

Jeugdvoetbal; een volwassen prestatiewereld?

**Een interdisciplinair onderzoek naar de ervaringen van jonge talenten die voetballen bij
een RJO in de huidige prestatie maatschappij.**

22-06-2014

Bachelorscriptie Algemene Sociale Wetenschappen

Universiteit van Amsterdam

Michelle van der Heiden, 10252541

Begeleider: Yatun Sastramidjaja

Tweede Lezer: Otilie Kranenburg

Samenvatting

Dit onderzoek is gericht op de ervaringen van jonge voetbaltalenten die opgeleid worden bij een zogenaamde Regionale Jeugd Opleiding (RJO). Deze RJO's zijn bedoeld om talentvolle jeugdspelers onder optimale omstandigheden op te leiden tot professioneel voetballer. Door het inherente competitieve karakter van deze opleidingen, de topsport in het algemeen, en een samenleving die steeds meer op talent is gericht, wordt er verwacht dat de talenten binnen deze opleidingen onder grote druk staan om te presteren. Voorgaand onderzoek naar dit fenomeen is gefragmenteerd en binnen dit onderzoek is dan ook getracht een zo compleet mogelijk beeld te schetsen van de rol van deze prestatiedruk in het leven van de talenten. Dit is op een kwalitatieve wijze onderzocht, aan de hand van 12 semi-gestructureerde interviews met 12 tot 15 jarige talenten die bij een RJO voetballen. Er is er getracht te ontdekken in hoeverre deze jeugdspelers de prestatiedruk ervaren, waar deze vandaan komt en hoe ze hiermee omgaan. Uit de interviews is gebleken dat de meeste druk afkomstig is van de opleiding zelf, en tevens van de combinatie tussen school en voetbal. Ook persoonlijke druk, waarbij de talenten het gevoel hebben een unieke kans te hebben gehad, blijkt een zeer belangrijke rol te spelen. Ouders blijken, in tegenspraak met eerdere resultaten, juist vaak een meer steunende en begeleidende rol te spelen. De duidelijkste gevolgen van deze prestatiedruk zijn vermoeidheid, onzekerheid en faalangst. Om om te gaan met deze druk, worden er door de jongens zowel emotion-focused (praten met mensen uit de directe omgeving) als problem-focused (harder trainen/beter je best doen) copingstrategieën gebruikt. Ook processen van relativering en het onderkennen van de grote concurrentie, worden gebruikt als aanpak om de druk te verzachten.

Voorwoord

Zowel uit mijn eigen ervaringen als jeugdtrainer, als uit het onderzoeksproces is gebleken dat het fenomeen prestatiedruk in de jeugdvoetbalwereld een veelomvattend en complex proces is. Ik hoop dan ook ten eerste dat ik de ervaringen van de talenten met dit fenomeen enigzins recht heb kunnen doen. Dit was absoluut niet mogelijk geweest zonder het vertrouwen, de constante feedback en de enthousiaste begeleiding van zowel Yatun Satradmidjaja, als Otilie Kranenburg. Mijn dank hiervoor is dan ook groot. Hiernaast wil ik ook graag Sander Veraart en Nick Boom bedanken, die niet alleen voor een groot deel verantwoordelijk zijn voor mijn interesse en nieuwsgierigheid jegens het onderwerp, maar ook van onschatbare waarde bleken te zijn tijdens het proces van respondentenwerving.

Beverwijk, 20-06-2014

Inhoudsopgave

1. Inleiding.....	5
2.Theoretisch Kader	6
§ 2.1 Prestatiemaatschappij	6
§ 2.2 Prestatiemaatschappij in de topsport	7
§ 2.3 Bronnen van prestatiedruk.....	8
§ 2.4 Gevolgen van prestatiedruk.....	10
§ 2.5 <i>Coping</i> met prestatiedruk	12
§ 2.6 Interdisciplinariteit	13
3. Probleemstelling.....	13
§ 3.1 Doelstelling	13
§ 3.2 Vraagstelling	14
§ 3.3 Maatschappelijke en wetenschappelijke relevantie.....	15
4. Methode.....	16
§ 4.1 Onderzoeksstrategie	16
§ 4.2 Onderzoeksdesign	16
§ 4.3 Onderzoeksmethoden	17
§ 4.4 Respondenten	17
§ 4.5 Ethische verantwoording.....	18
§ 4.6 Operationalisering	18
§ 4.7 Data-analyse/verwerking.....	19
5. Resultaten	20
§ 5.1 Onderzoeksproces	20
§ 5.2 Resultaten	21
§ 5.2.1 Prestatiedruk vanuit de opleiding	21
§ 5.2.2 Combinatie school/voetbal	26
§ 5.2.3 Druk vanuit ouders	28
§ 5.2.4 Persoonlijke druk.....	30
6. Conclusie.....	32
7. Discussie.....	34
8. Reflectie.....	35
Bijlage I – Literatuurverwijzingen	37
Bijlage II – Interviewschema	40
Bijlage III – Codeerschema interviews	42
Bijlage IV – Transcripties interviews.....	Error! Bookmark not defined.

1. Inleiding

We leven tegenwoordig in een meritocratie, waarin zo goed mogelijk presteren het ultieme doel is. Op allerlei gebieden, zoals school en werk, blijkt talent steeds meer de bepalende factor. Naast toenemende gelijke kansen, kent deze toenemende meritocratisering echter ook een schaduwzijde; een aanslag op het zelfrespect van de verliezers, een aanslag op de solidariteit van de winnaars met de verliezers en een grotere onzekerheid voor allen (Tonkens & Swierstra, 2011).

Een gebied waar dit proces duidelijk naar voren komt, is het betaalde voetbal. Ondere andere uit een item van EenVandaag (2011) werd duidelijk dat de prestatiedruk in het voetbal alleen maar hoger wordt. Er wordt naar voren gebracht dat we in een prestatiegerichte maatschappij leven, en het voetbal, waar tegenwoordig miljarden euro's in omgaat, het perfecte voorbeeld is van een plaats waar tegenslag niet getolereerd wordt en men onder grote druk staat om te winnen. Veel voetballers raken hierdoor depressief en in sommige gevallen kan de grote druk zelfs leiden tot zelfmoord. Zelfs in mijn eigen ervaring als jeugdselectietrainer bij een amateurclub, is deze prestatiedruk soms duidelijk naar voren gekomen, en deze heeft dan ook mijn interesse gewekt.

In de centra waar het grootste deel van de Nederlandse profvoetballers wordt opgeleid, de zogenaamde Regionale Jeugd Opleidingen (RJO's) is deze druk om te presteren vaak hoog. De jeugdspelers trainen vanaf hun tiende ongeveer vier tot zes keer per week, waarna in het weekend een wedstrijd volgt. Hiernaast gaan sommige jongens naar school in de buurt van de opleiding en hebben ze over het algemeen weinig vrije tijd. (Hol & Wolfert, 2011). Uit een artikel van *Elsevier* (2011) blijkt dat het rendement van deze opleiding schrikbarend laag is; het merendeel van de jongens zal geen profvoetballer worden, terwijl hun leven hier wel meerdere jaren volledig op gericht is. De combinatie van deze factoren en de daarbijkomende invloed van de sociale omgeving, zorgt ervoor dat deze jongens vaak een grote druk ervaren om te presteren.

Bestaand onderzoek naar jonge sporttalenten richt zich vooral op afzonderlijke aspecten van de prestatiedruk, zoals druk van de ouders, coping of het falen onder druk, zonder naar het complete proces te kijken. Door te focussen op de gehele ervaring van de talenten, kunnen de bijwerkingen van de prestatie maatschappij, en in het bijzonder de eventuele negatieve gevolgen op de ontwikkeling van deze jongens, aan het licht gebracht worden.

Het doel van dit onderzoek is dan ook om tot een completer inzicht te komen in hoe deze jonge talenten de prestatiedruk ervaren, wat de gevolgen hiervan zijn en hoe zij hiermee omgaan. Dit zal gebeuren aan de hand van een interdisciplinair onderzoek, waarbij meerdere diepte-interviews en focus-groups worden uitgevoerd met 10 tot 15- jarige talenten die bij een RJO voetballen, of gevoetbald hebben.

2.Theoretisch Kader

§ 2.1 Prestatiemaatschappij

Marketingwetenschappers Kotler en Armstrong (2005) stellen dat er in onze maatschappij steeds meer belang gehecht wordt aan waarden als prestatiegerichtheid, competitie, ambitie, werk en kracht. Ook uit sociaal-psychologisch onderzoek van Van Den Hoek (2011) wordt duidelijk dat er in de Nederlandse samenleving steeds meer de nadruk wordt gelegd op presteren, terwijl tegelijkertijd de maatschappij lijkt te verharderen. Dit zou negatieve gevolgen kunnen hebben voor de ‘slachtoffers’ van deze prestatimaatschappij, namelijk diegenen die ondermaats presteren. Tonkens en Swierstra (2011) beargumenteren vanuit sociologisch perspectief dat in de huidige meritocratische samenleving sociaal-economische factoren, zoals bijvoorbeeld inkomen, steeds minder een rol spelen. Binnen deze samenleving blijken talent en verdiensten steeds meer de bepalende factor op allerlei gebieden, waarbij een maatschappij met gelijke kansen het ideaal is. Zij waarschuwen echter ook voor de schaduwzijde; een aanslag op het zelfrespect van de verliezers, een aanslag op de solidariteit van de winnaars met de verliezers en een grotere onzekerheid voor allen.

Ook kinderen bemerken in steeds grotere mate de gevolgen van deze prestatimaatschappij. Psychologe Dehue wijst in *J/M Ouders* (De Vos, 2011) op de groeiende verantwoordelijkheid van ouders, voortkomend uit het feit dat succes en falen steeds meer als een keuze beschouwd worden. Er is sprake van een maatschappelijke druk om continu het beste uit een kind naar boven te halen, waarbij tekortkomingen steeds minder geaccepteerd worden. Ook school- en ontwikkelingspsycholoog Lens (2005) beargumenteert dat druk om te presteren bij kinderen behoorlijk is toegenomen. Hierbij wordt er door de ouders steeds minder gekeken naar de individuele verdiensten van het kind, maar wordt er in toenemende mate een vergelijking gemaakt met broertjes, zusjes of andere leeftijdsgenoten. Dit leidt tot een gebrek aan positieve feedback, wat negatieve gevolgen kan hebben voor het welzijn van het kind in kwestie.

De opkomst van de prestatie maatschappij heeft veelal geleid tot een toename in de ervaren prestatiedruk bij leden van de samenleving. Vooral psychologisch onderzoek heeft zich beziggehouden met de vraag wat prestatiedruk nu precies inhoudt. Volgens Baumeister (1984) kan druk beschreven worden als een factor of een combinatie van factoren die het belang om goed te presteren in een bepaalde situatie doet toenemen. Om prestatiedruk te ervaren, moeten mensen persoonlijk belang hechten aan de situatie, en het idee hebben dat hun acties effect hebben op het resultaat (Folkman & Lazarus, 1985). Volgens professor in de kinesio logie Conroy (2001) krijgen kinderen van jongs af aan door hun omgeving mee dat succesvolle prestaties leiden tot goedkeuring, en falen tot het tegenovergestelde. Hierdoor kan er een grote angst tot falen ontstaan, wat een negatief effect kan hebben op het welzijn van het kind in kwestie. Ook Rich en Evans (2009) argumenteren dat in de huidige neoliberale, meritocratische samenleving iemands waarde wordt afgelezen aan zijn of haar prestaties. Dit kan, vooral voor kinderen, leiden tot zowel sociale als emotionele spanningen.

§ 2.2 Prestatiemaatschappij in de topsport

Een duidelijk voorbeeld van een gebied waar een groot belang wordt gehecht aan presteren, is de topsport. In de laatste decennia heeft topsport in vele opzichten een vlucht genomen. Het niveau, de publieke belangstelling en de investeringen zijn alle tot ongekende hoogtes gestegen. Ook de emotionele betrokkenheid en identificatie die mensen met topsport hebben blijft groeien. Deze ontwikkelingen hebben in veel landen geleid tot een innovatie in het topsportbeleid, waarbij er in steeds grotere mate van topsporters verwacht wordt om zich zoveel mogelijk te houden aan de eisen van dit systeem (Van Bottenburg et al., 2011). Sportwetenschappers Christensen en Sorensen (2009) wijzen tevens op het toenemende belang dat gehecht wordt aan topsport en de invloed van de manieren die gebruikt worden om hierin tot optimale prestaties te komen. Dit heeft volgens hen onder andere geleid tot een significante groei van de tijd die de atleten aan hun sport besteden.

Volgens sportsocioloog Van Bottenburg (2009a) is topsport dan ook op bepaalde vlakken een goed voorbeeld van een meritocratie, waarbij persoonlijke kwaliteiten, en niet allerlei andere achtergrondkenmerken, de strijd tussen de atleten idealiter zou vormgeven. In vele gevallen gaat dit 'rechtvaardige' scenario echter nog niet op, aangezien de kans om het talent te ontplooiën nog in grote mate contextafhankelijk is. Sommige talenten hebben simpelweg meer kansen om zich te ontwikkelen, door bijvoorbeeld betere trainers, betere materialen en meer ouderlijke steun. Toch is volgens Van Bottenburg topsport de plek bij

uitstek waarbij kleine verschillen een grote betekenis kunnen hebben. Sterker dan in andere maatschappelijke sferen, worden winst en verlies in de topsport namelijk gepersonaliseerd en geopenbaard als een prestatie van de winnaar en een tekortkoming van de verliezer (Van Bottenburg, 2009a, p. 26). De eerder genoemde schaduwkanten van de meritocratie zoals benoemd door Tonkens en Swierstra (2011), blijken dus ook binnen de topsport een rol te kunnen spelen.

Ook sportpsycholoog Bakker (2010) wijst op de gevaren die het huidige, extreem prestatiegerichte topsportklimaat met zich meedraagt. Het bedrijven van wedstrijdsport op hoog niveau vraagt enorme inspanningen, met een relatief lage kans op succes. Deze hoge druk om te presteren kan grote gevolgen hebben voor het welzijn van de sporters. Hij pleit dan ook voor een grotere nadruk op deze uitwassen van de prestatimaatschappij. Op deze gevolgen zal in paragraaf 2.4 dieper ingegaan worden.

Ook de jongste topsporters komen in aanraking met de voorgenoemde ontwikkelingen. Sportpsychologe Stambulova (1994, aangehaald in Wieldraaijer & van den Brink, 2006) stelt dat veel jonge talenten, op een gegeven moment de transitie doormaken van spel naar sport als een serieuze zaak. Bij deze overgang winnen prestaties steeds meer aan belang, terwijl deze juist in deze periode vaak erg onregelmatig verlopen. Van de sporters wordt in deze periode verwacht om goed om te kunnen gaan met deze hoge verwachtingen, alsmede steeds meer stabiliteit in zijn of haar prestatiecurve te brengen. Hiernaast wijst zij op het feit dat de topsport vaak een stoelendans is met veel afvallers. Ook Van Bottenburg (2009b) herkent deze 'ratrace'; doordat zowel het niveau als de concurrentie blijven groeien, wordt het steeds moeilijker om de top te bereiken. Op steeds jongere leeftijd wordt verwacht dat topsporters de juiste mentaliteit en trainingsintensiteit op kunnen brengen.

Uit onderzoek van Hol en Wolfert (2011) naar het rendement van Nederlandse voetbalopleidingen is tevens gebleken dat ruim driekwart van de talenten de stap naar het betaalde voetbal uiteindelijk niet maakt. Hun levens hebben echter wel vele jaren in het teken van de topsport gestaan, en dit kan dan ook voor een zware klap zorgen.

§ 2.3 Bronnen van prestatiedruk

Bij dit proces van toenemende druk, speelt, naast de druk die mensen zichzelf opleggen en maatschappelijke invloed, ook de sociale omgeving vaak een belangrijke rol. Uit de literatuur komt vooral de druk vanuit de opleiding zelf en de druk vanuit de ouders naar voren (Sagar 2009; Reeves 2009; Wieldraaijer & Nieuwenburg 2006), alsmede meer recent de combinatie

van voetbal en school (Christensen & Sorensen, 2009). Op deze bronnen van prestatiedruk zal in de komende alinea's dan ook dieper ingegaan worden.

Voetbalopleiding

De KNVB stelt dat het Nederlandse voetbal veertien Regionale Jeugdopleidingen (RJO's) kent; voetbalopleidingen waar talentvolle jeugdspelers onder optimale omstandigheden worden opgeleid tot professioneel voetballer. Kinderen van 6 tot 19 jaar worden binnen deze organisaties opgeleid tot profvoetballer, maar de kans dat zij uiteindelijk ook daadwerkelijk profvoetballer worden, blijkt erg klein (Hol & Wolfert, 2011). Ondanks dat door veel van deze RJO's naar voren wordt gebracht dat de individuele ontwikkeling van spelers voorop staat, speelt volgens verschillend bestaand onderzoek ook presteren een belangrijke rol.

Pedagogisch wetenschapper Buisman (2004) beargumenteert dat ondanks de goede bedoelingen van individuele trainers en coaches, het belang van de jeugdspelers door allerlei verschillende clubbelangen toch onder druk kan komen te staan. Een van de vragen die hierbij naar voren komt, is of door al deze verschillende belangen de prestatiedruk niet te hoog is. Hechten de trainers niet meer belang aan de prestaties, dan aan de ontwikkeling van het kind? Ook Le Unes en Nation (2002) wijzen op de gevaren van een te grote nadruk op het winnen en de beoordeling van de prestaties, door bijvoorbeeld trainers en coaches. Zij pleiten dan ook voor een meer procesgerichte oriëntatie, waarbij het meer gaat om de individuele ontwikkeling, om zo de stress bij de kinderen te verminderen.

Deze aanpak om de individuele ontwikkeling van de spelers voor de prestaties van het team te plaatsen, die meestal een belangrijke rol speelt in het beleidsplan van een RJO, kan echter weer tot een ander soort van druk leiden, waarbij spelers zich continu afvragen of zij zelf wel goed genoeg zijn. Het proces van selectie is hierbij een belangrijke reden voor stress bij de talenten (Reeves, 2009). (Half)jaarlijkse beoordelingsgesprekken worden gehouden om te kijken of er wordt besloten om verder te gaan met de talenten (Wieldraaijer & van den Brink, 2006; Wieldraaijer & Nieuwenhuis, 2006). De invloed van deze gesprekken, en de mogelijke onzekerheid en druk die dit met zich meebrengt, is echter nog weinig onderzocht.

Ouders

De combinatie tussen ouders en prestatiedruk is binnen de jeugdtopsport al vanuit meerdere disciplines uitvoerig onderzocht (Buisman 2004; Ommundsen et.al., 2006; Wieldraaijer & Nieuwenhuis, 2006). In een opvoedkundig onderzoek van Van Crombrugge en Dupain (2008) onder 300 jeugdvoetballers van 8 tot 15 jaar, blijkt dat driekwart van deze groep druk van hun

ouders ervaart. Voor het bestaan van deze druk komen verschillende verklaringen naar voren. Sportpsycholoog Keizer (2006) stelt dat deze prestatiedruk kan voortkomen uit het feit dat ouders hun eigen droom projecteren op hun talentvolle kinderen. Deze ‘pronkende ouders’ hemelen hun kinderen op als zij presteren, maar als de resultaten tegenvallen blijven de aanmoedigingen en aandacht uit. Ontwikkelings- en sportpsycholoog Ad Dudink betoogt in Wieldraaier en Nieuwenburg (2006) dat ook de grote investeringen die de ouders doen in de sportcarrière van hun kind een grote druk kan veroorzaken. Kinderen kunnen hier namelijk een bepaald gevoel van verantwoordelijkheid aan over houden en proberen er alles aan te doen om deze dromen te realiseren.

Combinatie school/voetbal

Ook de combinatie van de vaak elkaar tegensprekende academische verwachtingen en de verwachtingen op het veld kunnen leiden tot een grote druk bij de talenten (Brettschneider 1999; Christensen & Sorensen, 2009). Waar vroeger nog de focus puur op het voetbal lag, is het tegenwoordig vanzelfsprekend dat school de belangrijkste factor is voor de ontwikkeling van het kind. In realiteit is dit echter niet altijd het geval en staat het voetbal voor de talenten vaak nog steeds op de eerste plaats (Buijserd, 2011). Toch wordt van de talenten wel in steeds grotere mate verwacht dat ze zowel in het klaslokaal als op het veld blijven presteren. Om deze combinatie te vergemakkelijken, zijn in bepaalde gevallen samenwerkingen met zogenaamde LOOT-scholen (Landelijk Overleg Onderwijs & Topsport) in het leven geroepen, waar de talenten de mogelijkheid wordt geboden hun roosters aan te passen op de sport. De gevolgen van deze verschillende bronnen van druk zullen in de volgende paragraaf uitvoerig beschreven worden.

§ 2.4 Gevolgen van prestatiedruk

De hiervoor beschreven hoge verwachtingen en druk om te presteren, die vanuit verschillende hoeken aanwezig zijn, kunnen grote gevolgen hebben op de mentale en fysieke gesteldheid van de talenten.

Mentale gevolgen

‘Fear of Failure’ is binnen de, vooral psychologische, literatuur één van de meest genoemde gevolgen van prestatiedruk. Sagar (2010) stelt in zijn sportpsychologische onderzoek naar Engelse voetbalopleidingen dat de talenten zich in een zeer competitieve omgeving bevinden,

waarbij er continu sprake is van druk van trainers, coaches en ouders. Hierdoor is het waarschijnlijk dat een deel van deze talenten uiteindelijk faalangst ontwikkelt. Volgens Conroy et. al. (2002) komt faalangst voort uit een associatie tussen falen en gevoelens als schaamte, degradatie van de zelfwaardering, het verlies van interesse van belangrijke personen, het teleurstellen van belangrijke personen en een onzekere toekomst. Deze faalangst heeft volgens het onderzoek van Sagar (2010) invloed op het subjectieve welzijn, het interpersoonlijke gedrag en op de sportieve prestaties.

Sportsocioloog Waddington (2000) is van mening dat hoge druk ervoor kan zorgen dat de sociaal-emotionele belasting voor talenten verhoogd wordt. Ook Bakker (2010) herkent deze psychische overbelasting en stress bij topsporters als uitwassen van de huidige prestatie maatschappij. Uit onderzoek van Ommundsen et. al. (2006) wordt verder duidelijk dat prestatiedruk vanuit zowel trainers als ouders kan leiden tot verminderd geloof en onzekerheid in het eigen kunnen, alsmede een minder vriendelijke sfeer binnen het team. Volgens Van Crombrugge en Dupain (2008) kunnen druk en te hoge verwachtingen van ouders leiden tot mindere prestaties, een gebrek aan sportplezier, een burn-out en angst voor competitie.

Fysieke gevolgen

Behalve op het mentale vlak, kan de prestatiedruk ook een grote invloed uitoefenen op de fysieke gesteldheid van de kinderen. Fysiologen Kuipers en Keizer concludeerden al in 1988 dat de overtraining vrij gewoon is onder atleten. Om tot een optimalisatie van de prestaties te komen, wordt er in sommige gevallen te veel ondernomen, wat zou kunnen leiden tot overtraining, vermoeidheid en mogelijke blessures.

Inspanningsfysioloog Raymond Verheijen (2009) ziet prestatiedruk als de achterliggende verklaring voor fenomenen als de groeistoornis en het geboortemaand effect. Hij beargumenteert dat, sinds de KNVB besloten heeft dat jeugdteams moeten presteren, er een andere manier van scouten is ontstaan. Hierdoor is er vaak sprake van een overtegenwoordiging van vaak grotere en sterkere jongens, die in het begin van het peiljaar geboren zijn. De jongere, gemiddeld kleinere spelers hebben hierdoor al hun energie nodig om mee te komen met de oudere jongens, wat uiteindelijk kan leiden tot een verminderde groei en een verhoogde kans op blessures.

§ 2.5 Coping met prestatiedruk

De talenten gaan op verschillende manieren om met de ervaren druk en zijn gevolgen. Op deze zogenaamde ‘copingstrategieën’ zal in deze paragraaf dieper ingegaan worden.

Pearlin en Schooler (1978) stellen dat *coping* verwijst naar gedrag dat mensen beschermt tegen psychologische schade door problematische sociale ervaringen. Dit gedrag bemiddelt het effect dat de maatschappij heeft op haar leden.

Verschillende onderzoeken hebben zich gericht op de copingstrategieën van de talenten die onderdeel zijn van een voetbalopleiding. Brettschneider (1999) beargumenteert in het *European Physical Education Review* dat de druk aan de ene kant voorkomt uit de objectieve eisen van bijvoorbeeld de voetbalopleiding en de school, maar dat de ervaren druk niet slechts de som van deze eisen is, maar ook de subjectieve evaluatie hiervan. Hoe er om wordt gegaan met de ervaren druk, verschilt dan ook per individu. Jonge atleten hebben zowel sociale als persoonlijke bronnen tot hun beschikking om te kunnen omgaan met deze druk. Onder sociale bronnen worden zowel de meer officiële kanalen binnen de opleiding bedoeld, als het eigen sociale netwerk. Persoonlijke bronnen zijn bijvoorbeeld het zelfbeeld, ambities, aspiraties en successen (Richartz & Brettschneider, 1996).

Aan de hand van onderzoek naar Engelse voetbalacademies heeft Sagar (2010) gekeken naar de copingstrategieën die de talenten aanspreken met betrekking tot faalangst. Hij vindt hierbij dat de talenten gebruik maken van een combinatie van de drie bekende copingstrategieën, te weten; emotion-focused (het reguleren van de emoties), avoidance-focused (het ontwijken van de stressvolle situatie) en problem-focused (het pogen de situatie te veranderen). Een voorbeeld van een emotion-focused strategie is bijvoorbeeld het praten met mensen uit de omgeving. Met problem-focused wordt een aanpak bedoeld die er op gericht is de situatie te verbeteren, voorbeelden hiervan zijn het verhogen van de inzet of de concentratie. Avoidance-focused strategieën richten zich op het ontwijken van een moeilijke situatie; bijvoorbeeld het ontkennen van een probleem. Reeves (2009) trok het iets breder en heeft gekeken naar verschillende opleidingsgerelateerde stressoren, waaronder prestatiedruk. Hij vond dat talenten in de leeftijd van 12-14 jaar, vooral gebruik maakten van problem- en avoidance-focused strategieën.

Holt en Dunn (2004) stellen dat het gebrek aan effectieve copingstijlen kan leiden tot ‘drop out’, doordat de talenten bezwijken aan de stress, tegenslag en/of prestatiedruk. Ook Lazarus (2000) herkent het belang van een goede copingstrategie; het ontbreken hiervan zou kunnen leiden tot een afname van het sportplezier en/of een vermindering van de prestaties.

Alles samengenomen is duidelijk geworden dat de druk om te presteren in de huidige samenleving steeds meer toeneemt. De topsport, en dus ook de professionele voetbalopleiding, is de plek bij uitstek waar deze druk duidelijk naar voren komt. Het competitie-aspect en de eis om enorme inspanningen te leveren met een relatief kleine kans op succes, zorgen ervoor dat de druk om te presteren binnen deze organisaties zeer hoog is. Niet alleen kan deze druk verschillende bronnen en gevolgen hebben voor deze talenten, maar zij beschikken ook over verschillende strategieën om met deze druk om te gaan.

§ 2.6 Interdisciplinariteit

Huidig onderzoek met betrekking tot prestatiedruk bij jonge, talentvolle sporters blijkt erg gefragmenteerd en afgebakend per discipline. De sociologie benadrukt vooral het achterliggende raamwerk van de facetten van de prestatimaatschappij en de oorzaken van de toenemende druk.

De pedagogiek en de fysiologie houden zich vooral bezig met de (negatieve) gevolgen van de prestatiedruk op de ontwikkeling van de talenten. Binnen de sportpsychologie ligt de focus echter vooral op optimale talentontwikkeling en op de strategieën die gebruikt worden om om te gaan met de prestatiedruk. Deze twee motieven; talentontwikkeling en welzijn van het kind, blijken vaak echter moeilijk met elkaar te verenigen en dit blijkt dan ook uit de verschillende zwaartepunten binnen de artikelen. Om echter tot een zo compleet mogelijk beeld te komen van wat deze prestatiedruk nu eigenlijk behelst, is het van belang de inzichten uit de verschillende disciplines te integreren. Dit zal gebeuren aan de hand van de ervaringen van de atleten zelf en voortbouwend op de inzichten uit alle genoemde disciplines. Alleen op deze manier kan er namelijk op een zo volledig mogelijke manier gekeken worden naar de oorzaken en de invloed van deze prestatiedruk.

3. Probleemstelling

§ 3.1 Doelstelling

Uit de literatuur blijkt dat ook binnen de topsport een meritocratische tendens bestaat en de druk om te presteren alleen maar groter wordt. Doordat zowel het niveau als de concurrentie blijven groeien, wordt het hiernaast steeds moeilijker om de top te bereiken. Op steeds jongere leeftijd wordt verwacht dat topsporters de juiste mentaliteit en trainingsintensiteit op

kunnen brengen (Van Bottenburg, 2009b). Deze intensiteit en specialisatie kunnen een grote impact hebben op het welzijn en het functioneren van deze jongens (Verheijen 2009; Hol & Wolfert, 2011; Wiersma, 2000). Ook binnen het jeugdvoetbal is deze prestatiedruk sterk aanwezig, zeker omdat uiteindelijk maar een zeer klein deel van deze talenten de top haalt (Elsevier, 2011).

Ondanks dat de prestatiedruk bijna overal benoemd wordt, is er weinig onderzoek dat dit proces echt uitvoerig belicht. Bestaande onderzoeken richten zich vooral op bepaalde aspecten van deze druk; in verschillende disciplines komen verschillende onderdelen van dit proces naar voren. Het ontbreekt hier echter aan een uitvoerig onderzoek naar de meningen en ervaringen van deze jongens zelf, waarbij aandacht wordt besteed aan de toenemende druk om te presteren en de onzekerheid die dit met zich meebrengt. Ook Van Bottenburg (2008) stelt dat door de consensus over de werkwijze en waarden van het topsportbeleid, kritische vragen over bijvoorbeeld de prestatiedruk, in Nederland nauwelijks meer gesteld worden. De doelstelling van dit onderzoek is dan ook om inzicht te krijgen in de ervaringen van deze jonge voetballers en te ontdekken in hoeverre zij beïnvloed worden door, en omgaan met deze prestatiedruk. Op deze manier kan er, voortbouwend op inzichten uit de verschillende disciplines, een duidelijker beeld ontstaan van het leven van deze talenten en de rol die de prestatiedruk hierin speelt.

§ 3.2 Vraagstelling

Het onderzoek naar de ervaringen van de jonge voetbaltalenten met betrekking tot prestatiedruk zal gebeuren aan de hand van de volgende onderzoeksvraag; *Hoe ervaren voetbaltalenten van 12-15 jaar het prestatiegerichte voetballen bij een RJO en hoe gaan ze hiermee om?* Er is voor deze case gekozen, omdat de voetbalopleidingen uiterst competitief ingestelde omgevingen zijn, waarbij de druk van trainers, coaches en ouders om te slagen erg groot is. De kans dat de jongens hiervan de consequenties ondervinden, wordt dan ook groot geacht. Hierbij zijn drie deelvragen geformuleerd die moeten leiden tot een zo goed mogelijke beantwoording van de onderzoeksvraag:

1. In hoeverre ervaren de jonge talenten prestatiedruk en waar komt deze vandaan? Uit de literatuur wordt duidelijk dat de prestatiedruk binnen de jeugdtopsport de laatste jaren alleen maar toeneemt (Van Bottenburg, 2009b). De sociale omgeving, bestaande uit de opleiding, de ouders en de school, kan een belangrijke veroorzaker zijn van druk, alsmede hierdoor beïnvloed worden (Buijserd, 2011; Buisman, 2004; Christensen & Sorensen, 2009; Keizer,

2006). Aan de hand van deze deelvraag zal getracht worden tot een beter inzicht te komen in hoeverre deze prestatiedruk zich voordoet, en waar deze vandaan komt. Hiernaast zal ook de invloed van de prestatiedruk op de sociale omgeving vanuit het perspectief van de jonge talenten bekeken worden.

2. In hoeverre ervaren de jonge talenten fysieke en/of mentale gevolgen van de prestatiedruk?

Uit de literatuur is gebleken dat het vaak intensieve programma bij een voetbalopleiding, en bij jeugdtopsport in het algemeen, gepaard gaat met grote onzekerheid en druk om te presteren, die van invloed kan zijn op zowel de mentale als fysieke gesteldheid van de talenten (Hol & Wolfert, 2011; Sagar, 2010; Verheijen, 2009). Deze tweede deelvraag heeft als doel te ontdekken in welke mate de jongens de gevolgen van deze prestatiedruk ondervinden.

3. Welke coping-strategieën hanteren de jonge talenten om te kunnen omgaan met de ervaren prestatiedruk?

Uit de literatuur wordt verder duidelijk dat jonge talenten kiezen voor bepaalde coping-strategieën als ze met de druk en de daaruitvloeiende faalangst geconfronteerd worden (Reeves et. al, 2009; Richartz and Brettschneider, 1996; Sagar, 2010). Binnen deze deelvraag zal gekeken worden in hoeverre de talenten gebruik maken van deze strategieën.

§ 3.3 Maatschappelijke en wetenschappelijke relevantie

Zowel binnen het jeugdvoetbal, als in de rest van de maatschappij, lijkt de druk om te presteren alleen maar toe te nemen. Doordat er zoveel aandacht wordt besteed aan talent en verdiensten, zou dit voor diegenen die het niet redden een negatieve invloed kunnen hebben op het zelfrespect en de eigenwaarde. Om zowel op kleine als grote schaal beter om te kunnen gaan met deze bijwerkingen van de prestatimaatschappij, is het daarom van groot belang een inzicht te krijgen in deze processen. Het onderzoeken van de toenemende druk bij jeugdvoetballers, is verder van belang om de negatieve effecten op de ontwikkeling van deze jongens bloot te leggen. Doordat winnen nog vaak voorop staat, kan topsport op jonge leeftijd soms grote ongunstige consequenties hebben. Hiernaast kan, door een goed inzicht te verkrijgen in de ervaringen van de talenten, ook de kwaliteit van de RJO's wellicht verhoogd worden.

Zoals eerder benoemd, richt een groot deel van het bestaand onderzoek zich vooral op verschillende deelaspecten van prestatiedruk, zonder dat er gekeken wordt naar het complete

plaatje. Hiernaast komen in deze onderzoeken vaker experts uit verschillende disciplines aan het woord, dan dat er daadwerkelijk wordt gekeken naar de ervaringen van de talenten zelf. Ondanks dat er al veel geschreven is over sport en de rol die presteren hierin speelt, is dit onderzoek dus toch een relevante uitbreiding van dit debat. Weinig bestaand onderzoek belicht namelijk de koppeling tussen de prestatie maatschappij en de complexe invloed die dit heeft op het leven van jonge topsporters, vanuit een interdisciplinair kader.

4. Method

§ 4.1 Onderzoeksstrategie

Het onderzoek wordt vormgegeven aan de hand van enkele methodologische overwegingen. Ten eerste wordt binnen het onderzoek gebruik gemaakt van een mix van deductieve en inductieve theorievorming. Aan de hand van de theorieën in het theoretisch kader worden concepten en indicatoren bepaald, die op hun beurt de onderzoeksvragen en de dataverzameling vormgeven. De verzamelde data kunnen uiteindelijk gebruikt worden om wellicht tot nieuwe, interdisciplinaire theorieën en concepten te komen (Bryman, 2008). Het onderzoek gaat uit van de interpretatieve epistemologie; er is sprake van een fundamenteel verschil tussen de objecten van de natuur- en de sociale wetenschappen en binnen het onderzoek ligt de nadruk dan ook op de subjectieve betekenis van sociale actie (Bryman, 2008).

Hierbij wordt tevens uitgegaan van een constructivistische ontologie; sociale fenomenen en hun betekenissen worden telkens opnieuw geconstrueerd door sociale actoren in interactie (Bryman, 2008). Ook de realiteit van de talenten en de betekenis die zij hieraan geven verandert constant; de betekenis die de jonge talenten geven aan hun realiteit staat dan ook centraal en het onderzoek is er op gericht hun gedrag en gedachten te begrijpen. Mede vanuit deze overwegingen is uiteindelijk gekozen voor een kwalitatieve onderzoeksstrategie; de sociale wereld zal zoveel mogelijk bekeken worden door de ogen van de respondenten.

§ 4.2 Onderzoeksdesign

Wat betreft onderzoeksdesign is er gekozen voor een case-study; een gedetailleerde en intensieve analyse van een bepaalde case, in dit geval de groep 12-15 jarige talenten die bij een RJO voetballen. Door de keuze voor dit design is er de mogelijkheid om echt diep in te

gaan op de gekozen case, en daardoor tot concrete, praktische en contextafhankelijke informatie te komen (Flyvbjerg, 2007). Hierbij moet wel aangemerkt worden dat de externe validiteit van deze benadering niet erg hoog is. Echter, er kan worden beargumenteerd dat de situaties en het beleid van de verschillende RJO's in Nederland waarschijnlijk niet in grote mate verschillen.

§ 4.3 Onderzoeksmethoden

De dataverzameling zal plaatsvinden aan de hand van semi-gestructureerde interviews met de jonge talenten, om zo inzicht te krijgen in hun ervaringen en gedachten. De keuze voor semi-gestructureerde interviews is gebaseerd op het feit dat er op deze manier verschillende specifieke onderwerpen naar voren kunnen worden gebracht, terwijl de respondenten wel de mogelijkheid hebben om uit te weiden over voor hen belangrijke onderwerpen (Bryman, 2008). Hiernaast bestaat er de mogelijkheid om één of meerdere focusgroepen te houden, waarin de jonge talenten misschien tot nieuwe inzichten komen, of zaken durven aan te stippen die in de één op één interviews niet naar voren kwamen (Bryman, 2008).

Doordat het binnen het onderzoek gaat om 12 tot 15-jarige kinderen, zijn er een aantal zaken waar tijdens de dataverzameling op gelet moet worden. Ten eerste is het van belang niet dominant over te komen; de jongens kunnen daardoor geneigd zijn het 'juiste' antwoord te geven, in plaats van hun eigen mening. Hiernaast kunnen/moeten in sommige gevallen zowel de vragen als de omgeving op de jongens afgestemd worden, zodat ze zich beter op hun gemak voelen. Om deze reden kan er eventueel ook gekozen worden voor duo-interviews (EGG, 2011). Hierbij moet echter wel aangemerkt worden dat de respondenten binnen deze duo-interviews misschien door elkaar beïnvloed worden, en/of eerder geneigd zijn sociaal-wenselijk te antwoorden.

§ 4.4 Respondenten

De respondentengroep bestaat uit 12 tot 15-jarige talenten die bij een RJO voetballen, of eventueel gevoetbald hebben. Omdat de talenten vanaf hun 16^e jaar vaak kans hebben op een (tijdelijk) contract, valt de onzekerheid van het halfjaarlijkse beoordelingsgesprek in zekere mate weg. Ook de overgang van de basis- naar de middelbare school speelt binnen deze groep nog een belangrijke en wellicht interessante rol. Naast de kinderen zelf, kunnen ook ouders en trainers geïnterviewd worden, om zo tot een nog completer beeld van de case te komen. Er wordt hierbij gestreefd om in ieder geval tot ongeveer 12 diepte-interviews met de jongens

zelf te komen. Op basis van de informatie die verkregen is uit de interviews, kan er besloten worden nog enkele focus-groups uit te voeren.

De respondentenwerving zal waarschijnlijk vooral plaatsvinden aan de hand van snowballsampling. Deze samplingmethode ligt het meest voor de hand, omdat het een relatief kleine, en moeilijk bereikbare groep betreft. (Bryman, 2008) Vooral via vrijwilligerswerk bij een voetbalvereniging, heb ik echter connecties met een aantal jongens die nu bij een RJO voetballen of gevoetbald hebben. Deze jongens kunnen dienen als gatekeeper en er zal via hen geprobeerd worden tot verdere toegang van de onderzoeksgroep te komen.

§ 4.5 Ethische verantwoording

Omdat het binnen dit onderzoek gaat over kinderen van tien tot vijftien jaar, is het nodig om de toestemming van ouders te verkrijgen, voordat aan de dataverzameling begonnen kan worden. Zowel naar de ouders als naar het kind toe zal hierbij een duidelijk beeld geschetst worden van de inhoud van het onderzoek. Hiernaast bestaat er een kans dat de ondervraagden misschien het gevoel hebben dat deelname aan het onderzoek nadelige gevolgen zal hebben voor de rest van hun opleiding. Er is echter wettelijk vastgelegd dat onderzoek een kind nooit schade mag berokkenen (ESOMAR, 2009). Deelname aan het onderzoek zal, mede om deze redenen, dan ook volledig anoniem zijn. Doordat het onderzoek zich tevens richt op eventuele schadelijke mentale en fysieke gevolgen, moet er op gelet worden dat bepaalde personen zich niet 'beschuldigd' voelen. Er zal dan ook zeer voorzichtig om moeten worden gegaan met dit onderdeel en er zal gepoogd worden zo een objectief mogelijke positie in te nemen.

§ 4.6 Operationalisering

Als concepten zijn de verschillende onderdelen van de prestatiedruk genomen, die naar voren zijn gekomen uit het theoretisch kader, te weten; bronnen, gevolgen en coping.

Prestatiedruk wordt hierbij gedefinieerd als een factor of een combinatie van factoren die het belang om goed te presteren in een bepaalde situatie doet toenemen (Baumeister, 1984).

Het concept bronnen van prestatiedruk bestaat uit drie dimensies, namelijk de club, de ouders en de combinatie van school en voetbal. Druk vanuit de opleiding kan voortkomen uit een nadruk op winnen en prestaties, en de grote concurrentie en het bijbehorende selectieproces. Het constante presteren op zowel het voetbalveld, als op school, zou kunnen leiden tot druk en/of geringe vrije tijd. Ouders kunnen een bron van druk zijn doordat de talenten het gevoel hebben bepaalde investeringen terug te moeten betalen, of doordat de ouders zelf erg hoge

verwachtingen hebben. De gevolgen van prestatiedruk zijn ingedeeld in een mentale en een fysieke dimensie. Op het fysieke vlak wordt hierbij gekeken naar zaken als vermoeidheid en overbelasting. Het mentale deel richt zich vooral op processen van onzekerheid, faalangst en stress. Bij het *copen* met prestatiedruk, wordt zowel gekeken naar de sociale, als de individuele bronnen waar de respondenten zich tot kunnen wenden. Hierbij ligt de nadruk op problem-focused, emotion-focused en avoidance-focused copingstrategieën

Concept	Dimensie	Indicator
<i>Bronnen van prestatiedruk</i>	Club	Nadruk op winnen/prestaties Concurrentie/selectieproces
	Ouders	Verwachtingen Investerings
	School	Balans school/voetbal Vrije tijd
<i>Gevolgen van prestatiedruk</i>	Fysiek	Overbelasting (vermoeidheid, blessures, groeiproblemen)
	Mentaal	Fear of Failure Onzekerheid Stress Verlies eigenwaarde, zelfrespect Choking
<i>Coping met prestatiedruk</i>	Personal & Social Resources	Problem-focused strategy Avoidance-focused strategy Emotion-focused strategy Steun opleiding Steun persoonlijke netwerk

§ 4.7 Data-analyse/verwerking

De transcripties van de interviews en de focusgroep zullen met behulp van het programma MAXQDA worden gecodeerd en geanalyseerd. Deze codering zal een open karakter hebben; fragmenten van transcripten van de interviews zullen gemarkeerd en gelabeld worden. De betekenis die de jonge voetballers geven aan hun realiteit staat dan ook centraal, en het onderzoek is erop gericht hun gedrag en gedachten te begrijpen. Tijdens dit proces zal er interpretatief te werk gegaan worden, en zal er tevens extra aandacht besteed worden aan wat er tussen de regels door wordt gezegd.

5. Resultaten

§ 5.1 Onderzoeksproces

Zoals verwacht, lag het zwaartepunt van de interviews die gehouden zijn voor dit onderzoek in Noord-Holland, waarbij gesproken is met twaalf talenten van drie verschillende RJO's. Hierbij ging het om acht gewone interviews, en twee duo-interviews. Bij de semi-gestructureerde interviews is gebruik gemaakt van een interviewschema, die de leidraad vormde voor het gesprek. Het kortste interview duurde 15 minuten, en de langste 34. De gemiddelde duur van de interviews was 25 minuten. Via mijn eigen netwerk en met de hulp van andere persoonlijke contacten zijn de jongens benaderd. Het grootste deel van de talenten was gelijk positief, maar twee respondenten zeiden niet zeker te weten of het 'mocht van de club'. Toen echter de doelstelling van het onderzoek duidelijk werd, en doordat de anonimiteit van de respondenten geïmagineerd kon worden, kregen zij alsnog toestemming van hun ouders.

De sfeer tijdens de interviews was over het algemeen erg goed, en de jongens bleken zowel enthousiast te kunnen vertellen over de positieve ervaringen, als goed te kunnen reflecteren op de wat moeilijkere onderwerpen. Tijdens de interviews is er, bewust, dan wel onbewust, gekozen om mee te gaan in de manier van praten van de talenten, om ze op deze manier meer op hun gemak te laten voelen.

Om een beter beeld te krijgen van de respondenten, en hun motivaties en ervaringen beter te begrijpen, zullen ze hieronder kort voorgesteld worden. In alle gevallen is er gebruik gemaakt van pseudoniemen, zodat de anonimiteit van de respondenten gewaarborgd kan worden.

Mats en Ruben, beiden 13 jaar, zitten allebei in de havo-brugklas van een LOOT-school. Mats zit al drie jaar bij een RJO, en Ruben twee jaar. Ruben heeft, mede door zijn geringe lengte, een lastig seizoen gehad. Mats woont bij zijn moeder, maar zijn vader is degene die het meest aanwezig is bij wedstrijden. Sven is 15 jaar, en voetbalt al vier jaar bij een RJO. Hij heeft door een blessure een groot deel van het huidige seizoen gemist, maar is wel 'door' naar volgend jaar. Ook hij zit op een LOOT-school, in de derde klas van het vwo. Joshua (14) voetbalt al zes seizoenen bij een RJO. Hij is naar eigen zeggen 'erg relaxt' en maakt zich niet zo snel druk. Hij zit op het vmbo van een 'gewone' school. Dylan (15) is na vijf jaar weggestuurd bij zijn eerste RJO, maar is hierna gelijk overgenomen door zijn huidige club, waar hij dit seizoen goed gepresteerd heeft. Jordi (14) heeft naar eigen zeggen een slecht seizoen gehad, maar is totaal onverwacht toch door naar volgend jaar. Hij is naar eigen

zeggen een ‘erg gevoelige jongen’, en heeft dus ook een vrij moeilijk jaar gehad. Hij voetbalt al vier jaar bij een RJO. Zowel Dylan als Jordi zitten op het vmbo van een LOOT-School. Kevin is een keeper van 14 jaar, die inmiddels twee seizoenen bij een RJO voetbalt. Ook hij zit op een LOOT-school, in de tweede klas van de havo. Door het overlijden van zijn moeder in de zomervakantie, is zijn vader nu zijn grootste steun en toeverlaat. Mark is 13 en voetbalt al drie jaar bij een RJO. Mede door zijn geringe lengte en niet zo een beste relatie met zijn trainer, heeft hij niet zo’n goed seizoen gehad. Ook hij is echter wel door naar volgend jaar. Melvin is 13 jaar en zit op de havo. Hij begint volgend jaar aan zijn derde seizoen bij een RJO. Hij heeft een zeer goede relatie met zijn broer, met wie hij veel over voetbal praat. Kadir en Bas zijn beiden 12 jaar en zitten op een ‘gewone’ vmbo-school. Bas, die ondertussen twee jaar bij een RJO voetbalt, heeft naar eigen zeggen flink wat moeite met school, mede doordat er niet veel mensen zijn die hem hiermee kunnen helpen. Kadir speelt sinds een jaar bij een RJO. Hij heeft een grote familie, en een groot deel van het gezinsleven is ingesteld op zijn voetbalcarrière. De laatste respondent waarmee gesproken is, is Milan. Milan is 14 jaar, doet havo op een LOOT-school, en speelt volgend jaar zijn vijfde seizoen bij een RJO. Hiernaast heeft hij ook meerdere jaren in de selectieteams van de KNVB gespeeld.

Aan de hand de informatie die is verkregen uit de interviews met deze 12 respondenten, zal er in de volgende paragraaf getracht worden een zo volledig mogelijk antwoord op de drie deelvragen te formuleren.

§ 5.2 Resultaten

Uit de literatuur is gebleken dat jonge topsporters vanuit verschillende hoeken druk kunnen ervaren om te presteren. De bronnen die hierbij het meest naar voren kwamen, waren de voetbalopleiding zelf, de combinatie tussen school en voetbal, en de ouders. In de volgende paragrafen zal dieper worden ingegaan op deze bronnen. Direct na elke afzonderlijke bron van prestatiedruk zullen de gevolgen en de manieren waarop de talenten hiermee omgaan uitgelicht worden, zodat op deze manier het geheel wat overzichtelijker wordt.

§ 5.2.1 Prestatiedruk vanuit de opleiding

Uit de literatuur is gebleken dat de RJO zelf op verschillende manieren een bron van prestatiedruk kan vormen. Zeven van de twaalf respondenten gaven aan deze druk op de één of andere manier te herkennen.

Kevin (14): *Ik denk weetje, der ligt gewoon meer druk op, kijk als je bij een amateurcluppie speelt, dan is het gewoon veel relaxter, je bent er gewoon minder mee bezig..*
...je kan effe rustig aan doen soms.. Jaa, je hebt ook, je kan toch nooit echt weggestuurd worden daaro.. En kijk als ik bij (vorige amateurclub) zou zitten.. zou ik ook wel in de selectie zitten, maarja, die hebben ook veel kleinere selectie natuurlijk.. twee wissels ofzo. En bij ons is het gewoon soms, wij zijn met z'n 17en, dat mensen soms al na twee minuten gewisseld worden ofzo; 'jij hebt geen zin, nou dan ga je toch lekker douchen'.. en ik denk gewoon dat dat bij een amateurclub niet zo snel zal gebeuren.'

Met betrekking tot druk vanuit de opleiding zelf kwamen twee oorzaken duidelijk naar voren. Ten eerste, zoals Kevin hierboven aangeeft, het selectieproces; de grote concurrentie en het feit dat de jongens in principe altijd weggestuurd kunnen worden. Vooral voor diegenen die om uiteenlopende redenen (blessures, geen goede band met de trainer) niet zo'n goed seizoen draaien en/of weinig speeltijd hebben, speelt deze angst wel degelijk een rol. Ook Jordi (14) ziet deze tweedeling; op de vraag of hij erg bezig is met het halfjaarlijkse gesprek, antwoordde hij: *'Ja ligt er een beetje aan, als het niet goed gaat dan voel je voornamelijk druk. Maar als het goed gaat niet echt.'*

Toch geeft ook een groot deel van de jongens aan dat zij niet echt bezig zijn met het selectieproces. Dit zou kunnen komen door de de duidelijke opzet van de twee POP-gesprekken (gesprek over de individuele ontwikkeling). Mocht er bij het eerste gesprek aangegeven worden dat men op het goede pad zit, moet er op deze manier doorgegaan worden. Wordt er echter aangegeven dat het beter moet, hebben de voetballers nog een halfjaar de kans om er alles aan te doen. De mogelijkheid bestaat echter wel dat er bepaalde stagespelers worden aangetrokken, die, mochten ze op de positie van de jongen in kwestie staan, de druk alleen nog maar kunnen verhogen. Joshua (15) verwoordt dit: *'Ik ben er niet zenuwachtig voor, omdat het of heel goed is of heel slecht .. En als het goed is moet je die lijn doortrekken als het slecht is heb je nog genoeg dingen om aan te werken.'* Ook Kevin is het hier mee eens, maar hij herkent ook de rol die stagespelers kunnen spelen:

Kevin (14): *'Nou je krijgt in de winterstop gewoon een gesprek, en eeh, als je je niet genoeg ontwikkelt dan zeggen ze dat, en dan moet het gewoon beter. En dan komen er op een gegeven moment gewoon stagespeler ...en helemaal als ze op jou positie staan natuurlijk..en je net een gesprek heb gehad. (dan moet je flink aan de bak) Maar je kan 't eigenlijk ook wel merken*

als je gewoon vaak bank zit, vaak wissel.. dan weet je het wel een beetje natuurlijk. Dan MOET je gewoon knallen, en hopen dat het genoeg is.'

Dus, ook al is het beleid volgens veel van de talenten duidelijk en doorzichtig, is de mogelijkheid om weggestuurd te worden voor een deel van de jongens wel degelijk een oorzaak van druk. Echter, de grote concurrentie is voor de jongens, naast een bron van druk, ook een manier om dit te relativiseren. Op deze coping-strategie zal verderop in de paragraaf dieper ingegaan worden.

Een andere bron van druk vanuit de opleiding is het belang dat wordt gehecht aan resultaten halen. Over de vraag of individuele ontwikkeling of resultaten voorop stonden, waren de jongens echter vrij verdeeld. Alhoewel vanuit de club vaak aangegeven wordt dat individuele ontwikkeling voorop staat, blijkt dat het halen van resultaten in sommige gevallen toch ook wel erg belangrijk is, en dat het selectie- en wisselbeleid hier in sommige gevallen ook op wordt afgestemd.

Ook hier geldt echter weer dat deze druk vooral geldt voor diegene die minder presteren. Doordat resultaten soms voorop worden gesteld, hebben bepaalde spelers het gevoel minder speeltijd te krijgen. De bekendmaking van de opstelling, vaak op donderdag of vrijdag, kan voor de jongens dan ook een belangrijk moment zijn. Als je niet zeker bent van je plek, kan het namelijk voorkomen dat je of niet speelt, of op een andere positie terechtkomt. Er wordt echter wel verwacht dat je dit accepteert, en dat je, ook als je op een andere positie staat, gewoon presteert. Kevin, die zelf als keeper redelijk zeker is van zijn plek, verwoordt dit als volgt:

Kevin (14): 'Ja eeh, we hebben gewoon dit jaar dat ongeveer alle plekken wel dubbel bezet zijn zegmaar, soms wel driedubbel, dus naja weetje, dan ga je op een gegeven moment gewoon heel vaak schuiven met spelers, en ik heb daar gelukkig nooit last van...Maarja dat lijkt me als speler dus echt wel lastig, want soms speel je niet, of op een andere plek ofzo, en dan moet je het maar wel gewoon goed doen'.

Alhoewel de focus op resultaten dus voor sommige jongens wel degelijk een bron van druk kan zijn, is deze focus voor een groot deel van de jongens vanzelfsprekend; op de vraag of altijd zo goed mogelijk presteren niet zwaar is, antwoordt Mats (13): *'Nouja dat weetje, anders moet je niet ervoor kiezen om voor (de RJO) te gaan voetballen, iedereen wilt winnen toch.'* Zonder hier echt stellige uitspraken over te doen, zou dit wellicht gezien kunnen

worden als een vorm van geïnternaliseerde en/of persoonlijke druk.; deze vorm van druk zal verderop in het hoofdstuk nog verder behandeld worden.

Gevolgen

Uit de gesprekken met de talenten is gebleken dat de druk die afkomstig is van de club zelf, vooral gevolgen heeft voor de mentale gesteldheid van de jongens. Een gevoel van ontbrekend vertrouwen, veel wissel staan of simpelweg een mindere vorm, kunnen voor grote onzekerheid zorgen. Ook faalangst kan een gevolg zijn van de hoge verwachtingen en druk om constant te presteren. Hierbij overheerst het gevoel dat elk foutje ervoor kan zorgen dat de speler in kwestie weggestuurd wordt. Angst om weggestuurd te worden kwam in drie van de twaalf gesprekken naar voren. Dylan (15) werd na 6 jaar weggestuurd bij zijn eerste RJO, hij vertelt wat voor effect dit op hem had: *‘Ja moeilijk natuurlijk.. je begint een beetje aan jezelf te twijfelen enzo, en ik vond het jammer want speelde er toch 6 jaar. Maar is beter geweest zo.’* Jordi vertelt hoe hij zich voelde in de periode waarin hij met een vormcrisis kampte, en moeite had om aan de verwachtingen te voldoen:

Jordi (14) : *‘Beetje kut om het zomaar te zeggen maar eeh, niet goed in ieder geval, veel onzekerheid, heel veel.. Maar eeh, ben sowieso een heel gevoelige jongen dus, kon er moeilijk mee omgaan... Bang om wat fout te doen en dat soort dingen.’*

Op de vraag waar deze angst vandaan kwam, antwoordde Jordi: *‘Nou je bent gewoon bang dat alles wat niet goed gaat ervoor zorgt dat ze zeggen; het is mooi geweest.’*

Een aantal van de jongens heeft aangegeven dat ze tijdens het seizoen last hebben gehad van blessures. Hier is echter verder niet op ingegaan, en dus kan het verband met prestatiedruk niet zomaar gelegd worden. Twee van de talenten gaven aan een stuk kleiner te zijn dan de rest, en het hierdoor op sommige momenten erg zwaar te hebben. Ruben (13), die wat kleiner is dan zijn teamgenoten, vertelt: *‘Ja weet ik veel.. dat ik soms gewoon een beetje twijfel of ik wel goed genoeg ben.. maar, iedereen zegt toch dat ik uiteindelijk wel ga groeien haha, dus daar hopen we dan maar op.’*

Het merendeel van de spelers geeft echter aan totaal geen gevolgen te ondervinden van deze druk, als zij deze al als zodanig ervaren. Hierbij speelt het argument ‘dat het er allemaal bij hoort’ en het vrij vanzelfsprekend is, een grote rol. Op dit argument zal verder in dit hoofdstuk nog dieper ingegaan worden.

Coping

Er zijn verschillende manieren te herkennen waarop de talenten omgaan met deze druk en zijn gevolgen. Coping bleek in vele gevallen een aspect waar de jongens niet echt actief mee bezig waren; een aantal keer moest duidelijk aangegeven wat hiermee bedoeld werd. Met betrekking tot de druk uit de opleiding, kwamen een aantal mechanismen naar voren. De strategie die duidelijk het meest gebruikt werd, was je best blijven doen, en hard trainen. Deze individuele, problem-focused strategie komt ook naar voren uit de woorden van Mark (14), die vertelt over zijn moeilijke seizoen: *'Ik blijf gewoon hard trainen zoals ik altijd doe, volgend jaar weer nieuwe kansen!'*

Een andere tactiek, die door een aantal van de jongens werd toegepast, was het praten met mensen om hen heen, vooral ouders en/of trainers. Deze emotion-focused strategie werd vaak toegepast in combinatie met het harde trainen. Jordi vertelt hoe hij omgaat met prestatiedruk en de bijbehorende zenuwen: *'Ooh zo, eeh ja je praat wel meer met trainers en met mensen om je heen. En gewoon nog harder je best doen op trainen.'*

Zoals al eerder naar voren gebracht, is ook relativering een manier om om te gaan met de druk vanuit de opleiding. Doordat er zoveel goede jongens rondlopen, beseft een groot deel van de talenten dat de kans dat zij uiteindelijk degenen zijn die het halen, eigenlijk vrij klein is. Deze 'meer dan je best kan je niet doen – benadering' is in een vier van de interviews naar voren gekomen. Zo zegt Sven (15): *'er lopen zoveel goeie jongens, dus je weet het toch nooit zeker, maar je kan wel altijd je best doen.'* Ook Kevin herkent deze relatief kleine slagingskans, al geeft hij wel aan dat dit misschien minder wordt als je in hogere teams terecht komt; *'Ja.. maar daar ben je niet echt mee bezig denk, de kans is gewoon heel groot dat je het niet haalt. Ik denk dat als je in de latere teams komt, dat je der dan wel echt een beetje over gaat nadenken'*.

Met betrekking tot druk vanuit de voetbalopleiding zelf, kunnen we concluderen dat een deel van de jongens hier last van heeft. Dit heeft voor het grootste deel te maken met de nadruk op resultaten en de grote concurrentie/het selectieproces. Deze grote concurrentie kan echter ook als relativering dienen. In overeenstemming met het onderzoek van Sagar (2010) zijn onzekerheid en faalangst de gevolgen die het meest duidelijk naar voren komen. Om met deze druk om te gaan, werd er vooral gepraat met mensen in de omgeving en/of hard(er) getraind. Deze emotion- en problem- focused strategieën kwamen het duidelijkst naar voren, terwijl een avoidance-gerichte aanpak nauwelijks genoemd werd (Sagar, 2010; Reeves, 2009).

Naast de belangrijke rol die voetbal speelt in het leven van de talenten, is het echter ook belangrijk dat ze het goed doen op school. In de volgende paragraaf zal dan ook ingegaan worden op de druk die het combineren van school en voetbal met zich meebrengt.

§ 5.2.2 Combinatie school/voetbal

Een tweede bron van druk die uit de literatuur naar voren komt, is het combineren van de school- en de voetbalverplichtingen (Christensen & Sorensen, 2009). Alhoewel er, zowel op de LOOT-scholen als op de gewone scholen, getracht wordt voetbal en onderwijs op elkaar af te stemmen, wordt er wel van de jongens verwacht dat ze zowel op school als op het voetbalveld inzet tonen en resultaten halen. Op de vraag of er vanuit de omgeving veel belang wordt gehecht aan school, antwoordt Kevin (14): *‘Ja, ja zeker! Maar das ook gewoon op een LOOT-school, bij alle sporten trouwens.. als je gewoon, voor engels bijvoorbeeld een 3 staat, dan mag je niet trainen.. als engels tijdens je trainingstijd valt, ja dan moet je gewoon engels volgen.’* Over het belang van school zijn ook de talenten zelf het over het algemeen wel eens, al zijn er wel kleine nuanceverschillen te ontdekken. Omdat het grootste deel van de jongens beseft dat de kans dat ze uiteindelijk profvoetballer worden vrij klein is, benadrukken ze dat het belangrijk is je diploma te halen. Ook Bas (12), die het naar eigen zeggen vrij lastig heeft op school, beaamt dit: *‘Nou gewoon, ik ben gewoon niet zo slim denk ik sowieso.. en ik vind andere dingen gewoon veel leuker.. zoals voetbal, maarja het is wel gewoon belangrijk dat je het haalt uiteindelijk.. Ja, je moet toch een back-up hebben.’* Zowel door de omgeving, als door de jongens zelf wordt het belang van school dus duidelijk benadrukt. Toch blijft het voetbalgedeelte voor veel van de jongens nog wel de boventoon voeren. Zo vertelt Mats (13) dat hij het toch vooral op het voetbalveld goed wilt doen. *‘Ja.. school is wel belangrijk hoor, maar je bent toch iets meer gericht op het voetbal.’*

Het combineren van school en voetbal zorgt ervoor dat de jongens bijna elke dag een zeer druk schema hebben. Voor velen bestaat een doordeweekse dag uit trainen, school en huiswerk. Een bijkomend tijdrovend aspect is het feit dat sommige jongens op een aardige afstand van de RJO wonen, en dus flink wat reistijd hebben. Vooral in bepaalde periodes, zoals toetsweken, of na zware toernooien in het buitenland, kan dit schema nog zwaarder zijn. Twee van de jongens gaven hierbij aan dat ook de overgang van de basisschool van de brugklas dit proces eventueel nog zwaarder kon maken. Doordat de jongens soms moeten wennen aan een nieuwe school, nieuwe vrienden en weinig vrije tijd, en er hiernaast ook nog verwacht wordt dat ze het én op school, én op het voetbalveld goed doen, kan dit een periode

zijn waarin de jongens onder druk staan. Zo zegt brugklasser Ruben (13) : *'Ja.. En ik vond het in het begin sowieso wel lastig.. want je gaat toch naar een hele nieuwe school, en je hebt opeens echt veel huiswerk en toetsen enzo.. dus dat was best vermoeiend soms haha.'*

Gevolgen

Zoals hiervoor aangegeven, is één van de grootste gevolgen van de druk die het presteren op school en op het voetbalveld met zich meebrengt, de weinige vrije tijd. De levens van de talenten bestaan voor het grootste deel uit trainen, school en wedstrijden. Dit drukke schema kan leiden tot lichamelijke klachten, waarvan de meest voor de hand liggende vermoeidheid is. Zoals eerder beschreven, komt deze vermoeidheid vooral tijdens bepaalde, drukke periodes naar voren.

Jordi (15): *'Nou veel vrije tijd heb je niet , maar je hebt wel genoeg tijd om alles te doen. En soms heb je wel van die dagen dat je helemaal kapot ben.'*

In een enkel geval zijn echter ook andere klachten naar voren gekomen. Dylan (15) vertelt: *'Omdat ik in het begin van het seizoen helemaal niet goed in me vel zat, gewoon zo druk met alles, had vaak migraine, kotsen en speelde niet lekker.'*

Naast deze lichamelijke consequenties, heeft het drukke schema ook invloed op de mentale gesteldheid van een deel van de jongens. Ook hier kwamen termen als vermoeidheid, stress en 'er klaar mee zijn' meerdere malen naar voren. Doordat de boog constant gespannen staat, danwel op school, danwel op het voetbalveld, is er weinig tijd om te ontspannen of om andere dingen te ondernemen. Op de vraag of hij er nooit eens goed klaar mee is, antwoordt Kevin (14): *'Ja, wel! In de zomer.. Weetje, je traint 5x in de week.. en dan heeft iedereen vakantie, en dan moet je nog gewoon vroeg je bed uit.. Je hebt maar een paar weken dat je echt niks hebt, en dan geef ik echt effe helemaal niks om voetbal [Licht].'*

Coping

De jongens blijken verschillende tactieken te hebben om te gaan met deze weinige vrije tijd, en de druk om zowel op het veld als in het klaslokaal te presteren. Ook hierbij hebben de jongens een hele praktische instelling, die er vooral op gericht is het probleem op te lossen; het hoort er nu eenmaal bij, dus moet je op sommige momenten gewoon even flink je best doen. Een goede planning kan hierbij een goed en stressverlichtend hulpmiddel zijn. In

sommige gevallen speelt ook hulp van de ouders bij zaken als huiswerk en overhoren een belangrijke rol.

Concluderend kan worden gesteld dat de combinatie tussen presteren op het voetbalveld en presteren in de klas voor een groot deel van de jongens een zware aangelegenheid blijkt. Het grootste, nadelige gevolg hiervan is de weinige vrije tijd, waardoor de jongens soms zowel lichamelijk, als geestelijk vermoeid zijn. Toch blijken zij hier op een heel volwassen en praktische manier mee om te gaan, waarbij ook hulp van de ouders een belangrijke rol speelt. De emotion-focused strategie blijkt met betrekking tot de combinatie tussen school en voetbal dus een belangrijke rol te spelen, maar de problem-focused strategie; het direct aanpakken van 'het probleem', blijkt voor veel van de jongens de meestgekozen oplossing (Sagar, 2010; Reeves, 2009).

Naast de druk vanuit de club zelf, en die verbonden met de combinatie van school en voetbal, kunnen ook de hoge verwachtingen van ouders een grote invloed hebben op het welzijn en de prestaties van de talenten. Op dit aspect zal dan ook in de volgende paragraaf dieper ingegaan worden.

§ 5.2.3 Druk vanuit ouders

Misschien wel de meest genoemde bron van prestatiedruk bij jonge, talentvolle sporters, zijn de eigen ouders. Zij hebben ofwel erg hoge verwachtingen, of de kinderen hebben het gevoel dat ze wel moeten presteren, omdat hun ouders zoveel voor ze hebben opgegeven. Uit de gesprekken is echter naar voren gekomen dat de druk van de ouders bij het grootste deel van de talenten niet aanwezig is, of niet als zodanig ervaren wordt. Slechts drie van de twaalf respondenten herkenden zich hierin. Volgens het gros van de talenten hebben hun ouders vaak juist een ondersteunende en begeleidende rol, maar zien de talenten deze steun over het algemeen niet als iets wat ze 'terug moeten betalen'. Sven (15) zegt: *'Ik moet altijd vroeg op en die (z'n ouders) staan altijd op voor me voor ontbijt enzo, en ze komen vaak kijken.'* Kevin (14) vertelt over de rol die zijn vader speelt na het overlijden van zijn moeder: *'En hij helpt me ook wel echt veel met huiswerk enzo.. zeker na deze zomer natuurlijk.. En soms haalt ie me op van school, dus dat is ook wel chill.'* Alleen Kadir (12) merkt op dat de vele investeringen die zijn ouders doen wel degelijk zorgt voor een bepaalde extra druk; *'Nou gewoon.. dat ik het ook voor hen gewoon goed moet doen. Ze steken er zoveel tijd in, vooral m'n pa.. en zelfs m'n broertjes en zusje passen zich gewoon aan enzo, dus ja, dan wil je het niet verkloten zegmaar.'*

Hiernaast valt ook op dat de jongens hoge verwachtingen van ouders meer bij andere jongens herkennen dan bij henzelf. Vijf van de twaalf jongens hebben erop gewezen dat ‘andere ouders’ er op een heel andere manier mee omgaan dan hun eigen ouders. Sommige ouders (vooral vaders) zijn volgens de jongens overmatig betrokken bij de prestaties van hun kinderen; duidelijk aanwezig en belangrijk zijn in wedstrijden is voor een deel van de ouders van groot belang. Dit ‘belangrijk zijn’ heeft vooral betrekking op het behaalde rendement in een wedstrijd; goals, assists en geslaagde acties zijn hiervoor een goede graadmeter. Dit wordt soms dan ook duidelijk verteld aan de jongens:

Jordi (15):’ *Wat ik wel veel merk, is dat mensen gewoon zoveel, echt maar pushen enzo, zodat die kinderen beter worden, van dat moet je doen, en dat moet je doen.. en.. dat doe je niet goed, en dan denk je, je kan harstikke leuk zeggen wat iemand niet goed doet, maar je moet iemand soms ook gewoon een compliment geven.....Want ik ken ook wel vaders, die gewoon na de wedstrijd, dan heb ie niet gespeeld, en dan is het gewoon van je deed dat fout, en je moet acties maken, en je moet ’m op snelheid opzoeken en dat soort dingen...vooral vaders, die zijn er soms nog meer mee bezig dan het kind zelf, als ze wissel staan ofzo, dan ga ze na de wedstrijd of naar de trainer toe, of bellen ze hem op of mailen ze, want dat is natuurlijk niet persoonlijk.’*

Ook Mats (13) herkent deze kritische houding van zijn vader: *‘Ooh ik snap het al denk ik.. Ik vind het wel goed dat ie vindt dat ik altijd m’n best moet doen, maar soms vind ik dat ik goed heb gespeeld, en dan is hij het er soms niet mee eens.’*

Gevolgen

Ook de druk die afkomstig is van de ouders kan leiden tot, vooral mentale, gevolgen. Net als bij de druk vanuit de club, kan een focus op presteren en ‘belangrijk zijn’, ervoor zorgen dat de jongens gaan twijfelen aan hun eigen kunnen en erg onzeker worden. Ruben (13) vertelt over de kritische houding van zijn vader: *‘Ja dat is klote natuurlijk, zeker als je zelf denkt dat je goed gespeeld heb.. dan ga je beetje aan jezelf twijfelen ofzo.. terwijl het eigenlijk helemaal niet zo slecht ging.’*

Hiernaast kunnen de druk en de hoge verwachtingen die ouders hebben er tevens toe leiden dat de talenten gedeeltelijk het voetbalplezier verliezen, minder presteren of een bepaald soort faalangst ontwikkelen. Hierbij wordt falen vooral geassocieerd met het teleurstellen van belangrijke personen en/of een onzekere toekomst. Ook Kevin (14) herkent

de invloed van ouders met (te) hoge verwachtingen: *‘Nou (dat voelt) niet goed natuurlijk, want je wilt het gewoon goed doen, maar als je vader altijd negatief is.. jaa dan gaat het niet echt lukken denk ik. Nee.. dan wil je het altijd goed doen, altijd die actie maken ofzo, altijd belangrijk zijn.. en dat kan natuurlijk niet goed gaan. Want dan ben je alleen nog maar bezig met presteren, en niet met dingen leren en jezelf verbeteren.’*

Coping

De jongens die aangegeven hebben last te hebben van overmatige druk vanuit hun ouders, gaan hier op verschillende manieren mee om. Ook hier is harder trainen een optie, maar blijkt praten met de mensen om je heen ook in veel gevallen een goede oplossing. Mats vertelt dat zijn moeder de juiste persoon is om tegenwicht te bieden aan zijn kritische vader: *‘Nou ik kan er niet zo goed mee omgaan haha, ik word meestal gewoon boos, of dan ga ik naar m’n moeder, want die vind toch altijd dat ik het goed doe haha.’*

Ook andere respondenten hebben aangegeven dat de nuchterheid van hun moeder een belangrijke manier is om even tegenwicht te bieden aan hun intensieve voetballeventje. De emotie-gerichte aanpak blijkt dus ook in dit geval een belangrijke rol te spelen. Joshua (14) geeft hiernaast ook aan dat het eigen karakter een belangrijke rol speelt in het omgaan met (ouderlijke) druk. Hij ervaart de kritische houding van zijn vader dan ook niet als druk, maar meer als iets positiefs en motiverends.

Met betrekking tot prestatiedruk vanuit de ouders, kunnen we concluderen dat ook deze vorm van druk slechts door enkele talenten herkend wordt. Voor het grootste deel van de talenten hebben de ouders echter een steunende en begeleidende rol. De jongens die deze druk wel ervaren, kunnen als gevolg hiervan last hebben van zaken als onzekerheid en faalangst. Naast harder trainen, blijkt vooral praten met de vaak nuchtere moeders een veelgezochte oplossing.

Enkele uitzonderingen daargelaten, wordt ook met betrekking tot ouders die er kort opzitten, of kritisch zijn, wel echter meermalen gezegd dat dit doorgaans ‘logische verwachtingen’ zijn, die de jongens ook van zichzelf hebben. Deze eigen verwachtingen vormen een onderdeel van de laatste vorm van druk; namelijk persoonlijke druk.

§ 5.2.4 Persoonlijke druk

Een vierde bron, waar in de literatuur amper op in wordt gegaan, maar die wel duidelijk naar voren komt uit de interviews, is persoonlijke druk. Een groot deel van de talenten geeft

namelijk aan dat zij zelf degene zijn van wie ze ‘moeten’ presteren. Zaken als ‘je best doen’, ‘100% geven’ en ‘inzet tonen’ zijn hierbij veelgehoorde termen, maar ook resultaten halen wordt door een aantal van de jongens genoemd. Deze zaken zijn volgens de jongens om een aantal redenen belangrijk, zoals bijvoorbeeld het zo ver mogelijk komen, het goed doen voor de mensen om je heen en het bewijzen van jezelf en je kwaliteiten. Zo stelt Dylan (15): *‘Ja klopt.. je doet het voor jezelf, en tuurlijk wil je je wel bewijzen enzo. En het ook gewoon goed doen voor de mensen om je heen.’* En Kevin (14) zegt: *‘Het blijft gewoon leuk om iedereen een appje te sturen dat je weer door bent.’*

Een andere reden waarom de jongens zulke grote verwachtingen van zichzelf hebben, en waardoor ze de verwachtingen en ‘druk’ van zowel ouders, voetbal en school als logisch ervaren, is dat het gros van de talenten het een voorrecht vindt om voor een RJO te mogen voetballen. Ze hebben het gevoel dat ze een hele mooie kans gekregen hebben, en genieten volop van de leuke kanten van het voetballen bij een RJO. Hieronder valt bijvoorbeeld het constant bezig zijn met iets wat je leuk vindt, het dragen van het clubshirt en de vele buitenlandse toernooien. Ook Melvin (14) geniet van deze indrukwekkende en spannende kant van het voetballen bij een RJO. Op de vraag wat zijn meest leuke ervaring bij de RJO is, antwoordt hij: *‘Ja dat is niet zo moeilijk haha, gewoon voetballen tegen teams als Barca enzo.. dat is zo vet.. al moet je er op dat moment niet echt mee bezig zijn, terwijl je natuurlijk altijd best wel zenuwachtig bent [Lacht]. En we gaan misschien meedoen aan een toernooi in Dubai, dat hebben andere teams ook al gedaan.. met het vliegtuig heen met het hele team enzo. Dat zijn gewoon de mooie dingen.. daar doe je het een beetje voor eigenlijk.’*

Mede doordat de talenten dus het gevoel hebben ‘een unieke kans’ gehad te hebben, zijn zij over het algemeen van mening dat de verwachtingen en de druk logisch zijn, en dat het zaken zijn waar mee omgegaan moet worden; je wist immers wat je kon verwachten toen je besloot bij een RJO te gaan voetballen.

Sven (15) zegt: *‘Nee.. ik heb het wel echt getroffen.. maar dat heeft ook een beetje te maken met hoeveel je der zelf voor wil doen natuurlijk.. Eeh, sommigen lopen gewoon een beetje te kloten soms.. en dat wil ik gewoon niet.. je hebt de kans gekregen, dus dan moet je alles geven ook vind ik.’*

Ook Mark (14) heeft hier een hele sterke mening over. Op de vraag wat hij vindt van de druk die sommige jongens van hun ouders ondervinden, antwoordt hij: *‘Nee.. maar sowieso heeft*

iedereen wel is wat.. dus ja, als je het echt wil zegmaar, dan moet je er gewoon keihard voor knokken, en dan moet je gewoon proberen met dat soort dingen om te gaan.'

Deze mentale hardheid, het vermogen om met de verschillende soorten druk om te gaan, blijkt in meer dan de helft van de interviews naar voren te komen.

Deze persoonlijke druk, waarbij inzet de belangrijkste factor blijkt, komt dus vooral voort uit het feit dat de talenten een mooie kans hebben gekeken, die ze dan ook verplicht voelen zo goed mogelijk te benutten. Ook verwachtingen vanuit de omgeving interpreteren ze door dit feit als 'logisch' en hier moet dan ook mee omgegaan kunnen worden.

6. Conclusie

Dit onderzoek richt zich op de manieren waarop van jonge talenten van 12 tot 15 jaar, die bij een RJO voetballen, prestatiedruk ervaren. De centrale vraag die bij dit onderzoek hoort, luidt: *Hoe ervaren voetbaltalenten van 12-15 jaar het prestatiegerichte voetballen bij een RJO en hoe gaan ze hiermee om?* Om antwoord te kunnen geven op deze vraag, is er in dit onderzoek gekeken naar de bronnen van deze prestatiedruk, de gevolgen, en de manieren waarop de talenten hiermee omgaan.

Uit het onderzoek kwam naar voren dat de talenten in verschillende mate prestatiedruk ondervinden. Een aantal spelers bracht naar voren dat ze hier nauwelijks last van hebben, terwijl anderen wel degelijk aangaven hier soms mee te worstelen. De huidige vorm van de spelers speelt hierbij een belangrijke rol; gaat het voetballend minder, is er meer sprake van druk en zijn de gevolgen, zoals onzekerheid en faalangst, dan ook groter. Dit belang van een goede vorm wordt ook erkend door Hill et al. (2008). Zij beargumenteren dat tevredenheid met de huidige prestaties zorgt voor minder negatieve consequenties. Dit geldt vooral voor de druk vanuit de voetbalopleiding zelf. De grote concurrentie en de relatief lage slagingskansen (Bakker, 2010; Van Bottenburg, 2009b, Hol & Wolfert, 2011) was in veel gevallen een bron van druk, maar werd hiernaast ook gezien als een manier om de druk en de verwachtingen te relativiseren. Ook de focus op resultaten (Buisman, 2004; Le Unes & Nation, 2002) bleek voor sommige jongens een bron van druk te zijn. In een groot deel van de gevallen werden deze verwachtingen echter als 'logisch' beschouwd.

Dit geldt ook voor de verwachtingen en druk die verbonden zijn met de combinatie tussen school en voetbal. Een groot deel van de respondenten gaf aan wel degelijk druk te voelen om beide vlakken te presteren (Christensen & Sorensen, 2009). Maar ook hier geldt weer dat deze druk er in de ogen van de respondenten 'bij hoort'.

Een andere interessante bevinding, is dat slechts een klein aantal van de respondenten aangaf prestatiedruk te ondervinden van de ouders. Dit komt echter niet overeen met eerdere onderzoeken naar jonge voetballers (Van Crombrugge & Dupain, 2009) en gaat tevens in tegen de bredere claim dat de druk vanuit ouders om als kind zo succesvol mogelijk te zijn, steeds groter wordt. (Dehue, in De Vos, 2011; Lens, 2005). Een mogelijke verklaring is het feit dat veel kinderen, en wellicht dus ook ouders, erkennen dat de kans dat een kind uiteindelijk de top haalt, relatief klein is. Er is sprake van een grote concurrentie, en de ondervraagde talenten bevinden zich nog relatief vroeg in het traject. Ook de RJO's zelf en hun beleid om de ouders zo min mogelijk te laten bemoeien met het voetbal zelf, kunnen hier echter een belangrijke rol bij gespeeld hebben.

Met betrekking tot de gevolgen van de prestatiedruk vanuit zowel de opleiding als de ouders, bleken vooral onzekerheid en faalangst een aantal keer naar voren te komen. Faalangst had hierbij vooral te maken met het teleurstellen van belangrijke personen, een onzekere toekomst en verminderde sportieve prestaties (Conroy et. al, 2002; Sagar, 2010). Het belangrijkste nadelige gevolg van het willen presteren op zowel school, als op het voetbalveld, was de weinige vrije tijd. Het grootste deel van de talenten ervoer tevens fysieke, danwel mentale vermoeidheid ten gevolge van het zware schema.

Uit de gesprekken werd verder duidelijk dat de jongens verschillende strategieën gebruikten om om te gaan met deze prestatiedruk. Zowel sociale, als persoonlijke bronnen speelde hierbij een belangrijke rol. Gedeeltelijk in tegenspraak met de bevindingen van Reeves (2009), gebruikten de jongens binnen dit onderzoek vooral problem-focused en, in iets mindere mate, emotion-focused strategieën.

De reden voor het grote gebruik van deze *'head on'* aanpak zou kunnen liggen bij het grote eigen gevoel van verantwoordelijkheid dat duidelijk naar voren komt in de interviews. Naast de uit de literatuur bekende vormen van prestatiedruk, bleken de meeste jongens namelijk zelf de grootste bron van druk te zijn. Een groot deel van de respondenten voelde zich verplicht om op elk gebied 100 procent inzet te geven en zo goed mogelijk te presteren, omdat ze het gevoel hadden een unieke kans gekregen te hebben. Ook zulke verwachtingen uit de omgeving werden hierdoor als logisch ervaren. Deze problem-focused instelling zou wellicht kunnen wijzen op een bepaalde internalisering van het neo-liberale, meritocratische ideaal; prestaties en verdiensten zijn voor de talenten namelijk inderdaad in veel gevallen, logischerwijs de bepalende factoren (Tonkens & Swierstra, 2011; Van Bottenburg, 2009a). Hiernaast wordt tevens van de sporters verwacht, en zij verwachten ook van zichzelf, dat ze om kunnen gaan met deze hoge verwachtingen (Stambulova (1994, aangehaald in Wieldraaier

& van den Brink, 2006; Van Bottenburg, 2009b). Waar de opkomst van de prestatie maatschappij dus ook, en misschien juist vooral in deze context wel duidelijk naar voren komt, ervaren de jongens dit als een soort inherent onderdeel van de opleiding zelf, en verplichten zichzelf hierdoor om er op een zo adequaat mogelijke wijze mee om te gaan. Het *copen* met de druk en de tegenslagen binnen hun voetbalopleiding wordt in grote mate gezien als een eigen verantwoordelijkheid. Deze ‘mentale hardheid’ is een manier om om te gaan met de competitie en de hoge inspanningen en verwachtingen, waarbij prestatiedruk door ‘mentaal harde’ sporters zelfs gebruikt wordt om het beste uit zichzelf te halen (Jones, 2002). Dit zou tevens de reden kunnen zijn dat de talenten deze prestatiedruk vaak niet als dergelijk benoemen, terwijl zij deze druk wel in grotere mate bij andere jongens herkennen.

Dus, hoewel het jeugdvoetbal bij een RJO in sommige gevallen inderdaad een ‘volwassen prestatiewereld’ lijkt, blijkt dat de talenten zich over het algemeen volwassen genoeg voelen, of verplicht voelen, om hier op een gedegen manier mee om te gaan.

7. Discussie

Met dit onderzoek is getracht een zo compleet mogelijk beeld te schetsen van de ervaringen van 12 tot 15-jarige talenten die bij een RJO voetballen. Alhoewel er wellicht minder sprake was van deze prestatiedruk als aanvankelijk verwacht, is er toch een vrij compleet beeld ontstaan van de mogelijke bronnen, de gevolgen en de copingstrategieën met betrekking tot deze druk. Toch kent het onderzoek wel degelijk zijn beperkingen. Ten eerste is er, door te kiezen voor alleen interviews, wellicht belangrijke informatie verloren gegaan. Het kan zo zijn dat de jongens, uit angst voor de gevolgen, schuldgevoel, of doordat ze het gevoel hebben niet te mogen klagen, in de interviews minder druk en gevolgen aangaven dan dat er daadwerkelijk is. Dit idee wordt versterkt door het feit dat in meerdere interviews de jongens aangaven de hoge prestatiedruk wel bij andere jongens te herkennen. Dit kan toeval zijn, en liggen aan het sample, maar het kan er tevens op wijzen dat de talenten er bij henzelf toch iets minder makkelijk over praten. Een meer objectieve benadering, zoals participerende observatie of een anonieme vragenlijst, had hierin misschien iets meer inzicht kunnen verschaffen.

Hiernaast is, door alleen te kiezen voor interviews met de talenten zelf, het perspectief van de ouders en de mensen binnen de opleiding zelf volledig buiten beschouwing gelaten. Deze invalshoeken zouden echter tot nieuwe en/of aanvullende inzichten kunnen leiden, en

vervolgonderzoek gericht op deze andere, belangrijke actoren, kan dus ook zeker van meerwaarde zijn.

Hiernaast heeft ook het combineren van de verschillende disciplines geleid tot interessante inzichten. Waar de focus in de voorgaande literatuur vooral lag op talentontwikkeling binnen de sportpsychologie enerzijds, en het welzijn van het kind binnen de pedagogiek anderzijds, blijken deze zaken binnen dit interdisciplinaire onderzoek duidelijk deel uit te maken van hetzelfde spectrum. Alhoewel naar voren is gekomen dat er in veel gevallen geen sprake is van (overmatige) prestatiedruk, en dat ‘een beetje druk’ nodig is om tot optimale prestaties te komen, blijkt een teveel aan prestatiedruk een negatieve invloed te kunnen hebben op zowel het welzijn als de sportieve prestaties. Eventueel longitudinaal vervolgonderzoek kan zich bezig houden met het zoeken naar de grens tussen deze positieve en negatieve prestatiedruk, zodat op deze manier zowel de optimale talentontwikkeling, als het welzijn van de talenten gewaarborgd kan worden. Hierbij moet echter wel aangegeven worden dat dit hoogstwaarschijnlijk ook persoonsafhankelijk is; ook uit dit onderzoek is namelijk gebleken dat de objectieve betekenis en de subjectieve ervaringen van prestatiedruk zeker niet in alle gevallen overeenkomen.

8. Reflectie

Over het algemeen is het onderzoeksproces redelijk soepel verlopen. Eén van de grootste valkuilen was de hoge tijdsdruk in het begin van het onderzoeksproces, doordat ik nog twee vakken naast de bachelorscriptie had gekozen. Mede hierdoor is uiteindelijk ook de keuze gemaakt om alleen diepte-interviews te houden.

De respondentenwerving ging, vooral door enkele persoonlijke contacten, redelijk makkelijk. Achteraf denk ik dat ik alleen iets te makkelijk ben geweest met het verzetten van bepaalde afspraken, waardoor de laatste interviews pas tamelijk laat verwerkt konden worden. Tijdens de interviews was over het algemeen sprake van een ontspannen sfeer, waarbij echter wel aangegeven moet worden dat er een groot verschil was in spraakzaamheid tussen de jongens. Ik was echter wel onder de indruk van het vermogen van de jongens om zo volwassen en welbespraakt te reflecteren op hun eigen ervaringen.

De voorgestelde relatief korte duur van interviews met kinderen bleek ook in mijn onderzoek een goede richtlijn; de concentratie van de meeste jongens begon aan het einde van de interviews te verdwijnen. De verwerking van de interviews ging, mede dankzij het programma MAXQDA, makkelijker dan vooraf verwacht.

Concluderend kan ik zeggen dat het onderzoeksproces redelijk goed is verlopen, maar idealiter had ik, bijvoorbeeld door te kiezen voor meerdere onderzoeksmethodes, nog iets dieper op de materie in willen gaan.

Bijlage I – Literatuurverwijzingen

Algemene Rekenkamer (2008). Topsport in Nederland. Den Haag: Algemene Rekenkamer. (hoofdstuk 11, Maarten van Bottenburg).

Bakker, B. (2010). Is topsport gezond? Geraadpleegd op 16-3-2014 via <http://www.brambakker.com/Column/Is-topsport-gezond?-C30.php>

Baumeister, R.F. (1984). Choking under pressure: Self-Consciousness and paradoxical effects of incentives on skillful performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46 (3), 610-620.

Bottenburg, M. van (2009a) Dat de beste moge winnen! Sport & meritocratie. *Idee, tijdschrift van het kenniscentrum D66*, jrg. 30, nr. 5, 26-29.

Bottenburg, M. van (2009b). *Op jacht naar goud. Het topsportklimaat in Nederland, 1998-2008*. Nieuwegein: Arko Sports Media.

Bottenburg, M. van, Elling, A., Hover, P., Brinkhof, S., Romijn, D. (2011). *De maatschappelijke betekenis van topsport*. (USBO & Mulier Instituut). Nieuwegein: Arko Sports Media.

Brettschneider, W.-D. (1999) 'Risks and opportunities: Adolescents in top-level sport - growing up with the Pressures of School and Training', *European Physical Education Review*. 5, 121-33.

Bryman, A. (2008). *Social research methods*. Oxford: Oxford University Press.

Buijserd, P.R. (2011). 'Why we succeed' Percepties van professionele voetballers op succesverklarende factoren van talentontwikkeling. Universiteit Utrecht.

Buisman, A. (2004). Opvoeding in en door sport? *Pedagogiek*, 24(4), 310-323.

Christensen, M. K., & Sorensen, J. K. (2009). Sport or school? Dreams and dilemmas for talented young Danish football players. *European Physical Education Review*, 15, 115-133.

Conroy, D. E. (2001). Progress in the development of a multidimensional measure of fear of failure: The Performance Failure Appraisal Inventory (PFAI). *Anxiety, Stress, & Coping*, 14, 431-452.

Conroy, D. E., Willow, J. P., & Metzler, J. N. (2002). Multidimensional fear of failure measurement: The Performance Failure Appraisal Inventory. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 76-90.

Crombrugge, H. van, Dupain, G. (2008). Pak kinderen hun spel niet af! De sportclub als opvoedingsmilieu. *Tijdschrift voor Jeugdrecht en Kinderrechten*, 9 (2), 110-115.

Driel, M. van (12 december 2009). De geboortemaand bepaalt het succes. Volkskrant. Geraadpleegd op 14-3-2014, via <http://volkskrant.nl>.

Esomar World Research Codes & Guidelines (2009). *Interviewing Children and Young People*. Amsterdam.

Expertisecentrum Games (EGG) (2011). Handout EGG: Doelgroeponderzoek met kinderen. Geraadpleegd op 13-3-2014, via [http://www.expertisecentrumgames.nl/app/webroot/userfiles/files/handout_EGG_doelgroeponderzoek_kinderen\(1\).pdf](http://www.expertisecentrumgames.nl/app/webroot/userfiles/files/handout_EGG_doelgroeponderzoek_kinderen(1).pdf)

Flyvbjerg, B. (2007). Five misunderstandings about case-study research. In: Seale, Clive, Giampietro Gobo, Jaber F. Gubrium en David Silverman (Eds.), *Qualitative Research Practice*. London: Sage.

Hill, A.P., Hall, H.K., Appleton, P.R., Kozub, S.A. (2008). Perfectionism and burnout in junior elite soccer players: The mediating influence of unconditional self-acceptance. *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 630–644.

Hoek, A.C. van den (2011). *Prestatiegerichtheid en het geloof in een rechtvaardige wereld*. Universiteit Utrecht.

Hol, F. & Wolfert, R. (6 augustus 2011). Dromen in Duigen. *Elsevier*, 14-20.

Hol, F. & Wolfert, R. (2011). *Jongensdroom of kinderhandel?* Christelijke Hogeschool Ede.

Holt, N. L., & Dunn, J. G. H. (2004). Toward a grounded theory of the psychosocial competencies and environmental conditions associated with soccer success. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16, 199-219.

Jones, G. (2002). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14:3, 205-218.

Keizer, W. (2006). Kinderen moeten niet zoveel moeten. In E. Wieldraaijer & H. Nieuwenburg (Eds.), *Langs de lijn of erover? Ouders en sport*, (p. 95-102). Deventer: daM uitgeverij.

Kotler, P., & Armstrong, G. (2005). *Principes van marketing, vierde druk*. Amsterdam: Pearson Education Benelux.

Kuipers, H. & Keizer, H.A. (1988). Overtraining in elite athletes. Review and directions for the future. *Sports Med.* 6(2),79-92.

Lens, W. (2005). Hoe kunnen we leren en presteren bevorderen? *Caleidoscoop: leerlingbegeleiding vandaag en morgen*, 4, 18-24.

LeUnes, A., & Nation, J. R. (2002). *Sport psychology*. Pacific Grove, CA: Wadsworth.

Ommundsen, Y., Roberts, G. C., Lemyre P., Miller, B.W. (2006). Parental and coach support or pressure on psychosocial outcomes of pediatric athletes in soccer. *Clin J Sport Med* 1, 522–526.

- Pearlin, L. & Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19 (1), 2-21.
- Prooijen, E. van (Verslaggever). (2011, 17 december). *Prestatiedruk onder topsporters*. EenVandaag.
- Reeves, C.W., Nicholls, A.R., & McKenna, J. (2009). Stressors and coping strategies among early and middle adolescent premier league academy soccer players: differences according to age. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21, 31-48.
- Rich, E. & Evans, J. (2009). Now I am NObody, see me for who I am: The paradox of performativity. *Gender and Education*, 21(1), 1-16.
- Richartz, A. & Brettschneider, W.-D. (1996) *Weltmeister werden und die Schule schaffen*. Schorndorf: Hofmann.
- Sagar, S. S. (2010). Success and failure, fear of failure, and coping responses of adolescent academy football players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22, 213-230.
- Stambulova, N. (2006). Topsport is een stoelendans met veel afvallers. In E. Wieldraaijer & C. van den Brink (Eds.) *De tweede adem; breekpunten in de sportcarrière*, (p.12-29). Deventer: daM uitgeverij.
- Tonkens, E. & T. Swierstra (2005). Meritocratie versus zelfrespect: de prijs van gelijke kansen. *Pedagogiek*, 25(2), 83-88.
- Vos, E. de (19 juli 2011). Pushen we te veel? In *J/M Ouders*. Geraadpleegd op 15-3-2014 via <http://www.jmouders.nl/Themas/School/School/Pushen-we-te-veel.html>
- Waddington, I. (2000). *Sport, health and drugs, a critical sociological perspective*. London/NewYork: Taylor and Francis.
- Wiersma, L. (2000). Risks and benefits of youth sport specialization. *Pediatric Exercise Science*, 12, 13-22.

Bijlage II – Interviewschema

Introductie

- Hoe oud ben je?
- Hoelang voetbal je al bij een RJO?
- Kan je vertellen hoe een normale dag er voor jou ongeveer uitziet?
- Wat voor seizoen heb je gedraaid?
- In hoeverre was je zenuwachtig of je door was of niet

Bronnen:

Voetbalopleiding

- Hoe belangrijk vinden de coaches en trainers het dat jullie winnen/goed presteren?
- Kan je vertellen hoe het selectieproces eruit ziet bij de club?
- Denk je wel eens na over de kleine kans om profvoetballer te worden?
- Hoe belangrijk vind je het zelf om te winnen/belangrijk te zijn/te presteren?

Combinatie school/voetbal

- Op wat voor school zit je?
- Evt. ingaan op rol van LOOT-school/gewone school
- Hoe ziet je dagindeling eruit?
- Hoe belangrijk is het om het goed te doen op school? (zowel omgeving als zelf)
- Hoe belangrijk vinden je ouders het dat je het goed doet op school?
- Hoe belangrijk vind de club
- Vallen school en voetbal goed te combineren?

Ouders

- Wat voor rol spelen je ouders binnen je voetbalopleiding?
- Evt: Wat voor rol spelen andere familieleden binnen je voetbalopleiding?

- Doen je ouders/andere familieleden veel voor je?
- Heb je het gevoel je ouders/andere familieleden ‘terug te moeten betalen’.
- Hoe belangrijk vinden ze het dat je wint en het goed doet?
- Wat verwachten ze van je?

Gevolgen

- Bij elk aspect; Hoe voel je je hierdoor?
- Evt. mogelijk gevolgen noemen; vragen of ze hier last van hebben en waar dit volgens hen vandaan komt.

Coping:

- Bij elk aspect; In hoeverre is het lastig om hiermee om te gaan?
- Hoe ga je hier zelf mee om?
- Praat je hierover met mensen uit de omgeving?
- Zo ja, met welke mensen dan?

Extra

- Herken je deze druk wel/ook bij andere talenten?
- Wat zijn de leuke kanten aan het voetballen bij een RJO?

Bijlage III – Codeerschema interviews

Bronnen		Gevolgen	Coping
Druk opleiding	Concurrentie Selectieproces Nadruk op resultaten Wisselproces Blessures Slechte relatie met trainer	Onzekerheid Faalangst Minder vertrouwen in eigen kunnen Verminderde prestaties	Praten met omgeving (vooral ouders) Harder trainen Relativering (kleine werkelijke kans)
Druk combinatie school/voetbal	Trainen-school-huiswerk Overgang groep 8 -> brugklas Toetsweken	Weinig vrije tijd Vermoeidheid 'Er klaar mee zijn'	Praktisch: Planning Hulp omgeving (vooral ouders)
Druk ouders	Investerings Hoge verwachtingen Maar, vooral ondersteuning & begeleiding 'Andere ouders' Belangrijk zijn Eigen karakter	Faalangst Onzekerheid Verminderde prestaties	Praten met minder betrokken/kritische personen
Persoonlijke druk	Unieke kans Mooie kanten RJO Logische verwachtingen Groot gevoel van verantwoordelijkheid Internalisering waarden prestatie maatschappij	Altijd scherp zijn, 100% geven.	Accepteren Mentaal sterk zijn.