



Sleutel tot succes van sportclubs

Jeugdbeleid op maat

De vele weldaden van de sport, we hadden het er op deze pagina's al vaker over. Onderzoeker Margot Ricour (VUB) bundelde ze voor haar onderzoek. Niet op basis van wat we met ons gezond verstand allemaal al weten, maar telkens gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek dat onomstotelijk de meerwaarde van sporten in een sportclub aantoonde. En wat is bij al die sportieve voordelen eigenlijk de meerwaarde van de sportclub?

AUTEURS: MARGOT RICOUR (VUB), VEERLE DE BOSSCHER (VUB), ANNICK WILLEM (UGENT) EN JEROEN SCHEERDER (KU LEUVEN)

Vlaanderen telt meer dan 245 gesubsidieerde of louter erkende sportclubs per 100.000 inwoners, bijzonder veel als je vergelijkt met Nederland (135 per 100.000). Nochtans blijkt dat minder dan de helft van de Vlaamse jeugd (47,8%) actief lid is van een gesubsidieerde of louter erkende sportfederatie, terwijl dit in Nederland wel de helft betreft. Daarnaast is er de vaststelling dat 15,6% van de jongeren tussen 10 en 19 jaar in 2020 hun sportclub hebben verlaten. Kortom, niet alleen de activering maar ook het aanhouden van sportparticipatie in de sportclub vormt een grote uitdaging. Bovendien haalt het merendeel van de Vlaamse jeugd niet het vereiste niveau van fysieke activiteit vooropgesteld door de

Wereldgezondheidsorganisatie (WHO), met alle risico's naar gezondheid toe. Op het eerste gezicht lijkt het alsof de Vlaamse sportclubs hun doel voorbijschieten. Maar is dat wel correct?

Het belang van sportclubs

Sporten in een sportclub wordt traditioneel in relatie gebracht met het verbeteren van sportvaardigheden, het verbeteren van prestaties en talentontwikkeling. Maar sporten in een sportclub kan gepaard gaan met een bredere impact.

Sportparticipatie op jonge leeftijd leidt tot

vermindering van de kans op obesitas en gezondheidsproblemen, betere fitheid, conditie en zuurstofopname. Door op jonge leeftijd in georganiseerd verband te sporten, worden de kansen op levenslange sportparticipatie groter. Verder stellen Telama, Yang, Hirvensalo en Raitakari in hun 21 jaar durende longitudinaal onderzoek vast dat wie op jonge leeftijd lid is van een sportclub, grotere kans heeft om er op latere leeftijd een fysiek actieve levensstijl op na te houden, tegenover de kinderen en jongeren die niet in georganiseerd verband gesport hebben. Bovendien zorgt het regelmatig en langdurig sporten in een sportclub ervoor dat kinderen en jongeren vijf tot zes keer meer kans hebben om voldoende fysiek

actief te zijn op latere leeftijd. Tevens blijkt in de wetenschappelijke literatuur dat sporten in georganiseerd verband ook een beter effect heeft op de ontwikkeling van de motorische vaardigheden. Het is dus van belang dat jongeren op regelmatige basis sporten in een sportclub.

Naast het puur fysieke aspect heeft clubsport ook een positief effect op de sociale vaardigheden van jongeren. Denk maar onder andere aan de interactie met coaches en teamgenoten, het in contact komen met leeftijdsgenoten met dezelfde interesses, de vriendschappen die hieruit ontstaan en de samenwerking binnen een team. Georganiseerd sporten kan

OM DE SLAAGKANS TE VERGROTEN, DIENEN MAATREGELEN TE WORDEN
GENOMEN OP BASIS VAN EEN THEORETISCH RAAMWERK IN PLAATS VAN
OP GROND VAN INTUÏTIE EN VERONDERSTELDE MECHANISMEN



zich onderscheiden door de positieve invloed op sociale zelfinschatting, gevoel van sociale acceptatie en zelfontwikkeling. Kinderen die in georganiseerd verband sporten worden door onderzoekers geassocieerd met het verwerven van betere sociale competenties tegenover kinderen die hier niet aan deelnemen. Bovendien zijn de sociale relaties met leeftijdsgenoten en coaches belangrijk voor het behouden van jeugdleden in sportclubs.

Georganiseerd sporten in de kindertijd wordt ook geassocieerd met een daling van mentale gezondheidsproblemen op jonge leeftijd, zoals depressies, angstgevoelens, zelfmoordgedachten en ongenoegen over het eigen fysieke voorkomen. Verder bestaat er een positief verband tussen sportclubactiviteiten en de eigenwaarde, psychologische weerbaarheid, mentaal welzijn en het competentiegevoel van kinderen en jongeren. Daartegenover bestaat wel het gevaar van drop-out in sportclubs, wat in verband gebracht wordt met psychologische moeilijkheden en sociale problemen.

Tot slot kunnen ook intellectuele voordelen in verband worden gebracht met sportparticipatie in sportclubs. Kinderen en jongeren die sporten zijn aandachtiger en in staat om doelgericht te werken en betere academische prestaties te leveren. Onafhankelijk van de context scoren sportende jongeren beter op algemene cognitieve vaardigheden, waar-

der verbale, numerieke en redeneringsvaardigheden. Daarenboven scoren jongeren die in georganiseerd verband sporten significant beter op algemene cognitieve vaardigheden, en meer specifiek de numerieke en redeneringsvaardigheden, tegenover jongeren die niet in georganiseerd verband sporten.

De hierboven opgesomde positieve effecten gekoppeld aan sporten in een sportclub op jonge leeftijd moeten echter genuanceerd worden. Sportclubs kunnen al deze positieve effecten tenietdoen en zelfs negatieve effecten opwekken. Er kan immers ook veel fout gaan, zoals een niet-competente coach, blessures of onveilige accommodatie. In een extreem competitieve context kan, zonder goede opvolging, georganiseerd sporten leiden tot angst, stress en uiteindelijk burn-out van de sporter. Daarnaast kunnen er zich problemen stellen met betrekking tot grensoverschrijdend gedrag, terwijl de bescherming van jongeren steeds een toprioriteit zou moeten zijn in elke sportclub.

Het lijkt weinig twijfel dat goed georganiseerde sportclubs belangrijk zijn voor een optimale ontwikkeling van kinderen en jongeren op zowel mentaal, sociaal, fysiek als intellectueel vlak. Het is kwestie om in te zetten op een doordacht sportbeleid om deze positieve sportieve omgeving te creëren voor de jeugdleden.

Sportkapitaal

Belangrijke redenen voor kinderen en jongeren om de banden met de sportclub stop te zetten zijn: een gebrek aan plezier bij het sporten, het ontstaan van angstgevoelens, het ervaren van druk van coach of ouders, blessures, burn-out en slechte relaties met de coach of teamgenoten. Vlaanderen heeft nog steeds een hoog drop-outpercentage van kinderen en jongeren. Dit vraagt kritische reflectie over het sportbeleid en of dit voldoende is afgestemd op de noden van kinderen en jongeren vandaag.

‘Zoeken naar simpele beleidsantwoorden op complexe sociale, culturele, omgevings- en gedragsproblemen verklaart enigszins waarom het beleid er nog niet in geslaagd is om de doelen met betrekking tot sport te behalen.’ (Rowe)

Voor het beleid is het belangrijk om de doelgroep met zijn kenmerken goed af te bakken. In de context van dit artikel gaat het specifiek over kinderen en jongeren. De huidige generatie Z heeft andere noden en behoeften dan de vorige generatie (Y). De verwachtingen en beweegredenen qua sportbeoefening van de jeugdleden vandaag in sportclubs zijn verschillend van deze die de vorige generaties gekend hebben. Daarbovenop bestaan er binnen elke generatie zelf ook veel verschillen. Daarom is het belangrijk voor elk type jongere afzonderlijk te bepalen hoe je deze het best aan het sporten krijgt en houdt. Hiervoor heeft Rowe in 2015 een nieuwe theorie ontwikkeld: het sportkapitaal. Dat bepaalt de kans of iemand zal beginnen en blijven sporten. Het sportkapitaal kan, door interactie met positieve ervaringen in de sportclub, versterkt worden. Hierdoor ontstaat een positief wederkerend effect. Door het sportkapitaal in kaart te brengen van generatie Z, kan het beleid meer gericht te werk gaan.

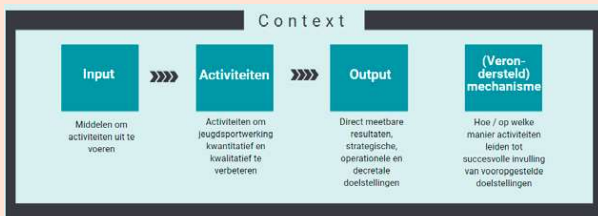
Anderzijds moet een doordacht beleid de link leggen tussen genomen maatregelen en doelstellingen om vervolgens gepaste interventies te implementeren. De eerste stap is altijd reflectie: wat willen we bereiken als sportfederatie en welke activiteiten of ingrepen kunnen we ondernemen om tot het gewenste resultaat te komen? De praktijk

leert dat de intenties van het sportbeleid hun gewenste doelen niet steeds bereiken bij de uitvoering in de lokale sportclub. Bijvoorbeeld: de doelstelling om recreanten te activeren door het organiseren van recreatieve competities zal niet gehaald worden indien de jeugdcoach de nadruk blijft leggen op winnen. Een ander voorbeeld is de doelstelling om het ethisch klimaat in sportclubs te verbeteren door in elke sportclub een vertrouwenspersoon aan te stellen. Maar in de praktijk lijkt deze vertrouwenspersoon vaak een verplichting waar sportclubs aan moeten voldoen, zonder hierbij de specifieke uit te voeren taken of noodzaak te erkennen.

Er moet dus grondig worden nagedacht welk type beleid men wil voeren om een bepaald vooropgesteld (sport)doel succesvol te bereiken. Een logisch raamwerk kan helpen om het bedoelde proces bloot te leggen achter activiteiten en initiatieven om jeugdsport te optimaliseren. Dergelijk logisch raamwerk baseert zich op de programmatheorie en geeft visueel weer waarom bepaalde activiteiten hun uiteindelijke doel bereiken. Een logisch raamwerk laat belanghebbenden reflecteren over de zinvolheid van maatregelen vooraleer deze te implementeren. Conclusie: om de slaagkans te vergroten, dienen maatregelen te worden genomen op basis van een theoretisch raamwerk in plaats van op grond van intuïtie en veronderstelde mechanismen.

Sportclubs met groeipotentieel

Jongeren en kinderen zo vroeg mogelijk in contact laten komen met de sportclub heeft een positief effect zowel op fysiek, sociaal, intellectueel als psychologisch vlak. Daarom moeten sportclubs ernaar streven om dit potentieel volledig te benutten en een optimaal klimaat te creëren voor kinderen en jongeren, waarbij negatieve gevolgen geminimaliseerd worden. Dit is geen eenvoudige opgave en er moet een goed doordacht beleid ten grondslag liggen om dit te kunnen bereiken. Idealiter zouden de huidige wetenschappelijke inzichten moeten verwerkt worden in het te voeren beleid, zodat we kunnen groeien naar een doelgericht sportbeleid, en bij uitbreiding naar een fysiek actieve jeugd. ■



OVER HET ONDERZOEK

Meer informatie en referenties: <https://saso.research.vub.be/belang-van-sportclubs>. Dit onderzoek wordt gevoerd door Onderzoeksgroep Sport and Society (SASO) en Sports Policy factors Leading to International Sporting Success (SPLISS). Dit sluit aan bij het onderzoek beleidsmonitoring jeugdsport binnen het Onderzoeksinstituut Sport. Meer informatie: <https://www.sport.vlaanderen.nl/onderzoeksinstituut-sport/beleidsmonitoring>

Vervolg van pagina 17

internationaal steeds sterker aan bod. Eveneens internationaal wordt pijler 9 steeds belangrijker: materialen voor trainingen en wedstrijden, schoenen, wearables... Er wordt momenteel enorm geïnvesteerd om hier stappen te maken. Dit is voor mij ook nog een werkpunt in België. En tot slot pijler 7, coaching, de werkomstandigheden van coaches. Ik verwacht hier een grote beweging in de toekomst. Hoeveel uren werkt hij per week? Wat indien hij

ziek is? Wat met zijn pensioen? Deze verschillende punten zullen de volgende jaren zeker sterker aan bod komen. Ik denk hier aan een vakbond/vakvereniging."

COECKELBERGHS: "Vanuit beleidsmatig standpunt blijf ik erbij dat de overheid een voorwaardenscheppend beleid moet voeren, waarbinnen duurzaam topsportsucces mogelijk is. Dat doen we binnen het topsportactieplan, waar we sterk inzetten op mensen die een cruciale rol spelen, zoals coaches

en technisch directeurs. Het moet aantrekkelijk zijn voor deze mensen om in de topsport te werken. Daarnaast blijft in een klein land als België centralisatie belangrijk. En tot slot kan je eigenlijk geen prioriteiten stellen tussen de pijlers, want het is een en-en-en-verhaal, je mag ze niet afzonderlijk bekijken. We moeten én voldoende instroom aan de basis hebben, én een goed talent- en detectiesysteem, én kwalitatieve omkadering die van een dusdanig hoog niveau is dat er data worden verzameld en dat atleten worden opgevolgd." ■