

Alles voor de sport!?

(Gestopte) topsporttalenten en hun ouders
over investeringen, opbrengsten en offers

in opdracht van
het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport

**Roelien Luijt
Niels Reijgersberg
Agnes Elling**

© *W.J.H. Mulier Instituut*
's-Hertogenbosch, juni 2009

*W.J.H. Mulier Instituut
Centrum voor sociaal-wetenschappelijk sportonderzoek
Postbus 188
5201 AD 's-Hertogenbosch
t 073-6126401
f 073-6126413
e info@mulierinstituut.nl
i www.mulierinstituut.nl*

Foto omslag: Jack Jacobs

Inhoudsopgave

1.	Inleiding en achtergrond	5
2.	Theoretisch kader	7
2.1	Transities in sportloopbanen en levensloop	7
2.2	Noodzakelijke investeringen en voorwaarden voor topsportbeoefening	8
2.3	De ontwikkeling van een (eezijdige) topsportidentiteit	11
2.4	Vroegtijdige carrièrebeëindiging	12
3.	Methoden	15
4.	Topsport, talentontwikkeling en beleid	17
4.1	Geschiedenis Nederlands topsportbeleid	17
4.2	Topsportstatus	20
4.3	Topsportprogramma's sportbonden	22
4.3.1	Handbal	22
4.3.2	Zwemmen	26
4.3.3	Tennis	28
De ontwikkeling van een talent in biografisch perspectief -		
<i>Jeroen: een handbaltalent in wording</i>		
5.	Resultaten: sociale omgeving	35
5.1	Invloed van en op het gezin	35
5.1.1	Stadium van kennismaking	35
5.1.2	Stadium van ontwikkeling, binding en toewijding	36
5.1.3	Stadium van perfectionering	40
5.2	Invloed van overige 'significant others'	41
5.2.1	Trainer/Coach	41
5.2.2	Relaties	45
5.2.3	Vrienden van binnen en buiten de sport	47
De ontwikkeling van een talent in biografisch perspectief -		
<i>Jantien: met ups en downs op weg naar de top (100)</i>		
6.	Resultaten: De aanname van een topsportidentiteit	51
6.1	Motivatie en investeringen	51
6.2	'Ik ben (ook) topsporter': Identificatie als topsporter	53
6.3	Problemen met de topsportidentiteit	55
7.	Resultaten: Spanningsvelden	59
7.1	Topsport en maatschappelijke oriëntatie	59
7.2	Topsport en fysiek welbevinden	63
7.3	Topsport en persoonlijk welbevinden	66

De ontwikkeling van een talent in biografisch perspectief -

Sara: een ongewild afscheid van het zwembad

8.	Resultaten: Vroegtijdige carrièrebeëindiging	73
8.1	Twijfels en onzekerheid	73
8.2	Falend beleid?	75
8.3	Leven na topsport	76
9.	Conclusies	79
	Literatuur	85

9. Conclusies

In dit laatste hoofdstuk worden de belangrijkste bevindingen van dit onderzoek besproken en gerelateerd aan mogelijke beleidsimplicaties. We formuleren antwoorden op de onderzoeksvraag naar de mate waarin actieve en gestopte talenten en hun ouders zich verhouden tot topsport en eventueel spanningsvelden (hebben) ervaren tussen topsport en andere leefscenen. Tevens onderzochten we in hoeverre er binnen talentontwikkelingsprogramma's aandacht is voor het sociaal en maatschappelijk welbevinden van jonge topsporters. De resultaten van dit onderzoek zijn gebaseerd op diepte-interviews met (gestopte) talenten en hun ouders binnen drie takken van sport: handbal, tennis en zwemmen. Tevens is ter ondersteuning gebruikt gemaakt van documentanalyse en gesprekken met enkele jeugdtrainers en beleidscoördinatoren die betrokken zijn bij talentontwikkeling in Nederland. De uitkomsten zijn ingebed in een theoretisch kader op basis van literatuuronderzoek.

Ouders langs de lijn: tussen overbetrokkenheid en overlevering

Uit de bestaande wetenschappelijke en populaire literatuur op het gebied van talentontwikkeling is reeds bekend dat de sociale omgeving van het topsporttalent en in het bijzonder de ouders een belangrijke rol spelen in de ontwikkeling van de topsportcarrière (o.a. Coté, 1999; Van Rossum, 2005). Niettemin zijn ouders zelden direct (mede)onderwerp van onderzoek. De resultaten van dit onderzoek bevestigen de belangrijke rol van ouders in het traject van talentontwikkeling. In het begin van de sportcarrière zijn sporttalenten in sterke mate afhankelijk van de inzet en betrokkenheid van hun ouders. Zonder de financiële en emotionele ondersteuning van hun ouders hebben talenten slechts een geringe kans zich aan te sluiten bij de nationale en internationale top in hun sport. Ook wanneer jonge topsporters zelfstandiger worden en bijvoorbeeld niet meer thuis wonen, blijven verschillende vormen van mentale en materiële ondersteuning van ouders vaak (erg) belangrijk.

De keuze voor topsport blijkt niet alleen bepalend voor de levensstijl van het topsportende kind, maar de topsportcarrière van één of meer kinderen is van invloed op het levenspatroon van het hele gezin. Talentontwikkeling verlangt ook investeringen van de andere gezinsleden, vooral van de ouders. Daarin gaan niet alle ouders even ver. Maar sommige ouders zeggen zelfs hun baan op of gaan juist extra werken om de stijgende kosten van de topsportcarrière te kunnen blijven betalen. Anderen verhuizen voor de sportcarrière van hun kind. Topsportouders genieten van de sportprestaties van hun kind(eren) en ondersteunen hen hier dan ook van ganser harte in, maar hun rol blijkt niet altijd even gemakkelijk. Veel topsportouders moeten balanceren tussen het drukke bestaan als topsportouder en als 'gewone' ouder en partner voor de rest van het gezin.

Jonge talenten en hun ouders blijken vaak niet goed voorbereid op een leven als topsporter. Ouders ondersteunen hun kinderen in hun sportieve ambities, zonder zich vooraf te beseffen wat de gevolgen voor het kind zijn van de keuze voor topsport en welke invloed de keuze voor topsport heeft op het gezinsleven. De keuze voor topsport is eerder een logisch vervolg van de eerder gedane investeringen dan dat er sprake is van een bewuste keuze. Meer informatie en betere voorlichting vanuit de betrokken trainers en sportbond over de verwachte investeringen van het talent en de ouders en informatie en voorlichting over de reële kansen en mogelijkheden op een topsportcarrière zijn wenselijk. Daarbij mag aandacht voor de minder rooskleurige

aspecten van een topsportcarrière niet ontbreken, zodat ouders en talenten zich beter voorbereiden en een bewustere keuze maken.

Het beeld dat topsportouders een te grote druk leggen op jonge talenten is via de media bekend, maar veel ouders voelen zich ook deels machteloos staan tegenover de zuigende werking en allesbepalende karakter van het topsportsysteem. De meeste ouders zijn actief betrokken bij de topsportcarrière, maar velen voelen zich soms zowel letterlijk als figuurlijk een toeschouwer langs de zijlijn.

Een kleine groep ouders wenst het lot van hun kind niet uit handen te geven en houdt zelf de touwtjes stevig in handen. Deze ouders hebben vaak kritiek op (de werkwijze van) andere trainers of de bond. Ouders die zeer sterk betrokken zijn bij de topsportcarrière van hun kind(eren) en (zoals in het tennis veel voorkomt) meereizen tijdens wedstrijden en/of training zijn geneigd zich sterk te identificeren met de topsportcarrière van hun kind. Aan de ene kant kunnen ouders die sterk betrokken zijn bij de topsportcarrière het talent in staat stellen om extra investeringen in de topsportcarrière te doen. Hierdoor groeit de kans om de top te behalen. Aan de andere kant kan een te sterke betrokkenheid van ouders op negatieve wijze van invloed zijn. Het kan verhoogde spanning en stress met zich meebrengen. Het talent ervaart extra druk om tijdens wedstrijden en trainingen. Daarnaast beïnvloedt het de beslissing om wel of niet door te gaan op belangrijke keuzemomenten in de topsportcarrière.

De meeste ouders halen weliswaar zelf ook een zekere mate van voldoening uit de sportprestaties van hun kind, maar veel ouders maken zich soms ook zorgen om hun topsportende kinderen. Vooral als het gaat om de algemene ontwikkeling, een maatschappelijke carrière, het oplopen van blessures en het gebrek aan sociale contacten buiten de sport. Ze hebben het gevoel dat ze het lot van hun kind in handen van een trainer en overige begeleiders hebben gelegd. Ze moeten vertrouwen op de professionaliteit van deze personen. Wanneer ouders problemen signaleren bij hun kind (bijvoorbeeld blessures, mentale problemen, conflicten) weten zij vaak niet goed hoe te handelen en voelen zich soms machteloos. Niet alle ouders durven voor de belangen van hun kind op te komen. Ze trekken niet (tijdig) aan de bel, omdat ze twijfelen aan hun eigen kennis, vertrouwen op de kennis van de trainer en/of niet als 'zeurende ouder' willen overkomen.

Bij de huidige stroomversnelling op het gebied van talentontwikkeling in Nederland lijkt er in het beleid te weinig aandacht te zijn voor de rol van ouders. Het blijkt dat ouders vaak niet goed weten waar ze terecht kunnen met vragen of problemen. Ouders hebben een belangrijke signaalfunctie wanneer talenten kampen met problemen. Trainers en coaches zouden hier van kunnen profiteren bij de begeleiding van het talent. Deze signaalfunctie wordt nog te weinig benut. Sportbonden zouden in samenwerking met NOC*NSF bij het opstellen van talentontwikkelingsprogramma's meer aandacht moeten hebben voor de rol van ouders. Daarmee kunnen talenten worden beschermd tegenover te opdringerige/betrokken ouders en kan tevens beter geprofiteerd worden van de signaalfunctie van ouders.

De mate van betrokkenheid van de ouders na beëindiging van de topsportcarrière van hun kind is mede van invloed op het succes van het verloop van de transitie. De meeste talenten halen de top niet en ook voor hen die dat wel halen komt er eens een einde aan de carrière. Veelal zien ouders de transitie van hun topsportende kind naar een andere primaire levensinvulling

aankomen en zijn ze voorbereid op een verandering van hun rol. Sterk betrokken ouders zien een transitie naar ex-talent niet altijd aankomen of willen deze niet zien. Net als voor topsporters zelf kan een eenzijdige identiteit als ‘topsportouder’ de weg vrij maken voor topsportsucces, maar is deze op lange termijn niet bevorderlijk. Wanneer alles in een gezin jaren in het teken van de topsport heeft gestaan is het soms moeilijk om weer een nieuwe levensinvulling en balans te vinden (vgl. Lally & Kerr, 2008). Wanneer in sommige gevallen de topsportcarrière de enige basis vormt van het kind-oudercontact, betekent het einde van een carrière soms ook een (tijdelijk) afstand nemen van hecht contact met één of beide ouders. Ouders die de topsportcarrière van hun kind op een afstand volgen en andere rollen vervullen naast die van topsportouder hebben over het algemeen minder moeite met de beëindiging van de topsportcarrière van hun kind. Deze ouders proberen hun kind ook zo goed mogelijk te ondersteunen bij (het vinden van) een nieuwe levensinvulling.

Het gevaar van een eenzijdige topsportidentiteit

Vandaag de dag krijgen meer talenten de kans om zich te ontwikkelen en zijn ook de mogelijkheden om zich op jonge leeftijd vooral op sport te richten toegenomen. De gemiddelde leeftijd waarop huidige topsporters met hun sport zijn begonnen, ligt vier jaar lager dan die van tien jaar geleden (Van Bottenburg e.a., 2009). Bovendien zijn de noodzakelijke investeringen in trainingsuren om de internationale concurrentie het hoofd te kunnen bieden gegroeid. Dat betekent dat steeds meer jonge sporters een ‘topsportidentiteit’ ontwikkelen, met de daaraan verbonden kansen en mogelijkheden, maar ook valkuilen.

Bij de overstap van ‘gewone’ wedstrijd sport naar topsport verandert er veel in het leven van het talent en zijn of haar sociale omgeving. Naast een intrinsieke motivatie die vooral gericht is op plezier, is er bij topsport tevens sprake van een prestatiegerichte waardeoriëntatie die gepaard gaat met een zeer gestructureerd en uiterst doelgerichte trainingsplan. Het streven naar succes in topsport vraagt om volledige toewijding waarbij topsport prioriteit krijgt boven een maatschappelijke carrière, het sociale leven en de beoefening van andere hobby’s (vgl. Gordon, 1989). De beschikbare tijd van een topsporttalent is schaars, keuzes worden vaak gemaakt ten gunste van de sportbeoefening. Door complete toewijding aan de sport kan er een soort ‘tunnelvisie’ ontstaan, waarbij sprake is van een eenzijdige, ‘ongezonde’ identiteitsontwikkeling (Taylor & Ogilvie, 1998).

Sterk intrinsiek gemotiveerde en taakgerichte topsporters vinden de topsportbeoefening vooral leuk en ervaren de daarvoor benodigde investeringen en levensloop- en leefpatroonkeuzes niet of nauwelijks als ‘offers’. De meeste ondervraagde talenten vinden het echter ook belangrijk om naast hun topsportcarrière een diploma te behalen of een opleiding te volgen. Sommige talenten doen bewust meer moeite om dingen naast de topsportbeoefening te doen en zodoende meer sociale rollen of verschillende identiteiten te behouden. Dikwijls hebben zij echter de ervaring onvoldoende tijd te kunnen steken in andere interesses. Ze accepteren dit als ‘noodzakelijke offers’ van topsportbeoefening en zeggen meer tijd in hun sociale leven en in andere bezigheden te steken op het moment dat de topsportcarrière dat toelaat.

In alle takken van sport zijn er enkele talenten die hun leven volledig in het teken stellen van de topsport. Maatschappelijke carrière, sociale contacten, woonomgeving en andere interesses worden volledig ondergeschikt gemaakt aan de topsportbeoefening. Een dergelijke ‘tunnelvisie’ is enerzijds een ‘bewezen voorwaarde’ voor het vergroten van de kansen op succes, en wordt

dan ook regelmatig geëist door beroemde trainers, zoals door de Amerikaan Bolletieri in het tennis (Tol, 2008). Behalve de kans op goud, vergroot een eenzijdig ontwikkelde topsportidentiteit van jonge kinderen, anderzijds ook de kans op nadelige gevolgen, zowel tijdens als na afloop van hun topsportloopbaan. Talenten met een eenzijdige topsportidentiteit meten hun zelfvertrouwen vaak volledig af aan hun prestatie als topsporter. Ze hebben weinig of geen andere bezigheden waarmee ze hun zelfvertrouwen kunnen ondersteunen. Tegenvallende prestaties beïnvloeden in sterke mate de gemoedstoestand van deze talenten en kritiek op prestaties wordt vaak opgevat op kritiek op de persoonlijkheid. Voor sommige talenten met eenzijdige topsportidentiteit staat een eenzijdige topsportidentiteit uiteindelijk ook juist het behalen van topprestaties in de weg. Juist omdat ze niet voldoende afstand kunnen nemen en alles op één ding richten, ervaren ze te veel (wedstrijd)stress en te weinig ontspanning en spelplezier om goed te presteren.

Enkele talenten hebben meer moeite met de (soms van buitenaf) opgelegde topsportidentiteit. Ze ervaren de verwachtingen vanuit de topsport om ‘alles voor de sport’ te geven als te beperkend. Sommigen combineren hun topsport met een minder gedisciplineerd en gestructureerd leven als collega-talenten en topsporters. Zolang zij presteren en zich voldoende voegen in het topsportregime, kunnen zij zich flexibeler ontwikkelen of alternatieve topsportidentiteiten creëren. Anderen blijken uiteindelijk niet meer bereid tot het maken van de in hun ogen te grote (sociale) offers en besluiten de topsportcarrière te beëindigen. Talenten met een ‘speelse’ benadering van topsport stuiten vaak op onbegrip vanuit de sportwereld, maar zouden zich met meer begrip en ondersteuning van trainers, begeleiders en bonden voor een meer gevarieerd levenspatroon wellicht ook tot succesvolle topsporters kunnen ontwikkelen. Waar trainers vaak de mening zijn toegedaan dat zulke sporters hun talenten verspillen, kan ook worden beargumenteerd dat binnen een topsportregime waarin alleen topsporters passen die een ‘alles voor de sport’ mentaliteit omarmen sprake is van ‘talentverspilling’. En dat kan een klein land als Nederland zich juist niet veroorloven in het licht van de top-10 ambitie; zij zou ook haar ‘dwarssluggers’ meer moeten koesteren.

De huidige ontwikkeling binnen het talentontwikkelingsbeleid heeft twee gezichten. Aan de ene kant zijn de kansen om topsport te beoefenen en een opleiding te volgen de laatste jaren geoptimaliseerd (Van Bottenburg e.a., 2009). Ook is er in toenemende mate aandacht voor de combinatie tussen topsportbeoefening en het ontwikkelen van breder maatschappelijk perspectief via betaalde arbeid (Van Beukering, van den Brink & Van den Brink, 2008). Aan de andere kant worden de eisen vanuit de topsport steeds groter, zeker in het licht van de gestelde top 10 ambities. Talenten zouden jonger geselecteerd moeten worden, waarbij ook de roep om talentidentificatie steeds harder klinkt (Van Bottenburg, e.a., 2009). De inrichting van LOOT-scholen, CTO's en andere topsporterscentra en de aanstelling van mental coaches zijn vooral gericht op het optimaliseren van het traject van talentontwikkeling in het licht van topsportprestaties. Daarmee wordt de bijzondere status van talenten – en daarmee de topsportidentiteit – niet gerelativeerd, maar juist benadrukt. Er is in die zin sprake van een enigszins paradoxale ontwikkeling waarbij maatregelen die ertoe bij moeten dragen dat topsporters zich minder eenzijdig ontwikkelen (combinatie sport en opleiding) juist bijdragen aan het versterken van een topsportidentiteit.

Verantwoorde drop-out en carrièrereïnteraties

Vrijwel alle talenten krijgen te maken met perioden waarin de voortgang (al dan niet door blessures) stagneert, waardoor ze geconfronteerd worden met een mogelijk eind van hun topsportcarrière. Zij worden gedwongen na te denken over hun kansen en mogelijkheden in en buiten de sport. Voor sommigen betekent zo'n periode een al dan niet gedwongen eind van hun carrière. Anderen maken de keuze om toch door te gaan en proberen de aansluiting te vinden, al dan niet door nog grotere 'offers' te maken ten behoeve van de topsportcarrière, zoals het stoppen met hun opleiding. Of een talent de top bereikt of niet lijkt dikwijls afhankelijk van toeval en 'op het juiste moment de juiste mensen tegenkomen'. Ieder talent krijgt tijdens zijn topsportcarrière te maken met hoogte- en dieptepunten, de mate waarin hij of zij leert omgaan met deze dieptepunten verschilt sterk. Dit is afhankelijk van de persoonlijkheid van de sporter, maar ook de sociale omgeving (waaronder ouders en trainers) speelt daarin een belangrijke rol. Talenttrainers en topsportorganisaties zouden nog meer aandacht moeten schenken aan ondersteuning bij motivatieproblemen, faalangst, het leren omgaan met conflictsituaties, het omgaan met blessures, twijfel over het doorgaan met topsport en de daadwerkelijke beëindiging van de topsportcarrière.

Talenten die veel plezier beleven aan de beoefening van topsport zullen eerder geneigd zijn prioriteit toe te kennen aan de topsportcarrière dan talenten die (tijdelijk) minder plezier beleven aan topsport. Het plezier in het beoefenen van topsport is afhankelijk van de mate van voldoening die de topsportbeoefening geeft. Gebrek aan voldoening kan ontstaan doordat talenten het gevoel hebben andere dingen te 'missen', maar ook het niet voldoen aan de eigen, of door anderen opgelegde, verwachtingen kan zorgen voor een onbevredigend gevoel. Het stellen van haalbare en controleerbare doelen is van groot belang om het vertrouwen in eigen kunnen te behouden. Wanneer de doelen onrealistisch of oncontroleerbaar zijn zal de prestatie nooit goed genoeg zijn, waardoor het vertrouwen in eigen kunnen en het algemene zelfvertrouwen afneemt. Talenten kunnen dan in een vicieuze cirkel raken. Een laag zelfvertrouwen veroorzaakt een grotere kans op faalangst, waardoor prestaties afnemen, talenten minder gemotiveerd raken en minder voldoening behalen uit de topsportcarrière.

Het vroegtijdig beëindigen van de sportcarrière kent niet één enkele oorzaak. Vaak is er sprake van een combinatie tussen min of meer gedongen en vrijwillige factoren (vgl. Elling, 2009). Naarmate het talent dichterbij de top komt hoe groter de investeringen moeten zijn en belangrijker het is prioriteit te leggen bij topsport. Voor sommige talenten is dit een natuurlijk proces, anderen vinden het lastig om bepaalde interesses 'op te offeren'. Of zij kunnen de investeringen fysiek dan wel mentaal niet meer opbrengen, waardoor ze (chronische) blessures ontwikkelen, overtraint raken en/of te maken krijgen met 'burn out'. De fase van talentontwikkeling is uiteindelijk een selectieproces waarbij slechts enkelen de overstap maken naar een volwassen (professionele) topsporterscarrière.

Stoppen met topsport gebeurt meestal niet van de ene op de andere dag, maar is een proces, waarbij perioden van twijfels en het afwegen van alternatieven aan het uiteindelijk besluit vooraf gaan (Stier, 2007). Het gevoel controle te hebben over het besluit om te stoppen met topsport en het hebben van een alternatieve levensinvulling verhogen de kans op een succesvolle transitie uit de wereld van de topsport. Talenten die geen alternatief 'plan' hebben blijken meer moeite te hebben met de transitie van topsporter naar ex-topsporter. Bij een abrupt einde van de topsportcarrière zoals bij deselectie of ernstige blessures is de kans op het niet

hebben van een alternatief en een moeizamer transitieproces groter (vgl Ogilvie & Taylor, 2001).

Uitval is niet te voorkomen, maar in een klein land als Nederland kan nog zuiniger worden omgesprongen met de aanwezige talenten, aangezien talent zich niet onbeperkt aandient (vgl Van Bottenburg, 2009). Nederlandse talenttrainers en sportorganisaties schenken nog onvoldoende aandacht aan het fysieke en psychosociale welbevinden van talenten en hun sociale omgeving. Talenten met veel potentie en weinig problemen krijgen veel aandacht, maar er is onvoldoende ondersteuning voor de talenten die fysieke, mentale of persoonlijke problemen hebben en voor uitvallers. Preventieve mentale en maatschappelijke begeleiding kan de kans op problemen bij talenten verkleinen, waardoor een deel van de onnodige vroegtijdige carrièrebeëindiging mogelijk voorkomen kan worden. Een pedagogisch verantwoord talentontwikkelingsbeleid verdient bovendien meer ondersteuning bij de transitie van topsporttalenten naar een andere levensinvulling. De optimalisering van het talentontwikkelingsproces heeft geleid tot een grotere talentenpool, waarvan uiteindelijk de meesten moeten afhaken. Deze jongeren met topsportambities en hun ouders hebben vaak jarenlang geïnvesteerd en zijn niet altijd goed voorbereid op een leven waarin de prioriteit niet meer bij topsport ligt. Naast het instellen van exitgesprekken, zouden ook uitgebreidere nazorgtrajecten kunnen worden aangeboden. Alleen wanneer we ook aandacht blijven houden voor afhakers en uitvallers, kunnen we met trots juichen voor 'ons' goud.