



Alles voor de sport!?

(Gestopte) Topsporttalenten en hun ouders
over investeringen, opbrengsten en offers

Roelien Luijt
Niels Reijgersberg
Agnes Elling

Alles voor de sport!?

(Gestopte) topsporttalenten en hun ouders
over investeringen, opbrengsten en offers

in opdracht van
het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport

Roelien Luijt
Niels Reijgersberg
Agnes Elling

© *W.J.H. Mulier Instituut*
's-Hertogenbosch, juni 2009

*W.J.H. Mulier Instituut
Centrum voor sociaal-wetenschappelijk sportonderzoek
Postbus 188
5201 AD 's-Hertogenbosch
t 073-6126401
f 073-6126413
e info@mulierinstituut.nl
i www.mulierinstituut.nl*

Foto omslag: Jack Jacobs

Inhoudsopgave

1.	Inleiding en achtergrond	5
2.	Theoretisch kader	7
2.1	Transities in sportloopbanen en levensloop	7
2.2	Noodzakelijke investeringen en voorwaarden voor topsportbeoefening	8
2.3	De ontwikkeling van een (eenzijdige) topsportidentiteit	11
2.4	Vroegtijdige carrièrebeëindiging	12
3.	Methoden	15
4.	Topsport, talentontwikkeling en beleid	17
4.1	Geschiedenis Nederlands topsportbeleid	17
4.2	Topsportstatus	20
4.3	Topsportprogramma's sportbonden	22
4.3.1	Handbal	22
4.3.2	Zwemmen	26
4.3.3	Tennis	28
De ontwikkeling van een talent in biografisch perspectief -		
<i>Jeroen: een handbaltalent in wording</i>		
5.	Resultaten: sociale omgeving	35
5.1	Invloed van en op het gezin	35
5.1.1	Stadium van kennismaking	35
5.1.2	Stadium van ontwikkeling, binding en toewijding	36
5.1.3	Stadium van perfectionering	40
5.2	Invloed van overige 'significant others'	41
5.2.1	Trainer/Coach	41
5.2.2	Relaties	45
5.2.3	Vrienden van binnen en buiten de sport	47
De ontwikkeling van een talent in biografisch perspectief -		
<i>Jantien: met ups en downs op weg naar de top (100)</i>		
6.	Resultaten: De aanname van een topsportidentiteit	51
6.1	Motivatie en investeringen	51
6.2	'Ik ben (ook) topsporter': Identificatie als topsporter	53
6.3	Problemen met de topsportidentiteit	55
7.	Resultaten: Spanningsvelden	59
7.1	Topsport en maatschappelijke oriëntatie	59
7.2	Topsport en fysiek welbevinden	63
7.3	Topsport en persoonlijk welbevinden	66

De ontwikkeling van een talent in biografisch perspectief -

Sara: een ongewild afscheid van het zwembad

8.	Resultaten: Vroegtijdige carrièrebeëindiging	73
8.1	Twijfels en onzekerheid	73
8.2	Falend beleid?	75
8.3	Leven na topsport	76
9.	Conclusies	79
	Literatuur	85

1. Inleiding en achtergrond

“De betekenis van topsport kenden wij in de jaren tachtig amper in Nederland. Laat staan dat ik een bepaalde druk voelde om te presteren. Topsport was leuk, meer niet.”

Oud-toptennister Marcella Mesker¹

“Ben je bereid elke dag als een topsporter te leven? Sommigen zijn toegewijd of denken dat te zijn. De keuzes die je maakt rond je achttiende zijn cruciaal... Veel talenten raken juist op die leeftijd de weg kwijt.”

Technisch directeur KNLTB Rohan Goetzke²

Vanwege de toegeschreven waarden voor onder meer nationale cohesie en internationaal prestige is topsport internationaal uitgegroeid tot een maatschappelijk systeem met een enorme economische en politieke waarde. Ook de Nederlandse topsportwereld is de laatste decennia sterk in ontwikkeling en wordt steeds professioneler en commerciëler. Dit alles om zich te kunnen blijven meten met de internationale concurrentie (Van Bottenburg, e.a., 2003, 2009). Met de steun van het huidige kabinet voor het ambitieuze streven van NOC★NSF om Nederland te laten horen bij de top tien landenklassering in de internationale sportwereld (VWS, 2005) gecombineerd met de plannen om de Olympisch Spelen opnieuw naar Nederland te halen is de ontwikkeling in een stroomversnelling geraakt. Overheden, sportbonden en bedrijven zijn meer gaan investeren in topsport en ook de wetenschap raakt in toenemende mate betrokken bij het analyseren en perfectioneren van (de weg naar) topsportprestaties.

Talenterkenning en -ontwikkeling spelen een belangrijke rol bij de realisering van de doelstellingen van het topsportbeleid (Van Bottenburg, e.a. 2009). Om ‘mee te kunnen blijven doen’ in de internationale sportieve strijd, is optimalisering van de talentontwikkelingsfase noodzakelijk. De ontwikkeling van een steeds professioneler topsportsysteem en de daarmee gepaard gaande aandacht en ambities leggen een grotere claim op de inzet en betrokkenheid van jeugdige topsporters. Het bedrijven van topsport kan vandaag de dag niet enkel een plezierige nevenactiviteit meer zijn, maar verlangt een toegewijde levensstijl, waarin jongeren (en hun omgeving) bereid zijn flinke investeringen te doen en ‘offers’ te maken. Jonge talenten én hun ouders worden gevraagd zich te committeren aan de regels van het topsportsysteem (Bette, Schimank, Wahlig, & Weber, 2003). Dat geldt niet alleen voor een sport als turnen, waarin de top reeds op jeugdige leeftijd wordt bereikt, of voor sporten met professionele mogelijkheden zoals voetbal en tennis, maar in toenemende mate ook voor andere sporten. De mogelijkheden om op jonge leeftijd serieus met sport bezig te zijn, naast schoolverplichtingen en verdere opleidingsmogelijkheden zijn bovendien gegroeid. Met de ontwikkeling van LOOT scholen, Olympische netwerken en Centra voor Topsport en Onderwijs wordt gepoogd de topsport centraal te stellen én mogelijkheden voor maatschappelijke ontwikkeling te optimaliseren. Steeds meer talenten krijgen de kans om door te groeien tot topsporters die zich op internationaal niveau met de besten van de wereld kunnen meten. Maar het betekent eveneens

¹ in Mesker (2007, p.58).

² In Misset (2007b).

dat er meer uitvallers of afhakers zijn, de ruimte aan de top blijft nu eenmaal beperkt (Ingham, Blissner, & Wells Davidson, 1999). Uiteindelijk kunnen slechts enkele talenten doorstromen naar het allerhoogste niveau.

De leeftijd waarop jongeren de overstap maken van talent naar topsporter verschilt weliswaar per tak van sport, maar ligt doorgaans in de leeftijd van 12-19 jaar (Wylleman & Lavalée, 2004). Deze kritieke periode voor talentontwikkeling en behoud verloopt min of meer evenredig aan de adolescentiefase. In deze bio-sociale transitieperiode van kind naar volwassene vinden ingrijpende fysiologische, psychologische en sociale ontwikkelingen plaats (Mayer, 1995). Vanuit pedagogisch en sociaal-maatschappelijk oogpunt staan dan ook andere vragen centraal dan vanuit de wereld van de topsport, waarbij het vooral gaat om optimalisering van selectieprocessen en het creëren van winnaars. In de bestaande literatuur over talentontwikkeling is vooral aandacht voor de invloed van kritische fysieke en psychologische factoren (longvolume, spiermassa, doorzettingsvermogen, faalangst) op de selectie en doorstroming van sportieve talenten (bijv. Coté, 1999; Van Rossum, 2005; Wylleman & Lavalée, 2004). Hierbij worden jonge talenten gescout en getest op sportieve en psychologische kwaliteiten en belastbaarheid.

In dit onderzoek staan de (veranderende) betekenisgeving en het psycho-sociale welbevinden van actieve en gestopte topsporttalenten en hun ouders centraal. Hoe kijken zij aan tegen topsport en de gemaakte afwegingen en keuzes in relatie tot andere centrale leefsferen zoals school/opleiding/werk en sociale relaties (ouders/gezin en vrienden)? In welke mate ervaren (gestopte) talenten en hun ouders de noodzakelijke investeringen voor topsport (achteraf) als 'offers'? In hoeverre zien/zagen zij zichzelf vooral als topsporter of identificeren ze zich met andere sociale rollen en maatschappelijke ambities? Ervaren jeugdtopsporters spanningsvelden tussen hun topsportverplichtingen en andere leefsferen en welke factoren dragen bij tot vroegtijdige loopbaanbeëindiging? In hoeverre is er binnen talentontwikkelingsprogramma's aandacht voor het psycho-sociale welbevinden van jonge topsporters en het voorkomen van uitval?

Data worden verkregen door middel van diepte-interviews met jeugdige (ex-)topsporters en hun ouders. Alvorens verder in te gaan op de methoden en resultaten van het onderzoek, staan we in het volgende hoofdstuk stil bij de bestaande literatuur die als theoretisch referentiekader voor deze studie dient.

2. Theoretisch kader

In dit hoofdstuk gaan we achtereenvolgens in op de verschillende fasen in de topsportloopbaan van kinderen en de noodzakelijke voorwaarden voor een succesvolle topsportcarrière.

2.1 Transitie in sportloopbanen en levensloop

De overgang van jeugdig talent naar volwassen topsporter vormt een kritieke transitiefase. Het sluit de sportloopbaanfase van talentontwikkeling af evenals de biologisch gefundeerde adolescentiefase. Volgens Bloom (1985) bestaat een talentontwikkelingsloopbaan (in wetenschap, kunst en topsport) uit drie stadia. Deze drie ontwikkelingsperioden verschillen niet alleen naar prestatieniveau, motieven en betekenisgeving, maar ook naar de verwachtingen en verplichtingen die aan het talent en aan zijn of haar sociale omgeving worden gesteld (vgl. MacPhail & Kirk, 2006; Stevenson, 1999). In het eerste stadium van kennismaking gaat het om de intrede in de georganiseerde wedstrijdsport (vaak via ouders of vrienden) en herkenning van het talent. In het stadium van ontwikkeling vindt trainingsintensivering en veelal ook specialisatie plaats. De jonge talenten raken steeds meer toegewijd en verbonden met de topsport. Stevenson (1999) verwijst naar een spiraal van toenemende investeringen, verplichtingen, prestatiemotivatie en loyaliteiten. Topsport gaat in toenemende mate deel uitmaken van de persoonlijke identiteit (vgl. Buchanan, 1985). In het derde stadium van perfectionering (*mastery*) bereiken topsporters het hoogste sportieve vaardigheidsniveau. In het onderhavige onderzoek staan de ervaringen centraal van talenten die zich in de transitiefase bevinden van de ontwikkelings- naar de perfectioneringfase of talenten die in deze fase zijn afgehaakt.

Deze transitiefase van sportieve ontwikkeling naar mastery verloopt ongeveer synchroon aan de kritieke levensloopverandering van de late adolescentieperiode naar jong-volwassenheid. Opleidings- en beroepsoriëntatie en veranderingen in zelfbeeld, sociale netwerken en interesses zijn in deze fase belangrijk (Mayer, 1995). Naast pregnante biologische veranderingen treden ook diverse cognitieve, psychische en sociale ontwikkelingen op (Mayer, 1995). Waar kinderen vooral leven in het 'nu', zijn jongeren veel meer gericht op de toekomst, wie ze zijn en willen worden en wat ze kunnen en willen bereiken. Hoewel jonge topsporters in grote lijnen dezelfde ontwikkelingen doormaken als hun leeftijdsgenoten, verdraagt een topsportloopbaan zich niet op alle terreinen met een 'normale' puberteit, waarin jongeren zich langzaam los maken van hun ouders. Mede omdat talentontwikkeling in veel sporten sterk afhankelijk is van een grote (materiële) ondersteuning van ouders, maken jonge topsporters zich mogelijk minder snel los van hun ouders. Waar veel pubers zich in het algemeen steeds meer op elkaar richten en zich deels afzetten tegen regels en volwassenen, wordt van topsporters juist verlangd dat ze 'in de pas lopen' en zich conformeren aan het heersende 'regime' van de topsport en de coach. Ook in de ontwikkeling van een eigen identiteit zijn topsporters mogelijk minder vrij, doordat ze vanwege hun strakke levenspatroon rondom school- en trainingsverplichtingen minder kunnen experimenteren met verschillende identiteiten. Wel bevinden ze zich veelal in een trainingsgroep met leeftijdsgenoten en oudere topsporters met dezelfde sportgerichte ambities, waaraan ze zich kunnen spiegelen en waar ze zich mee kunnen identificeren. Voor vrouwelijke topsporters geldt soms dat hun trainingsinspanningen gepaard gaan met verlate fysieke ontwikkelingen en dat het 'vrouwelijker' worden van hun lichaam (meer vet, heupontwikkeling) zich niet altijd goed verhoudt met een optimaal sportlichaam (Pfister, 1999).

Omdat de transitie van adolescent naar jong-volwassene over het algemeen gepaard gaat met een grotere reflectie over het eigen handelen, zullen talenten op de drempel van de volwassen topsport ook vaker stil staan bij de kansen en noodzakelijke investeringen voor een succesvolle topsportloopbaan. De overgangen tussen de stadia vormen min of meer normatieve transitieperioden waarin selecties plaatsvinden vanuit sportbonden en sporters ook eigen keuzes maken. Vanuit de drie hier onderscheiden stadia kan behalve een transitie naar een volgend stadium ook steeds een non-normatieve transitie uit de wereld van de topsport plaatsvinden, veelal aangeduid als drop-out (Wylleman & Lavallee, 2003). Dergelijke idiosyncratische transities zijn over het algemeen niet gepland en onvrijwillig, zoals het niet geselecteerd worden, het niet bereiken van een limiet of uitval door blessures. Het vroegtijdig beëindigen van een topsportcarrière kan echter ook (deels) op vrijwillige basis geschieden doordat jongeren andere prioriteiten stellen. Bijvoorbeeld voor een bepaalde beroepsopleiding die niet te combineren is met topsport of doordat jongeren de gevraagde investeringen te zwaar vinden. Vaak is er sprake van een combinatie van verschillende factoren die elkaar beïnvloeden. Wanneer prestaties tegenvallen of een topsporter te maken krijgt met blessures, worden sporters min of meer gedwongen te reflecteren over hun sportieve mogelijkheden en ambities. Evenals normatieve transities in topsportloopbanen, gaat de transitie van talent/topsporter naar een niet-topsportersbestaan ook gepaard met veranderingen in motieven en in betekenisgeving aan gedane investeringen en de eigen (topsport)identiteit.

2.2 Noodzakelijke investeringen en voorwaarden voor topsportbeoefening

Bij de overstap van 'gewone' wedstrijdsport naar topsport verandert er veel in het leven van het talent en zijn of haar sociale omgeving. In plaats van een waardeoriëntatie die bijna uitsluitend gericht is op plezier, is er bij topsport sprake van een prestatiegerichte waardeoriëntatie die gepaard gaat met een zeer gestructureerde en uiterst doelgerichte training, zogenoemde 'deliberate practice' (Ericsson, e.a., 1993). Ingham e.a. (1999, p.37) spreken van een ideologische 'prolympische waardeoriëntatie', gericht op elitarisme en prestatiegerichtheid, die vandaag de dag in de meeste (westerse) naties wordt omarmd. Van de topsporter wordt uitzonderlijke toewijding en discipline verwacht, er vindt beperking plaats van de persoonlijke handelingsvrijheden. Individuele keuzes van de topsporter worden gemaakt binnen het systeem van vastgestelde sociale toepassingen van het topsportsysteem. Shogan (2002) spreekt van 'enabling constraints', oftewel in staat stellende restricties. Beperkende regels maken bepaalde handelingen en ontwikkelingen mogelijk. Zo stellen trainingsverplichtingen topsporters in staat om ernaar te streven het hoogste niveau te bereiken. Zeker in teamsporten gelden dergelijke noodzakelijke verplichtingen vanuit het teambelang en het gemeenschappelijke doel. Topsporttraining is planmatig en continu gericht op verbetering. Dat gaat gepaard met voortdurend testen van de voortgang en het aanpassen en vernieuwen van trainingsschema's en opbouw. Ericsson e.a. (1993) en Van Yperen (2004) maken onderscheid tussen drie factoren die van invloed zijn op een succesvolle talentontwikkeling en topsportloopbaan: capaciteiten, motieven en hulpbronnen.

Talent en belastbaarheid

Voldoende aanleg is een noodzakelijke voorwaarde voor een topsportloopbaan. Maar alleen talent is niet voldoende. Sterker nog, veel topsporters waren vroeger niet degene met het meeste talent, maar gaven vooral ook blijk van een groot doorzettingsvermogen om intensief en langdurig te trainen. Talenten moeten de bereidheid hebben om veel opzij te zetten voor de ontwikkeling van talent.

Topsporters die het allerhoogste niveau weten te bereiken hebben daar in totaal zo'n 5.000-10.000 trainingsuren in geïnvesteerd (o.a. Bloom, 1985; Van Rossum, 2000). Dat betekent een langdurige trainingsinspanning (> 10 jaar) met een toenemende trainingsfrequentie, oplopend tot 20-30 uur per week. Om maximale lange termijn resultaten te kunnen behalen dient tevens voldoende rust in acht te worden genomen, om te herstellen van trainingsinspanningen en overbelasting te vermijden. Topsport is een veeleisende activiteit die een nauwkeurige balans vraagt van inspanning en rust, zowel fysiek als mentaal. Optimale ontwikkeling veronderstelt dat talenten zich voortdurend op de grens van hun fysieke en psychische belastbaarheid bevinden. Dat vergt in feite een aanpak op maat, hoewel in teamsporten en ook veel individuele trainingsgroepen vaak dezelfde trainingseisen en sociale leefregels worden gesteld. Een andere belangrijke eigenschap van talenten is voldoende zelfvertrouwen. Het geloof in de eigen capaciteiten om de top te kunnen halen hangt samen met het vermogen om te kunnen omgaan met feedback (Aidman en Schofield, 2004). Er kan echter ook sprake zijn van een zelfoverschatting van de eigen capaciteiten, zowel door de sporter zelf als door de ouders. Fysieke en mentale vermoeidheid vergroten de kans op blessures. Wanneer de belasting groter is dan de belastbaarheid raakt de sporter overtraind. Een overtrainde sporter is extreem vermoeid en heeft veelal ook motivatieproblemen. Sporters hebben meer moeite om aan de gevraagde trainingsinspanningen te voldoen of soms zelfs helemaal geen zin meer te sporten. Overtraining kan een belangrijke reden zijn voor het vroegtijdig beëindigen van een topsportcarrière (Coakley, 1992; Gordon, 1989). Wanneer de sporter als gevolg van overtraining een afkeer ontwikkelt voor de sport en alles wat daarmee te maken heeft, ontstaat er een burn-out. Overtraining kan ontstaan door externe factoren, zoals trainers en/of ouders die teveel verlangen. Ook bepaalde karaktereigenschappen van de atleet zoals perfectionisme, overijverigheid en een gebrek aan zelfvertrouwen kunnen de kans op een burn-out vergroten en uiteindelijk leiden tot sportuitval (Murphey, 2005).

Vanuit een psychologisch perspectief binnen de heersende 'prolympische waardeoriëntatie' in veel landen wordt het niet halen van de absolute top steeds vaker gezien als persoonlijk falen (Ingham e.a., 1999). Psychologische verklaringen bieden slechts een gedeeltelijke verklaring voor het feit dat sommige sporters de top halen en anderen niet.

'...if only a few thousand athletes can make it to elite levels of production and millions fail to do so, this is a public issue, not a personal trouble of milieu. Many who fail do not lack the character traits necessary for success: There is simply not enough room at the top...' (Ingham e.a., 1999, p. 246)

Uiteindelijk geldt voor elke tak van sport dat slechts een beperkt percentage van talentvolle sporters het allerhoogste niveau kan bereiken of een profcontract (in het voetbal, tennis of schaatsen) kan bemachtigen (Coakley, 1992; Wylleman & Lavallee, 2004). Sportpsychologen doen de laatste jaren gestaag hun intrede met als doel topsporters op het mentale vlak terzijde te staan. De constatering dat sportprestaties niet alleen worden bepaald door fysiologische talenten maar dat ook mentale processen kunnen worden getraind, kan als winst worden gezien. Volgens Ingham e.a. (1999) kan de goedlopende sportpsychogenindustrie gericht op zaken als het

versterken van het zelfvertrouwen en de interne ‘ locus of control ’ echter ook bijdragen tot versterking van het proces van zelfbeschuldiging.

Motivatie

Om het aanwezige talent voor topsportprestaties te ontplooiën zullen jongeren voldoende gemotiveerd moeten zijn om hiervoor langdurig en intensief te trainen. Deze motivatie is vaak deels extrinsiek, gericht op het winnen en het behalen van het allerhoogste niveau met de daaraan gekoppelde (media)aandacht en (financiële) mogelijkheden, zoals een profcontract. Maar alleen een extrinsieke motivatie – gericht op wat via topsport kan worden behaald – is niet voldoende om de top (of een profcontract) te behalen. Jonge topsporters dienen vooral ook intrinsiek gemotiveerd te zijn voor het beoefenen van topsport. Intrinsieke motivatie uit zich in het plezier in en de passie voor de betreffende sport, het leuk vinden om hard te trainen en beter te worden. Deze intrinsieke motivatie is gerelateerd aan een taakgerichte oriëntatie, vooral gericht op persoonlijke groei en ontwikkeling (Van Yperen, 2004). Een extrinsieke motivatie gaat gepaard met een meer competitiegerichte- of ego-oriëntatie. Waar meer taakgerichte personen hun gevoel voor competentie vooral op ‘self-referenced’ criteria als persoonlijke ontwikkeling, vooruitgang en groei, baseren, gebruiken meer competitiegeoriënteerde personen eerder ‘other-referenced’, zoals beter zijn dan anderen, wedstrijden winnen en prijzen verdienen (Van Yperen; 2004). Topsporters beschikken over het algemeen over beide oriëntaties, maar verschillen wel in de mate waarin ze meer intrinsiek dan wel extrinsiek gemotiveerd zijn. Deze balans kan ook verschuiven gedurende de loopbaan. Wanneer prestaties uitblijven en blessures optreden, werkt dat over het algemeen demotiverend. Tijdens dergelijke perioden is voldoende intrinsieke motivatie nodig om door te gaan.

Sporters waarderen de investeringen voor en (mogelijke) opbrengsten van topsport op verschillende manieren, mede afhankelijk van de eigen persoonlijkheid en hun sociale omgeving. Wanneer de input (moeite en betrokkenheid) volgens eigen ervaring groter is dan de output, dan krijgt de sporter te maken met motivatieproblemen en. Dit kan de kans op drop-out vergroten (Gordon, 1989). Vooral wanneer prestaties tegenvallen en de (ervaren) druk en verplichtingen tegenover betrokkenen en publiek toeneemt, kan twijfel toeslaan over de gemaakte keuzes en kunnen sporters en hun directe omgeving (trainers, partners en/of ouders) niet alleen plezier en trots, maar ook schaamte en schuld ervaren (Ingham et al, 1999; Probyn, 2000). Motieven om topsport te beoefenen worden dan ook mede beïnvloed door de (afhankelijke) relaties tussen sporters met hun trainer en de intieme sociale omgeving zoals ouders en/of partner.

Sociale en materiële hulpbronnen

Een topsportcarrière vereist tijd en energie van personen alsmede toegang tot trainers, trainingsmateriaal en trainingsfaciliteiten. Ouders zijn vaak verantwoordelijk voor de kennismaking met de sport en ontdekken en ondersteunen veelal ook als eerste de sportaanleg van hun kind (Bloom, 1985; Coté, 1999). Regelmatig zijn of waren de ouders van topsporters ook zelf actief in de sport van hun talentvolle kind. Ze zijn vaak voldoende technisch onderlegd om talent te herkennen en zijn soms ook zelf actief als trainer of begeleider. Ze stimuleren de overstap van vrijblijvend en spelenderwijs sporten naar wedstrijdgerichte sportbeoefening, soms op advies van een trainer. Voor een succesvolle talentontwikkeling is zowel materiële als sociaal-emotionele ondersteuning van de ouders een noodzakelijke voorwaarde. Vooral in takken van sport met een amateurstatus en geringe professionalisering en wanneer afstanden tot trainingsaccommodaties groot zijn. In veel gevallen zijn ouders bereid dagelijks grote afstanden

af te leggen naar trainingslocaties of zelfs te verhuizen voor de topsportcarrière van hun kind of hun baan op te zeggen (Lally & Kerr, 2008). In de meeste sporten is alleen bereidheid van ouders om hun kind te stimuleren en te ondersteunen niet voldoende, maar dienen ouders ook over voldoende financiële middelen te bezitten om een topsportloopbaan mogelijk te maken. Betaald voetbalorganisaties vormen één van de weinige uitzonderingen waar talentontwikkeling minder afhankelijk is van draagkrachtige ouders.

Ook talentherkenning en het vertrouwen en de ondersteuning van een trainer is essentieel voor een succesvolle talentontwikkeling (Elling, 2007). Sporters moeten ‘gezien’ worden, wat in veel takken van sport deels afhangt van de club waar ze spelen en door wie ze worden getraind. Niet alle trainers maken dezelfde selectiekeuzes en niet alle sporters ontwikkelen zich even goed onder een bepaalde trainingsaanpak. Bij de ene persoon werkt een ‘harde’ aanpak met strakke disciplinaire regels, kritische feedback en het stellen van hoge doelen beter dan bij een ander. Zowel jongeren als hun ouders kunnen het gevoel hebben dat hun talent miskend wordt en daarom op zoek gaan naar een andere trainer. Naarmate sporters ouder worden, verandert de ‘driehoeksverhouding’ tussen het talent, de ouders en trainer(s), waarbij ouders zich steeds meer terugtrekken en de invloed van de trainer(s) groter wordt (Bloom e.a., 1985).

2.3 De ontwikkeling van een (eenzijdige) topsportidentiteit

Stevenson (1999) heeft het socialisatieproces onderzocht waardoor een sporter steeds meer verweekt raakt in het veeleisende instituut van de topsport (*greedy institution*). De sociale omgeving in en buiten de sport spelen daarbij een belangrijke rol. We gaven al aan dat veel talenten een sport beoefenen waarin ook een of beide ouders of andere familieleden actief zijn of waren die hen stimuleren in hun sportieve ontwikkeling (*solicited recruitment*). Sporters spiegelen zich ook aan de inzet van hun sportvrienden, (betere) sportcollega's en hun sportieve voorbeelden.

Wanneer een sporter talenten heeft en daarin gewaardeerd en ondersteund wordt door hun sociale omgeving in en buiten de sport, groeit de betrokkenheid. Deze betrokkenheid wordt verder versterkt door regels en verplichtingen, die een soort spiraal vormen van groeiende topsportidentificatie. De aanname van een sportidentiteit is het resultaat van een steeds sterkere verbondenheid van de sport met iemand persoonlijkheid. Hoe meer iemands zelfbeeld bepaald wordt door de sportbeoefening en de eigenwaarde afhangt van de prestaties in de sport, des te eenzijdiger is de topsportidentiteit. Naast de invloed van familie, sportvrienden en trainers, spelen ook de media een rol in de ontwikkeling, bevestiging en versterking van de sociale identiteit van (jonge) topsporters (Brewer et al. 1993). De aanname van een topsportidentiteit maakt onderdeel uit van de keuze voor topsport en het prioriteit geven aan investeringen voor het behalen van succes en het maken van ‘offers’ in andere maatschappelijke leefsfere.

Mogelijke spanningsvelden

Eenzijds is het creëren van een duidelijke topsportidentiteit een noodzakelijke voorwaarde op de absolute top te bereiken. Topsporttalenten zullen prioriteit moeten geven aan de sport als ze een succesvolle topsportcarrière ambiëren. Anderzijds is de ontwikkeling van een te eenzijdige (topsport)identiteit strijdig met een gezonde sociaal-psychologische ontwikkeling (Greendorfer & Blinde, 1985; Grupe, 1998; Taylor & Ogilvie 1998). De persoonlijke ervaring van de noodzakelijke investeringen speelt een belangrijke rol in de prioritering van de topsportcarrière. Veel topsporters zullen de sterke commitment die behoort bij het bedrijven van topsport als

vanzelfsprekend ervaren, terwijl ex-topsporters de investeringen achteraf mogelijk eerder ervaren als offers die beperkend waren voor hun persoonlijke ontwikkeling (Kerr & Dacyshyn, 2000).

Huidige voorzieningen zoals LOOT-scholen bieden jonge talenten steeds meer de kans om zich volledig op de sport te richten. Uit onderzoek is bekend dat veel huidige en vroegere topsporters gemiddeld hoger opgeleid zijn de rest van de bevolking en de combinatie tussen topsportbeoefening en het volgen van een opleiding zijn verbeterd (Van Bottenburg e.a. 2009). Recent onderzoek in Den Haag laat zien dat talenten die onderwijs via een LOOT school volgen beduidend meer tevreden zijn dan andere topsporters (Reijgersberg, Elling & Hoekman, 2009). De mogelijkheden om topsportbeoefening te combineren met een vervolgopleiding verschillen per tak van sport en per type opleiding; bijvoorbeeld de mate van aanwezigheidsverplichting en verplichte practica en stages. De sportambities van talentvolle jongeren kunnen dan ook medebepalend zijn voor hun school/opleidingskeuze en daarmee voor hun maatschappelijke ontwikkeling; ze kiezen bijvoorbeeld voor een lager niveau of voor een bepaalde stad, of ‘makkelijk te combineren’ studie (Van Bottenburg e.a. 2009). Uit eerdere studies komt tevens naar voren dat de combinatie tussen topsport en arbeid over het algemeen lastiger wordt gevonden dan tussen topsport en het volgen van een opleiding (Maas, 2006; Wylleman & Lavalley, 2004). Het ervaren van spanning tussen de eigen topsportambities en hun maatschappelijke ontwikkeling hangt mede af van de prioriteiten die sporters stellen. Sommigen ervaren schoolverplichtingen vooral als ‘vervelende’ afleidingen van de enige passie in hun leven, gekoppeld aan het doel om ‘de top’ te halen. Anderen beseffen dat een topsportcarrière onzeker is en bovendien altijd op relatief jonge leeftijd eindigt en hebben andere competenties en maatschappelijke ambities die ze willen ontwikkelen. In dit onderzoek vragen we op welke wijze talenten en hun ouders betekenis geven aan de afstemming tussen topsportbeoefening en hun overige maatschappelijke ontwikkeling. Ook bekijken we in hoeverre het talentontwikkelingsbeleid van sportbonden daarop is gericht.

Naast een spanningsveld tussen topsportambities en overige maatschappelijke oriëntaties kan er tevens een spanningsveld bestaan tussen het beoefenen van topsport en een ‘normaal’ sociaal leven (vgl. Elling, 2009). Terwijl leeftijdsgenoten van topsporttalenten veelal sterk gericht zijn op de sociale omgang met vrienden en vaak volop experimenteren op het gebied van onder andere uitgaan en alcoholgebruik, is daarvoor binnen de leefstijl van jonge topsporters veelal geen tijd en ruimte. Trainers verwachten veelal ook dat talenten zich volledig richten op de sport en zich niet laten afleiden door gedrag dat prestaties negatief kan beïnvloeden. Voor sommigen zal niet uitgaan nauwelijks een ‘offer’ betekenen, andere jongeren missen mogelijk wel het contact met vrienden buiten de sport. Prioriteit geven aan de sport betekent ook vaak dat er bijna geen tijd is voor verjaardagen en feestjes en het aangaan en investeren van een relatie. In welke mate ervaren (gestopte) talenten dat zij ‘offers’ (hebben) moeten leveren voor de topsport?

2.4 Vroegtijdige carrièrebeëindiging

Er bestaan verschillende redenen om de topsportcarrière (vroegtijdig) te beëindigen, waaronder ernstige blessures en niet meer goed genoeg zijn (de-selectie) de belangrijkste ‘gedwongen’ redenen zijn bij talenten. Daarnaast zijn er diverse meer ‘vrijwillige’ redenen waarom talenten hun topsportloopbaan beëindigen, bijvoorbeeld omdat hun prioriteiten liggen bij een

maatschappelijke loopbaan of een 'normale' sociale ontwikkeling en vrijetijdbesteding (zie o.a. Elling, 2009; Van Rossum, 2005; Taylor & Ogilvie, 1998; Visscher e.a., 2002). Meestal is er sprake van meer samenhangende factoren.

In tegenstelling tot de 'pensionering' van oudere topsporters is leeftijd geen bepalende factor bij talenten in de zin dat ze 'te oud' zijn voor sportbeoefening. Wel is leeftijd van invloed op de keuzes die talenten in en buiten de sport (moeten) maken (Wylleman & Lavallee, 2004).

Vrijwel alle (jonge) topsporters krijgen te maken met al dan niet ernstige blessures, die hen confronteren met de 'achterkant' van topsport en veelal gepaard gaan met een lagere motivatie en verlies van spelplezier. Blessures kunnen ook de oorzaak zijn van het feit dat talenten niet meer geselecteerd worden voor het hoogste niveau of ze bepaalde limieten voor internationale wedstrijden niet halen. Omgekeerd kan het niet geselecteerd zijn ook bijdragen tot een grotere trainingsintensiteit met blessures of overtrainedheid als gevolg. Het ene talent kiest sneller voor 'gedwongen' opgave dan een ander, die ook na deselectie of ernstige blessures in zichzelf blijft geloven en doorgaat om de aansluiting weer te vinden. Ook financiële argumenten kunnen in verschillende mate doorslaggevend zijn om te moeten of willen stoppen met topsport.

Ook aan vormen van 'vrijwillige' carrièrebeëindiging kunnen minder vrijwillige aspecten als 'niet goed genoeg meer zijn' (gebrek aan progressie/prestaties) of psychologische factoren als faalangst ten grondslag liggen. Vooral wanneer de balans tussen investeringen in de topsport (tijd, moeite en betrokkenheid) en de prestatieprogressie verstoord raakt, krijgen talenten te maken met motivatieproblemen, die kunnen leiden tot beëindiging van de topsportcarrière. De waardering van de mate waarin investeringen en opbrengsten in balans zijn is niet voor iedereen gelijk en dus niet objectief vast te stellen. Als het plezier afneemt, kunnen investeringen tot 'offers' worden die talenten niet langer bereid zijn te accepteren en leiden tot het stoppen met topsport. Ook de sociale omgeving speelt hierbij een belangrijke rol. Talenten die over een zekere mentale hardheid beschikken en op positieve wijze ondersteund worden door hun ouders zullen beter omgaan met druk en tegenslagen en zullen minder snel hun carrière beëindigen bij tegenslag.

De manier waarop talenten (hebben leren) omgaan met mentale druk en met tegenslagen tijdens hun carrière, zoals verlies, blessures, ziekte, overtraining en conflicten, zijn kortom van grote invloed op de continuering van de topsportcarrière. Talenten die problemen hebben met de atletische identiteit en zichzelf niet als topsporter beschouwen zullen ook sneller geneigd zijn hun topsportcarrière te beëindigen dan topsporters die zichzelf als topsporter beschouwen en daar naar leven.

Voor de meeste talenten is afscheid moeten nemen echter een onvermijdelijk vooruitzicht, omdat er uiteindelijk slechts enkele talenten de overstap kunnen maken naar de echte top of een professionele sportcarrière (Taylor & Ogilvie, 1998; Wylleman & Lavallee, 2004). Een talentontwikkeling is in dat opzicht ook vooral een vorm van selectie en geen topsportopleiding, wat wel eens gesuggereerd wordt (Buisman, 2002).

Stoppen met topsport

Fuchs Ebaugh (in Stier, 2007, p.100) beschrijft de carrièreovergang als een 'rol-exit' proces. Het gaat om het losmaken van een rol die centraal staat binnen iemands eigen identiteit en het vestigen van een identiteit in een nieuwe rol. Afscheid nemen van topsport is een proces met vier achtereenvolgende fasen, die deels overlappend kunnen zijn: de eerste twijfels, het zoeken en het afwegen van verschillende alternatieven, het omslagpunt (de beslissing om een punt achter de carrière te zetten) en het vestigen van een ex-rol identiteit. Bij het einde van de topsportcarrière moet worden omgegaan met nieuwe rolverwachtingen, een nieuwe levensstijl

en men moet een verlies van sociale status - die ook jonge talenten vaak reeds hebben opgebouwd - kunnen accepteren. Vaak hebben ex-topsporters te maken met een vorm van *'role residue'*: hun omgeving en zichzelf hebben nog steeds verwachtingen die zijn gebaseerd op de oude rol van topsporttalent. De oude topsportidentiteit hangt als het ware nog steeds als een schaduw over het nieuwe leven van ex-topsporters.

Uit de literatuur is bekend dat een eenzijdige topsportidentiteit nadelig van invloed is op het afscheid nemen van topsport (Taylor & Ogilvie, 1998). Dat geldt zowel voor (jonge) topsporters als voor hun ouders (Lally & Kerr, 2008). Ook de mate van controle die een topsporter heeft over het einde van zijn topsportcarrière is van invloed op het verloop van deze laatste transitie (Elling, 2009; Taylor & Ogilvie, 1998). Het abrupte einde van een loopbaan door een zware blessure zorgt vaak voor een moeilijker overgang dan een gepland einde.

Talenten die hun sportieve carrière vroegtijdig beëindigen, kunnen te maken krijgen met negatieve gevoelens zoals teleurstelling, boosheid, frustratie, falen, schaamte en depressie. Sommige talenten ervaren een schuldgevoel ten opzichte van hun ouders en begeleiders. Maar ook ouders kunnen een schuldgevoel ontwikkelen (Lally & Kerr, 2008). Ze vragen zich af wat ze anders hadden kunnen doen en waarom ze niet hebben ingegrepen wanneer de eerste problemen optraden.

Hoewel dit soms wel wordt gesuggereerd door sociaal kritische sportpedagogen, hoeven talenten geen schade te ondervinden aan een topsportloopbaan, ook niet als ze vroegtijdig stoppen (Grupe, 1998; Oerter, 1998). Een topsportcarrière kan goed samengaan met een gezonde sociaal-psychologische ontwikkeling, waarin jongeren juist vanwege de mogelijkheden die hen worden geboden hun talenten te ontwikkelen, tot evenwichtige volwassenen opgroeien. Voorwaarde is dat jeugdtopsport kindgericht is en jonge mensen niet geëxploiteerd worden vanuit een eenzijdige oriëntatie op prestaties en gouden medailles. Sportpedagogen wijzen dan ook terecht op het belang van een verantwoord – 'humaan' of 'jeugdgericht' – talentontwikkelingsbeleid. Daarbinnen moet ruimte zijn voor een bredere zelfontplooiing dan alleen via de topsport. Een bredere maatschappelijke oriëntatie en sociaal-psychologische ontwikkeling dragen bij tot een gezonder topsportklimaat én een beter perspectief na (vroegtijdige) carrièrebeëindiging.

3. Methoden

Om de onderzoeksvragen te beantwoorden is voornamelijk gebruik gemaakt van kwalitatief onderzoek. Semi-gestructureerde diepte-interviews met zes actieve talenten en zes gestopte talenten en hun ouders staan centraal. Daarnaast zijn ook gesprekken gevoerd met drie jeugdtrainers, drie topsportcoördinatoren en één sportpsycholoog.

De talenten zijn afkomstig uit drie sportdisciplines: de teamsport handbal en de individuele sporten zwemmen en tennis. De (ex-) talenten en hun ouders werden geselecteerd met behulp van contacten bij sportbonden. Binnen de verschillende sporten zijn steeds evenveel jongens als meisjes geïnterviewd, waarbij ook gelet is op een evenredige sekseverdeling tussen actieve en gestopte talenten. De leeftijd van de (gestopte) talenten die deelnamen aan het onderzoek varieerde van 15 - 24 jaar. Tijdens de interviews met de jonge topsporters en ex-topsporters werden - behalve bij één ex-topsporter - tevens de ouders van de talenten geïnterviewd. Allereerst werd er gedurende drie kwartier tot een uur individueel met de talenten gesproken, vervolgens spraken wij gedurende drie kwartier tot een uur individueel met (één van) de ouders. De interviews met de (ex) tennistalenten en hun ouders werden uitgevoerd door een student pedagogische wetenschappen als onderdeel van een stageopdracht.

Door middel van ‘harde’ data, afkomstig uit de topsportklimaatmeting in de regio Haaglanden, worden op sommige plaatsen in dit rapport de resultaten van de interviews ondersteund en daarna in perspectief geplaatst. Deze topsportklimaatmeting is uitgevoerd door het Mulier Instituut in opdracht van de gemeente Den Haag. In totaal zijn 273 talenten tussen de 12 en 24 jaar ondervraagd die zijn ingeschreven bij het Regio Steunpunt Talent en Topsport (RSTT) in Den Haag. De verdeling tussen mannen (53%) en vrouwen (47%) in de onderzoeksgroep is ongeveer gelijk. Datzelfde geldt voor de verdeling tussen teamsporters (55 %) en individuele sporters (45%). Daarnaast werden in het kader van de topsportklimaatmeting nog enkele interviews gehouden met ouders van talenten die actief zijn in het judo en honkbal. Deze interviews bleken ook zeer bruikbaar voor dit onderzoek en zijn dan ook in de resultaten van dit onderzoek verwerkt.

Tevens zijn de talentontwikkelingsprogramma's van het NHV (handbal), de KNZB (zwemmen) en de KNTLB (tennis) geanalyseerd. Gekeken is naar de investering die sportbonden plegen op het gebied van talentontwikkeling, in welke mate aandacht wordt besteed aan het fysiek en sociaal welbevinden van het jonge talent en in hoeverre sportbonden aandacht besteden aan het voorkomen van overtraining, burn-out en vroegtijdige carrièrebeëindiging. De inzichten zijn verkregen uit de analyse van de talentontwikkelingsprogramma's en zijn aangevuld met resultaten uit de interviews met de topsportcoördinatoren en (jeugd)trainers.

De topsporters die geïnterviewd zijn voor dit onderzoek maakten al op jonge leeftijd (5-7 jaar) kennis met hun sport. Een aantal van hen beoefende meerdere sporten, maar werd op latere leeftijd gedwongen een keuze te maken voor één sport, omdat het lastig was de sporten te combineren. Eén 15-jarige topsporter beoefende wekelijks nog een tweede sport die verwant was aan haar hoofdsport. Deze sport beoefende zij op recreatief niveau. De meeste sporters werden geselecteerd voor het nationale jeugdteam tussen hun twaalfde en vijftiende levensjaar. Eén sporter werd ‘pas’ op zijn 18^e ontdekt door de bond. De trainingsarbeid van de topsporters varieerde van 9-19 uur per week.

4. Topsport, talentontwikkeling en beleid

Nederland streeft naar een positie bij de beste tien sportlanden van de wereld. Het kabinet trekt daarom de komende jaren structureel 27 miljoen euro uit voor topsport. Het grootste bedrag van de topsportinvesteringen gaat naar subsidies bestemd voor talentontwikkeling. Daarvan gaat 7,3 miljoen euro naar de ontwikkeling van jong sporttalent. De inzet is 20 procent meer talenten in 2011. Diverse centra voor Topsport en Onderwijs (CTO's) en Nationale Trainingscentra (NTC's) moeten de combinatie van topsport en onderwijs verbeteren. Een bedrag van 5,3 miljoen euro gaat in het Fonds voor de Topsporter. Hiermee zijn de sporters met een A-status verzekerd van een inkomen. Daarnaast wordt er 4,5 miljoen euro uitgetrokken voor de aanstelling van topcoaches. Stichting InnoSportNL krijgt 3 miljoen om 'grensverleggende toepassingen' voor de sport te ontwikkelen (Van Bottenburg, 2008).

De topsportonderdelen waarin Nederland goed presteert of goed zou kunnen presteren zullen door de overheid worden ondersteund op het gebied van talentontwikkelingsprogramma's, de aanstelling van coaches en de organisatie van evenementen in Nederland. Als meetmomenten voor de top-10 ambitie gelden wereldkampioenschappen en de Olympische en Paralympische Spelen. Investeringen in topsportonderdelen worden pas gedaan in Nederlandse talenten, topsporters, combinaties en teams die tot de top acht van de wereld behoren of uitzicht hebben op de top acht. Naast het behalen van de top-10 ambitie, wil Nederland zich graag profileren als topsportland door de organisatie van topsportevenementen zoals EK's, WK's en de Olympische Spelen (VWS, 2005).

4.1 Geschiedenis Nederlands topsportbeleid

In de propositie *Performance 2000* (NOC★NSF, 1999) werd voor het eerst het doel gesteld om Nederland bij de top-tien in het medailleklassement te brengen. Doel van deze propositie was marketing en topsport bijeenbrengen, zodat er meer sportinvesteerdere uit het bedrijfsleven konden worden aangetrokken. Belangrijke programma's binnen dit plan waren: de Olympische ploeg, Holland promotion, Sydney 2000, het ondersteunen van Olympisch talenten en het medaille/bonusplan. Samenwerking met de (bedrijfs)Partners in Sport zouden een totaalbedrag van 30 miljoen gulden opleveren.

Het ministerie van VWS ondersteunde het plan. Staatssecretaris van Volksgezondheid Welzijn en Sport, Margo Vliegthart tekende samen met de algemeen directeur van het Nederlands Bureau voor Toerisme en de voorzitter van NOC★NSF, Joop van der Reijden, een intentieverklaring om aan Performance 2000 over een periode van vier jaar één miljoen gulden per jaar bij te dragen. De belangrijkste motivatie hiervoor was de grote Holland Promotie waarde van topprestaties van Nederlandse topsporters en topsportteams en de veronderstelling dat deze prestaties het imago van ons land in het buitenland positief beïnvloeden. De ministeries van Economische Zaken, Landbouw, Natuurbeheer en Visserij, evenals het Nederlands Bureau voor Toerisme zouden gezamenlijk voor de helft in de jaarlijkse één miljoen gulden willen investeren. De andere helft kwam beschikbaar uit het budget van VWS en richtte zich op het deelproject Olympic Talent Team, dat zich bezighield met de ontwikkeling van jong talent tot Olympische deelnemers. Omdat de Paralympische Ploeg pas vanaf 2000 geheel geïntegreerd zou zijn in Performance 2000 stelde het ministerie van VWS eenmalig een bedrag van één miljoen gulden beschikbaar voor de voorbereidingen van deze lichamelijk gehandicapte

Olympia-gangers voor de Paralympics in 2000 in Sydney. Met deze overheidsbijdrage van in totaal vijf miljoen gulden kon het Team de Mission van NOC*NSF haar plannen volledig uitvoeren.

Een belangrijke voorloper van *Performance 2000* was het rapport *Sport als bron van inspiratie voor onze samenleving* (Kearney, 1992) van NOC*NSF uit 1992. In dit rapport werd sport beschreven als belangrijk maatschappelijk bindmiddel. Naast de positieve effecten van breedtesport werd er in dit rapport aandacht besteed aan de positieve maatschappelijke effecten van topsport. Topsport werd genoemd als één van de belangrijkste vormen van recreatie of amusement voor de samenleving. De topsportprestaties zouden een voorbeeldfunctie vervullen en enthousiasme voor sportbeoefening opwekken. Bovendien zouden topsporters dienen als identificatiemodellen, die het gedrag van vooral de jeugd positief zou beïnvloeden. De prestaties van topsporters zouden bijdragen aan het gevoel van positieve nationale trots en de Nederlanders de mogelijkheid geven zich te identificeren met succes. Tot slot werden topsportprestaties genoemd als promotiemiddel, omdat zij zouden leiden tot verhoging van prestige van Nederland in het buitenland. Doelstellingen die in het rapport *Sport als bron van inspiratie voor onze samenleving* zijn opgenomen zijn onder andere het bevorderen van de vlaggenschipfunctie van topsport en het verbreden en verdiepen van de beeldvorming over sport. In datzelfde jaar 1992 werd het Fonds voor de Topsporter opgericht. Het idee was dat uit de rente uit het fonds de uitkeringen aan A-sporters kon worden gedaan. Aanvankelijk werd gestart met een bedrag van 5 miljoen gulden dat verkregen was uit de omroepreserve. Later stelde de sport via de SNS nog eens vijf miljoen gulden ter beschikking. In 1994 werd er nog eenmalig 35 miljoen gulden gestort. Deze gelden kwamen voort uit onderbestedingen van de overheid. De A-sporters kregen een onkostenvergoeding van 500 gulden per maand. Ook werden in 1992 de voorwaarden voor topsport verbeterd door de invoering van *Lucky 10* en de Krasloterij bij de Lotto, waardoor er in de voorbereidingsperiode voor de Olympische Spelen in Atlanta in 1996 tweemaal zoveel geld voor de topsport beschikbaar kwam als in aanloop naar Barcelona in 1992.

In 1997 verscheen de kabinetsnota *Wat sport beweegt*. In deze nota was er aandacht voor de individuele topsporter. Het ministerie van VWS onderkende in deze nota dat topsport steeds minder een vrijetijdsbesteding is die samengaat met school, studie of werk, maar in toenemende mate het karakter kreeg van een primaire tijdsbesteding die te vergelijken is met een volledige baan. Het kabinet ondersteunde het topsportbeleid van NOC*NSF waarin aan goede sporttechnische faciliteiten voor, en financiële ondersteuning en professionele begeleiding van de (aankomende) topsporter prioriteit werden gegeven. De top tien ambitie werd in deze nota niet expliciet genoemd, maar het ministerie gaf wel aan dat *“Als uitgangspunt geldt dat Nederlandse topsporters minimaal aanspraak kunnen maken op een topsportklimaat dat minimaal kan concurreren met dat in (wat betreft inwonersaantal en welvaartsniveau) vergelijkbare andere landen.”* (1997, p.26)

In dezelfde nota zei het ministerie meer te willen investeren in topsportaccommodaties. Het kabinet streefde naar de aanwezigheid van *“een in kwantitatieve en kwalitatieve zin voldoende areaal aan topsportaccommodaties”* (1997, p. 27) en gaf tevens aan dat volwaardige topsportaccommodaties een noodzakelijke voorwaarde zijn voor een succesvolle Nederlandse kandidaatstelling voor grote sportevenementen. Het kabinet steunde om meer redenen (zoals economisch voordeel, voorbeeldfunctie, Holland promotie) deze kandidaatstelling, die op haar

beurt een positieve invloed kan hebben op de realisering van topsportaccommodaties. Doel is om een meerjarenplan (10-15 jaar) op te stellen om grote sportevenementen (met name EK's en WK's) naar Nederland te halen. Het bedrijfsleven zou worden betrokken bij grote sportevenementen. Het ministerie wilde in samenspraak met een aantal sportorganisaties bezien op welke wijze "de agenda van Holland-promotionele en handels-bevorderende activiteiten kan worden afgestemd op de agenda van topsportevenementen".

In 1999 verscheen als aanvulling op *Wat sport beweegt* de speciale topsportnota van het ministerie van VWS getiteld *Kansen voor topsport*. In deze topsportnota werd benadrukt dat topsport in Nederland vooral een zaak is van de georganiseerde sport zelf. De Rijksoverheid zou zich voornamelijk bezig houden met het scheppen van voorwaarden voor een goed topsportklimaat. De topsportinfrastructuur zou worden verbeterd en de risico's die met topsport samenhangen zouden worden beperkt. Ook in deze nota wordt benadrukt dat sport veel positieve effecten heeft op de beoefenaars en betrokkenen. De doelstellingen die in de topsportnota werden genoemd zijn het verbeteren van de maatschappelijke positie van topsporters, het verbeteren van de topsportinfrastructuur, het tegengaan van dopinggebruik en interdepartementale afstemming en coördinatie van het topsportbeleid.

Het Topsportbeleidsplan 2001-2004 getiteld *Topsport Bedrijven* uit 2001 is het eerste NOC*NSF beleidsplan waarin de top-10 ambitie wordt genoemd. In dit meerjarenplan beschreef NOC*NSF haar missie met betrekking tot topsport als: "Het creëren van optimale voorwaarden om talentvolle sporters en gearriveerde topsporters permanent op maximaal niveau te laten presteren." (2001, p.11) De ambitie van NOC*NSF Topsport is "een structurele toename van het aantal topsportonderdelen waarin Nederland op hoog niveau presteert, met als inzet het behalen en behouden van een top-10 positie van de wereld." (2001, p.11) NOC*NSF benadrukt in het rapport dat de sport - en dus ook NOC*NSF - een maatschappelijke functie heeft. In dit rapport werden de werkprocessen en resultaten van topsport vergeleken met het ondernemen in het bedrijfsleven. Vergaande professionalisering werd gezien als voorwaarde om topsport te bedrijven. NOC*NSF Topsport stimuleerde dat bonden zich gingen ontwikkelen tot marktpartijen. Het beleid van NOC*NSF Topsport richtte zich in sterke mate op kwaliteitsverbetering, waarbij er speciale aandacht was voor de ontwikkeling van sporttechnische programma's (innovatie, sporttechnische advisering en talentontwikkeling), het verbeteren van de arbeidsvoorwaarden van topkader, het centraal bijeenbrengen van kennis en kunde op het gebied van topsport (topsport expertise centrum), het versterken van de informatie uitwisseling, professionalisering van het vak topsportcoach, het bestrijden van dopinggebruik en internationalisering.

In de sportagenda *2005-2008* die in 2004 verscheen werd de top-10 ambitie van NOC*NSF verder uitgewerkt. Naast het versterken van het marktaandeel en het intensiever samenwerken om de georganiseerde sport te versterken was het behalen van de top-10 van de wereld een belangrijk speerpunt. Hierbij werd uitgegaan van een gemeenschappelijke verantwoordelijkheid met als basis haalbare doelstellingen per topsportonderdeel. De topsporters moesten centraal staan; met optimale voorwaarden voor hen en voor coaches en topsportbonden. De kernactiviteiten die zouden worden ontplooid om de ambities te kunnen realiseren zijn: Het per sporttak een haalbare sportieve ambitie vaststellen door het gebruik van objectieve meetinstrumenten, het ontwikkelen van kwaliteitscriteria, het ontwikkelen van opleidingsroutes, progressie als uitgangspunt voor het systeem van voorzieningen voor topsporters, collectief

investeren om -sporttakspecifieke- innovatie te stimuleren en voorwaarden hiervoor te scheppen en realisatie van topsporttrainingsaccommodaties boven wedstrijdaccommodaties.

In het *Realisatieplan Topsport* dat onderdeel is van het *Realisatieplan georganiseerde sport 2005-2008* (NOC★NSF, 2004) vermeldt NOC★NSF in de inleiding dat Nederland een welvarend land is en bekend staat als “innovatief en ondernemend” en dat de internationale oriëntatie breed en veelomvattend is. “Een plaats bij de Top-10 in de wereld van de sport past bij een land als Nederland”. Ondanks het positivisme is NOC★NSF ook kritisch en beschrijft het de ambitie als “een zware opdracht”:

“De Olympische Spelen van Athene lieten zien dat de Nederlandse topsport is verbreed. Er zijn meer sporters bij de eerste 8 geëindigd. Toch is Nederland op de Olympische medaillespiegel gezakt en buiten het top-10 klassement terecht gekomen. De internationale concurrentie zit niet stil en sporttechnische ontwikkelingen volgen elkaar in razend tempo op. We kunnen er niet meer omheen: het is tijd om keuzes te maken en te focussen. (...) Alleen een gerichte inzet van mensen, middelen en energie daar waar de ambitie om bij de beste 10 van de wereld te horen reëel is en onderschreven wordt, maakt die ambitie haalbaar.”
(2004, p. 26)

De laatste sportnota van het ministerie van VWS dateert uit 2005. In de nota *Tijd voor Sport* neemt het ministerie voor het eerst de top-10 ambitie over van sportkoepel NOC★NSF. De Nederlandse regering steunt het streven van NOC★NSF en het ministerie van VWS om Nederland een plaats te laten verwerven in de internationale top-10 landenklassering. De topsportonderdelen waarin Nederland goed presteert of goed zou kunnen presteren zullen door de overheid worden ondersteund op het gebied van talentontwikkelingsprogramma's, de aanstelling van coaches en de organisatie van evenementen in Nederland.

Als meetmomenten voor de top-10 ambitie gelden wereldkampioenschappen en de Olympische en Paralympische Spelen. De beleidsinzet is gericht op het professionele topsportklimaat, het beschermen van de gezondheid van de sporter en het positieve imago van de sport en (de maatschappelijke uitstraling van) de organisatie van evenementen in Nederland.

Opvallend is dat de relatie tussen topsport en onderwijs en begeleiding bij maatschappelijke doelen van de sporter weinig aandacht krijgen in de sportnota's. Aandacht voor het sociaal welbevinden van de topsporter is niet opgenomen in één van de zes programma's die moeten bijdragen aan de realisering van de doelstelling van het topsportbeleid. De programma's die wel extra aandacht krijgen zijn: talentherkenning en -ontwikkeling, stipendium voor topsporters, topsporters met een beperking, coaches aan de top, voorkomen van dopinggebruik, evenementen en accommodaties. Binnen de programma's is er speciale aandacht voor innovatie. Het project *Innosport* vormt hiervoor de basis.

4.2 Topsportstatus

In 1994 werd een statusregeling ingevoerd om te bepalen welke topsporters wel en niet in aanmerking komen voor een topsportuitkering van de overheid. Tegenwoordig krijgen sporters die tot de top acht van de wereld behoren een A-status. De atleten die bij de beste zestien behoren ontvangen een B-status. Talenten met een uitzonderlijk perspectief op snelle aansluiting bij de mondiale top-8 kunnen een High Potential (HP) status ontvangen.

In de afgelopen jaren is, als gevolg van de steeds strengere eisen van NOC★NSF, de groep topsporters die gebruik mag maken van het voorzieningenpakket ingeperkt. NOC★NSF ondersteunt met name de sporters die Olympische en/of mondiaal verspreide sporten beoefenen. Topsporters met een A-status moeten aantonen minimaal 32 uur te besteden aan hun trainings- en wedstrijdprogramma (Van Bottenburg, 2008).

Als gevolg van de strengere eisen is het aantal sporters met een A- of B-status gedaald. Daartegenover staat dat de sporters met een topsportstatus gebruik kunnen maken van meer en uitgebreidere voorzieningen dan voorheen. Zo is er een inkomensregeling, onkostenvergoeding, studiekostenregeling, vergoeding voor onbetaald verlof, loopbaanbegeleiding, autolease mogelijkheid, gratis treinreizen, fiscale advisering en medisch verzekeringspakket (Van Bottenburg, 2008). Nederland kent 750 topsporters met een A- of B-status en 26 talenten met een HP-status (meetmoment 2008).

Naar aanleiding van de nota Samen voor Sport (2006) van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) werd in 2007 door NOC★NSF in samenwerking met de sportbonden en Olympische Netwerken een minimumpakket aan voorzieningen samengesteld dat beschikbaar is voor talenten in Nederland. De Olympische Netwerken richten zich op (aankomende) topsporters en talenten. Veel jeugdige talenten krijgen eerst een regionaal erkende status vanuit een Olympisch Steunpunt. Het gaat om talenten die binnen de door de sportbond vastgestelde drie talentprofielen van talent vallen (internationaal T1, nationaal T1/T2 en regionaal talent T2). De huidige T categorieën die nu veelal gebruikt worden bij de steunpunten verdwijnen na 2009. Naast de talentprofielen die door de sportbond zijn vastgesteld gaat vanaf 2009 het aantal trainingsuren of trainingsmomenten per week een rol spelen. Voor een R1-status geldt een trainingsintensiteit van minimaal 10 uur of 5 trainingsmomenten per week en voor een R2-status geldt een norm van 8 uur of vier trainingsmomenten.

De topsporters die voor dit onderzoek geïnterviewd zijn, beschikten geen van allen over een A, B of HP-status. Gezien het aantal trainingsuren dat sommige talenten maken, komen zij zeker in aanmerking voor een regionaal erkende status. In de interviews met de (ex) talenten is niet gevraagd naar het wel of niet bezitten van de status vanuit een Olympisch steunpunt.

Topsportstatus van talenten in de regio Haaglanden

Het NOC*NSF richt zich met name op topsporters of talenten die behoren tot de internationale top op senioreniveau. Talenten daaronder kunnen ondersteuning vinden bij de Olympische Steunpunten in de regio. Het percentage talenten in de regio Haaglanden met een status vanuit het NOC*NSF is daarom ook veel lager (12%) in vergelijking met de R1 (29%) en de R2 (25%) status die toegekend wordt door het Olympisch Steunpunt in Den Haag. Veel talenten (34%) en met name in de jongste leeftijdscategorie (46%) zijn niet bekend met hun status.

Tabel 4.1 Topsportstatus volgens respondenten naar leeftijd (in procenten)

Leeftijd	12 t/m 15 jaar	16 t/m 23 jaar	Totaal
Status	N=148	N=103	N=251
NOC*NSF status (N=31)	4	24	12
R1/ T1/ S1 (N=73)	31	26	29
R2/ T2/ S2 (N=62)	19	33	25
Weet niet (N=85)	46	17	34

Bron: Topsportklimaatmeting gemeente Den Haag (Mulier Instituut, 2009).

4.3 Topsportprogramma's sportbonden

4.3.1 Handbal

Het Nederlands Handbal Verbond telde in 2007 ca. 55.000 leden, waarvan 30.000 jeugdleden. Een ruime meerderheid van de leden is vrouw waarbij het verschil in geslacht onder jeugdleden het grootst is (75% meisjes). Het aantal beoefenaars is tussen 2006 en 2007 gedaald (-4%). Handbal is wat betreft ledenaantal de zevende teamsport in Nederland en heeft meer leden dan bijvoorbeeld de Basketballbond en de Rugbybond. Net als bij voetbal is de gemiddelde sociaaleconomische status van de Nederlandse handballers relatief laag in vergelijking tot andere sporten (Breedveld, 2003).

De nationale dameselectie heeft als doelstelling om de aansluiting bij de internationale wereldtop te vinden. In 2005 is het Nederlands damesteam vijfde geworden op het WK. De doelstelling om deel te nemen aan de Olympische Spelen in Beijing 2008 is niet gehaald. De jeugdselecties hebben in de afgelopen jaren wel de aansluiting gevonden bij de internationale (sub)top. Met enige regelmaat kwalificeren nationale jeugdselecties bij de dames zich voor

EK's of WK's. Zo werden de Dames Juniors in 2007 zelfs derde van Europa. Onlangs hebben de Heren Juniors zich, voor het eerst in 21 jaar, weten te kwalificeren voor een jeugd WK.

Talenterkenning en selectie

Tot en met hun elfde levensjaar trainen kinderen bij hun eigen verenigingen. Vanaf 11-jarige leeftijd kunnen kinderen worden geselecteerd voor één van de negen afdelingsselecties. Meestal worden zij door jeugdtrainers van de club opgegeven. Deze selecties bestaan per afdeling uit 20 tot 24 kinderen. Vanaf 12-jarige leeftijd worden talenten geselecteerd voor de nationale selectie tijdens afdelingskampioenschappen. De (in totaal circa 30) geselecteerde kinderen gaan één keer per week naar sportcentrum Papendal voor een centrale training van drie uur. De trainers van de afdelingsselecties geven de namen door van getalenteerde spelers en speelsters, de scouts zullen deze spelers en speelsters beoordelen. De grootste talenten worden uitgenodigd een aantal proeftrainingen bij de nationale jeugdselectie te volgen. Wanneer ze geschikt blijken worden de talenten opgenomen in de nationale jeugdselectie.

Talentontwikkeling

Op dit moment zijn er verschillende particuliere initiatieven van clubs met betrekking tot talentontwikkeling. Getalenteerde jongeren kunnen zich aansluiten bij één van de acht particuliere handbalscholen. Het NHV wil zich sterk maken voor de ontwikkeling van een nieuw talentontwikkelingsprogramma voor kinderen van 12-15 jaar. Talentontwikkeling wordt in dit programma gekoppeld aan onderwijs. Er worden twaalf nieuwe handbalscholen opgericht en de acht bestaande particuliere handbalscholen komen onder verantwoordelijkheid van het NHV te vallen, er worden richtlijnen opgesteld waar de (particuliere) handbalscholen aan moeten voldoen. Het NHV wil de handbalscholen koppelen aan LOOT-scholen. Elke handbalschool moet plaats bieden aan twintig getalenteerde jongens en twintig getalenteerde meisjes. De kinderen op de handbalschool trainen, naast de gebruikelijke twee trainingen bij de eigen club, twee keer per week extra op de handbalschool. Talenten die binnen de handbalschool opvallen gaan op woensdag naar Papendal voor een extra training van drie uur bij de nationale jeugd selectie.

De kinderen op de handbalschool wonen thuis. De afdelingsselecties zijn voor kinderen van 12-15 jaar, deze kinderen trainen en nemen alleen deel aan de afdelingskampioenschappen. Vanaf 15-jarige leeftijd is het mogelijk om in een nationale selectie te spelen. Vanaf deze leeftijd spelen de kinderen (internationale) wedstrijden, voor deze groep zijn de Europese kampioenschappen het hoogste doel. De nationale jeugdselecties zijn afhankelijk van leeftijd onderverdeeld in 'Talents', 'Youth' en 'Juniors'.

Nederlandse handbaltalenten spelen vaak al op jonge leeftijd, vrouwen iets eerder dan mannen, in de Eredivisie. Nederlandse internationals kiezen er vaak voor naar landen als Denemarken, Duitsland en Spanje te gaan om zichzelf verder te ontwikkelen en zo mogelijk een profcarrière na te streven. De Nederlandse competitie voldoet volgens de bond niet aan het niveau om mee te kunnen doen op internationaal niveau, EK's, WK's en Olympische Spelen. Om deze reden is de handbalacademie in het leven geroepen. Vanaf 16-jarige leeftijd bestaat er voor meisjes de mogelijkheid om naar de Handbalacademie op sportcentrum Papendal te gaan. Het streven is om in 2010 voor jongens met een Handbalacademie te starten. De reden dat de bond, in eerste instantie, alleen voor dames heeft gekozen is uit financieel oogpunt. De bond denkt meer rendement te kunnen halen uit het verbeteren van de damestrainingen. Als reden voert de bond

aan dat de dames minder training krijgen bij de clubs dan de heren en dat de dames in internationaal perspectief op een hoger niveau spelen. Er is minder concurrentie dan in het mannenhandbal, omdat de wereldtop minder breed is.

De speelsters wonen op de academie en trainen gemiddeld circa negentien uur per week. Junioren speelsters die in het buitenland handballen komen alleen naar Nederland voor trainingsstages (3-6 weken per jaar), de overige trainingen vinden plaats bij de eigen club. Getalenteerde dames zijn volgens de bond vrij om voor de Handbalacademie te kiezen. Als ze niet voor de Handbalacademie kiezen dan kunnen ze volgens de bondscoach toch in het Nederlands team blijven mits hun niveau voldoende is. Dit gebeurt in de praktijk echter niet vaak, de bond kiest liever voor talenten die bij de academie zijn aangesloten, omdat deze zich sneller zouden ontwikkelen en 'zichtbaarder' zijn voor de bondscoach. Van de talenten die behoren tot de nationale selectie, maar niet deelnemen aan het programma op de Handbalacademie, wordt verwacht dat ze één of twee keer per week naar Papendal komen om mee te trainen met de selectie.

Clubs

De bond stimuleert transfers van getalenteerde spelers naar het buitenland. Volgens de bond kunnen de speelsters zich alleen in het buitenland ontwikkelen tot spelers van wereldformaat. De Nederlandse clubs krijgen een jaarprogramma van de bond. De selectiespeel(st)ers komen bij elkaar tijdens (internationaal) programmavrije weken. De verbondstrainers bezoeken de clubs van de spelers, waar overleg plaats vindt met de clubtrainers.

De Nederlandse vrouwenteams in de eredivisie trainen gemiddeld zes uren per week, de speelsters van de handbalacademie trainen zestien uur bij de handbalacademie en op vrijdagavond twee uur bij de vereniging. De wedstrijden vinden plaats op zaterdag bij de eigen vereniging. Ook de Nederlandse mannenteams in de eredivisie trainen circa zes uren per week, enkele topclubs trainen meer; gemiddeld circa acht tot tien uren per week. De clubtrainingen bestaan voornamelijk uit tactische en technische training waarbij wedstrijd situaties worden nagebootst. De krachttrainingen moeten in eigen tijd worden gedaan.

Volgens de bond bestaat er veel afstand tussen wensen en doelen van de bond en die van de clubs. De clubs in Nederland hebben als doel het behalen van het landskampioenschap, talentontwikkeling speelt een ondergeschikte rol. De clubs verliezen de beste spelers aan het buitenland. De bond is van mening dat de Nederlandse clubs zich de afgelopen jaren niet hebben verbeterd.

Bij clubs heeft het mannenhandbal vaak meer prioriteit dan het vrouwenhandbal, terwijl er volgens de bond bij het vrouwenhandbal meer kansen liggen. De bond zegt te blijven investeren in de handbalacademie zolang de dames bij de clubs niet meer dan zes uur per week gaan trainen. De clubs hebben echter weinig zin om te investeren in het vrouwenhandbal, omdat ze bang zijn hun getalenteerde speelsters te verliezen aan de Handbalacademie of aan buitenlandse teams.

Een topsportcoördinator: *“Om de Nederlandse competitie op het niveau van Denemarken of Duitsland te krijgen dan zijn we wel een paar miljoenen verder. In het buitenland zijn er veel semi-professionele clubs. Handbal is in Nederland te klein in vergelijking met Denemarken en*

Duitsland, bovendien is er te weinig media-aandacht voor. (...) Hockey heeft het voordeel dat de toppers van de wereld naar Nederland komen, dat scheelt zo veel energie en geld.”

Speerpunten

Het Nederlands Handbal Verbond is in het seizoen 2008-2009 gestart met een team bestaand uit de speelsters van de Handbalacademie die deelnemen aan de Nederlandse (dames) zaalhandbalcompetitie. Het team van de handbalacademie is als dertiende team aan de Nederlandse damesereditie toegevoegd en speelt haar wedstrijden midweeks. Daarnaast blijven de speelsters in het weekend spelen voor hun eigen club. De speelsters van de handbalacademie zullen een dubbele speellicentie krijgen om in competitieverband voor de eigen club en voor de Handbalacademie te kunnen uitkomen.

Een ander speerpunt van de bond is het opzetten van de handbalscholen. Er zal volgens de bond een goed programma neergezet moeten worden en de faciliteiten zullen uitgebreid worden met diëtisten en inspanningsfysiologen. De bestaande handbalscholen moeten volgens de bond worden geperfectioneerd en er worden blauwdrukken gemaakt van de handbalacademie.

De bond wil dat het damesteam in 2012 minimaal een 5^e positie op het EK behaalt, daarnaast streeft de bond naar deelname van het Nederlands damesteam aan de Olympische Spelen in 2012 en 2016. De bond wil deze doelen bereiken door kwalitatief hoogwaardige trainingsprogramma's aan te bieden en door beter samen te werken met de clubs. Het clubniveau verbeteren is volgens de bond wel een doel, maar heeft geen prioriteit.

Registratie drop-outs

Het NHV kent geen registratiesysteem voor drop-outs en voert geen exit-gesprekken.

Sociaal en fysiek welbevinden

Speelsters op de handbalacademie moeten een logboek bijhouden waarin ze hun fysiek en mentaal welbevinden beschrijven. Geblesseerde sporters blijven op de academie, waar mogelijk doen ze mee aan het programma. Op de academie is er begeleiding vanuit het sociaal-medisch centrum op Papendal, daarnaast heeft de handbalacademie een eigen fysiotherapeut en een eigen arts. Het totale begeleidingsteam van de handbalacademie bestaat uit een fysiotherapeut, arts, sportpsycholoog, diëtiste, sociaal-maatschappelijk werkster en een studiebegeleider. De sportpsycholoog wordt pas ingeschakeld wanneer er mentale problemen zijn, in eerste instantie proberen de trainer, sociaal-maatschappelijk werkster of studiebegeleider de problemen op te lossen.

Topsport en school

De handbalacademie werkt samen met een LOOT-school in Arnhem en met de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (HAN). Het school- en sportprogramma zijn op elkaar afgestemd. In eerste instantie was de LOOT-school in Arnhem niet gewend om met teamsporters te werken die twee keer per dag trainen, het schoolprogramma moest worden aangepast voor de tien handbalsters van de Handbalacademie.

Bij problemen met betrekking tot de combinatie school- en sportcarrière vindt er overleg plaats. Bij mindere schoolprestaties wordt het accent (kort) verschoven naar de studie. De handbalacademie kent een sociaal-maatschappelijk programma, waarbij er begeleiding is door een sociaal-maatschappelijk werkster, een studiebegeleidster bespreekt de schoolresultaten met

de leerlingen. Speelsters worden voordat ze starten bij de handbalacademie uitgenodigd voor een gesprek met de sociaal-maatschappelijk werkster. Daarna zijn de speelsters verplicht om nog twee keer af te spreken met de sociaal-maatschappelijk werkster.

Ouders

Speelsters in de Youth selectie komen in aanmerking voor de Handbalacademie. Hun ouders worden uitgenodigd en worden middels een brief en een voorlichtingsavond geïnformeerd over de Handbalacademie.

4.3.2 Zwemmen

De Koninklijke Nederlandse Zwembond heeft in 2007 ca. 145.000 leden. Onder de 90.000 jeugdleden zijn iets meer meisjes (52%) dan jongens, terwijl bij de senioren het percentage mannen (54%) iets hoger ligt. Het aantal jeugdleden is tussen 2006 en 2007 met vijf procent gedaald. Na golf, gymnastiek, hippische sport en schaatsen is zwemmen de vijfde individuele sport op basis van het ledenaantal.

In vergelijking met het Nederlands handbal worden er in het zwemmen aanzienlijk meer internationaal aansprekende resultaten behaald. Op de Olympische spelen in Peking (2008) waren twintig Nederlandse zwemmers actief. Het Nederlands vrouwen estafetteteam won goud op de 4 x 100 meter vrije slag en Maarten van der Weijden won goud op de 10 km open water zwemmen.

Talenterkenning en selectie

De KNZB kent geen regionale selecties. Er is een nationale juniorensselectie en een jeugdselectie. De juniorensselectie bestaat uit circa 25 talenten. De jongens in deze groep zijn 14-16 jaar, de meisjes zijn 12-14 jaar. De oudere talenten zitten in de jeugdselectie. De jeugdselectie bestaat uit een A-ploeg van circa twintig talenten en een kernploeg van vijftien talenten. De jongens in de jeugdselectie zijn 16-20 jaar, de meisjes 14-20 jaar.

Talenterkenning vindt plaats bij de junioren, talentontwikkeling bij de jeugd en jonge senioren. Talenterkenning gebeurt op basis van ranking op de ranglijsten. Voor iedere selectiegroep heeft de bond omschreven welke tijden de zwemmers moeten behalen om zich te kwalificeren voor bepaalde wedstrijden. De KNZB krijgt totaaloverzicht van de resultaten bij wedstrijden. Op basis van deze totaaloverzichten stelt de bond de selectie vast. Een intensief centraal programma is bij de junioren niet aanwezig, het gaat met name om kennismaking en kennisoverdracht aan ouders en trainers. De ouders en clubtrainers worden bij het talentprogramma van de KNZB betrokken.

Bij de jeugd is de selectie strenger dan bij de junioren. Er wordt gekeken naar de zwemprestaties. De zwemmers die in aanmerking willen komen voor een plaats in de jeugdselectie moeten perspectief hebben op de Europese Jeugd Kampioenschappen. Talenterkenning binnen de zwemsport gebeurt op basis van zwemtijden, andere factoren of eigenschappen worden daarbij volledig buiten beschouwing gelaten. Op het moment dat de jongeren deel uit maken van de selectie worden er lactaattesten en een mentale vaardigheidstest uitgevoerd. De testresultaten van de mentale vaardigheidstest worden besproken met een sportpsycholoog. De mentale tests zijn volgens de bond echter niet geschikt om te gebruiken als

selectiemethode omdat er alleen op tijden wordt geselecteerd. Daarnaast geeft de bond aan geen gebruik te willen maken van ‘subjectieve criteria’, omdat ‘de types die de top behalen erg van elkaar kunnen verschillen’ en dat ze daar geen patroon in kunnen herkennen.

Een topsportcoördinator: *“We willen wel een competentielijst gaan opstellen. Verstandig, maar de meeste topsporters die ik ken bezitten niet al die competenties. De competenties zijn wel in de omgeving aanwezig. Zelfs de meest succesvolle topsporters missen wel een aantal competenties. Dan vervult hun manager dat of hun vader bijvoorbeeld.”*

Talentontwikkeling

De selectieleden trainen thuis bij hun eigen club. Eén keer in de week nemen de selectieleden deel aan bondstrainingen, daarnaast bezoeken de selectieleden zes keer per jaar een trainingskamp van de bond. De jongens en meisjes trainen tijdens de bondstrainingen gezamenlijk. In de jeugdselectie (m:14-20 jaar, j:16-20 jaar) is er al sprake van specialisatie; er wordt gekozen voor een slag en een afstand. Ieder talent werkt zijn eigen programma af, afhankelijk van zijn of haar eigen niveau en specialisme. Het trainingsprogramma is afgestemd op individuele wensen en de individuele belastbaarheid. De KNZB maakt sinds twee jaar gebruik van een meerjarenopleidingsplan (MOZ). In het MOZ staat beschreven hoe en hoeveel de selectieleden bij hun club moeten trainen. Controle op regio initiatieven zijn er niet, de zwembond oefent controle uit op de individuele zwemmers. De selectieleden worden verplicht een eigen meerjaren opleidingsplan te schrijven, het Individueel Meerjaren Opleidingsplan (IMZO). Wanneer het plan niet voldoet aan de minimale criteria dan wordt een kind niet opgenomen worden in de nationale selectie. Vanuit de bond wordt de individuele zwemmer gestuurd, maar de verantwoording voor de invulling van het programma ligt bij de zwemmer en hun ouders en begeleiders. De KNZB zegt niet teveel verantwoordelijk op zich te willen nemen, ze zouden naar eigen zeggen de verantwoordelijkheid niet waar kunnen maken met de beperkte financiële middelen.

Clubs

Nadat de KNZB in 1996 te maken kreeg met een krappere budget werd er besloten te investeren in een beperkte groep van tien tot veertien talenten. Er werd gekozen voor een sterk gecentraliseerd programma met 70 tot 80 gemeenschappelijke trainingdagen. Er werd veel getraind, ook in de vakanties. Hoewel dit tot goede resultaten heeft geleid, zowel op jeugd- als senioreniveau, geeft de bond aan zich zorgen te maken over het huidige beleid. In de afgelopen jaren zijn er diverse verenigingen weggevallen en is een aantal trainers gestopt. Het verschil tussen de clubs en kernploeg bij de jeugd is te groot geworden, waardoor de effectiviteit van de kernploeg en het jeugdprogramma afneemt. De KNZB wil dit beleid vervangen door te decentraliseren en een structureel fulltime programma aan te bieden in bepaalde regio's. Er wordt geprobeerd de trainingssituatie thuis te verbeteren of te vervangen door een volwaardig programma. De bond wil geld investeren in regionale opleidingscentra. Hierbij zal geen gebruik worden gemaakt van internaten, maar indien nodig worden de jongeren ondergebracht bij gastgezinnen of wordt er gekozen voor begeleid zelfstandig wonen. Op dit moment zijn er twee nationale opleidingscentra: Het Nationaal zweminstituut in Amsterdam en het Nationaal zweminstituut in Eindhoven. Beide opleidingscentra zijn particuliere initiatieven, maar worden ondersteund door de KNZB en zijn officieel erkend als steunpunt.

Registratie drop-outs

De KNZB kent geen registratiesysteem van drop-outs. De enige manier die gebruikt zou kunnen worden om vast te stellen hoe hoog het percentage uitvallers is, is door oude jeugdanglijsten en uitslagen te vergelijken met de huidige seniorenanglijsten. Dit geeft echter geen beeld van de zwemmers die tijdelijk gestopt of geblesseerd zijn. De zwemmers die besluiten te stoppen worden niet begeleid door de bond, er bestaan geen exit-gesprekken en de stoppers krijgen geen begeleiding bij de voorbereiding op hun nacarrière.

Sociaal en fysiek welbevinden

Geblesseerde selectieleden krijgen een speciale status, ze doen niet mee met de selectie, maar blijven wel lid van de jeugdselectie. Blessures worden in eerste instantie behandeld door de clubfysiotherapeut, bij een chronische blessure wordt er een second opinion uitgevoerd door bondsfysiotherapeut. De KNZB zorgt ervoor dat het behandelplan van de eigen fysiotherapeut en van de bondsfysiotherapeut op elkaar afgestemd zijn. De KNZB zegt weinig zicht te hebben op het aantal blessuregevallen. De reden hiervoor zou zijn dat de meeste zwemblessures chronisch zijn. De topsportcoördinator van de bond geeft aan dat de meeste zwemblessures ontstaan door verkeerde training en eenzijdige belasting. Bij clubs bestaat er vaak onvoldoende kennis over blessurepreventie- en behandeling. De KNZB geeft aan in de toekomst bijscholing en voorlichting te willen geven aan de clubs op het gebied van blessurepreventie en – behandeling. Op het moment zijn er echter nog geen stappen ondernomen. De selectieleden krijgen begeleiding van een fysiotherapeut tijdens de trainingsstages en wedstrijden. Bij problemen kan de KNZB doorverwijzen naar een arts, sportpsycholoog of diëtist. De bond verzorgt geen preventieve mentale begeleiding.

Topsport en school

De bond is geen voorstander van onderwijs aan LOOT-scholen, ze vinden dat de scholen te flexibel zijn. Hierdoor leren de sporters niet zelfstandig te zijn en ze hoeven geen oplossingen te zoeken, wat leidt tot korte termijn planning. Op reguliere scholen moeten de sporters volgens de topsportcoördinator van de KNZB beter plannen en voorbereiden. Deze talenten zouden volgens de topsportcoördinator van de bond een bewustere keuze maken voor topsport. Een ander probleem ontstaat doordat het LOOT-onderwijs niet ingericht is op de zwemsport. Veelal eindigen de lessen rond 14:00, terwijl de zwemtrainingen doorgaans 's ochtends vroeg plaatsvinden.

4.3.3 Tennis

Tennis is na voetbal de sport met de meeste clubbeoefenaars in Nederland. In 2007 heeft de Koninklijke Nederlandse Lawn Tennisbond ongeveer 690.000 leden, waarvan 190.000 jeugdleden. Er zijn meer jongens (55%) lid dan meisjes. Opvallend is dat het aantal jeugdleden tussen 2006 en 2007 met vier procent is gestegen.

Nederland heeft de laatste jaren geen grote prestaties geleverd in het internationale toptennis. Een aantal ervaren toptennissers heeft afscheid genomen van het tennis. Nederland heeft de afgelopen jaren een aantal grote tennistalenten gehad in de top van het internationale junioren tennis. Deze jonge tennissers zijn momenteel bezig de overstap te maken naar in het internationale toptennis op senioreniveau.

Talenterkenning en selectie

De bondsjeugdopleiding begint al bij de jongste groepen op de basisschool. Kinderen uit de groepen 2, 3 en 4 van het basisonderwijs kunnen worden uitgenodigd voor een regionale instroomtraining. Volgens de topsportcoördinator zijn de meeste kinderen die doorstromen naar Jong Oranje al op jonge leeftijd ingestroomd. Het komt niet vaak voor dat kinderen die op latere leeftijd beginnen met tennis, alsnog bij een bondselectie terecht komen. De tennisbond heeft vijf scouts in dienst die kinderen vanaf ongeveer acht jaar kunnen scouten. Zij zijn aanwezig bij voorspeeldagen en bij minitoernooien. De tennisverenigingen worden op de hoogte gebracht van voorspeeldagen. De clubtrainers hebben op dat moment de mogelijkheid om talenten voor te dragen.

Talentontwikkeling

Volgens de tennisbond heeft een talentvolle tennisspeler al in een vroeg stadium een goede tennisopleiding nodig om uit te kunnen groeien tot een toptennisser. Daarom heeft de tennisbond de bondsjeugdopleiding opgezet met als doel de meest getalenteerde kinderen op te leiden voor Jong Oranje. Jong Oranje is een opleiding tot professioneel tennisser. De tennisbond heeft samenwerking gezocht met privétennisscholen om de ontwikkeling van talentvolle jeugd te begeleiden. Steeds meer talenten kiezen voor een opleiding bij één van de vele privétennisscholen in Nederland.

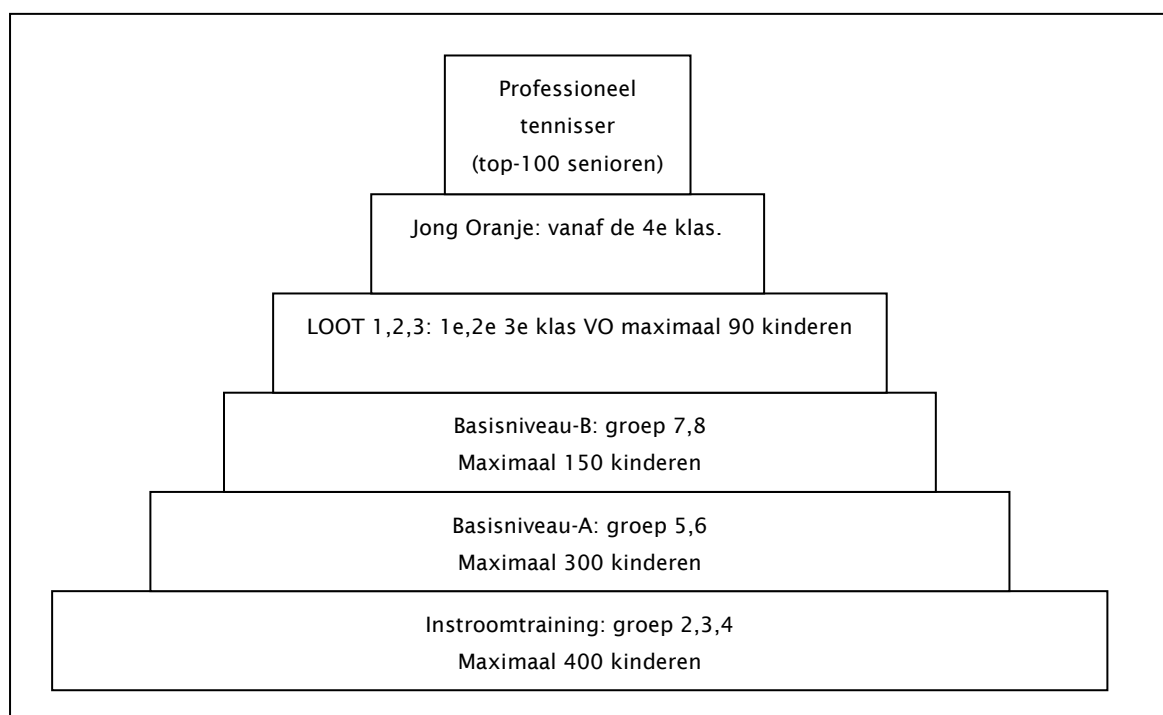
Vanaf de groepen 5 en 6 in het basisonderwijs krijgen maximaal 300 kinderen het predicaat Basisniveau-A. Kinderen die hiervoor worden geselecteerd, hebben de mogelijkheid om naast hun gewone tennistraining 5 uur per week te trainen onder begeleiding van trainers van de tennisbond. De volgende stap in de opleiding van de tennisbond is Basisniveau-B. Hiervoor worden maximaal 150 kinderen uit groep 7 en 8 van het basisonderwijs geselecteerd. De kinderen in Basisniveau-B trainen 9 uur per week bij de tennisbond.

LOOT 1, 2 en 3 is het traject voor spelers uit de eerste drie klassen van het voortgezet onderwijs. Vanuit basisniveau B stromen maximaal 90 kinderen door naar LOOT 1. Er zijn twee opties waaruit gekozen kan worden: Optie 1 is een volledig programma van de tennisbond en optie 2 is een beperkt programma naast de eigen tennistrainingen. Vanaf de vierde klas in het voortgezet onderwijs komen spelers in aanmerking voor Jong Oranje. Het traject van Jong Oranje loopt voor meisjes tot 21 jaar en voor jongens tot 22 jaar. Spelers worden hiervoor geselecteerd op basis van hun potentie en ambitie om de top-100 op de wereldranglijst te behalen.

De structuur van de jeugdopleiding is (net als in andere sporttakken) in piramidevorm. Naarmate het traject vordert is er voor steeds minder tennissers plaats. Elke groep kent een maximum aantal deelnemers met als doel om uiteindelijk alleen de beste spelers over te houden.

In samenspraak met het tennistalent, de ouders en de tennistrainers van de tennisschool kan een traject worden opgesteld om het talent verder te ontwikkelen. De mogelijkheden hiervoor zijn al naar gelang de financiële situatie dit toelaat oneindig. Vaak worden er ook sponsors gezocht om de opleiding bij een tennisschool te kunnen betalen. Ongeacht welke weg een talent bewandelt, vergt de opleiding tot toptennisser een behoorlijke financiële investering. De kosten voor optie 1 in het LOOT traject bedragen bijvoorbeeld 3500 euro op jaarbasis. Dit is exclusief alle overige kosten. Denk hierbij aan reiskosten die worden gemaakt naar trainingen en toernooien.

Figuur 4.1 Structuur Bondsjeugdopleiding tennisbond



Clubs

Sommige tennistalenten kiezen er zelf voor om te stoppen met bondstrainingen. Andere talenten worden niet meer geselecteerd en vallen buiten de selectie. Niet alle tennistalenten die afvallen leggen zich hier bij neer. Volgens de topsportcoördinator vervolgen de meeste tennissers die een fulltime tenniscarrière ambiëren hun tennisopleiding bij een van de vele (privé) tennisscholen in Nederland. Volgens de bond liggen de wortels van de topsportcarrière van de meeste fulltime tennissers echter wel bij de tennisbond.

Spelers krijgen op de tennisscholen vaak privéles. Volgens de tennistrainers van de tennisschool is dat een groot voordeel in vergelijking met de bond waar veel in groepen wordt gewerkt. De begeleiding op de tennisscholen gebeurt vaak in een één op één situatie. Volgens de tennistrainers zijn er veel tennissers die bij de bond zijn afgehaakt uiteindelijk toch boven komen drijven.

Registratie drop-outs

De KNLTB kent geen registratiesysteem voor drop-outs en voert geen exitgesprekken. De bond vindt het normaal dat er sporters afvallen en zegt niet te weten wat de bond kan verbeteren om het aantal drop-outs te doen afnemen.

De topsportcoördinator van de tennisbond zegt zich er van bewust te zijn dat fulltime tennissers al op jonge leeftijd veel zelf zullen moeten doen om te 'overleven' in het internationale toptennis. Dit blijkt ook uit het informatieboekje bondsjeugdopleiding 2007-2008 waarin de bond ouders adviseert om kinderen zo veel mogelijk zelf te laten doen. Bovendien raden zij ouders aan om niet te veel met het kind mee te reizen naar toernooien.

Informatieboekje bondsjeugdopleiding 2007-2008: *“Als het kind zich in het keiharde toptennis staande wil houden moet hij zo snel mogelijk zelfstandig worden.”*

De tennisbond ziet in dat het mentale aspect een steeds grotere rol gaat spelen in het tennis. Volgens de topsportcoördinator is mentaal trainen een van de speerpunten in de tennisopleiding voor de komende jaren. Tijdens het LOOT-traject doorlopen zowel ouder als kind enkele dagen een speciaal mentaal programma. De mentale ontwikkeling gaat ook een rol spelen in de selectie van tennistalenten. Het programma is voornamelijk ingericht om het tennisprogramma verder te optimaliseren.

Topsport en school

De tennisbond vindt het belangrijk dat tennistalenten hun opleiding aan het voortgezet onderwijs afmaken en daarbij kiezen voor een opleidingsniveau dat past bij de capaciteiten van het kind. De tennisbond geeft aan dat in Nederland onderwijs verplicht is tot 16 jaar. Voor buitenlandse topspelers is dat niet altijd het geval. Daarom is de tennisbond een samenwerking aangegaan met de LOOT-scholen. Om optimale trainingsmogelijkheden te creëren raadt de tennisbond talenten aan naar een LOOT-school te gaan. Daar kan het onderwijsprogramma worden afgestemd op het trainingsprogramma.

De topsportcoördinator en de tennistrainers vinden het eveneens belangrijk dat tennistalenten een diploma in het voortgezet onderwijs behalen en zijn bereid concessies te doen in de tennisopleiding op momenten dat talenten in de knel komen met hun schoolopleiding. Volgens hen doen deze situaties zich echter nauwelijks voor. De tennistrainers zijn van mening dat dit komt doordat talenten al op jonge leeftijd worden gedwongen om zelfstandig te worden en dat ze goed weten wat ze willen. Tevens is er over het algemeen een goede communicatie tussen de school en de ouders en tussen de school en de tennisopleiding. Het is ook in het belang van het tennis dat het goed gaat op school, want cijfers en schoolresultaten kunnen richtinggevend zijn voor de mogelijkheden die de school en ouders geven aan het tennistalent.

De overgang naar Jong Oranje vindt plaats rond de tijd dat jongeren niet meer leerplichtig zijn (na hun 16e jaar). Spelers die de overstap maken naar Jong Oranje hebben de potentie om in de toekomst tot de top-100 door te dringen. Om die stap te maken zullen spelers op jonge leeftijd ervaringen op moeten doen met het spelen van internationale toernooien. Op dat moment worden ook prestaties op school verlangd. In het beleidsdocument van de tennisbond wordt alleen gesproken over de leerplichtleeftijd en het advies voor het afmaken van de middelbare school. Er wordt niet gesproken over een combinatie tussen een tennisopleiding en een studie. Volgens de tennistrainers is die combinatie bijna onmogelijk. Het lijkt erop dat in de tenniswereld een combinatie tussen internationaal toptennis en een vervolgstudie niet algemeen aanvaard is.

De ontwikkeling van een talent in biografisch perspectief

Jeroen: een handbaltopper in wording

Jeroen (20) begon op zijn zesde jaar met handbal. Hij wilde graag iets anders doen dan zijn broer die al voetbalde. Zijn moeder las een oproep in de krant en handbal leek haar wel geschikt voor hem. "Hij was een fysiek kind. Hield van een beetje stoeien en als hij boos was dan was hij dat met zijn hele lijf." Zijn moeder vond sport een goede manier voor Jeroen waarin hij zijn fysieke energie kwijt kon. Zo maakt hij op jonge leeftijd spelenderwijs kennis met het handbal. "Het was heel speels allemaal een beetje overgooien met een bal en in het weekend een wedstrijdje op een klein veldje." Jeroen speelt bij een gezellige vereniging en gaat met plezier naar de trainingen toe. Op het moment dat hij 10 jaar is traint hij twee soms drie keer in de week. Jeroen is een sportieve jongen met een goede coördinatie. Zijn jeugdtrainer geeft hem op voor de regioselectie. Hij wordt geselecteerd en ontvangt ook al snel een uitnodiging voor de nationale jeugdselectie. Vanaf een jaar of 14 gaat hij trainen op het nationale sportcentrum Papendal. Daar gaat hij een keer in de twee weken heen om te trainen. "Je was dan de hele zaterdag weg. Vier uur trainen. Dat was altijd wel leuk". Pas twee jaar later speelt hij zijn eerste officieel wedstrijd met de nationale jeugdselectie. Jeroen ontwikkelt zich snel. Als hij net 16 is geworden, maakt hij zijn opwachting in de het eerste team van zijn vereniging. Hij speelt dat seizoen soms drie wedstrijden in een weekend. Zijn moeder is bang dat het teveel is.

"Ik heb me wel zorgen gemaakt. Ik vond dat hij overvraagd werd. Ik vond hem vaak nog te jong. Hij is van de B-jeugd naar de senioren gegaan. Er werd erg veel op zijn schouders gelegd. Ik had zoiets van 'rustig aan een beetje, dat lijf moet ook daarin mee.' Hij was continu tussen die oudere jongens, hij moest ook wel een beetje jong blijven."

Jeroen beleeft ontzettend veel plezier aan het handballen, maar op een gegeven moment werd het wel erg veel. Door de toegenomen belasting krijgt hij te maken met kleine blessures. In overleg met zijn ouders besluit hij om zijn trainings- en wedstrijdschema met zijn trainers te bespreken. Hij geeft aan dat hij het liefst maar één wedstrijd per weekend wil spelen, zodat hij zich daar op kan concentreren en zijn lichaam meer tijd krijgt om te herstellen.

"Soms voor een belangrijke wedstrijd voel ik wel een pijnkje, maar dan denk ik 'laat maar, ik ga deze wedstrijd toch spelen.' (...) Ik ben wel erg gedreven. Dat gaat soms ten koste van mijn lichaam. Op een gegeven moment had ik allemaal kleine dingetjes. De peesjes in mijn duimen waren allebei uitgerekt. Ik heb mijn neus een keer gebroken tijdens een wedstrijd. Of dat je dan een keer door je enkel gaat, zodat je weer een week niet kan spelen."

Ook naast het veld presteert Jeroen goed. Hij volgt een Havo-opleiding op de vrije school. Dit gaat hem, in combinatie met een steeds intensievere sportbeoefening, vrij goed af. In zijn examenjaar wordt hij steeds belangrijker in het eerste team van zijn club. Dit leidt tot een aanbieding van een topclub in Nederland. Hier krijgt hij de mogelijkheid om meer te gaan trainen, waardoor hij zichzelf als handballer verder kan ontwikkelen. Daar staat tegenover dat Jeroen dan wel zal moeten verhuizen. Hij besluit op het aanbod in te gaan. Na een tegenvallend toernooi, aan het einde van het seizoen, met de nationale jeugdploeg slaan de twijfels bij Jeroen toe. Hij zit dan midden in zijn examenperiode en ziet het allemaal even niet meer zitten. Zijn moeder over die periode:

"Je denkt dat je als Nederlands team al heel ver bent en dan kom je internationaal andere ploegen tegen die nog meer trainen en spelen (...) Daar zag je zo'n klasse verschil. Jeroen had

zoiets van: 'ik kan niet nog meer trainen.' Dat is dan ineens zo'n bewustwording. En het was ook dat de trainer zei: 'ik had meer van jullie verwacht.' Dat was ook zo'n nekpunt. Terwijl Jeroen juist dacht: 'Jezus, ik doe toch alles wat ik kan? Ik kan niet meer.'"

Jeroen zegt het aanbod af en heeft even helemaal genoeg van handbal. Hij denkt zelfs aan stoppen. Hij concentreert zich op school en behaalt zijn diploma. De hele zomerstop tot aan de voorbereiding op het nieuwe seizoen heeft hij nog geen besluit genomen. Uiteindelijk begint Jeroen toch maar met trainen en langzaam vindt hij het plezier in het handballen weer terug. "Ik kreeg een aanbod om naar een andere club te gaan. Ik had eerst 'ja' gezegd, maar uiteindelijk had ik er geen goed gevoel over. Ik wilde mijn leventje hier niet verlaten. Achteraf is het een goede beslissing geweest. We zijn hoger geëindigd in de competitie dan zij en vorig jaar heb ik ook een persoonlijke prijs gewonnen. Dat is toch ook een soort beloning voor alle trainingsarbeid."

Na het behalen van zijn Havo-diploma besluit Jeroen om een Hbo-opleiding te doen. Eigenlijk heeft hij niet zo veel zin meer om te leren, maar hij vindt het toch wel belangrijk. Vroeger wilde hij altijd op zijn 18e naar Spanje om daar professioneel te gaan handballen en de taal te leren. Jeroen vindt dat hij met deze studie ook iets heeft voor na het handballen. De combinatie tussen tophandbal en een studie is niet altijd even gemakkelijk.

"Er is geen topsportregeling. Ze zeggen: 'dit moet je voor ons doen en wat je daarbuiten doet is je eigen zorg.' Dat is soms wel vervelend als ik op trainingskamp ga. Er valt niet te onderhandelen. Als het niet anders kan dan kies ik voor handbal. Ik kan onbeperkt herkansen dus dan doe ik een herkansing. Dat is dan vaak twee of drie maanden later, dat is wel vervelend."

Jeroen heeft weinig tijd voor zijn vrienden. Daar heeft hij het soms wel moeilijk mee. Hij heeft het idee dat ze wel snappen waar hij me bezig is en vindt het fijn om te merken dat zijn vrienden 'trots' op hem zijn. Dat geeft hem extra motivatie om door te gaan en bevestigt hem in zijn keuze voor topsport.

"Mijn vrienden van buiten de handbal die volgen het allemaal wel. Ze vinden het gaaf dat ik op zo'n niveau sport. Soms zit ik in een dipje, dan zeg ik: 'Jullie doen allemaal zulke leuke dingen, ik wil ook mee stappen.' Ze zeggen dan: 'Je bent gek!, Als ik zo goed kon sporten dan had ik het wel geweten. Dan zou ik door blijven gaan om misschien een professionele carrière te maken.' Daar hebben ze wel gelijk in. Stappen kan altijd nog, daar hoef je geen talent voor te hebben. Dit is natuurlijk uniek om mee te maken."

Sinds kort heeft hij een vriendin die ook handbalt. "Dat is wel prettig, want zij speelt ook op hoog niveau en ze begrijpt waar ik mee bezig ben." Met haar spreekt hij veel over handbal. De ouders van Jeroen zijn altijd belangrijk geweest, maar hebben hem zijn eigen keuzes laten maken. "Ze komen regelmatig kijken, maar draaien daar niet in door." Als hij iets kon veranderen dan zou hij een beetje willen werken om geld te verdienen. Nu heeft hij het best lastig om rond te komen. "Gelukkig helpen mijn ouders mij daar bij."

Als de kans zich voordoet wil Jeroen, na het behalen van zijn Hbo-diploma, naar het buitenland. Duitsland lijkt hem wel wat. "Daar is de beleving van de sport zo intens." In de toekomst wil hij met zijn club kampioen worden van Nederland en hoopt hij geselecteerd te worden voor het 'echte' Nederlands team.

5. Resultaten: sociale omgeving

“Mijn ouders hebben mij altijd gesteund in mijn ambitie. Vanaf het begin van mijn carrière stonden ze telkens voor me klaar. Eerst door mij naar de trainingen te brengen - in de beginjaren zijn je ouders de grootste sponsors - , later door me mentaal te steunen. Ik ken genoeg talenten die het niet hebben gehaald doordat hun ouders niet achter hen stonden. Wat dat betreft prijs ik mij zeer gelukkig.”

Rutger Smith³

5.1 Invloed van en op het gezin: ‘We waren het hele weekend op de sportvelden te vinden’

Uit de literatuurstudie kwam reeds naar voren dat het gezin een zeer belangrijke invloed uitoefent op de loopbaan van getalenteerde topsporters. Ouders stimuleren het kind te gaan sporten en ondersteunen hun kinderen tijdens de sportcarrière voornamelijk op mentaal, emotioneel en financieel vlak. In de verschillende stadia van talentontwikkeling - kennismaking, ontwikkeling en specialisatie, en perfectionering (Bloom, 1985) - worden verschillende eisen aan het talent en aan zijn of haar directe sociale omgeving gesteld. In hoeverre en op welke wijze beïnvloedt de topsportcarrière van een of meerdere kinderen echter ook de levenssfeer van het gezin?

5.1.1 Stadium van kennismaking

Tijdens de interviews bleek dat de directe sociale omgeving van het kind een belangrijke invloed heeft op de sportkeuze van het kind. Bijna alle talenten zeggen dat ze via een vriend(in) of familielid die de sport al beoefende kennismaakten met de sport waarin ze actief zijn. De verschillende ouders geven aan sportbeoefening belangrijk te vinden en het beoefenen van een sport sterk gestimuleerd te hebben.

Een moeder van een zwemtalent: *“We vinden sporten gewoon leuk. Vader zat vroeger op zwemmen, dus de kinderen gingen er ook allemaal op. Alleen de tweede koos uiteindelijk voor atletiek. We vinden het wel belangrijk dat ze sporten in plaats van dat ze naar de bar gaan of aan de drugs zitten. Sporten is gewoon goed voor je lijf. Wij sporten ook nog steeds.”*

De normen en waarden van het gezin ten opzichte van (top)sport zijn belangrijk voor de ontwikkeling van de sportcarrière van het kind. Uit onderzoek van Fraser-Thomas en Côté (2008) blijkt dat zwemmers die de top hebben gehaald veelal positiever over de rol van hun ouders spreken dan degene die zijn gestopt met zwemmen. Alle topsportouders gaven aan sport belangrijk te vinden voor de ontwikkeling van het kind en zeiden sportbeoefening al vanaf jonge leeftijd te stimuleren. De sport van het kind is van invloed op het leven van het hele gezin. Verschillende gezinnen bleken meerdere kinderen te hebben die topsport beoefenden of topsport beoefend hadden. De overgrote meerderheid van de ouders had zelf geen topsportachtergrond.

³ In Wieldraaijer & Van den Brink (2009, p.57).

Wel gaven de ouders aan zelf in het verleden sport te hebben beoefend en interesse te hebben voor (top)sport. Enkele ouders offeren hun eigen sportcarrière op ten behoeve van de topsportcarrière van hun kinderen. Het ondersteunen van de topsportcarrière van hun kind(eren) wordt geleidelijk aan belangrijker dan het zelf beoefenen van sport.

Een moeder van een tennistalent: *“Hun vader diende wel als voorbeeld voor de kinderen. Hij speelde op een redelijk niveau en nam ze altijd mee naar de tennisbaan. Ze wisten niet beter. Mijn man voetbalde ook. Op een gegeven moment heeft hij een stap terug gedaan om meer tijd voor de kinderen te hebben. Ik bracht de kinderen altijd naar training. We hebben drie kinderen die alle drie fanatiek sportten, we waren het hele weekend op de sportvelden te vinden.”*

Ook oudere broers of zussen kunnen als een belangrijk rolmodel dienen voor het topsportende kind (Coté, 1999). Een groot aantal van de ondervraagde sporttalenten gaf aan dat ze niet het enige kind in het gezin waren dat sport op hoog niveau beoefende. Uit de interviews bleek dat het oudste kind in het gezin dikwijls als voorbeeld dient voor de jongeren. Zowel wat de betreft de sportkeuze als tijdens de verdere ontwikkeling van het talent vervult een oudere broer of zus regelmatig een voorbeeldfunctie.

Een tennistalent (20 jaar): *Mijn halfbroer die heeft ook goed gehonkbald. Hij was pitcher in het Nederlands team. We zijn wel sportminded bij ons thuis. (...) Mijn zus ging tennissen en pianospelen dus ik ging ook pianospelen en tennissen. Mijn zus ging jazzballetten, dus ik ook. Zij was echt mijn voorbeeld.*

Ouders zijn in de eerste fase van talentontwikkeling van grote invloed op de mogelijkheden die het talent heeft om zich verder te ontwikkelen. Ouders zorgen voor vervoer naar wedstrijden en trainingen, maar ook onbewust speelt het gezin een belangrijke rol. Zo bleek in de interviews dat veel talenten afkomstig waren uit gezinnen die waarde hechten aan sport in het algemeen of dat er meerdere kinderen uit één gezin topsport beoefenden.

5.1.2 Stadium van ontwikkeling, binding en toewijding

Uit onderzoek van Sloane (1985) bleek dat ouders van topsportkinderen vaak veel waarde hechten aan hard werken en goed je best doen. In dit onderzoek komt ook naar voren dat de topsportouders veel waarde hechten aan de manier waarop hun kinderen met hun sport omgaan. De meeste ouders hadden geen specifieke topsportdoelen voor hun kind vastgesteld, maar verlangden van hun kinderen dat ze hun best doen, ‘er uit halen wat er in zit’ en afmaken waar ze aan beginnen. Ouders hielden de bezigheden van de kinderen nauwlettend in de gaten en stimuleerden de kinderen zich maximaal in te zetten voor zowel hun topsport- als schoolcarrière. Eén ouder gaf aan structuur binnen het gezin erg belangrijk te vinden en was zelfs van mening dat de gezinsstructuur een belangrijke invloed heeft gehad op de topsportcarrières van zijn kinderen.

Een vader van een zwemtalent: *“Ik denk dat zijn topsportcarrière wel een beetje het gevolg is van onze opvoeding. Ik denk wel dat het helpt dat wij zeggen: ‘je begint ergens aan en je maakt het af’(...) Het werkt wel door op je kinderen. Daar ben ik van overtuigd. Ja, daar ben ik ook trots op. De keuzes die wij hebben gemaakt, daar ben ik nog steeds blij mee en ik sta er nog steeds achter.”*

Steun van de ouders en de sociale omgeving is van groot belang voor de talentontwikkeling van het kind. Ouders geven hun kinderen de gelegenheid om aan sport te doen door de sportcarrière financieel te ondersteunen en te zorgen voor vervoer naar trainingen en wedstrijden. Sommige topsportouders gaan nog weer verder in de ondersteuning van de topsportcarrière van het kind. Ze stimuleren op pro actieve wijze door bijvoorbeeld technische en tactische aanwijzingen te geven. Enkele ouders waren zelfs actief als trainer van hun kind. Daarnaast is ook de immateriële ondersteuning erg belangrijk. Topsportouders zijn vaak een belangrijke gesprekspartner voor de talenten om over de wedstrijd of training te praten. Daarentegen zeggen sommige talenten in bepaalde situaties een gesprek met één of beide ouders liever te vermijden. Ook in mindere fases tijdens de topsportcarrière is de rol van ouders belangrijk voor het topsportende kind. Uit de verschillende interviews bleek dat de ouders een prominente rol spelen in de voortzetting van de topsportcarrière wanneer het kind in een dip zit. Diverse talenten gaven te kennen dat de ouders moeite hadden gedaan om het kind de topsportcarrière te laten voortzetten of dat hun ouders moeite zouden doen als het kind zou zeggen dat hij of zij de topsportcarrière zou willen beëindigen. Twee talenten die in het verleden overwogen hun topsportcarrière te beëindigen gaven aan dat de gesprekken met hun ouders hen uiteindelijk deed besluiten de topsportcarrière voort te zetten.

Een moeder van een tennistalent: *“Ze dacht erover om te stoppen. Tijdens die periode werd ze ook wat minder open naar ons toe. (...) Wij hebben haar alleen maar gesteund en met haar gesproken, gezegd dat ze met mensen moest praten. Ze moet het wel zelf uitvechten. Je moet er voor gaan, want als het niet uit je zelf komt dan lukt het niet. (...) Je doet iets met volle overtuiging. Als je dat niet kan of wil dan moet je ook zo moedig zijn om te zeggen dan stopt het hier.*”

Jongere gezinsleden nemen soms als vanzelfsprekend de heersende topsportgerichte waardeoriëntatie over of imiteren het topsportgedrag van hun oudere broer of zus. Kinderen die hetzelfde pad volgen als hun oudere broer of zus profiteren van de, mede door hen ontstane, topsportcultuur in het gezin. De ouders zijn al ‘gewend’ aan de rol van topsportouder. Ze weten hoe ze het kind kunnen stimuleren en ondersteunen en begrijpen eerder hoe ze moeten handelen bij problemen.

Een vader van een gestopt zwemtalent: *“Het kan altijd beter en er is ook heel veel veranderd in acht jaar. Onze jongere dochter zit bij een andere club en ik vond het allemaal heel erg interessant. Ik ben er over gaan lezen. Ja, een beetje te laat, maar we hebben echt dingen niet goed, zelfs verdomd fout gedaan. En dat hadden we wel goed kunnen doen als we op andere mensen afgestapt waren, dat is zeker.”*

Niet alleen het leven van het kind is afgestemd op de topsportbeoefening, ook het leven van ouders en andere familieleden wordt beïnvloed door de keuze voor topsport. Een topsportcarrière verlangt investeringen en het maken van offers van alles gezinsleden. Vakanties moeten worden aangepast aan de trainings- en wedstrijdschema's van de topsporters. Soms wordt het hele gezin gedwongen op vakantie te gaan in de training- en wedstrijdvlrije weken van het topsportende kind. Sommige gezinnen combineren de vakantie met een trainingskamp of toernooi in het buitenland, in andere gezinnen komt het voor dat het kind alleen eerder naar huis gaat om op tijd de trainingen en/of wedstrijden bij te kunnen wonen.

Een vader van een handbaltalent: *“Toen hij startte in de eredivisie begon het gezin ook meer offers te maken. We moesten echt op tijd terug zijn van vakantie, omdat hij met de selectie mee ging op trainingsstage in Duitsland. In de herfstvakantie en in het voorjaar had hij een trainingskamp (...) Dan probeerden we het zo in te plannen dat we in de buurt waren en dat we hem op konden halen. (...) Mijn zoon heeft ook zijn eigen zomervakanties, waar je altijd rekening mee moet houden (...) Dan zeiden we ‘wat een onzin! Je kan toch best een weekje later beginnen?’ Maar dan zat hij later op de bank, er was gewoon geen keus.”*

De meeste ouders ervaren het feit dat één of meerdere kinderen in het gezin topsport beoefenen niet als last, maar als een verrijking. De manier waarop ouders de ‘offers’ ten behoeve van de topsportcarrière van het kind ervaren verschilt per gezin en per ouder. Enkele ouders vertelden dat zij het leuk vinden om hun kind bezig te zien. Ze zijn vooral heel trots wanneer zij hun eigen kind op het sportveld in actie zien. Sommige ouders beschouwen de topsportcarrière van het kind als een eigen hobby.

Vader van een zwemtalent: *“Ik denk dat we wel genoeg tijd voor onszelf krijgen. Nee, ik denk het niet, het is zo! De sport van onze kinderen is voor mij ontspanning, ik zie het niet als een inspanning. Als dat zo is dan heb je genoeg tijd voor jezelf, tenminste zo ervaar ik dat.”*

Andere ouders zijn wat neutraler, ze beschouwen het leven als topsportouder als een normaliteit. Verschillende ouders geven aan geleidelijk in de rol van topsportouder gegroeid te zijn. Een talentvolle sporter gaat meestal niet in een keer heel veel trainen. Vaak neemt de intensiteit van de sportbeoefening geleidelijk aan toe.

Moeder van een zwemtalent: *“Het gaat automatisch. Je groeit er in en op een gegeven moment, zolang zij het gewoon leuk vindt om te doen pas je je daar op aan. Het is niet een opgave van ‘ik moet’, ik vind het leuk. (...) Je moet het wel allemaal plannen. Als je het enigszins kunt doen, ga je met allemaal mee. (...) Het is ons niet overkomen, overkomen is dat je denkt ‘wat gebeurt er met me?’, maar nee je groeit er in.”*

Op sommige momenten ervaren enkele ouders de topsportcarrière van hun kind wel als een last. Ze maken bepaalde offers ten behoeve van de topsportcarrière van het kind. Op die momenten stimuleren ze de topsportcarrière van het kind wel, maar vinden hun eigen leven en vrije tijd ook belangrijk.

Vader van een handbaltalent: *“Met kerst willen we graag met z’n allen zijn, de andere dagen moet hij weer trainen. Je kunt het alleen plannen in die dagen. Je moet speciaal een vliegticket regelen, omdat hij eerder weg moet vanwege de bondstrainingen. Daarin merk je wel beperkingen inderdaad. Maar goed, je gaat er ook oplossingen voor bedenken: niet met z’n allen teruggaan, hem het vliegticket laten regelen, zelf langer blijven. Zo laat je je leven niet helemaal bepalen door de agenda van de topsport.”*

De ondervraagde topsportouders gaan ver in het stimuleren van de topsportcarrière van hun kind, ze zijn genooddaakt hun eigen leven af te stemmen op het topsportleven van hun kinderen. Enkele ouders hebben zelfs meer structurele keuzes gemaakt ten behoeve van de

topsportcarrière van hun kind(eren). Zo is één van de ouders meer gaan werken om de oplopende kosten in de ontwikkeling van hun talentvolle zoon te kunnen bekostigen.

Vader van een zwemtalent: *“Er zijn mensen die zeggen dat ze niet zo ver met hun kind willen gaan, maar eigenlijk hebben ze het dan over zichzelf. Als de ouders afhaken dan vallen de talenten ook af. Ze zijn en blijven afhankelijk van hun ouders. Die zijn een belangrijk ijkpunt in hun carrière. Daar mag de bond wel eens aandacht aan gaan besteden. Dat ze je uitnodigen om je te vertellen hoe goed je kinderen zijn, dat weten die ouders al. Maar ze weten niet wat ze moeten doen om hun kinderen ver te laten komen. Wij hebben daar de gekste dingen voor moeten doen. Mijn vrouw werkt voor hetgeen mijn kinderen kunnen doen in de zwemsport. Dat zul je niet overal horen.”*

Een andere ouder gaf aan juist gestopt te zijn met werken, omdat de intensieve ondersteuning van haar talentvolle kind anders niet meer vol te houden was.

Moeder van een honkbaltalent: *“Ik heb mijn baan opgegeven om mijn zoon te kunnen begeleiden. (...) Ik breng hem overal naar toe en help hem met zijn tijdsindeling. Ik zorg dat hij zijn ‘koppie’ leeg heeft zodat hij alle aandacht heeft voor school en honkbal. Zijn school doet hij zelf, alleen ik help hem wel: ‘Let op! maandag heb je geen tijd want dan heb je dit of dat.’ Als ik hem niet zou kunnen brengen, is het allemaal niet meer te doen voor hem, dan was hij twee of drie uur per dag aan reistijd kwijt geweest. (...) Wij gaan gewoon overal mee naar toe. Als hij moet trainen zijn we erbij of als hij naar Japan of China gaat dan gaan wij mee. Stel je voor dat hij geblesseerd raakt dan denk ik toch dat hij het wel fijn vindt als wij er zijn om mee te gaan naar het ziekenhuis ofzo.”*

De voorbeelden laten zien dat een keuze voor topsport niet alleen bepalend is voor de levensstijl van het topsportende kind, het bepaalt ook de levensstijl van de ouders en de rest van het gezin. Ondanks alle inspanningen ten behoeve van de topsportcarrière van het kind blijven de meeste ouders bescheiden en durven ze niet te beamen dat het succes van het kind het directe gevolg is van de opvoeding en hun ‘investeringen’ in de topsportcarrière. Net als in het dagelijks leven plaatsen de meeste ouders zichzelf in dit geval op de achtergrond. De ouders geven aan een belangrijke rol te hebben gespeeld bij het stimuleren van het kind, maar benadrukken vooral ook het talent en de wilskracht van het kind en het voordeel van andere gunstige factoren die er voor zorgen dat hun kind op topniveau actief is.

Sommige ouders formuleerden wel de behoefte aan meer voorlichting. Door meer informatie over de verwachte investeringen, kansen en mogelijkheden en ook de minder romantische aspecten van een topsportercarrière leren ouders en talenten zich beter voor te bereiden en een bewustere keuze te maken.

5.1.3 Stadium van perfectionering

“Eigenlijk hebben ze gewoon alles voor ons over gehad. Ze zijn zelfs voor ons verhuisd (...) Als je ziet hoeveel je ouders in je investeren, zorgt dat absoluut voor extra druk. Je wilt hen immers voor geen goud teleurstellen. Dan denk je: opgeven? Dat kan ik niet maken. Eerlijk gezegd heb ik daar soms stevig van gebaald, omdat ik het gevoel had geen eigen keuze te kunnen maken (...) Nu doe ik het echt voor mezelf en geniet volop (...) Op een gegeven moment wil je wel op eigen benen staan. Dat punt heb ik enige tijd geleden al bereikt en dat voelt goed!”

Jeffrey Wammes⁴

Met name in de individuele sporten bleken ouders een belangrijke rol te vervullen bij de overstap naar de fase van perfectionering. Sommige ouders waren actief betrokken bij het zoeken van een nieuwe professionelere trainer of club of waren emotioneel intensief betrokken bij het keuzeproces van hun kind. Naarmate de topsporters ouder en zelfstandiger worden verschuift de rol van de ouders meer naar de achtergrond. De ouders stimuleren over het algemeen de toenemende zelfstandigheid van hun kind maar blijven op de achtergrond emotioneel betrokken en indien nodig faciliterend.

Een zwemtalent (19 jaar): *“Ik maak ook wel gebruik van ze. Ik heb ze af en toe wel nodig in die zin dat ik er misbruik van maak dat ze me naar wedstrijden brengen, maar ook met de trein kom ik er wel. Ik vind het fijn als ze me brengen, omdat ik dan zelf iets niet hoeft te regelen. Ik heb er ook geen moeite als ze een keer niet kunnen. Dan doe ik het gewoon zelf.”*

Het stadium van perfectionering vond bij de handballers eerder plaats dan in de andere sporten. De geïnterviewde handballers speelden allen voor hun achttiende levensjaar in de hoogste landelijke divisie. Eén van de speelsters zelfs al vanaf haar vijftiende. Eén van de redenen dat handballers doorgaans op jonge leeftijd al op het hoogste niveau spelen is dat de beste Nederlandse spelers naar clubs in het buitenland trekken om daar een profcarrière na te streven. Het niveau in Nederland ligt een stuk lager dan in bijvoorbeeld Duitsland, Spanje en Denemarken. De beste Nederlandse jeugdspelers maken zodoende al op jonge leeftijd kans te debuteren in de eredivisie.

Veel ouders balanceren tussen het drukke bestaan als topsportouder en als ‘gewone’ ouder voor de rest van het gezin. Verschillende kinderen hebben verschillende wensen. Kinderen met een broer of zus die topsport beoefent vinden het niet altijd leuk dat hun broer of zus meer aandacht lijkt te ontvangen. Verschillende ouders gaven aan wel eens moeite te hebben de tijd en aandacht tussen de kinderen te verdelen. Ze doen hun best om de andere kinderen in het gezin ook voldoende aandacht te geven. Ze betrekken de kinderen bij de topsportcarrière van de broer of zus of zorgen ervoor dat er ook dingen worden gedaan buiten de topsport om. De meeste topsporters zeiden de steun van broers en zussen niet heel belangrijk te vinden, maar gaven wel aan het leuk te vinden als de broers en zussen interesse toonden in de topsportcarrière. De ouders van één topsporter gaven aan dat de steun van de oudste broer erg belangrijk was voor

⁴ In Wieldraaijer & Van den Brink (2009, pp.88/95)

hun topsportende zoon, de aanwezigheid van zijn broer tijdens een belangrijke wedstrijd had hem ‘vleugels’ gegeven.

Een keuze voor topsport brengt verplichtingen met zich mee die zowel het kind als de ouders beperken in hun keuzevrijheden en mogelijkheden binnen andere leefsferen. De ouders gaan niet op verschillende manieren om met de verplichtingen die een topsportend kind met zich meebrengt. De betrokkenheid van de ondervraagde ouders verschilt in intensiteit, maar ze lijken hier uiteindelijk allemaal een weg in te hebben gevonden.

Een van de belangrijkste redenen voor ouders om de huidige levenswijze door te zetten en de ‘offers’ ten behoeve van de topsportcarrière van hun kind vol te kunnen houden, lijkt het feit dat ze hier zelf ook een bepaalde mate van voldoening uthalen.

Ouders van een handbaltalent: (Moeder) *“Het leukste aan zijn topsportcarrière vind ik dat hij er zelf zo’n plezier in heeft. Ik vind het zo leuk dat hij er zo voor gaat.”* (Vader) *“Ik vind het leuk dat hij zich op die manier helemaal kan uitdrukken. Ik heb het idee dat hij in andere facetten wat terughoudender is, maar in de sport kan hij helemaal zichzelf zijn. Dat vind ik ontzettend leuk om te zien.”*

Ouders vinden het leuk om hun kind op hoog niveau te zien sporten, zijn trots op de prestaties van hun kind en vinden genoeg in het plezier dat hun kind beleeft aan sport.

5.2 Invloed van overige ‘significant others’

“Het is ondenkbaar dat wij breken. Ik heb van al mijn trainers veel geleerd, van de een meer dan van de ander. Jacco is voor mij de ideale vent. Hij gaf me het laatste zetje naar de wereldtop. We zijn samen aan de klus begonnen en die maken we ook samen af.”

Pieter van den Hoogenband⁵

5.2.1 Trainer/Coach

In de eerste fase van de sportloopbaan wordt de trainer vaak niet bewust gekozen (Van Rossum, 1992). Hij of zij is toevallig de trainer bij de club waar het kind op speelse wijze kennismaakt met de sport. Het kind krijgt waardering van de trainer door middel van lofuitingen. In dit stadium houdt de trainer zich niet echt bezig met talentontwikkeling of talentontdekking, wel is hij of zij vaak de eerste persoon die ontdekt dat het kind een snelle leerling is en zich de sportspecifieke bewegingen snel eigen maakt. De tweede fase gaat vaak gepaard met (de keuze voor) een nieuwe trainer en/of nieuwe club, waarbij trainingen sterker gericht zijn op talentontwikkeling en prestatie. In de fase van perfectionering fungeert de trainer meer als ‘master teacher’, die het talent verder helpt bij het ontwikkelen van fijne technieken, tactieken en mentale vaardigheden (Van Rossum, 1992).

⁵ In Brabants Dagblad (3 januari 2005)

Bijna alle ondervraagde talenten noemen de rol van hun trainer of coach niet direct wanneer wordt gevraagd welke personen belangrijk zijn geweest voor de ontwikkeling van hun topsportcarrière. Mogelijk dat één van de redenen is dat vrijwel alle sporters, ook binnen de drie fasen, verschillende trainers hebben gehad tijdens hun sportcarrière. Hierdoor kunnen de sporters niet direct één trainer of coach noemen die belangrijk is geweest voor hun sportcarrière. Zo geven sommige talenten aan dat ze van alle trainers wel iets hebben opgestoken.

Ondanks dat de meeste talenten niet nadrukkelijk over een trainer spraken, komt de rol van een trainer of coach duidelijk naar voren in de interviews. Een trainer kan bepalend zijn voor de keuzes die een talent maakt. De trainer is met zijn manier van werken van invloed op de beleving en betrokkenheid van een talent.

Een gestopt zwemtalent (22 jaar): *“Ik zat toen bij een club met een trainer waar ik niet tevreden mee was. Dat demotiveerde me eigenlijk alleen maar.”*

Voor een van de talenten was de trainer juist dat ‘extra zetje in de rug’. Andere talenten kiezen, voornamelijk in de perfectioneringfase, bewust voor een bepaalde trainer. Ook al brengt dit met zich mee dat ze verder moeten reizen naar trainingen en wedstrijden. Enkele talenten zijn zelfs verhuisd om zichzelf bij een andere club of trainer verder te ontwikkelen.

Een zwemtalent (19 jaar): *“Op dit moment heb ik niet echt iets met de trainer van die club. Er moet wel echt een trainer zijn die me aanspreekt anders ga ik toch liever naar Amsterdam. Dan neem ik toch liever dat risico. Dan doe ik waar ik me goed bij voel.”*

Voor enkele talenten was de trainer meer dan alleen een persoon die zorgt voor de technische en tactische ondersteuning. Zij spraken in mindere perioden met hun trainer over onzekerheden en twijfels. Zo gaf één talent aan vooral heel blij te zijn met de mentale ondersteuning van haar trainer. Tevens zei één van de talenten haar trainer als een soort tweede vader te zien. Een persoon waarmee allerlei zaken besproken konden worden.

Een tennistalent (20 jaar): *Ik ben weer gaan werken met mijn oude trainer. Die ken ik al heel lang. Daar was ik even weg geweest. We zijn toen gaan zitten met het programma en hebben dat samen ingedeeld. (...)Hij is echt een goed aanspreekpunt. Ik spreek met hem ook over mentale kwesties. Hij heeft daar geen opleiding voor. Ik ben wel eens bij een psycholoog geweest, hypnotiseurs wat allemaal niet (...) Ik ben gewoon heel gelukkig met de situatie nu. Met wie ik train, waar ik train. Dat maakt het ook gewoon prettiger.*

Daarentegen kan de rol van de trainer ook negatief van invloed zijn op de sportbeleving. Opvallend is dat wanneer talenten negatieve ervaringen hebben met een trainer of wanneer een trainer een negatieve invloed heeft gehad op de topsportcarrière, zijn of haar naam genoemd wordt door zowel de talenten als hun ouders.

Een gestopt zwemtalent (22 jaar): *“Ik ben regelmatig met de trainer in gesprek gegaan. Er komt een NK aan en ik heb de schema’s, maar daar ben ik het niet mee eens. Ik heb andere schema’s nodig. Hij zei gewoon: ‘Als jij bij mij gaat trainen dan heb jij mijn schema’s nodig.’”*

De trainers of coaches spelen een belangrijke rol in de ontwikkeling van een talent. In overleg met de trainer worden ambities besproken en trainingsprogramma's opgesteld. Zij kunnen als belangrijke gesprekspartner dienen voor het bespreken van de sportcarrière, maar ook andere zaken die niet direct met de sport te maken hebben worden soms met een trainer besproken. Een trainer kan een extra motivator zijn, maar in sommige gevallen kan een trainer ook progressie in de weg staan doordat hij/zij niet de juiste snaar weet te raken.

Talenten over hun trainings- en wedstrijdprogramma

Aan de talenten in de regio Haaglanden is gevraagd of zij voldoende kunnen trainen om op topniveau actief te zijn. Ongeveer één derde van de talenten is van mening dat zij niet voldoende kunnen trainen om op topniveau actief te zijn. Dit percentage ligt voor talenten die minder dan 8 uur per week trainen (37%) iets hoger dan voor de andere twee groepen (33% en 31%).

Tabel 5.1 Voldoende trainen naar trainingsuren (in procenten)

Aantal trainingsuren per week	Minder dan 8	Tussen de 8 en 10	10 uur of meer
Totaal N=263	N=62	N=54	N=147
Ja, voldoende	63	67	69
Nee, te weinig	37	33	31

Bron: Topsportklimaatmeting gemeente Den Haag (Mulier Instituut, 2009).

Tevens is gevraagd in hoeverre talenten tevreden zijn met de invloed die zij hebben op hun trainings- of wedstrijdprogramma. Over het algemeen is het merendeel van de talenten tevreden met zijn trainings- en wedstrijdprogramma. Individuele sporters zijn iets positiever over hun trainings- en wedstrijdprogramma dan teamsporters. Daarnaast is er een duidelijk verschil in het percentage talenten dat aangeeft het niet te weten. Teamsporters kiezen vaker voor dit antwoord dan individuele sporters. Zij zijn meer afhankelijk van anderen (teamgenoten) om hun sport goed te kunnen beoefenen dan individuele sporters. Mogelijk dat individuele sporters iets meer ruimte hebben om aanpassingen te doen dan teamsporters.

Tabel 5.2 Tevredenheid invloed trainings- en wedstrijdprogramma naar type sport (in procenten)

	Teamsport	Individueel
Totaal N=186	N=87	N=99
Trainingsprogramma		
(zeer) tevreden	82	88
(zeer) ontevreden	8	9
Weet niet	10	3
Wedstrijdprogramma (N=)		
(zeer) tevreden	76	83
(zeer) ontevreden	10	13
Weet niet	14	4

Bron: Topsportklimaatmeting gemeente Den Haag (Mulier Instituut, 2009)

5.2.2 Relaties

“Het scheelt dat Peter ook topsporter is. Hij weet waar ik het over heb, waar mijn frustraties vandaan komen. Als ik samen zou wonen met iemand die niet aan topsport doet, dan denk ik dat die persoon bij zichzelf te rade zou gaan.(...) Peter begrijpt de achterliggende gedachte. Als ik een keer opstandig en onredelijk ben en moet huilen, snapt hij waardoor dat komt: omdat ik niet kan judoën.”

Edith Bosch⁶

Het merendeel van de talenten geeft aan dat het vanwege de investeringen in de sportcarrière soms lastig is om een relatie aan te gaan of te onderhouden. Enkele talenten hebben momenteel een vaste relatie. Met name de tennistalenten geven aan dat het vanwege de investeringen in de topsportcarrière lastig is om een vriend of vriendin te hebben. Zij zijn hier tijdens hun carrière niet of nauwelijks mee bezig. Sommige talenten hebben momenteel wel een relatie. Enkele daarvan hebben hun vriend of vriendin via de sport leren kennen. Het hebben of ontbreken van een gedeelde interesse voor de sport leek voor de talenten niet van invloed op de mate van belangrijkheid van de partner voor de sportcarrière. Het is veel belangrijker of de vriend(in) het talent steunt, begrip heeft en stimuleert in zijn of haar topsportcarrière.

Een handbaltalent (19 jaar): *“Ik bespreek niet zo heel veel met mijn ouders. Ik bespreek meer met mijn vriendin over mijn sport. (...) Ik denk dat als ik mijn vriendin buiten het handbal had ontmoet dat we ook samen waren geweest. Natuurlijk is het wel een voordeel dat ze veel handbalt. Ze traint ook vier keer in de week. Als we niet kunnen afspreken dan weet ze waar het aan ligt. Ze kan het wel goed begrijpen.*

De topsportcarrière van de één is van invloed op de mogelijkheden om samen andere dingen te doen. Wanneer het qua tijd mogelijk lijkt om samen iets te ondernemen, houden talenten nog steeds in bepaalde mate rekening met hun sport. Enkele talenten gaven aan dat de investeringen ten behoeve van de topsportcarrière soms ook tot onbegrip kan leiden bij een vriend of vriendin zonder (top)sportachtergrond.

Een tennistalent (20 jaar): *“Als je een normale baan hebt en een vriendje die zegt met oud en nieuw doen we dit en dat. Dat is leuk, maar als je de volgende dag moet tennissen, kan dat niet. Daar moet je dan wel begrip voor op kunnen brengen. Hij kon het niet uitstaan dat ik niet uitging. Dat vond hij helemaal niet leuk, maar dat kan gewoon niet als ik de volgende dag moet trainen. Ook als ik twee dagen later moet trainen kan ik gewoon niet tot diep in de nacht uitgaan. Wat dat betreft is het belangrijk dat je iemand hebt die je begrijpt. Ik had nooit het idee dat hij het helemaal snapte. Hij was zelf geen topsporter.*

Het hebben van een relatie kan zorgen voor bepaalde spanningen. Op momenten dat de partner graag zou willen dat je er bent, zoals een verjaardag of diploma-uitreiking, gaat de sport soms

⁶ In Sportweek (datum niet bekend 2008)

voor. Sommige talenten zeggen het moeilijk te vinden dat ze vanwege hun topsportactiviteiten er niet altijd kunnen zijn voor hun vriend of vriendin. Natuurlijk zorgt een topsportcarrière niet altijd voor moeilijkheden. Zo geven sommige talenten aan dat er door de sport juist hele positieve situaties ontstaan.

Een handbaltalent (21 jaar): *“Mijn vriend vindt het soms leuker dan ik. Hij vindt het echt superleuk, hij is er in zijn hoofd ook heel erg mee bezig. Hij voetbalt op zaterdagmiddag en dan komt hij daarna met zijn hele team bij mij kijken. Hij is ook mee geweest naar Tsjechië met vrienden en met mijn broer. Dat is wel heel erg leuk.”*

Sommige talenten hebben wel eens vriendje of vriendinnetje. In het begin verloopt het dan allemaal vrij gemakkelijk, maar na enige tijd wordt het contact minder. Mede als gevolg van de investeringen in de topsportcarrière worden relaties meestal niet heel erg serieus. De prioriteit van talenten lijkt bij de sport te liggen.

Een gestopt tennistalent (19 jaar): *“Ja, ik heb wel eens een relatie gehad, maar het is wel moeilijk als je zoveel sport. Ik trainde minstens 2 keer per dag. Je bent er van ‘s morgens acht tot ‘s middags vier mee bezig. Dan ben je ook gewoon moe. (...) Tijdens het reizen werd het contact gewoon minder. Ze begreep er niks van. Ik was gewoon veel aan het trainen en zij ergerde zich eraan dat ik er nooit was.”*

Voor enkele talenten zorgde het ontstaan van een relatie voor twijfels over de huidige levensstijl als topsporter. Eén van de talenten gaf aan voorheen helemaal niet bezig te zijn met een relatie en voor één van de gestopte talenten was het ontstaan van een relatie het laatste duwtje in de rug dat hem deed besluiten te stoppen met zijn intensieve sportbeoefening. De vriend of vriendin speelt bij het beëindigen van de topsportcarrière een belangrijke rol. Hij of zij ondersteunt de sporter in het transitieproces.

Een ex-zwemtalent (22 jaar): *“Mijn vriendin heeft me geholpen bij het acceptatieproces. Ik merkte dat ik de puf en de moed niet meer had om nog te gaan trainen na mijn werk. Zij vroeg dan ook waarom ik het nog deed. Ik zei dat ik het lekker vond. En zij zei: ‘Je kunt nu wel doorgaan, maar eens houdt het op en kun je niet meer. Hou jezelf een spiegel voor en bedenk wat je wilt.’ Toen bleek mijn maatschappelijke carrière veel belangrijker voor me te zijn dan mijn sportieve carrière. Het trainingsgroepje motiveerde me niet. Mijn vriendin heeft me ook heel goed opgevangen toen ik ben gestopt. Ik kan met haar heel goed praten en andersom ook.”*

Hoewel een relatie vaak een positieve invloed heeft op de topsportcarrière van een talent blijkt het niet altijd gemakkelijk een relatie te onderhouden of te beginnen. Vanwege de investeringen in de topsportcarrière is het lastig om een relatie met een vriend of vriendin te onderhouden. Toch kan een vriend of vriendin een belangrijke rol spelen. Daarbij is het niet van belang of iemand zelf een (top)sportachtergrond heeft. Begrip, interesse en stimulering van de topsportactiviteiten spelen een veel grotere rol.

5.2.3 Vrienden van binnen en buiten de sport

Uit onderzoek van Van Rossum (2002) bleek dat teamgenoten een positieve invloed hebben op de sportcarrière van het talent, ze fungeren als vriend(in), trainingsmaat of sparringpartner. In de fase van perfectionering neemt de invloed van de ouders af. Talenten worden ouder en bespreken hun problemen en ervaringen steeds meer met hun vrienden of partner dan met hun ouders. De talenten gaven aan verschillende vrienden binnen de sport te hebben. Deze vriendschappen zijn dikwijls gebaseerd op een gedeelde interesse in de sport en op het hebben van een gemeenschappelijk doel.

Een gestopt zwemtalent (22 jaar): *“Mijn sociale contacten waren het zwemmen. Met de mensen van daar ging ik stappen of naar feesten. Ik had ook weinig contacten op school. Die waren heel anders dan ik. Met zwemmen hadden we allemaal dezelfde interesses en dat maakte het een stuk makkelijker.”*

Het merendeel van de talenten heeft ook vrienden buiten de sport. Over het algemeen geven talenten aan dat deze vrienden wel begrip hebben voor de situatie. In sommige gevallen raken vrienden van buiten de sport ook betrokken bij de sportcarrière. Ze ondersteunen het talent door af en toe te komen kijken bij wedstrijden.

Een handbaltalent (21 jaar): *“Mijn beste vriendin ken ik van handbal, maar die is gestopt vanwege een blessure. Een andere goede vriendin zit bij mij in het team. Ik heb ook vriendinnen van buiten het handballen, die komen heel vaak kijken en vinden het allemaal hartstikke leuk.”*

Vanwege de sportcarrière zijn talenten niet altijd in de gelegenheid om bepaalde activiteiten te ondernemen met vrienden. De meeste talenten zeggen regelmatig bewust te kiezen om niet op stap te gaan met hun vrienden. Ondanks dat dit een bewuste keuze is, ervaren sommige talenten op die momenten enige spanning ten opzichte van hun vrienden. Vrienden buiten de sport kunnen ook een positieve invloed hebben op de sportcarrière door interesse te tonen, te stimuleren en een luisterend oor te bieden wanneer er problemen zijn. Wanneer talenten het gevoel hebben dat zij worden gewaardeerd door hun vrienden, kan dat een extra motivatie zijn om de investeringen in de topsportcarrière door te zetten.

Een handbaltalent (19 jaar): *“De vrienden van school die volgen het allemaal wel. Ze vinden het gaaf dat ik op zo'n niveau sport. Soms zit ik wel in een dipje, dan zeg ik: ‘Jullie doen allemaal zulke leuke dingen, dan wil ik ook mee stappen.’ Ze zeggen dan: ‘Je bent gek in je hoofd, want als ik zo goed kon sporten dan had ik wel geweten. Dan zou ik door blijven gaan om misschien een professionele carrière te maken.’ Daar hebben ze wel gelijk in. Stappen kan altijd nog, daar hoef je geen talent voor te hebben. Dit is natuurlijk uniek om mee te maken.”*

Niet alleen tijdens de sportcarrière bieden vrienden steun, ook na het beëindigen van de topsportcarrière blijken met name de vrienden buiten de sport belangrijk te zijn. Zo geven enkele gestopte talenten aan dat het contact met vrienden binnen de sport veranderde of zelf helemaal verdween nadat zij waren gestopt met hun sport.

Een gestopt zwemtalent (22 jaar): *“Mijn vrienden hebben me ook veel geholpen. Ze begrepen het wel allemaal. De meeste studeren allemaal nog. Ze begrepen het wel heel goed: je werkt, je*

woont samen. Dus die hebben me er ook wel heel goed in gesteund. Die hebben er begrip en respect voor gekregen.”

Het opbouwen en onderhouden van een vriendengroep buiten de sport lijkt een belangrijke factor om moeilijkheden bij het beëindigen van de topsportcarrière te beperken. Mede ingegeven door het feit dat ex-talenten zeggen dat contacten met vrienden binnen de sport veranderen of zelfs verdwijnen na het beëindigen van de topsportcarrière.

De ontwikkeling van een talent in biografisch perspectief

Jantien: Met ups en downs op weg naar de top (100)

Het grote doel van Jantien (20) is om ooit in de top-100 op de wereldranglijst van het internationale vrouwen tennis te komen. Om dat doel te bereiken traint Jantien soms wel vijf of zes uur per dag en is zij gedurende het tennisseizoen twee tot drie weken per maand op reis voor het spelen van internationale tennistoernooien over de hele wereld.

Toen Jantien net drie jaar was, had ze voor het eerst een racket in haar handen. Op het moment dat ze met dat speelgoed racket tegen de schilderijen begon te slaan, nam haar vader haar mee naar de tennisbaan. Al snel was te zien dat Jantien talent had. Toen zij 6 jaar was nam ze voor het eerst deel aan de bondstrainingen. Haar moeder: *“Nou eigenlijk van het begin was te zien dat ze talent had. Ze is altijd één van de beste in haar leeftijdscategorie geweest. De vraag is: ‘groeit het talent mee met haar leeftijd.’ (...) Speelster waar ze vroeger van won, staan nu in de top-100.”*

In het gezin van Jantien draait alles om sport. De vader van Jantien is tennistrainer en traint naast haar nog een aantal andere tennistalenten. De moeder van Jantien is haar coach en reist over de hele wereld om Jantien te begeleiden bij tennistoernooien. De broer van Jantien is een talentvolle judoka. Hij werd tweemaal Nederlands kampioen bij de jeugd. *“Als je kleine kinderen hebt doe je ze op sport omdat je vindt dat bewegen belangrijk is. Dan kom je erachter dat ze talent hebben. (...) Niemand had kunnen voorspellen, dat toen ze zes jaar was en bij de bond ging trainen, dat ik zes jaar later vijf weken met haar door Zuid- Amerika zou reizen. Je gezinsleven groeit mee in het talent van de sporter. Je gaat naar de trainingen, je gaat naar het buitenland. Wij zijn hele actieve sportouders. Als er wedstrijden zijn dan gaan wij mee. Wij leven voor de kinderen. Dat klinkt heel absurd maar ik vind het ook ontzettend leuk om ze bezig te zien.”*

Naast haar intensieve sportbeoefening volgt Jantien een Vwo-opleiding op een gewone middelbare school. De school ondersteunt haar zo goed mogelijk om de combinatie tussen het spelen van toptennis en het behalen van een Vwo-diploma mogelijk te maken. Haar ouders onderhouden intensief contact met de docenten waardoor zij hun medewerking verlenen om tennis en school zo goed mogelijk te combineren. Jantien heeft de mogelijkheid om genoeg te trainen en wanneer ze voor het tennis op reis moet, gaat haar huiswerk mee de tas in. Haar moeder zorgt ervoor dat de leraren het werk voor de komende weken opgeven. Toch maakt Jantien, in de vierde klas van het VWO, in samenspraak met haar ouders definitief de keuze om volledig voor het tennis te gaan. Het vele trainen en reizen naar toernooien in het buitenland valt niet langer te combineren met de verplichtingen op school. Volgens haar moeder is dit, met het oog op het tennis, de juiste beslissing. *“Sommige talenten kiezen bewust voor school. Halen eerst een diploma en gaan dan voor het tennis, maar 90 procent haakt dan juist af. Je loopt achterstand op met de rest van de wereld.(...) In het buitenland gaan ze daar iets anders mee om. Er zijn heel veel voorbeelden van meisjes die eerst een diploma hebben gehaald, maar dan wordt de achterstand te groot. Kijk: ‘Je moet bij de groep blijven hè.’ Het is net als een peloton als jij even wat langzamer gaat haal je ze niet meer in.”*

Vanaf dat moment gaat Jantien fulltime tennissen. Ze gaat intensiever trainen en meer reizen naar internationale tennistoernooien. Daarnaast volgt ze nog een aantal vakken op het

volwassen onderwijs. Jantien vindt het prettig dat ze al haar tijd, aandacht en energie nu volledig op het tennis kan richten. Over het behalen van een diploma maakt ze zich niet druk. *“Waarom zou ik? Ik ben twintig. Leren kan altijd nog. Tegen de tijd dat ik stop hoop ik mijn Vwo-diploma te hebben en dan zie ik wel verder.”* De nieuwe aanpak betaalt zich direct uit, want ze maakt een aantal grote stappen op de jeugdwereldranglijst.

Jantien wil haar laatste jaar als junior zo goed mogelijk eindigen. Dat is belangrijk voor de overstap naar het seniorentennis, maar dan krijgt ze te maken met tegenslag. Haar lichaam is niet gewend aan de grotere belasting, waardoor ze last krijgt van blessures. Het tennis verloopt minder goed en de druk om te presteren neemt toe. Nu haar focus volledig bij het tennis ligt, wil ze ook aan de buitenwereld laten zien dat de keuze voor fulltime tennis de juiste is. Ze geeft haar blessures niet de kans om voldoende te herstellen, waardoor ze niet volledig fit wedstrijden ingaat. Dat maakt haar onzeker. *“Op halve kracht kan je geen wedstrijden winnen.”* Jantien zit in een negatieve spiraal en zakt steeds verder weg. Ze is meer bezig met revalideren dan dat ze aan het tennissen toekomt. In die periode speelt ze vaak met de gedachte om te stoppen met tennissen. *“Op een gegeven moment was het zo erg, dan wilde ik gewoon gaan trainen en werd ik elke keer binnen vijf minuten misselijk en ziek op de tennisbaan. Toen concludeerde een arts dat ik een soort overspannen was. Toen heb ik twee maanden niks gedaan en ben ik langzaam met conditietraining begonnen. Ik heb mijn voeding aangepakt en mijn service veranderd. Sindsdien gaat het goed. Tenminste, ik word niet meer misselijk op de baan.”*

Jantien (20) zit dan in een zware periode. Eigenlijk heeft ze het helemaal gehad, maar in overleg met haar ouders besluit ze om door te zetten. Ze vindt dat ze het tennis een eerlijke kans moet geven. Op dit moment heeft ze nog geen jaar zonder blessures op senioreniveau kunnen tennissen. Jantien wil het eerst twee jaar geprobeerd hebben voordat ze een definitief besluit neemt. Ze wil kijken hoe ver ze kan komen. Doordat ze de laatste jaren meer is gaan reizen kan haar moeder niet altijd meer mee. Jantien vindt het moeilijk om alleen of met andere trainers op pad te gaan. Tijdens tennistoernooien in het buitenland voelt ze zich vaak alleen. *“Ze besteden alleen aandacht aan je zolang je nog in het toernooi zit. Wanneer je eruit ligt kijken ze niet meer naar je om. Ook met sommige meiden onderling is het niet gezellig. Het zijn toch je concurrenten.”*

Het minst leuke van het leven als fulltime tennisser vindt ze de eenzijdigheid. *“Altijd het zelfde ritme.”* Buiten het tennis onderneemt Jantien niet zo activiteiten. Ze traint veel en geeft haar lichaam zo veel mogelijk rust. Buiten het tennis heeft Jantien weinig vriendinnen. Ze zit niet meer op school en veel meiden van vroeger ziet ze niet meer, omdat die elders studeren en op kamers zitten. Soms gaat ze mee ‘stappen’, maar dat past eigenlijk niet in haar ritme. *“Ik was een keer om drie uur thuis. Toen ik maandag moest trainen merkte ik dat ik nog steeds kapot was van die avond. Toen dacht ik wel als ik er nog drie dagen last van heb dan kan ik beter niet uitgaan. Als ik ga doe ik het op een moment dat ik het me kan veroorloven. (...) Ik ben lang niet uitgeweest, maar ik mis het niet hoor.”*

Jantien gaat de komende tijd vaker alleen proberen te reizen. Ze heeft sinds kort een vriend die tennisleraar is. Hij zal ook een aantal keer met haar meegaan. Toch is het allemaal nog wat onzeker. Eén van haar oude blessures steekt weer op. De reden dat Jantien doorgaat met tennissen is dat ze er zo veel plezier in heeft. *“Ik speel graag wedstrijden. Ik ben nogal een fanatiek type. Het gevoel van winnen is zo mooi.”*

6. Resultaten: De aanname van een topsportidentiteit

“Ik ben vaak vrolijk. En ik heb het bijna altijd naar mijn zin, anders houdt je dit leven, van heel veel weg zijn, van dag in dag uit geconcentreerd inspannen, niet vol. Ik kan dit niet doen voor anderen. Ik kan dit niet doen voor het geld. Daarvoor is het offer veel te groot, weet je. Het moet van binnenuit komen. Als je het niet leuk vindt, ga je het niet volhouden. Het is van 's ochtends vroeg tot 's avond laat prof zijn. Het gaat om passie en plezier.”

Sven Kramer⁷

6.1 Motivatie en investeringen

Vanuit de (sport)psychologie wordt een onderscheid gemaakt tussen intrinsieke en extrinsieke motivatie en tussen een daarmee samenhangende meer taakgerichte of meer competitiegerichte oriëntatie (Van Yperen, 2004). De resultaten onderschrijven de literatuur dat een intrinsieke motivatie en taakgerichte oriëntatie noodzakelijk zijn voor het kunnen opbrengen van de noodzakelijke investeringen in de topsportcarrière. Doordat talenten hun sport zo ‘onwijs’ leuk vinden, ervaren ze de daarvoor benodigde investeringen en levensloop- en leefpatroonkeuzes dan ook niet of nauwelijks als ‘offers’. Uit de interviews bleek dat de talenten met name intrinsiek gemotiveerd zijn. Ze hebben vooral een voorliefde voor de sport zelf en halen veel plezier uit het beoefenen van hun sport.

Een tennistalent (19 jaar): *“Ik ben blij dat ik doe wat ik het leukst vind. Ik sta gewoon het liefst met een racket in mijn hand.”*

Uit onderzoek van Van Rossum (2005) bleek dat talenten in de eerste plaats willen presteren naar eigen mogelijkheden. Talenten zijn sterk intrinsiek gemotiveerd waarbij het de sporter gaat om een zo goed mogelijke uitvoering van de sporttaak. In overeenkomst met de bevindingen van Van Rossum bleek ook in dit onderzoek dat veel talenten een sterke mate van taakoriëntatie bezitten. De talenten streven naar het bereiken van de eigen optimale prestatie, waarbij in het geval van teamsporters de teamprestatie vaak van ondergeschikt belang is.

Een handbaltalent (18 jaar): *“Ik vind het nu belangrijker om mezelf te ontwikkelen. Misschien ga je wel naar een andere vereniging. Je probeert natuurlijk wel zo goed mogelijk je best te doen voor je vereniging, maar het belangrijkste vind ik dat ik mezelf ontwikkel.”*

Uitspraken die verband houden met een meer competitiegeoriënteerde motivatie kwamen minder vaak voor. Een bepaalde mate van competitieoriëntatie lijkt sterker te gelden voor tennistalenten dan voor zwemmers en handballers. Het toptennis heeft ook voor jonge talenten al een erg internationaal karakter. Het winnen en verliezen van wedstrijden is cruciaal voor het behalen van punten op de jeugdwereldranglijst.

⁷ In de Volkskrant (27 december 2008)

Een gestopt tennistalent (19 jaar): *“Het leukste is het winnen van toernooien. Je zelfvertrouwen groeit dan. Op het moment dat je verliest baal je daar gewoon van. Het leukste vond ik toernooien winnen dan besef je waar je het voor doet. Je stijgt op de ranglijst en hebt het gevoel dat het goed gaat, maar de week erna in de 1^e ronde verliezen, dan heb je die teleurstelling.”*

De uitkomsten van de sportbeoefening op hoog niveau, zoals het spelen voor publiek, het reizen en het geven van interviews, werden door de meeste talenten beschouwd als (belangrijke) bijzaken. Het kan een extra motivatie zijn voor sommige talenten om zo goed mogelijk te presteren. Het winnen van wedstrijden en de aandacht die talenten krijgen, zijn ook belangrijke redenen om de investeringen in de topsportcarrière vol te houden.

Een mannelijk handbaltalent (19 jaar): *“Het leukst aan topsport is de kick als je weer een belangrijke wedstrijd hebt gewonnen. Als je in een volle hal speelt met veel publiek. Het geeft een kick als iedereen het team aanmoedigt. Wedstrijden in het buitenland vind ik wel mooi om mee te maken. Dat alles dan geregeld is en ook de aandacht die je krijgt. (...) Als ik in een lege sporthal speel dan denk ik dat ik minder goed speel dan wanneer de zaal helemaal vol zit.”*

Intrinsieke motivatie is een belangrijke factor om intensieve topsportbeoefening vol te kunnen houden. Een beperkte intrinsieke motivatie bij talenten kan leiden tot twijfels over de voortzetting van een topsportcarrière. Een sterke intrinsieke motivatie blijkt namelijk samen te hangen met meer plezier en betere resultaten (Frederick-Recascina & Morris, 2004). Uit de interviews bleek dat een gebrek aan intrinsieke motivatie voor enkele talenten een reden was de topsportcarrière te beëindigen of een reden om te overwegen de topsportcarrière te beëindigen.

Een gestopt handbaltalent (23 jaar): *“Ik was sowieso niet zo 'n trainingsbeest. Ik vond het altijd maar vervelend. Maar ik ging altijd wel mee met die teams. Daar waren dan een paar gasten die heel fanatiek waren, die wilde ik dan niet teleurstellen. Het was niet zo dat ik er zelf heel erg mee bezig was. Het ging voor mij op de automatische piloot.”*

Naast plezier in de sport zelf en de eigen ontwikkeling zijn voor veel sporters de sfeer en de gezelligheid bij de vereniging van groot belang. Veel talenten zijn met hun sport begonnen bij een club of vereniging waar gezelligheid een belangrijke rol speelt. Presteren is daarbij een leuke bijkomstigheid. De keuze voor een meer prestatiegerichte omgeving waar talenten denken zich verder te kunnen ontwikkelen blijkt dan ook niet altijd gemakkelijk te zijn. Sommige talenten zijn bang de gezelligheid en geborgenheid bij hun vereniging te missen, andere ervaren bij een overstap dat het gezelligheidsaspect is afgenomen. De meeste talenten ervaren dit als een gemis, maar zijn zich ook bewust van het feit dat de gemaakte stap naar een andere omgeving noodzakelijk is om verder te komen in de sport.

Een zwemtalent (19 jaar): *“Als ik bij de senioren kom dan moet ik in trainingsuren weer een stap maken. Weer één à twee trainingen erbij. Misschien moet ik ook de overstap maken naar een nationaal zweminstituut. Binnen de vereniging kan ik nog ietsje doorgroeien, ik kan nog één training per week erbij doen. Zolang het nog lukt bij deze vereniging zit ik hier nog lekker op mijn plek. Ik vind het ook fijn dat het echt een vereniging is met een groeps sfeer. Bij een zweminstituut ben je vooral voor jezelf bezig. Bij de vereniging moet het vooral gezellig zijn om tot goede prestaties te komen en dat spreekt mij wel heel erg aan. Gewoon lol hebben met z'n allen.”*

Bij de meeste talenten is een duidelijke taakoriëntatie en/of een daarmee samenhangende intrinsieke motivatie zichtbaar. De talenten beleven veel plezier aan de sport zelf en zijn voornamelijk gericht op een zo goed mogelijk verloop van de individuele ontwikkeling. Deze talenten ervaren de investeringen in de topsportcarrière in mindere mate als een 'offer'. Zij hebben minder moeite beslissingen te nemen die de topsportcarrière ten goede komen en ervaren minder spanning om de mogelijkheden in andere levenssferen te ontplooien. Extrinsieke motieven en een competitie oriëntatie waren moeilijker te achterhalen bij de geïnterviewde talenten. Echter, het lijkt erop dat bij gestopte talenten vooral een gebrek aan- of een afnemende intrinsieke motivatie tot twijfels leidde over de investeringen in de topsportcarrière.

6.2 'Ik ben (ook) topsporter': Identificatie als topsporter

"Alles moest wijken voor hockey. Dat klinkt heel zwaar, maar zoiets is een geleidelijk proces waar je van jongs af aan langzaam in rolt. Daar komt bij dat ik altijd met plezier heb gehockeyd. Na een aanloop van jaren blijf je dan ineens topsporter te zijn geworden. (...)
Mijntje Donners⁸

Wanneer ben je een topsporter? Of wanneer vindt iemand zichzelf een topsporter? Is er een moment aan te wijzen in de sportcarrière waarop je de topsportidentiteit aanneemt of is het een proces dat langzaam groeit? Eén van de eisen die aan topsporters wordt gesteld is volledige toewijding, waarbij de sporter veel trainingsuren maakt en waarbij zijn of haar leven (bijna) volledig in het teken van de topsportbeoefening staat. Naarmate het talent ouder wordt en op hoger niveau komt wordt de trainingsomvang vaak groter. Volgens Stevansson (1999) raken talenten langzaam steeds verder verwickeld in de topsport door toenemende toewijding en verplichtingen die samengaan met het leven als topsporter. Vaak is de trainingsomvang zo hoog dat er weinig ruimte bestaat voor andere bezigheden (vgl. Gordon, 1989). Door complete toewijding aan de sport bestaat de mogelijkheid dat de jonge sporters slechts één identiteit creëren. Deze identiteit is volledig gerelateerd aan de beoefende sport (Visscher e.a., 2003; Coakley, 1992).

Sporters kunnen aanspraak maken op ondersteuning van NOC*NSF als ze voldoen aan de eisen die worden gesteld in het statusreglement. Volwassen topsporters komen in aanmerking voor een A (mondiale top 8) of B (mondiale top 16) status, talenten kunnen in aanmerking komen voor de High Potential status of een regionaal erkende status op basis van talentprofielen opgesteld door de betreffende sportbond in combinatie met trainingsuren of trainingsmomenten per week. Bij de definiëring van topsporter gaan NOC*NSF en de Olympische Netwerken uit van harde criteria als positie op de ranglijst en aantal trainingsuren per week. Aan de talenten is gevraagd wanneer zij iemand een topsporter vinden. De talenten geven echter aan dat vooral de levenswijze en mate van toewijding aan de sport bepaalt of iemand een topsporter is of niet.

⁸ In Van Beukering, van den Brink & van den Brink (2008, pp. 11)

Een zwemtalent (19 jaar): *“Een topsporter is iemand die zijn leven buiten de sport om de sport heen plant. Sport komt daarbij absoluut op de eerste plaats. Een topsporter is bereid om daar heel veel zo niet alles voor op te geven. (...) Het gaat met name om de lifestyle, maar je moet wel minimaal tot de Nederlandse top behoren of liefst nog hoger wil je jezelf topsporter kunnen noemen. Zodra je op internationale toernooien uitkomt ben je voor mij wel topsporter.”*

Vrijwel alle talenten vinden ook dat het niveau waarop de sporter actief is een rol speelt om te kunnen spreken van een topsporter. Een topsporter moet volgens hen minimaal tot de nationale top behoren in zijn leeftijdscategorie. Daarnaast zeggen enkele talenten het ook belangrijk te vinden of iemand geld verdient met de sportbeoefening.

Een handbaltalent (17 jaar): *“Een topsporter is iemand die heel veel traint en die in een nationale selectie zit. In de jeugd ben je ook al wel topsporter, in de A-selectie helemaal. Ik denk dat je ongeveer 8 uur moet trainen om topsporter te zijn.”*

Twee talenten gaven aan zichzelf niet als een echte topsporter te zien, omdat zij vinden dat echte topsporters meer doen en laten voor hun sport. Enkele gestopte talenten zegt zichzelf nooit echt als topsporter gezien te hebben. Andere talenten gaven aan zichzelf wel als topsporter te zien, maar dat met name hun instelling moet verbeteren om een ‘echte topsporter’ te zijn.

Een zwemtalent (15 jaar): *“Je bent een topsporter als je uitblinkt, beter bent dan de rest, veel traint en naar belangrijke wedstrijden gaat. (...) Ik zie mezelf niet als topsporter, echte topsporters laten er nog meer voor en doen er nog meer voor. Ze trainen misschien wel 20 uur. Die zijn echt alleen nog maar bezig met zwemmen.”*

Talenten vonden het makkelijker om te vertellen wanneer zij iemand een topsporter vinden dan dat zij over zichzelf zeggen dat ze topsporter zijn. De meeste geïnterviewde (ex-)talenten zien zichzelf niet direct als een (ex-)topsporter. Het lijkt erop dat dit meer een stempel is dat zij van buitenaf opgelegd krijgen. Daarentegen identificeerde 72 procent van de ondervraagde Haagse talenten tussen 12 en 23 jaar zichzelf als topsporter.

Vind je jezelf topsporter?

Uit de resultaten komt naar voren dat het merendeel van de ondervraagden (72 %) zichzelf als topsporter ziet. Dat geldt vooral voor de talenten en topsporters die minimaal 10 uur per week trainen (83%). Ook van de groep die minder dan acht uur per week traint vindt bijna de helft (48%) zichzelf een topsporter, hoewel deze groep volgens de harde criteria niet in aanmerking komt voor een erkende topsportstatus.

Tabel 6.1 Zelfbenoeming topsporter, naar leeftijd en trainingsuren (in procenten)

	Vind zelf topsporter	Vind zelf geen topsporter	Weet niet
Totaal (N=240)	72	9	20
Leeftijd (N=240)			
12 t/m 15 jaar (N=153)	68	7	25
16 t/m 23 jaar (N=113)	77	10	13
Trainingsuren (N=238)			
Minder dan 8 uur/week (N=61)	48	21	31
8 tot 10 uur/week (N=51)	72	8	20
Meer dan 10 uur/week (N=126)	83	3	14

Bron: Topsportklimaatmeting gemeente Den Haag (Mulier Instituut, 2009).

Alle geïnterviewde talenten gaven aan trots te zijn op hun topsportcarrière, desondanks zijn de meeste sporters bescheiden over hun prestaties.

Een handbaltalent 21 jaar: *“Ik zeg niet snel dat ik op hoog niveau speel. Ik ben gewoon niet zo. Wel als mensen er echt naar vragen. Ik zou niet zo snel zeggen dat ik in het Nederlands team zit, ik zou wel zeggen dat ik op het hoogste niveau speel. Maar de meest mensen denken dat het niveau van handbal niet zo hoog is. In ieder geval niet zoals bij voetbal.”*

6.3 Problemen met de topsportidentiteit

“Op mijn 16de was ik met zoveel andere dingen bezig. Uitgaan, vrienden. En lui zijn, vooral dat.”
Lia Dekker (zus van Inge Dekker)⁹

De sportidentiteit is een sociale rol die sterk is gesocialiseerd door de invloed van familie vrienden coaches en de media (Brewer et al. 1993, p. 238). Hoe meer waardering de sporter krijgt vanwege zijn sportidentiteit hoe moeilijker het is om niet aan die rol te voldoen en hoe

⁹ in de Volkskrant (16 april 2009).

groter de motivatie om deze sociale identiteit te ontwikkelen of te behouden (Stevenson, 1999). Veel topsporters ontlenen hun identiteit aan hun prestaties als topsporter (Stier, 2007). Het is dan ook niet vreemd dat talenten met een eenzijdige topsportidentiteit op momenten dat de sportcarrière minder voorspoedig verloopt moeilijkheden ervaren op het gebied van persoonlijk welbevinden.

Een tennistalent (19 jaar): *“Je eigen welzijn hangt wel een beetje af van hoe het gaat met tennis. Als het niet goed gaat dan word je meteen zelf ook een beetje ongelukkig of kom je meteen zelf in een heel negatieve sfeer terecht. Dat is logisch als je alles op één ding richt, want als dat dan niet goed gaat is dat gewoon moeilijk.”*

Uit onderzoek van Stevenson (1999) blijkt dat sommige talenten ten opzichte van hun ouders extra ‘druk’ voelen om de investeringen in de topsportcarrière voort te zetten. Dit kwam ook naar voren in sommige interviews voor dit onderzoek. Talenten willen hun ouders niet teleurstellen en vinden dat ze na alle inspanningen van hun ouders daar ook wel iets voor terug mogen doen. Onbedoeld kan de topsportidentiteit van het talent daardoor worden versterkt. Echter, er zijn ook ouders die er voor waken dat de intensieve sportbeoefening van hun zoon of dochter te veel gaat overheersen in de beleving van hun kind.

De ouders van handbaltalent: *“Het was altijd maar het thema handbal. Dat was soms het enige waar hij over sprak. Ik vond dat er nog meer op de wereld is dan alleen dat handbal. Je kunt dan wel wat meer om je heen kijken. Hij zakte helemaal weg op school tijdens zijn examen. Ik zei: ‘lees de krant eens’. Ik probeerde in ieder geval ook andere onderwerpen in te brengen. Even geen handbal, even iets anders. Zijn studie heeft nu wel meer een plek gekregen. Hij heeft nu ook een vriendin. Hij kent haar ook van handbal, maar goed zij vraagt ook een andere vorm van aandacht. Ik denk dat hij wel meer spreiding heeft over thema’s in zijn leven. Zijn handbalcarrière lijdt er niet onder, ik denk dat het wat relativeert.”*

Een eenzijdige topsportidentiteit kan problemen opleveren bij de beëindiging van de topsportcarrière. Ex-topsporters hebben moeite met de nieuwe rol als ex-topsporter; ze missen de structuur van het topsportleven en de spanning van topsport; ze hebben moeite met het vinden van een nieuwe doel en vinden het jammer dat ze niet meer ‘die topsporter’ of dat ‘talent’ zijn. Daarbij vinden topsporters het lastig om na hun afscheid van de topsport zich opnieuw te bewijzen op maatschappelijke gebied.

Ook actieve talenten ervaren soms problemen met de topsportidentiteit, ze moeten wennen aan de rol als topsporter en worstelen met hun verschillende identiteiten. Door rebels gedrag willen sommigen talenten zich nog wel eens verzetten tegen de opgelegde topsportidentiteit.

Een gestopt handbaltalent (23 jaar): *“Op papier was ik wel een topsporter, want ik trainde echt heel vaak en hield me ook netjes aan de regels op trainingskampen. Maar zodra dat voorbij was ging ik weer gewoon roken en zuipen (...) dat stond er haaks tegenover. Dat vind ik eigenlijk helemaal geen topsportmentaliteit. Dan let je op je eten, ga je vroeg naar bed en je zorgt dat je lichaam uitgerust is. En ik stond elke avond in de kroeg en at elke dag pizza, bij wijze van spreken. Dan denk ik: ‘ik was niet met topsport bezig. Het was meer iets opgelegds tijdens trainingskampen dan dat ik er zelf voor koos.’”*

Jonge talenten hebben dikwijls te maken met grote mentale en sociale druk. De druk die ouders, coaches en trainers uitoefenen op het kind kan stress veroorzaken. Ze vinden het moeilijk te voldoen aan de verwachtingen die de sociale omgeving van een topsporter heeft.

Een ouder van een gestopt zwemtalent: *“Ze had moeite met de druk die ze zichzelf oplegde. Ze had constant het gevoel van ‘ik ben die EK-deelneemster met 50 jeugdtitels en als ik naar een wedstrijd kom dan doe ik niet wat iedereen van me verwacht en heb ik dus gefaald’. Ze ging heel moeilijk met dingen om. Als het allemaal niet lekker gaat, dan veranderen er dingen in haar gedrag die niet gericht zijn op het zo goed mogelijk ontwikkelen van de sportcarrière. Ze woonde niet thuis, maar ik hoorde via de club dat ze vaak niet op tijd naar bed ging, ze ging ook veel uit vanwege haar vriend. Dan had ze een clubavond gehad die om 21 uur klaar was en vervolgens ging ze niet meteen naar huis. Nee, ze stond spannend met haar vriendje achter het clubhuis te zoenen en vervolgens sprong ze om half elf recht in de handen van de trainer. Hij ging er vrij autoritair mee om.”*

De mentale druk die sporters krijgen opgelegd en/of zichzelf opleggen kan problemen opleveren. Ze vinden het moeilijk om met de hoge verwachtingen, die zij ervaren in hun omgeving, om te gaan. Vooral op belangrijke momenten, tijdens wedstrijden, wanneer de druk om te moeten presteren erg hoog is, kan dit voor extra spanningen zorgen.

Een tennistalent (17 jaar): *“Ja, dat is die spanning. Dat je dan hoopt dat de tegenstander fouten maakt, maar terwijl je het zelf af moet maken en meer moet blijven spelen. Je vergeet te tennissen, maar er is zoveel spanning in de wedstrijd. Je moet gewoon je eigen spel spelen en dan komt alles goed! Eenmaal op de baan is dat een stuk lastiger.”*

Jonge talenten en hun ouders worden vaak onvoldoende begeleid door sportbonden en trainers, ze beseffen niet goed wat een topsportcarrière inhoudt en welke offers noodzakelijk zijn om de echte top te kunnen halen. Talenten en ouders lijken vaker eerder in het topsportleven te ‘rollen’ dan dat er sprake is van een bewuste keuze.

Een ouder van een zwemtalent: *“Ze had moeite met haar identiteit als topsporter. Daar is ze ook totaal niet in begeleid in de fase dat ze daarin begeleid zou moeten worden. Met 12-13-14 jaar is dat onderdeel van de begeleiding: waar wil je naartoe, hoe ga je dat bereiken? Welke stappen neem je dan? Wat komt er nog meer bij kijken? Dat wordt er totaal niet in opgenomen, terwijl dat er in dat hele bondstraject bij zou moeten horen. Ze zei: dan moet ik met al die goeden trainen. (...)Het Calimero-effect van het clubje waar ze vandaan kwam: ‘al die clubs uit het westen met hun grote bek’. Deze trainer was ook totaal niet daarin opgegroeid, in mensen begeleiden van dat niveau.”*

Talenten krijgen soms te maken met onbegrip van zowel mensen binnen als buiten de sportwereld. Mensen van buiten de sport hebben soms moeite begrip op te brengen voor de - soms obsessief ogende - keuzes ten behoeve van de topsportcarrière. Het topsportleven wordt mede door de media gestereotypeerd en in verband gebracht met pijn, leiden, afzien, blessures, anorexia, doping en egocentrisme (Luijt, 2005; Stier, 2007). De meeste van deze voorbeelden zijn echter ook terug te zien in de interviews die voor dit onderzoek zijn gedaan. Mensen van binnen de sportwereld tonen vaak juist weer weinig begrip voor prioriteiten van jonge topsporters ten aanzien van andere levenssferen.

De meeste topsporters geven aan dat zij in hun carrière te maken hebben gehad met onbegrip van zowel binnen als buiten de sportwereld. Desondanks zegt de grote meerderheid geen last te hebben van het onbegrip en er ook niet gefrustreerd of gekwetst door te zijn. De topsporters kiezen er ofwel voor hun situatie uit te leggen of negeren de mensen die onbegrip tonen.

Een zwemtalent (15 jaar): *“Mensen die ook sporten begrijpen het wel, maar soms vraag ik me wel eens af of de mensen op school begrijpen wat ik doe. Dan zeggen ze bijvoorbeeld ‘ik wil ook wel vrij, dan doe ik ook even zo’n badpak aan en dan zwem ik even’. Ik maak er dan een grapje van en zeg iets van ‘is goed joh, doe maar een keer’.”*

De meeste talenten ervaren wel eens moeilijkheden met de topsportidentiteit met name tijdens belangrijke momenten in de sportcarrière of wanneer de topsportcarrière minder voorspoedig verloopt. Ze vinden het lastig om met de druk om te gaan en hebben problemen om te voldoen aan de verwachtingen van een topsporter. Het is belangrijk dat talenten goed weten waar ze aan beginnen, dat ze voorbereid zijn en worden begeleid op de weg die ze als topsporter ingaan. Momenteel lijkt ondersteuning voor zowel talenten als ouders onvoldoende aanwezig.

7. Resultaten: Spanningsvelden

“Was ik die weg blijven bewandelen, dan was het waarschijnlijk zowel met mijn schoolopleiding als met mijn sportcarrière de verkeerde kant opgegaan. Na mijn eerste World League-wedstrijden – toen ik iets had van: ‘verrek ik kan op dit niveau meekomen’ – besloot ik voor het volleybal te gaan. Ik koos er voor fullprof te worden.”

Oud topvolleyballer Bas van de Goor¹⁰

7.1 Topsport en maatschappelijke oriëntatie

Zowel sportkoepel NOC*NSF als de sportbonden vinden het belangrijk dat (jonge) topsporters zowel hun topsport- als maatschappelijke carrière ontwikkelen. Topsporters kunnen onderwijs volgen aan speciale topsport(gerichte) instellingen als de LOOT-scholen, de Randstad Topsport Academie, het Johan Cruyff College en de Johan Cruyff Academy. Het onderwijsprogramma op deze scholen wordt aangepast aan het topsportprogramma van de leerlingen. Daarnaast bestaan er verschillende topsportvriendelijke scholen in Nederland, waar topsporters ook de mogelijkheid krijgen om school met topsport te combineren. Topsporters kunnen via Randstad, één van de partners van NOC*NSF, begeleiding krijgen bij hun maatschappelijke (na)carrière.

Voor topsportende kinderen is het niet altijd gemakkelijk om de inspanningen ten behoeve van de topsportcarrière te combineren met de bezigheden op school. Verhalen waarin talenten vertellen in het weekend een zwaar toernooi te hebben gehad en op maandag direct een belangrijk tentamen moeten maken zijn geen uitzondering. Soms zorgt deelname aan trainingskampen en (internationale) toernooien voor studieovertraging of achterstanden die ze zelf op een ander moment moeten inhalen.

Een handbaltalent (19 jaar): *“Het is moeilijk om school en sport te combineren. Op school zeggen ze: ‘jammer dan dat je zoveel aan sport doet, dit moet je gewoon voor school doen’. Ik zit op een particuliere Hbo en daar hebben ze geen topsportregeling. Ze zeggen: ‘dit moet je voor ons doen en wat je daarbuiten doet is je eigen zorg’. Dat is soms wel vervelend als ik op trainingskamp ga. Er valt niet te onderhandelen. Als het niet anders kan dan kies ik voor handbal. Ik kan onbeperkt herkansen dus dan doe ik een herkansing. Dat is dan wel twee of drie maanden later, dat is wel vervelend.”*

Desondanks blijken de meeste scholen begrip te hebben voor de situatie van de topsporter. Ook de scholen die niet specifiek gericht zijn op topsporters blijken flexibel om te gaan met leerlingen die topsport bedrijven. Ze krijgen vrij voor wedstrijden en trainingskampen, kunnen lessen inhalen in tussenuren en/of tentamens en toetsen op andere dagen maken. Minder dan de helft van de geïnterviewde topsporters zat op een speciale topsport onderwijsinstelling. De leerlingen die onderwijs volgden aan een speciale topsportgeschiedte instelling waren allen bijzonder tevreden over de medewerking die ze van school kregen. Volgens de

¹⁰ in Van Beukering, Van den Brink & Van den Brink (2008, p.18).

topsportcoördinator van de zwembond worden talenten door de vele ondersteuningsprogramma's mogelijk minder gedwongen echt bewust te kiezen voor topsport.

Een topsportcoördinator: *“Met de ethische gedachte dat je ook iets naast je sport moet doen gaan we het niet redden als ze er in Japan, China, Rusland en de VS anders over denken. Wij zeggen niet je moet niet studeren, maar ik weet wel zeker dat vanwege alle faciliteiten en keuzeprogramma's en flexibele keuzemogelijkheden die we hebben, dat veel sporters dat te intensief invullen. De invulling van het studieprogramma en hun sociale programma versus hun sportprogramma knelt wel degelijk.”*

Het feit dat veel topsporters een opleiding wel degelijk belangrijk vinden bleek uit de interviews. Vrijwel alle talenten zijn zich bewust van het feit dat de topsportcarrière tijdelijk is en ook 'zo maar voorbij zou kunnen zijn'.

Een zwemtalent (19 jaar): *“Ik wil sowieso mijn schoolopleiding afronden. Ook het zwemmen houdt een keer op en sowieso kun je als zwemmer ook niet echt je brood verdienen. Op een gegeven moment moet je toch je maatschappelijke carrière opstarten. Maar wanneer dat is dat zien we dan wel weer. Eerst maar eens zorgen dat ik een papiertje heb.”*

Ondanks het feit dat alle talenten een schoolopleiding of studie naast hun topsportcarrière volg(d)en en de topsporters zich bewust waren van het belang van een 'papiertje' bleek voor veel topsporters de maatschappelijke carrière in veel gevallen (op dit moment) ondergeschikt te zijn aan de topsportcarrière. Verschillende topsporters hadden studievertraging opgelopen als gevolg van de topsportcarrière en enkele topsporters hadden zelfs hun studiekeuze laten afhangen van hun topsportcarrière.

Een handbaltalent (21 jaar): *“Ik bel school eerder af dan mijn sport. Ik zou de training nooit om een stomme reden afzeggen. Sport gaat eigenlijk altijd voor mijn school. Ik heb nu al drie opleidingen gedaan, overal was het een probleem dat ik op hoog niveau handbalde. Eerst heb ik een Mbo beroepsopleiding gedaan, maar dat was over omdat ik in het Nederlands team kwam. Met de tweede beroepsopleiding stopte ik omdat ik naar een andere plaats verhuisde voor de sport. Daar in de buurt hadden ze die opleiding niet. Nu doe ik het Johan Cruyff college, omdat ik dat wel goed kan combineren.”*

De toptennissers lijken zich nog minder bezig te houden met de maatschappelijke carrière dan andere topsporters. Mogelijk dat de sterke professionalisering en het internationale karakter van de sport de sporters ertoe dwingen eerder een keuze te maken voor de sport en dat een combinatie van sport en maatschappelijke carrière lastiger is. Veel tennissers stellen zich als doel een positie bij de mondiale top-100 te verwerven en daarmee de status van prof tennissers te bereiken, van doelen ten opzichte van een maatschappelijke vervolgloopbaan was nauwelijks sprake.

Een tennistalent (19 jaar): *Nee, waarom zou ik? Ik word twintig dit jaar. Leren kan altijd nog. En tegen de tijd dat ik stop met tennis hoop ik m'n Vwo-diploma te hebben en dan zie ik wel verder. Andere meiden zeggen wel eens ben je nog bezig met school, maar wat maakt mij het uit? Anders doe ik helemaal niks naast tennis.*

Mogelijk dat tennistalenten ook vanuit hun omgeving nauwelijks worden gestimuleerd om te investeren in een maatschappelijke vervolgloopbaan. Het systeem is veeleisend en een professionele aanpak is noodzakelijk om enige kans te maken om in de top-100 te komen. De gedachte dat alle tijd, aandacht en energie in het tennis zou moeten worden gestoken, lijkt normaal in de directe omgeving (ouders, teamgenoten, coaches) van toptennissers.

Een tennistrainer: *“Als jij je energie gaat richten op wat na je tenniscarrière komt kan je het huidige ook niet meer 100 procent doen.”*

Combinatie tussen opleiding en topsport beoefening

In de topsportklimaat meting in Den Haag is tevredenheid van talenten over de afstemming tussen topsport en onderwijs onderzocht. Talenten die onderwijs volgen op een LOOT-school zijn beduidend positiever over de ondersteuning die zij krijgen vanuit hun onderwijsinstelling. Zo blijkt onder andere dat bijna alle LOOT-schoolleerlingen (95%) vinden dat hun school rekening houdt met topsport tegenover 59 procent van de andere middelbare schoolleerlingen en 55 procent van de studenten aan het Mbo, Hbo of de universiteit.

Tabel 7.1 Houdt school rekening met topsport naar schooltype (in procenten)

	Andere			Totaal
	LOOT-school	middelbare school	Mbo/Hbo/WO	
	N=129	N=63	N=58	N=250
Ja	95	59	55	76
Ja, maar niet voldoende	4	19	33	15
Nee	1	22	12	9

Bron: Topsportklimaat Den Haag (Mulier Instituut, 2009).

Echter, voor veel leerlingen op andere middelbare scholen is de combinatie tussen topsport en onderwijs momenteel ook goed mogelijk. Zij ontvangen, vaak op eigen initiatief, ook bepaalde vormen van ondersteuning. Naast een onderscheid in schooltype is er ook een splitsing gemaakt naar trainingsuren. Deze is in onderstaande tabel weergegeven.

Tabel 7.2 Afstemming school en topsport naar trainingsuren (in procenten)

Aantal trainingsuren per week	Minder dan 8	8 tot 10	10 of meer	Totaal
	N=64	N=51	N=140	N=255
Houdt rekening				
Ja	77	88	72	77
Ja, maar niet voldoende	15	6	17	14
Nee	8	6	11	9
Mis je nog iets?				
Ja	11	6	22	16
Nee	72	84	59	67
Weet niet	17	10	19	17
Belang van ondersteuning vanuit school/opleiding binnen de totale topsportbegeleiding?				
(heel) belangrijk	61	74	81	75
Weet niet/ niet (on)belangrijk	31	16	15	19
(heel) onbelangrijk	8	10	4	6

Bron: Topsportklimaat Den Haag (Mulier Instituut, 2009).

De groep met de meeste trainingsuren is het minst tevreden over de afstemming tussen de schoolopleiding en de topsport beoefening. Het belang van ondersteuning om de combinatie tussen school en intensieve topsportbeoefening vol te kunnen houden, met name voor talenten die meer dan 10 uur per week trainen, komt hierin duidelijk naar voren.

Niet alle talenten verkozen de topsportcarrière boven een maatschappelijke carrière, voor twee gestopte talenten had de maatschappelijke carrière meer prioriteit dan de topsportcarrière. Het feit dat beide carrières moeilijk te combineren waren was voor beide sporters medebepalend om de topsportcarrière te beëindigen.

Een gestopt zwemtalent (22 jaar): *“Op een gegeven moment heb ik een keuze gemaakt tussen sport en studie. Sport is niet mijn broodverdiensde, dus heb ik gekozen voor mijn studie. Na mijn studie kreeg ik een baan in Eindhoven; daar ben ik gaan werken en dat was ineens een fulltime baan. Daar werkte ik 40 uur per week naast een topsportcarrière en men was daar niet zo flexibel. Dan kies je uiteindelijk toch voor je maatschappelijke carrière.”*

De combinatie tussen intensieve topsportbeoefening en het volgen van een opleiding is voor talenten niet altijd even gemakkelijk. Ondanks dat de meeste talenten het belangrijk vinden om een opleiding te volgen lijkt het erop dat de topsportcarrière prioriteit heeft. Echter, voor enkele talenten speelde het investeren in een maatschappelijke carrière een rol in het beëindigen van de topsportbeoefening. Het beoefenen van topsport en het investeren in een maatschappelijke vervolgloopbaan, door middel van school, studie of werk lijkt voor de meeste talenten nog samen te gaan, maar komt steeds meer in het geding.

7.2 Topsport en fysiek welbevinden

“We zijn voortdurend op zoek naar onze grenzen. En die grens is een heel smalle balans: ik zit er tegenaan of ik val er vanaf. Dat is wat we met Gerard Kemkers aan het uitzoeken zijn: hoeveel kan je aan?”

Irene Wust¹¹

Om maximale lange termijn resultaten te kunnen behalen moeten sporters oververmoeidheid zien te voorkomen door het aantal trainingen en trainingsuren te beperken tot een aantal waarvan ze kunnen herstellen. Een te snelle verhoging van de trainingsintensiteit kan leiden tot onvolledig herstel en overtraining. De sporter is dan vaak niet alleen fysiek vermoeid, maar heeft ook motivatieproblemen zoals gebrek aan enthousiasme en motivatie om door te gaan, waardoor de kans op een blessure wordt vergroot.

Topsporters vragen veel van hun lichaam. Om optimaal resultaat te behalen gaan topsporters regelmatig tot de grens van hun fysieke en mentale kunnen. Wanneer topsporters over de grens heengaan is de kans op blessures aanzienlijk groot. Blessures zijn niet ongewoon in de topsport, veel topsporters zien blessures als een normaal verschijnsel. Pijn en afzien worden vaak genormaliseerd en zelfs in verband gebracht met hardheid en doorzettingsvermogen (Curry, 1993; Nixon, 1993; Young, White & McTeer, 1994). Hoewel blessures het welbevinden van de topsporter op negatieve wijze beïnvloeden, wordt het wel als een normaal onderdeel van de topsport gezien waar elk talent rekening mee moet houden en mee om moeten leren gaan.

¹¹ In Sportweek (3 november 2007, p. 63).

Een gestopt zwemtalent (21 jaar): *“Ik heb geen enkele training normaal kunnen zwemmen, eigenlijk alles moest ik aangepast doen op een gegeven moment. Ik weet niet meer precies vanaf wanneer dat was, ik denk vanaf mijn dertiende of zo, ik weet dat niet meer allemaal helemaal. Vanaf toen heb ik altijd alles aangepast gedaan. Ik moest ook vaak trainingen afkappen, omdat het gewoon te pijn deed.”*

Een handbaltalent (19 jaar): *“Soms voor een belangrijke wedstrijd voel ik wel een pijntje, maar dan denk ik ‘laat maar, ik ga deze wedstrijd toch spelen. (...) Ik ben wel erg gedreven, soms ten koste van mijn lichaam. Bij de club hebben we wel een voorzichtige fysio. Die roept me soms wel eens terug.”*

Blessures kunnen leiden tot frustratie en onzekerheid. Sporters kunnen te maken krijgen met psychische problemen ten gevolge van een blessure (Hermann & Eberspracher, 1994). De comeback na een langdurige blessure blijkt niet eenvoudig: Sommige talenten willen te snel beginnen; andere kampen met motivatieproblemen en sommige sporters twijfelen aan hun eigen kunnen of zijn bang een nieuwe blessure op te lopen. Vaak beïnvloeden deze factoren de prestaties.

Een handbaltalent (21 jaar): *“Ik merkte dat het wel lang duurde voordat ik na mijn knieblessure weer één tegen één situaties aan durfde te gaan. Ik was bang dat het weer zou gebeuren, maar daar denk ik nu niet meer bij na.”*

Een gestopt zwemtalent (21 jaar): *“Je durft op een gegeven moment er niet voor te gaan tijdens een wedstrijd. En op die manier houd je altijd - dat doe je natuurlijk niet bewust, achteraf gezien- hou je je toch een beetje in. Die pijn in mijn schouder kwam hoe dan ook, wat ik ook deed, maar je bent er toch bang voor en het leidt je af. Heel onzeker werd ik erdoor.”*

Wanneer een sporter gedurende een langere periode niet de kans krijgt om volledig te herstellen van de zware fysieke en mentale belasting bestaat er een grote kans op oververmoeidheid of zelfs overtraining. Overtraining kan ontstaan door externe factoren (trainers verlangen bijvoorbeeld teveel van hun pupil), maar bepaalde karaktereigenschappen van de atleet zoals perfectionisme, overijverigheid en een gebrek aan zelfvertrouwen kunnen de kans op een burn-out vergroten (Murphey, 2005). Een overtraineerde sporter is extreem vermoeid en heeft geen zin om te sporten. Wanneer de sporter als gevolg van overtraining een afkeer ontwikkelt voor de sport en alles wat daarmee te maken heeft, ontstaat er een burn-out. Overtraining kan een belangrijke reden zijn voor het vroegtijdig beëindigen van een topsportcarrière. (Coakley, 1992; Gordon, 1989).

Ook één van de geïnterviewde talenten had diverse signalen die duiden op een burn-out. Tevens bleek uit de interviews dat een groot aantal van de talenten wel eens te maken had gehad met oververmoeidheid of overtraining. Het prestatieniveau nam af en de sporters kregen te maken met fysieke problemen. Met als gevolg dat prestaties vaak nog verder afnamen. Met name een plotselinge verhoging van de trainingsintensiteit kan leiden tot klachten van overbelasting.

Een zwemtalent (19 jaar): *“Het was een aardige stap om in één keer van 6,5 naar 9 uur training te gaan, bovendien werden de trainingen ook zwaarder. Dat merkte ik ook wel. Ik was in*

september weer begonnen met trainen, maar in oktober/november had ik een enorme dip. Ik was helemaal opgebrand. Het had me heel veel energie gekost. Ook met dat reizen erbij. Ik was heel erg moe, het zwemmen ging niet lekker meer. Mijn techniek ging achteruit. Ik merkte dat ik steeds vermoeider raakte en daardoor ook minder gemotiveerd werd. Dat was wel aan me te merken. Ik kwam met een lang gezicht naar de trainingen en mijn techniek ging achteruit. Ik kon echt niet hard meer zwemmen tijdens wedstrijden.”

Alle geïnterviewde handbaltalenten speelden al voor hun achttiende levensjaar in de eredivisie. Ook tennistalents maken soms vervroegd de stap naar het senioreniveau. Versneld doorschuiven van jonge talenten geeft hen de kans om zich verder in hun sport te ontwikkelen, het vervroegd doorschuiven kan echter ook negatieve effecten hebben. Op mentaal vlak bestaat er een groot verschil tussen de jonge spelers en oudere sporters, bovendien zijn de jonge spelers niet gewend om te gaan met de mentale druk waarmee ze te maken krijgen. Zo gaf een van de ouders van een handbaltalent aan zich wel een beetje zorgen te maken over het feit dat haar zoon al op jonge leeftijd op senioreniveau speelde.

Niet alleen op mentaal vlak ontstaan er problemen bij het vervroegd doorschuiven van jong talent, ook kunnen er fysieke problemen ontstaan. De jonge talenten zijn niet gewend aan de plotselinge verhoging van de trainingsintensiteit waardoor de kans op blessures vergroot wordt. Daarnaast kunnen er bij de fysiek nog niet volgroeide talenten klachten van overbelasting ontstaan, vooral wanneer de hoge trainingsintensiteit gepaard gaat met hoge mentale druk.

Een handbaltalent (19 jaar): “Het waren allemaal kleine dingetjes. De peesjes in mijn duimen waren allebei uitgerekt. Ik heb mijn neus een keer gebroken tijdens een wedstrijd. Of dat je dan een keer door je enkel gaat, zodat je weer een week niet kan spelen. Ik zat ook in het examenjaar, dat brengt toch ook wel stress met zich mee. Weer examens, weer examens, daar ligt toch ook wel veel druk op. Ik brak toen ook een beetje door bij mijn clubs. Dat was opeens zoveel bij elkaar. Misschien dat ik daardoor een beetje teveel ben gaan doen. Meer dan mijn lichaam aankon. Te snel weer begonnen ook. In het begin speelde ik ook met het eerste en het tweede en dan soms ook met de A-jeugd. Dat waren drie wedstrijden in een weekend.”

Gedreven door hun ambitie vinden veel jongeren het moeilijk aan te geven wanneer ze rust nodig hebben, vooral wanneer ze nog onbekend zijn met (het effect van) blessures. Ze voelen zich gedwongen om door te gaan, omdat ze niet als ‘zwak’ bestempeld willen worden, geen wedstrijden willen missen of zich verplicht voelen ten opzichte van hun teamgenoten. De begeleiders hebben de belangrijke taak om op tijd in te grijpen bij tekenen van (over)vermoeidheid. In sommige gevallen gebeurt dit tijdig zodat de schade beperkt blijft.

Een zwemtalent (19 jaar): “Toen zeiden anderen ook ‘er zal wel iets niet goed zitten’. Dat was met name mijn clubtrainer. Op zijn initiatief heb ik gas teruggenomen.”

Ook de ouders hebben een belangrijke signaalfunctie. Zij staan het dichtst bij hun kinderen en vallen veranderingen het snelst op. Uit de gesprekken bleek dat veel ouders oververmoeidheid bij hun kind vrijwel altijd signaleren. Toch blijkt niet elke ouder iets met deze signalen te doen. Het gevolg is dat de oververmoeidheid pas laat ontdekt wordt en dat de negatieve gevolgen groter zijn dan wanneer er direct ingegrepen zou zijn.

Een ouder van een gestopt zwemtalent: *“Ik was ook te schijterig om de telefoon te pakken en de bondscoach te bellen. Ik dacht daar moet ik me niet mee bemoeien, anders word je zo’n bemoeizuchtige ouder. Maar als je zegt dat het niet goed gaat met dat meisje omdat ze huilend thuiskomt vanwege schouderpijn en de trainer alleen maar meer van hetzelfde bedenkt, is iedere bondscoach alleen maar blij als je belt. Dat hadden we wel degelijk moeten doen. Dat zouden we echt anders doen. Dat zal me niet weer gebeuren.”*

De meeste talenten krijgen te maken met blessures of perioden van oververmoeidheid. Vaak speelt de toegenomen trainingsintensiteit in combinatie met (hoge) mentale druk en wedstrijdspanning hierin een rol. Ouders, trainers en begeleiders hebben een belangrijke signaleringsfunctie, met name omdat talenten vaak moeite hebben om zelf aan te geven waar hun grenzen liggen of deze (nog) niet goed herkennen.

7.3 Topsport en persoonlijk welbevinden

“Na mijn eerste Spelen, in Atlanta, ben ik een jaar gestopt. Vanwege school. Ik dacht ook dat ik het leven buiten het zwemmen miste. Het Stratumseind, enzovoort. Nou, ik vond het allemaal leuk om weer mee te maken, maar het is niet mijn leven. Ik hou van sporten en mijn sport is zwemmen. Dit is mijn leven. Ik heb daar plezier in: mezelf ergens op focussen, me kapot werken.”

Pieter van den Hoogenband¹²

Topsporters hebben over het algemeen erg veel plezier in het beoefenen van hun sport en via de media laat de echte top daarvan ook veel andere mensen meegenieten. Voor betrokkenen en omstanders levert topsport vaak een grote meerwaarde aan hun leven. Het bedrijven van topsport kent echter niet alleen deze ‘mooie’, zonnige zijde, maar tevens een schaduwzijde. Atleten moeten veel inleveren als het gaat om ‘normale’ leefgewoonten (sociale contacten, vrijetijdsbesteding, voeding) en ook keuzes maken ten aanzien van opleiding en maatschappelijke perspectief. Deze ‘offers’ worden niet door iedereen op dezelfde wijze ervaren. Voor velen zijn het vanzelfsprekende voorwaarden (*enabling constraints*) die behoren bij een topsportloopbaan (Shogan, 2002). Anderen worstelen veel meer met het ontplooiën van hun sporttalenten in het strakke keurslijf van de topsport in relatie tot hun overige ambities en verlangens. In deze paragraaf worden de gevoelens en ervaringen van talenten ten aanzien van deze onderwerpen besproken.

Plezier in (top)sport is de grootste drijfveer om topsport te beoefenen. Hoe meer plezier mensen beleven aan sport hoe minder moeite het kost om hier persoonlijke investeringen voor te doen (Elling, 2007). Ondanks de vele sociale beperkingen beleven de meeste talenten plezier aan de beoefening van topsport en halen zij er veel voldoening uit. Deze sporters zien het maken van offers als een vanzelfsprekendheid en ondervinden er weinig hinder van.

¹² In Van Kuijeren (2005).

Een handbaltalent (17 jaar): *“Ik vond het heel leuk om meer te gaan trainen, ik vind training heel leuk.”*

Een handbaltalent (19 jaar): *“Ik wil Nederlands kampioen worden en met drie keer trainen red je dat niet. (...) Ik krijg er genoeg voor terug hoop ik. Ik wil dit jaar toch een prijs pakken. Dat is toch een soort beloning. Vorig jaar ben ik talent van het jaar geworden, dat is toch wel een beloning voor alle trainingsarbeid.”*

De meeste talenten zeggen veel plezier te beleven aan de beoefening van topsport. Op de vraag wat het minst leuk is aan hun topsportcarrière geven de topsporters drie verschillende soorten antwoorden; de eerste groep zegt alles leuk te vinden aan topsport en weet geen antwoord te formuleren, de tweede groep noemt een moment in de topsportcarrière waarop de eigen prestatie niet aan hun verwachtingen voldeed, waardoor ze erg teleurgesteld waren, de laatste groep benoemt de noodzakelijke ‘offers’ ten behoeve van de topsportcarrière en het gebrek aan vrije tijd.

Een handbaltalent (19 jaar): *“Het minst leuke aan topsport vind ik dat het zoveel tijd kost. Je moet er veel voor laten. In die tijd zou je ook andere leuke dingen kunnen doen.”*

De waardering van de ervaring van offers kan per individu variëren. De ene topsporter zegt geen enkele moeite te hebben met het feit dat ze bijvoorbeeld haar vrienden buiten de sport weinig ziet, omdat ze de meeste vrienden via haar sport kent, terwijl de andere topsporter het moeten missen van bepaalde activiteiten als zeer beperkend ervaart.

Een gestopte handbaltalent (23 jaar): *“Je wordt eigenlijk gewoon geleefd. Op een gegeven moment zei ik tegen vrienden: ‘we gaan vanavond wel naar handbal toe’. Want ook als je ziek was moest je er naartoe, of als je geblesseerd was moest je gaan kijken. Ja, ik was er gewoon klaar mee. Het ging me steeds meer irriteren.”*

Beperkingen die eerst als weinig beperkend en/of in staat stellend ervaren werden, kunnen na verloop van tijd als zeer beperkend en/of niet meer in staat stellend ervaren worden. Dit kan ontstaan door veranderende omstandigheden, alsmede door een veranderende perceptie van het talent.

‘Thuis’

Wanneer het talent de overstap maakt naar een nieuwe fase in de talentontwikkeling dan worden er nieuwe eisen gesteld aan het talent en aan zijn of haar sociale omgeving (Bloom, 1985; Coté, 1999; Van Rossum, 2000). De sporter moet niet alleen meer, maar ook intensiever trainen, het komt ook vaak voor dat de talenten grotere afstanden moet afleggen voor wedstrijden en trainingen. In sommige gevallen is de reisafstand zo groot dat het talent ervoor kiest te verhuizen. De verhuizing kan een positieve uitwerking hebben doordat de reisafstand beperkt wordt en de talenten meer rust krijgen. Andere talenten geven aan heimwee te hebben en vinden het jammer dat er geen mogelijkheden dichterbij huis zijn.

Een zwemtalent (19 jaar): *“Ik wil sowieso blijven wonen in de plaats waar ik ook zwem. Stel dat ik naar Amsterdam of Eindhoven ga, dan ga ik daar ook woonruimte zoeken. (...) Misschien dat*

als ik naar Eindhoven ga dat ik dan ook daar in de buurt ga studeren in plaats van daar waar ik nu studeer.”

Een handbaltalent (21 jaar): *“Ik had heel snel heimwee. Het werd wel minder naarmate ik ouder werd, maar je blijft het toch houden. Ik was 4 dagen van huis. Op zondagavond wilde ik eigenlijk helemaal niet, ik wilde gewoon thuis blijven. Als ik op donderdagavond thuiskwam dacht ik alweer aan zondag. Je kon helemaal niet genieten van je weekend, omdat je alleen maar bezig was met die zondag, het moment dat je weer weg moest.”*

Het vele reizen en vaak weg zijn van huis wordt vooral door tennistalenten soms als lastig ervaren. De meeste tennistalenten spraken over gevoelens van eenzaamheid. Voor sommige tennistalenten speelde dit een rol in het beëindigen de tenniscarrière. De meeste tennistalenten nemen dan geen afscheid het tennis, maar ze stoppen met het spelen van internationale wedstrijden en toernooien.

Een tennistalent (19 jaar): *“Je wilt toch niet alleen reizen, maar soms moet dat wel. Ik kan geen trainer meenemen ofzo. Dat kan ik gewoon niet betalen. (...) Het is wel moeilijk hoor alleen op toernooien. Dat is wel eenzaam.”*

Aan de ene kant wordt het reizen soms als vervelend en zwaar ervaren, met name op momenten dat de sportcarrière minder voorspoedig verloopt. Aan de andere kant wordt het reizen en spelen van toernooien ook gezien als prettige bijkomstigheid van topsport. Natuurlijk spelen gevoelens van eenzaamheid en heimwee niet alleen in het tennis, maar dit onderwerp kwam daar wel opvallend vaker aan de orde. Ernstige gevallen van heimwee of gevoelens van eenzaamheid kunnen de sportcarrière negatief beïnvloeden en uiteindelijk zelfs leiden tot beëindiging van de topsportcarrière.

Gemis aan sociale contacten?

Een topsportcarrière laat weinig ruimte over voor buitenschoolse en sociale activiteiten. Sommige jonge topsporters ervaren dit als een gemis en voelen zich soms buitengesloten in andere sociale groepen, omdat alle tijd moet worden besteed aan sport en school. Veel talenten hebben een aangepast lesrooster op school en volgen lessen in verschillende klassen. Een van de talenten voelde zich daardoor eigenlijk niet echt deel uitmaken van een groep op school. Over het algemeen geven talenten aan het naar hun zin te hebben op school en ervaren zij de contacten met leeftijdsgenoten van buiten de sport als prettig. Soms kan dit ook voor spanningen zorgen tussen het investeren in de topsportcarrière en de mogelijkheden voor activiteiten in andere levenssferen.

Moeder van een judotalent: *“Vorig jaar zat ze in een topsportklas met allemaal sporttalenten. Ze stimuleerden elkaar in de sportbeoefening en er was veel interesse in elkaars prestaties. Nu zit ze in een gewone klas met veel kinderen die niet of nauwelijks sporten. Dat is voor haar soms wel moeilijk. Dan zeggen ze bijvoorbeeld: Ga je niet mee naar de stad? Of ga je mee naar de bioscoop zaterdag? Dat kan dan eigenlijk niet, want ze moet trainen. Ze is daar wel gevoelig voor.”*

Andere talenten zeggen geen behoefte te hebben aan sociale activiteiten of kiezen voor sociale bezigheden binnen de sport. Ze ervaren het hebben van weinig vrienden niet als een probleem.

De contacten die zij hebben met familie en/of mensen uit de topsportwereld beschouwen zij als voldoende. Pas wanneer de talenten hun carrière beëindigen of een verplichte rustperiode inlassen als gevolg van een blessure maken ze kennis met andere (sociale) activiteiten. Hierdoor kan de terugkeer naar een leven als topsporter soms als lastig worden ervaren. Het is dan ook logisch dat talenten in zo'n periode soms gedachten hebben over een leven zonder intensieve sportbeoefening.

Een gestopt zwemtalent (22 jaar): *“Mijn sociale contacten waren het zwemmen. Met de mensen van daar ging ik stappen of naar feesten. Ik had ook weinig contacten op school. Die waren heel anders dan ik. Met zwemmen hadden we allemaal dezelfde interesses en dat maakte het een stuk makkelijker.”*

Enkele talenten waren zich bewust van het feit dat zij door hun topsportbeoefening minder mogelijkheden hadden voor het ondernemen van activiteiten ten aanzien van andere levenssferen. Dit werd echter niet altijd als negatief ervaren. Zij maakten extra gebruik van de momenten wanneer de topsportcarrière dit toeliet.

Een handbaltalent (19 jaar): *“In de vakantie probeer ik wel zoveel mogelijk met mijn vrienden op te trekken. Na zo'n zomervakantie, waarin ik veel leuke dingen met ze heb gedaan, begint de school en handbal weer en dan zie ik hen ineens heel weinig. Ik denk dan wel: ‘dat was toch heel leuk in de vakantie.’”*

Niet alle talenten ervaren beperkingen in het sociale leven als een offer. Ze accepteren het feit dat ze keuzes moeten maken om te kunnen presteren. Het lijkt erop dat sommige talenten goed weten waar ze mee bezig zijn. Zij kunnen daardoor meer gericht een afweging maken waardoor zij minder spanning ervaren ten aanzien van andere levensstijlopties. Wanneer talenten keuzevrijheid ervaren in hun gedrag worden de vele trainingen in mindere mate als een offer gezien maar meer als een investering.

Zowel ouders als talenten geven aan dat veel trainers en sportbonden onvoldoende aandacht schenken aan het sociaal welbevinden van de atleten. Talenten in goede vorm krijgen voldoende aandacht, maar geblesseerde talenten, talenten met (mentale) problemen of gestopte talenten worden dikwijls genegeerd. Tijdens de gesprekken werd verschillende malen het ‘als je wint, heb je vrienden’ principe genoemd.

Een gestopt handbaltalent (23 jaar): *“Als je aandacht krijgt is het leuk maar als je eigen trainer je links laat liggen als je een slechte wedstrijd speelt, dat vind ik toch wel triest. Als je het een beetje goed doet ben je echt hot, maar ben je weg dan kijkt niemand naar je om hoor.”*

Het beoefenen van topsport kan het persoonlijk welbevinden zowel positief als negatief beïnvloeden. Plezier in en liefde voor de sport zorgen ervoor dat de talenten in staat zijn de investeringen in de topsportcarrière vol te houden. Het lijkt erop dat wanneer talenten keuzevrijheid ervaren in hun gedrag de vele trainingen in mindere mate als een ‘offer’ worden gezien, maar juist meer als een investering.

De ontwikkeling van een talent in biografisch perspectief

Sara: Een ongewild afscheid van het zwembad

Sara (21) is de oudste dochter in een sportief gezin met drie kinderen. Tot haar twaalfde jaar beoefent ze drie sporten. 's Morgens zwemt ze en 's avonds of na schooltijd zijn de trainingen voor volleybal en atletiek. Op het moment dat ze naar de Mavo gaat moet ze kiezen tussen zwemmen en volleybal, want de wedstrijden van beide sporten vallen op zaterdag. Ze kiest voor het zwemmen, omdat ze daar beter in is en meer plezier in heeft. Atletiek blijft ze nog beoefenen. "Dat was wel goed voor mijn conditie." Sara's ouders vinden sport belangrijk en stimuleren hun kinderen om te gaan sporten. Daarnaast zijn zij zelf ook nog steeds actief in de sport. Evenals Sara was haar vader vroeger zelf ook een fanatiek zwemmer. Inmiddels is hij jeugdtrainer bij een waterpoloteam en zwemt hij voor zijn plezier en haar moeder speelt nog elke week volleybal. Naast Sara blijken ook haar broertje en zusje talentvolle sporters. Het zusje van Sara is ook een talentvolle zwemster en hoopt binnenkort voor het eerst aan het NK deel te nemen. Het broertje van Sara voetbalt in de jeugdselectie van een eredivisie voetbalclub. "De trainingen van het zwemmen waren altijd 's morgens vroeg. Mijn vader bracht ons altijd naar het zwembad. Daar hielp hij met training geven en als het rustig was in het water dan zwom hij zelf ook nog een paar baantjes. Aan het einde van de training gingen we dan altijd wedstrijdjes doen."

Het zwemmen schept een speciale band tussen Sara en haar vader. Ze beleven samen veel plezier aan het zwemmen. Haar vader neemt Sara zelfs mee naar de Olympische spelen. Waar ze natuurlijk bij het zwemmen gaan kijken. Sara traint inmiddels in de jeugdselectie met de beste zwemmers van Nederland. Ze wint veel wedstrijden en behaalt diverse nationale titels bij de jeugd. Haar moeder:

"Sara was volgens haar trainer echt een natuurtalent. Ze was ook altijd heel gedreven. Haar zusje is dat wat minder die moet er harder voor werken. Sara's zusje kon ook altijd heel goed tegen haar verlies, zij is misschien wat laconieker. Soms vond ik twee dagen later een medaille in haar tas. Als Sara een wedstrijd had gewonnen kwam ze altijd met die medailles aanzetten."

Sara is erg succesvol in het zwemmen en doorloopt de Mavo vrij gemakkelijk. Het gaat eigenlijk zo goed dat ze naar de Havo wil. In overleg met haar mentor en ouders besluit ze dat niet te doen. De combinatie tussen zwemmen en een overgang naar de Havo zou behoorlijk zwaar kunnen worden. Na de Mavo gaat Sara naar het Cios. Ze moet verhuizen voor haar studie en gaat trainen bij een andere club. Sara komt minder thuis en het contact met haar ouders verandert. Daarnaast begint ze steeds vaker last te krijgen van haar schouder. Als ze er goed over nadenkt heeft ze daar eigenlijk al veel langer last van. Ze besteedt er weinig aandacht aan, negeert de pijn en zwemt gewoon door. Op basis van haar talent kan ze het allemaal nog bijbenen. Sara kan niet zo goed overweg met haar nieuwe trainer. "Hij was niet zo sociaal-vaardig en zegt altijd de verkeerde dingen. Hij voelt mij niet goed aan." Hierdoor durft ze niet te vertellen dat ze weer last heeft van haar blessure, terwijl de trainer wel van haar 'geschiedenis' op de hoogte was. "Niemand in mijn directe omgeving wist hoe ze met deze blessure om moest gaan. Daarom heb ik er heel lang mee door gezwommen. Toen ik weer een keer bij de kernploeg ging trainen zei de bondscoach: 'dit is niet goed Sara, dat heb je eigenlijk niet goed aangepakt. Je moet je rust houden.' Toen dat geconstateerd werd, was het eigenlijk al te laat. Het is ook zo frustrerend als

je niet gewoon kan zwemmen. Dan sta je aan de kant van die stomme oefeningetjes te doen en zie je die andere lekker in het water liggen.”

De bondscoach stuurt Sara door naar de bondsarts voor verder onderzoek. In het ziekenhuis worden foto's gemaakt, er volgt een echo en tot slot een MRI-scan, maar het wordt niet duidelijk wat er precies aan de hand is. Wel is te zien dat er vocht in de schouder zit. Met rust en gerichte training zou dit vanzelf moeten herstellen. Maar de blessure herstelt niet. Sara kan geen training afmaken en moet altijd eerder stoppen met pijn in haar schouder. De eerste NK voor haar nieuwe club zit er aan te komen en ze wil zich niet laten kennen. Het NK wordt een grote teleurstelling. Inmiddels heeft Sara al ruim twee en half jaar last van die schouder.

“Ik ben toen echt stil blijven staan. Ik zwom echt geen super tijden meer. Twee jaar terug was ik sneller. Ik ben doorgedaan omdat zwemmen toen alles voor mij betekende. Zwemmen was gewoon mijn ding, ik kon er alles in kwijt, ik vond het heerlijk, ik wilde ook graag, het was gewoon mijn alles.”

Op een trainingskamp in Amerika neemt ze in overleg met de bondscoach het besluit om te stoppen. Sara heeft van alles geprobeerd, maar de schouder herstelt niet. De bondscoach zegt tegen haar: ‘Ik zie dat je elke dag met plezier in het water duikt, maar je lichaam kan het gewoon niet aan.’ Thuis vertelt ze haar ouders over haar besluit. ‘Die hadden dat wel aan zien komen, maar toch zag ik dat ze het er moeilijk mee hadden, vooral mijn vader.’ Inmiddels is het bijna 2 jaar geleden dat Sara gestopt is met zwemmen. Het heeft de band met haar ouders veranderd.

“Ik denk dat mijn vader het heel jammer vond. (...) Toen ik nog veel zwom toen belde hij mij elke dag. ‘Hoe is het nu en hoe gaat het nou?’ Sinds ik gestopt ben doet hij dat niet meer. En kan ik ook helemaal niet meer met hem praten. (...) Ik heb het idee dat mijn vader minder trots op me is. Ik weet niet, het is meer een gevoel. Ook omdat hij nu nooit meer belt en naar mijn idee geen interesse meer in me toont. (...) Het contact met mijn moeder is juist veel beter geworden en dat vind ik wel heel erg leuk!”

Vlak nadat ze gestopt is gaat Sara af en toe naar het zwembad, gewoon voor haar plezier, maar dan kan ze het niet laten om weer hard te gaan zwemmen. Direct voelt ze dan die pijn. Sara komt nu nauwelijks meer in het zwembad. Het is te confronterend volgens haar vader.

“Ze heeft met spijt afscheid genomen van het zwemmen door die schouder. Ze is gewoon nog niet klaar met haar zwemcarrière. Ze stapt ook niet makkelijk een zwembad in. (...) Ze is zeker opgelucht. Het zou mooi zijn als ze er helemaal uit is. Dat is ze niet, want ze heeft veel teveel plezier in het zwemmen zelf. Ze zit er nog zo in dat ze niet kan zeggen: ‘Ik ga recreatief lekker voor mezelf wat bewegen.’ Ik vind het ook gek dat ze niet vaak bij haar zusje komt kijken als die een belangrijke wedstrijd heeft. Ze weet zichzelf ook niet goed een houding te geven”

Sara richt zich vanaf dat moment wat meer op haar CIOS-opleiding. Dit jaar is ze begonnen aan de PABO. Ze wil graag voor de klas staan. Vroeger wilde ze altijd gymleraar worden, maar in haar laatste stage op het CIOS ontdekte ze dat ze liever lerares wilde worden met een ‘eigen klas’. Groep zeven lijkt haar wel leuk. Een echte nieuwe uitdaging heeft Sara nog niet gevonden. Ze heeft het geprobeerd met hardlopen, maar dat was niks voor haar. Ze is met vriendinnen mee geweest naar de sportschool, maar stepps en aerobics vormen geen uitdaging voor haar. De echte uitdaging vormde het gevecht met het water en de klok, zichzelf verbeteren. Dat is er niet meer.

8. Resultaten: Vroegtijdige carrièrebeëindiging

"Ik had toen al in een emotionele bui kunnen zeggen dat ik zou stoppen, maar ik wilde het toch even laten bezinken. Ik heb veel mensen gesproken en kwam uiteindelijk tot de conclusie dat het geen zin heeft om door te modderen. Ik ben er klaar mee. Het geeft een hoop rust, want ik kan mijn aandacht nu gaan besteden aan andere ideeën."

Oud-topschaatser Jochem Uytdehaage¹³

8.1 Twijfels en onzekerheid

Verschillende van de geïnterviewde talenten hebben wel eens met de gedachte gespeeld om te stoppen met de intensieve sportbeoefening. De meeste talenten kunnen zich echter een leven zonder topsport niet voorstellen, ze zijn bang dat ze zich gaan vervelen of dat ze iets missen. Een enkel nog actief talent heeft in het verleden serieuzer nagedacht over het beëindigen van de topsportcarrière.

Een zwemtalent jaar (15 jaar): *"Ik denk soms wel eens hoe mijn leven eruit zou zien zonder zwemmen. Wat zou ik dan doen? Ik weet het eigenlijk niet. Ik denk dat je je heel snel gaat vervelen. Misschien niet als je een andere sport gaat doen?"*

Een topsporter die zijn topsportcarrière beëindigt, doet dat over het algemeen niet van het ene op het andere moment, maar doorloopt daarbij verschillende - elkaar deels overlappende - fasen: de eerste twijfels, zoeken naar en overwegen van alternatieven, de beslissing om te stoppen, aanname ex-topsporter identiteit (Stier, 2007). De eerste twijfels worden vaak veroorzaakt door interne factoren, zoals blessures, ziekte, stress en angst. Dit kwam ook naar voren in de interviews. Met name een periode van fysiek ongemak bleek voor sommige talenten aanleiding om aan de voortzetting van de topsportcarrière te twijfelen.

Een gestopt zwemtalent (21 jaar): *"Ik denk dat ook de onzekerheid een rol speelde bij het stoppen. Dat je stil blijft staan en dat is allemaal weer terug te leiden op die schouder. Omdat ik zo bang was voor die schouder tijdens wedstrijden, werd ik heel onzeker over mezelf en zo ging het ook steeds weer met het spiraaltje naar beneden. Ik was zowel onzeker over mijzelf als over mijn prestaties."*

Blessureperiodes of kleine fysieke ongemakken zorgen ervoor dat de topsportcarrière in de ogen van het talent minder voorspoedig verloopt. Ze krijgen te maken met tegenslagen als afnemende progressie en deselectie (bankzitten) of verlies. Vaak hangt zo'n periode samen met een afname in het plezier van sportbeoefening (vgl. Van Bussel, 2007). Soms blijken talenten in een lastig te doorbreken vicieuze cirkel te zitten: afname van het plezier in topsport is negatief van invloed op de prestaties, waardoor het plezier nog verder afneemt.

¹³ In het NOS Sportjournaal (6 februari 2007).

Tijdens de eerste fase van het proces van topsportbeëindiging twijfelen de sporters tussen stoppen en doorgaan. Dikwijls volgt er na een periode van twijfels en plezierafname weer een periode van toewijding en plezier in topsport (cf. Stier, 2007).

Een handbaltalent (19 jaar): *“Vorig jaar heb ik overwogen te stoppen. (...) Dat was aan het einde van het seizoen, een seizoen waarin ik veel last had van blessures en weinig aan spelen toekwam. Ik dacht: ‘Waar doe ik het voor? Ik zit alleen maar op de bank en ik ben alleen maar aan het revalideren. Ik ga van de ene blessure naar de andere, het is eigenlijk helemaal niet meer leuk.’ Toen ik weer begonnen was met trainen, lekker ging spelen en voor jong oranje werd gevraagd, toen had ik er weer zin in.”*

De fase van eerste twijfel gaat over in een periode waarin de sporters hun twijfels onderzoeken. Sommige talenten zeggen niet ‘het type voor topsport’ te zijn en hechten meer waarde aan andere bezigheden. In deze fase winnen talenten dikwijls advies in van mensen uit hun sociale omgeving. Ouders, maar ook vrienden, familie, teamgenoten en coaches kunnen als belangrijke gesprekspartners dienen. Bij sommige respondenten werkten de gesprekken met mensen uit de sociale omgeving motiverend en besloot het talent de sportcarrière te vervolgen. Voor andere talenten bleek de mening van personen uit de sociale omgeving de doorslag voor het beëindigen van de topsportcarrière.

Een gestopt zwemtalent (21 jaar): *“Ik heb toen aan die trainer gevraagd: (...) ‘als jij denkt dat ik het enigszins aankan dan moet je het zeggen.’ Dan doe ik er alles voor! Denk je dat het niet zo is dan wil ik dat ook graag weten, want dan zal ik een keuze moeten maken.”*

Uit de interviews met (gestopte) talenten en hun ouders kwamen diverse redenen voor het beëindiging van de topsportcarrière naar voren: niet kunnen omgaan met mentale druk, problemen met de topsportidentiteit, blessures, moeite met investeringen qua tijd en reisafstand, keuze voor maatschappelijke carrière, partner en/of meer vrije tijd, twijfel over het eigen talent en familie omstandigheden. Vaak is er geen eenduidige oorzaak, maar meerdere samenhangende redenen. Sommige ex-talenten zijn door het beëindigen van de topsportcarrière meer tevreden met hun leven, waarbij mogelijk ook sprake is van een *reconstructie* of het herdefiniëren van gevoelens en waarderingen in retrospectief.¹⁴

Een gestopt zwemtalent (22 jaar): *“Het probleem was dat als je in het Nederlandse zwemmen de top wil behalen, je persé zoveel uur moet blijven trainen. (...) Ik zag gewoon in dat ik in de top-5 of top-10 van Nederland kon blijven hangen, maar om de top te halen moest ik echt alles stop zetten. En daar had ik zelf geen oren naar. Ik koos voor mijn beroep.”*

¹⁴ Er kan in dit opzicht gesproken worden van ‘dialogische zelfrepresentaties’, waarbij mensen verschillende betekenissen geven aan bepaalde gebeurtenissen, waarnemingen en waarderingen, afhankelijk van de specifieke tijd-ruimtelijke en sociale context (vgl. Elling, 2007). Tegenover een vriend, ouder of trainer verwoordt een gestopt talent mogelijk deels andere gevoelens dan tegenover een onderzoeker.

Een gestopt handbaltalent (23 jaar): *“Ik heb toch voor het maatschappelijke gebeuren gekozen. Ik heb een hele leuke tijd gehad met die jongens, maar op een gegeven moment krijg je een relatie en kom je in een andere levensfase. Die jongens waren nog helemaal niet bezig met een vaste baan, settelen of een huisje kopen. En ik had dat wel: ik wilde een huisje kopen en een baan. En ik wilde niet moeilijk werk kunnen krijgen of mijn school niet af kunnen maken door handbal. Dat vond ik altijd een beetje eng. Dus ik heb gewoon voor die zekerheid gekozen en ben nu met mijn carrière bezig.”*

Uit de interviews komt duidelijk naar voren dat het besluit om uiteindelijk te stoppen de uitkomst is van een proces met twijfels en overdenkingen, waarbij bovendien meerdere persoonsgebonden, sport- en situatiespecifieke factoren een rol spelen.

8.2 Falend beleid?

Binnen het proces van talentontwikkeling is uitval onontkoombaar. Talentontwikkelings-trajecten zijn juist gericht op het selecteren van de beste sporters en deze zo optimaal mogelijk te begeleiden in hun ontwikkeling. Toch is er ook deels sprake van een bepaalde mate van ‘uitval’ binnen de talentontwikkelingsfasen die mogelijk onnodig is en voorkomen kan worden. Daarbij gaat het vooral om het creëren van een verantwoord topsportklimaat, zowel qua fysieke als psychosociale ontwikkeling. Een klimaat gericht op het voorkómen en reduceren van blessures, overtraining, conflicten, et cetera het maximaliseren van plezier en prestaties. Volgens de topsporttalenten en ouders, is in ieder geval verbetering mogelijk binnen de structuur van sommige talentontwikkelingsopleidingen. In sommige gevallen hebben gestopte talenten ook het gevoel dat er nadien reeds verbeteringen zijn doorgevoerd, waarmee ze mogelijk ook deels hun eigen tekortkomingen reconstrueren.

Een gestopt handbaltalent (23 jaar): *“Om de zoveel tijd wisselden ze van trainer of kwam er weer iemand anders. Dus er zat ook niet echt structuur in en je werd ook niet uitgedaagd door de bond om er vol voor te gaan (...) Ze zijn nu ook bezig met die talentencentra en ik denk dat er nu wel wat meer structuur in komt en ze met de lange termijn bezig zijn. Maar in mijn tijd was het echt zo van: ‘jongens, we gaan over 3 weken naar Oekraïne toe, dus we gaan nog even een paar keer trainen en kijken wat er gebeurt’.”*

Gebrek aan structuur en beleid is met name een probleem van de clubs, bijvoorbeeld op het gebied van blessurepreventie en behandeling. Met name de kleine clubs hebben geen geld en mankracht om professionele krachten in te huren. Sportbonden zouden kunnen bijdragen aan verbetering van de ondersteuning van clubs bij het opzetten van ontwikkelingsprogramma’s voor talenten en door clubtrainers meer en betere voorlichting te geven over talentontwikkeling, blessurepreventie en -behandeling.

Een ouder van een zwemtalent: *“Ik denk, als je alles terugkijkt, dat ze toen ze jong was sowieso verkeerd getraind heeft. Alles was gericht op het moment zelf en de inhoud van de training was veel te eenzijdig. Dat is één ding dat zeker is. Los van het feit dat het te eenzijdig was zat er geen enkele vorm in van managen van talent.”*

Talenten die bij een professionele club sporten hebben minder te maken met gebrekkige structuur en begeleiding, verschillende sportbonden kiezen ervoor de kennis en kunde te verzamelen in speciale gecentraliseerde talentontwikkelingscentra. Talenten kunnen gebruik maken van professionele trainers en trainingsfaciliteiten en trainen gezamenlijk op hoog niveau met andere talenten. Centralisatie heeft echter niet voor ieder talent gunstige effecten. Vaak is de afstand tot het trainingscentrum zo groot dat talenten worden gedwongen lange reistijden af te leggen of zelfs te verhuizen. Zowel het reizen als een verhuizing vergt op sociaal en financieel vlak een extra inspanning van de sporter en zijn of haar sociale omgeving. Verschillende sporters gaven aan dat de overstap naar een gecentraliseerde trainingsinstelling zoveel problemen opleverde dat ze besloten de topsportcarrière te beëindigen of dit hadden overwogen.

Een gestopte zwemtalent (22jaar): *“Voor de sport is centralisatie absoluut een vooruitgang, maar ouders zijn verplicht om hun kinderen daar naartoe te brengen. Je kunt zeggen je zet ze op kamers, maar die sporters hebben daar gewoon het geld niet voor en de ouders vaak ook niet.”*

Verschillende sporters en ouders geven aan dat er te weinig aandacht is voor de individuele sporter en dat er teveel wordt uitgegaan van gestandaardiseerde trainingsmethoden. Ook is er volgens de sporters en ouders te weinig aandacht voor individuele mentale en fysieke begeleiding. Wanneer een talent fysieke of mentale problemen heeft, dan is er weinig aandacht van zowel de club als de bond.

Een ouder van een gestopt zwemtalent: *“Er was helemaal geen mentale begeleiding bij de club. Het ging alleen maar om winnen. Dat is natuurlijk dodelijk. Bij een 10-11 jarige is het laatste dat belangrijk is of een wedstrijd gewonnen wordt of niet (...) Dat is mentale ontwikkeling, ja, zo kun je dat noemen. Ze was op geen enkele manier voorbereid op een leven als topsporter.”*

Een ouder van een handbaltalent: *“Zodra je weg bent of als je een blessure hebt dan wordt er niet naar je omgekeken. Zodra het weer goed met je gaat en je bent weer goed dan pakken ze je weer. Zo werkt het.”*

Uit de interviews met gestopte talenten en hun ouders komt een beeld naar voren dat geblesseerde talenten vaak niet of nauwelijks worden opgevangen of bij de selectie worden betrokken. Ze voelen zich ‘gebruikt’ in een systeem waarbij uiteindelijk alleen het behalen van prestaties van belang is en de ‘afvallers’ aan hun lot worden overgelaten. Ook wanneer talenten besluiten te stoppen, worden er over het algemeen geen exit-gesprekken gehouden, om na te gaan op welke wijze de club, trainer of bond kunnen ondersteunen bij het transitieproces van het afstand nemen van topsport.

8.3 Leven na topsport

Gestopte topsporters krijgen te maken met een verandering van levensstijl. Niet alleen de bezigheden veranderen, ook de rol van de topsporter en zijn of haar ouders verandert. De ex-topsporter moet zijn of haar leven opnieuw inrichten, een nieuwe identiteit als ex-topsporter ‘ontdekken’. Veel sporters hebben problemen tijdens dit transitieproces, in het bijzonder

wanneer de keuze om te stoppen met topsport niet vrijwillig is (bijvoorbeeld als gevolg van een blessure).

Een gestopt zwemtalent (21 jaar): *“Ik heb toen eigenlijk een jaar gewoon bijna niet gezwommen, omdat het te confronterend was. Ik had het er moeilijk mee dat ik niet zwom, dat was mijn ding. Aan de ene kant kon ik niet zwemmen, omdat ik het fysiek gewoon niet aankon. Aan de andere kant was het ‘ ik zwem niet dus ik kon mijn ei niet kwijt op dat ogenblik’, ik miste het wel heel erg.”*

Talenten die hun topsportcarrière (voortijdig) beëindigen kunnen problemen ondervinden met hun identiteit, wat ze kunnen en wie ze (willen) zijn. Sporters die besluiten hun topsportcarrière te beëindigen vinden het vaak moeilijk om een nieuw doel te vinden en zijn vaak onzeker over de toekomst (Stier, 2007). De gestopte talenten geven allen aan bepaalde facetten van topsport te missen. Het gaat dan om een bepaalde ambitie, het hebben van een specifiek doel, het reizen, de regelmaat van het leven als topsporter of de topsport beoefening als uitlaatklep.

Een gestopt zwemtalent (21 jaar): *“Ik heb niet echt iets anders waar ik voldoening uit haalde. Ik heb wel dingen geprobeerd, fitness, steps en dat soort dingen, maar niks waar ik me zo in kwijt kon raken. Nee, dat heb ik nu, na twee jaar, nog steeds niet.”*

Een gestopt zwemtalent (22 jaar): *“Ja, ik mis de spanning ook wel. Ik zit nu als verpleger op een afdeling die is heel rustig en heel saai. Dat zijn allemaal oudjes, daar kun je niet mee gaan rennen. En ik ben iemand, die moet iets te doen hebben op een dag. Dat mis ik op dit moment heel erg.”*

Het merendeel van de gestopte talenten zegt nu gelukkiger te zijn dan tijdens (de laatste periode) van hun topsportcarrière. Desondanks zeggen alle talenten te maken hebben gehad met een mentaal moeilijke periode na het beëindigen van hun topsportcarrière. De ex-talenten die aangeven gelukkiger te zijn, zijn met name gelukkiger over het feit dat er meer tijd en ruimte is voor sociale activiteiten en voor de sociale omgeving (vgl Elling, 2009).

De beëindiging van een topsportcarrière betekent voor sommige talenten een verrijking van het sociale leven, voor anderen eerder een vershraling. Sommige ex-talenten geven aan dat ze meer tijd hebben voor het onderhouden van hun sociale contacten en krijgen de kans andere activiteiten te ontplooiën waardoor ze nieuwe mensen ontmoeten. Talenten die hun vrienden voornamelijk uit de topsportwereld kennen, echter, krijgen te maken met veranderingen in of verwatering van de contacten met vrienden uit de topsportwereld. De gestopte talenten ontwikkelen vaak andere interesses en bezigheden dan de talenten die hun carrière voortzetten. Gestopte talenten vonden het lastig om vriendschappen met mensen uit de sport te onderhouden, omdat de gedeelde interesse plotseling ontbreekt.

Een gestopt zwemtalent (21 jaar): *“Ik heb niet het idee dat mijn sociale leven nu sterker is. De meeste zwemvriendinnen spreek ik gewoon helemaal niet meer. Die sprak ik sowieso, die zaten dan bij mij in de kernploeg en bij heel veel wedstrijden zag je ze gewoon. Tussentijds hadden we eigenlijk niet zoveel contact. Maar bij wedstrijden zie je iedereen weer en dan ga je lekker bijkletsen. Eigenlijk is het in die zin minder geworden.”*

Een gestopt handbaltalent (23 jaar): *“Ik spreek mijn oude teammaatjes nog wel, maar ik ga niet naar wedstrijden kijken ofzo. Het is wel een beetje uit het oog, uit het hart. Die mensen leven nog steeds voor het handballen en die willen resultaten laten zien. Die hebben het zo druk dat ze geen tijd hebben om hiernaartoe te gaan. Ik zou het andersom wel kunnen maar ik doe het nog even niet. Het is niet zo dat ik ruzie met ze heb, maar het is toch heel anders want je zit niet meer in die wereld. Het gaat gewoon door en ik kies nu een andere weg. We hebben nog een beetje contact maar vragen oppervlakkig over hoe de wedstrijd ging.”*

Verschillende talenten geven bovendien aan dat het contact met de ouders veranderd is na beëindiging van de topsportcarrière. Vooral wanneer het talent ouders heeft die zeer betrokken waren bij hun ontwikkeling, lijkt stoppen van sport van invloed op de kind-ouder band.

Een gestopt zwemtalent (21 jaar): *“Ik heb altijd het idee gehad dat mijn ouders het als heel moeilijk hebben ervaren dat ik was gestopt met zwemmen. Het is gewoon een gevoel. Als we met elkaar praten voel je een strubbeling. Voor hen is zwemmen ook gewoon alles en dat doe ik niet meer. Ik denk dat ze het moeilijk vinden om dat te accepteren.”*

Ook de ouder kan moeite hebben met het vinden van zijn nieuwe rol en identiteit als ex-topsportouder (vgl. Lally & Kerr, 2008). Niet alleen ouders zijn verantwoordelijk voor de veranderende relatie, ook het veranderende gedrag van het talenten speelt een rol. Talenten nemen na beëindiging van de topsportcarrière vaak meer afstand van hun ouders. Na beëindiging van de topsportcarrière volgt een fase waarin deze jongeren moeten bepalen op welke manier ze hun leven willen inrichten. Gestopte talenten maken zich los van het topsportsysteem en het leven als topsporter. Vooral talenten waarvan de ouders nauw betrokken zijn geweest bij de topsportcarrière kiezen mogelijk eerder voor de verwerking van het afscheid (moeten) nemen van topsport met behulp van vrienden of een partner.

Ouders van een gestopt zwemtalent: *“Maar praten over haar zwemcarrière was toch wel taboe. Als je haar er genuanceerd op wou wijzen was het meteen oorlog. (...) Ze voelt zich onbegrepen.”*

Mogelijk dat schaamte of het gevoel niet aan bepaalde verwachtingen te hebben voldaan hier een rol speelt. Zoals gesteld is het voorkomen van uitval van talenten in het selectieproces van talentontwikkeling onmogelijk. De plaats aan de top is en blijft nu eenmaal beperkt. Aangezien het merendeel van de gestopte talenten aangeeft een moeilijke periode te hebben doorgemaakt, is verbetering van het begeleiden van het exit-proces van talenten die moeten stoppen of daar zelf voor kiezen, wel wenselijk.

9. Conclusies

In dit laatste hoofdstuk worden de belangrijkste bevindingen van dit onderzoek besproken en gerelateerd aan mogelijke beleidsimplicaties. We formuleren antwoorden op de onderzoeksvraag naar de mate waarin actieve en gestopte talenten en hun ouders zich verhouden tot topsport en eventueel spanningsvelden (hebben) ervaren tussen topsport en andere leefsfieren. Tevens onderzochten we in hoeverre er binnen talentontwikkelingsprogramma's aandacht is voor het sociaal en maatschappelijk welbevinden van jonge topsporters. De resultaten van dit onderzoek zijn gebaseerd op diepte-interviews met (gestopte) talenten en hun ouders binnen drie takken van sport: handbal, tennis en zwemmen. Tevens is ter ondersteuning gebruikt gemaakt van documentanalyse en gesprekken met enkele jeugdtrainers en beleidscoördinatoren die betrokken zijn bij talentontwikkeling in Nederland. De uitkomsten zijn ingebed in een theoretisch kader op basis van literatuuronderzoek.

Ouders langs de lijn: tussen overbetrokkenheid en overlevering

Uit de bestaande wetenschappelijke en populaire literatuur op het gebied van talentontwikkeling is reeds bekend dat de sociale omgeving van het topsporttalent en in het bijzonder de ouders een belangrijke rol spelen in de ontwikkeling van de topsportcarrière (o.a. Coté, 1999; Van Rossum, 2005). Niettemin zijn ouders zelden direct (mede)onderwerp van onderzoek. De resultaten van dit onderzoek bevestigen de belangrijke rol van ouders in het traject van talentontwikkeling. In het begin van de sportcarrière zijn sporttalenten in sterke mate afhankelijk van de inzet en betrokkenheid van hun ouders. Zonder de financiële en emotionele ondersteuning van hun ouders hebben talenten slechts een geringe kans zich aan te sluiten bij de nationale en internationale top in hun sport. Ook wanneer jonge topsporters zelfstandiger worden en bijvoorbeeld niet meer thuis wonen, blijven verschillende vormen van mentale en materiële ondersteuning van ouders vaak (erg) belangrijk.

De keuze voor topsport blijkt niet alleen bepalend voor de levensstijl van het topsportende kind, maar de topsportcarrière van één of meer kinderen is van invloed op het levenspatroon van het hele gezin. Talentontwikkeling verlangt ook investeringen van de andere gezinsleden, vooral van de ouders. Daarin gaan niet alle ouders even ver. Maar sommige ouders zeggen zelfs hun baan op of gaan juist extra werken om de stijgende kosten van de topsportcarrière te kunnen blijven betalen. Anderen verhuizen voor de sportcarrière van hun kind. Topsportouders genieten van de sportprestaties van hun kind(eren) en ondersteunen hen hier dan ook van ganser harte in, maar hun rol blijkt niet altijd even gemakkelijk. Veel topsportouders moeten balanceren tussen het drukke bestaan als topsportouder en als 'gewone' ouder en partner voor de rest van het gezin.

Jonge talenten en hun ouders blijken vaak niet goed voorbereid op een leven als topsporter. Ouders ondersteunen hun kinderen in hun sportieve ambities, zonder zich vooraf te beseffen wat de gevolgen voor het kind zijn van de keuze voor topsport en welke invloed de keuze voor topsport heeft op het gezinsleven. De keuze voor topsport is eerder een logisch vervolg van de eerder gedane investeringen dan dat er sprake is van een bewuste keuze. Meer informatie en betere voorlichting vanuit de betrokken trainers en sportbond over de verwachte investeringen van het talent en de ouders en informatie en voorlichting over de reële kansen en mogelijkheden op een topsportcarrière zijn wenselijk. Daarbij mag aandacht voor de minder rooskleurige

aspecten van een topsportercarrière niet ontbreken, zodat ouders en talenten zich beter voorbereiden en een bewustere keuze maken.

Het beeld dat topsportouders een te grote druk leggen op jonge talenten is via de media bekend, maar veel ouders voelen zich ook deels machteloos staan tegenover de zuigende werking en allesbepalende karakter van het topsportsysteem. De meeste ouders zijn actief betrokken bij de topsportcarrière, maar velen voelen zich soms zowel letterlijk als figuurlijk een toeschouwer langs de zijlijn.

Een kleine groep ouders wenst het lot van hun kind niet uit handen te geven en houdt zelf de touwtjes stevig in handen. Deze ouders hebben vaak kritiek op (de werkwijze van) andere trainers of de bond. Ouders die zeer sterk betrokken zijn bij de topsportcarrière van hun kind(eren) en (zoals in het tennis veel voorkomt) meereizen tijdens wedstrijden en/of training zijn geneigd zich sterk te identificeren met de topsportcarrière van hun kind. Aan de ene kant kunnen ouders die sterk betrokken zijn bij de topsportcarrière het talent in staat stellen om extra investeringen in de topsportcarrière te doen. Hierdoor groeit de kans om de top te behalen. Aan de andere kant kan een te sterke betrokkenheid van ouders op negatieve wijze van invloed zijn. Het kan verhoogde spanning en stress met zich meebrengen. Het talent ervaart extra druk om tijdens wedstrijden en trainingen. Daarnaast beïnvloedt het de beslissing om wel of niet door te gaan op belangrijke keuzemomenten in de topsportcarrière.

De meeste ouders halen weliswaar zelf ook een zekere mate van voldoening uit de sportprestaties van hun kind, maar veel ouders maken zich soms ook zorgen om hun topsportende kinderen. Vooral als het gaat om de algemene ontwikkeling, een maatschappelijke carrière, het oplopen van blessures en het gebrek aan sociale contacten buiten de sport. Ze hebben het gevoel dat ze het lot van hun kind in handen van een trainer en overige begeleiders hebben gelegd. Ze moeten vertrouwen op de professionaliteit van deze personen. Wanneer ouders problemen signaleren bij hun kind (bijvoorbeeld blessures, mentale problemen, conflicten) weten zij vaak niet goed hoe te handelen en voelen zich soms machteloos. Niet alle ouders durven voor de belangen van hun kind op te komen. Ze trekken niet (tijdig) aan de bel, omdat ze twijfelen aan hun eigen kennis, vertrouwen op de kennis van de trainer en/of niet als 'zeurende ouder' willen overkomen.

Bij de huidige stroomversnelling op het gebied van talentontwikkeling in Nederland lijkt er in het beleid te weinig aandacht te zijn voor de rol van ouders. Het blijkt dat ouders vaak niet goed weten waar ze terecht kunnen met vragen of problemen. Ouders hebben een belangrijke signaalfunctie wanneer talenten kampen met problemen. Trainers en coaches zouden hier van kunnen profiteren bij de begeleiding van het talent. Deze signaalfunctie wordt nog te weinig benut. Sportbonden zouden in samenwerking met NOC*NSF bij het opstellen van talentontwikkelingsprogramma's meer aandacht moeten hebben voor de rol van ouders. Daarmee kunnen talenten worden beschermd tegenover te opdringerige/betrokken ouders en kan tevens beter geprofiteerd worden van de signaalfunctie van ouders.

De mate van betrokkenheid van de ouders na beëindiging van de topsportcarrière van hun kind is mede van invloed op het succes van het verloop van de transitie. De meeste talenten halen de top niet en ook voor hen die dat wel halen komt er eens een einde aan de carrière. Veelal zien ouders de transitie van hun topsportende kind naar een andere primaire levensinvulling

aankomen en zijn ze voorbereid op een verandering van hun rol. Sterk betrokken ouders zien een transitie naar ex-talent niet altijd aankomen of willen deze niet zien. Net als voor topsporters zelf kan een eenzijdige identiteit als ‘topsportouder’ de weg vrij maken voor topsportsucces, maar is deze op lange termijn niet bevorderlijk. Wanneer alles in een gezin jaren in het teken van de topsport heeft gestaan is het soms moeilijk om weer een nieuwe levensinvulling en balans te vinden (vgl. Lally & Kerr, 2008). Wanneer in sommige gevallen de topsportcarrière de enige basis vormt van het kind-oudercontact, betekent het einde van een carrière soms ook een (tijdelijk) afstand nemen van hecht contact met één of beide ouders. Ouders die de topsportcarrière van hun kind op een afstand volgen en andere rollen vervullen naast die van topsportouder hebben over het algemeen minder moeite met de beëindiging van de topsportcarrière van hun kind. Deze ouders proberen hun kind ook zo goed mogelijk te ondersteunen bij (het vinden van) een nieuwe levensinvulling.

Het gevaar van een eenzijdige topsportidentiteit

Vandaag de dag krijgen meer talenten de kans om zich te ontwikkelen en zijn ook de mogelijkheden om zich op jonge leeftijd vooral op sport te richten toegenomen. De gemiddelde leeftijd waarop huidige topsporters met hun sport zijn begonnen, ligt vier jaar lager dan die van tien jaar geleden (Van Bottenburg e.a., 2009). Bovendien zijn de noodzakelijke investeringen in trainingsuren om de internationale concurrentie het hoofd te kunnen bieden gegroeid. Dat betekent dat steeds meer jonge sporters een ‘topsportidentiteit’ ontwikkelen, met de daaraan verbonden kansen en mogelijkheden, maar ook valkuilen.

Bij de overstap van ‘gewone’ wedstrijd sport naar topsport verandert er veel in het leven van het talent en zijn of haar sociale omgeving. Naast een intrinsieke motivatie die vooral gericht is op plezier, is er bij topsport tevens sprake van een prestatiegerichte waardeoriëntatie die gepaard gaat met een zeer gestructureerd en uiterst doelgerichte trainingsplan. Het streven naar succes in topsport vraagt om volledige toewijding waarbij topsport prioriteit krijgt boven een maatschappelijke carrière, het sociale leven en de beoefening van andere hobby’s (vgl. Gordon, 1989). De beschikbare tijd van een topsporttalent is schaars, keuzes worden vaak gemaakt ten gunste van de sportbeoefening. Door complete toewijding aan de sport kan er een soort ‘tunnelvisie’ ontstaan, waarbij sprake is van een eenzijdige, ‘ongezonde’ identiteitsontwikkeling (Taylor & Ogilvie, 1998).

Sterk intrinsiek gemotiveerde en taakgerichte topsporters vinden de topsportbeoefening vooral leuk en ervaren de daarvoor benodigde investeringen en levensloop- en leefpatroonkeuzes niet of nauwelijks als ‘offers’. De meeste ondervraagde talenten vinden het echter ook belangrijk om naast hun topsportcarrière een diploma te behalen of een opleiding te volgen. Sommige talenten doen bewust meer moeite om dingen naast de topsportbeoefening te doen en zodoende meer sociale rollen of verschillende identiteiten te behouden. Dikwijls hebben zij echter de ervaring onvoldoende tijd te kunnen steken in andere interesses. Ze accepteren dit als ‘noodzakelijke offers’ van topsportbeoefening en zeggen meer tijd in hun sociale leven en in andere bezigheden te steken op het moment dat de topsportcarrière dat toelaat.

In alle takken van sport zijn er enkele talenten die hun leven volledig in het teken stellen van de topsport. Maatschappelijke carrière, sociale contacten, woonomgeving en andere interesses worden volledig ondergeschikt gemaakt aan de topsportbeoefening. Een dergelijke ‘tunnelvisie’ is enerzijds een ‘bewezen voorwaarde’ voor het vergroten van de kansen op succes, en wordt

dan ook regelmatig geëist door beroemde trainers, zoals door de Amerikaan Bolletieri in het tennis (Tol, 2008). Behalve de kans op goud, vergroot een eenzijdig ontwikkelde topsportidentiteit van jonge kinderen, anderzijds ook de kans op nadelige gevolgen, zowel tijdens als na afloop van hun topsportloopbaan. Talenten met een eenzijdige topsportidentiteit meten hun zelfvertrouwen vaak volledig af aan hun prestatie als topsporter. Ze hebben weinig of geen andere bezigheden waarmee ze hun zelfvertrouwen kunnen ondersteunen. Tegenvallende prestaties beïnvloeden in sterke mate de gemoedstoestand van deze talenten en kritiek op prestaties wordt vaak opgevat op kritiek op de persoonlijkheid. Voor sommige talenten met eenzijdige topsportidentiteit staat een eenzijdige topsportidentiteit uiteindelijk ook juist het behalen van topprestaties in de weg. Juist omdat ze niet voldoende afstand kunnen nemen en alles op één ding richten, ervaren ze te veel (wedstrijd)stress en te weinig ontspanning en spelplezier om goed te presteren.

Enkele talenten hebben meer moeite met de (soms van buitenaf) opgelegde topsportidentiteit. Ze ervaren de verwachtingen vanuit de topsport om ‘alles voor de sport’ te geven als te beperkend. Sommigen combineren hun topsport met een minder gedisciplineerd en gestructureerd leven als collega-talenten en topsporters. Zolang zij presteren en zich voldoende voegen in het topsportregime, kunnen zij zich flexibeler ontwikkelen of alternatieve topsportidentiteiten creëren. Anderen blijken uiteindelijk niet meer bereid tot het maken van de in hun ogen te grote (sociale) offers en besluiten de topsportcarrière te beëindigen. Talenten met een ‘speelse’ benadering van topsport stuiten vaak op onbegrip vanuit de sportwereld, maar zouden zich met meer begrip en ondersteuning van trainers, begeleiders en bonden voor een meer gevarieerd levenspatroon wellicht ook tot succesvolle topsporters kunnen ontwikkelen. Waar trainers vaak de mening zijn toegedaan dat zulke sporters hun talenten verspillen, kan ook worden beargumenteerd dat binnen een topsportregime waarin alleen topsporters passen die een ‘alles voor de sport’ mentaliteit omarmen sprake is van ‘talentverspilling’. En dat kan een klein land als Nederland zich juist niet veroorloven in het licht van de top-10 ambitie; zij zou ook haar ‘dwarsliggers’ meer moeten koesteren.

De huidige ontwikkeling binnen het talentontwikkelingsbeleid heeft twee gezichten. Aan de ene kant zijn de kansen om topsport te beoefenen en een opleiding te volgen de laatste jaren geoptimaliseerd (Van Bottenburg e.a., 2009). Ook is er in toenemende mate aandacht voor de combinatie tussen topsportbeoefening en het ontwikkelen van breder maatschappelijk perspectief via betaalde arbeid (Van Beukering, van den Brink & Van den Brink, 2008). Aan de andere kant worden de eisen vanuit de topsport steeds groter, zeker in het licht van de gestelde top 10 ambities. Talenten zouden jonger geselecteerd moeten worden, waarbij ook de roep om talentidentificatie steeds harder klinkt (Van Bottenburg, e.a., 2009). De inrichting van LOOT-scholen, CTO's en andere topsporterscentra en de aanstelling van mental coaches zijn vooral gericht op het optimaliseren van het traject van talentontwikkeling in het licht van topsportprestaties. Daarmee wordt de bijzondere status van talenten – en daarmee de topsportidentiteit – niet gerelativeerd, maar juist benadrukt. Er is in die zin sprake van een enigszins paradoxale ontwikkeling waarbij maatregelen die ertoe bij moeten dragen dat topsporters zich minder eenzijdig ontwikkelen (combinatie sport en opleiding) juist bijdragen aan het versterken van een topsportidentiteit.

Verantwoorde drop-out en carrièretransities

Vrijwel alle talenten krijgen te maken met perioden waarin de voortgang (al dan niet door blessures) stagneert, waardoor ze geconfronteerd worden met een mogelijk eind van hun topsportcarrière. Zij worden gedwongen na te denken over hun kansen en mogelijkheden in en buiten de sport. Voor sommigen betekent zo'n periode een al dan niet gedwongen eind van hun carrière. Anderen maken de keuze om toch door te gaan en proberen de aansluiting te vinden, al dan niet door nog grotere 'offers' te maken ten behoeve van de topsportcarrière, zoals het stoppen met hun opleiding. Of een talent de top bereikt of niet lijkt dikwijls afhankelijk van toeval en 'op het juiste moment de juiste mensen tegenkomen'. Ieder talent krijgt tijdens zijn topsportcarrière te maken met hoogte- en dieptepunten, de mate waarin hij of zij leert omgaan met deze dieptepunten verschilt sterk. Dit is afhankelijk van de persoonlijkheid van de sporter, maar ook de sociale omgeving (waaronder ouders en trainers) speelt daarin een belangrijke rol. Talenttrainers en topsportorganisaties zouden nog meer aandacht moeten schenken aan ondersteuning bij motivatieproblemen, faalangst, het leren omgaan met conflictsituaties, het omgaan met blessures, twijfel over het doorgaan met topsport en de daadwerkelijke beëindiging van de topsportcarrière.

Talenten die veel plezier beleven aan de beoefening van topsport zullen eerder geneigd zijn prioriteit toe te kennen aan de topsportcarrière dan talenten die (tijdelijk) minder plezier beleven aan topsport. Het plezier in het beoefenen van topsport is afhankelijk van de mate van voldoening die de topsportbeoefening geeft. Gebrek aan voldoening kan ontstaan doordat talenten het gevoel hebben andere dingen te 'missen', maar ook het niet voldoen aan de eigen, of door anderen opgelegde, verwachtingen kan zorgen voor een onbevredigend gevoel. Het stellen van haalbare en controleerbare doelen is van groot belang om het vertrouwen in eigen kunnen te behouden. Wanneer de doelen onrealistisch of oncontroleerbaar zijn zal de prestatie nooit goed genoeg zijn, waardoor het vertrouwen in eigen kunnen en het algemene zelfvertrouwen afneemt. Talenten kunnen dan in een vicieuze cirkel raken. Een laag zelfvertrouwen veroorzaakt een grotere kans op faalangst, waardoor prestaties afnemen, talenten minder gemotiveerd raken en minder voldoening behalen uit de topsportcarrière.

Het vroegtijdig beëindigen van de sportcarrière kent niet één enkele oorzaak. Vaak is er sprake van een combinatie tussen min of meer gedongen en vrijwillige factoren (vgl. Elling, 2009). Naarmate het talent dichterbij de top komt hoe groter de investeringen moeten zijn en belangrijker het is prioriteit te leggen bij topsport. Voor sommige talenten is dit een natuurlijk proces, anderen vinden het lastig om bepaalde interesses 'op te offeren'. Of zij kunnen de investeringen fysiek dan wel mentaal niet meer opbrengen, waardoor ze (chronische) blessures ontwikkelen, overtraind raken en/of te maken krijgen met 'burn out'. De fase van talentontwikkeling is uiteindelijk een selectieproces waarbij slechts enkelen de overstap maken naar een volwassen (professionele) topsporterscarrière.

Stoppen met topsport gebeurt meestal niet van de ene op de andere dag, maar is een proces, waarbij perioden van twijfels en het afwegen van alternatieven aan het uiteindelijk besluit vooraf gaan (Stier, 2007). Het gevoel controle te hebben over het besluit om te stoppen met topsport en het hebben van een alternatieve levensinvulling verhogen de kans op een succesvolle transitie uit de wereld van de topsport. Talenten die geen alternatief 'plan' hebben blijken meer moeite te hebben met de transitie van topsporter naar ex-topsporter. Bij een abrupt einde van de topsportcarrière zoals bij deselectie of ernstige blessures is de kans op het niet

hebben van een alternatief en een moeizamer transitieproces groter (vgl Ogilvie & Taylor, 2001).

Uitval is niet te voorkomen, maar in een klein land als Nederland kan nog zuiniger worden omgesprongen met de aanwezige talenten, aangezien talent zich niet onbepert aandient (vgl Van Bottenburg, 2009). Nederlandse talenttrainers en sportorganisaties schenken nog onvoldoende aandacht aan het fysieke en psychosociale welbevinden van talenten en hun sociale omgeving. Talenten met veel potentie en weinig problemen krijgen veel aandacht, maar er is onvoldoende ondersteuning voor de talenten die fysieke, mentale of persoonlijke problemen hebben en voor uitvallers. Preventieve mentale en maatschappelijke begeleiding kan de kans op problemen bij talenten verkleinen, waardoor een deel van de onnodige vroegtijdige carrièrebeëindiging mogelijk voorkomen kan worden. Een pedagogisch verantwoord talentontwikkelingsbeleid verdient bovendien meer ondersteuning bij de transitie van topsporttalenten naar een andere levensinvulling. De optimalisering van het talentontwikkelingsproces heeft geleid tot een grotere talentenpool, waarvan uiteindelijk de meesten moeten afhaken. Deze jongeren met topsportambities en hun ouders hebben vaak jarenlang geïnvesteerd en zijn niet altijd goed voorbereid op een leven waarin de prioriteit niet meer bij topsport ligt. Naast het instellen van exitgesprekken, zouden ook uitgebreidere nazorgtrajecten kunnen worden aangeboden. Alleen wanneer we ook aandacht blijven houden voor afhakers en uitvallers, kunnen we met trots juichen voor 'ons' goud.

Literatuur

- Beukering, P. van, Brink, C. van den & Brink, L. van den (2008). *Goud op de werkvloer. Kansen voor topsporters en werkgevers op de arbeidsmarkt*. Deventer: ..daM.
- Bloom, B.S. (1985). Generalizations about talent development. In: B.S. Bloom (ed.) *Developing talent in young people* (Chapter 14, pp. 507-549). New York: Ballantine Books.
- Bottenburg, M. van, Roques, C. & Smit, S. (2003). *Ontwikkelingen in het topsportklimaat in Nederland (1998-2002)*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.
- Bottenburg, M. van, Elling, A., Hoekman, R & Dool, R. van den (2009). *Op jacht naar goud. Het topsportklimaat in Nederland 1998-2008*. Nieuwegein: Arko Sports Media.
- Breedveld, K. (2003), Sport en cohesie. De relatie tussen sportdeelname en sociaal kapitaal. In: K. Breedveld (Ed.). *Rapportage sport 2003*. (pp. 247-283). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Brewer, B.W., Van Raalte, J.L. & Linder, D.E. (1993). Athletic identity: Hercules muscles or Achilles heel?. *International journal of sport psychology*, 24 237-54.
- Buchanan, T. (1985). Commitment and leisure behaviour: A theoretical perspective, *Leisure Sciences*, 7(4), 401-420.
- Buisman, A.J. (2002). *Jeugdsport en fair play in het Nederlandse sportbeleid van de jaren negentig*. Amsterdam: Uitgeverij SWP.
- Bussel, M. van (2007) *Jongensdromen. 11 voetbaltalenten op weg naar de top*. Antwerpen: Houtekiet.
- Coakley J. (1992). Burnout among adolescent athletes: A personal failure or a social problem?, *Sociology of Sport Journal*, n.9, pp.271-85.
- Coté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The Sport Psychologist*, 13 (4), 395-417.
- Curry, T., & Strauss, R. (1994). A little pain never hurt anybody: A photo-essay on the normalization of sport injuries. *Sociology of Sport Journal*, 11, 195-208.
- Elling, A. (2007). *Het voordeel van thuis spelen. Sociale betekenissen en in- en uitsluitingsmechanismen in sportloopbanen*, Nieuwegein/'s-Hertogenbosch: Arko Sports Media/W.J.H. Mulier Instituut
- Elling, A. (2009) Afscheid nemen van topsport. In: Bottenburg, M. van (red.) (2009) *Op jacht naar goud. Het topsportklimaat in Nederland 1998-2008* (pp.). Nieuwegein: Arko Sports Media.
- Ericsson, K.A., Krampe, R.T., & Tesch-Romer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100(3), 363-406.

- Fraser-Thomas, J., Coté J., & Deakin J. (2008). Examining adolescent sport dropout and prolonged engagement from a developmental perspective. *Journal of Applied Sports psychology*, n.3, pp. 318-333.
- Frederick-Recascina, C.M. & Morris, T. (2004). Intrinsic en Extrinsic motivation in sport and exercise. In: Morris, T & Summers, J. (Eds), *Sport Psychology: theory, applications and issues*. 2nd ed.
- Gordon, S. (1989). *Drop-out phenomenon in organised sport: an overview statement and recommendations report and executive summary report*. Perth: University of Western Australia, Department of Human Movement.
- Greendorfer, S.L. & Blinde, E.M. (1985). 'Retirement' from intercollegiate athletes: theoretical and empirical considerations. *Sociology of Sport Journal*, 2: 101-110.
- Grupe, O. (1998). Hochleistungssport für Kinder aus pädagogischer Sicht. In: R. Dauts, E. Emrich & Ch. Igel (Hrsg.) *Kinder und Jugendliche im Leistungssport* (pp. 32-44). Schorndorf: Karl Hofmann.
- Ingham, A.G. , Blissner, B.J. & Wells Davidson, K. (1999). The expendable prolympic self: Going beyond the boundaries of the sociology and psychology of sport. *Sociology of Sport Journal* 16: 236-268.
- Kearney, A.T. (1992). *Sport als bron van inspiratie voor onze samenleving. Sport biedt unieke kansen voor de ontwikkeling van de maatschappij*. Amsterdam: NOC★NSF.
- Kerr, G. & Dacyshyn, A. (2000). The retirement experience of elite, female gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12; 115-133.
- Kuijeren, J. van (2005). Van den Hoogenband geniet nog steeds na. *Brabants Dagblad*. Opgevraagd op 17 september 2008 van <http://www.zwemkroniek.com/nieuws.php?item=2953>.
- Lally, P. & Kerr, G. (2008). The Effects of Athlete Retirement on Parents. *Journal of Applied Sport Psychology* 20/1: 42-56.
- Maas, J. (2006). *Stoppen of doorgaan? Een onderzoek naar de doorstroming van talent in de atletiek*. Doctoraalscriptie Vrijtijdwetenschappen. Universiteit van Tilburg.
- MacPhail, A. & Kirk, D. (2006). Young people's socialisation into sport: Experiencing the specialising phase. *Leisure Studies* 25/1: 57-74.
- Mayer, R. (1995). *Karrierebeendigungen im Hochleistungssport. Ein Beispiel für Lebensentscheidungen und Umorientierung im Jugendalter*. Bonn: Holos Verlag.
- Mesker, M. (2007). *Vrouwen op het centre court*. Zeewolde: Forte Uitgevers.

- Ministerie van Volksgezondheid Welzijn en Sport (2006). *Samen voor Sport. Uitvoeringsprogramma van de kabinetsnota "Tijd voor Sport - Bewegen, meedoen en presteren"*. Den Haag: Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2005). *Tijd voor Sport. Bewegen, meedoen en presteren*. Den Haag: Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (1999). *Kansen voor topsport. Het sportbeleid van de rijksoverheid*. Den Haag: Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (1996). *Wat sport beweegt. Contouren en speerpunten voor het sportbeleid van de rijksoverheid*. Den Haag: SDU Uitgevers.
- Misérus, M. (2007). Een vleugje oranje dat niet verdwijnt. *De Volkskrant*, Sport, 8 december 2007, pp. 36.
- Misset, R. (2007). 'Tennis heeft nog steeds het verkeerde imago. Jong talent moet niet alleen goed kunnen spelen, maar ook over de juiste mentaliteit beschikken'. *de Volkskrant*, Sport, 13 december 2007, pp. 18.
- Nixon, H. (1993a). Accepting the risks of pain and injury in sport: Mediated cultural influences on playing hurt. *Sociology of Sport Journal*, 10, 183-196.
- NOC*NSF (2007). *Ledental NOC*NSF over 2007*. Arnhem: NOC*NSF
- NOC*NSF (2006). *Olympisch Plan 2028. Het sportklimaat op Olympisch niveau*. Opgevraagd op 5 september 2007 van <http://www.noc-nsf.nl/content/pdf/207220/2733541>.
- NOC*NSF (1999). *Performance 2000*. Arnhem: NOC*NSF.
- NOC*NSF (2004). *Realisatieplan georganiseerde sport 2005-2008*. Arnhem: NOC*NSF.
- NOC*NSF (1998). *Topsport in perspectief. Het maken van keuzes*. Arnhem: NOC*NSF.
- Oerter, R. (1998) Kinder und Hochleistungssport aus entwicklungspsychologischer Sicht. In: R. Daus, E. Emrich & Ch. Igel (Hrsg.). *Kinder und Jugendliche im Leistungssport* (pp. 69-86). Schorndorf: Karl Hofmann.
- Pfister, G. (1999) *Sport im Lebenszusammenhang von Frauen*. Schorndorf: Karl Hofmann.
- Probyn, E. (2000) Sporting bodies. Dynamics of shame and pride. *Body and society* 6/1: 13-28.
- Reijgersberg, N., Elling, A. & Hoekman, R. (2009). *Topsportklimaat in Den Haag. Onderzoek naar het gebruik van en tevredenheid over ondersteuningsmogelijkheden voor topsporters in regio Den Haag*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.
- Rossum, J.H.A. van (2000). Deliberate practise and Dutch field hockey: An addendum to Starkes. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 452-460.

Rossum, J.H.A. van, (2005). *Volhouden of afhaken: Een longitudinaal onderzoek naar talentontwikkeling in de sport, met aandacht voor drop-out en toppers.*

Rossum, J.H.A. van (1995). Talent in sport: Significant others in the career of top-lever Dutch athletes. In M.W. Katzko & F.J. Mönks (Eds.). *Nurturing talent: individual needs and social ability* (p.43-57). Assen: Van Gorcum.

Sloane, K. D. (1985) Home influences on talent development. In: *Developing talent in young people*. Ed: Bloom, B.S. New York: Ballantine Books. 3-28.

Stambulova, N.B. (2000). Athlete's crisis: A developmental perspective. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 584-601.

Stevenson (1999). Becoming an international athlete: making decisions about identity. In Coakley, J. & Donnelly, P. (eds.) *Inside Sports* (pp.86-95). London: Routledge.

Stier, J. (2007). Game, name and fame afterwards, Will I still be the same: A social psychological study of career, role exit and identity. *International review for the sociology of sport*, 42(99), 99-111.

Sturkenboom, M., Veltman, G. & Wagner, Ph. (1994). *Bouwstenen voor topsportbeleid. Een advies over de ontwikkeling van een model topsportbeleidsplan*. Arnhem: NOC★NSF.

Taylor, J. & Ogilvie, B. (1998). Career transition among elite athletes: is there life after sport? In J.M. Williams (Ed.) *Applied Sport Psychology: Personal growth to peak performance* (pp. 429-444). Mountain Vie, CA: Mayfield.

Tol, A. (2008) 'Wie met mij werkt, moet zich totaal overgeven.' Kampioenenmaker Nick Bolettieri. *Dagblad De Pers*, 27 augustus 2008, pp. 18/19.

Visscher, C., Bakema, R., Elferink-Gemser, M.T., & Lemmink, K.A.P.M. (2003). Uitval binnen het jeugdturnen. *Sportgericht*, 3, 4-8.

Wylleman, P. & Lavallee, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. In: M. Weiss (eds.) *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (pp. 507-527). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

Young, K., White, P., & McTeer, W. (1994). Body talk: Male athletes reflect on sport, injury, and pain. *Sociology of Sport Journal*, 11, 175-194.

Yperen, N. van (2004). *Over vlammen en afbranden*. Rede. Groningen: Drukkerij C. Regenboog.

Alles voor de sport!?

(Gestopte) Topsporttalenten en hun ouders over investeringen, opbrengsten en offers

Roelien Luijt
Niels Reijgersberg
Agnes Elling

Het bedrijven van topsport verlangt vandaag de dag een toegewijde levensstijl waarbij jongeren en hun omgeving bereid zijn tot flinke investeringen. De ontwikkeling van een steeds professioneler topsportsysteem en de daarmee gepaard gaande verhoogde aandacht voor topsport en hogere ambities leggen een grotere claim op de inzet en betrokkenheid van jeugdige topsporters. Mogelijkheden om op jonge leeftijd serieus met sport bezig te zijn, naast schoolverplichtingen en verdere opleidingsmogelijkheden, zijn gegroeid. Hierdoor krijgen steeds meer talenten de kans om hun geluk te beproeven als topsporter. In *Alles voor de sport!?* worden de belevingen en ervaringen van (gestopte) talenten en hun ouders over investeringen en 'offers' ten behoeve van topsport en de opbrengsten ervan onderzocht. Hoe kijken zij aan tegen topsport en de gemaakte afwegingen en keuzes in relatie tot andere centrale leefsfere zoals school en sociale relaties? In welke mate ervaren (gestopte) talenten en hun ouders de noodzakelijke investeringen voor topsport (achteraft) als 'offers'?

De topsportcarrière van één of meerdere kinderen is van grote invloed op het levenspatroon van een heel gezin. Jonge talenten en hun ouders weten vaak niet goed wat het bedrijven van topsport inhoudt. Ze zouden beter ondersteund kunnen worden in hun keuze voor een leven als topsporter. De meeste talenten vinden het belangrijk om een diploma te behalen of een opleiding te volgen, maar leggen prioriteit bij de topsport. Deze 'alles voor de sport'-mentaliteit is van belang om het hoogste niveau te behalen in de sport, maar kent ook een keerzijde. De meeste talenten zullen uiteindelijk de top niet halen. Vooral bij een eenzijdige topsportidentiteit verloopt het afscheidingsproces niet altijd even makkelijk, ook niet voor de betrokken ouders. Met de toenemende investeringen en topsportambities is het van belang om in het proces van talentontwikkeling niet alleen oog te hebben voor goud, maar tevens een vinger aan de pols te houden bij de psychosociale- en maatschappelijke ontwikkeling van jonge topsporters. Behalve aan de entreezijde van een topsportloopbaan is ook meer beleidsaandacht wenselijk voor een verantwoord, mensgericht, exit-proces van talentvolle sporters.


SPORTS MEDIA


wijl mulder instituut


Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

