



Rol voor LO'ers bij de vereniging?

Het creëren van een sociaal veilige beweeg- en sportomgeving voor jongeren is niet enkel in het onderwijs van groot belang. Ook in de sport zet men zich al jaren in om een veilig sportklimaat te bewerkstelligen en 39% van de trainers op een sportclub vindt zichzelf daarvoor onvoldoende bekwaam!

TEKST JENS VAN DER KERK EN WOUTER SCHOLS

Een stap verder

Het programma Naar een Veiliger Sportklimaat (VSK) van NOC*NSF en de sportbonden eindigt aan het eind van dit jaar. Gedurende de programmaperiode 2012-2018 heeft er een belangrijke verschuiving in de ambitie van het programma plaatsgevonden. De opdracht van het Ministerie van VWS in 2012 luidde: "Terugdringen van ongewenst gedrag en het bevorderen van gewenst gedrag op de sportclub". Dit is in de praktijk verschoven naar "het versterken van het pedagogische sportklimaat en de pedagogisch-didactische kwaliteiten van de trainers en coaches". Anders gezegd: van het 'slechts' zorgen voor sociale veiligheid voor

iedereen, naar het ambitieuzere creëren van een plezierig en ontwikkelingsgericht sportklimaat. Dáár ligt de komende jaren de uitdaging voor de georganiseerde sport en haar 27.000 sportclubs: Laat de sportclub, ná het gezin en de school, met recht het derde opvoedmilieu zijn.

Gemotiveerd houden

Jonge kinderen komen vrijwel altijd vol goede moed naar de sportclub. Ze hebben er zin in en zijn, om welke individuele reden dan ook, gemotiveerd. Het is de heilige opdracht aan de trainers en coaches om deze nieuwe sporters gemotiveerd te houden. Zorgen dat ze zich gezien, erkend en gewaardeerd voelen,

ongeacht niveau of achtergrond. Zorgen dat ze plezier beleven aan het sporten: leuke trainingen waarin jongeren het gevoel hebben dat er fouten gemaakt mogen worden en waarin dat wat goed gaat wordt uitvergroot. Zorgen dat er altijd sprake is van ontwikkeling: ze worden beter, ze ervaren dat doorzetten en je best doen rendeert, ze groeien zowel in sportief alsook in sociaal-emotioneel opzicht (Aelterman et al, 2017). Als, ja als ... dit lukt staan de kinderen vrijwel zeker aan het begin van een lange sportloopbaan. Ze haken niet af bij de eerste hobbels; ze verkiezen sporten bij een sportclub boven een andere vrijetijdsbesteding.

Goede trainers kunnen het verschil maken

Maar de cijfers laten anders zien. Op 13-, 14-jarige leeftijd daalt de sportdeelname enorm. Tijdsgebrek, geen motivatie en 'geen zin meer' zijn in uitstroomonderzoek van de KNVB uit 2016 de belangrijkste redenen om te stoppen. Waarbij een logische link wordt veronderstelt met de kwaliteit van de trainers, coaches en teambegeleiders (KNVB, Uitstroomonderzoek, 2016).

Goede trainers, coaches en jeugdleiders kunnen dus verschil maken. Net als de goede meester of juf op de basisschool of de leerkracht in het voortgezet onderwijs. Maar deze professionals hebben een 3- of 4-jarige beroepsopleiding achter de rug, waarin zij pedagogisch-didactisch geschoold worden. 90% van de trainers, coaches en jeugdleiders moet het daarentegen doen met slechts een flinke dosis goede wil, liefde voor de sport en op z'n best een trainingsschema van de club. Dat is nogal een verschil. Terwijl beiden voor dezelfde uitdaging staan: een sociaal veilig, plezierig en ontwikkelingsgericht leerklimaat creëren.

Kwaliteit van de relatie

Of dit lukt is afhankelijk van de kwaliteit van de relatie tussen trainer en sporter. De kwaliteit van de relatie bepaalt de mate waarin de sporter sociale veiligheid ervaart en zich op een positieve manier uitgedaagd voelt grenzen te verleggen (Sagar & Jowett, 2015). We noemen vier belangrijke competenties die belangrijk zijn voor de kwaliteit van de relatie tussen trainer en sporter:

Oprechtheid: de mate waarin je als trainer contact weet te maken, geloofwaardig wordt gevonden en gerespecteerd wordt bepaald de mate van oprechtheid die de sporter ervaart. Zeker jongeren in de tienerleeftijd hebben scherp gestelde antennes voor nep en onoprecht. Als je je anders voordoet dan je bent, dan wordt dat haarfijn opgemerkt. De relatie zal dan nooit gekenmerkt worden door vertrouwen en respect. Een goede trainer is dan ook oprecht en authentiek. Een rijk palet aan oefenvormen, sporttechnische kennis, kennis van de doelgroep of specifieke

training-skills zijn belangrijk, maar dit alles betaalt zich slechts uit als de sporter jou dit gunt.

Rolkeuze: Als trainer vervul je (net als de leraar) vele rollen: instructeur, pedagoog, het-grote-voorbeeld, de *warm demander*, de grenzensteller, de deskundige, de vragensteller, degene die knopen doorhakt en soms ook de gezellige entertainer. Welke rol je wanneer inzet is uiteraard geen willekeur, maar wordt bepaald door hetgeen de sporters op dat specifieke moment nodig hebben. Verschillen in ambitie en niveau tussen de sporters, maar ook humeuren, karakters en eventuele gedragsproblematiek zijn voorbeelden van de complexe context waarin de trainer zijn werk doet. Dit alles vraagt om een regelmatige wisseling van rol. Waar je het ene moment de entertainer bent, moet je het volgende moment schakelen naar pedagoog of instructeur.

Uitstappen-instappen: Een goede trainer is in staat om uit de situatie te stappen. Te observeren wat er daadwerkelijk gebeurt en te analyseren wat die situatie van je vraagt om vervolgens weer in te stappen: Kiezen van de juiste rol en houding en de interventie kiezen die passend is bij de specifieke situatie. Het is dus niet alleen belangrijk wat je doet, maar vooral wanneer je dat doet en hoe je het brengt en overkomt op de sporter. Het constant observeren en analyseren van de situatie om vervolgens de juiste oplossing te kunnen aandragen is essentieel voor het aangaan van een krachtige relatie met sporters.

Lerende houding: Trainers die reflecteren op hun eigen handelen stellen zich steeds de belangrijke vraag 'hoe en waarom doe ik wat ik doe'? Als trainer heb je een bepaalde gezagsverhouding ten opzichte van je sporters en uiteindelijk ben jij verantwoordelijk voor de inhoud van de training is, wie de aanvoerder is, wie er speelt en wie er aan de kant moeten zitten. Reflectie op eigen gedrag is daarbij belangrijk. Je bent een belangrijk rolmodel: welk gedrag laat jezelf zien? En hoe zorg jij ervoor dat alle sporters zich gezien, erkend en gewaardeerd voelen? Een reflecterende basishouding is een voorwaarde om inzicht te krijgen in vanzelfsprekende overtuigingen en gedragskeuzes.

Het trainerschap is dus, net als het leraarschap, complex. Er is helaas geen eenvoudige receptuur voor het creëren van een pedagogisch leerklimaat (of zoals dat in de sport is gaan heten: het creëren van een sociaal veilig, plezierig en ontwikkelingsgericht sportklimaat).

"Maak werk van trainersbegeleiding"

Er wordt dus nogal wat gevraagd van de gemiddelde trainer en coach. Van de ruim 400.000 trainers en coaches in Nederland is 90% niet



Foto's

Jens van der Kerk

Bronnen

Sportkadermonitor 2015, NOC*NSF

Aelterman, N., De Muynck, G. J., Haerens, L., Van de Broeck, G., & Vansteenkiste, M. (2017). *Motiverend coachen in de sport*. Leuven, België: Acco.

Sagar, S.S., & Jowett, S. (2015). Fear of failure and self-control in the context of coach-athlete relationship quality. *International Journal of Coaching Science*, 9, 3-21.

Jens van der Kerk, namens de KNVB sportbreed projectleider Naar een Veiliger Sportklimaat met speciale aandacht voor de rol van trainers, coaches en teambegeleiders

Wouter Schols, Manager opleidingen van het Nederlands Instituut voor Vechtsport en Maatschappij en Kerndocent van de Academie voor Sportkader van NOC*NSF.

Contact

jens.vanderkerk@knvb.nl

schols@vechtsportenmaatschappij.nl

Kernwoorden

pedagogisch sportklimaat, motivatie, betrokkenheid

gekwalficeerd (Sportkadermonitor NOC*NSF, 2016). Niet door de bond, niet via het sportonderwijs. Dat is gezien de vrijwilligerscultuur van georganiseerde goed verklaarbaar en is bijna als een vast gegeven te beschouwen. Ernstiger is het dat ongeveer 60% van de trainers aangeeft vrijwel geen begeleiding van de club te ervaren en zelfs 39% in alle eerlijkheid aangeeft zichzelf onvoldoende bekwaam te voelen voor de taak van trainer of coach. Gezien deze cijfers is de uitdaging aan de sportclub een pedagogisch klimaat met pedagogisch-didactisch competente trainers en coaches nog ver weg.

Om die reden is het VSK-programma vorig jaar gestart met een campagne "Maak werk van trainersbegeleiding". In deze campagne wordt het accent expliciet gelegd op het belang van de pedagogisch-didactische aspecten van trainerschap en de noodzaak trainers daarop te begeleiden. De ambitie is dat "Trainersbegeleiding in 2021 de normaalste zaak van de wereld" is. Ofwel: elke trainer, coach of jeugdleider wordt op de club in de praktijk begeleid door een trainersbegeleider. Dat kunnen de meer ervaren trainers van de club zijn, mits zelf pedagogisch-didactisch sterk onderlegd (dat geldt niet voor iedereen). Of vrijwilligers met een pedagogische achtergrond, maar bijvoorbeeld ook buurtsportcoaches of andere professionals die zich op dit werkterrein hebben toegelegd en daarin bekwaam zijn.

Zijn LO'ers de trainerbegeleiders van morgen?

Hierboven is de vergelijking gemaakt tussen het trainerschap en het leraarschap: beiden

opereren in een complexe omgeving en beiden hebben een complexe taak. Leraren zijn ervoor opgeleid deze complexe taak te vervullen; 90% van de trainers is niet opgeleid. Begeleiding-op-de-club van deze enorm grote groep is een belangrijke sleutel naar bekwame trainers en coaches en, via hen, naar sporters die met plezier en motivatie blijven sporten. Het is ook de sleutel naar een pedagogisch sportklimaat dat eraan bijdraagt dat de sportclub haar belofte als derde opvoedingsmilieu kan waarmaken. Op basis van de ervaringen die binnen het VSK-programma zijn opgedaan onderscheiden we drie competentiegebieden die voor de trainersbegeleider belangrijk zijn:

1. Interpersoonlijke competenties: de trainersbegeleider kan helpen individuele ontwikkelpunten manifest te maken, observeren, analyseren, vragenstellen, feedback geven; en is positief opbouwend en beschikt over een open houding;
2. Pedagogisch-didactisch competenties: de trainersbegeleider kan observeren vanuit pedagogisch-didactische of ontwikkelingspsychologische principes en frameworks;
3. Veranderkundige competenties: de trainersbegeleider kan het bestuur ondersteunen om trainersbegeleiding een geaccepteerde rol binnen de vereniging te laten krijgen: procesgericht ondersteuning bieden, verbinden en energie mobiliseren, pedagogische waarden uitdragen.

"Op weg naar een "Minor Trainersbegeleider op de Sportclub?"

Gezien de breed gedragen ambitie van de georganiseerde sport om *trainersbegeleiding de normaalste zaak van de wereld* te maken, lijkt hier een toekomstig werkterrein te liggen. Daarmee is de vraag aan de orde of LO'ers de trainerbegeleiders van morgen zijn. En zo ja: volstaan de LO-opleidingen of is er aanvulling op het curriculum nodig, bijvoorbeeld in de vorm van een minor 'Trainersbegeleiding' of een minor 'Sportkadercoach'.

Tot slot

Het programma Naar een Veiliger Sportklimaat heeft zich met name binnen de georganiseerde sport afgespeeld, met slechts kleine uitstapjes naar hbo-en mbo-opleidingen. Het is dan ook niet aan ons de vraag die in dit artikel is opgeworpen te beantwoorden. Wij zijn benieuwd naar jullie reactie: ligt er een rol voor LO'ers als trainersbegeleider en is er behoefte aan een minor die hen daar de competenties aanreikt? En hoe kunnen georganiseerde sport en onderwijs hier samen in optrekken?