

Interactie tussen *trainer en kind* nader bekeken



Hoe creëer je als trainer/coach
een sociaal veilig, stimulerend en
ontwikkelingsgericht sportklimaat?

Samen
naar een veiliger
sportklimaat

Colofon

Titel

Interactie tussen trainer en kind nader bekeken.

In dit document zijn de resultaten van het onderzoek Trainer-kind InterACTIE verkort weergegeven. Download het volledige rapport op:

www.veiligsportklimaat.nl/tkionderzoek

Auteurs

Jarno Hilhorst, Johan Steenbergen & Nicolette Schipper - van Veldhoven



Eindredactie

Ellen Kremers (Taallandschap)

Vormgeving

Peter van der Steege, Fitbrand

Uitgave

BlackBoxPublishers

Oprachtgever

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

Met actieve medewerking van

Frank Jacobs, Ruud Hekker, Inge Stemkens, Jorg Radstake, Chris Smerecnik, Mar Schuringa, Janine Pleizier, Marc Theeboom, 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

Interactie tussen *trainer en kind* **nader bekeken**

*Hoe creëer je als trainer/coach een sociaal veilig,
stimulerend en ontwikkelingsgericht sportklimaat?*

Inhoudsopgave

Inleiding	6
Leeswijzer	9
1. Kader van het onderzoek	10
1.1 Belangrijke uitgangspunten	10
1.2 Ontwikkeling van kinderen staat centraal	11
1.3 Onderzoeksopzet	15
2. Kenmerken van de sportverenigingen, trainers en jeugdsporters	19
2.1 De 24 sportverenigingen	19
2.2 De 37 trainers	20
2.3 De 392 jeugdsporters	22
3. Wat zien we de trainer doen?	25
3.1 Welk type gedrag zien we hoe vaak?	25
3.2 Gedrag van trainers gezien door de trainers en jeugdsporters	28
3.3 Concluderend	34
4. Wat betekent het gedrag nu eigenlijk?	35
4.1 Wat zijn de meest voorkomende gedrag-betekeniscombinaties?	35
4.2 Vergelijking tussen wat trainers doen en wat trainers zeggen dat ze doen	37
4.3 Vergelijking tussen hoe trainers hun gedrag ervaren en hoe jeugdsporters dit gedrag ervaren	39
4.4 Concluderend	40

5. Zes succesfactoren nader uitgewerkt	41
5.1 Focus op plezier beleven en leren	41
5.2 Leren via competentiebeleving, zelfvertrouwen en inzet	42
5.3 Aanleren van sportieve vaardigheden	43
5.4 Inzet en structuur als voorwaarden voor ontwikkeling	43
5.5 Toenemende mate van regie bij de jeugdsporter zelf	44
5.6 Sociaal groepsklimaat voor optimale ontwikkeling van alle jeugdsporters	45
5.7 Wenselijk gedrag van trainers, zes succesfactoren en bewaken van de balans	46
6. Conclusies en aanbevelingen	49
6.1 Conclusies	49
6.2 Aanbevelingen	51

Inleiding

Sport is vandaag de dag niet meer weg te denken uit onze samenleving en wordt, naast gezin en school, vaak aangemerkt als het derde opvoedingsmilieu.

Sport kan op verschillende manieren invloed hebben op het sociaal gedrag, de zelfwaardering en het welbevinden van jeugdsporters. Hoe deze invloed er precies uitziet, hangt af van uiteenlopende factoren zoals type sport, niveau, verenigingsachtergrond en frequentie van deelname. De belangrijkste beïnvloedende factor is daarbij de trainer/coach.¹

De manier waarop trainers omgaan met kinderen in de sport is bepalend voor de effecten van sportdeelname op kinderen.² Het is die relatie tussen trainer en jeugdsporter waarop het onderzoek 'Trainer-kind INterACTIE' zich heeft gericht. In het sportseizoen 2012/2013 zijn 37 jeugdtrainers en hun sportgroepen gevolgd via onder andere video- en geluidsopnames, observaties, interviews en vragenlijsten. Dit leverde veel informatie op over hoe trainers/coaches een sportklimaat realiseren dat optimaal gericht is op de ontwikkeling van kinderen.

Het onderzoek Trainer-kind INterACTIE is uitgevoerd voor het actieplan '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 biedt concrete handvatten voor de rol van de trainer/coach in het bevorderen van een veiliger sportklimaat. Binnen het programma VSK krijgen uitkomsten van dit onderzoek

¹ Qua formulering gebruiken we voor de leesbaarheid in dit rapport in de hoofdstukken hierna de term trainer. Maar 'trainer' kan bijvoorbeeld ook worden gelezen als coach, (bege)leider, docent of instructeur.

² Met 'kinderen' worden in dit rapport jongeren t/m 18 jaar bedoeld.

hun weerslag in de opleidingen voor opleiders en in het bijscholingsaanbod voor trainers/coaches.

Daarnaast worden de uitkomsten gekoppeld aan de Kwalificatiestructuur Sport (KSS). Om de uitkomsten een vaste plek te geven binnen sportkaderopleidingen.





Leeswijzer

Deze publicatie bestaat uit zes hoofdstukken.

- **Hoofdstuk 1** laat zien welke uitgangspunten ten grondslag liggen aan dit onderzoek en hoe het onderzoek is uitgevoerd. Bij hoeveel verenigingen is het onderzoek uitgevoerd, onder hoeveel trainers en jeugdsporters?
- **Hoofdstuk 2** gaat over de kenmerken van de sportverenigingen, trainers en jeugdsporters. We krijgen hiermee zicht op de context en omvang van het onderzoek.
- Nadat in hoofdstuk 1 en 2 de contouren van het onderzoek zijn geschetst, geeft **Hoofdstuk 3** weer welke gedragingen we van de trainer zien en ook welke betekenissen de trainers en de jeugdsporters aan dit gedrag geven.
- In **Hoofdstuk 4** gaan we kijken welke combinaties tussen gedrag en toegekende betekenissen door trainers en jeugdsporters het vaakst voorkomen. De combinaties, zoals we die maken in Hoofdstuk 4, vormen een mooi vertrekpunt om te bepalen welke zes succesfactoren in de interactie tussen trainer en kind bepalend zijn voor de ontwikkeling van jeugdsporters.
- In **Hoofdstuk 5** worden deze zes succesfactoren beschreven.
- **Hoofdstuk 6** sluit af met de belangrijkste conclusies en een aantal aanbevelingen.

1 Kader van het onderzoek

Op welke manier is dit onderzoek uitgevoerd? Wat zijn de theoretische uitgangspunten en hoe ziet de onderzoeksopzet eruit? Dit hoofdstuk gaat daarop in en beschrijft ook de manier waarop alle onderzoeksgegevens zijn verzameld.

1.1 Belangrijke uitgangspunten

Door sportonderzoek wordt steeds meer bekend over de positieve effecten van sportdeelname op de ontwikkeling van kinderen.³ Denk aan sociaal gedrag, zelfwaardering en intrinsieke motivatie. Sport heeft veel potentie, maar het is zeker niet vanzelfsprekend dat meedoen aan sport altijd positieve effecten heeft. Dit hangt af van veel factoren, zoals de begeleiding, het morele klimaat en de sfeer binnen een sportvereniging en de energie die het bestuur steekt in het bevorderen van bijvoorbeeld sportiviteit en respect. Iedereen is het er eigenlijk wel over eens dat sport positieve



³ In deze publieksversie staan geen verwijzingen naar gebruikte bronnen. Een uitgebreide literatuurlijst is te vinden in de rapportage (zie de volgende noot).

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."

effecten kan hebben. Maar het is interessant om te kijken onder welke omstandigheden deze positieve effecten optreden en welke succesfactoren hierin precies een rol spelen. Daarover is nog relatief weinig bekend. Wat we wel weten is dat de manier waarop trainers omgaan met hun jeugdsporters cruciaal is voor de ontwikkeling van de jeugdsporters.

Het onderzoek Trainer-Kind INTERACTIE, waarvan deze publicatie de publieksversie is, richt zich (dan ook) nadrukkelijk op de relatie tussen trainers en jeugdsporters.⁴

1.2 Ontwikkeling van kinderen staat centraal

Dit onderzoek heeft een pedagogisch accent, omdat de ontwikkeling van kinderen centraal staat. In plaats van het begrip 'pedagogisch' worden hier de termen 'ontwikkeling' en 'ontwikkelingsgericht' gebruikt. Over deze termen zijn veel studies verschenen. In dit onderzoek is aangesloten bij de theorie van Positive Youth Development (PYD).

De uitgangspunten van PYD sluiten naadloos aan op de ambitie van 'Naar een Veilig Sportklimaat' (VSK), namelijk het stimuleren van gewenst gedrag en het tegengaan van ongewenst gedrag in de sport door het creëren van een sportomgeving die de ontwikkeling van kinderen stimuleert.

Binnen PYD worden acht kenmerken genoemd die kunnen bijdragen aan een ontwikkelingsgerichte omgeving voor kinderen. Anders gezegd, als de sportomgeving voldoet aan dergelijke kenmerken dan is het waarschijnlijker dat kinderen zich sneller en beter ontwikkelen (zie kader hierna).

⁴ Hilhorst, J., Schipper van Veldhoven, N., Jacobs, F., Theeboom, M. & Steenbergen, J. (2014). Trainer-kind INTERACTIE: Onderzoek naar het gedrag van trainer/coaches en de betekenis ervan voor de ontwikkeling van kinderen in de georganiseerde sport.

Acht belangrijke kenmerken voor een ontwikkelingsgerichte sportomgeving

1. Fysieke en psychische veiligheid

Een positieve interactie tussen sporters wordt gestimuleerd en negatieve gedragingen worden tegengegaan.

2. Passende structuur

Er zijn duidelijke regels en de wederzijdse verwachtingen zijn helder. Ook zijn er duidelijke grenzen van wat wel en niet mag of wat wel en niet is toegestaan.

3. Ondersteunende relaties

Warmte, verbondheid, zorgzame omgang en aanmoediging kenmerken de manier waarop met elkaar wordt omgegaan.

4. Mogelijkheden om ergens bij te horen

Ongeacht achtergrond of niveau krijgen kinderen de mogelijkheden om bij een groep te horen en daar hun identiteit aan te ontleen.

5. Positieve sociale normen

Er zijn heldere gedragsregels en de kinderen zijn bekend met de cultuur van de betreffende sport inclusief morele normen en de manieren van participeren.

6. Zelfeffectiviteit

Kinderen worden in staat gesteld om de regie te nemen over keuzes in hun leven en zelfstandigheid wordt gestimuleerd. Dit betekent bijvoorbeeld dat sportieve doelen worden gekoppeld aan verbetering of progressie in plaats van algemene prestatieniveaus waar kinderen aan moeten voldoen.

7. Competentieontwikkeling

Naast mogelijkheden om zich in een sport te bekwamen, krijgen kinderen kansen om zich te ontwikkelen op intellectueel, emotioneel, sociaal en fysiek terrein.

8. Koppeling van opvoedingsmilieus

De manier waarop kinderen worden ondersteund in hun ontwikkeling thuis, op school, op straat en in de sport sluit goed op elkaar aan.

Experts: "Leg niet te veel nadruk op winnen, maar richt je op het proces van ontwikkelen en leren! Winnen (en verliezen) hoort bij de sport, maar moet een afgeleide zijn van leren en ontwikkelen. Het accent moet niet liggen op winnen of kampioen worden, maar op het proces (leren, plezier, ontwikkelen, groei)."

Ontwikkelingsgericht trainen en coachen

Om de ontwikkeling van jeugdsporters te stimuleren, zijn er trainers nodig die aanmoedigen, voorleven en genegenheid bieden aan kinderen. De rol van trainers in het creëren van een ontwikkelingsgerichte omgeving is niet te onderschatten. Aan de hand van de acht kenmerken voor een ontwikkelingsgerichte sportomgeving kunnen er voor de trainer een aantal handvatten worden gegeven om ontwikkelingsgericht te trainen en coachen. Denk hierbij aan bieden van voldoende uitdaging, stimuleren van zelfstandigheid, benadrukken van respectvolle omgang, aanmoedigen en toezien op afspraken.

Door meer zicht te krijgen op wat ontwikkelingsgericht trainen/coachen inhoudt en welke succesfactoren daarmee in gang worden gezet bij jeugdsporters, kunnen bijvoorbeeld de interventies van VSK en opleidingen van bonden nog meer onderbouwing en inhoud krijgen. Hierdoor kan nog gericht(er) worden ingezet op de ontwikkeling van jeugdsporters via de trainers.

De ontwikkeling van jeugdsporters wordt vooral bepaald door de interactie tussen de trainer en de jeugdsporter. In het volgende schema staat hoe deze interactie eruit kan zien.

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).

Uit het schema blijkt dus niet alleen 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. Door in dit onderzoek zicht te krijgen op de betekenissen van het gedrag van trainers in relatie tot de ontwikkeling van jeugdsporters, zijn ook de resultaten over frequenties van typen trainersgedrag



te begrijpen. Het is niet ondenkbaar dat vanuit het gedrag van de trainers en de daaraan toegekende betekenissen ook bepaalde succesfactoren zijn te herkennen. Inzichten in deze succesfactoren kunnen bijdragen aan het creëren van een sportomgeving waarbinnen de ontwikkeling van jeugdsporters centraal staat.

De volgende uitgangspunten zijn leidend in dit onderzoek:

- 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 de sportomgeving de

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

trainer de meest belangrijke beïnvloedende factor op de ontwikkeling van jeugdsporters.

- Het gedrag van de trainer bij trainingen en wedstrijden is bepalend voor wat jeugdsporters ervaren en leren en vormt als zodanig het uitgangspunt in de interactie tussen trainers en jeugdsporters.
- Er wordt gekeken of er bepaalde succesfactoren zijn die in de interactie tussen trainers en jeugdsporters bijdragen aan de ontwikkeling van jeugdsporters.
- Indicatief wordt ingegaan op de rol van kenmerken van de sportomgeving, kenmerken van de jeugdsporters en kenmerken van de trainer op de ontwikkeling van kinderen

1.3 Onderzoeksopzet

Dit praktijkgerichte onderzoek is verdiepend en kwalitatief van aard en moet nieuwe inzichten opleveren over de manier waarop trainers en kinderen met elkaar omgaan in de sport en welke betekenis dit heeft voor de ontwikkeling van jeugdsporters. Het belangrijkste doel is bij te dragen aan het verhogen en beter benutten van de opvoedende waarde van sport. Deze bijdrage wordt geleverd door zicht te krijgen op succes- en faalfactoren van de manier waarop trainers in de relatie met kinderen een ontwikkelingsgericht jeugdsportklimaat realiseren.

De centrale vraag van dit onderzoek is:

Wat zijn succes- en faalfactoren van de manier waarop trainers/coaches omgaan met kinderen in relatie tot een ontwikkelingsgericht jeugdsportklimaat?

Meetmethoden

Er zijn per trainer en sportgroep meerdere meetmomenten bij zowel trainingen als wedstrijden uitgevoerd. Per trainer en jeugdsportgroep betekent dit het volgende:

- vier observaties bij twee trainingen en bij twee wedstrijden. De observaties zijn uitgevoerd met het zogenoemde Coaching Behavior Assessment System (CBAS); een formulier dat wordt ingevuld na iedere, met een camera, opgenomen training/wedstrijd. Geturfd wordt hoe vaak bepaalde typen coachgedrag worden vertoond door de trainer bij die training of wedstrijd;
- vier interviews met de trainer. De interviews vinden steeds plaats na een geobserveerde training of wedstrijd om te weten te komen hoe de trainers zelf hun gedrag ervaren;
- vier interviews met enkele jeugdsporters. De interviews vinden steeds plaats na een geobserveerde training of wedstrijd om te onderzoeken welke betekenissen de jeugdsporters geven aan de type gedragingen van de trainer;
- vragenlijst trainer. Dit is één ingevulde vragenlijst per trainer over kenmerken van de sportomgeving en de trainer zelf;
- vragenlijst jongeren. Dit is één ingevulde vragenlijst per jongere over kenmerken van de sportomgeving en vragen over de jongeren zelf;
- verslag van één wedstrijdbespreking gehouden door de trainer.

De observaties van het gedrag van de trainer zijn uitgevoerd met een video-opname. Van de interviews en de wedstrijdbespreking zijn geluidsopnamen gemaakt. Het veldwerk – verzamelen van gegevens bij jeugdtrainers en hun sportgroepen – is uitgevoerd door een grote groep vierdejaars hbo-studenten. Met drie opleidingen van verschillende hogescholen zijn afspraken gemaakt over de koppeling van groepen studenten (vijftien tot twintig per hogeschool) aan het onderzoek. In de afrondende fase van

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

de dataverzameling (april/mei 2013) zijn nog tien verdiepende expertinterviews gehouden over ontwikkelingsgericht trainen en coachen.

Analysekader

De analyses van het onderzoek zijn uitgevoerd vanuit een lijst met typen gedragingen van trainers (uit de observatielijst CBAS). De twaalf typen gedrag van trainers uit de CBAS vormen daarbij het startpunt voor de analyses. Eerst zal dit leiden tot een beschrijving van de typen gedrag van de trainer, en hoe vaak dit gedrag van trainers voorkomt. Vervolgens zijn verschillende gegevens aan elkaar gekoppeld en is gedrag in specifieke sportsituaties gekoppeld aan de betekenis van dat gedrag voor de ontwikkeling van jeugdsporters. Daarnaast wordt nagegaan welke succesfactoren mogelijk van toepassing zijn op de koppelingen tussen specifiek gedrag van trainers en de betekenis van dat gedrag.

Tot slot wordt bekeken welke rol kenmerken van de jeugdsporters zelf, kenmerken van de trainer en kenmerken van de sportomgeving spelen ⁵. In figuur 1 op pagina 18 is alles kort samengevat.

⁵ De rol van deze kenmerken is in dit verkorte verslag niet apart uitgewerkt, maar kunt u wel teruglezen in het volledige onderzoeksrapport.

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 1: Schematische weergave van analysestappen met gedrag van de trainer als startpunt

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."

2. Kenmerken van de sportverenigingen, trainers en jeugdsporters

Het onderzoek is uitgevoerd bij 24 sportverenigingen in Nederland. 37 jeugdtrainers en hun sportteam of sportgroep bij die verenigingen stonden centraal in het onderzoek. Bij 13 sportverenigingen zijn dus 2 trainers en teams onderzocht. In dit hoofdstuk gaan we in op enkele kenmerken van de sportverenigingen. We staan daarbij iets uitvoeriger stil bij de kenmerken van de trainers en de jeugdsporters.

2.1 De 24 sportverenigingen

Van de 24 sportverenigingen zijn er 7 een omni-sportvereniging; zij bieden meer dan één sporttak aan. 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% van de verenigingen liggen in stedelijk gebied, 22% in landelijk gebied en 14% is niet expliciet landelijk of stedelijk te noemen.



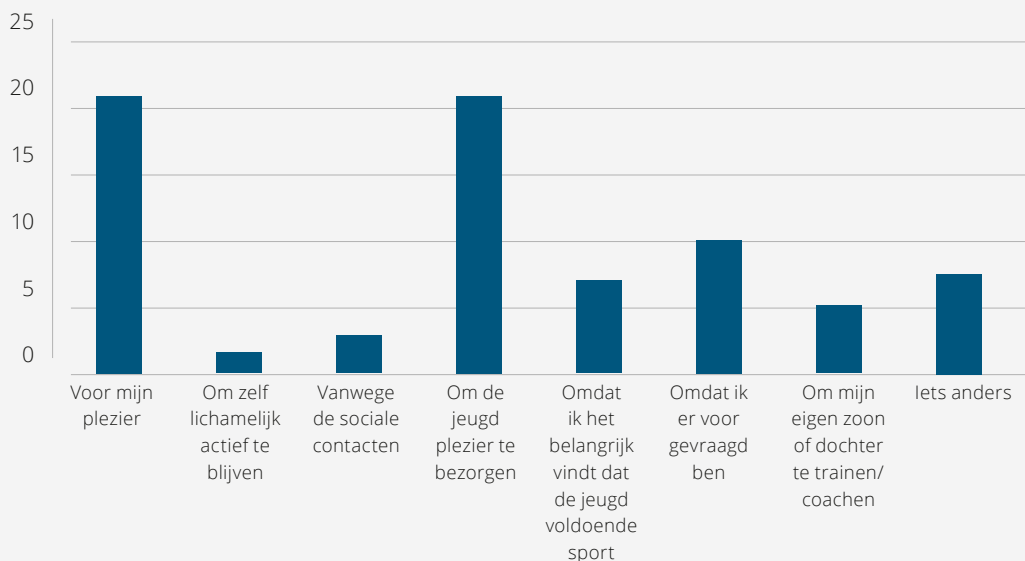
Geografische spreiding onderzoekslocaties

2.2 De 37 trainers

De gemiddelde leeftijd van de trainers is ongeveer 34 jaar; de jongste is 16 jaar oud en de oudste 72 jaar oud. 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 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 de vereniging. Voor de meesten (56%) is dit het eerste seizoen/jaar dat ze het huidige team trainen/coachen. Voor 22% is dit het tweede jaar, voor 11% het derde jaar en voor 11% het vierde jaar of langer met deze

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."

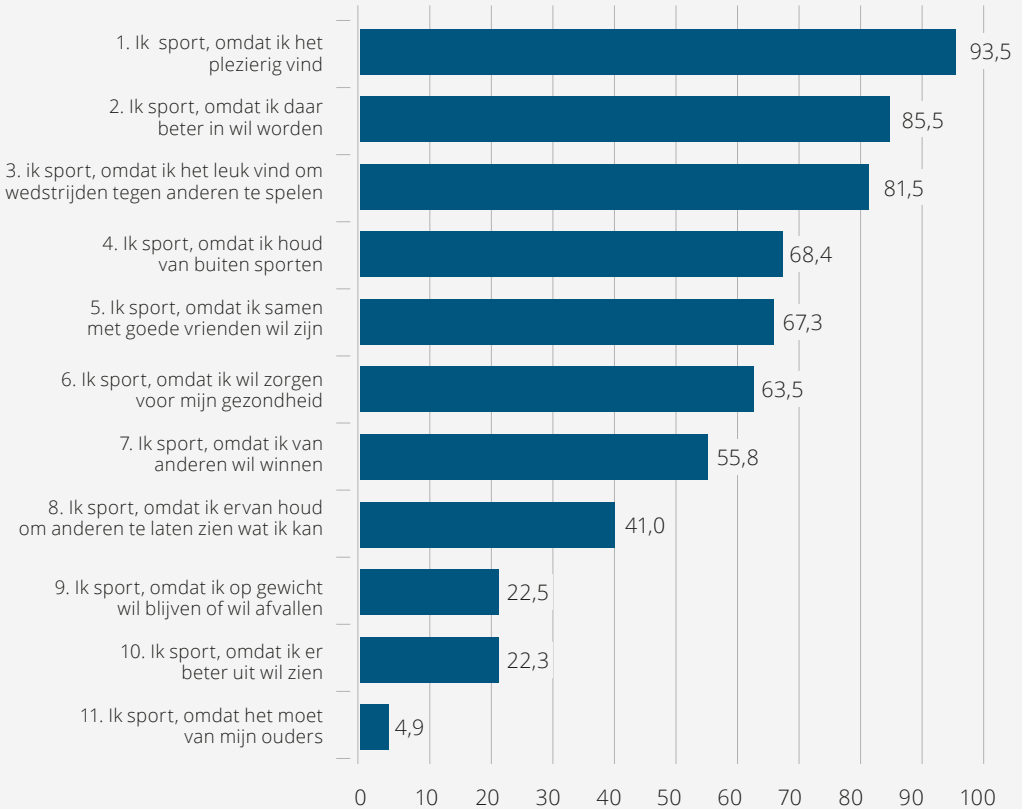
sportgroep. Ruim de helft van de trainers (57%) geeft aan dat ze geen sportopleiding of -cursus hebben afgerond. De andere 43% (16 trainers) heeft dat wel. 12 van hen noemen een bondsopleiding, 3 een onderwijsopleiding (Alo, Cios, Sportpsychologie) en 4 iets anders (sportmanagement). Vervolgens konden 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. Ook op de vraag wat de trainers willen bereiken met hun huidige groep sporters 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 de sporters plezier hebben (30x). Veel minder vaak gaat het om zelfvertrouwen te stimuleren (7x), wedstrijden winnen/ kampioen worden (5x) sportief en respectvol gedrag (3x) of voldoende beweging (1x).



Figuur 2: Welke redenen hebben trainers om een groep te trainen?

2.3 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.



Figuur 3: Percentage kinderen dat aangeeft om een bepaalde reden te sporten (meerdere antwoorden mogelijk)

Tweederde bestaat uit jongens en een derde zijn meiden. 12 van de 37 groepen bestaan uit kinderen van vooral 10-11 jaar oud. 13 groepen bestaan vooral uit kinderen van 15-17 jaar oud. 41% van de kinderen zit nog op de basisschool,

Experts: “Je moet goed kunnen omgaan met verschillen in achtergronden en in vaardigheden bij kinderen! Teams en groepen bestaan uit kinderen met een verschillende achtergrond en vaardigheidsniveau.”

19% volgt het vmbo, 18% doet havo, 14% vwo en 4% mbo. De jeugdsporters doen gemiddeld al ruim 6 jaar aan de betreffende sport en zijn gemiddeld iets minder dan 6 jaar lid van de vereniging. Dit varieert beide van 0 tot 14 jaar.

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

Aan de kinderen is ook gevraagd hoe zij denken over een aantal stellingen die gaan over sportiviteit en respect op het veld (tabel). Hoewel de trainers op alle onderdelen gemiddeld wat vaker voldoen aan de sociaal wenselijke houding zijn de

% 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 2: Percentage jeugdsporters en trainers dat het (helemaal) niet eens is met stellingen over sportiviteit en respect

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.

Met een aantal van 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, nadruk op prestatie of recreatie, sporttakken, teamsporten en individuele sporten, opleiding en trainerservaring.

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

3. Wat zien we de trainer doen?

In dit hoofdstuk beschrijven we het gedrag van de trainers. Dit doen we aan de hand van de gemiddelde resultaten van observaties en interviews rond 146 trainingen/wedstrijden van 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.



In paragraaf 3.1 worden de resultaten van de observaties neergezet. In paragraaf 3.2 staat wat in de interviews met de trainers en jeugdsporters hierover wordt gezegd.

3.1 Welk type gedrag zien we hoe vaak?

Welke type gedrag zien we van de trainers? Deze vraag wordt beantwoord aan de hand van de observaties die zijn uitgevoerd met het observatieformulier Coaching Behavior Assessment Scale (CBAS). Door het filmen van trainingen/wedstrijden is geturfd hoe vaak twaalf mogelijke type gedragingen van de trainer voorkomen (frequentie). De gemiddelde resultaten zijn weergegeven in tabel 3.

	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/overzicht/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 3: *Gemiddeld aantal keren dat een bepaald type gedrag voorkomt tijdens een training/wedstrijd*

De gemiddelden uit tabel 3 kunnen vervolgens ook worden opgeteld tot totalen voor de eerste 8 typen gedrag (reagerend gedrag: 1-8) en de laatste 4 typen, het zogenoemde spontaan gedrag (9-12).

Het kan immers relevant zijn dat trainers vooral reageren op het gedrag van jeugdsporters of dat zij vooral de interactie starten met jeugdsporters. Per type gedrag is ook bekeken waaruit dit gedrag precies bestaat. In tabel 4 staan de resultaten.

		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 %
	Subtotaal	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 %
	Bestraffing	5,1	2,6 %
	Een bestraffende, aan fout gerelateerde, technische instructie	2,7	1,4 %
	Het negeren van een fout	3,0	1,5 %
	Subtotaal	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 4: Gemiddeld aantal en percentage type gedragingen van trainers per training/wedstrijd

Er zijn gemiddeld dus ruim 191 vinkjes gezet per training/wedstrijd. Ruim 93 daarvan bestaan uit waargenomen reagerend gedrag en bijna 98 uit spontaan gedrag, dus zonder dat er een gewenste prestatie, fout of wangedrag van een speler aan voorafgaat. Iets minder dan de helft van het vertoonde gedrag is dus reagerend gedrag van de trainer op situaties tijdens de training of wedstrijd. Als specifieker

naar het reagerende gedrag wordt gekeken, dan wordt er iets minder vaak gereageerd na een fout (22,6%) dan na een gewenste prestatie (24%). Reacties op wangedrag komen zelden voor (2,2%).

3.2 Gedrag van trainers gezien door de trainers en jeugdspporters

In paragraaf 3.1 hebben we dus gekeken naar hoe vaak een bepaald type gedrag wordt waargenomen. Aan de hand van 292 interviews met zowel trainers als jeugdspporters is na afloop van 146 trainingen/wedstrijden ingegaan op de verschillende typen gedragingen. In deze paragraaf gaan we verder in op deze gedragingen. De vetgedrukte kopjes hierna komen overeen met de categorieën van de CBAS. Een aantal andere vormen van gedrag die niet onder de CBAS vallen, zijn cursief weergegeven (zie kader hierna).

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 gelukte 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>

*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."*

Hierna geven we kort aan wat binnen de verschillende categorieën kan worden geplaatst.

Gewenste prestaties belonen

De trainers geven aan dat ze het belangrijk vinden om positief te coachen en complimenten te geven aan hun spelers. De jeugdsporters lijken soms iets kritischer over hoe positief de trainer coacht, maar zowel de trainers als de jeugdsporters geven veel voorbeelden van positieve belonende reacties. Verschillende non-verbale belonende reacties van de trainers vinden vooral plaats tijdens wedstrijden en bij het scoren van een punt.

Gunnen van speeltijd

Het gedrag van trainers is regelmatig gericht op het wel of niet laten meespelen van spelers aan de wedstrijd. In dat verband wordt vooral het wisselen van spelers bij wedstrijden genoemd en het omgaan met ongewenst gedrag van spelers. Soms wordt wisselen toegepast als een soort straf. De trainer beschouwt dit zelf niet altijd als een straf, maar veel meer als afkoelingsperiode voor de speler die dan vervolgens een nieuwe kans krijgt.

Aanmoedigen na een fout

Trainers en jeugdsporters geven heel vaak dezelfde voorbeelden 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' of 'volgende keer beter'. Vaak reageren ze ook in de trant van dat het niet uitmaakt of een actie lukt of niet, 'als je het maar probeert'.

Aanwijzingen geven na een fout

Drie veel genoemde soorten aanwijzingen van de trainer die na een fout terugkomen, zijn gericht op bepaalde vaardigheden en lichaamshouding, de positie in het speelveld en de alertheid om te (re)ageren.

Bestrafen na een fout

Als trainers straffen uitdelen na een fout dan wordt hiermee duidelijk gemaakt dat ze niet tevreden zijn en vinden ze dat de speler duidelijk iets te verwijten valt bij de gemaakte fout. Het volume van de stem van de trainer lijkt nogal eens op te lopen en soms worden trainers boos of vallen ze uit. Het bestraffend optreden bestaat meestal uit het uitspreken van afkeuring, waarschuwen/dreigen, extra fysieke arbeid of tijdelijk niet mogen meedoen.

Waarschuwen, maar altijd een herkansing

Trainers hebben dus verschillende manieren van straffen tot hun beschikking en passen die ook regelmatig toe. 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 tien minuten. Trainers proberen zorgvuldig af te wegen wanneer ze wel en wanneer ze niet of licht straffen.

Bestrafen na wangedrag

Alle trainers zijn wel eens bezig om controle over een speler

Experts: Zoek de dialoog met jongeren – niet alleen maar zenden! Trainers zijn vaak geneigd om veel te praten en veel aanwijzingen te geven, vaak met de beste bedoelingen. Vaak wordt dan vergeten dat kinderen zelf ook een stem hebben en mee kunnen denken. Luister naar een kind, observeer wat het nodig heeft en zoek afstemming.”

of de spelersgroep te krijgen als reactie op wangedrag. Om die controle terug te krijgen, hoeft de trainer soms alleen maar even zelf stil te zijn of aan te geven dat een speler moet ophouden, bijvoorbeeld als een speler een teamgenoot of scheidsrechter uitscheldt. Soms kiezen trainers er voor om jeugdsporters niet direct aan te spreken, maar dat apart en individueel te doen. Ook worden voorbeelden genoemd waarbij een speler zwaar regeloverschrijdend gedrag vertoonde of een trainer het nodig achtte om andere spelers, tegenstanders of de scheidsrechter te beschermen tegen het wangedrag.

Soms even geen reactie

Hoewel trainers regelmatig reageren, kiezen zij er soms voor om juist niet te reageren. Vaak is dit een bewuste keuze bijvoorbeeld om de jeugdsporters die veel fouten achter elkaar maken gemotiveerd te houden of om ze zelf te laten nadenken over wat ze niet helemaal goed doen.

Kritisch na een gelukte actie en een compliment na een fout
Sommige kritische reacties en complimenten van trainers zien er op het eerste oog 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. Dit lijkt onlogisch. Daarom volgen hierna een aantal voorbeelden.

Een kritische reactie na een goede actie is bijvoorbeeld:

- Goed gedaan, maar het kan nog beter.
- Gelukte mooie actie, maar je hield je niet aan afspraken.

Daarnaast zijn er drie redenen voor trainers om een compliment te geven na een fout:

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

Spontane aanmoedigingen

Naast reagerend gedrag bestaat een groot deel van het gedrag 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 die vaak te maken hebben met medeleven en begrip tonen door de trainer. Het gaat dan om aspecten als fanatiek/enthousiast meebeleven, 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.

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 mondelinge uitleg en voor de start van een oefening is ook de leermethode plaatje-praatje-daad-je een keer genoemd waarbij de trainer de oefening voordoet of voor laat doen door een van de jeugdsporters.

Overige spontane aanwijzingen

Bij het neerzetten van de organisatie zijn al verschillende instructies genoemd. Toch zijn er nog andere spontane aanwijzingen of instructies die trainers geven. Hierbij ligt de nadruk op technische aanwijzingen aan een speler zonder dat er direct een goede actie of een fout van een speler aan voorafging. Meestal geven de trainers aanwijzingen door verbale instructie, maar vaak doen ze ook voor wat de gewenste actie inhoudt. Trainers maken regelmatig bewust het onderscheid tussen aanwijzingen gericht op de hele spelersgroep en aanwijzingen gericht op één speler.

Algemene communicatie

Er zijn ook nog verschillende vormen van communicatie door de trainer tijdens trainingen/wedstrijden die geen betrekking hebben op het spelen van de training/wedstrijd zelf. Zo

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

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 wedstrijd of training genoemd.

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. Trainers beschikken over een relatief groot repertoire aan bestraffingen. Veel trainers relateren het inzetten van beloningen en bestraffingen aan motivatie en inzet. Ze lijken zich er steeds van bewust te zijn dat ze moeten zoeken naar een goede balans tussen belonen en straffen.



Vragen stellen

Verschillende trainers stellen vragen aan hun jeugdsporters. Dit doen ze bijvoorbeeld door bij het begin van een training samen met hen terug te kijken 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 jeugdsporters zelf moeten uitspreken wat er verkeerd gaat. Ook gebeurt het dat de trainer wel een vraag stelt, maar vervolgens vooral zelf degene is die uitgebreid antwoord geeft.

Compliment of aanmoediging, gevolgd door een aanwijzing

Het gedrag van de trainer bestaat vaak uit verschillende uitingsvormen die tegelijk en/of direct achter elkaar worden gegeven. Eén specifieke combinatie lijken zowel trainers als kinderen het vaakst positief te waarderen, namelijk: het geven van een compliment of aanmoediging aan een speler, gevolgd door een concrete aanwijzing hoe het (nog) beter kan.

3.3 Concluderend

De beschrijvingen in paragraaf 3.2 leveren een rijk en divers beeld op van het gedrag van trainers in hun omgang met jeugdsporters. De veelheid aan typen gedragingen en de manier waarop trainers dit bij trainingen en wedstrijden vertonen duidt op de complexiteit van wat trainers doen in hun relatie met kinderen. Trainers lijken doorlopend afwegingen te maken of ze bijvoorbeeld zullen complimenteren, aanmoedigen, instrueren en of ze dit verbaal/nonverbaal en groepsgericht/individueel uitvoeren.

Specifieke technieken:

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

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.”

4. Wat betekent het gedrag nu eigenlijk?

Welke betekenissen geven trainers en jeugdsporters aan een bepaald type gedrag van de trainer? Hoe duiden trainers hun gedrag en komt wat ze zeggen in de interviews overeen met wat we zien tijdens de observaties? Als we een vergelijking maken tussen hoe de trainers hun eigen gedrag ervaren en hoe de jeugdsporters dit ervaren; zijn er dan verschillen of vooral overeenkomsten? Deze vragen staan centraal in dit hoofdstuk.

4.1 Wat zijn de meest voorkomende gedrag-betekeniscombinaties?

Welke betekenissen geven trainers en jeugdsporters aan bepaald type gedrag van de trainer? Hierna staat steeds cursief een bepaald type (geobserveerd) gedrag van de trainer met daarna in het vet welke directe betekenis voor de ontwikkeling van jeugdsporters dat gedrag heeft (volgens de trainers en jeugdsporters).

Complimenten

Het geven van complimenten wordt door de trainers en kinderen primair gekoppeld aan ‘Plezier’ en ‘Zelfvertrouwen’ voor de jeugdsporters.

Plezier

Vooraf jeugdsporters noemen heel concreet dat complimenten van trainers een goed gevoel geven. Het is leuk om te horen dat iemand het goed doet en jeugdsporters worden er heel blij van.

Zelfvertrouwen

Het geven van complimenten wordt ook direct gekoppeld aan zelfvertrouwen van de kinderen. Ze groeien er helemaal van en ervaren trots. Complimenten en

zelfvertrouwen gaan bijvoorbeeld ook over geloof in eigen kunnen.

Aanmoedigingen

Inzet/doorzettingsvermogen

Aanmoedigingen van trainers worden vooral in verband gebracht met de inzet van jeugdsporters. Dat de spelers hun best doen, door blijven zetten, fel zijn, ervoor gaan of meer specifiek door blijven springen (turnen) of door blijven rennen (korfbal).

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 zij aanvullende sportieve vaardigheden. Aanwijzingen geven de trainers vooral nadat iets niet (optimaal) lukte, maar regelmatig geven ze ook spontane aanwijzingen. 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.

Fout benoemen

Beter worden/leren

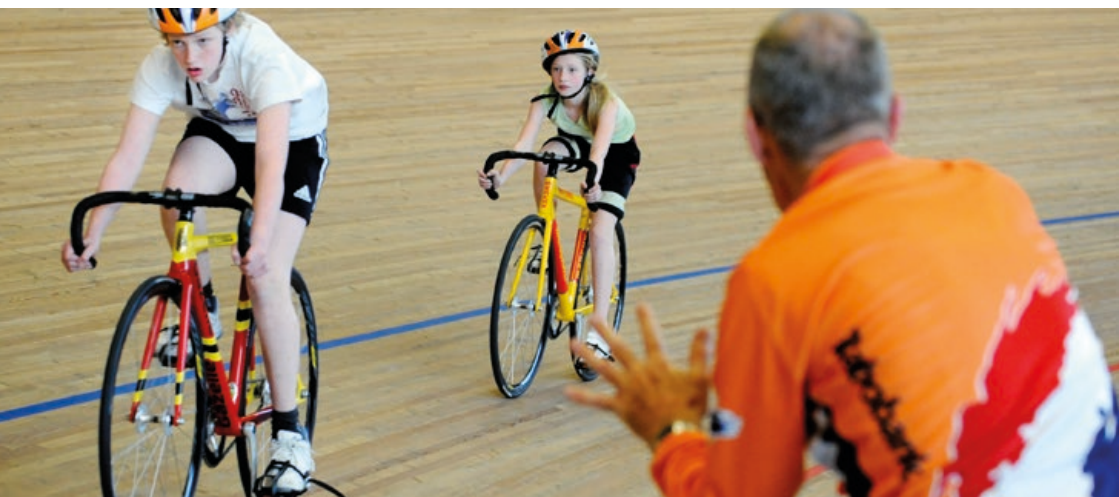
Het blijkt belangrijk te zijn dat fouten soms worden benoemd, zodat jeugdsporters daarvan kunnen leren. Soms weten de jeugdsporters zelf niet wat ze fout doen en dan vinden ze het prettig dat er iemand is die ze hiervan bewust maakt. Het lijkt er hier vooral om te gaan dat de trainer de jeugdsporters ervan bewust maakt als in hun ogen iets fout ging en ze zo laat 'nadenken over hun fout', waardoor ze iets leren.

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

Corrigeren op gedrag

Inzet

Bij corrigeren op gedrag gaat het erom 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 kinderen graag willen dat de trainer (nog) wat strenger is en het belang van discipline en gehoorzaamheid lijken te onderstrepen, vinden enkele andere kinderen in dezelfde sportgroep juist dat de trainer wel wat minder streng en serieus mag zijn en ook een geintje mag maken.



4.2 Vergelijking tussen wat trainers doen en wat trainers zeggen dat ze doen

Doen trainers ook wat ze zeggen dat ze doen? Wat de trainers doen, zien we in 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, maken we op uit de uitkomsten van de interviews, waarin trainers zijn bevraagd op de mogelijke typen gedragingen. Wat zien we?

Positief coachen

Een behoorlijk deel van de trainers onderkent in de interviews het belang van positief coachen. Dit blijkt echter niet direct uit hun scores op de verhouding tussen positieve belonende reacties na een gewenste prestatie en reacties na een fout (gemeten met observaties CBAS). Trainers reageren ongeveer even vaak op een goede prestatie als op een fout, terwijl de gesprekken suggereren dat de trainer vooral benadrukt wat goed gaat.

Orde houden

Trainers zijn niet heel vaak bezig met het sturen op orde houden. In de interviews is juist behoorlijk veel aandacht van de trainers voor orde houden. 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 scores.

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 uit de interviews met de trainers. 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, zodat jeugdsporters zelf gaan nadenken over de uitvoering van een actie.

Volgens de trainers komt het vooral voort uit fanatisme en betrokkenheid dat ze 'dan toch weer gaan staan' en 'het toch weer gaan voorzeggen'. Vragen stellen aan de jeugdsporters vinden trainers heel belangrijk, maar in de praktijk blijken ze dit best lastig te vinden.

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'. ... "

.4.3 Vergelijking tussen hoe trainers hun gedrag ervaren en hoe jeugdsporters dit gedrag ervaren

Hoe ervaren trainers hun gedrag en hoe ervaren de eigen jeugdsporters dit?

Trainers zijn soms meer gemotiveerd om te leren en presteren dan de jeugdsporters

Verschillende trainers lijken in hun eigen reflectie aan te geven dat ze soms meer willen dan de jeugdsporters. De jeugdsporters spreken niet zo duidelijk uit dat de trainers te veel zijn gericht op leren. Het komt nogal eens naar voren dat een deel van de jeugdsporters 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.

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

Het is niet eenvoudig 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 moest zijn. Regelmatig gaf een deel van de jeugdsporters aan dat het wel wat strenger en consequenter mocht, terwijl andere jeugdsporters in dezelfde groep aangaven dat de trainer wel wat minder streng mocht zijn of dat hij juist goed orde hield. Dit gaat ook op voor het aantal keren dat trainers reageren op acties van de jeugdsporters. Terwijl sommigen 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 jeugdsporters zien beiden dat het uitleggen misgaat

Er zijn enkele trainers bij wie het uitleggen van oefeningen moeizaam verloopt. Hiervan lijken zowel de trainers als de jeugdsporters zich bewust te zijn. Ze zijn zich er beiden van bewust dat de trainer moeite heeft met uitleggen. Hoewel ook de trainer zich hiervan bewust is en hij wel de sporttechni-

sche kennis bezit, lijkt de trainer toch niet de vaardigheden te hebben om die inzichten optimaal over te brengen op de jeugdsporters.

Trainers lijken het lastiger te vinden om kennis over te brengen aan jongere en recreatief ingestelde jeugdsporters.

4.4 Concluderend

Trainers laten dus verschillende typen gedrag zien. Daarbij zitten er geen grote verschillen tussen hoe trainers dit gedrag ervaren en hoe de jeugdsporters dit ervaren. Een verschil zien we vooral bij aansluiting op de hele groep, waardoor de individuele verschillen soms wat op de achtergrond raken. In de volgende hoofdstukken wordt hier nog iets uitgebreider op ingegaan.



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

5. Zes succesfactoren nader uitgewerkt

In Hoofdstuk 4 zijn de meest voorkomende combinaties tussen het gedrag van trainers en de betekenissen die kinderen hieraan geven opgesteld. Deze combinaties vormen een mooi vertrekpunt om te bepalen welke succesfactoren in de interactie tussen trainer en kind bepalend zijn voor de ontwikkeling van jeugdsporters. In de paragrafen 5.1 t/m 5.6 komen zes succesfactoren aan bod. Elke succesfactor sluit af met welk gedrag van trainers vanuit die succesfactor het meest wenselijk is voor ontwikkelingsgericht trainen/coachen.

5.1 Focus op plezier beleven en leren

Uit de interviews met de trainers en jeugdsporters blijkt dat het meest belangrijk in de onderlinge omgang is dat de kinderen plezier beleven en 'iets' leren. Plezier beleven en beter worden/leren waren ook de twee belangrijkste doelen van sporten. Als het de trainers lukt om via de interactie met de kinderen deze twee doelen te realiseren dan 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. Plezier en leren zijn met elkaar verbonden. Aan de ene kant kan plezier ervoor zorgen dat kinderen door blijven spelen en weer iets nieuws leren, aan de andere kant zorgt iets nieuws leren zelf ook voor plezier. Wel kan te veel focus op plezier ervoor zorgen dat de kinderen (te) weinig leren en te veel focus op leren dat kinderen (te) weinig plezier beleven. Positiviteit via complimenten lijkt hier wel te leiden tot plezier, maar niet direct 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 door de meesten gaat het bij presteren om het winnen van wedstrijden van tegenstanders. Bij een voetbalteam even 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.

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

- Complimenten geven
- Aanwijzingen geven

5.2 Leren via competentiebeleving, zelfvertrouwen en inzet

Als trainers complimenten geven, vergroten zij het zelfvertrouwen, de motivatie en de inzet bij jeugdsporters. Ze leveren hiermee een positieve bijdrage aan het leren van nieuwe sportieve vaardigheden. De jeugdsporters krijgen geloof in eigen kunnen en het vertrouwen in zichzelf om ook eens iets nieuws te proberen. Complimenten zorgen er ook voor dat de jeugdsporters niet bang zijn om te verliezen. Complimenten van de trainer spelen dus een cruciale rol in de motivatie en het zelfvertrouwen van de kinderen. Er is sprake van een positieve relatie tussen sportieve vaardigheid, zelfvertrouwen en motivatie. Daarnaast blijkt er een relatie te zijn tussen complimenten van trainers en inzet/doorzettingsvermogen van jeugdsporters. Daarbij zien we enerzijds dat complimenten volgen op inzet en anderzijds dat jeugdsporters zich door complimenten meer inzetten.

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

- Complimenten geven

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

5.3 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. Door het opvolgen van opdrachten van de trainer en door te ervaren wat goed gaat en wat niet goed gaat, kunnen kinderen hun sportieve vaardigheden verbeteren. Bij die opdrachten wordt verwacht dat de trainer kennis heeft over wat er goed gaat en nog niet zo goed gaat en dat die trainer er met het geven van informatie en aanwijzingen voor kan zorgen dat kinderen beter worden in hun sportieve vaardigheden. Bekrachtiging van het gewenste gedrag lijkt vooral te gebeuren door complimenten. Afkeuring blijkt uit het benoemen van fouten. Op zich lijkt het 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. Complimenten worden zelden te vaak gegeven.

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

- Uitleggen trainingsvormen
- Fouten benoemen (met enige terughoudendheid)
- Aanwijzingen geven
- Complimenten geven

5.4 Inzet en structuur als voorwaarden voor ontwikkeling

Een goede inzet van jeugdsporters en een heldere structuur aangebracht door de trainers zijn een belangrijke voorwaarde voor de ontwikkeling van de jeugdsporters. Hun inzet wordt gestimuleerd door aanmoedigingen van de trainer, correcties van gedrag en het uitleggen van trainingsvormen. Naast inzet gaat het er ook om dat de trainer de activiteiten en het gedrag van de jeugdsporters structureert. Structuur zorgt ervoor dat

het spel gespeeld wordt en aan de gang blijft/loopt. Dit is een voorwaarde om kinderen de gelegenheid te bieden om plezier aan het sporten te ervaren en om vaardigheden te leren. Beide zijn te beschouwen als noodzakelijke voorwaarden om uiteindelijk plezier te kunnen beleven en om iets te leren in de sport.

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

- Aanmoedigingen
- Corrigeren op gedrag
- Uitleggen trainingsvormen

5.5 Toenemende mate van regie bij de jeugdsporter zelf

Om te ontwikkelen in sport geven verschillende trainers aan dat het cruciaal is dat kinderen zich steeds meer bewust zijn van hun eigen sportieve vaardigheden. Dat ze de overtuiging en zelfregulerende vaardigheden hebben om met zelfgekozen doelen de eigen sportieve vaardigheden uit te bouwen. Vaak gaat het er dan om dat de jeugdsporters 'iets zelf ervaren en uitvinden', 'het zelf gaan zien' en 'er zelf over gaan nadenken'. Jeugdsporters worden zich dan bijvoorbeeld bewuster van de doelen van opdrachten en oefeningen en er wordt verwacht dat ze hier ook zelf bewust en met inzet aan kunnen werken. Bij voorkeur zet de trainer de kinderen zelf aan het nadenken door vragen te stellen en door soms even niets (voor) te zeggen. Verschillende uitspraken sluiten aan bij cyclische processen van zelfregulatie, waarbij een jeugdsporter zelf sportieve doelen stelt, die in trainingen en wedstrijden probeert te verwezenlijken, daarop reflecteert en doelen weer aanpast. 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.

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

Een aanverwant begrip is zelfcontrole dat misschien wel het meest belangrijke persoonskenmerk voor de positieve ontwikkeling van kinderen is. Bij zelfcontrole gaat het er niet alleen om te stimuleren dat kinderen in sport zich bewust zijn van het eigen handelen en zelfregulerende vaardigheden leren, maar ook dat trainers zorgen dat kinderen geloof en vertrouwen krijgen in hun eigen vaardigheden.

Hoewel een groot deel van de trainers het belangrijk vindt dat kinderen 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 de 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 het kind daarmee helpt zijn eigen doelen te stellen. Die individuele doelen zijn dan bij voorkeur gerelateerd aan het eigen vaardigheidsniveau van de jeugdsporter en gaan niet zozeer om de vergelijking met tegenstanders, het winnen van wedstrijden en competities. Voor één trainer die een grote groep kinderen begeleidt, blijkt het niet eenvoudig te zijn om in dialoog te gaan over individuele doelen en het realiseren daarvan, zonder orde en structuur te verliezen.

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

- Vragen stellen
- Geen reactie (feedback uitstellen)

5.6 Sociaal groepsklimaat voor optimale ontwikkeling van alle jeugdsporters

Heel belangrijk is een goede sfeer en onderlinge betrokkenheid tussen trainer en jeugdsporters en tussen jeugdsporters onderling. Alle jeugdsporters willen aandacht krijgen 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. Andere trainers richten zich vooral op gemotiveerde spelers die hun best willen doen om beter te worden en weer anderen hebben het over kinderen met een ontwikkelingsstoornis in een sportgroep die extra aandacht vragen. Ook waarderen kinderen inlevingsvermogen van de trainer zeer positief, in de zin van bijvoorbeeld begrip tonen, zich begrepen voelen en interesse tonen. Soms moet een sociaal groepsklimaat worden bewaakt door de trainer door streng te reageren en te zorgen voor een zekere discipline.

Hoewel sommige trainers het positief waarderen dat jeugdsporters elkaar onderling corrigeren en 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.

De trainer moet een strenge norm hanteren voor het zorgzaam omzien naar elkaar in de sportgroep, zodat alle kinderen in de groep zich positief kunnen ontwikkelen.

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

- Complimenten
- Aanmoedigingen
- Corrigeren op gedrag
- Vragen stellen

5.7 Wenselijk gedrag van trainers, zes succesfactoren en bewaken van de balans

Trainers hebben met hun gedrag en de zes succesfactoren een grote invloed op de ontwikkeling van jeugdsporters. In tabel 5 zijn de succesfactoren schematisch samengevat.

Wenselijk gedrag	Plezier en leren (1)	Competentie, zelfvertrouwen en inzet (2)	Aanleren vaardigheden (3)	Inzet en structuur (4)	Regie bij jeugdsporter (5)	Sociaal groepsklimaat (6)
Complimenten	✓	✓	✓			✓
Aanmoedigingen				✓		✓
Aanwijzingen	✓		✓			
Fouten benoemen			✓			
Corrigeren op gedrag				✓		✓
Uitleggen			✓	✓		
Vragen stellen					✓	✓
Geen reactie					✓	

Tabel 5: Wenselijk gedrag binnen zes succesfactoren

Het is wenselijk dat trainers die ontwikkelingsgericht willen trainen/coachen zich bewust zijn van de zes succesfactoren. Via de succesfactoren kan een trainer positief bijdragen aan de ontwikkeling van jeugdsporters. Belangrijk is dan ook dat trainers zich bewust zijn van hoe de zes succesfactoren werken en het repertoire aan gedragingen flexibel kunnen toepassen. Dit flexibel toepassen van verschillende gedragingen heeft ook betrekking op het voortdurend bewaken van een zekere balans, 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). Zo af en toe is het nodig voor optimaal plezier en leerrendement om streng toe te zien en soms is het goed om ruimte te bieden aan jeugdsporters om zelf activiteiten in te richten;

- veel of weinig instructies en feedback. Het is wenselijk om jeugdsporters actief te helpen en te sturen in hun leerproces, terwijl het soms ook wenselijk is om niet te reageren en hen zelf te laten ervaren en nadenken;
- bevestiging bieden of confronteren. Vaak is het goed om bevestiging te geven als jeugdsporters iets goed doen, maar soms kan het ook meer voor de hand liggen hen aan te spreken op wat beter kan. Het kan dan zinvol zijn om fouten te noemen, zodat ze zich bewust zijn van de situatie en zich in combinatie met concrete suggesties van de trainer kunnen verbeteren.
- groepsgericht of individueel. Het is goed om aanwijzingen of aanmoedigingen soms te richten op individuele jeugdsporters, terwijl het ook vaak goed is om juist gerichte aanwijzingen, taken en vragen in te zetten op de hele groep.



6. Conclusies en aanbevelingen

Wat zijn nu de belangrijkste conclusies en aanbevelingen die uit dit onderzoek zijn te trekken? We zetten de belangrijkste uitkomsten op een rij.

6.1 Conclusies

Het gedrag van sporttrainers in relatie tot de ontwikkeling van kinderen is complex

Uit de verschillende betekenissen die worden gegeven aan het gedrag van de trainer, blijkt dat de relatie tussen trainer en jeugdsporters vrij complex is. Hoe het gedrag van de trainer uitwerkt, hangt samen met specifieke kenmerken van de jeugdsporter, de trainer en de sportomgeving. Er is geen blauwdruk voor trainers te geven waarbij gedrag A simpelweg zorgt voor een bepaalde betekenis B. Wel zijn relatief eenduidige combinaties te herkennen tussen gedrag en betekenis. Vooral complimenten, aanmoedigingen, aanwijzingen en correcties op gedrag leiden tot plezier, zelfvertrouwen, inzet en een grotere sportieve vaardigheid van jeugdsporters.

Zes succesfactoren dragen bij aan ontwikkeling van jeugdsporters

Er zijn zes succesfactoren die werkzaam lijken voor de manier waarop het gedrag van trainers van betekenis is voor de ontwikkeling van jeugdsporters:

1. focus op plezier beleven, leren en presteren;
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.

Voor de optimale ontwikkeling van jeugdsporters is het van belang dat trainers zich bewust zijn van deze zes succesfactoren en hoe ze bewust bijpassend gedrag

kunnen vertonen. De uitdaging is om passend bij de sportsituatie en de jeugdsporter complimenten, aanwijzingen, aanmoedigingen en correcties op gedrag te geven, fouten te benoemen, vragen te stellen of feedback uit te stellen.

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

De kracht van de onderzochte sporttrainers in hun omgang met jeugdsporters lijkt te zitten in het aanmoedigen van de jeugdsporters. Dit heeft te maken met het fanatisme van de trainers en de hoge mate van betrokkenheid. De trainers zorgen voor een prettige sfeer bij de trainingen en wedstrijden.

Trainers stellen (te) weinig vragen aan jeugdsporters

Het stellen van vragen is cruciaal voor de ontwikkeling van jeugdsporters. Toch vinden de trainers het lastig om regelmatig de dialoog aan te gaan, bijvoorbeeld over de ontwikkelingsdoelen van een jeugdsporter. Vragen stellen is van groot belang om op die manier optimaal aan te sluiten op de individuele situatie en de behoeften van jeugdsporters, waardoor ontwikkeling kan plaatsvinden.

Trainers zijn zich vrij bewust van het gedrag dat ze vertonen

Trainers zijn zich er vrij bewust van dat ze soms te fanatiek zijn, feedback uit moeten stellen en vooral vragen moeten stellen, maar vinden het nog lastig om dit gedrag toe te passen. Het gaat op verschillende onderdelen om complexe keuzes voor de trainer bij het bewaken van de balans tussen bijvoorbeeld plezier en leren of tussen vasthouden aan structuur en regie uit handen geven.

Flexibiliteit in gedrag en bewaken van een zekere balans

De meningen van jeugdsporters in dezelfde sportgroep over het gedrag van de trainer zijn zeer divers. Waar de een bijvoorbeeld vindt dat de trainer nogal streng is, geeft een teamgenoot juist aan dat de trainer wel wat strenger mag zijn.

Experts: "Geef altijd het goede voorbeeld! Als trainer moet je een voorbeeld zijn voor de jeugd. Als een coach zelf niet het goede voorbeeld geeft en goed gedrag voorleeft dan kan dit ook niet worden verwacht van de sporters."

Dat jeugdsporters binnen een sportgroep aan het gedrag van een trainer verschillende betekenissen geven, duidt erop dat het lastig is voor de trainer om zijn gedrag op de verschillende behoeften van individuele jeugdsporters af te stemmen en zijn gedrag flexibel toe te passen. Dit flexibel toepassen van verschillende gedragingen heeft ook betrekking op het voortdurend bewaken van een zekere balans (zie kader). Dit onderzoek heeft geleid tot een eerste uitwerking van succesfactoren van ontwikkelingsgericht trainen/coachen. Een trainer die zich optimaal richt op de ontwikkeling van jeugdsporters richt zich zowel op 'plezier' als op 'beter worden' en zal, passend bij de specifieke sportsituatie en het kind, vragen stellen, complimenteren, aanmoedigen, aanwijzingen geven, fouten benoemen en gedrag corrigeren in relatie tot plezier, zelfvertrouwen, inzet en verbeterde sportieve vaardigheid van kinderen.

6.2 Aanbevelingen

De onderzoeksresultaten bieden aanknopingspunten om het ontwikkelingsklimaat van jeugdsporters verder te verbeteren. We geven hierna enkele suggesties.

- Vertaal de onderzoeksresultaten naar praktische lijstjes met aandachtspunten voor trainers. Bijvoorbeeld:
 - Stel meer vragen en stel feedback uit.
 - Geef gerichte complimenten en bied bevestiging.
 - Wees bij de jeugd terughoudend met het benoemen van fouten.
 - Hanteer een strenge norm voor zorgzaam omzien naar elkaar.
 - Maak duidelijke afspraken over omgang met elkaar en materiaal.
- Stel als opleiding en sportbond de ontwikkeling van individuele jeugdsporters centraal bij het opleiden en het 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 koppel dit aan de bestaande competenties in de kwalificatiestructuur voor de sport (KSS). Stel daarbij de vraag over welke kernkwaliteiten een trainer of coach moet beschikken om bij de vereniging een veilig sportklimaat te creëren. Een klimaat dus waarin de nadruk op de ontwikkeling van jeugdsporters ligt.

Enkele dilemma's en zoeken naar balans

- *Focus op plezier en leren.* Soms is het wenselijk om meer nadruk te leggen 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).* Af en toe is het nodig voor optimaal plezier en leerrendement om streng toe te zien en soms is het goed om ruimte te bieden aan jeugdsporters om zelf activiteiten in te richten.

- *Veel of weinig instructies en feedback.* Het is wenselijk om spelers actief te helpen en te sturen in hun leerproces, terwijl het soms ook wenselijk is om niet te reageren en spelers zelf te laten ervaren en nadenken.

- *Bevestiging bieden of confronteren.* Vaak is het goed om bevestiging te geven als jeugdsporters iets goed doen, maar soms kan het ook meer voor de hand liggen hen aan te spreken op wat beter kan. Het kan dan zinvol zijn om fouten te noemen, zodat een jeugdsporter zich bewust is van de situatie en zich kan verbeteren in combinatie met concrete suggesties van de trainer.

- *Groepsgericht of individueel.* Het is goed om aanwijzingen of aanmoedigingen soms te richten op individuele jeugdsporters, terwijl het ook vaak goed is om juist gerichte aanwijzingen, taken en vragen in te zetten op de hele groep.



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."

- Inventariseer hoe in bestaande generieke opleidingen en bonds kaderopleidingen aandacht wordt besteed aan de zes vastgestelde succesfactoren uit het onderzoek.
- Inventariseer hoe in de (bij)scholingsmodules van VSK aandacht wordt besteed aan de zes succesfactoren uit het onderzoek.
- Verspreid de resultaten van het onderzoek niet alleen onder beleidsbepalers en onderzoekers, maar ook onder opleiders (bonden, mbo, hbo) en verenigingen.
- Richt de praktische handvatten ook (vooral) op trainers die geen opleiding volgen en dus op een andere manier leren hoe ze ontwikkelingsgericht kunnen trainen/coachen.
- Laat met het onderzoek via verschillende kanalen (vakpublicaties, websites, flyers) aan verantwoordelijken binnen de sport zien hoe de sport met een cruciale rol en verantwoordelijkheid van de trainers 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 een plek krijgt. Denk daarbij aan integrale verenigingsaanpak/ontwikkelingsgerichte kindvriendelijke clubs/verbreding technisch jeugdsportbeleid.
- Maak als opleiding en sportbond een goed onderbouwde beschrijving van wat positief coachen inhoudt en laat zo onder andere zien dat het bij positief coachen niet zozeer gaat om het geven van veel complimenten.