

## Traject 'Waarde van vechtsport voor jongeren'

April 2019



### Aanleiding

Veel jongeren in achterstandswijken worstelen met zichzelf en met hun omgeving. Ze worstelen met het veranderende lijf en de ontwikkeling van hun identiteit. Jongeren vinden het lastig te knokken tegen wat hen dwars zit, of wat zich in hun omgeving als onrecht aan hen voordoet. Als gevolg daarvan vallen deze jongeren vaker uit op school (Herweijer, 2008), zorgen vaker voor overlast op straat, hebben conflicten thuis of vinden aansluiting bij criminele groepen. Hoe kunnen we hen leren opkomen voor hun idealen en voor het krijgen van ruimte zichzelf beter te leren kennen. Hoe kunnen zij kwetsbaar zijn en tegelijkertijd zich verzetten tegen de stigma's die zij door anderen opgelegd krijgen?

Kracht- en vechtsport is momenteel populair onder jongeren uit krachtwijken (RIVM et al. 2016; CBS & RIVM 2016; Elling et al. 2017). Dit maakt vechtsport een ingang om jongeren te helpen bij het gevecht met zichzelf en hun omgeving. Bovendien zijn er diverse onderzoeken die laten zien dat vechtsport een positieve bijdrage kan leveren aan de sociaal-maatschappelijke ontwikkeling van jongeren (o.a. Elling en Wisse, 2010). Er is echter nog geen eenduidigheid te zien in de huidige literatuur (Vertonghen and Theeboom 2010). Wel is er bij onderzoekers grote eensgezindheid over het belang van de trainer/coach bij de begeleiding van jongeren in de sport (van Rutten et al.; 2008; van der Kooi, 2019 *in print*). Rutten et al. concluderen dat om "de educatieve kwaliteit van georganiseerde jeugd-sport te verbeteren, de sport zich zou moeten concentreren op de relatie tussen de coach en zijn atleten" (p. 74). Daarnaast functioneert de coach dikwijls als een natuurlijke mentor, met een positief effect op verschillende jeugduitkomsten (zie de meta-analyse van Van Dam et al., 2018).

## Onderzoek naar ontwikkeling van identiteit in interactie

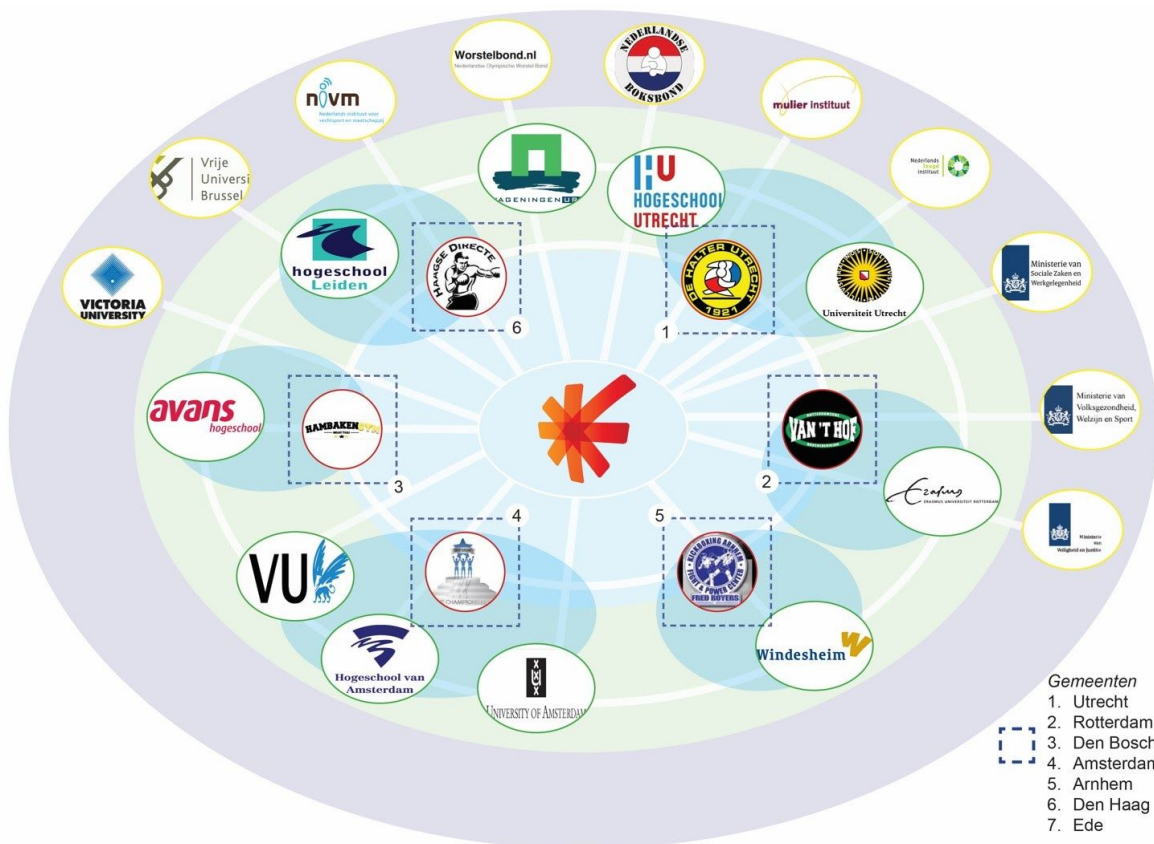
Met onderzoek naar het gevecht dat jongeren uit krachtwijken hebben met hun idealen en omgeving hebben we nieuwe inzichten over de betekenis van kracht- en vechtsport gekregen. De focus van deze lokale onderzoeken waren de **interactie tussen de begeleiders en de jongeren**, de wijze waarop de pedagogische relatie ingevuld wordt. Het traject heeft op basis van een meta-analyse van de afzonderlijke lokale observaties vuistregels opgeleverd voor de begeleiders van jongeren in de vechtsport. Deze vuistregels helpen bij het ondersteunen van effectief gedrag bij de jongeren in hun eigen leefomgeving, te beginnen in de sportclub of gym met het oog op hun verdere sociaal-maatschappelijke ontwikkeling. Anderzijds heeft het traject de ambitie bij te dragen aan de herkenning en erkenning van de maatschappelijk waarde van vechtsport voor maatschappelijke organisaties als gemeenten en welzijnsorganisaties.

Voor 2019 staat de veiligheid van de vechtsport op de agenda en in het bijzonder de rol van gemeenten hierbij. Daarnaast is het dankzij een RAAK aanvraag mogelijk verder onderzoek naar hoe en in welke mate worden 'vechtende jongeren' door full contact vechtsport meer bewust van persoonlijke ontwikkeling. Hoe kan vechtsport bijdragen aan veerkracht zodat ze weerstand kunnen bieden aan negatieve invloeden uit hun omgeving en positief bijdragen aan leefbaarheid in hun omgeving?

In de nabije toekomst wordt uitbreiding van het traject naar andere sporten gezocht.

## Netwerk

Netwerkvorming en samenwerking rondom vechtende jongeren is in 2016 door Kenniscentrum Sport gestart. Een landelijk kennisnetwerk met hogescholen en universiteiten en lokale netwerken die ontstaan rondom onderzoek naar de interactie tussen trainers en sporters in verschillende vechtsportscholen. Het kennisnetwerk bestaat, naast Kenniscentrum Sport, uit de volgende instituten: UvA, VU, HvA, UU, HU, Erasmus universiteit, Leidse Hogeschool, WUR, Avans, Fontys hogeschool en Windesheim. De betrokken vechtsportscholen zijn: Kickboxing Arnhem, het Colosseum (Utrecht), de Halter (Utrecht), Boks het voor Elkaar (Amsterdam), Kimekai Gym (Amsterdam), Hambaken Gym (Den Bosch), van 't Hof (Rotterdam), Haagse Directe (Den Haag) en Tabonon (Zwolle).



Beleidsmedewerkers van verschillende ministeries zijn op de hoogte van het initiatief net als de Victoria Universiteit in Melbourne en de Vrije Universiteit van Brussel. Sinds 2018 zijn de Nationale Vechtsport Autoriteit, Nederlands Instituut voor Vechtsport en Maatschappij betrokken net als het Platform voor risicosport uit Vlaanderen.

### Resultaten 2016

- Een landelijke kennisnetwerk met 10 hogescholen en universiteiten is opgezet. Dit netwerk is vier keer samengekomen en heeft richting aan het traject gegeven.
- De hogescholen en universiteiten zijn gekoppeld aan zes lokale praktijkvoorbeelden (Amsterdam, Rotterdam, Den Bosch, Den Haag, Utrecht en Arnhem). De praktijken zijn beschreven in artikelen op allesoversport.nl.
- Op 1 november 2016 hebben de verschillende initiatieven hun ervaringen met de begeleiding van de jongeren uitgewisseld in een eerste netwerkbijeenkomst. Hogescholen en universiteiten reflecteren op deze gesprekken. Bonden en een enkele gemeente waren geïnteresseerde aanwezigen.

### 2017

- In februari zijn vijf onderzoeksprojecten gestart waarin studenten van de hogescholen en universiteiten (praktijk)onderzoek doen bij de vechtsportclubs in de zes steden. Voorafgaand is een kick-off bijeenkomst georganiseerd bij Kenniscentrum Sport waar de studenten zijn geschoold over onderzoek naar het onderwerp met het oog op gemeenschappelijkheid in de aanpak. In april heeft een tweede bijeenkomst plaatsgevonden waarin de voortgang is besproken. De onderzoeken zijn eind juni

afgerond. In september starten er op nog drie locaties vergelijkbare proeftuin onderzoeken.

- 15 november zijn resultaten van de onderzoeken tijdens een congres, de tweede netwerkbijeenkomst, gedeeld. De betrokkenen uit de praktijk en het onderzoek gingen met elkaar in gesprek over de betekenis van de uitkomsten voor de praktijk.
- De hogescholen, universiteiten en Kenniscentrum Sport zijn voornemens een consortium te vormen en de samenwerking in 2018 te continueren.

## 2018

- In het voorjaar zijn de laatste in 2017 gestarte onderzoeken afgerond en is een meta-analyse van alle onderzoeksprojecten gemaakt. Najaar 2018 is een artikel over de resultaten uit de projecten door betrokkenen van Kenniscentrum Sport en de Fontys Hogeschool verschenen op Sociale Vraagstukken [vechtsport verleidt jongeren tot het maken van positieve keuzes](#).
- In december verscheen een uitgebreide hard copy versie van de resultaten van het project die eerder online verscheen verschenen digitale artikel in het kerstnummer van Sociale Vraagstukken.
- Onderzoek naar het netwerk en de samenwerking is afgerond door Menno Berg, masterstudent USBO.
- December 2018 is een derde netwerkbijeenkomst georganiseerd samen met gemeente Amsterdam, Nationale Vechtsport Autoriteit en NIVM. De [vuistregels](#) naar aanleiding van de lokale onderzoeken zijn tijdens deze bijeenkomst gedeeld. De betrokkenen uit de praktijk en het onderzoek gaan met elkaar in gesprek over de betekenis van de uitkomsten voor de praktijk en met name de relatie met veiligheid en het lokale beleid.
- In het voorjaar van 2018 heeft een veldraadpleging plaatsgevonden voor een doorstart van het praktijkonderzoek in de vorm van een RAAK aanvraag. Fontys Hogeschool is penvoerder namens verschillende Hogescholen en Universiteiten, Kenniscentrum Sport is participant in dit nieuwe traject.
- De hogescholen, universiteiten en Kenniscentrum Sport vormen een consortium om de samenwerking te continueren. Het consortium bestaat uit Fontys Hogeschool Pedagogiek, Hogeschool Utrecht, Hogeschool Windesheim, de Vrije Universiteit van Amsterdam, Nederlands Instituut voor Vechtsport en Maatschappij, Stichting Kickboksen en Mixed Martial Arts Opleidingen, en jongerenwerkorganisaties ('s-Hertogenbosch), (Utrecht), (Amsterdam) en (Zwolle) Kenniscentrum Sport.
- Naar verwachting start het consortium onder leiding van Fontys Hogeschool in 2019 aan het door RAAK ondersteunde vervolgonderzoek op het proeftuinen onderzoek.
- Artikelen op Allesoversport:  
[Vechtsport kan op lange termijn focus en alertheid verbeteren](#)  
*Marian ter Haar (2018)*  
[Boxercise helpt de bokssport te vernieuwen](#)  
*Marian ter Haar (2018)*
- Literatuurreview van Minke van der Kooi, "*Developmental outcomes and meanings in martial arts practice among youth: a systematic review*" European Journal for Sport and Society, publicatie gaat in 2019 plaatsvinden.
- De boksbond heeft Kenniscentrum Sport geraadpleegd in een strategische sessie.

- De interventie Boxercise is beschreven op websites AllesoverSport en Kenniscentrum Sport heeft als linking pin gefungeerd in een kennismaking van de boksbond met NL Actief.
- Kenniscentrum Sport trad op als matchmaker tussen NL actief en de boksbond, vechtsport wordt aangeboden in de Fitness, de boksbond wil NL actief suggesties doen met het oog op de technische aspecten van het boksen.

## 2019

Uit de eerder genoemde pilotstudies bij vechtsportscholen bleek dat vechtsporttrainers nog onvoldoende bewust zijn van de impact van de vechtsport op de identiteitsontwikkeling van 'vechtende jongeren'. Het merendeel van de geïnterviewde trainers geeft aan onvoldoende kennis te hebben over de werkzame factoren en processen van full contact vechtsport voor deze specifieke groep waardoor ze in de praktijk vooral intuïtief te werk gaan. Ook de opleiders van vechtsporttrainers (NIVM, SKMO) geven aan dat er weliswaar al veel algemeen lesmateriaal beschikbaar is voor vechtsportbegeleiding, maar in de opleidingen ontbreekt de specifieke kennis en vaardigheden met betrekking tot deze specifieke doelgroep 'risicjongeren'. Het doel van het RAAK-onderzoek is dan ook om de werkzame factoren en processen op te sporen, te beschrijven en overdraagbaar te maken.

- Hoe kan vechtsport bijdragen aan veerkracht zodat ze weerstand kunnen bieden aan negatieve invloeden uit hun omgeving en positief bijdragen aan leefbaarheid in hun omgeving? Kenniscentrum Sport gaat actief bijdragen aan het vervolg dat door de RAAK aanvraag mogelijk wordt. Ondersteuning en advies geven om de kwaliteit van vechtsport aanbod voor jongeren te verbeteren. Het betreft specifieke onderwijs- en trainingsmodules voor (toekomstige) sport- en social work professionals waarin de werkzame factoren en processen van vechtsportpraktijken voor de doelgroep 'vechtende jongeren' beschreven staan.

In dit onderzoek wordt het inzicht uit de proeftuinen, dat vechtsport kan bijdragen aan de psychosociale ontwikkeling (pro-sociaal gedrag, agressieregulatie, sociale binding) gecombineerd met de wetenschap dat trainers en jongerenwerkers binnen de vechtsport daarbij van doorslaggevende betekenis zijn.

Het gaat om richtlijnen om deze jongeren te kunnen coachen bij hun talentontwikkeling en de ontwikkeling van een veerkrachtige identiteit, zodat zij beter opgewassen zijn tegen antisociale verleidingen. Ook om de sociale mobiliteit die de maatschappelijke participatie stimuleert, te versterken.

- Gemeenten en sociaal en pedagogisch waarde hebben een rol in de kwaliteit van de sport en dit laat zich zien in het zorgdragen voor een veilig sportklimaat. Gemeenten spelen een belangrijke rol in het scheppen van voorwaarden voor ontwikkelingsgerichte en sociale vechtsport. De vuistregels geven daarin een handvat voor gesprek met de sport over de uitvoering. De 5 vuistregels worden in een feuilleton op Allesoversport toegelicht, in elk van deze 5 afleveringen komen verschillende vechtsportpraktijken aan het woord over hoe zij vormgeven aan deze vuistregels.

Kenniscentrum Sport wil de vuistregels daarnaast verspreiden onder gemeenten en hen aanmoedigen met deze handvatten in gesprek te gaan met vechtsportaanbieders. In 2019

wordt een vierde netwerkdag georganiseerd rondom de vraag wat gemeenten kunnen doen om de kwaliteit van de vechtsport in hun gemeenten te beïnvloeden.

### Verschenen artikelen

- Developmental outcomes and meanings in martial arts practice among youth: a systematic review, *European Journal for Sport and Society*, publicatie verwacht  
Minke van der Kooi (2019)
- Vechtsport verleidt jongeren tot het maken van positieve keuzes  
Tara van den Berg, Marian ter Haar, Minke van der Kooi en Maïke Kooijmans *Tijdschrift voor sociale vraagstukken* (2018) Online en hardcopy de uitgebreide versie.
- Vechtsport kan op lange termijn focus en alertheid verbeteren  
Marian ter Haar (2018)
- Boxercise helpt de bokssport te vernieuwen  
Marian ter Haar (2018)
- Persoonlijke ontwikkeling door kickboksen en goede begeleiding  
Stijn van Suntenmaartensdijk en Marian ter Haar (2017)
- Eerst een hand geven dan pas trainen  
Dorien Dijk en Rebecca Beck (2017)
- Weerbaarheid en winnen met kickboksen in Arnhem  
Minke van der Kooi en Rebecca Beck (2017)
- In de Hambaken Gym vinden jongeren weer toekomstperspectief  
Rebecca Beck en Dorien Dijk (2017)
- Boks het voor elkaar: Kampioen van je eigen leven  
Rebecca Beck en Dorien Dijk (2016)
- De lach, het sausje en het dak van Worstelvereniging De Halter  
Rebecca Beck en Dorien Dijk (2016)
- Mattie en passie bij Bokssvereniging Van 't Hof  
Rebecca Beck en Dorien Dijk (2016)
- Noem vechtende jongeren niet kwetsbaar  
Stijn Sieckelinck (2016)
- Passie voor vechtende jongeren  
Minke van der Kooi (2016)
- Jongeren van radicaliseren tot weerbaarheid  
Rebecca Beck en Marian ter Haar (2016)

### Literatuur

Achterhuis, H. J., & Koning, N. (2014). *De kunst van het vreedzaam vechten: een zoektocht naar de bronnen van geweldbeteugeling*. Lemniscaat.

CBS, & RIVM. (2016). Dertig meest beoefende takken van sport naar achtergrondkenmerken, bevolking 12 jaar en ouder, 2015 [Data set]. *Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor*.



Dam, van, L.; Smit, L D; Wildschut, B.; Branje, S.; Rhodes, J.e.; Assink, M; Stams, G.J.J.M. M. (2018) Is Natural Mentoring Matter? Een multiniveau-meta-analyse van de associatie tussen natuurlijke mentorschap en jeugduitkomsten. *American Journal of Community Psychology*, deel 62, blz. 203 - 220

Elling, A. & Wisse, E. (2010). *Beloften van vechtsport*. Nieuwegein: Arko Sports Media.

Elling, A., Schootemeijer, S., & van den Dool, R. (2017). *Cijfers over vechtsport; Een inventariserende studie naar beoefening, aanbod, evenementen en veiligheid van full-contact vechtsporten in Nederland*. Mulier Instituut.

Herweijer, L. (2008). *Gestruikeld voor de start: de school verlaten zonder startkwalificatie*. Den Haag: Sociaal Cultureel Planbureau.

Kooi, M. van der, (2019). Developmental outcomes and meanings in martial arts practice among youth: a systematic review, *European Journal for Sport and Society*, publicatie aanstaande,

Putnam, R.D. (2000) *Bowling Alone: The collapse and the revival of American Communities*. New York: Simon & Schuster.

Putnam, R.D. (2015) *Our Kids*. New York: Simon & Schuster.

RIVM, VeiligheidNL, & CBS. (2016). Vijftien meest beoefende takken van sport naar achtergrondkenmerken, kinderen 4-12 jaar, 2015 [Data set]. *Leefstijlmonitor*.

Rutten, E.A., Stams, G.J.J.M., Dekovic, M., & Verweel, P. (2008). Educatie door georganiseerde jeugdsport: de resultaten van vier Nederlandse onderzoeken. In J. Seghers & H. Vangrunderbeek (red.), *Lichamelijke Opvoeding: wat is het bewijs?* (pp. 67-76). Leuven / Voorburg: Acco.

San, M. van, Sieckelinck, S., & de Winter, M. (2010). *Idealen op drift*. researchgate.net.

Vertonghen, J., & Theeboom, M. (2010). The social-psychological outcomes of martial arts practise among youth: A review. *Journal of Sports Science and Medicine*, 9(4), 528-537.

## Contactgegevens Kenniscentrum Sport

### Dorien Dijk

dorien.dijk@kcsport.nl  
06 - 21 64 95 93

### Rebecca Beck

[rebecca.beck@kcsport.nl](mailto:rebecca.beck@kcsport.nl)  
06-31641205

### Talje Dijkhuis

[talje.dijkhuis@kcsport.nl](mailto:talje.dijkhuis@kcsport.nl)  
06-13340163