
TRAIN JE TRAINER

“EEN LEVEN LANG SPORTPLEZIER DOOR EEN POSITIEF BEWEEGKLIMAAT ! IEDER KIND EEN PEDAGOGISCH BEKWAME TRAINER!”

Roos Verhoeven, September 2022

Trainers hebben een grote invloed op de sportdeelname van jeugdigen. Naast hetgeen dat aangeboden wordt, is het ook belangrijk om te kijken naar hoe iets aangeboden wordt. Het pedagogisch handelen. In de praktijk krijgt dit nog niet altijd de aandacht die nodig is, waardoor jeugdigen minder sportplezier ervaren en afhaken binnen de sportvereniging. Afgelopen jaar is binnen Sportbedrijf Arnhem gewerkt aan een innovatieve methode om bij te dragen aan de pedagogische ontwikkeling en handeling van trainers namelijk “Train je trainer”. Hoe de innovatie “Train je trainer” tot stand gekomen is en wat het precies inhoudt wordt in dit artikel beschreven.

Aanleiding en onderzoek

Sportbedrijf Arnhem heeft als missie: *“Samen met plezier in beweging en een leven lang zo actief en gezond mogelijk”* (Sportbedrijf Arnhem, z.d.).

Binnen het najagen van deze missie is er ook veel aandacht voor het pedagogisch sportklimaat. De gemeente Arnhem wil dan ook graag een pedagogisch sportklimaat creëren voor alle jeugdigen in Arnhem. Niet alleen omdat het naast het fysieke aspect ook invloed heeft op de sociale en persoonlijke ontwikkeling. Maar ook omdat het invloed heeft op het creëren van gelijke kansen voor alle jeugdigen (Geurken, 2018, Hoofdstuk 13). Ondanks dat de sportdeelname dus een belangrijke functie heeft, blijkt uit onderzoek van de jeugdmonitor dat 40% van de 13- tot en met 17-jarigen stopt met het sporten bij een sportvereniging. Deze cijfers en de resultaten uit de verenigingsmonitor (2019) zijn aanleiding geweest om in deze regio verder onderzoek uit te voeren.

Uit onderzoek blijkt dat het aanbod en de trainer bepalende factoren zijn om te stoppen met sport. Ook werd aangegeven dat de samenstelling van het team een reden kan zijn om te stoppen met de sport.

‘... kwam huilend thuis, omdat een van de trainers alles op haar afreageerde tot aan schelden toe’.

Als we verder inzoomen op de rol van de trainer kan gesteld worden dat de trainer een belangrijke invloed heeft op de sportdeelname bij jeugdigen (Bailey et al., 2006; Hilhorst et al., 2014). Hierbij is het goed om te benoemen dat de effecten op de sportdeelname voornamelijk afhangen van de manier waarop de sport wordt aangeboden (Krouwel et al., 2006; Bailey, 2006). Op het moment dat de sport- en beweegactiviteit op een passende manier aangeboden wordt, zal dit een positief effect hebben op de sportparticipatie van jeugdigen (Van Veldhoven, 2016). Hierbij is het als trainer van belang om zowel aandacht te hebben voor het didactische als het pedagogische stuk. Echter zien we in de praktijk dat er nog niet altijd de aandacht geven wordt aan het pedagogische aspect, die nodig is. Daarbij is speelt natuurlijk ook het vrijwilligerstekort een rol, waardoor goedwillende ouders ingezet worden om training te geven.

Uit onderzoek blijkt dat de trainers nog veel bezig zijn met het faciliteren en niet of nauwelijks met het pedagogisch handelen. Dit heeft verschillende oorzaken, zo geven trainers aan zich 1) niet bewust van het belang van een pedagogisch sportklimaat en de rol van de trainer daarin, 2) hebben trainers niet de juiste kennis en vaardigheden, en 3) voelen de trainers vanuit de vereniging weinig betrokkenheid.

Om te komen tot een innovatieve methode, die trainers helpt bij het ontwikkelen van pedagogische vaardigheden, zijn verschillende ideegeneraties gehouden met onder andere trainers en experts. Daarnaast zijn ook mensen uit de marketing/sales- of uit het onderwijs bevroegd. Uit al deze ideeën is uiteindelijk gekozen voor het concept Train je trainer.

Train je trainer

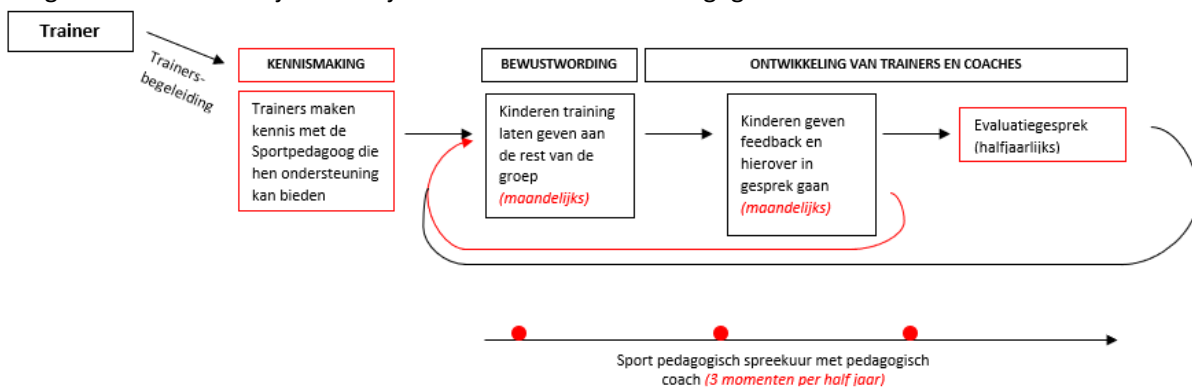
Train je trainer is een traject wat zich gedurende een half seizoen (+-20 weken) richt op het ontwikkelen van pedagogisch handelen bij trainers, zodat trainers 1) zichzelf ontwikkelen op dit vlak, 2) zelfverzekerder voor de groep staan en 3) sportplezier kunnen creëren bij jeugdigen. Tijdens het Train je trainer traject worden de trainers begeleid door een Sportpedagoog/Clubkadercoach.

Binnen dit hele proces worden de jeugdigen actief betrokken. Door dit te doen ervaren de jeugdigen aandacht en voelen ze zich gezien en gehoord. Dit heeft niet alleen invloed op het sportplezier en de ontwikkeling, maar ook op de band die opgebouwd wordt tussen de trainer en jeugdige (De Vries, 2021). Daarnaast is de trainer op deze manier al bezig met het pedagogisch handelen.

Hoe zien de verschillende onderdelen van train je trainer eruit?

- Kennismakingsavond
Tijdens deze avond staat de kennismaking tussen trainers en sportpedagoog van het Sportbedrijf centraal.
- Jeugdigen geven zelf (een deel van) de training
Tijdens deze training kunnen de kinderen het gedrag van de trainer kopiëren, en zo te zorgen voor bewustwording. Daarnaast kunnen jeugdigen hierbij ook laten zien hoe ze het wel graag zouden willen zien.
- Jeugdigen feedback laten geven over de training
Na iedere training geven jeugdigen feedback aan de hand van stellingen. Dit wordt gedaan met smileys. Mocht dit voor de oudste jeugd te saai zijn, kun je het ook altijd nog aanpassen naar een vakken systeem (3 vakken gekoppeld aan de kleuren van de smileys). Uiteindelijk kan deze feedback helpen om een gesprek te starten met de jeugdigen. Hoe zouden zij het graag anders zien en wat kan de trainer daarin doen.
- Evaluatiegesprek
Een keer per half jaar heeft de trainer een evaluatiegesprek met de Sportpedagoog van het Sportbedrijf en een lid van de TC/Hoofdopleidingen/Trainersbegeleider/Jeugdcoördinator. Binnen dit gesprek staat vooral de ontwikkeling van de trainer centraal. Er wordt op een reflectieve manier gekeken naar het handelen van de trainer, in de vorm van zelfreflectie. Dit gesprek is niet bedoeld om de trainer te beoordelen, maar om hem inzicht te geven in zijn/haar handelen. Aan de hand van deze reflectie kan gekeken worden naar wat de trainer wil ontwikkelen/leren.
- Pedagogisch inloopspreekuur
Doorlopend tijdens dit begeleidingstraject heeft de trainer 1x per twee maanden de tijd om op spreekuur te gaan bij de Sportpedagoog van het Sportbedrijf. De Sportpedagoog is 1x per twee maanden op de vereniging aanwezig om de trainers verder te helpen met bijvoorbeeld casussen of dingen waar ze tegenaan lopen. Tijdens deze gesprekken kunnen trainers voornamelijk handvaten ophalen over hoe te handelen in bepaalde situaties.

In figuur 2 wordt het traject Train je trainer schematisch weergegeven.



Zoals hierboven al beschreven duurt het traject ongeveer 20 weken. Daarbij is er altijd de mogelijkheid om dit gedurende een langere periode uit te voeren.

Rol Train je trainer in de Arnhemse aanpak

Train je trainer is een methodiek die onderdeel is van de Arnhemse aanpak Sportpedagogiek.

Voordat je kunt starten met het traject Train je trainer is het echter wel van belang om eerst draagvlak te hebben binnen de vereniging. Binnen de Arnhemse aanpak start dit op bestuurlijk niveau, waarna dit naar beneden uitgedragen moet worden. Ook de behoeften van de vereniging komen hierbij aan bod. Uiteindelijk zal met behulp van deze informatie gekeken worden welke richting opgegaan wordt binnen de vereniging en op welk niveau ondersteuning nodig is. Dit kan zijn op strategisch, tactisch of operationeel niveau.

Een van de richtingen die opgegaan kan worden is het bieden van ondersteuning aan trainers, door middel van Train je trainer.

Reacties uit de praktijk

Tijdens de eerste proefperiode is Train je trainer getest bij een aantal trainers. Hieruit kan geconcludeerd worden dat 1) trainers deze methode vaker zouden willen gebruiken/inzetten, en 2) lijkt het erop dat Train je trainer invloed heeft op de factoren waardoor de trainers op dit moment nog niet pedagogisch handelen.

Of het concept Train je trainer ook daadwerkelijk een positief effect heeft op het pedagogisch handelen van trainers kan nu nog niet met zekerheid gezegd worden. Dit heeft er onder andere mee te maken dat nu slecht bij een kleine groep in de praktijk 'getest' is, maar anderzijds heeft het er ook mee te maken dat het pedagogisch handelen niet van de een op de andere dag aan te leren is. Er komt namelijk een heel proces bij kijken, dat onder andere te maken heeft met cultuurverandering. Daardoor zal het langer duren voordat daadwerkelijk een langetermijneffect te zien is van Train je trainer.

Om uiteindelijk daadwerkelijk te kunnen zeggen of Train je trainer een positieve bijdrage heeft op het pedagogisch handelen van trainers dient een longitudinaal onderzoek gedaan te worden. Komend jaar zal hier in Arnhem mee gestart worden door pilots te draaien bij verschillende verenigingen.

"Coach ik echt zo negatief"

"Ik denk zeker dat het kan bijdragen om kennis op te doen hoe te handelen in bepaalde situaties"

"Kom ik echt zo over bij de jeugdigen"

"Ben ik echt zo streng"

"Zo dacht ik bijvoorbeeld dat ik veel individuele complimenten gaf, maar dit bleek niet over te komen bij de kids. Door met ze in gesprek te gaan komen er nieuwe ideeën naar boven over hoe de kinderen deze complimenten zouden willen ontvangen en wat ik hiervoor kan doen"

Mocht je nog meer informatie willen hebben over het ontstaan van Train je trainer, dan wil ik je verwijzen naar [dit artikel](#).

Heb je naar aanleiding van het lezen van het artikel nog vragen? Neem dan contact op met roos.verhoeven@sportbedrijfnarnhem.nl

Bibliografie

- Bailey, R. (2006). Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397–401. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2006.00132.x>
- Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., Sandford, R., & BERA Physical Education and Sport P. (2006). The educational benefits claimed for physical education and school sport: an academic review. *Research Papers in Education*, 24(1), 1–27. <https://doi.org/10.1080/02671520701809817>
- De Vries, S., Van de Maat, J.W. & Omlo, J. (2021). Eenzaamheid onder jongeren (rapport). Movisie. Geraadpleegd op 26-04-2022, van <https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/2021-05/Eenzaamheid%20onder%20jongeren.pdf>
- Geurken, G. (2018). Samen op weg naar een veilig sport- en beweegklimaat in Arnhem. In A. Bronkhorst, J. van der Kerk, N. Schipper-van Veldhoven (Reds), *Een pedagogisch sportklimaat: het realiseren van een positieve clubcultuur* (1ste ed, pp. 233-244). Uitgeverij Coutinho.
- Hilhorst, J., Schipper-van Veldhoven, N. H. M. J., Jacobs, F. M., Theeboom, M., & Steenbergen, J. (2014). *Trainer-kind interactie: onderzoek naar het gedrag van trainer/coaches en de betekenis ervan voor de ontwikkeling van kinderen in de georganiseerde sport* (Onderzoeksrapport). BlackboxPublishers. Geraadpleegd op 15 november 2021, van https://www.kenniscentrumsportenbewegen.nl/kennisbank/publicaties/?trainer-kind-interactie&kb_id=13447
- Hoeijmakers, R., & Van Kalmtehout, J. (2019). Verenigingsmonitor Arnhem 2019. (Onderzoeksrapportage). Mulier Instituut. Geraadpleegd op 17 juni 2022.
- Krouwel, A., Boonstra, N., Duyvendak, J. W., & Veldboer, L. (2006). A Good Sport? *International Review for the Sociology of Sport*, 41(2), 165–180. <https://doi.org/10.1177/1012690206075419>
- Sportbedrijf Arnhem (z.d.). Over Sportbedrijf Arnhem. Geraadpleegd op 1 oktober 2021, van <https://www.sportbedrijfarnhem.nl/over-ons/>
- Van Veldhoven, N. S. (2016). *Sport en lichamelijke opvoeding in pedagogisch perspectief, een gouden kans* [Oratie]. Kenniscentrum sport en bewegen. Geraadpleegd op 12 november 2021, van https://www.researchgate.net/publication/295830548_Sport_en_lichamelijke_opvoeding_in_pedagogisch_perspectief_een_gouden_kans