



Een 'caring climate' in de les is gunstig voor de motivatie

Wanneer we motivatie in het bewegingsonderwijs zien als een mechanisme waarbij plezier een hoofdrol speelt, er sprake is van betrokkenheid bij bewegen en blijvende participatie een kenmerk is, dan is het realiseren van een 'caring climate' van belang. Maar wat is een 'caring climate' precies? Welke bewijzen zijn er? En hoe is een dergelijk klimaat te realiseren door de docent?

TEKST ANNE LUDERUS & FRANK JACOBS

Door goede begeleiding plezier hebben

Kader 1

Het construct 'caring climate' is een type klimaat waar onderzoek naar is gedaan in de sport en het bewegingsonderwijs. Het is een klimaat waar steeds meer aandacht voor is in de internationale literatuur. Een caring climate wordt als volgt gedefinieerd:

... een klimaat waarin de deelnemers een bepaalde setting beleven als zijnde interpersoonlijk uitnodigend, veilig, ondersteunend en waarin de deelnemers zich gewaardeerd en gerespecteerd voelen (Fry, Guivernau, Kim, Newton, Gano-Overway, & Magyar, 2012).

Het principe van 'caring'

Zoals uit bovenstaande definitie blijkt, staat het 'sociale' centraal in een caring climate. Het gaat daarbij om kwalitatief goede relaties. Die kwaliteit wordt niet alleen uitgedrukt in het zichtbare gedrag tussen mensen, maar juist ook in de 'wederkerigheid', tussen elkaars gedachten en gevoelens. Volgens Noddings (2005) is een 'caring relatie' een zorgzame relatie. Ingaande op de rol van de docent in de relatie met zijn leerlingen, dan kan deze gekenmerkt worden als een 'zorgende rol'. Met deze zorg draagt hij bij aan de opvoeding, ontwikkeling en het motiveren en presteren van de leerling. Noddings (1984) beschrijft een belangrijke competentie waardoor de docent om deze zorgende rol goed uit te kunnen voeren:

'Het gaat er voor de docent om, om uit zijn/haar persoonlijke referentiekader te stappen en in het referentiekader van een ander, de leerling, te stappen.'

Bij 'caring' gaat het dus om een inspanning die de docent zal moeten leveren om in de betekenisgeving van de leerling te 'kruipen'. De docent zal zich moeten inleven in die betekenis en zijn

Om leerlingen te stimuleren tot blijvend bewegen is volgens beide onderzoeken een goede relatie tussen docent en leerling van belang

eigen kader (betekenisgeving, doelen, waarden en overtuigingen) even los moeten laten. Het is de betekenis van een situatie voor de leerling, waar vanuit gestart moet worden met handelen. Het betekent niet dat de docent zijn betekenis, doelen en ideeën helemaal moet laten varen. Hij zal constant 'heen en weer' huppen tussen de gedachten en gevoelens van de leerling en zijn eigen gedachten en gevoelens. Dit vraagt niet

Voorbeeld van een curriculum (voor fysieke activiteit en voor het bewegingsonderwijs) ontwikkeld door Hellison (2003, 2011) waarbij 'caring' een prominente plaats inneemt.

Het principe van 'caring' beschreven door Noddings (2005) is door Hellison (2003, 2011) geadopteerd in zijn programma 'Teaching responsibility through physical activity'. Caring, het zorg hebben voor anderen, is een doel op niveau 4 van zijn programma gericht op het ontwikkelen van 'verantwoordelijkheid' (verantwoordelijk gedrag in relatie met anderen en zichzelf).

Doelstellingen gerangschikt op opeenvolgende niveaus (moeilijkheid) van het model van Hellison (2003):

1. het respecteren van de rechten en gevoelens van anderen
2. deelname en inspanning (jezelf motiveren, moed om door te zetten wanneer het lastig wordt)
3. zelfsturing (taakafhankelijk en doelbewust en de moed om weerstand te bieden tegen groepsdruk)
4. caring en leiderschap (zorgzaamheid en mededogen, innerlijke kracht)
5. buiten de sport (het geleerde op niveau 1 t/m 4 in andere contexten buiten de sport toepassen).

G-Model

G1 + G2 => G3 + G4 => G5
Gebeurtenis + Gedachten => Gevoel + Gedrag = Gevolgen

alleen om inlevingsvermogen, maar ook om (zelf) reflectie. Immers de docent zal zich zeer bewust moeten zijn van zijn eigen gedachten, gevoelens en gedrag en de impact daarvan op de leerling. (Zie als voorbeeld van caring geïmplementeerd in een model gebruikt in het bewegingsonderwijs, veelal in Angelsaksische landen, kader 1).

Anderen wetenschappers en praktijkbeoefenaars over het belang van de relatie tussen docent en leerling

Volgens Van der Want (2015) werkt een goede relatie tussen docenten en leerlingen positief op de motivatie (en prestatie) van leerlingen. Roorda, Koomen, Spilt en Oort (2014) rapporteren ook, wanneer de relatie tussen docent en leerling goed was, positieve aspecten zoals motivatie. Om leerlingen te stimuleren tot blijvend bewegen, is volgens beide onderzoeken een goede relatie tussen docent en leerling van belang. Die goede relatie is belangrijk om de kwaliteit van motivatie van leerlingen positief te stimuleren. Het goede contact en de daarvoor benodigde inter- en intrapersonale kennis en vaardigheden, zijn erkend als belangrijke competenties niet alleen voor de docent in het bewegingsonderwijs maar ook voor de trainer in de sport (Gilbert & Côte, 2013).

Uit onderzoek is gebleken dat met name de kwaliteit van de relatie tussen de volwassenen en jongeren een impact heeft op de groei en ontwikkeling van de leerling (Jowett, 2003). Een kwalitatief goede relatie wordt gekenmerkt door de emotionele verbondenheid en het kennen van elkaars gedachten. Bij emotionele verbondenheid gaat het om 'elkaar waarderen' en

Kader 2

Foto

Anita Riemersma

Anne Luderus en Frank Jacobs werken beide op de Halo in Den Haag

Contact:

a.f.t.luderus@hhs.nl
f.m.jacobs@hhs.nl

Kernwoorden:

Caring climate, motivatie, betrokkenheid



Literatuur

Diekstra, R. F. W., Knaus, W. J., & Ruys, T. (1982). *Rationeel-emotieve educatie: Een trainingsprogramma voor kinderen en volwassenen*. Amsterdam: Swets Zeitlinger B.V.

Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. New York: Lyle Stuart.

Fry, M.D. & Gano-Overway, L.A. (2010). Exploring the Contribution of the Caring Climate to the Youth Sport Experience. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22: 294-304.

Fry, M.D., Guivernau, M., Kim, M., Newton, M., Gano-Overway, L.A., & Magyar, T.M. (2012). Youth Perceptions of a Caring Climate, Emotional Regulation, and Psychological Well-Being. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*. Vol 1, 44-57.

Gilbert, W., & Côté, J. (2013). Defining coaching effectiveness: Focus on coaches' knowledge. In P. Potrac, W. Gilbert, & J. Denison, (Eds.), *Routledge Handbook of Sports Coaching* (pp. 161-172). London: Routledge.

Hellison, D. (2003). *Teaching responsibility through physical activity*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Hellison, D. (2011). *Teaching responsibility through physical activity*. Leeds, Human Kinetics.

Jacobs, F., Claringbould, I., & Knoppers, A. (2014). Becoming a "good coach". *Sport, Education and Society*, 21, 411-430.

Jowett, S. (2003). When the honeymoon is over: A case study of a coach-athlete relationship in crisis. *The Sport Psychologist*, 17, 444-460.

Knaus, W. J. (1974). *Rational-emotive education: A manual for elementary school teachers*. New York: Institute for Rational-Emotive Therapy.

Leduc, M., Culver, D. M., & Werthner, P. (2012). Following a coach education programme: Coaches' perceptions and reported actions. *Sports Coaching Review*, 1(2), 135-150.

Noddings, N. (1984). *Caring: A Feminine Approach to Ethics and Moral Education*. Berkeley: University of California Press.

Noddings, N. (2005). *The Challenge to Care in schools. An alternative approach to education*. New York and London: Teachers College Press.

Roorda, D.L., Koomen, H.M.Y., Spilt, J.L., & Oort, F.J. (2014). De invloed van affectieve leraar-leerlingrelaties op het schools leren van leerlingen: Verschillen tussen basis- en voortgezet onderwijs. *Pedagogische Studiën*, (91) 97-112.

Want, van der, A. C. (2015). *Teachers' interpersonal role identity*. Eindhoven: Technische Universiteit Eindhoven.

'elkaar vertrouwen'. Men kent elkaars gedachten, elkaars waarden en overtuigingen. Een goede relatie wordt vooral gekenmerkt door wederzijds respect, vertrouwen, bezorgdheid, open communicatie, gedeelde kennis en gezamenlijke rollen en taken (Jowett, 2003). Al deze kenmerken maken deel uit van het principe van 'caring'. Het gaat bij goede relaties dus niet alleen om de dynamiek van het zichtbare gedrag, maar –zoals Pieter van den Hoogenband ooit mooi beschreef over zijn trainersrelatie met Jacco Verhaeren – gaat het om 'het verkeren op eenzelfde golflengte.' Hiermee doelde hij op het weten, kennen en kunnen inschatten van elkaars gedachten en gevoelens.

Wat kan de docent doen om een caring climate te bevorderen?

Het reflecteren op eigen gedrag, gevoel en gedachten én het inleven in de ander (en starten met handelen van de betekenisgeving van de ander) zijn belangrijke competenties voor een docent of trainer om 'caring' relaties te creëren met de leerlingen en sporters. Zijn docenten bewegingsonderwijs en trainers zomaar in staat om te reflecteren en om zich in te leven in de leerlingen?

Het antwoord op deze vraag is dat zowel zelfreflectie als het zich inleven in anderen competenties zijn die niet iedereen van nature in even grote mate bezit. Reflecteren bijvoorbeeld komt je niet zomaar aanwaaien en dient geleerd en vooral ook geoefend te worden (Leduc, Curver, & Werthner, 2012. Uit het onderzoek van Jacobs, Claringbould en Knoppers (2016) blijkt dat het G-model (zie afbeelding 2) (Ellis, 1962; Knaus, 1974; Diekstra, Knaus, & Ruys, 1982) kan wor-

Reflecteren bijvoorbeeld komt je niet zomaar aanwaaien en dient geleerd en vooral ook geoefend te worden

den ingezet om te (leren) reflecteren en dat dit G-model ook kan worden ingezet om gedachten, gevoelens en gedrag van anderen te leren 'zien'; anders gezegd om zich in de ander in te leven. Dit G-model is eerder beschreven door Luderus en Jacobs in *Lichamelijke Opvoeding Magazine* nummer 5 jaargang 104 (juli 2016) (Zie kader 2).

Meetinstrument (vragenlijst)

Om een duidelijker beeld te schetsen bij het 'caring climate' gaan we in op een vragenlijst waarmee de mate waarin sprake is van een 'caring climate' geduid kan worden: de Caring Climate Scale (CCS). Dit is een zelfrapportage vragenlijst met dertien items die de leerlingen van een klas of de sporters van een team of

trainingsgroep over het klimaat in hun groep op een vijf-punts-schaal kunnen scoren. Als voorbeeld een paar items uit de vragenlijst:

- De docent(en) of trainer(s) willen alle leerlingen/ sporters leren kennen.
- De docent(en) of trainer(s) accepteren de leerlingen/ sporters zoals ze zijn.
- De leerlingen/ sporters voelen zich elke dag welkom.

Opbrengsten

Er is onderzoek gedaan naar de opbrengsten van het creëren van een 'goed' caring climate in beweegcontexten. Verschillende studies geven aan dat de mate waarin jonge sporters een 'caring climate' ervaren, in relatie staat met:

- 1 hun plezier in de sportbeoefening en het psychologisch welbevinden
- 2 hun betrokkenheid en blijvende participatie in de sport
- 3 hun houding ten opzichte van en sociaal gedrag naar anderen
- 4 het presteren, wat gestimuleerd wordt.

Als er dus in hoge mate een 'caring climate' wordt ervaren is de houding en het gedrag ten opzichte van de andere participanten in sportcontexten socialer dan wanneer er in mindere mate een 'caring climate' wordt beleefd. Daarnaast wordt ook het presteren gestimuleerd (Want, 2015; Roorda et al, 2014). Het plezier in de sport, de betrokkenheid en voortdurende participatie (motivatie) nemen toe naarmate er in hoge mate een 'caring climate' wordt ervaren (Fry et al, 2012; Fry en Gano-Overway, 2010. Het belang van het realiseren van een 'caring climate' voor motivatie van de deelnemers is hiermee aangetoond.