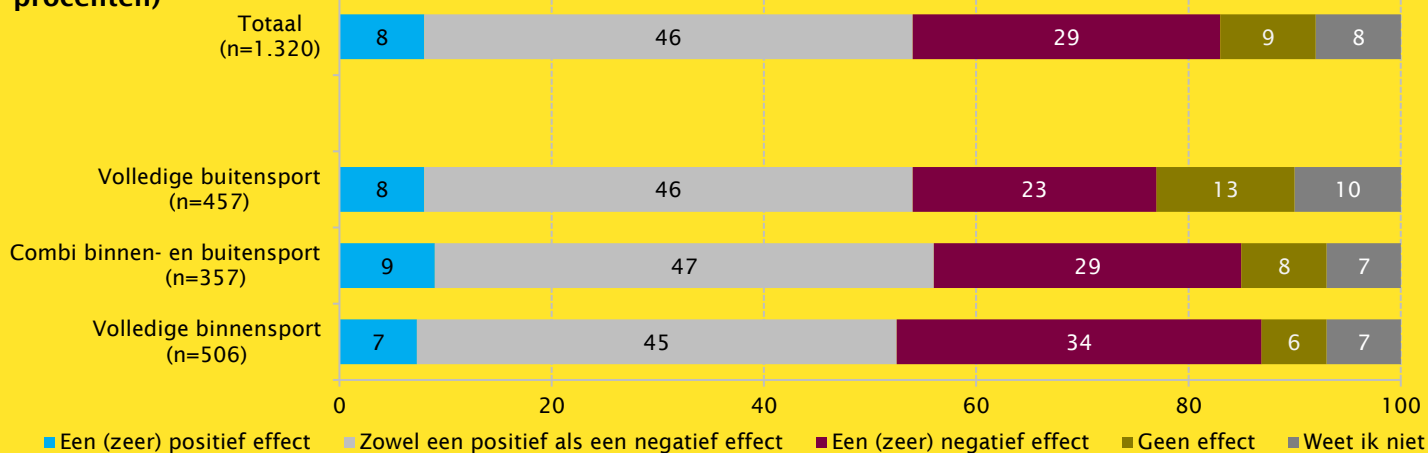


Gevolgen van de coronacrisis voor talentvolle sporters in Nederland

Factsheet 2021/21

Agnes van Suijlekom, Marit Dopheide & Lisanne Balk

Figuur 1 Ervaren invloed van de coronamaatregelen op de ontwikkeling van de sportcarrière van talentvolle sporters in Nederland gedurende het afgelopen jaar (juli 2020-juli 2021), naar type sport (in procenten)



Bron: Online vragenlijst talentvolle sporters in coronatijd via NOC*NSF, 2021, Mulier Instituut.

Inleiding

Als gevolg van de coronamaatregelen vonden (internationale) wedstrijden en competities voor talentvolle sporters vaak geen doorgang. Veel sporters die een binnensport beoefenen en niet trainen op een TeamNL-centrum, moesten noodgedwongen uitwijken naar een trainingsaccommodatie in de buitenlucht (Pulles et al., 2021). Om een beeld te krijgen van hoe talentvolle sporters hun sport tijdens de coronacrisis hebben ervaren, heeft het Mulier Instituut in samenwerking met NOC*NSF en met steun van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport een vragenlijst uitgezet onder sporters met een talentstatus. Daarin is gevraagd hoe zij de periode tussen juli 2020 en juli 2021 hebben beleefd. De vragenlijst is door 1.320 sporters ingevuld (zie respondentenprofiel). De belangrijkste resultaten hiervan worden in deze factsheet beschreven.

Invloed coronacrisis op sportcarrière

Bijna de helft van de talentvolle sporters ervaart zowel negatieve als positieve effecten van de coronacrisis op hun sportcarrière (46%, figuur 1). Ongeveer drie op de tien talentvolle sporters geven aan dat hun sportcarrière (zeer) negatief beïnvloed is door de coronacrisis (29%, figuur 1). Dit was vaker het geval bij sporters die een binnensport beoefenen (34%) dan bij sporters die een buitensport beoefenen (23%).

De sporters die fulltime op een TeamNL-centrum trainen ervaren minder vaak een (zeer) negatief effect op hun sportcarrière dan de sporters die daar niet of gedeeltelijk trainen. Ook de sporters die deel hebben kunnen nemen

aan wedstrijden ervaren minder vaak een negatief effect (20%) dan de sporters die geen wedstrijden hebben kunnen doen (36%). Er zijn geen verschillen in ervaren effecten op basis van leeftijd, geslacht en type status.

De meest genoemde reden voor het ervaren negatieve effect is het ontbreken van wedstrijden. Hierdoor hadden talentvolle sporters het gevoel dat zij zich niet konden bewijzen of ontwikkelen, of niet konden stijgen in de ranking van hun sport.

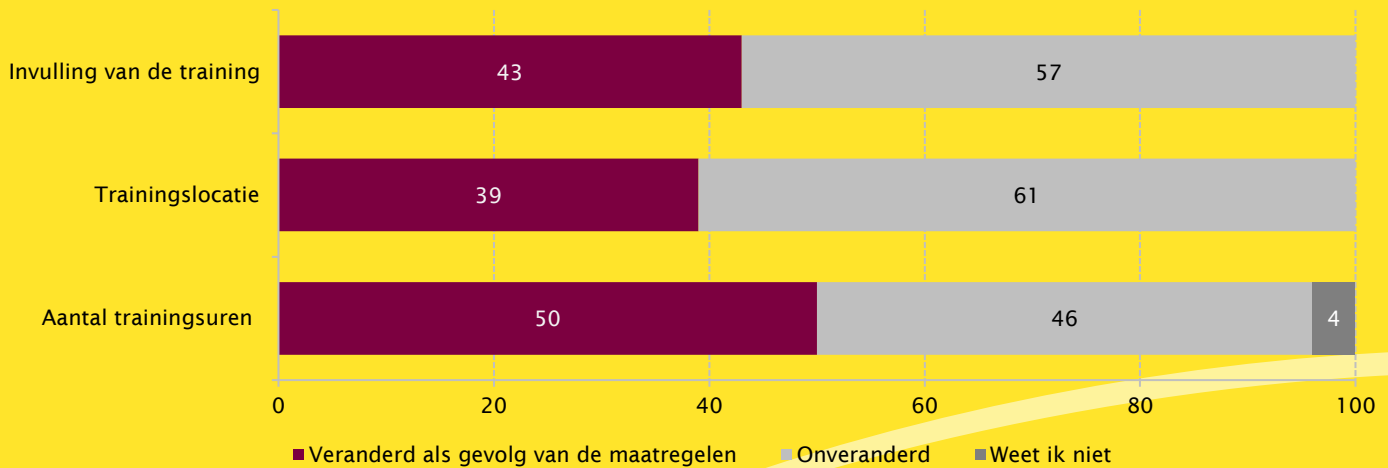
Meer dan de helft van de talentvolle sporters (56%) heeft tijdens de coronamaatregelen geen wedstrijden kunnen doen (niet in figuur). Een derde (32%) heeft deel kunnen nemen aan nationale wedstrijden en 18 procent heeft internationale wedstrijden kunnen doen. Overigens waren de wedstrijden in veel gevallen op één hand te tellen.

‘Het is belangrijk om je prestaties te kunnen laten zien om hoger op in de sport te kunnen komen. Door maar aan een enkele wedstrijd deel te kunnen nemen heb ik weinig mogelijkheden gehad om me te bewijzen en me te kunnen laten zien.’

(sporter met status Internationaal Talent)

Het ontbreken van wedstrijden, competities en (normale) trainingen zorgde bij een deel van de sporters voor eentonigheid, motivatieproblemen, (internationale) niveaueverschillen en een afname van conditie en/of kracht.

Figuur 2 Mate van verandering in trainingsinvulling, trainingsuren en trainingslocatie van talentvolle sporters tijdens de coronacrisis (in procenten, n=1.320)



Bron: Online vragenlijst talentvolle sporters in coronatijd via NOC*NSF, 2021, Mulier Instituut.

Een kleine groep (8%) heeft een (zeer) positief effect ervaren als gevolg van de coronacrisis (figuur 1). Voorbeelden van positieve effecten zijn meer tijd voor persoonlijke ontwikkeling, school of studie en/of meer ruimte om mentaal en/of fysiek uit te rusten. Daarnaast gaf een aantal sporters aan dat ze meer aanpassingsvermogen hebben ontwikkeld en/of zich zijn gaan realiseren hoeveel de sport voor hen betekent.

Verandering in invulling van trainingen

Bij ruim vier op de tien talentvolle sporters (43%) veranderde de invulling van de trainingen als gevolg van de coronamaatregelen (figuur 2). Bij de binnensporters was dit vaker het geval (50%) dan bij de buitensporters (40%). Voorbeelden zijn een andere verhouding tussen sportspecifieke training en krachttraining (24%) en het trainen in kleinere groepen (16%). Daarnaast heeft 8 procent door de aangepaste trainingen meer mentale rust ervaren en/of meer ruimte gehad voor persoonlijke ontwikkeling. Een andere veelgenoemde verandering in de trainingen is de invoering van online trainingen.

Verandering van trainingslocatie

Bijna 40 procent van de talentvolle sporters heeft als gevolg van de coronamaatregelen volledig (9%) of deels (30%) op een andere locatie getraind (figuur 2). Met name sporters die een binnensport beoefenen, traiden gedeeltelijk of volledig op een andere locatie (47%).

Veel sporters geven daarbij aan dat zij hun trainingen in de buitenlucht of thuis hebben uitgevoerd, aangezien binnensportlocaties voor veel sporters gesloten waren. Enkelen geven aan dat hun trainingslocaties regelmatig wisselden.

Verandering in aantal trainingsuren

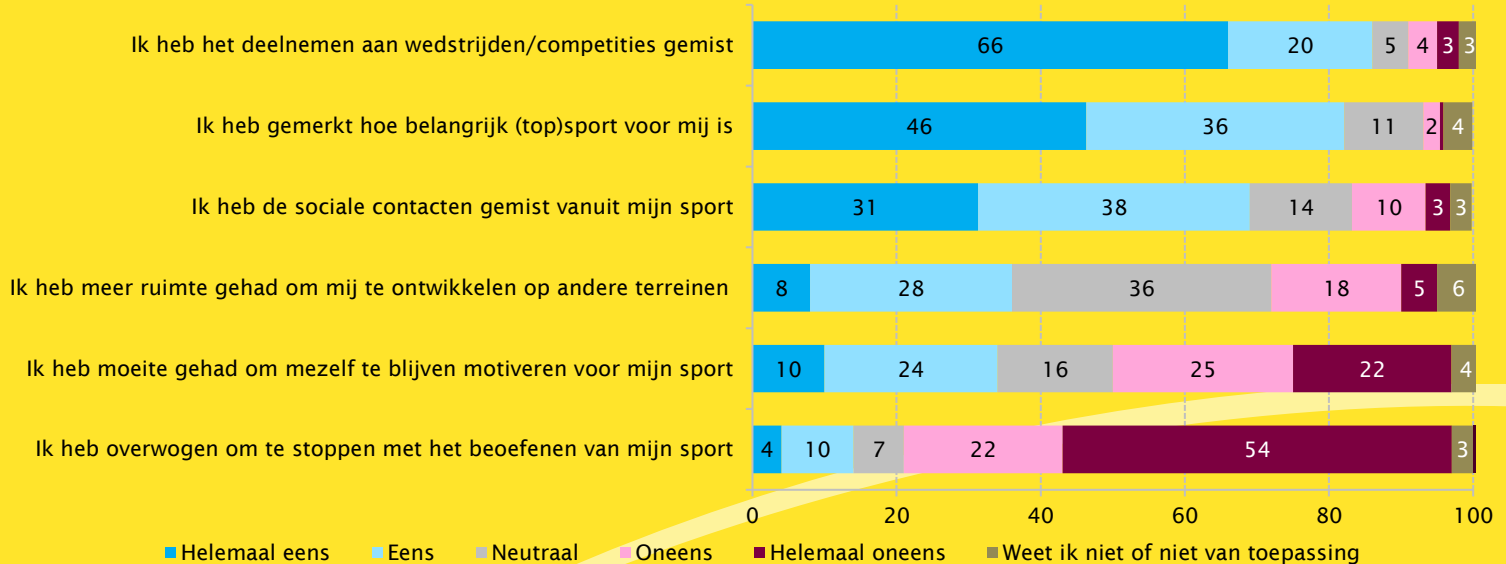
Bij de helft van de talentvolle sporters is het gemiddelde aantal trainingsuren veranderd gedurende de coronamaatregelen (figuur 2). Het merendeel is minder gaan trainen (40%); 10 procent is meer gaan trainen. Het gemiddelde aantal trainingsuren is vaker afgenomen bij binnensporters (53%) dan bij buitensporters (32%).

Sporters die minder zijn gaan trainen leverden gemiddeld 5,1 uren per week in gedurende de coronacrisis. Redenen hiervoor zijn met name veranderingen in trainingsmogelijkheden en een gebrek aan motivatie:

‘Omdat er geen wedstrijden zijn, miste ik de motivatie en had het ook geen zin om heel veel uren te maken.’
(sporter, status niet bekend)

De sporters die meer zijn gaan trainen, traiden gemiddeld 4,7 uren per week extra. Een van de redenen om meer te trainen was het ontbreken van wedstrijden, die werden vervangen door trainingsuren.

Figuur 3 Stellingen over de invloed van de coronacrisis gedurende het afgelopen jaar (juli 2020-juli 2021), volgens talentvolle sporters (in procenten, n=1.320)



Bron: Online vragenlijst talentvolle sporters in coronatijd via NOC*NSF, 2021, Mulier Instituut.

Gemis van wedstrijden en sociale contacten was groot

Veruit het grootste deel van de talentvolle sporters (86%) geeft aan het deelnemen aan wedstrijden/competities te hebben gemist (figuur 3). Ook heeft het merendeel (69%) de sociale contacten vanuit de sport gemist. Sporters geven aan dat zij tijdens de lockdown veel online contact met trainingpartners hadden, maar dat dit het fysieke contact niet kan evenaren. Ook de sociale contacten vanuit wedstrijden werden gemist:

‘De sociale contacten tijdens wedstrijden heb ik enorm gemist. Van die contacten krijg je energie en het motiveert mij nog meer om beter te presteren.’
(sporter met Beloftestatus)

Verdeeldheid in motivatie

Een derde (34%) van de talentvolle sporters geeft aan (veel) moeite te hebben (gehad) om gemotiveerd te blijven (figuur 3). De oudere sporters hebben hier meer moeite mee gehad dan de jongere. Eén op de zeven talentvolle sporters heeft zelfs overwogen om te stoppen met zijn of haar sport. De sporters vanaf 18 jaar hebben dit gemiddeld vaker overwogen (20%). Tegelijkertijd hebben veel sporters beseft dat zij dankbaar zijn voor de manier waarop zij normaliter hun sport kunnen uitoefenen: als een gezonde sporter.

De meerderheid van de talentvolle sporters (82%, figuur 3) heeft gedurende de coronacrisis gemerkt hoe belangrijk (top)sport voor hen is.

Ondersteuning

Twee derde van de sporters (66%) heeft aangegeven geen behoefte te hebben (gehad) aan (extra) ondersteuning door de coronacrisis. Voor 15 procent van de talentvolle sporters is of was (extra) ondersteuning wel wenselijk. Een aantal sporters geeft aan dat hun situatie nu weer als vanouds is en dat ze daardoor nu geen (extra) ondersteuning wensen, maar bepaalde ondersteuning wel hebben gemist tijdens de lockdown. Met name de materiële voorzieningen, trainingslocaties (dicht bij huis), financiële ondersteuning en sportspecifieke begeleiding werden tijdens de lockdown gemist. Er zijn sporters die aangeven als gevolg van de coronacrisis nog steeds (extra) ondersteuning te wensen, bijvoorbeeld mentaal:

‘Mentale begeleiding om weer in het oude wedstrijdritme te komen. Opeens weer op topsportniveau aan wedstrijden deel te nemen na ruim een half jaar geen enkele wedstrijd is behoorlijk pittig.’
(sporter met Beloftestatus)

Conclusie

De mate waarin de coronacrisis en de bijbehorende maatregelen invloed hebben (gehad) op talentvolle sporters hangt af van verschillende factoren. Hierbij valt te denken aan de trainings- en wedstrijdmogelijkheden per sport en niveau, de manier waarop sporters begeleid en ondersteund werden en de omgeving waarin zij zich bevonden.

Wat duidelijk naar voren komt is dat er als gevolg van de coronamaatregelen verschillen zijn tussen de sporters die een binnensport beoefenen en de sporters die een buitensport beoefenen. Sporters die binnen sporten hebben vaker een andere trainingsinvulling, een andere trainingslocatie en een verminderd aantal trainingsuren gehad dan de buitensporters. De talentvolle binnensporters ervaren vaker een negatief effect van de coronamaatregelen op de ontwikkeling van hun sportieve carrière. Dit is ook het geval voor sporters die niet fulltime op een TeamNL-centrum trainen. Hierdoor hebben veel sporters moeite gehad zich te blijven motiveren en heeft een deel van de sporters zelfs overwogen om te stoppen met zijn of haar sport.

Sinds de versoepelingen van mei 2021 trainen veel talentvolle sporters weer als vanouds en zijn de wedstrijden en competities hervat, waarmee de grootste ervaren nadelen voor de meeste sporters zijn weggenomen. Toch is er nog steeds een groep sporters die baat denkt te hebben bij passende (mentale) ondersteuning om weer terug te komen in het oude ritme.

Belangrijk om te vermelden is dat de coronamaatregelen voor sommige sporters (deels) positieve effecten hebben gehad. Zo hebben sommige sporters meer ruimte gehad om zich (persoonlijk) te ontwikkelen en hebben veel talentvolle sporters ingezien hoe belangrijk de sport eigenlijk voor hen is. De langetermijngevolgen van de coronamaatregelen op de talentvolle sporters zijn nog onduidelijk, maar het is belangrijk om aandacht te blijven houden voor deze groep jonge sporters. Inzichten uit dit onderzoek kunnen bijdragen aan het optimaliseren van opleidingsprogramma's voor deze groep sporters. Zij zijn immers de toekomstige wereldtoppers.

Respondentenprofiel

De 1.320 talentvolle sporters, waarvan 652 man en 664 vrouw zijn, hebben een gemiddelde leeftijd van 17 jaar en vallen onder 42 verschillende sportbonden. Drie kwart van de sporters (74%) beoefent een olympische discipline, bijna een kwart (24%) een niet-olympische discipline en de overige sporters (2%) een paralympische discipline. De meerderheid van de sporters heeft een Beloftestatus (43%), gevolgd door een NT-status (Nationaal Talent, 25%) en een IT-status (Internationaal Talent, 12%). 17 procent van de sporters weet niet welke status hij of zij heeft en 3 procent heeft (nog) geen talentstatus. 20 procent van de sporters traint deels (12%) of fulltime (8%) op een van de TeamNL-centra. Een ruime meerderheid van de sporters zit momenteel op school of volgt een studie (93%). De meeste daarvan zitten op de middelbare school.

Bronnen

Pulles, I., Van Eldert, P., Nafzger, P., & Van der Poel, H. (Reds.) (2021). *Monitor Sport en corona III. De gevolgen van de coronamaatregelen voor de sportsector*. Mulier Instituut.