van ontwikkelingsgericht trainen/coachen. De resultaten gaan over het gedrag van 37 trainers bij 146 trainingen/wedstrijden. In principe zijn 4 trainingen/wedstrijden per trainer gescoord, uitgezonderd twee trainers waar 3 trainingen/wedstrijden zijn gescoord.

Er werd telkens een negatieve beschrijving van een kenmerk links weergegeven en een positieve beschrijving rechts, met daartussen vijf hokjes van links naar rechts (1-5) om aan te kruisen.

Zo staat een 1 voor een zeer negatieve inschatting van ontwikkelingsgericht trainen/coachen en een 5 voor een zeer positieve inschatting. Daarnaast werd telkens de intensiteit aangegeven (mate waarin gedrag waarneembaar was) en of de inschatting gebaseerd was op waargenomen verbaal en/of non-verbaal gedrag.

Kenmerk trainer tijdens training of wedstrijd	n	M	D	M, I	V	N
De trainer sluit goed aan bij wat individuele kinderen al (bijna) kunnen	138	4,05	0,84	2,22	81%	55%
De trainer stimuleert het stellen van sportieve doelen in vergelijking tot eigen vaardigheidsniveau	134	3,53	1,02	1,74	87%	31%
De trainer zorgt ervoor dat kinderen nieuwe vaardigheden leren	129	3,39	1,01	1,90	89%	55%
De trainer draagt bij aan plezierbeleving	146	3,97	0,99	2,31	99%	60%
De trainer gaat goed om met verschillen tussen kinderen	143	3,91	0,95	2,00	89%	49%
De trainer biedt voortdurend uitdaging	138	3,75	0,91	1,91	85%	46%
De trainer houdt rekening met wat individuele kinderen zelf willen	139	3,17	1,15	1,67	88%	40%
De trainer stimuleert eigen inbreng en dialoog en stelt vragen	144	3,08	1,23	1,80	94%	24%
De trainer zorgt voor een prettige sfeer	145	4,21	0,91	2,43	99%	66%
De trainer sluit aan bij datgene waar kinderen enthousiast van worden	139	3,79	0,92	2,03	87%	57%
De trainer stimuleert positieve en respectvolle omgang	135	3,86	1,04	1,96	93%	53%
De trainer biedt extra hulp of ondersteuning wanneer dat nodig is	137	4,01	0,85	2,13	94%	55%
De trainer moedigt spelers extra aan wanneer dat nodig is	146	4,14	1,01	2,45	100%	35%
De trainer zorgt ervoor dat kinderen durven te zeggen wat ze denken	138	3,75	1,07	1,86	91%	42%
De trainer probeert ervoor te zorgen dat de spelers geen blessures oplopen	131	3,95	0,89	1,79	75%	44%
De trainer geeft vaak complimenten aan spelers	145	4,00	1,10	2,46	99%	41%
De trainer spreekt spelers erop aan wanneer regels worden overtreden	130	3,64	1,11	1,78	98%	14%
De trainer zorgt ervoor dat kinderen hem/haar goed begrijpen	143	3,89	0,87	2,04	97%	41%
De trainer helpt bij het oplossen van ruzies/meningsverschillen tussen jeugdsporters	51	3,61	1,13	1,72	96%	20%
De trainer stimuleert dat spelers trots zijn op zichzelf	136	3,63	0,95	1,93	98%	32%
De trainer stimuleert dat spelers graag samen zijn, spelen en sporten	138	3,71	0,82	1,82	89%	42%
De trainer kan goed orde houden	138	3,75	1,01	1,81	96%	49%
De trainer grijpt in wanneer er sprake is van onderling pestgedrag	27	3,52	1,25	1,59	85%	4%
De trainer geeft een goed voorbeeld van hoe de jeugdsporters zich horen te gedragen	140	4,12	0,84	2,03	85%	81%
De trainer doet zelf wat hij verwacht van spelers	137	4,12	0,90	2,09	90%	77%
De trainer biedt emotionele ondersteuning aan jeugdsporters als zij dit nodig hebben	91	3,80	0,89	1,78	95%	53%
Gemiddelden	129	3,8				

Tabel 11: Gemiddelde resultaten per kenmerk van ontwikkelingsgericht trainen/coachen

- kenmerken van trainers bij trainingen/wedstrijden die de studentonderzoekers gemiddeld de hoogste waardering hebben gegeven.
- kenmerken van trainers bij trainingen/wedstrijden die de studentonderzoekers gemiddeld de laagste waardering hebben gegeven.

Vooral het aanmoedigen van de trainer sluit aan op de eerdere hoofdstukken en werd positief gewaardeerd.

- n = totaal aantal trainingen/wedstrijden met een oordeel
- M = gemiddelde score op schaal 1-5 op vraag in hoeverre dit kenmerk van toepassing was op de trainer bij deze training of wedstrijd
- D = standaardafwijking van M (maat voor spreiding van de scores)
- M, I = gemiddelde intensiteit; mate waarin de student het bijbehorende gedrag heeft kunnen waarnemen op schaal van 1-3
- V = aantal keren dat een oordeel gebaseerd is op waargenomen verbaal gedrag van de trainer, als percentage van n
- N = aantal keren dat een oordeel gebaseerd is op waargenomen non-verbaal gedrag van de trainer, als percentage van n
- V+N kan meer dan 100% zijn, omdat het oordeel veelal zowel gebaseerd is op waargenomen verbaal gedrag als op waargenomen non-verbaal gedrag

Meest positief

Met de donkerblauwe opvulling is aangegeven aan welke kenmerken de studentonderzoekers gemiddeld de hoogste waardering hebben gegeven wat betreft de trainers bij deze trainingen en wedstrijden. Ten opzichte van de andere kenmerken zijn zij het meest positief over het gedrag van de trainer wat betreft de zorg voor een prettige sfeer (4,21), aanmoedigen als het nodig is (4,14) en voorbeeldgedrag (4,12).

Vooral het aanmoedigen van de trainer sluit aan op de eerdere hoofdstukken, waarin het veelvuldig aanmoedigen en betrokkenheid/fanatisme van de trainer (vooral bij wedstrijden) veel voorkwam en positief werd gewaardeerd. De zorg voor een prettige sfeer viel in de eerdere hoofdstukken niet zo opvallend positief op, hoewel het belang daarvan voor de ontwikkeling van jeugdsporters wel naadloos aansluit op mechanisme/succesfactor zes (sociaal groepsklimaat, hoofdstuk 8). Dat sfeer in eerdere hoofdstukken minder aan de orde kwam, komt mogelijk ook omdat dit lastiger te koppelen is aan specifieke typen gedragingen van trainers tijdens sportactiviteiten. Die vormden in de eerdere hoofdstukken telkens het uitgangspunt. Het voorbeeldgedrag van trainers, dat ook positief is gewaardeerd, viel ook niet opvallend positief op in de eerdere hoofdstukken. Dat heeft mogelijk te maken met de nadruk die in de interviews lijkt te liggen op vooral de verbale communicatie tijdens trainingen en wedstrijden, terwijl het bij voorbeeldgedrag ook gaat om non-verbale uitingen van de trainers.

Meest negatief

Met de parse opvulling in tabel 11 is aangegeven aan welke kenmerken van trainers bij trainingen/wedstrijden de studentonderzoekers gemiddeld de laagste waardering hebben gegeven. Ten opzichte van de andere kenmerken scoren de trainers het meest negatief op het stimuleren van eigen inbreng

en dialoog (3,08), rekening houden met wat individuele jeugdsporters willen (3,17) en de zorg dat jeugdsporters nieuwe vaardigheden leren (3,39).

Deze drie elementen zijn in voorgaande hoofdstukken besproken en ze zijn alle drie zeer relevant voor de ontwikkeling van jeugdsporters via het gedrag van trainers. Eerder werd al aangegeven dat vragen stellen belangrijk is (onder meer om sporters in toenemende mate regie te geven over de eigen sportieve ontwikkeling), maar dat trainers dit niet optimaal lijken toe te passen en soms lastig vinden. Wat betreft het rekening houden met wat individuele jeugdsporters willen, bleek ook uit eerdere resultaten dat dit niet eenvoudig is voor trainers. Het vraagt flexibiliteit van trainers om een vooraf bedachte trainingsopzet aan te passen en dit lijkt moeilijker toe te passen als een trainer al moeite heeft met orde houden of als één trainer leiding geeft aan een grote groep jongeren. Goed kunnen inspelen op de wensen van individuele jeugdsporters is dan lastiger. Het derde kenmerk met een lagere score gaat over de zorg dat jeugdsporters nieuwe vaardigheden leren. Dit kenmerk is zeer relevant, leren bleek namelijk naast plezier de belangrijkste betekenis van het gedrag van trainers (balans tussen plezier en leren, hoofdstuk 8) en de jeugdsporters vinden bij trainingen het meest belangrijk 'dat ze wat nieuws leren' (hoofdstuk 4). De redenen waarom trainers een lagere score op de zorg voor het leren van nieuwe vaardigheden hebben, zijn niet helder en roepen vragen op. Mogelijk dat de inschatting bij wedstrijden, waar leren veel minder relevant is, het totaalbeeld scheef trekt. En ter nuancering is het de vraag of de studentonderzoekers heel scherp kunnen inschatten wat er nieuw was ten opzichte van eerdere trainingen en de eerdere vaardigheden.

...dat vragen stellen belangrijk is, maar dat trainers dit niet optimaal lijken toe te passen en soms lastig vinden.

Ingrijpen bij ruzies en pestgedrag

Tot slot noemen we hier nog kort dat bij de meeste trainingen en wedstrijden volgens de studentonderzoekers geen sprake was van gedrag van trainers in relatie tot het ingrijpen bij pestgedrag of ruzies/meningsverschillen. Bij 18 procent van de trainingen/wedstrijden (27) is gemiddeld een wat lagere score gegeven wat betreft het ingrijpen bij pestgedrag. Bij 35 procent van de trainingen/wedstrijden (51) heeft de trainer zich beziggehouden met het oplossen van ruzies/meningsverschillen tussen sporters en ook hier gaven de studentonderzoekers gemiddeld een wat lagere score. De gegevens zijn op verschillende manieren te interpreteren. Relatief kwam dit gedrag van de trainer bijvoorbeeld weinig voor, maar als er echt pestgedrag tijdens 18 procent van de trainingen/wedstrijden voorkomt dan lijkt dat veel. Temeer, omdat uit een specifieke casus eerder bleek dat het pestgedrag veel doet met de gepeste sporter en dit gedrag juist meestal voorkomt buiten de trainingen/wedstrijden en buiten het toezicht van de trainer om.

11. Experts over ontwikkelingsgericht gedrag van trainers

In dit laatste hoofdstuk met empirische resultaten komen afsluitend nog tien geselecteerde experts⁴ aan het woord. Mogelijk dat zij eerdere resultaten bevestigen en verdiepen of soms nuanceren en zelfs tegenspreken. Er is met elk van hen een interview afgenomen. Het zijn trainers, oud-trainers en/of opleiders met veel sportpedagogische ervaring en/of kennis die zijn geselecteerd en benaderd via het netwerk van de onderzoekers en betrokken sportbonden. Er is gestreefd naar een zekere diversiteit qua sporttak (tafeltennis, zwemmen, voetbal, korfbal, volleybal, karate, kickboksen en gymnastiek), locaties, trainerservaring en mate van opleiding. In paragraaf 11.1 wordt ingegaan op de ervaringen en expertise van de geselecteerde experts met trainen/coachen. Daarna wordt in paragraaf 11.2 beschreven wat volgens hen ontwikkelingsgericht trainen/coachen zou kunnen betekenen voor het selecteren, opleiden en ondersteunen van trainers door NOC*NSF, sportbonden en sportverenigingen.

11.1 Eigen ervaringen en expertise met ontwikkelingsgericht trainen/coachen

Aan de hand van verschillende open vragen is nagegaan op welke wijze zij aankijken tegen de interactie tussen trainers en sportende kinderen. Daarbij wordt vooral gefocust op de visie en opvattingen van deze experts op ontwikkelingsgericht trainen en coachen. Een belangrijke conclusie vooraf vanuit de interviews lijkt overigens dat er geen blauwdruk is voor ontwikkelingsgericht trainen/coachen. Hoewel er bepaalde kenmerken zijn van een trainer die belangrijk zijn voor de ontwikkeling van jeugdsporters, is ontwikkelingsgericht trainen/coachen toch ook vooral gekoppeld aan een bepaalde stijl die past bij de trainer en het beschikken over een uitgebreid repertoire aan (pedagogische) trainersvaardigheden die afhankelijk van de specifieke sportsituatie kunnen worden ingezet. De analyses van de interviews met de experts zijn gebundeld in twaalf kernkwaliteiten van

ontwikkelingsgericht trainen/coachen, die hieronder achtereenvolgens zijn beschreven.

1. Maak altijd duidelijke afspraken

Duidelijk zijn naar de kinderen, afspraken maken met ze en ook goed erop toezien of de afspraken worden nagekomen, is iets dat door alle experts als belangrijk wordt aangemerkt. 'Je moet gewoon duidelijk zijn en de afspraken naleven.' Vaak wordt gestart met een duidelijke structuur, waarbij afspraken worden gemaakt over wat wel en niet kan en welke regels er gelden. Op die manier, aldus een van de ondervraagden, ontstaat '... een structuur en discipline die voor iedereen duidelijk is en die de basis vormt van het seizoen.' Het zich houden aan afspraken, doen wat is afgesproken, zich houden aan de spelregels, goed met elkaar omgaan, het zijn allemaal zaken die door de experts worden geplaatst onder discipline. Hoewel plezier, leren en ontwikkelen van kinderen vooropstaat, is discipline een voorwaarde om te komen tot leren en ontwikkelen. Discipline en afspraken zorgen er ook voor dat iedereen aan bod komt en kan leren. Regels

⁴ Er is een interview afgenomen bij Alijd Vervoorn, Faldir Chahbari, Francesco Wessels, Rita Buikema, Nicole Luitwieler, Hans van den Broek, Frank Selder, Mariëtte Spiering, Gerben Bleijenberg & Corine Groot.

en afspraken vormen dus de basis om gezamenlijk iets voor elkaar te krijgen en het leren mogelijk te maken.

2. Enthousiasme en plezier staan voorop

Als wordt gevraagd naar de stijl van coachen, wordt zonder uitzondering enthousiasme genoemd. Enthousiasme, pedagogische kwaliteiten, oog voor de ontwikkeling van kinderen en kindvriendelijk zijn, worden vaak in één adem genoemd. Op welk niveau kinderen ook sporten, plezier staat voorop en een enthousiaste houding is een noodzakelijke voorwaarde. Een expert vat dit als volgt samen: 'Enthousiast, vakbekwaam, pedagogisch en didactisch goed. En ik zeg ook altijd ik zie eerst het kind en dan het volleyballende kind.' Hoewel, en we zullen dit elders nog zien, het binnen de sport gaat om winst en verlies, staat voor de experts het plezier in het sporten altijd voorop en aangemerkt als, wellicht de belangrijkste voorwaarde voor 'leren': '... je kunt alleen iets leren, met elkaar iets bereiken als team zijnde als je met elkaar plezier hebt. En dan kun je ook stappen maken om beter te worden.'



3. Geef altijd het goede voorbeeld

Als trainer en coach moet je een voorbeeld zijn voor de jeugd. Deze voorbeeldfunctie richt zich op tal van houdingen en gedragingen, zoals het zich houden aan afspraken en spelregels en positief met elkaar en anderen omgaan. Unaniem wordt aangegeven dat als je als trainer zelf niet het goede voorbeeld geeft, je goed gedrag ook niet van de sporters kunt verwachten. Steeds weer moet het goede gedrag worden voorgeleefd, waardoor de kans groot is dat de sporters dit overnemen.

4. Oog voor verschillen tussen kinderen en voor de situatie

Een duidelijke structuur – afspraken, regels, wijze van omgang – is belangrijk. Deze structuur vormt de basis en vandaaruit kan worden gezien hoe kinderen soms verschillend moeten worden benaderd. Daarbij gaat het om extra aandacht, meer uitleg, andere benadering wat betreft gedrag. Dit oog hebben voor verschillen, soms een iets andere benadering per kind, maar wel vanuit bepaalde basisafspraken, is iets wat door veel experts wordt genoemd. Enkele experts noemen de term situationeel leidinggeven of situationeel coachen. In feite vat deze term een stijl samen, waarbij de trainer steeds goed zicht heeft op waar de situatie om vraagt, je kunt spelen met de situatie en goed inspelen op veranderende situaties. Een zekere afstand en reflectie is daarbij belangrijk. Een van de experts zegt daarover: 'Dat je het ene moment afstand moet hebben en aan de andere kant soms wat meer controle moet hebben.'

Positief coachen moet echter in het teken staan van 'leren' en niet in het teken van 'pleasen' of 'alles is prima'.

5. Omgang met verschillen in achtergronden en vaardigheden bij kinderen

Teams en groepen bestaan uit kinderen met verschillende achtergronden en vaardigheidsniveaus. Trainers moeten dus goed om kunnen gaan met verschillen. Op vaardigheidsniveau is het belangrijk om goed te differentiëren.

6. Belang van positief te coachen ... hoewel dit soms ook lastig kan zijn

De laatste jaren wordt in de sport steeds meer uitgegaan van 'positief coachen'. De experts zijn hierover unaniem. Ze vinden het belangrijk om op een positieve manier te coachen. '... je wilt allemaal graag dat kinderen leren en je moet een positief klimaat creëren. Een veilige clubcultuur waar kinderen ook kunnen leren. En als je altijd maar hoort dat het niet goed gaat, dan krijg je weinig zelfvertrouwen en gaan de prestaties ook niet goed. We willen allemaal dat ze zich goed ontwikkelen.' Positief coachen, aldus deze expert, opent de weg naar 'leren', 'fouten durven maken' en 'het krijgen van zelfvertrouwen'. Kinderen voelen zichzelf ook goed bij positief coachen, aldus de experts. Positief coachen moet echter in het teken staan van 'leren' en niet in het teken van 'pleasen' of 'alles is prima'. 'Wij willen dat kinderen iets leren, iets meegeven en niet een soort bezigheidstherapie zijn ... je mag best eisen stellen.' Dat betekent dus ook dat als ze iets nog niet goed kunnen of niet goed doen, hierop feedback komt: '... we willen kinderen iets meegeven. Positief heel belangrijk, maar wanneer ze het niet goed doen, mag je ook feedback geven en aangeven wat er niet goed gaat. Maar geef kinderen wel iets in handen hoe ze het wel moeten doen...' De kinderen moeten dus handvatten hebben om zich te verbeteren. Te algemene feedback vanuit een positieve houding alleen volstaat niet. Positief coachen draagt, aldus de experts, bij aan het plezier van kinderen, doordat ze vooral ervaren wat ze al kunnen en zich vanuit hier verder kunnen ontwikkelen.

In de wedstrijd of op de training kunnen zich natuurlijk situaties voordoen, waarbij positief coachen wat onder druk kan komen te staan. Bijvoorbeeld een kind dat voortdurend de training verstoort, tijdens de wedstrijd over de schreef gaat, jongeren die niet goed luisteren of iets niet onder knie krijgen, na tal van herhalingen. Positief coachen betekent niet dat kinderen alles mogen doen, het bewaken van grenzen is belangrijk. '... ik begin altijd met het positief corrigeren. Maar kinderen zijn in een bepaalde bui, of gaan net te ver waardoor een positieve benadering niet meer helpt en dan is het ook gewoon klaar. Punt dan is de grens bereikt. Het is niet zozeer dat het negatief coachen is, maar dan is het gewoon even herhalen van dit is de grens, niet verder, dat weet je.' Vooral ten aanzien van regels of afspraken zijn trainers vaak strikt en streng. Ook iets niet onder de knie krijgen, ondanks veel

herhalingen, maakt het soms ook lastig om positief te blijven. 'Soms ook heb je een oefening die je op de training hebt gehad. En dan doe je die oefening twee weken later weer. En sommigen weten het dan al niet meer. En dan denk je dat je stappen vooruit hebt gezet en dan moet je twee stappen weer terug doen. En dat zijn soms ergernissen, en dat is lastig om dan positief te blijven coachen.' De kunst is dus om vanuit een positieve benadering te blijven trainen en coachen en niet te vervallen in een negatieve houding.

'Sommige jongeren vinden het in gesprek gaan prettig, sommigen krijgen dan te veel vrijheid.'

7. Dialoog met jongeren is belangrijk – niet alleen maar zenden!

Trainers zijn vaak geneigd om veel te praten en veel aanwijzingen te geven, met de beste bedoelingen. Niet zelden wordt dan vergeten dat kinderen zelf ook een stem hebben en mee kunnen denken. Alle experts zijn voorstander van een stijl die als dialogisch is aan te merken. Dialogisch in de zin dat men luistert naar de kinderen, goed observeert wat het kind nodig heeft en afstemming zoekt met de kinderen. Het op elkaar afstemmen, waardoor er iets gemeenschappelijks ontstaat, wordt regelmatig genoemd. 'Ik had meerdere keren per jaar gewoon individuele, teamgesprekken ... eerst zelf vragen wat de spelers willen, dat combineren. En dat wordt dan ook het gemeenschappelijke concept.' Ook het vragen naar hoe een bepaalde oefening wordt uitgevoerd, spelers zelf laten voordoen en vragen naar hoe wedstrijden zijn ervaren, worden door de experts regelmatig genoemd in het kader van een dialogische benadering. Door te vragen krijgt een trainer ook meer zicht op het leerproces van de kinderen. 'Als je vragen stelt dan weet je ook het proces van kinderen. Als je altijd instructies geeft en je vraagt dan iets dan kunnen kinderen niks vertellen. Ik zeg vaak tegen jonge trainers probeer het maar uit ... je kunt dialogische technieken gebruiken ... om de kwaliteiten van kinderen boven tafel te krijgen.' Een dialoog moet niet verzanden in lange discussies. Op bepaalde momenten in de les mogen kinderen vragen stellen. '... in mijn les zelf ga ik niet echt met de kinderen in discussie. Op het moment dat je aan het trainen bent, ben je aan het trainen. En ik creëer momenten in mijn les dat kinderen vragen kunnen stellen.' Dialoog en in gesprek treden met kinderen is belangrijk, maar het is altijd balanceren tussen te veel vrijheid en te strikte begrenzing. 'Sommige jongeren vinden het in gesprek gaan prettig, sommigen krijgen dan te veel vrijheid. En daar moet je dan anders mee omgaan. Dat merk ik ook wel. Dan ga je wat meer instructies geven ...'. Sport is vooral veel bewegen en op gezette tijden tijdens de training kan met kinderen de dialoog worden aangegaan, vooral om te bepalen hoever ze zijn, wat ze hebben geleerd, of ze er iets van opsteken en ook of ze plezier beleven aan de sport. In die zin is het altijd balanceren tussen in gesprek zijn/de dialoog aangaan en instrueren.

‘Doelen zijn altijd ontwikkelingsgericht ... de plaats op de ranglijst vooral bij de jeugd vind ik minder interessant.’

8. Stel doelen op gerelateerd aan persoonlijke ontwikkeling

Hoe denken de experts over het opstellen van doelen voor teams of individuele sporters? Over welke doelen praten we dan? Het zijn een paar vragen die hier centraal staan. Of het nu gaat om individuele sporten of teamsporten, veel van de experts stellen persoonlijke doelen op. Meestal zijn deze doelen gerelateerd aan het onder de knie krijgen van bepaalde vaardigheden, soms zelfs aan de hand van een jaarplan van de bond. Het is niet zo dat de doelen worden opgesteld over de hoofden van de sporters. Bij alle experts die werken met doelen, gebeurt dit in overleg met de kinderen. ‘Dan vullen ze zelf in waar ze beter in willen worden. Dan neem je dat mee.’ Daarbij zijn de doelen uitdrukkelijk gericht op leren, de zogenoemde leermomenten waarop tijdens de training en tussen de wedstrijden wordt teruggekomen. Daarbij gaat het er niet alleen om wat ze niet kunnen, maar vooral ook om wat ze juist wel goed kunnen. Het is niet zo dat de doelen tot in detail worden vastgesteld en dat er gedurende het seizoen niet van mag worden afgeweken. De doelen doen vooral dienst als richtlijnen. De doelen zijn meestal niet gerelateerd aan winst of verlies of op welke plaats ze willen komen in de competitie, maar meer aan techniek, vaardigheden en onderlinge omgang. Daarbij gaat het steeds om leren, groeien en ontwikkelen. Een expert stelt: ‘Doelen zijn altijd ontwikkelingsgericht ... de plaats op de ranglijst vooral bij de jeugd vind ik minder interessant. Vooral richten op zaken die ze zelf kunnen beheersen en wat in feite hun volgende stap in de ontwikkeling is.’

Doelen gericht op plezier zijn belangrijker dan kampioen worden. ‘Het samen spelen, het samen krijgen van het teamgevoel. Dat ik een wedstrijd win, vind ik top. Met het andere team ben ik ook kampioen geworden in één jaar. Dat is helemaal super, maar voor mij is dat een bijzaak. Ik wil dat de kinderen plezier in hun sport hebben, en dat ze plezier met elkaar hebben.’ Sommige experts geven aan dat het houden van tien minuten gesprekken door het hele seizoen heen belangrijk is. De gesprekken zijn er vooral op gericht om de kinderen wat beter te leren kennen, hoe het op school en thuis is, welke doelen de kinderen hebben en wat ze graag willen leren dit seizoen. Door deze gesprekken worden de kinderen betrokken bij hun eigen ontwikkeling en groei. Doelen gezamenlijk opstellen, waarbij het leren, de ontwikkeling en het plezier centraal staan, is wat de experts dus essentieel vinden.

9. Niet te veel nadruk op winnen, maar op het proces van ontwikkelen en leren – winnen is daar een gevolg van

In de sport gaat het om winst en verlies. In competitie met elkaar, of het nu gaat om teamsport of individuele sport, wordt geprobeerd van de ander te winnen. Natuurlijk binnen de (spel)regels en op een manier die in overeenstemming is met bepaalde afspraken die we hebben gemaakt.

Vaak wordt in die zin wel gesproken van een zero-sum game, de som van het resultaat is altijd nul. Niet zelden horen we op sportclubs 'en ... heb je gewonnen?', 'winnen hè!' of 'vandaag wil ik niet verliezen.' De experts onderkennen ook het belang van winnen (en verliezen), maar zien dit als een afgeleide van leren en ontwikkelen. Ze beschouwen winnen en het resultaat als ondergeschikt aan leren en ontwikkelen. Ook in gesprekken met kinderen wordt aangegeven dat winnen niet altijd hoeft. 'En daarmee is het dus ook het gesprek bij kinderen waarom we niet altijd hoeven te winnen, dat je niet altijd de eerste moet zijn.' Volgens de experts moet het accent nooit op winnen of kampioen liggen, maar op het proces (leren, plezier, ontwikkelen, groei ...).

Soms is het niet helemaal duidelijk waar nu precies de grens ligt tussen wat wel en niet mag, maar unaniem stellen de experts dat fair play/sportiviteit en respect altijd vooropstaan.

10. Fair play, sportiviteit en omgang met elkaar belangrijk om te leren!

In de wedstrijd gelden bepaalde geschreven en ongeschreven regels en een bepaalde onderlinge omgang. Soms is het in de sport zo dat er bepaalde zaken worden getolereerd die elders uit den boze zijn, denk aan boksen, karate en autoracen. Wat de experts belangrijk vinden, is dat er altijd onderling respect is richting: elkaar, de tegenstander, de scheidsrechter en de leiding. Soms is het niet helemaal duidelijk waar nu precies de grens ligt tussen wat wel en niet mag, maar unaniem stellen de experts dat fair play/sportiviteit en respect altijd vooropstaan. Door de trainers moet dit ook steeds als zodanig worden uitgedragen.

11. Beïnvloeden van groepsprocessen – een belangrijke taak van de trainer

Een goede sfeer, onderling respect en onderling vertrouwen zijn erg belangrijk. Vaak heeft de trainer vooral invloed op het groepsproces (of de groepsdynamica). Zoals een expert stelt 'Teams bestaan uit individuen en zij gezamenlijk bepalen de sfeer, de onderlinge omgang en wat wel en niet acceptabel is ... als coach heb je daar invloed op.' Trainers kunnen op verschillende manieren het groepsproces beïnvloeden. Wat vooral belangrijk is, aldus de experts, is dat de jongeren worden betrokken en ze zich bewust worden van hun invloed op het groepsproces. '... het gaat er steeds om als coach te identificeren wat er nodig is.' Ook hier gaat het dus weer om een stijl die eerder is aangemerkt als 'situationeel leidinggeven' – oog hebben voor waar de situatie om vraagt.

12. Emotionele ondersteuning aan jongeren – nodig binnen bepaalde grenzen

Emotionele ondersteuning is volgens de experts nodig, maar binnen bepaalde grenzen. Soms gaat het om zaken die buiten de sport liggen en soms om steun als iemand bijvoorbeeld wat minder heeft gespeeld of een

Soms gaat het simpelweg om even iets meer aandacht, omdat bijvoorbeeld sprake is van een scheiding van ouders, pestgedrag op school of andere problemen.

tegenvaller heeft. De meeste experts vinden de emotionele ondersteuning noodzakelijk daar waar het gaat om de sport zelf (niet goed gespeeld, omgaan met een tegenvaller). Het gaat bij 'emotionele ondersteuning' vooral om aandacht en betrokkenheid en dat betekent soms dat zaken die niet zijn gerelateerd aan de sport ook worden besproken, maar binnen bepaalde grenzen en soms met grijstinten. '... ja dat is een best grijs gebied af en toe. Je krijgt een band met kinderen, die komen op hun vierde jaar binnen en die zijn twintig en trainen nog, dus ja, je krijgt er een band mee. Je maakt dingen met kinderen mee, ze vertellen over scheidingen, dat ze gepest worden ... Het is per situatie afwegen, waar ligt de grens. Ik ben wel therapeut, maar ik ben heel duidelijk in die rol. Je geeft ze adviezen van hé nu neigt het naar een hulpverleningsrelatie, daar stopt het voor mij. Ik ben een luisterend oor, maar in die zin geen therapeut.' Soms gaat het simpelweg om even iets meer aandacht, omdat bijvoorbeeld sprake is van een scheiding van ouders, pestgedrag op school of andere problemen. De experts stellen dus dat emotionele ondersteuning altijd moet als het gaat om aan sport gerelateerde zaken, maar voorzichtiger zijn de experts als het gaat om emotionele ondersteuning bijvoorbeeld in verband met situaties in het gezin, pesten op school of verlies. Dan is belangrijk dat je een luisterend oor bent (signalerend) en soms andere instanties erbij betreft.

Korte beschouwing

Voorafgaand aan de koppeling met de andere hoofdstukken nog even de twaalf kernkwaliteiten voor ontwikkelingsgericht trainen/ coachen uit dit hoofdstuk op een rij:

1. Maak altijd duidelijke afspraken
2. Enthousiasme en plezier staan voorop
3. Geef altijd het goede voorbeeld
4. Oog hebben voor verschillen tussen kinderen en voor de situatie
5. Omgaan met verschillen in achtergronden en vaardigheden
6. Positief coachen
7. Dialoog zoeken
8. Stel doelen op gerelateerd aan persoonlijke ontwikkeling
9. Beperken van de nadruk op winnen en focus op leren en ontwikkelen
10. Leren van fair play en sociale omgang
11. Beïnvloeden van groepsprocessen
12. Emotionele ondersteuning bieden

In het algemeen sluiten de genoemde elementen goed aan op de resultaten uit de hoofdstukken 7, 8 en 9 uit deel III. Het geven van het goede voorbeeld (3) en leren van fair play (10) lijken wel wat minder vaak aan de orde te zijn geweest. Fair play lijkt overigens wel direct te maken te hebben met

een sociaal groepsklimaat (mechanisme/succesfactor 6, hoofdstuk 8). De opsomming van twaalf kwaliteiten is een lange lijst. Dit duidt er ook hier op hoe veelzijdig en complex de rol van trainers in hun omgang met jeugdsporters is. Dit vraagt veel van de competenties van jeugdkader dat meestal bestaat uit vrijwilligers zonder afgeronde trainersopleiding. De lijst van twaalf factoren is wel wat lang en kent verschillende groottes en dimensies, wat het lastig maakt om verhoudingen tussen de factoren te bepalen. Betekenisvolle aanvullingen zitten wellicht vooral in de toelichting bij positief coachen (6), dialoog zoeken (7) en het bieden van emotionele ondersteuning (12). Bij positief coachen is helder aangegeven dat het niet zozeer gaat om het veelvuldig geven van complimenten en dat alles prima is, maar dat de nadruk ligt op dat jeugdsporters ervaren wat ze kunnen. En bij positief coachen hoort ook dat sporters leren en trainers positief corrigeren via gerichte feedback en het herhalen van grenzen. Wat betreft dialoog zoeken, onderstrepen alle experts het belang ervan, maar ze schetsen ook dat het voor trainers soms zoeken is naar de balans tussen vrijheid bieden en vragen stellen en grenzen aangeven en instrueren. Ook is sporten vooral bewegend en spelend bezig zijn en moet dialoog niet overheersen. Op gezette tijden moeten trainers ruimte voor dialoog inbouwen. Daarnaast geven de experts grenzen aan in het bieden van emotionele ondersteuning. Hoewel de vertrouwensband tussen bepaalde trainers en kinderen zeer groot is en sommige kinderen hulp en aandacht vragen van trainers voor persoonlijke zaken die niets met het sporten te maken, lijkt er een grens te zijn voor wat je als trainer zelf moet doen. Zij geven aan dat de trainer dan vooral een luisterend oor kan bieden, een probleem kan signaleren en door contact met een gespecialiseerde hulpverlener kan doorverwijzen. Meestal is dit overigens niet nodig en gaat het simpelweg om wat extra aandacht voor de persoonlijke situatie van een kind. Een beetje extra aandacht en begrip leek in eerdere hoofdstukken wel van grote betekenis voor de band die een jeugdsporter ervaart met zijn/haar trainer.

Zo hebben de experts verschillende waardevolle aanvullingen gegeven over de complexe rol van trainers in hun omgang met jeugdsporters. Hun overwegingen kunnen bijvoorbeeld ontwikkelaars van trainersopleidingen helpen om in navolging van dit onderzoek concreet uit te werken hoe een trainer kan handelen in specifieke sportsituaties met specifieke jeugdsporters.

Hun overwegingen kunnen bijvoorbeeld ontwikkelaars van trainersopleidingen helpen om in navolging van dit onderzoek concreet uit te werken hoe een trainer kan handelen in specifieke sportsituaties met specifieke jeugdsporters.

Vrijwel unaniem geven de experts aan dat het pedagogisch-didactische aspect binnen sportopleidingen wat meer aandacht mag hebben.

11.2 Experts over competenties en het opleiden van trainers

In de gesprekken met de experts zijn ook enkele vragen gesteld over opleiding en scholing. Er is vooral gevraagd naar suggesties en aandachtspunten om een dergelijke thematiek een structurele plek te geven binnen (diverse) opleidingen. We zetten de suggesties op een rij.

Stel ontwikkeling kind meer centraal

Binnen kaderopleidingen zou meer aandacht kunnen worden gegeven aan 'de ontwikkeling van het kind'. Niet het leren aanbieden van verschillende werkvormen, maar meer het methodisch handen en voeten geven aan hoe bij te dragen aan de ontwikkeling van kinderen. Dan gaat het, aldus een van de experts ook om '... het luisteren naar kinderen en het in dialoog treden ... en het creëren van een veilig sportklimaat ... ik denk dat daar misschien meer aandacht voor moet komen binnen de opleidingen'.

Meer nadruk op pedagogisch-didactische aspecten binnen de opleiding Vrijwel unaniem geven de experts aan dat het pedagogisch-didactische aspect binnen sportopleidingen wat meer aandacht mag hebben. Ook binnen CIOS moet meer aandacht zijn voor de pedagogisch-didactische aspecten, als hoe ga je met een groep kinderen om. Een aantal experts geeft aan dat de CIOS een uitstekende sportopleiding is, maar dat de nadruk nog steeds (te) veel ligt op trainingsleer. Ook de nadruk op reflectie op het eigen gedrag is iets wat beter kan worden ontwikkeld bij trainers en in waar opleidingen meer aandacht aan kan worden besteed.

In duo's leren in de praktijk

Wat ook wel naar voren wordt gebracht, is om in duo's te werken. In een soort 'buddyvorm', waar je bij elkaar gaat kijken: 'Je kijkt bij verschillende mee en je pikt daar wat van mee en daar. Op het moment dat iemand iets wordt geleerd.' Het leren van elkaar kan heel krachtig zijn, aldus een van de experts.

Verbeter de marketing van ontwikkelde cursussen

Wat ook regelmatig gezegd wordt, is dat veel ontwikkelde cursussen of modules de weg naar de sportvereniging niet vinden. Sportverenigingen zijn vaak slecht op de hoogte van wat er qua cursussen op pedagogisch en didactisch vlak is. Hier ligt een belangrijke taak voor de sportbonden en sportservices. Methodieken en cursussen vinden niet vanzelf de weg naar de sportverenigingen, hier moet veel inspanning voor worden geleverd, aldus enkele experts. Heel concreet: '... als ik zie met zo'n cursus als 'Er is meer te winnen' hoe weinig erop afkomen, terwijl die heel waardevol is ... '.

Handvatten hoe om te gaan met bijzondere kinderen

Er zou ook meer aandacht moeten komen voor 'bijzondere kinderen', zoals kinderen met autisme, PDD-NOS, ADHD. Hier zijn wel enkele cursussen en methodieken voor ontwikkeld, maar die zouden meer onder de aandacht mogen worden gebracht, zowel binnen sportopleidingen als sportverenigingen. Een expert stelt: 'Ik denk dat dat wel wat meer mag, dat er iets meer in die cursus mag zitten voor omgang met bijzondere kinderen ... bij iedere vereniging en bij de meeste teams heb je wel een aantal bijzondere kinderen ertussen zitten ... en vooral daarover zeg je, daar zou wel wat meer informatie en ... Ja, want als je niet weet hoe je ermee om moet gaan, dan wordt het een probleem binnen je team.'

'Je kunt niet zomaar iedereen voor een groep kinderen zetten!'

Certificering en gediplomeerde trainers

Een aantal experts geeft ook aan dat sportverenigingen eisen moeten stellen aan hun jeugdtrainers. Gedacht wordt aan gecertificeerde en gediplomeerde trainers. 'Je kunt niet zomaar iedereen voor een groep kinderen zetten!', aldus één van de experts.

Integreer de ontwikkelde methodieken en cursussen in bestaande opleidingen

Volgens enkele experts zou het heel goed zijn om het 'versnipperde' VSK-aanbod te integreren in bestaande opleidingen: '... dat deze methodieken ook worden geïmplementeerd en aansluiten bij de reguliere trajecten. Dat je weet dat iemand dit altijd heeft gehad.'

De gegeven adviezen gaan niet zozeer in op specifieke elementen van het gedrag van trainers die in de hoofdstukken centraal stonden, maar zijn vooral een aantal brede aanbevelingen voor meer aandacht voor de pedagogische rol van jeugdtrainers en een maximaal bereik en effect van opleidingen voor trainers. Ze vormen een aanzet voor een mogelijke nadere uitwerking met NOC*NSF en sportbonden om achterliggende aannames en praktische uitwerking te concretiseren. Ook kan hier in het slothoofdstuk 14 op worden voortborduurd waarin een aanzet voor toepassingen van de onderzoeksresultaten in het Nederlandse sportbeleid wordt gegeven.

Deel V

Conclusies

In dit laatste deel worden de onderzoeksuitkomsten geduid. Na het beantwoorden van de onderzoeksvragen in een aantal conclusies worden de uitkomsten breder beschouwd gekoppeld aan literatuur.

Tot slot zijn enkele richtingen uitgewerkt voor toepassing van de onderzoeksresultaten in sportbeleid.

12. Conclusies

In dit hoofdstuk komen alle resultaten uit de hoofdstukken 5 t/m 11 weer bij elkaar door een beperkt aantal conclusies te trekken. Telkens wordt naast de conclusie zelf een korte toelichting vanuit de bijbehorende empirische gegevens uitgewerkt.

Het gedrag van sporttrainers in relatie tot de ontwikkeling van jeugdsporters wordt gekenmerkt door complexe mechanismen en kent veel diepgang

De vele diverse beschrijvingen van het gedrag van de trainer (zie tabel 13 aan het eind van dit hoofdstuk), de werking van de zes mechanismen en de verschillende betekenissen van het gedrag van trainers voor jeugdsporters duiden op een grote complexiteit en diepgang van de relatie tussen een trainer en zijn/haar jeugdsporters. Hoe het gedrag van de trainer uitwerkt, hangt daarbij samen met specifieke kenmerken van de jeugdsporter, de trainer zelf en contextfactoren op het specifieke sportmoment. Er is geen blauwdruk voor trainers te formuleren waarbij gedrag A simpelweg zorgt voor een bepaalde betekenis B. Wel zijn er veel voorkomende combinaties tussen gedrag en betekenis: vooral complimenten, aanmoedigingen, aanwijzingen, benoemde fouten, correcties op gedrag en het stellen van vragen (gedrag van trainer) lijken te leiden tot plezier, zelfvertrouwen, inzet en een verbeterde sportieve vaardigheid van jeugdsporters. Via zes uitgewerkte succesfactoren/mechanismen blijkt echter dat een dergelijk versimpelde koppeling tussen gedrag en betekenissen onvoldoende houvast biedt om aanbevelingen te doen aan trainers en opleiders hoe ontwikkelingsgericht te trainen/coachen. Het lijkt vooral van belang dat trainers zich bewust zijn van de achterliggende succesfactoren/mechanismen en hoe ze het eigen gedrag flexibel kunnen aanpassen aan waar de specifieke sportsituatie om vraagt.

Er zijn zes succesfactoren voor de wijze waarop het gedrag van trainer/coaches van betekenis is voor de ontwikkeling van jeugdsporters, namelijk:

1. Focus op plezier beleven en leren
2. Leren via competentiebeleving, zelfvertrouwen en inzet
3. Aanleren van sportieve vaardigheden
4. Inzet en structuur als voorwaarden
5. Regie bij de jeugdsporter zelf
6. Een sociaal groepsklimaat voor ontwikkeling van alle jeugdsporters

Voor de optimale ontwikkeling van jeugdsporters lijkt het van belang dat trainers zich bewust zijn van deze zes succesfactoren/mechanismen in sport en hoe bewust bijpassend gedrag te vertonen. Het is de uitdaging om passend bij de specifieke sportsituatie en de specifieke jeugdsporter complimenten, aanwijzingen, aanmoedigingen, correcties op gedrag te geven, fouten te benoemen, vragen te stellen of feedback uit te stellen. In tabel 12 (eind van dit hoofdstuk) is nogmaals per mechanisme weergegeven per mechanisme welk gedrag van de trainer het meest wenselijk is. De koppeling met pro- en antisociaal gedrag (doel van VSK) is duidelijk en ligt vooral in relatie tot de mechanismen 1, 4 en 6. Voor trainers en jeugdsporters zijn pro- en antisociaal gedrag vooral indirect via deze drie mechanismen van belang (in relatie tot vooral plezier en leren), maar ze zijn geen primaire doelen van sportdeelname voor henzelf.

Relatief positief valt het aanmoedigen van trainers en de zorg voor een prettige sfeer op

De kracht van de onderzochte sporttrainers in hun omgang met jeugdsporters lijkt te zitten in het (positief) aanmoedigen van de jeugdsporters. Dit lijkt te maken te hebben met het fanatisme van de trainers (vooral bij wedstrijden) en een hoge mate van betrokkenheid. Daarnaast bleek vooral uit de observaties dat de trainers zorgen voor een prettige sfeer bij de trainingen en wedstrijden. Wel valt in

de interviews en casussen op dat verschillende trainers het toch wel lastig vinden om orde te houden en een sociaal groepsklimaat te realiseren.

Relatief negatief valt het weinig stellen van vragen op door trainers aan jeugdsporters

Vooraf via het vijfde en zesde mechanisme is het stellen van vragen cruciaal voor de ontwikkeling van jeugdsporters. Toch vinden de trainers het lastig om veelvuldig de dialoog aan te gaan met hun sporters bij specifieke sportsituaties en –taken en over de bredere sportieve ontwikkelingsdoelen van een sporter. Het heeft de voorkeur om op gezette momenten met sporters in dialoog te gaan en vooral vragen stellen, zodat zij zelf meer regie krijgen over hun ontwikkelingstaken en –doelen. Het fanatisme van trainers werkt daarin soms averechts. Ze constateren zelf dat het soms beter was geweest om even niets te zeggen en feedback uit te stellen. Daarnaast is vragen stellen van belang om optimaal aan te sluiten op de individuele situatie en behoeften van kinderen en krijgen jeugdsporters zo aandacht en erkenning.

Het heeft de voorkeur om op gezette momenten met sporters in dialoog te gaan en vooral vragen stellen, zodat zij zelf meer regie krijgen over hun ontwikkelingstaken en –doelen.

Gemiddeld reageert een trainer 42 keer positief belonend na een gewenste prestatie tijdens een training/wedstrijd en 40 keer na een fout of vergissing

Daarbij is bij ongeveer de helft van de gedragingen van trainers de trainer zelf het startpunt en bij ongeveer de helft is het gedrag van de trainer reagerend op het gedrag van sporters. Hoewel op het eerste oog de verhouding tussen positief belonend en reacties na een fout/verginging meer zou moeten doorslaan naar positief belonend voor een optimaal ontwikkelingsklimaat, lijkt dit toch niet het geval te zijn. De verhouding tussen deze resultaten van de observaties lijken geen goede indicatie voor of een trainer ontwikkelingsgericht is. Het gaat niet zozeer om de frequentie en verhoudingen, maar het gaat erom of het gedrag in een specifieke sportsituatie en bij een specifieke jeugdsporter past.

Trainers lijken zich vrij bewust van het gedrag dat ze vertonen

Het bleek maar in beperkte mate mogelijk om het geobserveerde gedrag te koppelen aan de mate waarin trainers zich bewust zijn van hun vertoonde gedrag, maar er lijkt weinig aanleiding om te veronderstellen dat dit onvoldoende aansluit. Mogelijk dat ze nog wel enigszins overschatten hoe vaak ze complimenten geven en hoe vaak ze bezig zijn met orde houden. Toch lijkt de urgentie niet zozeer te zitten bij bewustwording, maar eerder bij het toepassen van vaardigheden en maken van keuzes voor optimale ontwikkelingsuitkomsten. Trainers zijn zich bijvoorbeeld best wel ervan bewust dat ze soms te fanatiek zijn, feedback moeten uitstellen en vooral vragen moeten stellen, maar ze vinden het lastig om dit gedrag toe te passen.

Er lijken geen grote verschillen te zitten tussen hoe trainers hun eigen gedrag ervaren en hoe hun jeugdsporters dit ervaren

Het gaat op verschillende onderdelen om complexe keuzes voor de trainer en om het bewaken van de balans tussen bijvoorbeeld plezier en leren of tussen vasthouden aan structuur en regie uit handen geven.

De jeugdsporters in eenzelfde sportgroep ervaren het gedrag van trainers niet hetzelfde

Er lijken geen grote verschillen te zitten tussen hoe trainers hun eigen gedrag ervaren en hoe hun jeugdsporters dit ervaren. Een goede vergelijking was daarbij lastig, omdat vooral opviel hoe divers de meningen van jeugdsporters in eenzelfde sportgroep zijn. Waar de één bijvoorbeeld vindt dat de trainer nogal streng is, geeft een teamgenoot juist aan dat de trainer wel wat strenger mag zijn. Trainers lijken overigens iets meer nadruk te leggen op leren (en presteren) dan de jeugdsporters, maar ook hier ervaart het ene deel van een groep dit soms anders dan een ander deel. Waar trainers en sporters het bij een aantal casussen opvallend over eens zijn, is dat enkele trainers moeite hebben met het begrijpelijk uitleggen van trainingsvormen. Dat jeugdsporters binnen een sportgroep het gedrag van trainers verschillend ervaren, duidt nogmaals op de constatering dat het complex is voor trainers om het gedrag op de diverse behoeften van individuele jeugdsporters af te stemmen. Tegelijk duidt het ook op het belang om als trainer competent te zijn om binnen eenzelfde groep verschillende typen gedragingen in te zetten, afhankelijk van de specifieke sporter.

- 1. De leeftijd, het geslacht, de mate van zelfvertrouwen en de groepssamenstelling bij jeugdsporters zijn van invloed op het gedrag van trainers en de betekenis van dat gedrag**
- 2. De persoonlijkheid, leeftijd en trainersopleiding van een trainer zijn van invloed op zijn/haar gedrag bij trainingen/wedstrijden en de betekenis van dat gedrag**
- 3. Training/wedstrijd, prestatief/recreatief, sporttak, teamsport/ individuele sport, gelijkwaardige tegenstand zijn contextfactoren van sportactiviteiten die van invloed zijn op het gedrag van trainers en de betekenis van dat gedrag**

De genoemde factoren zijn indicatief voor de veelheid factoren, waarvan het gedrag van trainers en de zes mechanismen afhankelijk zijn. In hoofdstuk 9 zijn ze toegelicht en zijn ze aangevuld met andere kenmerken. Er kon niet (nog) meer in detail worden beschreven hoe succesvol trainers van specifieke sporttakken de zes mechanismen van ontwikkelingsgericht trainen/coachen inzetten en in hoeverre trainersopleidingen van invloed zijn op het succesvol toepassen van de mechanismen.

Zo heeft dit onderzoek met veel onderzoeksgegevens geleid tot een aantal concrete conclusies en een eerste uitwerking van mechanismen van

ontwikkelingsgericht trainen/coachen. Een trainer die zich optimaal richt op de ontwikkeling van jeugdsporters focust zich op zowel 'plezier' als 'leren' en zal, passend bij de specifieke sportsituatie en de specifieke jeugdsporter, vragen stellen, complimenteren, aanmoedigen, aanwijzingen bieden, fouten benoemen en gedrag corrigeren in relatie tot plezier, zelfvertrouwen, inzet en verbeterde sportieve vaardigheid van jeugdsporters. Het optimaal invullen van deze complexe pedagogische rol vraagt veel van de competenties van de jeugdtrainers die deze taak vaak vrijwillig en zonder afgeronde trainersopleiding uitvoeren. Met sport als derde opvoedingsmilieu (naast thuis en school) en trainers als mede-opvoeder (naast ouders en docenten) ligt er een belangrijke taak en verantwoordelijkheid voor de Nederlandse sport om de selectie, ondersteuning en opleiding van jeugdtrainers optimaal in te vullen. De vraag is of daarbij voldoende oog is voor de manier waarop je als trainer omgaat met jeugdsporters en of sporttechnische en didactische elementen momenteel niet overheersen. Om optimaal plezier te beleven, te leren en te presteren lijkt het zinvol om in elk geval ook het adequaat omgaan met kinderen voldoende aandacht te geven. De resultaten van dit onderzoek roepen daarnaast ook nog veel nieuwe vragen op. Het onderzoek levert voor diverse onderzoekers aanknopingspunten op om constatering te verdiepen, te nuanceren, onderbouwen of te weerleggen. Ondertussen zullen de beleidsbepalers en opleiders van NOC*NSF en sportbonden bepalen hoe uitkomsten kunnen worden toegepast bij het uitvoeren en ontwikkelen van het opleidingsbeleid voor trainers/coaches/begeleiders en het actieplan VSK. Om alvast richting te geven aan die duiding, wordt een aantal uitkomsten in hoofdstuk 13 gekoppeld aan literatuur en in hoofdstuk 14 vertaald naar een aantal concrete aanknopingspunten voor beleid.

Om optimaal plezier te beleven, te leren en te presteren lijkt het zinvol om in elk geval ook het adequaat omgaan met kinderen voldoende aandacht te geven.

Wenselijk gedrag	Plezier en leren (1)	Competentie, zelfvertrouwen en inzet (2)	Aanleren vaardigheden (3)	Inzet en structuur (4)	Regie bij jeugdporter (5)	Sociaal groepsklimaat
Complimenten	✓	✓	✓			✓
Aanmoedigen				✓		✓
Aanwijzingen	✓		✓			
Fouten benoemen			✓			
Corrigeren op gedrag				✓		✓
Uitleggen			✓	✓		
Vragen stellen					✓	✓
Geen reactie					✓	

Tabel 12: Wenselijk gedrag binnen zes mechanismen (hoofdstuk 8)



Tabel 13: Overzicht van de uiteenlopende verschijningsvormen van gedrag van trainers (hoofdstuk 6)

13. Beschouwing uitkomsten met koppeling aan literatuur

In dit hoofdstuk wordt een aantal uitkomsten van het onderzoek Trainer-kind INTERACTIE (TKI) in een wat breder perspectief beschouwd en gekoppeld aan bestaande literatuur. Dit kan helpen bij de interpretatie en toepassing van de resultaten.

Trainers in ontwikkeling

Ongeveer 75 procent van de Nederlandse jeugd sport als lid bij een sportvereniging (Hoekman, 2013). Wekelijks zijn duizenden (meestal vrijwillige) jeugdtrainers actief op de clubs om alle trainingen en wedstrijden in goede banen te begeleiden. Dit TKI onderzoek heeft een inkijk gegeven in hoe die dagelijkse praktijk van jeugdtrainers bij trainingen en wedstrijden eruitziet. Wat ook elders is uitgewerkt, werd bevestigd (Cassidy et al., 2009), namelijk dat de diepgang en complexiteit van hoe je als trainer omgaat met je jeugdsporters niet te onderschatten is. Afhankelijk van het kind waar je als trainer mee te maken hebt en de specifieke situatie op het veld worden onder meer afwisselend complimenten, aanwijzingen en aanmoedigingen gegeven en is het wenselijk dat je met de individuele sporters in dialoog treedt. Als dit proces goed verloopt dan zorgt dit er primair voor dat jeugdsporters beter worden in hun sport en hier veel plezier aan beleven. Het is een grote verantwoordelijkheid van trainers, verenigingen en bonden om optimale ontwikkelkansen te bieden aan jeugdsporters. Landelijk is hier al veel aandacht voor gekoppeld aan ambitieuze doelen als 'voor iedere sporter een competente coach' (NOC*NSF/ASK) en 'meer positief gedrag en minder ongewenst gedrag in de sport' (VSK). Het realiseren van dergelijke doelen is niet eenvoudig, temeer omdat een groot deel van het jeugdkader uit vrijwilligers bestaat zonder trainersopleiding en er behoorlijk verloop lijkt te zijn.

Uit het onderzoek TKI bleek overigens niet duidelijk dat trainers met een sportopleiding ontwikkeling opvallend beter/slechter stimuleren. Hoewel dit slechts een vrij subjectieve indicatie was, is het zinvol om te benoemen dat het gedrag van trainers waarschijnlijk (ook) door andere factoren dan opleiding wordt bepaald. Uit ander (internationaal) onderzoek blijkt dat de manier

waarop sportbegeleiders omgaan met jeugdsporters vooral gebaseerd lijkt te zijn op persoonlijke ervaring en gerelateerd is aan achtergrondkenmerken als leeftijd, geslacht, sporthistorie, trainerhistorie en opleiding. Sporttrainers leren vooral op niet-formele manier op de clubs zelf en de onderbouwing en effectiviteit van formele en informele trainersopleidingen lijken kansrijk, maar nog verre van optimaal (Langan et al., 2013; Nelson et al., 2006; MacDonald et al., 2010; Conroy & Coatsworth, 2006; Sullivan et al., 2012; Decroos et al., 2012; Rutten et al., 2008). In dit onderzoek is nog maar beperkt informatie verkregen over welke kenmerken van de trainers het meest bepalend zijn voor hoe ze omgaan met de jeugdsporters. Door hier meer over te weten te komen, zouden scherpere aanbevelingen kunnen worden gedaan voor de werving en selectie van trainers op de clubs. Voor een ontwikkelingsgerichte trainer zijn wellicht drie kenmerken cruciaal: mate van sportspecifieke kennis, motivatie en empathie (Martens, 2012). Op sportspecifieke kennis en motivatie werden de trainers in het algemeen positief gewaardeerd door de sporters. Mogelijk dat er meer verschillen zijn tussen trainers op empathisch vermogen.

In het onderzoek TKI waren er veel overeenkomsten tussen hoe trainers hun eigen gedrag hebben ervaren en hoe sporters dit ervaren en waren de trainers zich ook meestal vrij bewust van hun eigen gedrag. Terwijl er ook onderzoek is waaruit blijkt dat trainers niet goed reflecteren op hun eigen handelen en dat jeugdsporters dit realistischer inschatten (Stein et al, 2012; Smith & Smoll, 1991; Fraser-Thomas & Côté, 2009). Om te kunnen leren als trainer en het eigen gedrag in relatie tot de sporters te kunnen veranderen, is het cruciaal dat trainers zich bewust zijn van hun gedrag en de uitwerking ervan op de jeugdsporters. Scholingsprogramma's voor trainers als de 'Coaching Effectiveness Training'

(Smoll & Smith, 2006) of in Nederland 'Er is meer te winnen; coachen op sociaal gedrag' (Elfring et al., 2012) passen dan ook principes toe van (zelf) reflectie voor meer bewustwording van het eigen gedrag op het sportveld. In het onderzoek bleek echter dat verschillende trainers zich bijvoorbeeld best wel bewust ervan zijn dat ze soms te fanatiek zijn en/of aanwijzingen geven op momenten waar feedback uitstellen en/of vragen stellen beter zou zijn geweest vanuit ontwikkelingsgericht trainen/coachen. Mogelijk gaat het dan ook bij een deel van de trainers niet om bewustwording van het eigen gedrag, maar eerder om (het aanleren van) vaardigheden om emoties onder controle te houden en sociaal-communicatieve vaardigheden om doorlopend dialoog te zoeken met de sporters. Die dialoog met jeugdsporters lijkt niet altijd eenvoudig te realiseren, vooral bij een grote groep diverse sporters en bij groepen waar trainers streng moeten zijn om orde te houden. Naast het stimuleren van zelfreflectie en bewustwording van de eigen cruciale rol in het ontwikkelingsproces van jeugdsporters lijkt het dus ook belangrijk om in scholingsprogramma's voor trainers voldoende aandacht te hebben voor het leren toepassen van emotieregulerende en sociaal-communicatieve vaardigheden. Dit sluit aan bij principes van gedragsverandering, waarbij je iemand stimuleert om via reflectie – naar bewustwording – naar planning – naar toepassing van vaardigheden en – ander trainersgedrag te komen (Prochaska et al., 1992).

... lijkt het dus ook belangrijk om in scholingsprogramma's voor trainers voldoende aandacht te hebben voor het leren toepassen van emotieregulerende en sociaal-communicatieve vaardigheden.

Ontwikkelingsgericht trainen/coachen

Ontwikkeling is in het conceptueel kader benoemd als een proces van systematische gedragsverandering van een jeugdsporter door de (dynamische) relaties tussen de sporter en de sportomgeving waarin hij of zij actief is (Holt & Sehn, 2008). Bij stimuleren van ontwikkeling wordt daarbij ook vaak het onderscheid gemaakt tussen het bevorderen van gewenst gedrag (promotive pathway) en het tegengaan van onwenselijk gedrag van jongeren (protective pathway) (Phelps et al., 2009; Kia-Keating et al., 2011). Uitgangspunt daarbij is dat de focus niet alleen moet liggen op het voorkomen en tegengaan van gedrag van jeugdsporters dat maatschappelijk als ongewenst wordt gezien, maar dat de focus ook ligt op het bieden van voldoende ontwikkelingskansen voor alle jeugdsporters (Lerner, 2005; Benson, 2006; Holt, 2008). Als jeugdsporters bijvoorbeeld geen antisociaal gedrag vertonen, betekent dit niet automatisch dat jongeren zich goed hebben ontwikkeld (Dukakis et al., 2009). Het gaat er ook om, om in het algemeen jeugdsporters te helpen hun passies en interesses na te streven (Scales et al, 2011). Daarbij is maatschappelijk ongewenst gedrag op het sportveld misschien soms juist zeer gewenst voor de persoonlijke ontwikkeling van een individuele jongere, als dat bijdraagt aan de acceptatie van leeftijdsgenoten of onafhankelijkheid van volwassenen (Jessor, 1993). De twee ontwikkelingsroutes (promotive & protective pathway) zijn grotendeels

De interactie tussen trainer en jeugdsporter is de motor van ontwikkeling, in samenhang met bijvoorbeeld het zelfvertrouwen van de sporter, het motivationele sportklimaat en de intensiteit van het sporten.

afhankelijk van verschillende factoren en vragen om specifieke strategieën om gedrag van jeugdsporters te beïnvloeden. Zo lijkt een taakgericht sportklimaat bijvoorbeeld wel positief gerelateerd te zijn aan pro sociaal gedrag in sport, maar is er geen negatieve relatie met antisociaal gedrag (Gould et al, 2012). Alleen de relatie tussen trainer en jeugdsporter is zowel gerelateerd aan meer pro sociaal gedrag als aan minder antisociaal gedrag (Rutten et al, 2011). Het lijkt voor VSK zinvol om specifieker te weten hoe trainers pro sociaal gedrag effectief kunnen stimuleren en antisociaal gedrag effectief kunnen tegengaan en wat verschillen en overeenkomsten voor beide strategieën zijn.

Ontwikkeling wordt bepaald door psychosociale processen in samenhang met persoonskenmerken van de sporters, contextfactoren en tijdsfactoren (Bronfrenbrenner & Morris, 2006; Lerner, 2005; Strachan, 2008; Krebs, 2009). De interactie tussen trainer en jeugdsporter is de motor van ontwikkeling, in samenhang met bijvoorbeeld het zelfvertrouwen van de sporter, het motivationele sportklimaat en de intensiteit van het sporten. Naast de interactie tussen trainer en jeugdsporter lijken twee andere processen bepalend voor de ontwikkeling van jeugdsporters, namelijk de interactie tussen sporters onderling (groepsprocessen) en zelfregulatie (Hilhorst et al., 2014). Groepsprocessen, vooral bij teamsporten, en mogelijk de rol van 'peer leaders' binnen groepen lijken naast de interactie tussen trainer en sporter erg relevant voor de ontwikkeling van jeugdsporters (Bortoli et al., 2012, Rutten et al., 2011; Boardley & Jackson, 2012). Trainers hebben daarin ook een rol, want zij kunnen groepsprocessen bij sporters positief beïnvloeden (Guivernau & Duda, 2002). Het viel buiten de reikwijdte van dit onderzoek om specifiek in te gaan op groepsprocessen en hoe trainers die effectief kunnen beïnvloeden.

Situationeel toepassen van zes ontwikkelingsmechanismen

Het onderzoek leverde zes mechanismen voor ontwikkeling op. Al eerder bleek dat het niet altijd eenvoudig is om de mechanismen in te zetten passend bij de situatie en dat het soms zoeken is naar de balans. De mechanismen vormen mogelijk een bruikbaar overzicht, waarmee trainers hun gedrag bewust kunnen programmeren om bij te dragen aan de ontwikkeling van kinderen. De mechanismen lijken aan te sluiten op uiteenlopende theorieën over leren en ontwikkelen. Het gaat dan bijvoorbeeld over de rol van plezier (MacDonald et al., 2011; McCarthy & Jones, 2007), competentiebeleving (Weiss, 1995), instrumenteel leren, motivatie (Keegan et al., 2010; Weiss et al., 2009), zelfcontrole (Gestdottir & Lerner, 2007) en bio-ecologische modellen (Bronfrenbrenner & Morris, 2006).

De zes mechanismen:

• focus op plezier beleven en leren;
• leren via competentiebeleving, zelfvertrouwen en inzet;
• aanleren van sportieve vaardigheden;
• inzet en structuur als voorwaarden;
• regie bij de jeugdsporter zelf;
• een sociaal groepsklimaat voor ontwikkeling van alle jeugdsporters.

Voor een optimale ontwikkeling van jeugdsporters is het belangrijk dat naarmate zij ouder worden ze in toenemende mate zelf regie voeren over hun doelen en planning van taken om die doelen te verwezenlijken.

Een element dat hier niet direct in terugkomt, maar mogelijk wel relevant is, gaat om het voorbeeldgedrag van de trainer. Dit kwam niet apart naar voren vanuit de interviews en de gedragsobservaties (waar het vooral om verbale uitingen ging), maar werd door de studentonderzoekers wel onderscheiden als kenmerk van de trainers. Hier werden ze bovendien positief op gewaardeerd. Het voorleven wat je zegt als trainer en het voorbeeld geven wat betreft fair play gaan om elementen van 'modeling' of observationeel leren, waarbij jeugdsporters zich spiegelen aan (het verbale én non-verbale gedrag van) de trainer en gedrag (bewust en onbewust) imiteren (Bandura). Qua prioritering is het niet eenduidig of er vanuit sportbeleid meer nadruk op bepaalde mechanismen zou moeten liggen. Vanuit het perspectief van VSK zou dat wellicht kunnen op de laatste drie mechanismen, vanuit de koppeling met de beleidsdoelen van VSK (gewenst gedrag stimuleren en ongewenst gedrag tegengaan) en waar mogelijk de meeste winst bij trainers valt te boeken (vragen stellen). Een heldere structuur hanteren en gedrag kunnen corrigeren, meer zelfstandigheid en verantwoordelijkheid bij de jeugdsporters leggen naarmate ze ouder worden en een strenge norm in de sportgroep hanteren voor het zorgzaam omzien naar elkaar zijn daarin mogelijke startpunten om concreet uit te werken in beleidsmaatregelen en interventies. Toch gaven ook experts aan niet zozeer de elementen in aparte bijscholingen op te nemen, maar te streven naar integrale aanpakken richting sportverenigingen en sporttrainers.

Meer regie bij de jeugdsporters zelf

Uit het onderzoek TKI bleek dat trainers nog niet optimaal inzetten op het uit handen geven van de regie over de ontwikkeling van jeugdsporters aan de sporters zelf. In de hiërarchische relatie tussen trainer en jeugdsporter is de trainer bepalend voor wat jongeren ervaren en leren (Cassidy et al.,

Jeugdsporters binnen eenzelfde sportgroep bleken het gedrag van de trainer op een verschillende manieren te ervaren en gaven ook verschillende betekenissen aan dat gedrag.

2009). Voor een optimale ontwikkeling van jeugdsporters is het belangrijk dat naarmate zij ouder worden ze in toenemende mate zelf regie voeren over hun doelen en planning van taken om die doelen te verwezenlijken. Dat vinden trainers vaak nog lastig: het stellen van vragen en het aangaan van dialoog vinden trainers wenselijk, maar tegelijkertijd niet eenvoudig om toe te passen. Een Masterstudente concludeerde recent in haar scriptie dat die trainers niet actief eigen inbreng van jeugdsporters stimuleren (Stemkens, 2013 – samenvatting in bijlagenboek) en eerder Nederlands onderzoek gaf aan dat een deel van de trainers naar mate jeugdsporters ouder worden zelfs in toenemende mate disciplineren en regie gaan voeren (Claringbould, 2011). Het op gezette momenten stellen van vragen in dialoog met jeugdsporters over hun sportieve doelen en taken en het soms uitstellen van feedback is misschien wel de grootste kans voor Nederlandse trainers om (nog) ontwikkelingsgericht te trainen/coachen.

Betekenisgeving verschilt per jeugdporter

Jeugdsporters binnen eenzelfde sportgroep bleken het gedrag van de trainer op een verschillende manieren te ervaren en gaven ook verschillende betekenissen aan dat gedrag. Eerder onderzoek constateerde in lijn hiermee, dat jeugdsporters met faalangst meer behoefte hebben aan positieve en informatieve feedback dan andere sporters (Horn et al., 2011). In dit onderzoek zijn leeftijd, geslacht en zelfvertrouwen genoemd als kenmerken die mede bepalend zijn voor hoe het gedrag van trainers wordt ervaren. Andere persoonskenmerken zijn mogelijk ook relevant, maar daar ging dit onderzoek niet nader op in. In de relatie met uitkomsten op prosociaal en antisociaal gedrag zijn in eerdere onderzoeken ook factoren als inlevingsvermogen (Holt et al., 2012), morele overtuigingen (Boardley & Kavussanu, 2009) en doeloriëntatie (Kavussanu, 2006) genoemd. Welke rol die kenmerken spelen in relatie tot het gedrag van trainers en wat de uitwerking is op ontwikkelingsuitkomsten is nog niet precies duidelijk. Wat ook opviel in het onderzoek was dat de frequentie van gedragingen van de trainers niet duidelijk wat zeggen over in hoeverre ze ontwikkelingsgericht trainen/coachen. De verhouding tussen het aantal complimenten als iets lukte en reacties als iets niet lukte, leek niet zo veel te zeggen over de betekenissen die trainers en jeugdsporters gaven aan het gedrag van trainers. Dit lijkt deels aan te sluiten op recente masterscripties in voetbal en judo, waar gebruikmakend van hetzelfde observatie-instrument geen duidelijke uitspraken konden worden gedaan over het ontwikkelingsgericht trainen/coachen van de desbetreffende trainers (Baaijens, 2013; Legger, 2013 – samenvattingen in bijlagenboek). Het gaat niet zozeer om de frequentie van typen gedragingen van trainers, maar eerder om de inhoud van dat gedrag, de manier waarop dit wordt vertoond en hoe het past bij de sportsituatie op dat moment voor die specifieke jeugdporter. De uitgebreide beschrijvingen

van het gedrag van trainers, mechanismen en relevante kenmerken van jeugdsporters en de sportcontext in dit onderzoek vormen een aanzet om juist die elementen uit te werken. Tot slot lijkt het relevant om in de toekomst meer zicht te krijgen op hoe algemeen heersende opvattingen en 'gewoonten' in de sport en in sporttakken van invloed zijn op de ervaren betekenissen van sporters en trainers. Het gaat dan bijvoorbeeld om opvattingen over wanneer gedrag moreel 'ongewenst' of 'niet passend' is, over het disciplineren door trainers in plaats van het stimuleren van zelfregulatie en over sociale vergelijkingsmechanismen (in relatie tot winnen, talentontplooiing en een sociaal groepsklimaat). Mogelijk dat die heersende opvattingen in de sport anders zijn dan daarbuiten en verschillen tussen sporttakken.

Uit het onderzoek bleek dat het zeer relevant is om onderscheid te maken tussen trainingen en wedstrijden.

Cruciale rol van de specifieke sportcontext

Uit het onderzoek bleek dat het zeer relevant is om onderscheid te maken tussen trainingen en wedstrijden. Deze contextfactor is ook in eerder onderzoek aan de orde geweest (Van de Pol et al., 2012; Claringbould, 2011). Tegelijk zijn zowel meer prestatiegerichte als meer op recreatie gerichte sportgroepen meegenomen in het onderzoek. Daarbij valt onder meer op dat plezierbeleving bij prestatiesport soms ondergeschikt is aan het leren (en presteren). In eerder onderzoek waarin wordt gerelateerd aan prestatief/recreatief, wordt vooral gekeken naar het motivationeel klimaat. In het algemeen blijkt een progressiegericht sportklimaat, zonder focus op winnen, wenselijk voor de positieve ontwikkeling van jeugdsporters. In die sportgroepen is men vooral gericht op het verbeteren van het eigen vaardigheidsniveau, en niet zozeer op de vergelijking van de eigen vaardigheid met anderen. Naast het motivationele klimaat is in dit onderzoek bij mechanisme zes ook het 'caring climate' aan de orde gekomen, waarbij binnen sportgroepen een strenge norm is voor een zorgzame omgang met elkaar (Gano-Overway et al., 2009). Zo'n 'caring climate' lijkt bij sport(wedstrijden) niet altijd vanzelfsprekend, omdat de regels het toelaten om tijdelijk de zorg voor anderen op te schorten (Bortoli et al., 2012). Bij een veilig sportklimaat lijken dus focus op persoonlijke progressie en een strenge norm voor de onderlinge omgang beide belangrijk en gerelateerd te zijn aan hoe kinderen zich gedragen en ontwikkelen. Ook leken er in het onderzoek enkele verschillen te zijn tussen teamsporten en individuele sporten. In eerder onderzoek is ook al aandacht voor die relevantie geweest, waarbij bij teamsporten ook de morele normen en de mate van verbondenheid van belang lijken. Hoewel Rutten en collega's (2008) constateerden dat een teamstructuur antisociaal gedrag van individuele sporters afzwakt, zijn er ook indicaties dat een hoge mate van verbondenheid binnen een team in combinatie met een ongewenste teammoraal samengaat met minder prosociaal gedrag (Boardley & Jackson, 2012). Tot slot noemen we hier

Waar bijvoorbeeld nog weinig zicht op is verkregen, is op de rol van clubcultuur en het beleid van sportclubs.

nog verschillen tussen sporttakken, waarvan verschillende voorbeelden in hoofdstuk 9 zijn gegeven. Ook in eerder onderzoek zijn verschillende sporttakken onderwerp van onderzoek geweest (Agans & Geldhof, 2012; Wilson et al., 2010). Hoewel er sporttakspecifieke kenmerken zijn die mogelijk medebepalend zijn voor hoe jeugdsporters zich kunnen ontwikkelen in relatie met de trainer wordt daarbij wel aangemerkt om te letten op een selectie-effect als groepen jeugdsporters van sporttakken worden vergeleken. Zo zijn 'risicjongeren' wellicht bij bepaalde sporttakken oververtegenwoordigd en hebben verschillen tussen sporttakken dan mogelijk eerder daarmee te maken dan met de invloed van sportspecifieke kenmerken. Een opvallende uitkomst van een recente masterscriptie was nog wel dat de cultuur van een specifieke sport (taekwondo) de inzet van persoonlijke ontwikkelingsgerichte waarden van de trainer leek te belemmeren (Benziane, 2013 – samenvatting in bijlagenboek). Het is goed mogelijk dat ook andere contextfactoren relevant zijn. Waar bijvoorbeeld nog weinig zicht op is verkregen, is op de rol van clubcultuur en het beleid van sportclubs. Ook voor de interventies van VSK lijkt het relevant om de weten of cultuur en beleid op de clubs een grote rol spelen in hoe trainers en jongeren met elkaar omgaan en hoe dit beïnvloedbaar is.

Zo zijn verschillende relaties te leggen van dit onderzoek met andere (internationale) sportstudies en inzichten. Daarbij zijn er naast veel overeenkomsten en bevestiging van resultaten ook nog verschillende vragen niet volledig beantwoord en zijn er nieuwe vragen ontstaan. Een mooie uitdaging voor sportonderzoekers om de komende jaren de beleidsbepalers van de Nederlandse sport te voorzien van antwoorden. Al met al lijkt het onderzoek Trainer-kind INterACTIE daar een rijke inhoudelijke basis voor te bieden. De keuze voor een open en breed perspectief met nadruk op kwalitatieve meetmethoden bij een selecte groep trainers in de sportpraktijk heeft zo zijn vruchten afgeworpen.

14. Eerste verkenning van toepassingen in Nederlands sportbeleid

De onderzoeksresultaten bieden uiteenlopende aanknopingspunten voor de Nederlandse sport om het ontwikkelingsklimaat van jeugdsporters verder te verbeteren. Hier worden enkele suggesties vanuit de onderzoeksresultaten en onderzoekers opgesomd.

- Werk de genuanceerd beschreven onderzoeksresultaten uit in praktische lijstjes gericht op het verbeteren van de praktijk van trainers en opleidingen.
Aandachtspunten voor het gedrag van trainers zijn bijvoorbeeld:
 - Stel meer vragen en stel feedback uit.
 - Geef gerichte complimenten en biedt bevestiging.
 - Wees bij een deel van de jeugd terughoudend met het benoemen van fouten.
 - Hanteer een strenge norm voor zorgzaam omzien naar elkaar.
- Stel de ontwikkeling van individuele jeugdsporters centraal bij het opleiden en ondersteunen van trainers en bepaal wat onderbouwde en praktische uitgangspunten van ontwikkelingsgericht trainen/coachen zijn.
- Koppel de uitgangspunten van ontwikkelingsgericht trainen/coachen aan concrete competenties voor trainers en/of koppel deze uitgangspunten aan de bestaande competenties in de kwalificatiestructuur voor de sport (KSS).
- Concretiseer bestaande competenties in de KSS die gerelateerd zijn aan ontwikkelingsgericht trainen/coachen met de inhoud van het onderzoek en concretiseer de bijbehorende toetsings- en beoordelingscriteria.
- Inventariseer hoe in bestaande generieke en bondskaderopleidingen aandacht wordt besteed aan de zes vastgestelde mechanismen uit het onderzoek en geef inhoudelijke input waar nodig (bijvoorbeeld bij dialoog aangaan/feedback uitstellen).
- Inventariseer hoe in de (bij)scholingsmodules van VSK aandacht wordt besteed aan de zes vastgestelde mechanismen uit het onderzoek en geef inhoudelijke input waar nodig (bijvoorbeeld bij dialoog aangaan/feedback uitstellen).
- Verspreid de resultaten van het onderzoek niet alleen onder beleidsbepalers en onderzoekers, maar ook bij opleiders (bonden, mbo, hbo) en verenigingen.
- Reflecteer op het bereik van trainersopleidingen en de effectiviteit op de ontwikkeling van jeugdsporters in het algemeen en ga na of trainers die geen opleiding willen volgen op een andere wijze kunnen leren hoe ze ontwikkelingsgericht kunnen trainen/coachen.
- Positioneer met het onderzoek de pedagogische rol van trainer niet als 'soft' sfeerelement gekoppeld aan plezier en fair play, maar benadruk ook de relatie met leren en presteren.
- Maak een overzicht van pedagogische dilemma's voor (topsport)trainers van selectieteams en maak ze bespreekbaar.
- Laat met het onderzoek zien hoe de sport als derde opvoedingsmilieu met een cruciale en complexe rol en verantwoordelijkheid van grote betekenis kan zijn voor opgroeiende kinderen.
- Bepaal vanuit de inhoud van ontwikkelingsgericht trainen/coachen hoe dit mogelijk ook in de

cultuur en het beleid van clubs nadrukkelijker plek kan krijgen (bijvoorbeeld via integrale verenigingsaanpak/ontwikkelingsgerichte kindvriendelijke clubs/verbreding technisch jeugdsportbeleid).

- Maak een genuanceerde onderbouwde beschrijving van wat positief coachen inhoudt en laat zo onder meer zien dat het bij positief coachen niet zozeer gaat om het veelvuldig geven van complimenten.
- Evalueer de gehanteerde onderzoeksstructuur met inzet van groepen studenten en de maatschappelijke relevantie van openstaande onderzoeksvragen om te bepalen of en hoe daar een vervolg aan kan worden gegeven.

Met deze suggesties zullen de onderzoekers verder in gesprek gaan met in elk geval de betrokkenen en opleiders van NOC*NSF, sportbonden en VSK over wat en hoe op te pakken en verder uit te werken. In samenspraak met beleid en praktijk hopen de onderzoekers zo hun steentje bij te hebben gedragen aan meer inzicht in de sportpraktijk, uiteindelijk leidend tot een concrete verbetering van het sportklimaat bij de Nederlandse sportverenigingen.

Bronvermelding

- Agans, J., & Geldhof, G. (2012). Trajectories of participation in athletics and positive youth development: the influence of sport type. *Applied developmental science, 16* (3), 151-165.
- Baaijens, J. (2013). *Wordt het 'goud' benut bij jeugdvoetballers van de voetbalvereniging Kloetinge?* Eindhoven: Masterscriptie Fontys Sporthogeschool.
- Benson, P. L. (2006). *All Kids Are Our Kids. What Communities Must Do to Raise Caring and Responsible Children and Adolescents.* San Francisco: Jossey-Bass.
- Benziane, M. (2013). *De ontwikkeling van de trainer is de groei van het kind. Een onderzoek naar de mate van positief coachen bij Taekwondotrainers en de betekenis die zij eraan verlenen.* Eindhoven: Masterscriptie Fontys Sporthogeschool.
- Bloom, G., Crumpton, R., & Anderson, J. (1999). A systematic observation study of the teaching behaviors of an expert basketball coach. *The sport psychologist, 13*, 157-170.
- Boardley, I., & Jackson, B. (2012). When teammates are viewed as rivals: a cross-national investigation of achievement goals and intrateam moral behavior. *Journal of sport and exercise psychology, 34*, 503-524.
- Boardley, I., & Kavussanu, M. (2009). The influence of social variables and moral disengagement on prosocial and antisocial behaviours in field hockey and netball. *Journal of sports sciences, 27* (8), 843-854.
- Bortoli, L., Messina, G., Zorba, M., & Robazza, C. (2012). Contextual and individual influences on antisocial behaviour and psychobiosocial states of youth soccer players. *Psychology of sport and exercise, 13*, 397-406.
- Bronfenbrenner, U., & Morris, P. (2006). The bioecological model of human development. In W. Damon, & R. Lerner, *Handbook of child psychology: Vol. 1. Theoretical models of human development (6th ed.)* (pp. 793-828). New York: John Wiley.
- Cassidy, T., Jones, R., & Potrac, P. (2009). *Understanding sports coaching. The social, cultural and pedagogical foundations of coaching practice. 2nd edition.* New York: Routledge.
- Claringbould, I. (2011). *Sport is geen kinderspel.* Nieuwegein: Arko Sports Media.
- Cleary, T., & Zimmerman, B. (2001). Self-regulation differences during athletic practice by experts, non-experts, and novices. *Journal of applied sport psychology, 13*, 185-206.
- Coalter, F. (2007). *A wider social role for sport: Who's keeping the score?* London: Routledge.
- Conroy, D., & Coatsworth, J. (2006). Coach training as a strategy to promote youth social development. *The sport psychologist, 20*, 126-144.
- Decroos, S., Ceux, T., Boen, F., De Backer, M., Vande Broek, G. (2012). *Current coach education programs fail to foster qualitative leadership in dutch youth sport teams.* Abstract 17th annual ECSS Congress, Bruges, Belgium, July 4-7 2012.
- Dukakis, K., London, R. A., McLaughlin, M., & Williamson, D. (2009, Oktober). Issue Brief: Positive Youth Development Indicators. *Positive Youth Development: Individual, Setting and System Level Indicators.* John W. Gardner Center.
- Elfing, M., Noordman, W., Luderus, A. & Jacobs, F. (2012). *Er is meer te winnen...* Theorieboek. Nijmegen: Kennispraktijk.
- Fraser-Thomas, J. L., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: an avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy, 10* (1), 19-40.
- Fraser-Thomas, J., & Côté, J. (2009). Understanding adolescents' positive and negative developmental experiences in sport. *The sport psychologist, 23*, 3-23.

- Gano-Overway, L., Newton, M., Magyar, T., Fry, M., Kim, M., & Guivernau, M. (2009). Influence of caring of youth sport contexts on efficacy-related beliefs and social behaviors. *Developmental psychology*, 329-340.
- Gestdottir, S., & Lerner, R. (2007). Intentional self-regulation and positive youth development in early adolescence: findings from the 4-H study of positive youth development. *Developmental psychology*, 43 (2), 508-521.
- Gould, D., Flett, R., & Lauer, L. (2012). The relationship between psychosocial developmental and the sports climate experienced by underserved youth. *Psychology of sport and exercise*, 13, 80-87.
- Guivernau, M. R., & Duda, J. L. (2002). Moral atmosphere and athletic aggressive tendencies in young soccer players. *Journal of moral education*, 31 (1), 67-85.
- Heuvel, M. van den, Sterkenburg, J. van & Bottenburg, M. van (2007). *Olympisch Plan 2028 - Uitwerking van de bouwsteen Sportwaarden*. W.J.H. Mulierinstituut in opdracht van NOC*NSF.
- Hilhorst, J.E.C., Steenbergen, B. & Theeboom, M. (2014). Review on sports and positive youth development: Three key psychosocial processes. Draft article, submitting Spring 2014.
- Hoekman, R. (2013). *Sportdeelname in Nederland 2006-2012*. Trends en actualiteit. Utrecht: Presentatie RSO platform 14 mei 2013.
- Holt, N. L. (2008). *Positive Youth Development through sport*. London/New York: Routledge.
- Holt, N. L., & Sehn, Z. L. (2008). Processes associated with positive youth development. In N. L. Holt (Ed.), *Positive youth development through sport* (pp. 24-33). New York: Routledge.
- Holt, N., Sehn, Z., Spence, J., Newton, A., & Ball, G. (2012). Physical education and sport programs at an inner city school: exploring possibilities for positive youth development. *Physical education and sport pedagogy*, 17 (1), 97-113.
- Horn, T., Bloom, P., Berglund, K., & Packard, S. (2011). Relationship between collegiate athletes' psychological characteristics and their preferences for different types of coaching behavior. *The sport psychologist*, 25, 190-211.
- Jacobs, F., Knoppers, A., & Webb, L. (2012). Making sense of teaching social and moral skills in physical education. *Physical education and sport pedagogy*, 1-14.
- Jessor, R. (1993). Successful adolescent development among youth in high-risk setting. *American Psychologist*, 117-126.
- Jonker, L., Elferink-Gemser, M., Toering, T., & Visscher, C. (2010). Academic performance and self-regulatory skills in elite youth soccer players. *Journal of sport sciences*, 1-10.
- Kavussanu, M. (2006). Motivational predictors of prosocial and antisocial behavior in football. *Journal of sport sciences*, 24 (6), 575-588.
- Kavussanu, M., Seal, A. R., & Phillips, D. R. (2006). Observed prosocial and antisocial behaviors in male soccer teams: age differences across adolescence and the role of motivational variables. *Journal of applied sport psychology*, 18 (4), 326-344.
- Keegan, R. Spray, C., Harwood, C., & Lavalley, D. (2010). The motivational atmosphere in youth sport: coach, parent, and peer influences on motivation in specializing sport. *Journal of applied sport psychology*, 22, 87-105.
- Kia-Keating, M., Dowdy, E., Morgan, M. L., & Noam, G. G. (2011). Protecting and Promoting: A Integrative Conceptual Model for Healthy Development of Adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 48, 220-228.
- Kim, T. E., Guerra, N. G., & Williams, K. R. (2008). Preventing Youth Problem Behaviors and Enhancing Physical Health by Promoting Core Competencies. *Journal of Adolescent Health*, 43, 401-407.
- Krebs, R. J. (2009). Bronfenbrenner's bioecological theory of human development and the process of development of sports talent. *International Journal of Sports Psychology*, 40 (1), 108-135.
- Lacy, A., & Goldston, P. (1990). Behavior analysis of male and female coaches in high school girls' basketball. *Journal of sport and behavior*, 13 (1), 29-39.

- Langan, E., Blake, C., & Lonsdale, C. (2013). Systematic review of the effectiveness of interpersonal coach education interventions on athlete outcomes. *The sport psychologist, 14*, 37-49.
- Legger, I. (2013). *Positief coachen binnen het judo?* Betekenisgeving door trainers. Eindhoven: Masterscriptie Fontys Sporthogeschool.
- Lerner, R. M. (2005). White paper prepared for workshop on the Science of Adolescent Health and Development, National Research Council. *Promoting Positive Youth Development: Theoretical and Empirical bases*. Washington, D.C.: National Academy of Sciences.
- MacDonald, D., Côté, J., & Deakin, J. (2010). The impact of informal coach training on the personal development of youth sport athletes. *International journal of sports science and coaching, 5* (3), 363-372.
- MacDonald, D., Côté, J., Eys, M., & Deakin, J. (2011). The role of enjoyment and motivational climate in relation to the personal development of team sport athletes. *The sport psychologist, 25*, 32-46.
- Martens, R. (2012). *Successful coaching. 4rd edition*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- McCarthy, P.J. & Jones, M.V. (2007). A qualitative study of sport enjoyment in the sampling years. *The sport psychologist, 21*, 400-416.
- Nelson, L., Cushion, C., & Potrac, P. (2006). Formal, nonformal and informal coach learning: a holistic conceptualisation. *International journal of sports science & coaching, 1* (3), 247-259.
- Phelps, E., Zimmerman, S., Warren, A., Jelicic, H., Eye, A. v., & Lerner, R. M. (2009). The structure and developmental course of Positive Youth Development (PYD) in early adolescence: Implications for theory and practice. *Journal of Applied Developmental Psychology, 30*, 571-584.
- Pleizier, J. (2003). *Het leerklimaat op de Nederlandse volleybalschool*. Verbeteren om uiteindelijk te kunnen winnen! Veenendaal: Afstudeerscriptie Universiteit Utrecht.
- Polak, J., Sawaneh, L. & Vos, G. De (2012). *Positive Coaching*. Den Haag: Bachelorscriptie Halo.
- Prochaska, J., DiClemente, C., & Norcross, J. (1992). In search of how people change: Applications to addictive behaviors. *American Psychologist, 47* (9), 1102-1114.
- Roth, J., Brooks-Gunn, J., Murray, L., & Foster, W. (1998). Promoting healthy adolescents: synthesis of youth development program evaluations. *Journal of Research on Adolescence, 8*, 423-459.
- Rutten, E., Dekovic, M., Stams, G., Schuengel, C., Hoeksma, J., & Biesta, J. (2008). On- and off-field antisocial and prosocial behavior in adolescent soccer players: A multilevel study. *Journal of Adolescence, 31*, 371-387.
- Rutten, E., Schuengel, C., Dirks, E., Stams, G., Biesta, G., & Hoeksma, J. (2011). Predictors of antisocial and prosocial behavior in an adolescent sports context. *Social development, 20* (2), 294-313.
- Scales, P. C., Benson, P. L., & Roehlkepartain, E. C. (2011). Adolescent Thriving: The Role of Sparks, Relationships, and Empowerment. *Journal of Youth Adolescence, 40*, 263-277.
- Smith, R., & Smoll, F. (1991). Behavioral research and intervention in youth sports. *Behavior therapy, 22*, 329-344.
- Smoll, F., & Smith, R. (2006). Conducting sport psychology training programs for coaches: Cognitive-behavioral principles and techniques. In J. Williams, *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (pp. 458-480). Boston: McGraw-Hill.
- Smoll, F.L., Smith, R.E. & Hunt, E. (1977). A system for the behavioral assessment of athletic coaches. *The Research Quarterly, 48* (2), 401-407.
- Smoll, F.L., Smith, R.E. & Curtis, B. (1978). Coaching behaviors in Little League baseball. In F.L. Smoll & R.E. Smith (Eds.), *Psychological perspectives in youth sport* (pp. 173-201). Champaign, IL: Human Kinetics.

- Stein, J., Bloom, G., & Sabiston, C. (2012). Influence of perceived and preferred coach feedback on young athletes' perceptions of team motivational climate. *Psychology of sport and exercise*, 13, 484-490.
- Stemkens, I. (2013). *Ervaren proceskwaliteit van jeugdvoetbaltrainers in Nijmegen*. Utrecht: Masterthesis Universiteit Utrecht.
- Strachan, L. (2008). *An ecological approach to examine positive youth development in competitive youth sport*. Kingston, Ontario: Queen's University.
- Sullivan, P., Paquette, K., Holt, N., & Bloom, G. (2012). The relation of coaching context and coach education of coaching efficacy and perceived leadership behaviors in youth sport. *The sport psychologist*, 26, 122-134.
- Van de Pol, P., Kavussanu, M., & Ring, C. (2012). Goal orientations, motivational climate, and motivational outcomes in football: a comparison between training and competition contexts. *Psychology of sport and exercise*, 13, 491-499.
- Vella, S., Oades, L., & Crowe, T. (2011). The role of the coach in facilitating positive youth development: moving from theory to practice. *Journal of applied sport psychology*, 23, 33-48.
- Weick, K. 1995. *Sense making in organizations*. London: Sage
- Weiss, M., Amorose, A., & Wilko, A. (2009). Coaching behaviors, motivational climate, and psychosocial outcomes among female adolescent athletes. *Pediatric Exercise Science*, 21, 475-492.
- Weiss, M. (1995). Children in sport: an educational model. In S. Murphy, *Sportpsychology interventions* (pp. 39-66). Champaign: Human Kinetics.
- Wilson, D., Gottredson, D., Cross, A., Rorie, M., & Conell, N. (2010). Youth development in after-school leisure activities. *Journal of early adolescence*, 30 (5), 668-690.

Inhoud bijlagenboek

1. Observatielijst CBAS
2. Observatielijst kenmerken trainer-kind interactie
3. Interviewleidraad trainer
4. Interviewleidraad jeugdsporters
5. Vragenlijst trainer
6. Vragenlijst jeugdsporter
7. Reflectie op het onderzoeksproces
8. Interbeoordelaarsbetrouwbaarheid van de twee observatielijsten
9. Koppeling van onderzoeksdoelen aan wijze van gegevensverzameling en - verwerking
10. Highlights per casus
11. Vier Masterscripties; voetbal (2x), taekwondo en judo
 - Inge Stemkens: Proceskwaliteit van Nijmeegse jeugdvoetbaltrainers
 - Jan Baaijens: Positief coachen bij voetbalvereniging Kloetinge
 - Mohamed Benziane: Positief coachen bij taekwondotrainers
 - Inez Legger: Positief coachen bij judotrainers
12. Onderzoeksagenda

U kunt het bijlagenboek downloaden via www.veilig sportklimaat.nl/tkionderzoek

Trainer-kind **INterACTIE**

Onderzoek naar het gedrag van trainer/coaches en de betekenis ervan voor de ontwikkeling van kinderen in de georganiseerde sport