

Factsheet: sportuitval en sportparticipatie van jeugdigen in de sport

Door: Heino van Groeningen (NISB) februari 2015

Inleiding

Veel sportverenigingen hebben te maken met een daling van de ledenaantallen in de leeftijd van 12-18 jaar. Ook landelijk is deze trend zichtbaar. Uit de sportersmonitor van 2012 (Hendriksen, T., & Hoogwerf, I., 2013) blijkt dat tweederde (66%) van de 5-11 jarigen sport bij een vereniging en bij 12-23 jarigen is dat nog maar 47%. Bij deze leeftijdsgroep (en bij 24-44 jarigen) is de grootste afname in georganiseerde sport via de sportvereniging zichtbaar. Vanuit de traditionele sportverenigingen en -bonden is de terugloop in ledenaantallen een groot probleem. Een dalend ledenaantal heeft immers een direct effect op contributie-inkomsten en de steeds kortere periode van lidmaatschap zorgt voor continuïteitsproblemen bij de club. Er is minder tijd om de leden aan de vereniging te binden met als gevolg een tekort aan nieuwe aanwas van trainers en bestuursleden. In deze factsheet geven we kort weer welke factoren deze sportuitval veroorzaken.

Sportuitvalfactoren in beeld

In Nederland is er weinig onderzoek uitgevoerd met betrekking tot sportuitval[1]. Baar (1991, 2003) is één van de weinigen die hier wel onderzoek naar heeft uitgevoerd. Hij maakt onderscheid in individuele factoren, sociale sportomgeving, sportinterne condities en sportexterne condities welke allen van invloed zijn op het beslissingsproces om al dan niet te stoppen bij de sportvereniging. De verschillende factoren worden hieronder verder uitgewerkt.

1. De individuele sporter

Baar (2003) onderscheidt de sporter met zijn eigen doelen, mogelijkheden, wensen en karaktereigenschappen, welke invloed hebben op het beslissingsproces om al dan niet te

[1] Een sportuitvaller is iemand die zijn lidmaatschap van een sportvereniging op een bepaald moment heeft opgezegd. Gould en Petlichkoff (1988) maken in een onderscheid tussen de ‘sport-specific drop-out’ (iemand die met bepaalde tak van sport stopt) en de ‘domain-general drop-out’ (iemand die helemaal met sporten ophoudt).

stoppen of door te gaan met zijn of haar sport. Volgens Baar zal er rekening moeten worden gehouden met de intrinsieke motivatie en de beweegredenen van een kind om te sporten. Hoe beter deze match tussen vraag en aanbod is hoe minder kans er is dat een jongere besluit om te stoppen bij de sportvereniging.

2. De sociale sportomgeving

Ouders, trainers/coaches, mede-sporters en vrienden maken onderdeel uit van de sociale sportomgeving. Ouders kunnen de jongeren enthousiasmeren, faciliteren, aansporen of zelfs verplichten om te gaan of te blijven sporten. Verder blijkt een niet capabele coach die eentonige trainingen, weinig feedback en veel negatieve feedback geeft een bijdrage te leveren aan het besluit van jongere om al dan niet te stoppen. Ook spelen vrienden en leeftijdsgenoten een rol. De aanwezigheid van vrienden bij een sportclub is voor kinderen en jongeren een belangrijke stimulans om lid te worden of te blijven van een sportclub. In de pubertijd wordt het samen sporten met vriendinnen vooral door meisjes als zeer belangrijk ervaren (Baar, 2003). Het niet op dezelfde tijden kunnen trainen of het wel of niet zitten bij vrienden in de groep kan een reden voor sportuitval zijn. Uit het onderzoek van Frelier & Janssens (2007) kwam verder naar voren dat zo'n 25% van de kinderen naar eigen zeggen lid is geworden van een sportvereniging via een vriendje of vriendinnetje.

3. Sportinterne condities

In het geval van sportinterne condities gaat het over de verenigingsgebonden oorzaken van sportuitval. Dit zijn oorzaken waar de vereniging zelf debet aan het probleem is. De vereniging gebonden oorzaken kunnen worden verdeeld in organisatorische, relationeel-pedagogische en didactische oorzaken (Baar, 1996). Aanvullend hierop onderscheiden we nog de oorzaken die liggen op het vlak van faciliteiten.

1. Organisatorisch oorzaken

Organisatorische oorzaken betreffen zaken zoals de teamindeling/groepssamenstelling, weinig differentiatie in niveau en het niet goed aansluiten van trainingstijden op de agenda van de jongeren zelf . Er wordt hierbij vooral te weinig geluisterd naar de jongeren zelf (Buisman, 2001). In een onderzoek van Van Maanen (1995) naar de oorzaken van sportuitval onder jeugdige uitvallers van badmintonverenigingen zijn 16 kinderen geïnterviewd en is een enquête afgenomen onder 100 uitvallers. Van Maanen komt tot de conclusie dat kinderen vaak geen inspraak hebben bij team-opstellingen, trainerswisselingen en groepsindelingen. Inspelen op de specifieke behoeften van jongeren door de vereniging en inspraak van de jeugd op de sportvereniging is volgens de Commissie Sport en Lichamelijke Opvoeding (1986) van groot belang om de sportuitval van de jeugd tegen te gaan.

2. Relationeel-pedagogische oorzaken

Volgens Baar (1996, 2003) zijn het voortrekken van talenten, sfeer of pestgedrag binnen een groep oorzaken van sportuitval. Het gaat dan om factoren als een niet passende begeleiderstijl en boze of pestende trainers. Veel verenigingen kampen met een gebrek aan gekwalificeerd kader (Van Kalmthout et al., 2009) en het is dan ook lastig voor sportverenigingen om aan kwalitatief goed 'personeel' te komen.

3. Didactische oorzaken
Binnen de didactische oorzaken past een te grote nadruk op competitie binnen de sport (Baar, 2003). Het gaat dan om te makkelijke oefenstof, weinig differentiatie en teveel wedstrijdgerichtheid. Deze factoren zijn slecht voor de competentie-ervaring van de sporter en kan leiden tot uitval (Weiss, 1995). Om te zorgen voor optimale competentiebeleving is intrinsieke motivatie van wezenlijk belang. Voor een optimale intrinsieke motivatie - en dus ook optimale competentiebeleving - dienen kinderen een competentiegerichte oriëntatie in plaats van een competitiegerichte oriëntatie aan te nemen. Want wanneer er teveel wordt gefocust op het winnen, worden kinderen afhankelijk van externe beloningen zoals status, medailles en sociale erkenning.

4. Kwaliteit faciliteiten
Het ecologische model van Pikora et al. (2003) onderscheid vier aspecten van de fysieke omgeving die direct van invloed zijn op het sport- en beweeggedrag. Tot de fysieke beweegomgeving van een jongere behoren openbare speelplaatsen, scholen, sportbuurtwerk en natuurlijk ook sportverenigingen. Deze betreffen (1) functionaliteit, zoals de breedte van de straat of de aanwezigheid van speelplaatsen in de openbare ruimte, (2) veiligheid, zoals de aanwezigheid van straatverlichting, (3) esthetiek, zoals de aanwezigheid van bomen en vervuiling en (4) faciliteiten, zoals de aanwezigheid van sportverenigingen (Bleeker SA, 2003). Als je deze factoren vertaald naar de fysieke sportomgeving waartoe de sportvereniging behoort dan is het wenselijk dat jongeren de sportvereniging makkelijk kunnen bereiken, veilig bereikbaar is (Booth SL, ea., 2001) en het onderhoud van toiletten, douches, de zaal en de grasmat op orde is. Verder moet er gewerkt wordt met veilig sport en spel materiaal (Weinstein ND, ea, 1992), zodat jongeren zich veilig voelen en er minder kans is op blessures. Het onderzoek van Bouwknegt (2009) bevestigt het belang van een goede fysieke sportomgeving. Jongeren gaven ook in dit onderzoek het belang aan van goede sportfaciliteiten, goed materiaal en velden, kantine en kleedkamers.

4. Sportexterne condities

Sport externe condities zijn condities die wel van invloed zijn maar niet sportgerelateerd zijn. Het zijn meer persoonsgebonden oorzaken en deze kunnen globaal onderverdeeld worden in psychologische oorzaken (bijvoorbeeld andere interesses krijgen), in fysieke oorzaken (bijvoorbeeld een chronische blessure) en in situationele oorzaken (bijvoorbeeld verhuizen of van de ouders er af moeten vanwege slechte schoolprestaties). De condities (priori)tijd en blessure werken we hieronder verder uit.

1. Minder (priori)tijd
Hoewel een (ruime) meerderheid van de jongeren wekelijks sport, daalt de sportdeelname rond de leeftijd van 15 jaar. Jongeren die stoppen geven vaak aan dat zij een sport niet leuk meer vinden. Hieraan kunnen veel oorzaken ten grondslag liggen die niet zozeer te maken hebben met de sportvereniging an sich. Een ervan is een groeiende interesse in andere activiteiten. Ook in het uitvalonderzoek van Sapp & Haubenstricker (1978) kwam naar voren dat voor oudere jeugd ‘werk’ en voor de jongere jeugd ‘andere interesses’ een van de belangrijkste factor was om te stoppen. Met het ouder worden besteden jongeren veel meer tijd aan werk, sociale contacten en bezoek van horeca, feestjes of evenementen en minder aan hobby’s en spelen. Onder andere door het werken hebben jongeren van 15-19 jaar minder vrije tijd. Tiessen-Raaphorst ea (2014) constateren dat sportdeelname samenhangt

met het aantal uren werk en uitgaan in een week, en dat zijn beide activiteiten waar jongeren van 15-19 jaar meer tijd aan besteden (Tiessen-Raaphorst, A, ea. (2014). Verder sporten jongeren korter als ze meer tijd besteden aan wandelen, uitstapjes, sociale contacten, hobby's, opleiding (maken van huiswerk), computer/internet, tv/radio of hun opleiding. Welke van deze activiteiten belangrijker zijn, hangt samen met de leeftijd van de jongere. Deze activiteiten zijn dus concurrenten van sport en vormen een uitdaging voor de sportsector (Tiessen-Raaphorst, A, ea., 2014).

2. Blessure
In 2012 liepen sporters in Nederland naar schatting 4,4 miljoen sportblessures op (n=838). Jonge sporters (10-19 jaar) en mannen lopen de meeste blessures op. De meeste blessures (55%) zien we bij sporters die sporten in georganiseerd verband. Uit het onderzoek van Groenevelt (2009) met als onderwerp sportuitval binnen het damesturnen kwam naar voren dat gezondheidsproblemen naast de factor tijd als tweede werd genoemd bij de externe sport condities. Voor 8 respondenten uit de enquête was een chronische, enkel- of knieblessures de oorzaak om te stoppen. Ook uit het onderzoek van Baar (1996) onder turnende jongens worden rug-, enkel- en liesblessures als reden genoemd voor het stoppen met turnen.

Beslissing om te stoppen is een proces
In de literatuur wordt het beslissingsmoment van de jongere om te stoppen met een tak van sport vaak bekeken vanuit een 'kosten-baten-model' (Gould en Petlichkoff 1988, Wylleman e.a. 1990). Uit gesprekken met sportuitvallers blijkt (Baar 1991, Hofstede en Hümmels 1994) dat de beslissing om te stoppen van de jeugdsporter niet zo één, twee, drie wordt genomen. De uiteindelijke beslissing om te stoppen wordt veelal vooraf gegaan door een geleidelijk proces waarin een match aan negatieve ervaringen en onmogelijkheden met de sportbeoefening en een hang naar alternatieven de overhand gaan krijgen. Het is voor veel sportuitvallers moeilijk om uit te maken wat nu uiteindelijk de belangrijkste reden is geweest om het lidmaatschap te beëindigen. Tevens zijn er grote verschillen tussen kinderen en jongeren in wat zij als negatief ervaren en hoe zij daarmee omgaan. Zo kan het ene kind bij het minste of geringste zijn lidmaatschap opzeggen. Het kennen van een vriendje dat een andere tak van sport beoefent, kan al voldoende aanleiding zijn. Je hebt ook jongeren die een sterke binding hebben met de vereniging. Bij deze jongeren zijn waarschijnlijk de kosten hoger dan de baten maar continueren desondanks hun sportbeoefening. Ook kan de jongere voorlopig doorgaan met de sportbeoefening omdat de andere sportvereniging een lange wachtlijst heeft of dat de jongere op dat moment geen goed alternatief heeft.

Conclusie
De individuele sporter, de sociale sportomgeving, (vereniging)sportinterne condities (zoals faciliteiten, trainingstijden en teamsamenstelling) en sportexterne condities (zoals huiswerk, reistijden en blessures). Het zijn allemaal factoren die op elkaar inwerken en die de jongere kan doen besluiten om wel of niet door te gaan met zijn sport. Het fenomeen sportuitval is dan ook een complex gebeuren en laat zich niet verklaren door één oorzaak of theorie. Voor sportverenigingen en sportbonden is het van belang om zicht te krijgen op dit web van factoren en aan de slag te gaan met het doorvoeren van verbeterplannen. Het is dan ook goed om vinger aan de pols te houden bij de jongeren en samen met jongeren, ouders en overige partners een plan van aanpak op te stellen om het sportuitval onder jongeren terug te dringen.

Opmerking
Deze factsheet maakt onderdeel uit van een literatuurstudie rondom dit thema welke in 2015 beschikbaar komt voor het werkveld.

