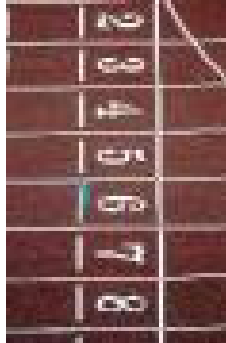


STOPPEN OF DOORGAAN?



Een onderzoek naar de doorstroming van talent in de atletiek

Doctoraalscriptie Vrijtijdswetenschappen
Faculteit Sociale Wetenschappen
Universiteit van Tilburg

Jeroen Maas
Tilburg, augustus 2006

VOORWOORD

Net zoals in de atletiek is het schrijven van een scriptie grotendeels een individuele aangelegenheid. Het is als een wedstrijd. Je hebt een bepaald doel voor ogen en je wilt dit behalen. Daarbij gaat het de ene keer makkelijker dan de andere keer. Op sommige dagen lijkt het net alsof je niet vooruit komt, ook al doe je nog zo hard je best. Toch met wat tips van je coach of begeleider en aanmoedigingen van mensen langs de kant, kom je verder. Als het doel dichterbij komt doen de inspanningen er niet meer zo toe. Als de eindstreep is gehaald kijk je met een tevreden gevoel terug en ben je toch een beetje trots op wat je gepresteerd hebt.

Ik wil mijn begeleidster Dr. Agnes Elling bedanken voor haar hulp, advies en kennis. Daarnaast wil ik de mensen bedanken die ik mocht interviewen. Zonder hen was het schrijven van deze scriptie niet mogelijk geweest.

Als laatste, maar zeker niet op de laatste plaats, een woord van dank aan mijn ouders en vrienden. Ze hebben mij altijd gesteund tijdens mijn opleiding.

Veel leesplezier!

Jeroen Maas

SAMENVATTING

Vanuit de overheid en sportbonden gaat er aandacht uit naar de topsport. Topsport is namelijk belangrijk voor het imago van de sport en stimuleert actieve sportdeelname. Belangrijk bij de topsportontwikkeling is de doorstroming van talent. Hier is echter nog nauwelijks onderzoek naar verricht. In dit onderzoek is specifiek gekeken naar de doorstroming van talent in de atletiek. Er is onderzocht welke redenen ertoe bijdragen dat een talent doorstroomt of vroegtijdig stopt (dropout). De probleemstelling van het onderzoek luidde als volgt:

Waarom maakt een toptalent in de atletiek al dan niet de stap naar de topsport?

Om hier een antwoord op te krijgen is een zestal onderzoeksvragen opgesteld.

- A Welke invloed heeft de sociale omgeving op de doorstroming naar de topatletiek of dropout?
Hierbij wordt er gekeken naar:
 - * Familie
 - * Vrienden
 - * Trainer/Coach
- B Hoe is de invloed van de aan/afwezigheid van voorzieningen op de doorstroming naar de topatletiek of dropout?
- C Welke invloed heeft de combinatie topsport – werk/studie op de doorstroming naar de topatletiek of dropout?
- D Welke motieven voor topsportbeoefening zijn mede bepalend voor de doorstroming naar de topatletiek?
 - * plezierbeleving
 - * prestatiemotief
- E Welke invloed heeft de psychische belastbaarheid op de doorstroming naar de topatletiek of dropout?
- F Welke invloed heeft de fysieke belastbaarheid op de doorstroming naar de topatletiek of dropout?

Er is een literatuurstudie uitgevoerd en daarnaast een kwalitatief onderzoek. Het kwalitatieve onderzoek bestond uit de afname van 25 semi gestructureerde interviews onder dropouts, topatleten en trainers. Er zijn 9 dropouts (vier mannen, vijf vrouwen), 10 topatleten (vier mannen, zes vrouwen) en 6 betrokken trainers ondervraagd.

Op jonge leeftijd zijn er veel talentvolle atleten bezig met een intensieve sportbeoefening. De kennismaking met de atletieksport gebeurt veelal via de directe sociale omgeving, namelijk gezin, familie en vrienden. Het talent wordt vaak in het eerste stadium opgemerkt door de betrokken trainers en begeleiders. Wanneer de jonge atleet echt als talent wordt geïdentificeerd wordt de sportbeoefening serieuzer en intensiever.

De sociale omgeving (ouders, trainer/coach, vrienden) is belangrijk in het leven van de jonge atleet. De ouders spelen een belangrijke rol bij de ondersteuning en stimulering van het talent. Een goede thuisbasis is een voorwaarde om tot de top te komen. Ouders van topatleten tonen veel interesse en zijn nauw betrokken bij de (top)sportbeoefening. Hierbij is het wel belangrijk dat de ouders niet te zeer betrokken zijn. Een (te) grote druk en (te) hoge verwachtingen kunnen leiden tot spanningen en een vroege dropout. Ouders zijn vooral in het voortraject van de topsportloopbaan (juniorentijd) belangrijk bij het regelen van vervoer en de financiën.

De trainer/coach is belangrijk bij het voorbereiden van prestaties (training/coaching), maar daarnaast ook voor sociale ondersteuning. Talenten vinden het prettig dat de trainer/coach naar hen luistert.

Vrienden spelen een belangrijke rol in de (top)sportloopbaan. Talenten en topatleten hebben vooral vrienden binnen de sport. Deze vrienden delen dezelfde passie en tonen meer begrip voor het (sport)leven van de atleet. Talenten vinden het belangrijk dat vrienden de (top)sportbeoefening accepteren. Vaak geven talenten de (top)sportbeoefening de voorrang boven de omgang met vrienden. Topsportbeoefening vergt veel tijd, waardoor er weinig tijd over blijft om sociale activiteiten te ontplooiën met vrienden. Talenten hebben hier wel eens spijt van. Vooral wanneer de vele opofferingen niet lonend zijn. Dit speelt in sommige gevallen mee in de definitieve keuze om te stoppen.

Talenten hebben behoefte aan voldoende voorzieningen die een topsportloopbaan mogelijk maken. Atleten hebben behoefte aan een goede accommodatie met

bijbehorende faciliteiten. In het algemeen zijn ze hier tevreden over. De beschikbaarheid van juiste accommodaties vormt geen reden om te stoppen. Op trainingstechnisch gebied kunnen talenten rekenen op voldoende medische begeleiding. Desondanks raken veel jonge atleten geblesseerd en dit vormt een belangrijke reden om vroegtijdig te stoppen. Dit komt omdat jonge talenten niet vroeg genoeg aan de bel trekken bij fysieke klachten. Naast medische ondersteuning hebben talenten ook de mogelijkheid om mee te trainen met selecties. Ook worden er trainingsstages geregeld. De voorzieningen zijn hiermee voldoende en vormen geen reden om te stoppen met (top)atletiek.

Jonge atleten houden goed in de gaten dat ook studie belangrijk is. Daarom wordt alles veelal rondom studie en sport georganiseerd. Bij de meeste scholen zijn er regelingen mogelijk om extra tijd te besteden aan de sport. Talenten hebben naast de studie nog voldoende tijd om te sporten. Hierdoor is combinatie van studie met topsport goed mogelijk. Hierbij is ook de zelfdiscipline en doorzettingsvermogen van de (top)sporter belangrijk. De discipline die men nodig heeft om goed te trainen en rust te nemen, komt ook goed bij de studie van pas. Dit alles maakt dat de combinatie van studie met topsport niet voor problemen zorgt.

De combinatie van werk met topsport stelt vaak problemen. Topatleten moeten vanwege financiële redenen hun sport vaak met werk combineren. Alleen topatleten van hoog internationaal niveau worden genoeg gesponsord om niet te hoeven werken. Er zijn weinig initiatieven om de combinatie van werk met topsport gunstiger te maken. Bij Defensie is er wel een initiatief. Hier kunnen atleten met een NOC*NSF A-status of B-status als Beroeps Bepaalde Tijd worden geplaatst. Hier valt een maatschappelijke functie goed te combineren met topsportbeoefening. Vaak moeten er echter individuele regelingen getroffen worden. Een flexibele werkgever is daarbij een vereiste.

Het werk speelt bij de doorstroming van talent geen grote rol. Jonge talenten studeren namelijk vaak nog en werken niet. Op latere leeftijd blijkt wel vaak de negatieve invloed van werk op topsport.

Er spelen verschillende motieven een rol bij de doorstroming van talent. De belangrijkste drijfveer bij talenten is het plezier hebben in de sport. Ook prestatiedoelen spelen een rol. Dit hangt vaak ook samen. Talenten vinden de (top)atletiek leuk, onder meer omdat men daarin goed presteert. De drijfveer van

het beleven van plezier is veelal met het beëindigen van de (top)sportloopbaan niet (meer) aanwezig. Dit kan verschillende oorzaken hebben. Vooral (langdurige) blessures en minder presteren zijn hierbij belangrijk. Ook het te serieus omgaan met de sport kan het plezier doen wegnemen.

Naast de plezierbeleving zijn ook prestatiemotieven belangrijk voor jonge atleten. Vooral extrinsieke prestatiedoelen spelen een belangrijke rol bij talenten die niet doorstromen. Dit in tegenstelling tot atleten die het wel halen. Extrinsieke prestatiedoelen als het graag tonen hoe goed je bent en waardering door anderen speelden voor dropouts een belangrijke rol in hun topjuniorentijd. Afnemende waardering bij minder presteren kan meespelen in de keuze om te stoppen. Intrinsieke prestatiedoelen als prestatieverbetering en het maximale uit jezelf halen spelen meer een rol bij talenten die het wel halen.

Psychische klachten als angst om te falen, gebrek aan zelfvertrouwen en depressie kunnen redenen zijn om vroegtijdig te stoppen met (top)atletiek. Belangrijk hierbij is dat talenten goed psychisch belastbaar zijn. Ze moeten goed om kunnen gaan met prestatiedruk en heersende verwachtingen. Ook moeten talenten goed fysiek belastbaar zijn. Atleten verschillen in de mate waarin ze het vele trainen en wedstrijden aankunnen. Degenen die doorstromen hebben vaak een grote fysieke belastbaarheid. Ook trainen sommige talenten op jonge leeftijd (te) veel. Deze (te) vroege intensivering van de trainingsarbeid kan leiden tot (langdurige) blessures en een vroege dropout.

In het algemeen zijn het vaak verschillende samenhangende redenen die bepalen of talenten doorstromen. Er is daarmee ook geen duidelijk profiel te schetsen van talenten die het wél halen en talenten die het niet halen. Wel zijn de sociale omgeving, psychische en fysieke belastbaarheid de belangrijkste factoren bij de doorstroming van atletiektalent.

INHOUDSOPGAVE

Voorwoord

Samenvatting

1 Inleiding	9
1.1 Aanleiding	9
1.2 Probleemstelling	9
1.3 Doelstelling	10
1.4 Opbouw	10
2 Achtergrond	11
2.1 Koninklijke Nederlandse Atletiekunie	11
2.2 Ontwikkelingen in de atletieksport	12
2.2.1 Ontwikkelingen in de topatletiek	12
2.2.2 Talenten in de atletiek	14
3 Theoretische Achtergrond	15
3.1 Begrippen	15
3.1.1 Topsporter	15
3.1.2 Talent	16
3.1.3 Dropout	17
3.2 Factoren bij mogelijke dropout	17
3.2.1 Fysieke en psychische belastbaarheid	18
3.2.2 Invloed van de sociale omgeving	19
3.2.3 Motieven voor topsportbeoefening	22
3.2.4 Voorzieningen voor (toekomstige) topsporters	25
3.3 Onderzoeksmodel	33
3.4 Onderzoeksvragen	34
3.5 Samenvatting	34
4 Onderzoeksmethoden	36
4.1 Literatuuronderzoek	36
4.2 Kwalitatief onderzoek	36
4.3 Dataverzameling	36
4.4 Semi-gestructureerde interviews	37

4.5 Onderzoeksgroep	39
4.6 Samenvatting	41
5 Resultaten	42
5.1 Doorstroming talent	42
5.2 Topsportbeoefening	44
5.2.1 Kennismaking met de atletieksport	44
5.2.2 Talent	44
5.2.3 Fysieke belastbaarheid	45
5.2.4 Psychische belastbaarheid	49
5.3 Situatie	51
5.3.1 Sociale omgeving	51
5.3.2 Onderwijs	56
5.3.3 Werk	58
5.3.4 Voorzieningen	60
5.4 Motieven voor topsportbeoefening	64
5.5 Redenen voor stoppen	67
5.6 Samenvatting	70
6 Conclusies en aanbevelingen	71
Literatuurlijst	81
Bijlage 1	Itemlijst semi-gestructureerde interviews atleten
Bijlage 11	Itemlijst semi-gestructureerde interviews trainers

1 INLEIDING

Dit onderzoek probeert te verklaren waarom toptalenten in de atletiek in vele gevallen niet de stap naar de topsport maken. Welke factoren zijn van belang bij de keuze voor een (top)atletiekloopbaan. Waarom stromen sommige talenten wel door naar de topsport en andere talenten niet? Hieronder wordt eerst de aanleiding tot dit onderzoek uiteengezet. Daarna worden achtereenvolgens de probleemstelling, doelstelling en algemene vraagstelling geformuleerd. Ten slotte wordt de opzet van dit onderzoek besproken.

1.1 Aanleiding

Topsport stimuleert actieve sportdeelname, met alle positieve gevolgen op het gebied van bijvoorbeeld gezondheid en talentontplooiing van dien. Topsporters zijn voor veel mensen een voorbeeld om te gaan of blijven sporten. Daarnaast heeft topsport een positief effect op het imago van een land. Er zijn echter relatief weinig topsporters in Nederland. Dit geldt zeker voor de atletieksport. De atletiek in Nederland is zowel in de top als in de breedte zwak. Nederland staat op een bescheiden plaats bij de internationale kampioenschappen als het gaat om de puntenranglijst, dan wel om de medailleranglijst. Bovendien is Nederland op het merendeel van de verschillende disciplines op Europese en wereldkampioenschappen niet vertegenwoordigd. Ondanks het gegeven dat het aantal junioren in de atletiek een stijgende lijn vertoont en men steeds vaker voor de baanatletiek kiest, stromen er nog niet veel atleten door naar de topatletiek. Er zijn wel talentvolle atleten binnen de atletieksport, maar deze maken in vele gevallen niet de stap naar de topsport. In dit onderzoek wordt dan ook gekeken waarom veel toptalenten in de atletiek niet doorstromen naar de topatletiek. Het onderzoek levert kennis op het gebied van begeleiding en ondersteuning van talenten met een focus op de sociaal-maatschappelijke aspecten.

1.2 Probleemstelling

Waarom maakt een toptalent in de atletiek al dan niet de stap naar de topsport?

1.3 Doelstelling

Inzicht krijgen in de factoren die bepalen of een toptalent in de atletiek de overstap maakt naar de topsport en het doen van aanbevelingen over de manieren waarop de K.N.A.U. talenten kan stimuleren om de stap maken te maken naar de topsport.

1.4 Opbouw

In dit hoofdstuk is de aanleiding voor dit onderzoek besproken. Daarnaast is de probleemstelling uiteengezet. In hoofdstuk twee wordt kort ingegaan op de atletiekbond en de verschillende trends op het gebied van de topatletiek. In het daaropvolgende hoofdstuk wordt de theorie met betrekking tot dit onderzoek besproken. In hoofdstuk vier worden de methoden van onderzoek beschreven. Daarna zullen de resultaten van het kwalitatieve onderzoek aan bod komen. Hoofdstuk zes bestaat uit de conclusies van dit onderzoek, gevolgd door een persoonlijke reflectie op het gehele onderzoek en er wordt afgesloten met aanbevelingen.

Topsporters hebben invloed op de populariteit van de atletieksport. Topprestaties kunnen het publiek aanzetten tot sportbeoefening. Daarnaast kan de mediabelangstelling mogelijke sponsorinteresse losweken of het imago van de sport opvijzelen. De ontwikkeling van talent is daarbij van essentieel belang. Zonder doorstroming van talent geen topsport. In de eerste paragraaf zal in worden gegaan op de doelen en prioriteiten van de Koninklijke Nederlandse Atletiek Unie ten aanzien van topsport en talentontwikkeling. In de tweede paragraaf zal allereerst worden ingegaan op meest recente ontwikkelingen in de atletieksport die betrekking hebben op topsport, gevolgd door een uiteenzetting over talenten in de atletiek.

2.1 Koninklijke Nederlandse Atletiek Unie

De missie van de atletiekbond wordt omschreven als 'het verrichten van werkzaamheden c.q. het ontplooiën van activiteiten die het mogelijk maken dat iedereen (in Nederland) op zijn of haar niveau op veilige en verantwoorde wijze de baanatletiek en loopsport kan beoefenen' (www.knau.nl).

Daarnaast zijn enkele strategische doelen opgesteld. Deze zijn richtingbepalend en worden geconcretiseerd in tactische doelen en operationele doelstellingen. De volgende strategische doelen zijn opgesteld door de KNAU:

- a. de positie van de KNAU als autoriteit baanatletiek blijven versterken;
- b. de positie van de KNAU als autoriteit loopsport gestalte geven en verder versterken;
- c. het verhogen van de kwaliteit en het versterken van de positie van atletiekverenigingen;
- d. het structureel verhogen van het prestatieniveau van Nederlandse topatleten, uitmondend in deelname op het hoogste niveau bij Europese kampioenschappen, wereldkampioenschappen en Olympische Spelen;
- e. het verbeteren van de kwaliteit van de interne processen binnen de KNAU-organisatie.

Dit onderzoek richt zich op het strategische doel 'het structureel verhogen van het prestatieniveau van Nederlandse topatleten, uitmondend in deelname op het hoogste niveau bij Europese kampioenschappen, wereldkampioenschappen en Olympische Spelen'. Om te komen tot bredere topsportselecties en een bredere

basis voor de topatletiek, worden er activiteiten en projecten georganiseerd op de terreinen talentherkenning en talentontwikkeling. Op de website van de KNAU worden de belangrijkste activiteiten in dit proces gegeven (www.atletiek.nl).

- Het selecteren van talenten;
- Aansturing van steunpunten, verenigingen en regio's door KNAU coördinatoren talentherkenning en ontwikkeling als mentor, die door middel van frequente voortgangsgesprekken de begeleiding van de jeugdtalenten bewaken;
- Het organiseren van trainingsstages voor talenten van de verschillende disciplines;
- Het organiseren van financiële en facilitaire steun ten behoeve van initiatieven voor regionale talent trainingscentra;
- Het afstemmen van het KNAU-beleid met Olympische Steunpunten;
- Het aansturen van en het kennis uitwisselen met persoonlijke coaches;
- Het selecteren voor en het begeleiden bij jeugdtoernooien;
- Het structureren van de opvang en begeleiding van talenten die afvallen;
- Het organiseren van jeugdkampen, waarbij jeugdtalenten door toptechnisch kader worden begeleid (C- en B-junioren);
- Het geven van steun aan de Jong Oranje selectie (kandidaten WJK) bij het uitstippelen van het jaarprogramma en het verstrekken van een vergoeding voor sportspecifieke onkosten bij de voorbereiding op internationale evenementen;
- Het initiëren en optimaliseren van z.g. atletiekscholen (samenwerking onderwijs – KNAU);
- Het extra ondersteunen van uitzonderlijke talenten.

2.2 Ontwikkelingen in de atletieksport

Er is een aantal ontwikkelingen waarneembaar als het gaat om de topatletiek. In deze paragraaf zal kort worden ingegaan op ontwikkelingen in de atletiek die betrekking hebben op topsport en talenten in de atletiek.

2.2.1 Ontwikkelingen in de Topatletiek

De periode 2001 – 2005 heeft in het teken gestaan van een gestage groei van de prestaties van de nationale atleten en nationale ploegen op de internationale kampioenschappen (<http://www.knau.nl>). Het jaar 2005 was een uitzonderlijk jaar

voor de Nederlandse atletieksport met een gouden en zilveren medaille op de wereldkampioenschappen te Helsinki. De Nederlandse atletiek heeft in deze periode positief in de pers gestaan, zowel in kwantitatieve als in kwalitatieve zin. Nochtans staat Nederland op een bescheiden plaats bij de internationale kampioenschappen als het gaat om de puntenranglijst, dan wel om de medaillieranglijst. Bovendien is Nederland op het merendeel van de verschillende disciplines op Europese en wereldkampioenschappen niet vertegenwoordigd en is de top in Nederland zeer smal (<http://www.knau.nl>). Er zijn wel talentvolle atleten in Nederland, echter deze stromen niet veel door naar de topatletiek. In de afgelopen periode is er daarom een forse extra investering gedaan in de ontwikkeling van de topatletiek. Naast betere samenwerking tussen trainers, zijn ondersteuning van topselecties, talentherkenning en talentontwikkeling belangrijke aandachtspunten. Sportief gezien valt er, mede door betere ondersteuning van topselecties, een opwaartse lijn in de prestaties te constateren. Zo zijn er tijdens de Olympische spelen zes top-twaalf plaatsen behaald wat naar Nederlandse maatstaven een prima score is. De ondersteuning vanuit de bond is vooral gericht op het bieden van diverse vormen van begeleiding, te weten: sportief, medisch, mentaal en op het gebied van voeding. Een sportarts is er voor sporters die door sportbeoefening lichamelijke klachten ervaren. De voedingsdeskundige geeft advies over de voeding tijdens trainingdagen, de aanlooptdagen voor de wedstrijd en de herstelperiode daarna. De inspanningsfysioloog kijkt op basis van testresultaten hoe het met de conditie is gesteld en wat de mogelijkheden zijn. De fysiotherapeut adviseert, begeleidt en behandelt de (top)sporters die door een blessure niet optimaal kunnen presteren. De psycholoog probeert op het mentale vlak meer uit de sporter te halen. Met betrekking tot talentherkenning en talentontwikkeling kan opgemerkt worden dat de jonge talenten veel hebben samengewerkt met de senioren, waardoor veel trainingen aan waarde hebben gewonnen. Daarentegen is als gevolg van de beperkt beschikbare middelen te weinig aandacht geweest voor de echte jeugd op het gebied van talentherkenning en -ontwikkeling. De activiteiten hebben zich veelal gericht op de begeleiding van de Jong Oranje Selectie (kandidaten WJK), het selecteren en begeleiden voor internationale toernooien en het aansturen van steunpunten voor jeugdtalenten (<http://www.knau.nl>). Dit heeft onder andere te maken met nog beperkte sponsorinkomsten (o.a. het ontbreken van een hoofdsponsor) vanuit het bedrijfsleven en verlaagde subsidie van de overheid. Hierdoor is een beperktere aandacht uitgegaan naar de talenten. Door de goede resultaten in Helsinki (WK) ligt er wellicht een ruimere financiering van de

atletieksport in het verschiet. Ook probeert de KNAU door fundraising, het 'vermarkten' van atleten en wedstrijden en andere initiatieven inkomsten te genereren (<http://www.knau.nl>).

2.2.2 Talenten in de atletiek

Sinds 1996 worden de ranglijsten met indoor- en outdoortijden bijgehouden. Van elke discipline binnen de atletiek zijn de tijden bijgehouden voor A- en B-junioren en senioren. Met behulp van deze informatie kan worden gekeken hoe de doorstroming is van talenten. Er kan worden vergeleken welke topjunioren doorstromen naar de top-groep bij de senioren en welke niet. In dit onderzoek is een vergelijking gemaakt voor de jaren 1996-2002. In hoofdstuk vijf zullen de resultaten van de vergelijking worden beschreven.

In dit hoofdstuk wordt literatuur besproken die relevant is voor het onderwerp van dit onderzoek. In de eerste paragraaf zullen de begrippen "topsporter", "talent" en "dropout" besproken worden. In de tweede paragraaf worden factoren besproken die van invloed zijn op het al dan niet stoppen met topsport. Deze factoren zullen in de rest van het onderzoek als leidraad worden gebruikt. Het onderzoeksmodel en de onderzoeksvragen worden in de derde en vierde paragraaf behandeld. Aan het eind van het hoofdstuk wordt een samenvatting gegeven.

3.1 Begrippen

Hieronder zullen allereerst de begrippen topsporter en talent besproken worden. Vervolgens wordt ingegaan op het begrip dropout. Tot slot worden de verschillende groepen die in het onderzoek terugkomen afgebakend.

3.1.1 Topsporter

Het begrip topsporter is door NOC*NSF gedefinieerd als "een zodanig aangewezen sportman of -vrouw, die in een gekwalificeerde tak van sport individueel of met zijn of haar team presteert op het niveau van finales of eindrondes van Europese en/of Wereldkampioenschappen en/of Olympische Spelen. Of met deze kampioenschappen of Olympische spelen vergelijkbare toernooien, dan wel zijn of haar leeftijd, talent en inzet in aanmerking nemend, in staat is dat niveau binnen afzienbare tijd te halen" (www.sport.nl).

NOC*NSF maakt een onderscheid tussen twee niveaus van topsport, welke ze benoemen met een A-en B-status. Om een A-status te behalen of te bevestigen moet de sporter prestaties leveren op het niveau van (minimaal) de "top acht van de wereld". Daarnaast moet de sporter zich blijven voorbereiden op volgende meetmomenten en deelnemen aan het trainings- en wedstrijdprogramma van de bond (of een programma dat is goedgekeurd door de bond). Om een B-status te behalen of te bevestigen moet de sporter deelnemen aan internationale wedstrijden op het niveau van EK's, WK's of Olympische- en Paralympische Spelen. Ook dienen zij zich te blijven voorbereiden op volgende meetmomenten en deelnemen aan trainings- en wedstrijdprogramma van de bond (of een programma dat is goedgekeurd door de bond).

De hierboven beschreven omschrijving van een topsporter, zal in dit onderzoek niet zo nauw gehanteerd worden. Er wordt uitgegaan van de ranglijst: de atleet die deel uitmaakt van de top-5 of top 10 bij de senioren (afhankelijk van de discipline) wordt ingedeeld bij de top-groep.

3.1.2 Talent

Talenten hebben in veel gevallen nog niet de A- of B-status. Alleen de sporters die al op vroege leeftijd de top bereiken (turnen, kunstrijden) kunnen deze status krijgen. Normaliter krijgen topsporters vanaf hun achttiende levensjaar de A- of B-status. Maar wie wordt dan gezien als talent?

De beste beschrijving van het woord talent geeft Bloom in zijn boek 'Developing talent in young people' (1985). Hierin zegt hij: 'By talent we mean an unusual high level of demonstrated ability, achievement or skill in some special field of studie or interest' (Bloom 1985 p.5).

Talenten zijn vaak jongeren die over vaardigheden beschikken om op een bepaald vlak zeer goede prestaties neer te zetten. Zo kunnen talenten uitblinken binnen een bepaalde sporttak. Specialisatie is dan ook vaak een belangrijk kenmerk voor een talent. Na een eerste kennismaking met de sport, wordt vaak al duidelijk of iemand talentvol is in die sport of niet.

Volgens van Rossum (1993) zijn er een zestal factoren dat jonge sporters tot talenten maakt.

- Fysieke gesteldheid
- Mentale gesteldheid
- Motorische vaardigheden
- Wil en bekwaamheid om te leren
- Technische/tactische/strategische vaardigheden
- flair, het laten zien van hun vaardigheden

In dit onderzoek zal de definitie van Bloom gehanteerd worden. De talentgroep is gebaseerd op bijzondere prestaties. Hierbij is uitgegaan van de ranglijst. De atle(e)t(e) die deel uitmaakte van de top-5 van zijn of haar leeftijdsgroep wordt ingedeeld bij de talentgroep.

3.1.3 Dropout

Cashmore verwoordt in het boek 'Sport psychology; The key concepts (2003) in drie zinnen enkele centrale aspecten van de dropout: "Ex-athletes who have abandoned their participation in sport after disagreeable experiences are known, in the often cruel vernacular of sports, as dropouts. Often they are fatigued, dejected, resentful, sometimes tormented and wounded, and occasionally mortified. Some leave sports sorrowful if not downright heartbroken." (p.91). Er is vaak maar klein aantal atleten dat de top haalt.

Het dropoutfenomeen kan op verschillende manieren worden opgevat: als het helemaal stoppen met de sportactiviteit, als het overstappen van de ene sportactiviteit naar een andere (verandering van de sporttak), of als het overgaan naar een lager niveau van sportbeoefening binnen dezelfde tak van sport. Meestal wordt dropout opgevat als het stoppen met sport, maar in onderzoeken naar sportuitval blijken allerlei operationele definities te zijn gebruikt.

In het huidige onderzoek wordt de ruime definitie van dropout gebruikt. Er wordt de omschrijving gehanteerd dat er van 'dropout' gesproken wordt indien het betreffende talent met de sportbeoefening op een hoog niveau van de betreffende tak van sport (in dit geval dus atletiek) gestopt is. Het doet hierbij dus niet terzake of de atleet op een lager niveau atletiek is gaan beoefenen, een andere tak van sport is gaan beoefenen, of geheel met sporten is gestopt. In dit onderzoek gaat het louter om de vraag waarom een atleet al dan niet doorstroomt naar de topsport.

3.2 Factoren bij mogelijke dropout

Door wetenschappers die de redenen voor dropout in de sport in kaart hebben gebracht, wordt allereerst gesteld dat er veel verschillende redenen door de betreffende sporter worden genoemd en dat stoppen meestal niet vanwege één reden optreedt. Hieronder worden de meest besproken factoren beschreven als het gaat om het al dan niet stoppen met topsport (dropout).

3.2.1 Fysieke en psychische belastbaarheid

Uitzonderlijke fysieke en psychische eigenschappen zijn een voorwaarde voor het bedrijven van topsport. De fysieke en psychische belastbaarheid is verder bepalend voor een (top)sportloopbaan. Een talent kan bijvoorbeeld excelleren in een sport, maar vaak geblesseerd zijn of mentaal de druk niet aankunnen.

Fysieke belastbaarheid

Talentvolle sporters trainen vaak in het grensbereik van hun fysieke belastbaarheid. Dit is noodzakelijk om te verbeteren in de sport. Veel sportcarrières worden echter verstoord als gevolg van chronische overbelasting in de vorm van blessures. Overbelastingen sluipen er vaak langzaam in. Er is aanvankelijk nog geen blessure, maar de eerste signalen zijn er wel. Doch deze worden vaak niet of nauwelijks erkend. Zeker voor sporters die al aan de grens van hun fysieke belastbaarheid zitten is het bijzonder moeilijk om werkzame en veilige trainingsmethoden te vinden.

Vandaag de dag is overtraining vrij gewoon onder atleten. Vermoeidheid, het onvermogen om het niveau van vroegere prestaties te halen en een verminderd vermogen om te herstellen zijn typische vormen van overtraining (Kuipers & Keizer, 1988). Overtraining vindt plaats als herstel tussen de trainingen niet compleet is. De volgende trainingsprikkel vindt reeds plaats vooraleer men volledig hersteld is van de vorige prikkel. Om prestaties te verbeteren gaat men (te) veel doen wat kan leiden tot overtraining, verzuring, burnout en mogelijk blessures/dropout (Kuipers & Keizer, 1988). Dit is dus iets waar trainers en atleten voor moeten oppassen. Er bestaat echter geen eenduidige diagnostische test die overtraining kan definiëren. Men moet rekening houden met een verscheidenheid aan parameters die overtraining kunnen duiden. Mogelijke indicatoren zijn verminderde werking van het immuunsysteem, spierschade, slechte prestaties bij sport specifieke testen. Het screenen van verandering in parameters als indicatie van overtraining zou een routine component moeten zijn van het trainingsprogramma (Fry, Morton, Keast, 1991).

Psychische belastbaarheid

In onderzoek bij Nederlandse topsporters is gebleken dat trainers/coaches en sporters bij het beoordelen van prestatiebepalende factoren het gewicht van de algemene factor 'mentale conditie' relatief hoog inschatten (Rossum & Gangné,

1994). Kenmerken als 'wil om te winnen' en 'begerigheid tot presteren' zijn volgens trainers en sporters belangrijke psychologische factoren (van Rossum (1993). Daarnaast moet een sporter ook goed met prestatiedruk om kunnen gaan. In de topsport speelt namelijk het presteren een belangrijke rol. Een sporter moet op het juiste moment klaar zijn voor de wedstrijd. Vooral jonge atleten worden continue geconfronteerd met groeiende verwachtingen, vaak resulterend in onrealistische prestatie-eisen wat kan leiden tot een vroege dropout.

3.2.2 Invloed van de sociale omgeving

Een topsporter moet aan enkele fysieke en psychische kenmerken voldoen. Voor afzonderlijke sporten heb je een specifieke fysieke aanleg voor nodig. Ook de mentale conditie is van belang. Het is echter niet zo dat een sporter met het grootste talent ook altijd de beste sportprestaties levert. Naast persoonlijke kenmerken zijn ook factoren in de sociale omgeving van invloed op de sportprestaties.

De sociale omgeving van de (jeugdige) topsporter bestaat uit de ouders, de vrienden en de trainer/coach. De wisselwerking tussen de sporter en zijn omgeving is van grote invloed op de sportprestaties (Visscher, Gemser, de Greef 1997).

Ouders

Ouders hebben op vele manieren invloed op de sportprestaties. Ze hebben een stimulerende rol, een ondersteunende rol en zijn ook belangrijk voor het overbrengen van normen en waarden.

De stimulering bestaat uit financiële steun, emotionele steun en het belang dat ouders aan de sportprestaties van hun kind hechten. De financiële steun bestaat uit het bijdragen aan de kostenvergoeding die de sport met zich meebrengt. De emotionele steun bestaat uit het al dan niet bezoeken van trainingen en/of wedstrijden, het contact met de trainer/coach en het wel of niet belangrijk vinden dat hun kind het gezellig vindt bij de sportvereniging (Visscher, Gemser, de Greef 1997). Topsportouders zijn vaak betrokken bij allerlei activiteiten in de sport en gaan vaak naar trainingen en/of wedstrijden. Ook hebben ze regelmatig contact met trainers/coaches. Dit wordt niet altijd als even prettig ervaren, omdat ze vinden dat ouders zich niet teveel met hun vakgebied moeten bemoeien. Dit is echter niet verstandig. Ouders merken meestal als eersten wanneer er iets aan

de hand is. De trainers/coaches horen regelmatig contact met hen te onderhouden over bijvoorbeeld de trainings- en wedstrijdprogramma's en over eventueel persoonlijke problemen van het kind (Loo & Rossum, 1997). Het belang van de sportprestaties bestaat uit prestatiedruk en sociale status. Aangezien de ouders door de resultaten van hun kinderen vaak een hogere sociale status verwerven, wordt ook dit gezien als een factor die van invloed zou kunnen zijn op de sportprestaties. Men vindt het vaak belangrijk dat mensen uit de omgeving tegen hun kind opkijken. Dit kan door goede sportprestaties. Stimulering is dus heel belangrijk. Daarbij moet echter opgepast worden dat men niet te hoge verwachtingen heeft van het kind. Ouders zijn vaak trots op de prestaties van hun kind en verwachten dan teveel. Het lijkt soms of kinderen moeten bereiken wat ouders niet is gelukt. Zo'n houding kan spanningen opleveren als het kind niet aan die verwachtingen kan voldoen. Ouders kunnen ook te lage verwachtingen hebben van de prestaties van hun kind. De reactie van het kind kan dan zijn dat het zijn ouders wel 'een poepje zal laten ruiken'. Deze extreme motivatie kan ertoe leiden dat kind weer teveel van zichzelf eist. Ook kan het zijn dat het kind denkt dat de ouders gelijk hebben en dat zijn prestaties niet zoveel voorstellen. Het kind is dan meestal minder gemotiveerd. Naast stimuleren hebben de ouders ook een belangrijke taak in de daadwerkelijke ondersteuning. Dat zit in dingen als het halen en brengen naar trainingen en wedstrijden, zorgen dat de gang van zaken in het gezin wordt aangepast aan de tijdstippen waarop wordt gesport, rekening houden met het eten en, natuurlijk door de kosten te betalen. Dit lijken simpele zaken. Echter, in de praktijk valt het niet altijd mee. Zeker niet wanneer er sprake is van meerdere kinderen. Soms zijn er problemen met het ophalen en wegbrengen van de kinderen. Niet alle ouders hebben de mogelijkheden om de kinderen naar de sportvereniging te brengen. Dit is afhankelijk van de tijd die men heeft en of men de beschikking heeft over één of meerdere auto's. Ook spelen ouders een belangrijke rol bij het overbrengen van normen en waarden. Deze normen en waarden uit het gewone leven gelden ook in de sport. Van 'huis uit' leren kinderen bijvoorbeeld dat 'je moet afmaken waar je aan begint', dat 'je je best moet doen als je iets bereiken wilt', dat 'je de dingen die je moet doen, ook werkelijk doet'. De normen en waarden die in het gezin gelden, zijn in de sport even belangrijk. Andersom leren kinderen door de sport dingen die in het normale maatschappelijk verkeer ook belangrijk zijn. Het gedrag van de ouders geldt in dit opzicht als voorbeeld (NOC*NSF, 1997).

Er bestaat echter een grote diversiteit in de opvatting die er leeft bij ouders over de topsportbeoefening. Ouders accepteren topsport vaak enkel wanneer alle condities geoptimaliseerd zijn en de garantie op een gezonde levenswijze en een voorspoedige studie-of werkloopbaan open blijft. Andersom leren kinderen door de sport dingen die in het normale maatschappelijk verkeer ook belangrijk zijn. Het gedrag van de ouders geldt in dit opzicht als voorbeeld (NOC*NSF, 1997).

Coaches/trainers

Een trainer/coach heeft een belangrijke taak in de ontwikkeling van talent. Trainers/coaches zijn er voor het verbeteren van technische vaardigheden en het voorbereiden van prestaties die geleverd dienen te worden. Daarnaast zijn ze belangrijk voor het geven van feedback, corrigeren van fouten en voorbereiden op wedstrijden.

Naast het geven van trainingen en het coachen van wedstrijden is de trainer/coach er ook voor de organisatie rondom het talent. Een trainer heeft vaak regels, die van invloed kunnen zijn op de tijdsindeling/beleving van jonge talenten. Hierbij valt te denken aan een uitgaansverbod, geen alcohol, een dieet en op tijd naar bed (Heinen, 2004). Dit kan conflicten opleveren met de betreffende atleet, ouders en leeftijdsgenoten, wanneer zij een andere visie hebben op de besteding van de vrijetijd. Wederzijds vertrouwen is hierbij belangrijk. Atleten moeten hun coach kunnen vertrouwen wat betreft de goede technische en tactische ondersteuning. De trainer/coach moet de atleet kunnen vertrouwen als het gaat om het serieus nastreven van prestaties (Shogan, 2003). Sportief gezien moeten de trainer en de sporter hetzelfde doel nastreven: steeds beter worden.

De taak als sportbegeleider gaat, zeker bij jonge sporters, vaak verder dan de sportbeoefening. Sporters vinden het vaak ook belangrijk om met de trainer/coach over sociale zaken te praten, zoals de thuissituatie en hoe het op school gaat. Atleten moeten hun sport kunnen beoefenen in een omgeving waar ze zich op hun gemak voelen. Het is daarom van belang dat de trainer zich bewust is van situaties die het plezier in de sport ernstig kunnen bedreigen.

Vrienden/vriendinnen

De invloed van vrienden is vooral groot in het midden van de adolescentieperiode, de leeftijd van 15-16 jaar, en werkt door tot aan de volwassenheid. In deze levensfase neemt de omgang met leeftijdsgenoten in het

sociale leven een belangrijke plaats in. Vaak hebben topsporters sterke vriendschappen met medesporters. De tijd voor de omgang met vrienden buiten de sport wordt voor een groot gedeelte 'opgeslokt' door de intensieve sportbeoefening. Sporters kampen met sociale problemen als het missen van activiteiten en verjaardagen. In een vriendengroep wordt ook vaak geëxperimenteerd met alcohol, roken en soms zelfs drugs. Dit zijn zaken waar jonge topsporters ver van verwijderd behoren te worden. Dit kan tot spanningen leiden binnen een groep. Wanneer in de vriendenkring een positieve instelling heerst ten aanzien van sport, dan heeft de sporter ook sneller een positieve instelling tegenover sportdiscipline en meer plezier in de trainingen. Jongeren willen hun eigen identiteit ontwikkelen, maar ze willen zich ook kunnen identificeren met anderen. Voor jongeren is het erg belangrijk een bepaalde leefstijl aan te nemen en te behoren tot een subcultuur. Dit versterkt hun persoonlijke en sociale identiteit. Ook topsporters zijn op zoek naar een persoonlijke en sociale identiteit. De topsportbeoefening neemt een groot deel van de vrijetijd in beslag, waardoor er weinig tijd over blijft voor andere activiteiten. Volgens Heinen (2004) kan er voor jonge talenten zo een spanningsveld ontstaan tussen het vinden van een eigen leefstijl enerzijds en aanpassing aan de vriendengroep anderzijds, omdat zij over het algemeen minder vrijetijd hebben.

3.2.3 Motieven voor topsportbeoefening

Naast de hierboven genoemde factoren is de motivatie van het talent belangrijk bij de doorstroming naar de topsport. Motivatie heeft te maken met de drijfveer om een inspanning te leveren. Deze drijfveer kan intrinsiek of extrinsiek zijn. Intrinsiek betekent dat die vanuit het individu zelf komt; iemand doet veel aan atletiek omdat hij/zij een echte sportliefhebber is. Extrinsiek betekent dat de drijfveer extern is. Dit kan bijvoorbeeld zijn doordat er een materiële beloning wordt voorgesteld; als je het goed doet krijg je kleding of extra geld. De motieven die gelden om aan sport te doen kunnen zeer divers zijn. Gezondheid, prestatie, schoonheid (verzorgd lichaam), recreatie, plezierbeleving etc. spelen een belangrijke rol bij de keuze om wel of niet te gaan sporten. Daarnaast zijn ze bepalend voor de soort sportactiviteit. Voor aankomende toppers spelen de plezierbeleving en het motief om te presteren een belangrijke rol.

Plezierbeleving

Een belangrijke intrinsieke motivatie om topsport te bedrijven is de plezierbeleving. Als atleet moet je veel zaken opzij zetten voor de sport. Toewijding is heel belangrijk. Er moet het maximale uit het lichaam worden gehaald en grenzen worden verlegd. Daar moet een zekere liefde en plezier van uitgaan, anders houdt niemand het vol. Jeugdigen zien het ontbreken van plezier als een belangrijke reden voor het stoppen met sport (van Rossum, 2005). Het plezier kan bestaan uit het proberen te winnen of gewoon het bewegen op zich. De beleving van de sport is heel belangrijk. Het feit dat je niet alleen met je hoofd bezig bent, maar ook met je lichaam maken de beleving van sport zo 'eigen'.

Een andere belangrijke intrinsieke motivatie om te sporten is het verhogen van het welzijn. Meerdere onderzoeken hebben aangetoond dat er een positieve relatie is tussen sportbeoefening enerzijds en psychologisch welzijn anderzijds. Zo geven veel hardlopers aan dat ze een fijn gevoel hebben na het lopen (Johnsgard, 1989). Om een citaat te gebruiken uit een gerenommeerd hardlooptijdschrift: 'I run because of the post-run *feel good factor*. Dit komt waarschijnlijk vanwege een combinatie van psychologische en fysieke gevoelens die resulteren in een positieve hedonistische stemming. Een belangrijke intrinsieke motivatie om te lopen is daarmee een gevoel van positief welbevinden dat de sport met zich meebrengt. Kerr en Vlaswinkel (1993) hebben onderzoek gedaan naar mogelijke veranderingen in psychologisch welbevinden onder hardlopers die aan het lopen waren in hun gebruikelijk natuurlijke omgeving. Twee veldstudies zijn daarbij uitgevoerd, met zowel vrouwelijke als mannelijke lopers. In elke studie zijn de objecten gecategoriseerd in gelijke groepen van snelle of langzame lopers, gebaseerd op tijden gelopen op 5.0km (vrouwen) en 6.6km (mannen). De gedachte was dat de loopervaring varieert volgens iemands mogelijkheden, of succes in lopen. Uit de resultaten van de studie blijkt dat het psychologische welzijn van lopers verbetert na het lopen. Er blijken geen uitzonderlijke verschillen te bestaan tussen langzame en snelle lopers.

Prestatiemotief

Naast de plezierbeleving spelen de prestatiedoelstellingen een belangrijke rol. Hierbij kan er een onderscheid gemaakt worden tussen intrinsiek gerichte en extrinsiek gerichte elementen van prestatiegemotiveerd gedrag. Whitehead (1986) heeft in een proefschrift over sportdeelname en -uitval vastgesteld dat sporters vanuit drie bedoelingen (prestatiedoelen) sport beoefenen.

Allereerst vanuit een 'ability orientation', met de bedoeling een positieve kijk op de eigen kunde en vaardigheden te handhaven (intrinsiek gericht), en graag tonend hoe goed je bent (extrinsiek gericht). Hierbij past een gerichtheid op winnen. Het gaat om het resultaat van de sportwedstrijd – alleen de eerste plaats telt; de sportprestatie wordt beoordeeld op grond van het resultaat, dat wil zeggen de ander verslaan, de beste zijn, als eerste eindigen: winnen.

Verder vanuit een 'task orientation', met de bedoeling meesterschap te krijgen, zichzelf duidelijk maken dat ze iets kunnen, iets beheersen (intrinsiek gericht). Het gaat hier om het prettig vinden om bezig te zijn met het verbeteren van de eigen prestatie, van het zoeken van de uitdaging om het beste van jezelf te laten zien, en het weten dat je vaak in wedstrijdsituaties het beste kunt tonen wat je waard bent. Het gaat hierbij niet zozeer om het verslaan van de tegenstander, maar meer om het gebruiken van de tegenstander om zelf beter te presteren. De tegenstander wordt juist gerespecteerd als degene die je uitdaagt om het uiterste van jezelf te geven, natuurlijk in een poging om te winnen.

Tenslotte de 'social approval orientation', met de bedoeling een beloning te krijgen voor inzet (extrinsiek gericht). Het gaat hierbij om zelfwaardering en waardering door anderen.

De Wit (1995) geeft in zijn werk aan dat met name een positieve zelfwaardering, een positieve inschatting van eigen kunde en vaardigheden in relatie tot anderen, belangrijk is (intrinsiek gericht). Vooral jonge mensen zijn bezig met de ontwikkeling van de eigen identiteit en het opbouwen van een positief zelfbeeld. Het goed presteren in een bepaalde sporttak kan bijdragen aan een positieve zelfwaardering. Door middel van sport kan men uitblinken en dit draagt bij aan een positief zelfbeeld. De topsporter kan excelleren en beter zijn dan anderen via de prestatiesport. Naast een positieve zelfwaardering kan dit ook leiden tot het verwerven van een bepaalde maatschappelijke status (extrinsiek gericht).

Uitmuntende prestaties geven niet zelden een hoog aanzien. De sporter kan echter niet altijd uitblinken. Bij de overgang van junioren naar senioren komt het niet zelden voor dat de jonge sporter bij de senioren niet meer in de 'top van de piramide' zit, zoals dit bij de junioren het geval was. Dit is vaak een demotiverende ervaring. Het relatief minder presteren bij de senioren kan leiden tot een negatieve inschatting van eigen kunde en vaardigheden in relatie tot anderen (intrinsiek gericht). Ook kan men bij de senioren vaak minder goed excelleren wat kan leiden tot een minder hoog aanzien en daarmee een minder positieve zelfwaardering (extrinsiek gericht).

3.2.4 Voorzieningen voor (toekomstige) Topsporters

Naast ondersteuning door ouders, vrienden en trainers/coaches, is het ook van belang dat er genoeg voorzieningen zijn voor de (talentvolle) sporter. Belangrijke voorzieningen voor topsporters zijn (wedstrijdgerichte) accommodaties, voorzieningen op het gebied van studie/werk en (sport)loopbaanondersteunende voorzieningen.

Accommodaties

Voor jeugdige talenten moeten er genoeg accommodaties zijn die geschikt voor topsportactiviteiten. Zo behoeven talentvolle atleten een professionele trainingsbaan die aan alle eisen voldoet. Als het gaat om de ligging van de sportvoorzieningen in het woonmilieu, dan heeft dit de voorkeur van de wedstrijdssporter. Dit is echter geen vereiste. Sporters met een redelijk niveau willen over het algemeen best een stukje reizen voor een geschikte trainingslocatie. Jeugdsporters die een bepaald niveau hebben bereikt, wijken vaak uit naar andere steden. De openingstijden van de accommodaties zijn van belang. Vooral wedstrijdssporters vinden het belangrijk om gedurende de gehele dag terecht te kunnen bij de trainingsaccommodatie. Het gebruiken van sportfaciliteiten kost vaak ook geld voor de individuele sporter. Financiële kosten voor het beoefenen van de sport hoeven echter geen drempel te zijn. Toch vormt het bij een klein percentage van de sporters een bezwaar om te gaan sporten (www.nibud.nl).

Sportloopbaanondersteunende voorzieningen

In Nederland is er een aantal instanties die talenten en topsporters ondersteuning bieden bij hun sportloopbaan. De belangrijkste instanties voor sporters zijn Het Nederlands Olympisch Comité * Nederlandse Sport Federatie (NOC*NSF) en Olympische Steunpunten. Daarnaast bieden de afzonderlijke bonden ook ondersteuning. Voor dit onderzoek is vooral de ondersteuning door de Atletiekbond, de KNAU, belangrijk.

NOC*NSF

NOC*NSF is een samenwerkingsovereenkomst tussen het in 1993 gefuseerde Nederlands Olympisch Comité en de Nederlandse Sportfederatie. Ze zijn uitgegroeid tot de belangenbehartiger van de georganiseerde sport in Nederland. Hun missie is "het creëren van optimale voorwaarden om talentvolle sporters en

gearriveerde topsporters permanent op maximaal niveau te laten presteren". De ambitie is een structurele toename van het aantal topsportonderdelen waarin Nederland op hoogniveau presteert, met als inzet het behalen en behouden van een positie bij de top-10 van de wereld (NOC*NSF).

NOC*NSF is er niet alleen voor de al gevestigde topsporters. Om een permanente toppositie in de internationale sportwereld te verwezenlijken, mag de aandacht voor de talenten niet ontbreken. Het herkennen, ontwikkelen en opleiden tot topsporters behoort dan ook tot één van de taken van NOC*NSF. Om de ontwikkeling optimaal te laten gebeuren heeft NOC*NSF een duidelijke programmering van het ontwikkelings- en opleidingsprogramma van getalenteerde sporters. Hierbij wordt er rekening meegehouden dat het voor talenten acht tot tien jaar duurt om op het hoogste niveau te kunnen oogsten. Daarnaast is er gekozen voor een sterk sportinhoudelijke samenhang tussen de programma's van verschillende selectiegroepen (bijvoorbeeld junioren en Jong Oranje). De inhoud van deze programma's moet zijn afgeleid van het hoogste niveau, met een differentiatie op grond van specifieke groepskenmerken en individueel talent (www.sport.nl)

Olympische Steunpunten

Topsporters met een A-status worden vaak begeleid door NOC*NSF. De sporters met een B-status zijn de doelgroep van de Olympische steunpunten. Maar ook talenten die nog geen A- of B-status krijgen, zijn aangesloten bij Olympische Steunpunten. Ze moeten dan wel aan de geldende criteria voldoen. De steunpunten kennen twee criteria op basis waarvan je als sporter wordt ingedeeld:

- **a. fase in de topsportloopbaan:** beginner, talent (jeugd), topper (senior) en stopper;
- **b. prestatieniveau** waarop je in jouw leeftijdscategorie tot de betere behoort: regionaal, nationaal en internationaal.

Op basis van deze criteria komt men tot de volgende indeling.

	<i>Regionaal</i>	<i>Nationaal</i>	<i>Internationaal</i>
Beginner	N.v.t.	N.v.t.	N.v.t.
Talent	Jeugd regionaal	Jeugd nationaal	Jeugd internationaal
Topper	Senioren regionaal	Senioren nationaal	Senioren internationaal
Stopper	N.v.t.	Stopper nationaal	Stopper internationaal

Figuur 2.1 Topsportfasen

Bron: www.sport.nl

De groep 'beginners' valt niet onder de doelgroep van de Olympische Steunpunten. Dit geldt veelal ook voor de doelgroep 'Nationale/regionale stoppers'.

Voor dit onderzoek is vooral de fase van het talent belangrijk. Hierin zijn twee categorieën, namelijk Jeugd (Inter)nationaal en Jeugd Regionaal.

Jeugd (Inter)nationaal

Sporters (jeugd) die minstens behoren tot het hoogste landelijke prestatieniveau in hun leeftijdscategorie.

Hiervoor gelden de volgende criteria:

- Sporters die deelnemen aan EJK, WJK, EJOF.
- Sporters die lid zijn van Olympic Talent Team NOC*NSF.
- Sporters die lid zijn van de nationale jeugdselectie van een nationale sportbond.
- Sporters die lid zijn van de nationale talentengroep van een nationale sportbond.

Jeugd Regionaal

Sporters (jeugd) die binnen hun leeftijdscategorie op regionaal niveau bij de beteren behoren.

Hiervoor gelden de volgende criteria:

- Sporters die uitkomen op het hoogste niveau landelijke jeugdcompetitie.

- Sporters die als jeugd uitkomen in de hoogste landelijke seniorencompetitie.
- Sporters die lid zijn van een regionale jeugdselectie of talentengroep sportbond.

De sporters worden individueel begeleid op basis van vier ontwikkelingen. Naast de lichamelijke ontwikkeling vindt er ook een persoonlijke ontwikkeling plaats die tot uiting komt in verschillende 'loopbanen' binnen het gezin, vriendengroep, het onderwijs en de sport. Ook een aantal omgevingsfactoren vervult een zeer bepalende rol in de ontwikkeling van het talent.

Een optimale voorbereiding en uitvoering van een topsportcarrière vindt volgens de Olympische Steunpunten aan de hand van vier ontwikkelingslijnen plaats:

1. Persoonlijke ontwikkeling

De ontwikkeling van de sporter in de persoonlijke levenssfeer en de relatie/ ondersteuning van ouders, eventuele partner, vrienden en hobby's.

2. Maatschappelijke ontwikkeling

De ontwikkeling van de sporter op het gebied van onderwijs, werk, huisvesting en vervoer, inkomen.

3. Professionele ontwikkeling

De ontwikkeling van de sporter naar een vakmatige/ beroepsmatige benadering van de (in)directe topsportbeoefening:

- Zelfmanagement
- Plan (sportief, maatschappelijk)
- Begeleidingsteam (multidisciplinair)
- Normen en waarden (fair play, doping)
- Financiën (sponsor, fiscaal)

4. Sportieve ontwikkeling

De ontwikkeling in de tak van sport van talent naar topper op tactisch, technisch, fysiek terrein (www.sport.nl).

Atletiekbond

Talentvolle topsporters onder 23 jaar kunnen geselecteerd worden voor het AA-talententeam. Het talententeam wordt gesponsord door AA-drink. Dit bedrijf wil talenten ondersteunen in hun weg naar de top, en is al zestien jaar sponsor van

de KNAU, omdat zij atletiek als de moeder der sporten ziet. De sponsoring bestaat uit het geven van geld en goederen. De atleten uit het AA Drink Talenten Team kunnen, naast een kwartaaltoelage, rekenen op bonussen voor hoge klasseringen bij nationale en internationale toernooien.

Samen met AA Drink stelt de KNAU selectiecriteria op waaraan de talenten moeten voldoen, willen ze deel uit maken van het team. De criteria zijn gebaseerd op klasseringen bij EJK, WJK, EK onder de 23 en Europese jaarranglijsten. Jaarlijks wordt er op grond van de geleverde prestaties gekeken naar de samenstelling van het team. Overeenkomsten worden steeds voor de duur van één jaar aangegaan. Een aantal van de vroegere talenten, waaronder Bram Som (800m) en Rutger Smith (kogelstoten), is doorgestroomd naar de top (www.atletiek.nl).

De KNAU heeft verder het project 'Villa Mila' opgezet met als doel de loopnummers in de Nederlandse atletiek het komende decennium structureel op een hoger plan te brengen. Om dit te bereiken is er een optimaal programma opgezet, zodat atleten onder intensieve begeleiding en monitoring van een begeleidingsteam van specialisten hun doelen kunnen bereiken. Uit onderzoeksprojecten (MiLa-meisjes en Marathon) is gebleken dat een atletiecarrière naar de Internationale top van 10 jaar of langer veel valkuilen kent en zeer intensieve, individuele dagelijkse begeleiding vraagt (www.sport.nl). Om krachten en kennis van atleten, coaches en andere specialisten te bundelen, is in 2001 besloten Villa Mila op te richten.

Villa Mila is opgericht als:

- meetingpoint atleten en coaches
- kantoor Mila-bondstrainers
- tijdelijke slaappleats topatleten
- behandelruimte arts en fysio
- analyse trainingsresultaten / testresultaten
- werkplek topbegeleidingsteam
- centrale plaats voor uitvoeren van testen

(www.sport.nl)

Daarnaast is er in samenwerking met Olympisch Steunpunt Gelderland gezorgd voor permanente woonruimte in de directe omgeving van Papendal.

Voorzieningen op studiegebied

De studie is van grote invloed op de sporter. Studeren of werken is voor de meeste sporters een noodzaak. Er zijn meestal weinig kansen voor een loopbaan in de sport. Het huidige topsportniveau vereist dat topsporters steeds meer tijd investeren in de ontwikkeling van hun sportcarrière. Het vinden van een evenwicht tussen belasting en belastbaarheid wordt door de combinatie topsport en studie steeds moeilijker.

LOOT-onderwijs

Sinds 1991 is er een samenwerkingsverband tussen het Ministerie van Onderwijs, het Nederlands Olympisch Comité en inmiddels 20 scholen voor voortgezet onderwijs. Deze scholen worden LOOT scholen genoemd, wat staat voor Landelijk Overleg Onderwijs en Topsport. Deze scholen maken de combinatie studie en topsport mogelijk in het voortgezet onderwijs (VBO-MAVO-HAVO-VWO). LOOT-scholen houden rekening met de sportieve ambities van de leerlingen door extra onderwijsvoorzieningen aan te bieden. De LOOT-scholen bevinden zich in de volgende plaatsen: Groningen, Emmen, Venlo, Almere, Arnhem, Amsterdam, Rotterdam, Zwolle, Den Bosch, Utrecht, Heerenveen, Eindhoven, Lelystad, Bergen op Zoom, Alphen a/d Rijn, Den Haag, Nijmegen, Alkmaar en Sittard.

Om in aanmerking te komen voor een LOOT-status moeten talenten behoren tot of deel uitmaken van:

- de nationale top in hun leeftijdscategorie
- een districtsvertegenwoordiging
- een regionale selectie
- een hoge notering hebben op een officiële ranglijst

LOOT-scholen houden rekening met de sportieve ambities van de leerlingen door extra onderwijsvoorzieningen aan te bieden:

- Flexibel lesrooster dat ruimte laat voor trainingen en wedstrijden.
- Zonodig (gedeeltelijke) vrijstelling van bepaalde vakken.
- Zonodig uitstel of vermindering van huiswerk.
- Voorzieningen om achterstanden weg te werken, die zijn veroorzaakt door afwezigheid in verband met trainingen en wedstrijden.
- Een aparte studieruimte.
- Uitstel of aanpassing van de afname van repetities of schoolonderzoeken.
- Gespreid examen over twee jaar (voor de absolute topsporter).

- Begeleiding van een studie- en sportcoördinator.
- Bemiddeling bij gebruik van sportaccommodaties.
(www.lootschool.nl)

Middelbaar onderwijs, hoger onderwijs en universitair onderwijs

Bij het middelbaar, hoger en universiteit onderwijs is een aantal initiatieven genomen die het mogelijk maken topsport en studie te combineren.

Sinds 2002 is er de Atletiekschool Aventus. De school is een initiatief van de Koninklijke Nederlandse Atletiekunie (KNAU), Stichting Apeldoorn Atletiekstad (STAA) en regionaal opleidingscentrum (ROC) Aventus. Het ROC is een Mbo-onderwijsinstelling met vestigingen in Apeldoorn, Deventer en Zutphen. De Hogeschool Hanzesteden in Deventer (een particuliere instelling voor Hbo-opleidingen) en Saxion Hogeschool IJsselland in Deventer nemen vanuit de onderwijskant ook deel aan het initiatief. Dat geldt ook voor de gemeente Apeldoorn. Met een financiële ondersteuning geeft ook zij een positieve impuls aan de Atletiekschool. In de praktijk houdt de Atletiekschool in dat er in de ochtenduren tot het begin van de middag een leerprogramma is. 's Middags vanaf 14.30 uur worden er atletiektrainingen gevolgd. De disciplines waarin training wordt gegeven zijn:

- sprint en/of horden.
- Meerkamp.
- midden- en lange afstand.

Voor potentiële deelnemers aan de Atletiekschool geldt dat men als atleet ambitieus moet zijn. Niet alleen maatschappelijk moet men vooruit willen, ook voor het atleet zijn is dat motto van toepassing. Bij deelname wordt uitgegaan van een niveau van behoren tot de regiotop met de ambitie om op Nederlandse Kampioenschappen een finaleplaats te willen halen. Naast studie en training is er aandacht voor begeleiding op het punt van het aanpassen van lesroosters en studievoortgang en het regelen van faciliteiten voor bijvoorbeeld wedstrijddeelname en trainingsstages. Ook is er aandacht voor onderwerpen als medische begeleiding en keuring, woonruimte en intake en plaatsing (www.atletiekschool.nl).

Ook is er de Johan Cruyff University. Dit is een initiatief van Johan Cruijff en de hogeschool van Amsterdam. Naast de topsportcarrière kan hier een 4-jarige

commercieel-economische opleiding op Hbo-niveau worden gevolgd.

Om in aanmerking te komen voor deze opleiding moet een talent sporten op het hoogste niveau van de sportbond of dat niveau, gezien de leeftijd, in de toekomst kunnen halen. Verder gelden dezelfde eisen als voor elke Hbo-opleiding. De Johan Cruyff University (JCU) biedt een 'opleiding op maat', waarin de sporter en de sportcarrière centraal staan. De studie gaat veelal via het internet, ook tijdens (buitenlandse) trainingskampen. Er is een coördinator Topsport en Studie die de studie afstemt op de individuele sportsituatie (www.economie.hva.nl).

Bij veel reguliere instellingen zijn er voor studenten die topsport bedrijven voorzieningen en regelingen getroffen. Zo kunnen studenten die sporten op hoog niveau van de Rijksuniversiteit Groningen een financiële ondersteuning krijgen. Ook bij studievertraging door sportieve verplichtingen biedt de RUG steun. Daarnaast kunnen studenttopsporters rekenen op een aangepast studieprogramma en krijgen ze hulp bij het zoeken naar huisvesting, stages en banen (www.rug.nl). Dit is echter niet bij alle educatieve instellingen het geval. Zo biedt de Technische Universiteit in Delft helemaal geen tentamenregelingen of andere ondersteuning voor de topsport (www.delta.tudelft.nl). Het is dus geen landelijk beleid dat er voor studenten die topsport bedrijven voorzieningen en regelingen getroffen worden. Terwijl topsport een voltijds engagement vergt van de topsporter en een maximale inzet inzake voorbereiding, trainingen, stages en wedstrijden. Dit is niet altijd verenigbaar met een voltijdse studie.

Voorzieningen op werkgebied

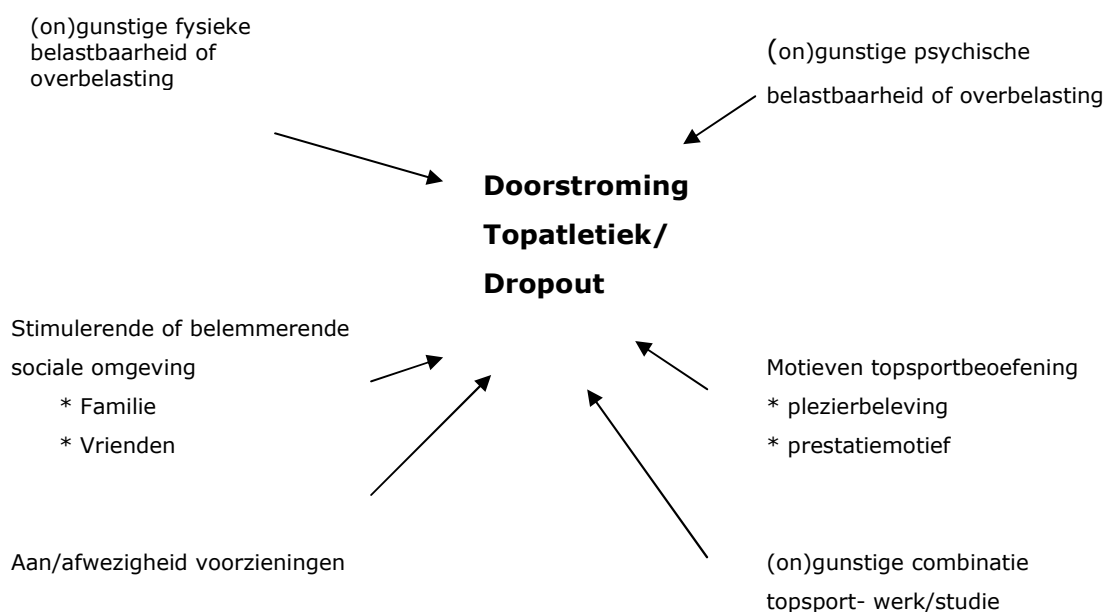
Een topsportloopbaan is moeilijk of niet verenigbaar met het simultaan uitoefenen van een voltijds beroep. Ondanks dat er allerlei initiatieven zijn om de combinatie sport en studie gunstiger te maken, stelt de combinatie sport en werk vaak nog problemen. Er zijn in Nederland nog weinig initiatieven op dit vlak genomen. Bij defensie is er wel een initiatief om arbeid en topsport beter op elkaar af te stemmen. Defensie vindt (top)sport maatschappelijk relevant en wil daar ook mede verantwoordelijkheid voor nemen door militaire functies te creëren waarin maatschappelijke ontplooiing en topsportbeoefening succesvol gecombineerd kunnen worden. Defensie heeft daarom de capaciteit om een aantal sporters met een NOC*NSF A- of B-status te plaatsen als Beroeps Bepaalde Tijd binnen de Koninklijke Marine, de Koninklijke Landmacht, de Koninklijke Luchtmacht en de Koninklijke Marechaussee. Deze selectie van sporters binnen Defensie is genaamd de 'Defensie Topsport Selectie' (www.defensietopsport.nl). Atleten die deel uitmaken van deze selectie zijn onder andere Gregory Sedoc (110 meter horden),

Wilbert Pennings (hoogspringen) en Bram Som (800 meter). Binnen de diverse militaire eenheden is er ook genoeg plaats voor sport. De militair moet immers fit zijn en blijven. Defensie kent professionele sportorganisaties bij de vier krijgsmachtonderdelen (Koninklijke Marine, Koninklijke Landmacht, Koninklijke Luchtmacht en Koninklijke Marechaussee). Er is beschikking over sportzalen, buitensportaccommodaties en zwembaden. Daar waar nodig wordt civiele accommodatie ingehuurd.

3.3 Onderzoeksmodel

In de voorgaande paragrafen is er gesproken over diverse factoren die van invloed zijn op de doorstroming van talent. Om een duidelijk overzicht te krijgen staan deze factoren hieronder in een model weergegeven. Tijdens het veldonderzoek zal onderzocht worden hoe sterk deze invloeden zijn.

Figuur 2.1 Onderzoeksmodel



De veronderstelling is dat een talent over uitzonderlijke fysieke en psychologische capaciteiten beschikt. Verder zijn enkele factoren van invloed op de doorstroming van talent naar de topsport. Tot deze factoren behoren de (stimulerende) sociale omgeving, de aanwezigheid van voorzieningen, fysieke en psychische

belastbaarheid en de combinatie topsport met werk of studie. Deze factoren bepalen of een talent de stap maakt naar de topsport.

3.4 Onderzoeksvragen

De theorie van dit hoofdstuk en de relaties tussen de verschillende besproken aspecten zijn samengevat en gevisualiseerd in het onderzoeksmodel uit de vorige paragraaf. Uit het onderzoeksmodel zijn de volgende onderzoeksvragen af te leiden:

- A Welke invloed heeft de sociale omgeving op de doorstroming naar de topatletiek of dropout?
Hierbij wordt er gekeken naar:
 - * Familie
 - * Vrienden
 - * Trainer/Coach

- B Hoe is de invloed van de aan/afwezigheid van voorzieningen op de doorstroming naar de topatletiek of dropout?

- C Welke invloed heeft de combinatie topsport – werk/studie op de doorstroming naar de topatletiek of dropout?

- D Welke motieven voor topsportbeoefening zijn mede bepalend voor de doorstroming naar de topatletiek?
 - * plezierbeleving
 - * prestatie-motief

- E Welke invloed heeft de psychische belastbaarheid op de doorstroming naar de topatletiek of dropout?

- F Welke invloed heeft de fysieke belastbaarheid op de doorstroming naar de topatletiek of dropout?

3.5 Samenvatting

In dit hoofdstuk zijn verschillende theorieën uitgewerkt die een belangrijke basis vormen voor het onderzoek. Er is een omschrijving gegeven van de begrippen

“topsporter”, “talent” en “dropout”. Vervolgens zijn enkele factoren besproken die van invloed kunnen zijn op de doorstroming naar de topsport. Deze factoren vormen een raamwerk voor de beantwoording van de probleemstelling. In paragraaf drie en vier werden het onderzoeksmodel en de uiteindelijke onderzoeksvragen geformuleerd.

In hoofdstuk vier zal vervolgens de onderzoeksmethodiek worden besproken.

In dit hoofdstuk zal de methodologie van deze scriptie besproken worden. In paragraaf 4.1 wordt het literatuuronderzoek besproken dat voorafgaand aan het veldonderzoek is uitgevoerd. In de daaropvolgende paragraaf wordt uitgelegd waarom er is gekozen voor kwalitatief onderzoek. Vervolgens wordt de wijze van dataverzameling besproken. Tenslotte komen de verwerking en analyse aan bod.

4.1 Literatuuronderzoek

Om inzicht te krijgen in de factoren die van invloed zijn op het al dan niet stoppen met topatletiek, is allereerst beschikbare literatuur over dit thema nader bestudeerd. De resultaten van dit literatuuronderzoek zijn in het voorgaande hoofdstuk besproken. Daarnaast is een literatuuronderzoek uitgevoerd om een onderbouwde indicatie te geven voor de doorstroming van talent in de atletiek. Er is vergeleken welke topjunioren in de leeftijd 16/17 jaar doorstromen naar de top-groep bij de senioren en welke niet voor de jaren 1996-2002. Hierbij is gebruik gemaakt van de beschikbare ranglijsten. Er is gekeken of de namen van de topjunioren van eerdere jaren terugkomen in de top van de ranglijsten van latere jaren bij de senioren. Personen zijn als dropout bestempeld wanneer ze in de jaren na de juniorentijd niet meer terug te vinden zijn in de ranglijsten bij de senioren.

4.2 Kwalitatief onderzoek

Dit onderzoek richt zich op de vraag waarom een toptalent in de atletiek de stap naar de topsport maakt. Deze vraag kan het best onderzocht worden door kwalitatief onderzoek, omdat het hier maar om een kleine groep gaat. Ook kijkt dit soort onderzoek naar het individu en zo kan er dieper worden ingegaan op de meningen en gevoelens. In dit onderzoek gaat het om de beleving en de motieven van de atleet. Kwalitatief onderzoek kan een diepgaand inzicht in de beleveniswereld van de atleten bieden, in welke motieven en argumenten bepalend zijn voor de doorstroming naar de topsport en waarom.

4.3 Dataverzameling

In eerste instantie was er gerekend op de medewerking van de KNAU opdat de (voormalige) talenten uitgezocht konden worden. In verband met de privacywetgeving was het niet mogelijk om zelf over gegevens van de dropouts

en topsporters te beschikken om zo de onderzoekspopulatie te bepalen. De KNAU wilde uiteindelijk geen medewerking meer verlenen aan het onderzoek, waardoor de onderzoekssubjecten uit een persoonlijk regionaal netwerk zijn gehaald. Met behulp van de respondenten uit het netwerk zijn er nog voormalige talenten (dropouts) en topsporters benaderd via het sneeuwbaaleffect. Er zijn zowel technische als niet-technische atleten ondervraagd. Dit komt de representativiteit van het onderzoek ten goede. Technische onderdelen zijn alle niet-looponderdelen binnen de atletiek. Looponderdelen vallen onder de noemer 'niet-technisch'. Daarnaast zijn de trainers/begeleiders van de sporters geïnterviewd over de psychische belastbaarheid van hun (voormalige) pupillen.

In de verwerking worden de technische en niet-technische atleten samengenomen. Er zijn twee groepen: de dropouts (9) en de topsporters (10).

De periode van dataverzameling is kort en intensief geweest. In zes weken zijn 25 interviews afgenomen onder topatleten, dropouts en betrokken trainers.

4.4 Semi-gestructureerde interviews

Er is gekozen voor het semi-gestructureerde interview voor het verzamelen van informatie. Dit is een gesprek tussen één respondent en één interviewer. Deze manier van informatie verzamelen is heel direct en intensief. Semi-gestructureerde interviews zijn bij uitstek geschikt om inzicht te krijgen in de manier waarop mensen nadenken over bepaalde zaken en hoe zij daar betekenis aan geven. Er komt duidelijk naar boven wat voor de talentvolle atleet persoonlijk belangrijk is. Tijdens de interviews werd er een itemlijst bijgehouden, zodat alle onderdelen aan bod kwamen. De semi-gestructureerdheid van de interviews heeft het mogelijk gemaakt hier soms van af te wijken.

Itemlijst

De lijst met items is belangrijk voor de onderzoeker, zodat er kan worden gezorgd dat alle onderdelen ook daadwerkelijk aan bod komen. De itemlijst is gebaseerd op eerdere vragenlijsten en de gelezen literatuur.

De items die aan de orde zullen komen zijn te verdelen in zeven groepen.

1. Persoonlijke gegevens
2. (Top)sportbeoefening

Door wie is het talent ontdekt? Hoeveel uren worden/werden er besteed aan de topsportbeoefening. Wat is/was de belangrijkste motivatie om op een hoog

niveau atletiek te bedrijven? Wat is/was de plaats van sport in het leven? Welke fysieke klachten zijn er geweest?

3. Onderwijs

Gaan topsport en studie samen? Welke mogelijkheden zijn er om studie en topsport te combineren?

4. Werk

Gaan topsport en werk samen? Welke mogelijkheden zijn er om werk en topsport te combineren?

5. Sociale Omgeving

Hoe is de relatie en omgang met de sociale omgeving? Hoe belangrijk is/was de sociale omgeving bij de ondersteuning en stimulering van de sportbeoefening?

Zijn er spanningsvelden/conflicten met personen uit de directe sociale omgeving als gevolg van de sportbeoefening (geweest)?

6. Voorzieningen

Zijn er voldoende voorzieningen voor topsporters?

7. Afhaken/volhouden

Waarom gestopt met sporten op het hoogste niveau?

Aan de trainers/begeleiders is een beperkte itemlijst voorgelegd. De items die aan bod komen bij de trainers zijn te verdelen in vier groepen.

1. Persoonlijke gegevens

2. (Top)sportbeoefening

Hoe is het talent ontdekt? Hoeveel uren werd er in training gestoken. Hoe is/was de motivatie? Welke fysieke klachten zijn er geweest? Welke psychische klachten zijn er geweest?

3. Voorzieningen

Welke voorzieningen zijn er voor topsporters? Is dit voldoende?

4. Uitval talenten

Wat zijn de belangrijkste redenen dat talenten stoppen met het sporten op hoog niveau?

Verloop

De interviews werden begonnen met een korte introductie over het onderzoek. Er werd verteld dat de naam van de respondent op geen enkele wijze in het onderzoek wordt vermeld. Vervolgens werd de bandrecorder getest met een aantal persoonlijke vragen. Hierna werd het interview begonnen en afgewerkt via de itemlijst. Alle interviews zijn met toestemming van de respondenten opgenomen op geluidscassette. Interviews duurden gemiddeld één uur. De

respondenten waren bereid om alle vragen te beantwoorden. Wanneer dit aan de orde was, is er doorgevraagd.

locaties

De interviews hebben plaatsgevonden op verschillende locaties. Drie interviews zijn afgenomen op de Universiteit van Tilburg, vier op trainingslocatie en de rest bij de respondent thuis.

Inhoudsanalyse

De interviews zijn na afname letterlijk uitgewerkt in Microsoft Word. De ruwe data zijn zo geordend naar de items van de itemlijst. De relevante passages zijn aangeblokt en er zijn codes aan toegewezen. De criteria voor het selecteren van passages zijn:

- de passage moet relateren aan het onderzoeksonderwerp;
- de passage moet helpen de respondent beter te begrijpen;
- de passage moet belangrijk lijken.

Bij het doorlezen van de tekst is gebruik gemaakt van memo's om zo bij te houden waarom specifieke passages belangrijk lijken en om gedachten en ideeën goed op te slaan.

Het eindresultaat van het coderingsproces is verwerkt in een kwalitatieve datamatrix. Bij het ontwerp van de matrix zijn verschillende thema's, deelthema's en dimensies onderscheiden. De rijen van de gebruikte matrix worden gevormd door de respondenten en de kolommen worden gevuld door de thema's, deelthema's en dimensies. De respondenten zijn in de matrix gegroepeerd als dropout of topatleet, omdat het doel van het onderzoek is om verschillen dan wel overeenkomsten te ontdekken bij dropouts en topatleten. Vervolgens zijn puntsgewijs op basis van de factoren uit het onderzoeksmodel de gegevens geanalyseerd. Met behulp van de datamatrix zijn de gegevens verwerkt in een lopend verhaal, waarin de verschillende aspecten aan bod komen.

4.5 Onderzoeksgroep

Voor dit onderzoek zijn negen voormalige toptalenten geïnterviewd over de periode 16-19 jaar waarin ze gestopt zijn met topatletiek. Er zijn 10 topsporters ondervraagd. Tevens zijn de trainers/coaches van de dropouts en topatleten uit dit onderzoek geïnterviewd. Eén trainer van een dropout wilde niet meewerken aan het onderzoek.

De gemiddelde leeftijd van de voormalige talenten is 21,2 jaar. Voor de topsporters geldt dat de gemiddelde leeftijd 24,3 jaar is.

De man/vrouw verdeling is 8/11. Verder zijn er zes trainers geïnterviewd. De gemiddelde leeftijd van de trainers is 54,2 jaar. De man/vrouw verdeling hierbij is 5/1.

Hieronder is de leeftijdsindeling en de verdeling van het geslacht weergegeven.

Leeftijdsverdeling dropouts:

19 jaar	1
20 jaar	2
21 jaar	4
24 jaar	2
Totaal	9

Fig. 4.1 Leeftijdsverdeling dropouts

Leeftijdsverdeling topsporters:

19 jaar	1
22 jaar	4
24 jaar	2
26 jaar	1
31 jaar	2
Totaal	10

fig. 4.2 Leeftijdsverdeling topsporters

Leeftijdsverdeling trainers:

39 jaar	1
53 jaar	2
59 jaar	2
62 jaar	1
Totaal	6

Fig. 4.1 Leeftijdsverdeling trainers

Trainers	6
Mannelijke dropout	4
Vrouwelijke dropout	5
Mannelijke topsporter	4
Vrouwelijke topsporter	6
Totaal	25

Fig. 4.3 Geslacht respondenten

4.6 Samenvatting

In dit hoofdstuk is aandacht besteed aan de onderzoeksmethoden en de uitvoering hiervan. Het gebruikte onderzoeksinstrument, het semi-gestructureerde interview, is nader besproken. Daarnaast is er ingegaan op de samenstelling van de onderzoeksgroep en de verwerking van de resultaten. In het volgende hoofdstuk zullen de resultaten van de afgenomen interviews besproken worden.

In dit hoofdstuk worden allereerst de resultaten besproken van het onderzoek naar de doorstroming van atletiektalent over de jaren 1996-2002. Daarna worden de gegevens die uit het veldonderzoek naar voren zijn gekomen besproken. Aan de hand van het onderzoeksmodel zullen de bevindingen geanalyseerd worden. Hierbij wordt er een vergelijking gemaakt tussen dropouts en topsporters. De tweede paragraaf staat in het teken van de topsportbeoefening, hoe is de fysieke en psychische belastbaarheid? Vervolgens wordt de situatie van de dropouts en topsporters weergegeven, hoe de relatie is met relevante anderen en hoe is de combinatie met werk/studie en welke voorzieningen zijn er? In de vierde paragraaf worden de motieven voor topsportbeoefening behandeld. Tenslotte worden in paragraaf vijf de belangrijkste redenen voor het stoppen met topatletiek besproken, daarna volgt een samenvatting van dit hoofdstuk.

5.1 Doorstroming talent

In deze eerste paragraaf van hoofdstuk vijf wordt de doorstroming van toptalenten geanalyseerd voor de jaren 1996-2000. Welk percentage topjunioren is niet doorgestroomd? Zijn daarbij verschillen te ontdekken als het gaat om sekse en type onderdeel? De analyse vindt plaats aan de hand van de ranglijsten die in de loop der jaren zijn bijgehouden (www.ranglijsten.tk).

In figuur 5.1 is een overzicht opgenomen van het dropout percentage bij de topjunioren uit de jaren 1996-2000. Bij elk jaartal staat het bijhorende percentage dropouts. Het gaat hierbij om de junioren uit de top vijf van de ranglijst die niet meer in de top tien van de seniorenranglijsten van vijf opeenvolgende jaren terug te vinden zijn. Zo kan uit onderstaande figuur 5.1 opgemaakt worden dat 48,9 % van de topjunioren uit het jaar 2000 niet meer voorkomt in de top tien van de ranglijsten bij de senioren van volgende jaren (2001-2005).

Topgroep Junioren	Dropout %
1996	61,0%
1997	60,9%
1998	68,6%
1999	57,7%
2000	48,9%
Totaal (1996-2000)	59,4%

Fig. 5.1 Dropoutpercentage Topjunioren 1996-2000

Het overzicht (zie figuur 5.1) maakt duidelijk dat meer dan de helft van de topjunioren uit de jaren 1996-2000 (59,4%) niet is doorgestroomd. Bij de talenten uit het jaar 2000 is een relatief klein dropoutpercentage waarneembaar. Uit een nadere analyse blijkt dat er relatief veel talentvolle jonge sprinters en middellange afstandlopers uit dit jaar zijn doorgestroomd.

Ook voor het jaar 1999 geldt dat er verhoudingsgewijs veel talenten zijn doorgestroomd op de middellange afstand. Er zijn tevens relatief veel talenten uit dit jaar doorgestroomd op de lange afstand. Dat er in het jaar 1999 en 2000 relatief veel talenten zijn doorgestroomd op de midden- en lange afstand is geen toeval. Voor deze onderdelen is er een KNAU-systeem waarin talenten echt worden gevolgd. Er wordt medische en paramedische begeleiding aangeboden. En de bondscoaches hebben contact met de verschillende coaches over trainingsprogramma's en wedstrijdenbegeleiding. Bij andere onderdelen is de ondersteuning vanuit de bond beperkt tot het verschaffen van faciliteiten en het in dienst nemen van trainers voor een aantal uren (www.sport.nl). De mindere ondersteuning bij andere onderdelen komt vanwege de beperkte middelen en de vele onderdelen die de atletieksport kent. De KNAU moet daarom keuzes maken bij het inzetten van de middelen.

Hieronder is het dropoutpercentage weergegeven per geslacht. Uit dit overzicht (zie figuur 5.2) blijkt dat er nauwelijks verschil is op te merken tussen mannen en vrouwen als het gaat om de doorstroming naar de topatletiek. Dit is opvallend, omdat eerder is aangetoond dat jongens meer gericht zijn op de prestatiesport. Sport is vaak, vooral voor jongens, iets waar men in kan uitblinken, waarin men zich kan bewijzen en waarmee men status kan verwerven (Andre & Holland, 1995).

Topgroep Junioren	Dropout % (Mannen)	Dropout% (vrouwen)
1996	60,0%	62,0%
1997	61,1%	60,7%
1998	67,0%	70,2%
1999	57,7%	57,7%
2000	47,7%	50,0%
Totaal (1999-2000)	58,7%	60,1%

Fig. 5.2 Dropoutpercentage Topjunioren 1996-2000 naar geslacht

5.2 Topsportbeoefening

In deze paragraaf staat de topsportbeoefening centraal. Ten eerste wordt de kennismaking met de atletieksport besproken. Daarna de ontdekking van het talent en de consequenties hiervan. En tenslotte wordt de fysieke en psychische belastbaarheid bij (top)sportbeoefening behandeld.

5.2.1 Kennismaking met de atletieksport

Alle (voormalige) talenten en topsporters beoefenden in hun jonge jaren al atletiek. Een aantal is al op zeer jonge leeftijd begonnen. Bijna iedereen uit dit onderzoek is voor het 13^e levensjaar begonnen met de beoefening van de atletieksport. Eén van de ondervraagde topsporters (langeafstandsloopster) is pas op 17-jarige leeftijd begonnen. De gemiddelde leeftijd waarop topatleten in dit onderzoek beginnen met hun sport is vaak voor het negende levensjaar. Wanneer de topsporters en dropouts uit dit onderzoek worden bekeken, dan ligt het gemiddelde van topsporters hoger dan van dropouts (8,6 jaar om 7,8 jaar). Dit komt doordat één van de ondervraagde topsporters op een relatief late leeftijd begonnen is (17 jaar).

De kennismaking met de atletieksport gebeurt in de meeste gevallen via de directe sociale omgeving, namelijk gezin, familie of vrienden. Hierbij is geen verschil op te merken tussen doorgestroomde topsporters en dropouts. Twaalf van de ondervraagde topsporters en dropouts hebben kennism gemaakt met de atletieksport via de directe sociale omgeving.

Mijn vader deed aan hardlopen en met hem heb ik een paar keer meegelopen. Het bleek dat het me goed afging en ik vond het ook steeds leuker (mannelijk dropout, 24).

Maar ook de brede sociale omgeving, school en buurt, spelen hierin een rol. Via de school of buurt hebben vier respondenten uit dit onderzoek kennisgemaakt met de atletieksport.

Op de basisschool moesten we met de gymles wel eens wat rondjes rennen. Dit vond ik leuk en mijn gymlerares stimuleerde me destijds om verder te gaan met het lopen (mannelijke dropout, 21).

Andere redenen die gegeven werden waren: 'via mensen die we op vakantie ontmoetten' en 'keertje meegedaan met een fun run in het bos'.

De meeste (voormalige) talenten beoefenden ten tijde van de dropout alleen maar atletiek. Dit geldt ook voor de ondervraagde topsporters. Wanneer er intensief wordt getraind is de combinatie met andere sporten een veelal te zware opgave waardoor er uiteindelijk een keuze moet worden gemaakt.

Ik deed toen ik 10 was aan twee sporten, namelijk zwemmen en atletiek. En ik moest een keuze maken, omdat ik het allebei intensief deed en toen heb ik voor atletiek gekozen (vrouwelijke dropout, 24).

5.2.2 Talent

De meeste ondervraagde topsporters en dropouts werden na gemiddeld twee jaar sportbeoefening opgemerkt als talent. Er is geen verschil bij het ontdekken van talent tussen dropouts en toptatleten. Het talent wordt vaak in het eerste stadium opgemerkt door de betrokken trainers en begeleiders. Deze zijn in vele gevallen ook belangrijk bij het stimuleren van de verdere ontwikkeling van het talent. Door bepaalde prestaties neer te zetten wordt men in een later stadium opgemerkt door talententeams en de nationale bond.

Het is heel geleidelijk gegaan. Liep altijd al vooraan mee, maar kon veel dingen combineren. Mijn trainer zag dat ik veel aanleg had en heeft dit in goede banen weten te leiden (vrouwelijke dropout, 19).

Veranderingen bij verdere talentontwikkeling

Wanneer talenten bepaalde prestaties neerzetten en als talent worden

bestempeld, worden ze toegevoegd aan selecties. Dit is bij de atletiek vooral nationaal gericht. Er bestaan echter in het land ook enige regionale selecties. De sport krijgt een steeds belangrijkere plaats in het leven. Op jonge leeftijd moet er dan vaak een combinatie worden gezocht van school en sport. Op latere leeftijd is dat vaak met werk het geval, omdat er in de atletiek niet veel valt te verdienen. Voor andere dingen blijft er dan nog maar weinig tijd over.

Dit betekent wel dat ik geen druk sociaal leven kan hebben en efficiënt met mijn tijd moet omgaan (vrouwelijke topsporter, 24).

Het sporten was zo'n routine elke dag dat er weinig plaats was voor andere dingen (vrouwelijke dropout, 24).

Voor één van de ondervraagde dropouts was de druk op het sociale leven een reden om te stoppen met sporten op een hoog niveau.

Ik kan mijn leven niet aan sport wijden, althans niet voor langere tijd. Ik heb respect voor mensen die dat wel kunnen, maar dat is voor mij niet weggelegd. Ik vind mijn sociale leven toch ook belangrijk (mannelijke dropout 21).

Belangrijk is de zelfdiscipline van de sporter. Er moet veel getraind worden op gezette tijden. Daarnaast moet er veel in energie in (school)werk worden gestoken. Dit moet allemaal goed op elkaar worden afgestemd met ook de nodige rust.

Je moet rekening houden met je studie en zo en ook veel trainen. Daarvoor moet je veel discipline hebben (vrouwelijke topsporter, 21).

5.2.3 Fysieke belastbaarheid

Er zijn duidelijke individuele verschillen te zien in de trainingsuren die gemaakt worden. Ook de fysieke belastbaarheid verschilt per atleet.

Trainingsfrequentie

De dropouts trinden gemiddeld zeven keer per week. Er zijn twee uitschieters: twee vrouwelijke hardloopsters trinden tussen de 10 en 13 keer per week. Acht van de tien topsporters trinden in hun juniorentijd gemiddeld zeven à acht keer per week. Twee langeafstandlopers zaten daar boven (9 keer per week). De trainingsfrequentie van (voormalige) talenten en topatleten in de juniorentijd

verschilt dus nauwelijks. Al zijn er twee uitzonderingen bij de dropouts die aanzienlijk meer trainingsuren hadden.

Trainingen van de gestopte atleten vonden in de meeste gevallen 's middags of 's avonds plaats en duurden niet langer dan twee uur. Selectietrainingen namen daarentegen vaak de gehele dag in beslag. Twee ondervraagde langeafstandsloopsters trainden echter vaak twee keer per dag en een enkele keer drie keer per dag.

Meestal ging ik na school trainen. Daarna wat eten en huiswerk maken (mannelijke dropout, 21).

Ik heb echt een aantal jaren in een Spartaans regiem geleefd met studie en sport. En dat twee tot drie keer per dag. Mijn dag bestond uit 's ochtends sporten en daarna naar school gaan, 's middags laat thuiskomen, sporten, huiswerk maken en daarna weer sporten (vrouwelijke dropout, 24).

Topsporters trainen vaak twee keer per dag. Trainingen van twee keer anderhalf uur tot twee uur zijn hier normaal. In hun juniorentijd trainden ze vaak maar één keer per dag.

Op dit moment train ik een keer of 11 in de week. Meestal heb ik vijf dubbele dagen en dan twee dagen waarop ik maar één keer train (mannelijke topsporter, 31).

Alle ondervraagde dropouts en topsporters hebben last gehad van ernstige of minder ernstige blessures. De blessures variëren van een gekneusd voetwortelbeentje (paar dagen rust) tot een ernstige scheenbeenblessure (een jaar eruit).

Ik heb op dit moment last van spondylolyysi. Dit is een soort van stressfractuur aan de rug. Dat is de enige blessure tot op heden (mannelijke topsporter, 26)

Vijf van de negen dropouts hebben tijdens hun juniorentijd te maken gehad met langdurige fysieke klachten. De meeste van deze (voormalige) talenten trainden aanzienlijk veel in vergelijking tot de dropouts en doorgestroomde topatleten in dezelfde periode. Een (te) vroege intensivering van de trainingsarbeid is dan ook

een mogelijke verklaring voor de blessures. De fysieke klachten zijn ook één van de belangrijkste redenen om te stoppen met de (top)atletiek. De vele blessures maken het moeilijk om terug te keren op een hoog niveau. Men kan door de fysieke ongemakken niet voluit trainen, waardoor het prestatieniveau daalt. Daarmee verdwijnt ook het plezier in de sport. Het loont niet (meer) om een (top)sportcarrière na te streven.

Ik kreeg die chronische blessure en omdat ik mindere resultaten behaalde moest ik toen uit het team. Mocht niet meer mee naar internationale wedstrijden, wat op zich allemaal heel logisch is want alleen de besten mogen erin. Dat was een grote reden om ermee te stoppen (vrouwelijke dropout, 19).

Ik ben uiteindelijk gestopt omdat ik een blessure had waar ik niet gemakkelijk van af zou komen. Ik zou geopereerd moeten worden en dan had ik nog maar 50 procent kans dat het beter werd. Ik werd toen slechter in mijn sport en kreeg minder aandacht (vrouwelijke dropout, 21).

De ondervraagde topsporters hebben tijdens hun juniorentijd geen last gehad van langdurige fysieke ongemakken. Wel hebben vier van de tien topsporters last gehad van langdurige blessures tijdens de topsportcarrière. Twee lopers hebben er door blessures meer dan driekwart jaar uit gelegen.

Ik heb een operatie gehad aan mijn beide achillespezen. Toen ben ik er, op twee weken na, een jaar eruit geweest (mannelijke topsporter, 31).

De langdurige blessures tijdens de topsportloopbaan waren voor de topsporters geen reden om te stoppen met sporten op een hoog niveau. Als motivatie hiervoor geven de topatleten zonder uitzondering dat ze nog genoeg plezier hebben in de sport en dat ze zichzelf nog voldoende kunnen verbeteren. Het blijkt dus dat vooral (langdurige) blessures in het voortraject van de topsportloopbaan een belangrijke reden vormen om te stoppen.

Eén van de topsporters geeft wel aan dat teveel fysieke ongemakken er toe zouden kunnen leiden dat hij ermee stopt.

Uit eerder onderzoek (Kuipers & Keizer, 1988) blijkt dat overtraining vrij gewoon is onder atleten. Veel sportcarrières worden verstoord als gevolg van chronische overbelasting in de vorm van blessures.

Dat is ook te zien bij de dropouts in dit onderzoek. De dropouts die de meeste trainingsuren maakten hebben, in vergelijking met de degenen die minder uren maakten, meer last gehad van fysieke ongemakken.

Ik heb zwakke botten ontwikkeld. Omdat ik heel hard trainde en een laag gewicht had. En een groot ijsertekort. Toen kreeg ik ook last van shin splits (vrouwelijke dropout, 24).

Voor de dropouts waren de langdurige blessures een belangrijke motivatie om te stoppen. Voor de doorgestroomde topsporters in dit onderzoek geldt dit niet. De ondervraagde topatleten hadden dan ook minder last van kwetsuren tijdens de juniorentijd. Dit geldt ook voor de topatleten uit dit onderzoek die relatief meer trainden bij de junioren. Blijkbaar waren de doorgestroomde atleten (ook) in de juniorentijd beter fysiek belastbaar dan de dropouts en konden ze de trainingen en wedstrijden fysiek beter aan. Hierbij moet wel gezegd worden dat de uitzonderingen bij de topsporters minder vaak trainden dan de uitzonderingen bij de dropouts in de juniorentijd (9 keer om 10-13 keer). Ook hier blijkt dus dat veel en intensief trainen de kans op blessures doet vergroten. De langdurige blessures maken het moeilijk om bij het hoge niveau van de senioren aan te haken. Hierdoor wordt de doorstroming naar de topatletiek lastig. Enkele trainers in dit onderzoek geven in dit verband dan ook aan dat het belangrijk is dat de fysieke belasting bij junioren langzaam wordt opgebouwd. Jonge atleten moeten langzaam aan op latere leeftijd steeds meer kunnen trainen om de aansluiting te kunnen maken bij de (top)senioren. Bij de junioren wordt er vaak (te) veel getraind om goed te zijn bij de junioren. De kans op (langdurige) blessures wordt hierdoor groter. Atleten zijn dan wel goed bij de junioren, maar kunnen door de blessures niet de stap maken naar de (top)senioren. Jonge atleten zouden goed moeten worden voorbereid op prestaties die moeten worden geleverd bij de senioren.

5.2.4 Psychische belastbaarheid

Volgens van Rossum en Gagné (1994) is de mentale conditie sterk bepalend voor de prestaties van atleten. Psychologische factoren als 'de wil om te winnen', 'begerigheid tot presteren' en om kunnen gaan met prestatiedruk zijn belangrijk bij het presteren.

Het merendeel van de trainers in dit onderzoek geeft aan dat met name faalangst en gebrek aan zelfvertrouwen regelmatig voorkomt bij atleten. Volgens één

vrouwelijke trainer komt dit vooral voor bij vrouwelijke atletes. Vier vrouwelijke dropouts geven ook aan dat de angst om te falen en gebrek aan zelfvertrouwen er toe hebben bijgedragen dat ze zijn gestopt met de atletieksport. Dit is opvallend, omdat uit eerder onderzoek (Gagné 1994) niet naar voren komt dat er een sterk onderscheid is tussen mannen en vrouwen op dit gebied. Mogelijk geven vrouwen in dit onderzoek makkelijker toe dat ze wel eens last hebben van mentale klachten.

Op een gegeven moment deed ik de sport alleen nog maar om te presteren. Ik was vaak zenuwachtig en sliep ook vaak niet de nacht voor een wedstrijd, omdat ik bang was dat ik niet zou presteren (vrouwelijke dropout, 21).

Eén trainer noemde een lichte depressie als belangrijke psychische klacht. Voor de betrokken atlete (langeafstandsloopster), was dit ook de belangrijkste reden om te stoppen met de prestatiesport.

Alle doktoren die ik toen gesproken heb zeiden allemaal vol overtuiging dat ik gewoon weer kon sporten op een topniveau, maar emotioneel gezien is zoiets gewoon heel zwaar. Ik ben ook best een tijdje depressief geweest (vrouwelijke dropout, 20).

Een andere genoemde psychische klacht is het kenmerk 'tunnelvisie'. Volgens de betrokken trainer kwam dit omdat de atleet min of meer fulltime met de sport bezig was. Volgens hem is het beoefenen van topsport in de engste zin, dus niet anders doen dan sport bedrijven, te eenzijdig, te bewustzijnsvernauwend. Dit kan zelfs ten koste gaan van de sportieve resultaten.

Ik heb in het verleden meegemaakt dat juist bij atleten, die min of meer fulltime met hun sport bezig waren er zich kenmerken van lichte depressie, tunnelvisie e.d. zichtbaar werden. Er moet, denk ik, altijd sprake zijn van min of meer uiteenlopende activiteiten om evenwicht in de gemoedstoestand te bewaren, hetgeen weer van belang is voor het fysieke presteren (mannelijke trainer, 53).

Trainers geven in vele gevallen aan dat het belangrijk is om op jonge leeftijd vooral het plezier in de sport te houden. Ze zien het ook als een taak van de trainer om zorg te dragen dat enige vorm van psychische overbelasting vermeden wordt.

Op jonge leeftijd moet je atleten op een veelzijdige manier laten sporten. Je moet ervoor zorgen dat het plezier in de sport niet wordt weggenomen (vrouwelijke trainer, 39).

De trainers van de topatleten geven zonder uitzondering aan dat hun atleten geen last hebben van psychische klachten. De wil om te presteren is sterk aanwezig. Last van faalangst en gebrek aan zelfvertrouwen hebben de topatleten niet.

Mijn pupillen kennen geen psychische klachten (mannelijke trainer, 53).

Eigenlijk geen psychische klachten tengevolge van de sportbeoefening. Al mijn topatleten zijn eigenlijk in balans voor wat betreft de sportieve en maatschappelijke activiteiten (mannelijke trainer, 59).

Wel geven de trainers aan dat atleten wel eens voor korte tijd 'in de put' zitten tijdens een blessureperiode of na een minder resultaat.

Drie topsporters in dit onderzoek geven zelf aan dat ze wel eens last hebben gehad van een gebrek aan zelfvertrouwen. Dit komt voornamelijk voor in periodes waarin de prestaties van een lager niveau zijn. Dit is opvallend, omdat trainers niet aangeven dat er psychische klachten zijn bij hun pupillen. De psychische klachten hebben bij de topatleten echter niet tot een vroege dropout geleid. Dit in tegenstelling tot enkele voormalige talenten in dit onderzoek bij wie psychische problemen wel een belangrijke rol hebben gespeeld bij de keuze om vroegtijdig te stoppen. Blijkbaar hadden zij meer last van mentale problemen en waren ze minder psychisch belastbaar dan degenen die wel zijn doorgestroomd.

5.3 Situatie

In deze derde paragraaf wordt de situatie van de dropouts en topsporters besproken. Hieronder wordt bedoeld de relatie met de sociale omgeving, de combinatie van atletiek met werk of studie en de voorzieningen waarover men beschikking heeft.

5.3.1 Sociale omgeving

In dit stuk staat de sociale omgeving centraal. Onder deze sociale omgeving vallen ouders, trainer/coach en vrienden/vriendinnen.

Ouders

Ouders spelen een belangrijke rol in de topsportcarrière van (jonge) topsporters. Atleten zijn vooral op jonge leeftijd afhankelijk van hun ouders. De grootste afhankelijkheid is te vinden op het financiële en logistieke vlak. Ook zijn ouders belangrijk bij de ondersteuning en stimulering van de (top)sportloopbaan van hun kinderen. Dit geldt zowel voor de dropouts als de topsporters in dit onderzoek.

Mijn ouders waren vooral in mijn juniorentijd belangrijk. Vooral bij het beschikbaar stellen van de auto en chauffeur spelen (topsporter, 25).

Ze staan wel achter me. Zeker als je jong en afhankelijk ben om je naar trainingen en wedstrijden te brengen, is dat belangrijk (..) De financiële ondersteuning is heel belangrijk. Zeker op het moment dat je zoveel gaat trainen dat je je bijbaantje moet opzeggen en je moet rondkomen van de studiefinanciering (vrouwelijke topsporter, 22)

Ouders tonen veel interesse en zijn nauw betrokken bij de sportbeoefening. Ze bezoeken veel wedstrijden en ook trainingen. Hier is geen verschil tussen gestopten en doorgestroomde atleten. Eén dropout gaf wel aan dat de moeder niet zo geïnteresseerd was in de sportbeoefening. Voormalige talenten en topsporters vinden de betrokkenheid van de ouders belangrijk.

Mijn vader rijdt me overal naar toe. Mijn moeder gaat dan ook vaak mee. Ze zorgen dat ik overal kom en zijn altijd bij me. Dat is echt wel fijn. Ze vinden het zelf ook leuk om te kijken bij trainingen en wedstrijden (mannelijke topsporter, 31).

Soms hebben ouders te hoge verwachtingen van het kind. Men is dan vaak trots op de prestaties van het kind en verwacht dan teveel. Zo'n houding kan spanningen opleveren als niet aan de verwachtingen wordt voldaan (NOC*NSF, 1997). Dat is ook te zien bij twee dropouts uit dit onderzoek. Zij gaven aan dat de vader te nauw betrokken was bij de (top)sportbeoefening en dat de relatie daarmee bekoeld is. De druk om te presteren die door de ouder werd opgelegd was te groot. Voor één dropout was dit van invloed op de keuze om te stoppen met sporten op een hoog niveau.

Ik heb een lange tijd niet goed met mijn vader kunnen opschieten. Al na een jaar toen ik intensief hardliep eigenlijk. Ik was vaak teleurgesteld in hem omdat ik het gevoel had dat hij me zag als iemand die hardliep en

niet iemand die ook gevoelens had. Er zat een enorme druk op mij. Het enige wat ons bezighield was het hardlopen (vrouwelijke dropout, 20)..

Echter, in vele gevallen is de relatie tussen de ouders en de (voormalige) toptalenten goed te noemen. De ondervraagde sporters brengen veel tijd met hun ouders door en er is sprake van een leuke omgang.

Trainer/coach

Een trainer/coach heeft een belangrijke taak in de ontwikkeling van een talent. Naast het geven van trainingen en coachen is de trainer/coach er ook voor de organisatie rondom het talent.

Alle topsporters vinden dat hun trainer/coach het meest belangrijk is bij technische en tactische ondersteuning. Ook de dropouts in dit onderzoek vinden dit. De trainingen met de eigen trainer/coach dragen duidelijk bij aan de prestaties. Dit geldt in mindere mate voor de selectietrainingen. De trainer/coach heeft vaak het beste voor met zijn pupillen en wil ook het maximale uit hen halen.

Mijn persoonlijke trainer is erg belangrijk geweest. Zelf kon ik al wel aardig lopen, maar de trainer heeft aardig wat bijgeschaafd aan de techniek (mannelijke topsporter, 26).

Trainers/coaches hebben meestal wel de leiding tijdens trainingen, maar ze zijn in vele gevallen ook goede gesprekpartners. Eén topsporter geeft zelfs aan dat de trainer/coach kan worden opgevat als persoonlijke vriend. In de meeste gevallen gaat men echter niet buiten de trainingen met de trainer/coach om, met uitzondering van de teamuitjes.

De ondervraagde topsporters en dropouts vinden het belangrijk dat de trainer/coach naar hen luistert. Ook als er problemen zijn buiten de sport. Het merendeel van de ondervraagde topsporters en dropouts geeft aan dat de trainer/coach dit ook doet.

Ik kan altijd met hem praten over allerlei zaken. Het gaat natuurlijk om het presteren, maar hij let altijd wel goed op mij (vrouwelijke topsporter, 22).

Twee dropouts uit dit onderzoek geven aan dat de trainer nauwelijks met hun bezig was als er problemen waren. Dit werd als vervelend ervaren.

Als je een blessure of zo hebt dan besteedt hij gewoon weinig aandacht aan je. Terwijl als je wint, dan vindt hij je helemaal geweldig. Dat is niet zo sociaal (vrouwelijke dropout, 19).

Geen enkele dropout uit dit onderzoek geeft echter aan dat gebrekkige sociale ondersteuning van de trainer/coach een bijdrage heeft geleverd aan de keuze om te stoppen. De mindere sociale ondersteuning van de trainer werd door de twee hierbovengenoemde dropouts blijkbaar destijds niet als problematisch ervaren. De kritiek op de topsportethos (gerichtheid op presteren) komt dan ook vaak pas achteraf. Men vindt de gerichtheid op het presteren tijdens de (top)sportcarrière vrij normaal, maar achteraf beschouwd is er toch een gemis geweest aan sociale aspecten.

Vrienden

Topsporters hebben over het algemeen maar weinig vrienden buiten de sport. De meesten hebben hechte vriendschappen met medesporters. Dit geldt ook voor de dropouts toen zij op een hoog niveau sportten. De (top)sportbeoefening heeft een grote invloed op de omgang met vrienden/vriendinnen.

Omgang met vrienden

Een aspect wat in de interviews duidelijk naar voren komt is dat vrienden de topsportbeoefening moeten accepteren. Vrienden moeten begrip kunnen hebben voor de situatie van de sporter. Topatleten zijn namelijk veel tijd kwijt aan trainingen/wedstrijden en moeten daarnaast voldoende rust nemen.

Mijn vrienden begrijpen dat ik niet altijd mee kan. Vaak heb ik weinig tijd naast mijn werk en trainingen. En ben ik ook vaak moe door het vele trainen. Gelukkig heb ik een paar vrienden waar ik op kan vertrouwen (vrouwelijke topsporter, 25).

Ze moeten begrijpen wat topsport is. Zeker de weg er naar toe; die is best moeilijk want dan ben je niet bekend en dat vinden ze over het algemeen maar raar. Je bent dan zoveel met sporten bezig. Dat neemt zo'n grote plek in van je dagelijkse leven (mannelijke topsporter, 31).

Topatleten en voormalige talenten geven aan dat het belangrijk is dat vrienden interesse tonen in de sport. Uit eerder onderzoek (Heinen, 2004) komt naar voren dat (jonge) sporters er aan hechten dat vrienden voor elkaar klaar staan, maar dat zij zelf vaak niet aan deze wensen kunnen voldoen. Zij zullen hun

topsport in de meeste gevallen voorrang geven. Ook in dit onderzoek blijkt dat dit het geval is.

Topsportbeoefening vergt veel tijd, waardoor er weinig tijd over blijft om sociale activiteiten te ontplooiën met vrienden. Eén dropout in dit onderzoek had hier in zijn topperiode wel eens moeite mee.

Topsporters in dit onderzoek geven aan dat de (top)sportbeoefening duidelijk de voorrang heeft. Er zijn af en toe wel spanningen tussen omgang met vrienden en de sportbeoefening, maar hier heeft men geen last van. Opvallend is dat ook de meeste dropouts weinig last hadden van deze spanningen ten tijde van hun topperiode. Uit de interviews met de voormalige talenten komt duidelijk naar voren dat de sport in hun topperiode een belangrijkere plaats innam dan de vrienden. Wanneer er keuzes moesten worden gemaakt tussen de vrienden en de sport, dan viel de beslissing meestal ten gunste van de sport.

Ja, soms kreeg je er wel gezeik mee, maar mij kon je toch niet overhalen. Of ik ging om 10 uur naar huis of zo (vrouwelijke dropout, 19).

Gestopte atleten uit dit onderzoek geven wel aan dat ze hier achteraf wel enigszins spijt van hebben. De vele opofferingen zijn niet lonend geweest. In retrospectief hebben ze de omgang met vrienden gemist. Voor drie dropouts speelde dit mee in de keuze om definitief te stoppen.

Ik realiseerde me wat ik door de sport nooit heb gekend, zoals vriendinnen, uitgaan, laat gaan slapen etc. Ik ben nu al drie jaar gestopt, maar heb er wel vaak spijt van (vrouwelijke dropout 22).

Vriendengroep

Topsporters hebben veel vrienden binnen de sport. Deze vrienden delen dezelfde passie en tonen meer begrip voor het (sport)leven van de atleet. Ook de dropouts hadden vanwege dezelfde redenen meer vrienden binnen de sport.

De voormalige talenten hadden ten tijde van de topsportperiode veel 'oppervlakkige' sportvrienden die ze tijdens trainingen en in het weekend met wedstrijden zagen. Daarnaast hadden ze vaak enkele schoolvrienden die men vaak alleen zag op school.

Ik ging meer met mijn teamgenoten om. En had ook wat schoolvrienden. Daar ga je in de pauze mee om en zie je af en toe op verjaardagen (vrouwelijke dropout, 19).

De dropouts in dit onderzoek hadden gemiddeld genomen drie 'echte' vrienden (binnen/buiten de sport). Hier hadden ze een meer innige band mee. Wanneer ze een verkering hadden, dan werd er minder tijd besteed aan 'gewone' vrienden.

Vaak komen de dropouts de vrienden uit de sport niet meer tegen. Er is een nieuwe vriendengroep ontstaan met meer vrienden van buiten de sport. Er is duidelijk sprake van een andere sociale omgeving in vergelijking met de (top)sportperiode. Deze omgeving wordt door de meeste dropouts als positief ervaren. Ze hebben meer 'echte' vrienden in tegenstelling tot de meer oppervlakkige vrienden tijdens de topperiode.

Tijdens mij topperiode had ik niet veel echte vrienden. Dat dacht ik toen wel, maar dat was niet zo. Nu heb ik gewoon een aantal vrienden waar ik een goede band mee heb (vrouwelijke dropout, 24).

Vrienden nemen dus na het stoppen met de (top)sport een belangrijkere plaats in. Wanneer het goed gaat met de sportbeoefening wordt aan de omgang met vrienden minder aandacht besteed. De sportieve prestaties zijn goed en het loont om er veel tijd in te steken. Wanneer de prestaties minder zijn, mist men in vele gevallen de diepere vriendschappen. In enkele gevallen kiezen talenten er dan voor om meer aandacht te besteden aan sociale activiteiten met vrienden. Dit draagt bij aan de keuze om definitief te stoppen met topatletiek.

5.3.2 Onderwijs

Alle in dit onderzoek ondervraagde dropouts combineerden de (top)sportbeoefening met studie. De voormalige talenten hielden er al rekening mee dat met het beoefenen van topatletiek weinig geld verdiend kan worden. Drie topsporters in dit onderzoek combineren topsport met een studie. De anderen combineren de topsport met werk of zijn fulltime atleet.

In dit onderzoek bezochten vier dropouts de HAVO en vijf het VWO. De studerende topsporters in dit onderzoek zitten op een universiteit.

Dropouts en topatleten volgden geen van allen onderwijs op een LOOT-school. Op LOOT-scholen hebben topsportleerlingen een status aparte. Voor hen zijn er allerlei mogelijkheden om school en sport zo goed mogelijk te combineren. Atleten hadden naast de studie op een 'gewone' middelbare school nog echter voldoende tijd om sporten. Dit heeft te maken met de discipline die topsporters hebben. De discipline die men nodig heeft om goed te trainen en rust te nemen, komt ook goed bij de studie van pas. Bij de schoolkeuze wordt vooral gekeken naar de nabijheid en waar vrienden heengaan.

Als je aan topsport doet heb je een goede discipline. Het vele moeten trainen en de discipline komen ten goede aan je studie (vrouwelijke dropout, 24) .

Studie en topsport gaan gemakkelijk samen. Topsporters hebben een goede discipline (vrouwelijke topsporter, 25).

Alle dropouts konden wel wat met de school regelen wanneer ze weg moesten voor (inter)nationale wedstrijden en trainingsstages.

Op de middelbare school waren er toen gewoon wel mogelijkheden. Ik kon gewoon op trainingsstage naar het buitenland. En ik kon naar internationale wedstrijden. Dat was allemaal geen probleem (vrouwelijke dropout, 24).

Ook de topsporters in dit onderzoek geven aan dat de combinatie topsport en studie goed mogelijk is. Als er goed rust kan worden genomen en er tijd is om te trainen, is de combinatie mogelijk. Planning en coördinatie zijn daarbij belangrijk. Ze geven aan dat discipline en doorzettingsvermogen van de topsporter ten goede komt aan de studie. Een diploma vinden de meesten belangrijk voor een maatschappelijke carrière tijdens of na de topsportloopbaan. Topsporters geven aan dat er genoeg mogelijkheden zijn om de sport met studie te combineren. Er zijn voldoende topsportregelingen. Studie speelt daarmee over het algemeen geen rol bij een vroege dropout.

Topsport en studie kunnen prima samengaan als alles goed wordt afgestemd. Er zijn daar ook wel regelingen voor. Het kan prima, maar vergt discipline (vrouwelijke topsporter, 25).

Studerende topsporters vinden studie vaak even belangrijk als de sport. Door middel van studie kan men investeren in de toekomst.

Ik ben realistisch dat een sportleven niet eeuwig duurt, dus ik zal door middel van studie of werk ook altijd in de toekomst investeren (vrouwelijke topsporter, 22).

5.2.3 Werk

Bijna geen één van de ondervraagde dropouts combineerde de (top)sportbeoefening met arbeid. Bijna alle dropouts in dit onderzoek gingen naar een middelbare school en hadden daarnaast geen tijd meer voor een bijbaan, vanwege de vele tijd die de sport opeiste. Vijf topsporters combineren hun sport met werk. Vier hebben een fulltime baan, één middellangeafstandloper een parttime baan.

Eén topsporter maakt deel uit van de Defensie Topsport Selectie en kan een baan goed combineren met topsportbeoefening. De werklocatie ligt geografisch gunstig ten opzichte van trainingslocaties en woonplaats. De werkroosters worden flexibel aangepast aan de dagelijkse trainingen, meerdaagse trainingsstages en wedstrijden.

Vier topsporters hebben geen functie waarin maatschappelijke ontplooiing en topsportbeoefening ideaal gecombineerd kunnen worden. De werkgever is echter in de meeste gevallen wel flexibel. Zo kan er tijdens pauzes getraind worden en af en toe kan er op flexibele uren worden gewerkt zodat dit beter uitkomt met trainingen of wedstrijden.

Ik heb een flexibele werkgever, dat scheelt een hoop. Ik mag af en toe thuiswerken en in de lunchpauzes trainen (vrouwelijke topsporter, 25).

Redenen die gegeven worden om te werken naast de intensieve topsportbeoefening zijn: geld verdienen, maatschappelijke ontplooiing en afleiding.

Minder uren werken kan goed werken, maar is financieel vaak niet te trekken (vrouwelijke topsporter, 22).

Het is belangrijk om naast je sport in de maatschappij te staan en afleiding te hebben (mannelijke topsporter, 25).

De topsporters in dit onderzoek die fulltime atleet zijn geven meteen aan dat topsport en arbeid moeilijk te combineren zijn. Topsport vergt namelijk een voltijdse engagement. Naast de dagelijkse trainingen en wedstrijden, moet er voldoende rust worden genomen.

Als je echt voor het maximale wilt gaan, het hoogste niveau, dan moet je daar bijna 24 uur per dag mee bezig zijn en daarnaast ook veel rusten (mannelijke topsporter, 26).

Het verschil met de topsporters die wel werken is dat de fulltime atleten goed gesponsord worden. Deze topatleten kunnen het veroorloven om fulltime met hun sport bezig te zijn. Ze worden goed gesteund door sponsors, vanwege het relatief hoge niveau waarop ze hun sport bedrijven. Wanneer er werd doorgevraagd gaven werkende topsporters aan dat ze ook zouden kiezen voor een voltijdse topsportloopbaan of parttime werken wanneer ze voldoende financiële middelen hadden. Op sommige dagen moet er twee keer per dag getraind worden en daarnaast goed worden uitgerust. Wanneer men dan ook nog een baan heeft, wordt het moeilijk om de absolute top te bereiken.

Wanneer je voor de echte top gaat, dan moet je er 100 procent voor gaan. Je moet er bijna de hele dag mee bezig zijn en ook nog genoeg rusten (mannelijke topsporter, 31).

Een voltijdse sportbeoefening blijkt dus de voorkeur te hebben boven een combinatie van topsport met werk. Dit heeft een positieve invloed op de prestaties volgens de ondervraagde atleten, omdat er voldoende tijd is om te rusten en te trainen. Financiële redenen blijken echter vaak ten grondslag te liggen aan het feit dat topatleten hun sport met werk combineren. Andere voordelen van werk, namelijk maatschappelijke ontplooiing en afleiding, blijken ondergeschikt en wegen niet af tegen de nadelen van de combinatie werk en topsport.

Ook de dropouts in dit onderzoek geven aan dat een voltijdse sportbeoefening de voorkeur heeft boven de combinatie met werk.

Werk kost veel tijd en energie. Als werk niet noodzakelijk is door goede sponsering dan zou ik het niet doen (vrouwelijke dropout, 22).

Het moeten werken naast de topsport is echter niet van invloed op de dropout van jeugdige talenten. Deze studeren vaak nog en werken niet.

5.3.4 Voorzieningen

Topsporters uit dit onderzoek konden tijdens het voortraject van hun topsportcarrière, in de juniorenperiode, beschikken over diverse voorzieningen, zoals accommodaties en verschillende loopbaanondersteunende voorzieningen. De dropouts konden tijdens hun (top)juniorentijd ook beschikken over deze voorzieningen.

Accommodaties

Atleten hebben behoefte aan een atletiekbaan met bijbehorende faciliteiten. Voor de sprinters geldt bijvoorbeeld dat er een goed krachthok aanwezig moet zijn en dat de baan snel moet zijn. Voor technische atleten geldt dat er voldoende materialen aanwezig moeten zijn voor hun sport. Zo hebben bijvoorbeeld kogelstoters een aantal kogels nodig en speerwerpers goede speren. Topsporters en dropouts zijn over het algemeen tevreden over de accommodaties. Al gaf één sprinter aan dat de ondergrond van de meeste banen in Nederland te zacht is. Hierdoor kunnen er minder snelle tijden gelopen worden dan op een harde baan. Eén langeafstandloper vertelde dat de baan bij zijn club aan het slijten is. De topklaag van de baan is bijna niet meer aanwezig.

Ik vind dat er in Nederland genoeg atletiekbanen zijn. De meeste steden en vele dorpen hebben een atletiekbaan (vrouwelijke dropout, 20).

Uiteraard moeten er voldoende materialen voor handen zijn, zodat ik trainingstechnisch alle mogelijkheden heb. Dit is bij mijn vereniging wel het geval (vrouwelijke topsporter, 31)

De accommodaties zijn in de meeste gevallen in de nabijheid van de woonomgeving te vinden. Topsporters wonen gemiddeld zeven kilometer van de accommodatie af. Dropouts moesten gemiddeld tien kilometer reizen om bij de accommodatie te komen. Dit zorgde niet voor problemen. Het vervoer werd in de meeste gevallen door de ouders geregeld.

Ik ging vaak met mijn vader mee om te trainen. Maar dat was niet ver hoor (vrouwelijke dropout, 24).

Wel gaven de meeste technische atleten in dit onderzoek aan dat ze graag zouden zien dat er een echte indooraccommodaties in Nederland komt. Voor grote indoorwedstrijden moet er altijd worden uitgeweken naar België of Duitsland. De meeste technische atleten trainen in een indoorhal in Nederland. Deze zijn echter maar op een aantal plaatsten in Nederland aanwezig. Dit betekent dat er in de winter, wanneer er bij sommige gelegenheden indoor getraind wordt, de reistijd langer is. Eén topatleet (middenlangeafstandloper) uit dit onderzoek traint in de winter af en toe in Duitsland op een indoorbaan.

Voor serieuze indooratletiek moet je al gauw naar Gent toe. In Nederland kun je van oktober tot april alleen maar aan veldloopwedstrijden deelnemen. Binnen trainen of wedstrijden doen is er niet bij (mannelijke dropout, 22).

De accommodaties in Nederland zijn, buiten het ontbreken van een indoorbaan, voldoende. Dit heeft dan ook geen invloed op het onderbreken of beëindigen van de sportcarrière.

Sportloopbaanondersteunende voorzieningen

Zoals eerder in dit hoofdstuk besproken, konden dropouts en topsporters gebruik maken van voldoende voorzieningen op het gebied van studie. Dit maakt dat de combinatie van topatletiek met studie goed mogelijk is. Verder is uitgelegd dat de combinatie met werk moeilijker is en dat hier minder voorzieningen voor zijn. Naast voorzieningen op het gebied van werk en studie, zijn er nog enige loopbaanondersteunende voorzieningen. Dropouts en topsporters in dit onderzoek zijn hier in verschillende mate door ondersteund.

Financiële ondersteuning

De dropouts in dit onderzoek kregen in hun toptijd bij de junioren nauwelijks financiële ondersteuning. Dit geldt ook voor de topsporters in hun juniorentijd. De financiële ondersteuning kwam grotendeels van de ouders, waardoor het gebrek aan geld geen motivatie was voor de dropouts in dit onderzoek om te stoppen. Zoals eerder besproken, vonden ouders het in geen geval erg om mee te betalen aan de sportbeoefening van hun kind. Trainingsstages en deelname aan (inter)nationale wedstrijden werden gedeeltelijk vergoed door de bond. De financiële ondersteuning was daarmee voldoende. Dit geldt mogelijk niet voor andere atleten. Niet alle ouders hebben immers voldoende middelen om de sportbeoefening van hun kinderen (financieel) te ondersteunen.

Vier topsporters uit dit onderzoek hebben vanwege hun huidige niveau een A-status en worden onder meer financieel ondersteund door het NOC*NSF. Andere topsporters in dit onderzoek hebben niet (meer) de A-status vanwege wat mindere resultaten. Het merendeel van deze topatleten geeft dan ook aan dat de financiële ondersteuning niet voldoende is. De meesten moeten gaan werken om wat te verdienen naast de sport. Echter, zoals eerder is uitgelegd, zorgt de combinatie van werk met (top)sport nog voor problemen.

De financiële ondersteuning is zeker niet voldoende. Je bent afhankelijk van sponsors, maar die zijn schaars. Vooral in de atletiek (vrouwelijke topsporter, 22).

Ondervraagde atleten met een A-status geven aan dat de bijbehorende vergoeding van het NOC*NSF voldoende is. Topsporters en trainers geven echter wel aan dat de A-status in de atletiek, in vergelijking met sommige andere sporten, moeilijk te verkrijgen is. Een mogelijke verklaring hiervoor is dat het NOC*NSF voor de verschillende sporten dezelfde criteria handhaaft. Zo moet de sporter om een A-status te behalen prestaties leveren op het niveau van (minimaal) de "top acht van de wereld". Dit is bij sommige sporten eerder haalbaar dan in de atletiek.

In vele gevallen is de A-status moeilijk te verkrijgen. Dit is erg afhankelijk van de sport. Bij bobsleeën is bijvoorbeeld de status veel makkelijker te verkrijgen dan in de atletiek (mannelijke trainer, 39).

Voor atleten die (nog) niet goed genoeg zijn, is er nauwelijks financiële ondersteuning. Zij moeten daarom (deeltijds) werken. Vaak zijn het echter juist deze atleten die extra ondersteuning nodig hebben. Atleten die horen bij het niveau van de internationale topatletiek kunnen in sommige gevallen leven van wedstrijdopbrengsten en sponsoring.

Die financiële ondersteuning is er wel, maar alleen als je heel erg goed bent en het eigenlijk niet meer nodig hebt. Daar heb je dus weinig aan (mannelijke topsporter, 31).

Dit is wel afhankelijk van het type onderdeel. Uit de interviews blijkt dat langeafstandlopers afhankelijk van het niveau meer in de sport kunnen verdienen dan technische atleten.

Wanneer de financiële ondersteuning door het NOC*NSF zou wegvallen, dan vormt dit voor de topatleten met een A-status in dit onderzoek een belangrijke reden om te stoppen. Zij zijn in grote mate afhankelijk van deze ondersteuning.

*Als ik niet meer financieel kan rondkomen, dan zou ik stoppen. Dit is dus erg afhankelijk van het NOC*NSF (mannelijke topsporter, 25).*

Niet financiële ondersteuning

Naast de hierboven besproken financiële ondersteuning zijn er ook andere loopbaanondersteunende voorzieningen voor atleten. Dropouts en topsporters konden in hun (top)juniorentijd rekenen op medische begeleiding, verenigingsvoorzieningen en gezamenlijke (bond)trainingen.

De medische begeleiding bestaat voor junioren en senioren in de atletiek uit een sportarts, voedingsdeskundige, inspanningsfysioloog en fysiotherapeut. Deze begeleiding komt meestal vanuit de bond en in een enkel geval vanuit een selectie waar men toe behoort. De sportarts is er voor sporters die door sportbeoefening lichamelijke klachten ervaren. De voedingsdeskundige geeft advies over de voeding tijdens trainingdagen, de aanlooptdagen voor de wedstrijd en de herstelperiode daarna. De inspanningsfysioloog kijkt op basis van testresultaten hoe het met de conditie is gesteld en wat de mogelijkheden zijn. De fysiotherapeut adviseert, begeleidt en behandelt de (top)sporters die door een blessure niet optimaal kunnen presteren.

De topatleten hadden in het voortraject van hun topsportloopbaan (juniorentijd) de beschikking over deze medische voorzieningen. Dit geldt ook voor de dropouts in dit onderzoek. De ondervraagde dropouts en topatleten waren dan ook tevreden over de medische ondersteuning.

Ik had alle voorzieningen. Medisch gezien en keuringen, diëten; noem maar op (vrouwelijke dropout, 22).

Er is alle medische begeleiding die nodig is. Sportarts, wekelijkse controle door fysiotherapeut enzovoort (vrouwelijke trainer, 39).

Wat hier opvalt, is dat ondanks de goede medische begeleiding, veel (voormalige) talenten in dit onderzoek overtraint zijn geraakt. Mogelijk gaven deze dropouts niet snel aan dat er fysieke klachten waren.

Zoals eerder besproken in dit hoofdstuk, waren er voor de dropouts regionale en nationale selectietrainingen. Dropouts en topsporters gingen verder in hun juniorentijd regelmatig op trainingsstage. Deze trainingsstages werden in de meeste gevallen geregeld via de KNAU.

Ik kon gewoon met de selectie mee op trainingsstage in het buitenland (vrouwelijke dropout, 25).

Volgens de trainers, dropouts en doorgestroomde topsporters in dit onderzoek is de niet-financiële ondersteuning voldoende. In trainingstechnische zin (medisch, trainingen, stages) zijn de voorzieningen toereikend en dit is dan ook niet van invloed op een vroege dropout.

5.4 Motieven voor topsportbeoefening

Dropouts beoefenden vanuit verschillende bedoelingen de (top)sport. De drijfveren liggen op het gebied van plezierbeleving en prestatiedoelen. Dit geldt ook voor de ondervraagde topsporters. De motieven van de topsporters in dit onderzoek bevatten wel meer prestatiegerichte elementen.

Plezierbeleving

Voor zeven dropouts in dit onderzoek was de belangrijkste drijfveer om op een hoog niveau te sporten het plezier hebben in de atletiek. Dit motief wordt wel vaak genoemd in combinatie met prestaties. Dropouts vonden de (top)atletiek leuk, onder meer omdat men daarin goed presteerde. Het motief van plezier beleven, komt minder dominant naar voren in de interviews met de topatleten. De meesten noemen wel de factor plezier, maar de prestatiegerichte doelen staan meer centraal.

Ik vond het leuk en merkte dat ik het ook wel een beetje kon en als je wint dan wil je verder (vrouwelijke dropout, 19).

Volgens van Rossum (2005) zien jeugdigen het ontbreken van plezier als een belangrijke reden voor het stoppen met sport. Voor het merendeel van de dropouts geldt ook dat een belangrijke reden om te stoppen het ontbreken van plezier was. De drijfveer van het beleven van plezier was in vele gevallen met het beëindigen van de (top)sportcarrière niet (meer) aanwezig. Dit had verschillende oorzaken.

Voor vijf dropouts betekenden langdurige blessures een verminderde plezierbeleving van de (top)sport. Langdurige blessures en mindere prestaties maakten dat er minder plezier werd ervaren aan het einde van de (top)sportloopbaan. Ook hier blijkt dus dat het belangrijk is om goed rekening te houden met de fysieke belastbaarheid van atleten.

Ik was vaak geblesseerd waardoor het plezier wegging en ik minder gemotiveerd was (mannelijke dropout, 21).

Andere redenen die gegeven werden waren: ‘, ‘werd te serieus’, ‘trainingsregiem te streng’ en ‘trainingsgroep niet leuk meer’.

Ik had een hard regiem. Met alles. Dat was gewoon heel erg zwaar voor me. Ik ben er te vroeg serieus mee geweest, dus mijn plezier ging weg (vrouwelijke dropout, 25).

Ook de trainers geven aan dat het plezier in de sport in vele gevallen wordt weggenomen door vele blessures in combinatie met mindere prestaties.

Vaak is het een combinatie van blessures, prestatiestagnatie en gebrek aan plezier (vrouwelijke trainer, 39).

Geen van de topsporters in dit onderzoek geeft aan dat het ontbreken van plezier in de toekomst hun doet besluiten te stoppen. Dit is opmerkelijk omdat het plezier hebben belangrijk is bij iets wat veel van je vergt. Zeker in een sport waar relatief weinig geld in te verdienen valt. Waarschijnlijk kunnen de topsporters in dit onderzoek geen voorstelling maken dat het plezier in de sport verdwijnt. Ze sporten nu nog op een hoog niveau en halen daar veel plezier uit.

Prestatiemotief

Prestatiedoelinden spelen een belangrijke rol bij de topsporters. Zij geven zonder uitzondering aan dat prestatieverbetering de belangrijkste motivatie is. Ook tijdens het voortraject (juniorentijd) van de topsportloopbaan was het gedrag voornamelijk prestatiegemotiveerd.

Er zijn drie prestatiedoelen te omschrijven: ‘ability orientation’, ‘task orientation’, ‘social approval orientation’ (Whitehead, 1986).

De 'ability orientation' speelt een belangrijke rol. Het prestatiedoel is vaak een positieve kijk op de eigen kunde en vaardigheden te handhaven (intrinsiek gericht). Dit blijkt vooral voor de topsporters in dit onderzoek belangrijk.

Wil graag kijken wat ik kan. Krijg er ook een kick van als het lukt (vrouwelijke topsporter, 25).

De 'ability orientation' bestaat volgens Whitehead (1986) ook uit een extrinsiek element, namelijk graag tonend hoe goed je bent. Dit komt uit de interviews met de topatleten niet duidelijk naar voren. Wel geldt voor drie dropouts uit dit onderzoek dat deze extrinsieke motivatie een belangrijke rol speelde.

Ik wilde graag laten zien hoe goed ik was (mannelijke dropout, 23).

Ook 'task orientation' speelt bij het presteren een belangrijke rol. Het gaat hier om het verbeteren van de eigen prestatie, van het zoeken naar de uitdaging om het beste van jezelf te laten zien, en het weten dat je in wedstrijdsituaties het beste kunt tonen wat je waard bent.

Ik wil het maximale uit mezelf halen (mannelijke topsporter, 25).

Het hardlopen was voor mij ergens naar toe werken en dan in de wedstrijd tonen wat ik waard was (vrouwelijke dropout, 20).

De 'social approval orientation', waardering door anderen, speelt volgens de meeste topsporters in dit onderzoek geen rol. Voor twee dropouts in dit onderzoek was het wel een belangrijk prestatiedoel tijdens de topperiode.

Toen het wat serieuzer werd deed ik het meer voor de verwachtingen die er waren van anderen (vrouwelijke dropout, 25).

Afnemende waardering door anderen door mindere prestaties, speelde voor enkele dropouts in dit onderzoek mee in de keuze om te stoppen met (top)atletiek. Mogelijk speelt de waardering ook een belangrijke rol bij de topsporters in dit onderzoek. Ze noemen dit niet, maar wanneer prestaties ontbreken blijken sporters vaak de waardering door anderen te missen.

Bij topsporters in dit onderzoek blijkt de nadruk te liggen op aspecten van intrinsieke motivatie (zelfverbetering). De drijfveer om op een hoog niveau sport te bedrijven komt vanuit hun zelf. De ondervraagde topsporters beoefenen

(top)atletiek omdat ze echte liefhebbers zijn die het maximale uit zichzelf willen halen. Dit in tegenstelling tot de dropouts in dit onderzoek waarbij ook aspecten van extrinsieke motivatie een grote rol speelden in hun topperiode. Tonen hoe goed je bent spelen en waardering door anderen waren voor de voormalige talenten belangrijk. Wanneer de sport echter centraal staat in het leven van de atleet, wordt een zekere verbondenheid geëist. Hierbij is het belangrijk dat het sportgedrag intrinsiek gemotiveerd is en dus vooral uit de atleet zelf komt.

5.5 Redenen voor stoppen

Uit de gegevens van de interviews met topsporters, dropouts en trainers blijkt dat er vaak verschillende redenen ten grondslag liggen aan het (mogelijk) stoppen met (top)atletiek. Er blijken vooral veel hindernissen of obstakels te zijn bij de overgang van junioren naar senioren. Om te kijken of er verschillen bestonden tussen atleten die zijn doorgestroomd en degenen die de top niet hebben gehaald, zijn beide groepen op een aantal factoren vergeleken. Motivaties om te stoppen zijn ook expliciet in de interviews aan bod gekomen.

Het blijkt niet goed mogelijk om op grond van de gegevens te voorspellen welke atleten volhouden of stoppen met (top)sport. Het is niet mogelijk een duidelijk profiel op te stellen van iemand die wel/niet doorstroomt naar de topatletiek. Vaak zijn er meerdere samenhangende redenen die verklaren waarom iemand stopt met topatletiek.

Door mijn baan kon ik het moeilijk combineren en ik was vaak geblesseerd, waardoor mijn motivatie minder werd (mannelijke dropout, 21).

De redenen voor stoppen hangen samen met het de factoren die zijn gepresenteerd in het onderzoeksmodel. Alleen de combinatie met onderwijs en de voorzieningen blijken geen obstakel te vormen.

Op het gebied van onderwijs zijn er genoeg mogelijkheden die de combinatie met (top)sport mogelijk maken. De combinatie is ook goed mogelijk doordat (top)sporters vaak een goede discipline hebben. Volgens de meeste dropouts en topatleten in dit onderzoek is de combinatie met onderwijs niet een reden om te stoppen.

Topsport en studie kunnen goed samengaan. Als je topsport beoefent heb je een goede discipline; weet je wanneer je moet leren. Is denk ik voor de meesten ook niet een reden om te stoppen. (vrouwelijke dropout, 19).

Eén dropout in dit onderzoek is wel gestopt, omdat de combinatie van (top)sport met een (HBO-) opleiding moeilijk werd. Blijkbaar had de sport voor dit talent een minder grote prioriteit.

Mijn HBO-opleiding vergde te veel tijd, waardoor ik minder tijd had om te trainen en niet meer het niveau kon halen (mannelijke dropout, 22)

De beschikbare voorzieningen blijken voor de dropouts en topsporters in dit onderzoek ook geen reden te vormen om te stoppen. Accomodaties zijn er voldoende. Ook de medische voorzieningen zijn goed. Wel zijn er weinig financiële voorzieningen. De ondervraagde dropouts werden in hun toptijd bij de junioren echter financieel gesteund door de ouders. Veel doorgestroomde topatleten in dit onderzoek moeten door de gebrekkige financiële ondersteuning wel werken. Dit heeft nadelen voor de topsportbeoefening.

De combinatie met werk geeft vaak nog problemen. Volgens topatleten in dit onderzoek is een voltijd baan moeilijk te combineren met een topsportcarrière. Ook de dropouts in dit onderzoek vinden dat de combinatie van werk met topsport niet goed mogelijk is. De meeste (voormalige) talenten studeerden echter nog ten tijde van de dropout, waardoor het werk geen reden was om te stoppen.

Voor één dropout in dit onderzoek vormde de combinatie van werk met topsport wel een obstakel. Dit was dan een ook reden om te stoppen.

Door mijn baan kon ik het moeilijk combineren (mannelijke dropout, 21)

De meest belangrijke factor bij het stoppen met de (top)atletiek lijkt de fysieke belastbaarheid te zijn. Voor vijf dropouts in dit onderzoek geldt dat de (te) hoge fysieke belastbaarheid resulteerde in (langdurige) blessures. Dit in tegenstelling tot de topatleten in dit onderzoek die nauwelijks fysieke klachten kenden in hun juniorentijd. Blessures worden vaak genoemd in combinatie met andere factoren als motivatie om te stoppen. Zo maken blessures het moeilijk om te (blijven) presteren op een hoog niveau. Het presteren was echter een belangrijke drijfveer

voor de dropouts in dit onderzoek, naast het plezier hebben in de atletieksport. Dit hangt vaak ook samen. Men vindt iets leuk, omdat men daarin goed is.

Ik kreeg dan die chronische blessure en haalde mindere resultaten. Toen ging mijn plezier weg (vrouwelijke dropout, 25).

Niet alleen minder plezier en presteren wordt in combinatie met blessures genoemd, maar ook het gemis van sociale activiteiten. Bij blessures gaat men vaak minder intensief op in de sportbeoefening. Er blijft vaak tijd over voor andere dingen en de aandacht is niet meer volledig gericht op het presteren in de sport. De prestaties zijn dan ook minder tijdens blessureperiodes. Sociale activiteiten met vrienden waren voor de dropouts in hun topperiode ondergeschikt aan de (top)sport. Bij minder presteren, vaak door blessures, viel de keuze echter vaker ten gunste van de vrienden/vriendinnen boven de (top)sportbeoefening. Twee dropouts in dit onderzoek verkozen dan ook op een gegeven moment het omgaan met vrienden, laat uitgaan etc. definitief boven de topatletiek.

Mijn sociale leven was op een gegeven moment gewoon belangrijker. Ik kon me door de vele blessures me er niet meer toe zetten om er helemaal voor te gaan (mannelijke dropout, 23).

De ondervraagde topatleten hadden in hun juniorentijd geen last van (langdurige) blessures. Het uitblijven van fysieke klachten op jeugdige leeftijd vormt een reden waarom bepaalde toptalenten doorstromen in tegenstelling tot anderen die wel te kampen hebben met kwetsuren.

Blessures speelden voor de ondervraagde topatleten in de juniorentijd geen rol. Dit is dan mogelijk ook een reden waarom ze niet zijn gestopt.

Geen van de ondervraagde topsporters in dit onderzoek hebben problemen met de ouders of trainer/coach. Dit geldt ook voor de meeste dropouts in dit onderzoek. Ouders hadden een positieve houding ten op zichte van de topsportbeoefening. Dit geldt ook voor de betrokken trainers/coaches. Voor twee dropouts in dit onderzoek geldt wel dat de ouders een negatieve invloed hadden op de (top)sportbeoefening. In beide gevallen was de vader te zeer bij de (top)sportbeoefening betrokken. De betrokken dropouts werden daardoor ook te zeer psychisch belast en hadden angst om te falen. De grote druk en verwachtingen van de ouder waren een reden voor de vroege dropout.

Er zat een enorme druk op mij. Het enige wat ons bezighield was het hardlopen. Dat was gewoon heel zwaar (vrouwelijke dropout, 20).

Psychische problemen, als faalangst en gebrek aan zelfvertrouwen kwamen bij meer dropouts in dit onderzoek voor. Dit speelde bij enkele dropouts in dit onderzoek ook mee bij de keuze om te stoppen. Voor de ondervraagde topsporters speelden psychische problemen nauwelijks een rol.

5.6 Samenvatting

In dit hoofdstuk zijn allereerst de resultaten van het literatuuronderzoek naar de doorstroming van atletiektalent voor de jaren 1996-2001 besproken. Daarna zijn de uitwerkingen van de afgenomen interviews uiteengezet. Dit is gedaan in vier paragrafen: topsportbeoefening, situatie dropouts en topsporters, motieven voor topsportbeoefening, redenen voor stoppen.

In hoofdstuk zes zullen hieruit de conclusies worden getrokken. Daarnaast zullen er aanbevelingen worden gedaan.

6 CONCLUSIES EN AANBEVELINGEN

Het doel van deze scriptie was om inzicht te verschaffen in factoren die de doorstroming van talent in de atletiek naar de topsport verklaren. In dit hoofdstuk worden de conclusies van het onderzoek geschetst aan de hand van het theoretische en veldonderzoek. Er zal afzonderlijk op iedere onderzoeksvraag ingegaan worden, waarmee tevens een antwoord kan worden gegeven op de probleemstelling.

A. Welke invloed heeft de sociale omgeving op de doorstroming naar de topatletiek of dropout?

Ouders

Uit eerder onderzoek (Visschers, Gemser, de Greef, 1997) komt naar voren dat ouders een grote rol spelen in de topsportcarrière van (jonge) topsporters. Ook in dit onderzoek blijkt dat een goede thuisbasis een voorwaarde is om tot de top te komen. Talenten die een goede relatie hebben met de ouders dringen eerder tot de top door. De relatie met de ouders is bij de doorgestroomde topatleten in dit onderzoek dan ook goed. Dit geldt niet voor alle ondervraagde dropouts in dit onderzoek. Twee dropouts in dit onderzoek zijn niet doorgestroomd, onder meer vanwege een slechte relatie met één van de ouders. Voor de betrokken dropouts gold dat de ouders te zeer betrokken waren bij de (top)sportbeoefening. Een (te) grote druk en (te) hoge verwachtingen van de ouders kunnen leiden tot spanningen en een vroege dropout.

Ouders hebben ook een belangrijke ondersteunende en stimulerende rol. De belangrijkste zaken die in het voortraject van de topsportcarrière geregeld worden zijn vooral het vervoer en financiële gedeelte. Op het financiële en logistieke vlak werden de (voormalige) talenten en topsporters in dit onderzoek goed gesteund door de ouders. Het ontbreken van ondersteuning door de ouders speelde daarom in dit onderzoek geen rol bij de keuze om te stoppen. Of alleen talenten die op het logistieke en financiële vlak gesteund worden door de ouders tot de top doordringen zou verder onderzoek moeten uitwijzen.

Trainer/coach

Topatleten en (voormalige) talenten vinden het belangrijk dat een trainer/coach goede technische en tactische ondersteuning biedt. De eigen trainer/coach heeft in alle gevallen duidelijk een bijdrage geleverd aan de prestaties.

Uit de theorie kwam verder naar voren dat de trainer/coach een belangrijke rol

speelt op het sociale vlak. Uit het veldonderzoek blijkt ook dat atleten het prettig vinden als een trainer/coach over sociale vaardigheden beschikt.

In het algemeen is de sociale ondersteuning van trainers/coaches goed. De omgang met de trainer/coach is vaak niet van invloed op een vroege dropout.

Vrienden

Topsporters en talenten hebben vooral vrienden binnen de sport. Vrienden die ook sporten tonen vaak veel begrip voor de situatie van de atleet. Dit wordt door talenten als zeer belangrijk ervaren.

Volgens Heinen (2004) kan er voor jonge atleten een spanningsveld ontstaan tussen de sociale activiteiten met vrienden en de (top)sportbeoefening.

Talenten geven echter vaak de topsportbeoefening de voorrang boven de omgang met vrienden. De vele trainingen/wedstrijden en het zorgen voor voldoende rust maken dat er weinig tijd overblijft voor (hechte) contacten met vrienden. De sport neemt voor de meeste talenten een belangrijker plaats dan de vrienden.

Talenten hebben hier achteraf wel eens spijt van. Vooral wanneer de daadwerkelijke top niet gehaald is. Het missen van de omgang met vrienden en het (mogelijkerwijs) niet halen van de top heeft bij enkele (voormalige) talenten in dit onderzoek meegespeeld in de definitieve keuze om te stoppen.

B Hoe is de invloed van de aan/afwezigheid van voorzieningen op de doorstroming naar de topatletiek of dropout?

Accommodaties

Atleten hebben behoefte aan goede accommodaties met bijbehorende faciliteiten. Ze zijn over het algemeen tevreden over de bestaande accommodaties. Het enige wat ontbreekt is een permanente indooraccommodatie. Voor officiële indoorwedstrijden moet er naar het buitenland worden uitgeweken. Technische atleten moeten in de winter trainen in een indoorhal. Die zijn echter maar op een aantal plaatsen in Nederland aanwezig. De outdooraccommodaties zijn in meeste gevallen wel in de nabijheid van de woonomgeving te vinden.

Uit dit onderzoek blijkt dat de beschikbaarheid van juiste accommodaties geen reden is te stoppen.

Sportloopbaanondersteunende voorzieningen

Talenten krijgen in de juniorentijd nauwelijks financiële ondersteuning. Alleen trainingsstages en deelname aan (inter)nationale wedstrijden worden gedeeltelijk vergoed door de bond. De overige financiële ondersteuning komt vaak van de

ouders. Hierdoor vormt de gebrekkige financiële ondersteuning vaak dan ook geen reden om te stoppen. Of dit ook voor talenten geldt die minder gesteund worden door de ouders, zal verder onderzoek moeten uitwijzen. Atleten die op een hoog (internationaal) niveau presteren hebben vanuit het NOC*NSF wel recht op enige financiële vergoeding. Het zijn echter vaak atleten die (nog) niet dit hoge niveau hebben die extra financiële ondersteuning nodig hebben. Uit het veldonderzoek blijkt dat talenten kunnen rekenen op voldoende ondersteuning op trainingstechnisch gebied. Er is goede medische begeleiding. Deze bestaat uit een sportarts, voedingsdeskundige, inspanningsfysioloog en fysiotherapeut. De medische begeleiding komt meestal vanuit de bond en soms ook vanuit een selectie waar men toebehoort. Ondanks dat er goede medische begeleiding voor jonge talenten is, spelen fysieke klachten een belangrijke rol bij het stoppen met de (top)atletiek. Dit komt omdat jonge atleten vaak te gretig zijn en zelf niet snel aangeven wanneer ze klachten hebben. Naast medische begeleiding hebben talenten ook de mogelijkheid om mee te trainen met selecties. Ook gaat men regelmatig op trainingsstage. Dit wordt ondersteund vanuit de atletiekbond. Op trainingstechnisch gebied zijn er daarmee voldoende voorzieningen. De voorzieningen vormen dan ook geen reden om te stoppen met de (top)atletiek.

C Welke invloed heeft de combinatie topsport – werk/studie op de doorstroming naar de topatletiek of dropout?

Werk

De combinatie van werk met (top)sport zorgt voor problemen. Topatleten moeten veel trainen en voldoende rusten. Dit is moeilijk te combineren met een (voltijds) baan. Vanwege financiële redenen moeten topatleten echter vaak hun sport met werk combineren. Alleen topatleten van hoog (inter)nationaal niveau worden goed gesteund door sponsors. Andere voordelen van het werk, namelijk maatschappelijke ontplooiing en afleiding, wegen niet op tegen de nadelen van de combinatie werk en topsport.

Parttime werken en/of op flexibele tijden werken maakt de combinatie makkelijker. Een flexibele werkgever is daarbij een vereiste. Er zijn verder weinig initiatieven om de combinatie sport en werk gunstiger te maken. Bij Defensie is er wel een initiatief om de combinatie beter mogelijk te maken. Defensie heeft de mogelijkheid om een aantal atleten met een NOC*NSF A-status of B-status te plaatsen als Beroeps Bepaalde Tijd. Hier valt een maatschappelijke functie goed te combineren met topsportbeoefening. Het zijn echter vaak individuele

regelingen die de topatleet met de werkgever treft om de combinatie beter mogelijk te maken.

Jonge talenten studeren echter vaak nog, waardoor het werk meestal geen reden vormt voor een vroege dropout. Voor de talenten die wel werken is de combinatie problematisch. Ook op latere leeftijd is de invloed van werk op de topsport negatief.

Studie

Veel jonge talenten combineren de (top)sportbeoefening met studie, omdat ze willen investeren in een maatschappelijke carrière. Talenten houden er rekening mee dat met het beoefenen van topatletiek weinig geld verdiend kan worden. Een diploma vinden de meesten belangrijk voor een maatschappelijke carrière tijdens of na de topsportloopbaan.

De meeste dropouts in dit onderzoek zaten op een reguliere HAVO of VWO school. Ze volgde geen van allen onderwijs op een LOOT-school, waar specifiek rekening wordt gehouden met de sportieve ambities van leerlingen. Naast de studie hebben talenten nog voldoende tijd om te sporten. Bij de meeste scholen zijn er regelingen mogelijk om extra tijd te besteden aan de sport (trainingsstages, internationale wedstrijden). Dit geldt ook voor het vervolg (HBO-/WO-) onderwijs. Hierbij is ook de zelfdiscipline en het doorzettingsvermogen van de (top)sporter belangrijk. Om een hoog niveau te behalen in de sport, moet de atleet veel discipline en doorzettingsvermogen hebben om goed te trainen. Dit komt ten goede aan de studie, waar deze eigenschappen ook van pas komen. Dit alles maakt dat combinatie van studie met (top)sport in de meeste gevallen niet voor problemen zorgt.

D Welke motieven voor topsportbeoefening zijn mede bepalend voor de doorstroming naar de topatletiek?

Atleten beoefenen vanuit verschillende bedoelingen de (top)sport. De belangrijkste drijfveer is het plezier hebben in de sport. Ook prestatiedoelen spelen een rol. Dit hangt vaak ook samen. Talenten vinden de (top)atletiek leuk, onder meer omdat men daarin goed presteert. De drijfveer van het beleven van plezier is veelal met het beëindigen van de (top)sportcarrière niet meer aanwezig en vormt dan ook vaak een belangrijke reden voor een vroege dropout. Het ontbreken van plezier heeft verschillende oorzaken. Vooral (langdurige) blessures en minder presteren zijn hierbij belangrijk. Ook kan het plezier weggaan door een te stringente kijk op de (top)sportbeoefening. De sport wordt dan te serieus

beschouwd, waardoor het plezier verdwijnt.

Met de plezierbeleving zijn ook prestatie-motieven belangrijk voor talenten. Whitehead (1986) heeft in eerder onderzoek drie prestatiedoelen ('ability orientation', 'task orientation', 'social approval orientation') vastgesteld. Ook in dit onderzoek komen deze doelen naar voren. De prestatiedoelen zijn bij talenten die niet doorstromen wel vaak extern gericht. Dit in tegenstelling tot atleten die het wel halen. Extrinsieke prestatiedoelen als tonen hoe goed je bent (ability orientation) en waardering door anderen (social approval orientation) spelen een belangrijke rol. Afnemende waardering bij minder presteren kan meespelen in de keuze om te stoppen. Vooral intrinsieke prestatiedoelen als prestatieverbetering en het maximale uit jezelf halen (task orientation) spelen een rol bij talenten die het wel halen. Naast extrinsieke motivaties zijn vooral intrinsieke drijfveren belangrijk. De motivatie moet vooral uit de atleet zelf komen en niet alleen gestuurd worden door anderen.

E Welke invloed heeft de psychische belastbaarheid op de doorstroming naar de topatletiek of dropout?

De psychische belastbaarheid is een belangrijke factor bij de doorstroming van talent. Uit de theorie blijkt dat atleten vooral met prestatiedruk en heersende verwachtingen om moeten kunnen gaan. Zelfvertrouwen is van groot belang. Uit het veldonderzoek blijkt dat lage psychische belastbaarheid, veelal uitend in de angst om te falen en gebrek aan zelfvertrouwen, een belangrijke reden vormt voor een vroege dropout.

Andere psychische klachten die in het veldonderzoek naar voren komen zijn (lichte) depressie en het kenmerk van 'tunnelvisie'. Met tunnelvisie wordt in dit verband bedoeld het te eenzijdig bezig zijn; met niks anders als de (top)sportbeoefening. Dit kan het bewustzijn vernauwen en ten koste gaan van de sportieve resultaten. Om al deze vormen van psychische overbelasting te vermijden is het belangrijk dat het aspect van plezier hebben in de sport niet uit het oog verloren wordt. Atleten die doorstromen hebben vaak een hoge psychische belastbaarheid. Buiten het feit dat ze wel eens voor korte tijd 'in de put' zitten blessures of mindere resultaten, lijken ze geen last te hebben (langdurige) psychische klachten.

F Welke invloed heeft de fysieke belastbaarheid op de doorstroming naar de topatletiek of dropout?

Fysieke klachten spelen een belangrijke rol bij de doorstroming of dropout van talent. Doorgestroomde topatleten hebben in tegenstelling tot de dropouts vaak geen last gehad van (langdurige) blessures in de juniorentijd. De fysieke belastbaarheid is daarbij belangrijk. De fysieke belastbaarheid of overbelasting van talenten geeft vaak een verklaring voor de kwetsuren. Blessures komen vaker voor bij talenten die relatief meer trainen dan hun leeftijdsgenoten. Een (te) vroege intensivering van de trainingsarbeid kan leiden tot (langdurige) blessures en daarmee een vroege dropout. Blessures maken het moeilijk om op een hoog niveau te (blijven) presteren. Daarmee verdwijnt ook het plezier in de sport. Het loont niet (meer) om een topsportcarrière na te streven. Blessures komen echter niet alleen voor bij talenten die een relatief te hoge trainingsbelasting hebben. Ook talenten die niet meer trainen als hun leeftijdsgenoten kunnen last krijgen van blessures. Talenten verschillen in de mate waarin ze het vele trainen en wedstrijden aankunnen. Degenen die doorstromen hebben vaak een grote fysieke belastbaarheid.

Probleemstelling: Waarom maakt een toptalent in de atletiek (niet) de stap naar de topsport?

Er zijn vaak verschillende factoren van invloed op de doorstroming van atletiektalent. Het zijn in de meeste gevallen verschillende samenhangende redenen die bepalen of talenten doorstromen. Er is daarmee ook geen duidelijk profiel te schetsen van talenten die het wél halen en talenten die het niet halen. De sociale omgeving, psychische en fysieke belastbaarheid zijn de belangrijkste factoren bij de doorstroming van atletiektalent. De sociale omgeving (ouders, trainer/coach, vrienden) is belangrijk bij de stimulering en ondersteuning van atletiektalent. Verder is het belangrijk dat de atleet goed psychisch belastbaar is. In de topsport zijn mentale kenmerken als het om kunnen gaan met prestatiedruk en zelfvertrouwen belangrijk. Atleten die niet over deze mentale kenmerken beschikken zullen eerder stoppen. Een hoge psychische belastbaarheid is een voorwaarde om tot de top te komen. Daarnaast moeten talenten ook goed fysiek belastbaar zijn en niet op jonge leeftijd overbelast geraken. Fysieke klachten vormen namelijk een belangrijke reden om te stoppen. Talenten die meer trainen dan hun leeftijdsgenoten raken vaak overbelast en stoppen eerder met de (top)atletiek. Ook zijn sommige atleten op jonge leeftijd minder goed fysiek belastbaar en hebben meer kans op blessures. Deze talenten zullen dan ook eerder hun (top)sportcarrière beëindigen.

Beschikbare voorzieningen, studie en werk hebben weinig invloed op de uitval van talenten. Sportloopbaanondersteunende voorzieningen zijn voldoende beschikbaar. Ook zijn er goede accommodaties, buiten het ontbreken van een indooratletiekhal. De beschikbaarheid van voorzieningen is daarmee geen reden om de (top)sportcarrière vervroegd te beëindigen. Ook de studie vormt geen obstakel. Studie en topsport gaan vaak goed samen. Er zijn voldoende topsportregelingen bij onderwijsinstellingen. Ook de discipline van de jonge topsporter maakt de combinatie goed mogelijk. Talenten weten vaak de studiewerkzaamheden goed te plannen en coördineren met de (top)sport. Werk en topsport gaan vaak niet goed samen. Waar de studie vaak voldoende flexibiliteit biedt, is dit op het gebied van werk minder het geval. Er zijn maar weinig initiatieven op dit vlak. Dit zorgt voor de topatleten vaak voor problemen, omdat naast de trainingen er ook voldoende rust moet worden genomen. Het werk zorgt echter vaak niet voor een vroege dropout van jong talent. Dit komt omdat de meeste talenten studeren en niet werken in het voortraject van de topsportloopbaan (juniorentijd).

Aanbevelingen

Dit onderzoek stond vooral in het teken van de verkenning. Er is geprobeerd inzicht te krijgen in de redenen waarom talenten wel/niet doorstromen naar de topatletiek.

Aanbevelingen voor verder onderzoek:

Dit onderzoek heeft vragen opengelaten die in verder onderzoek gebruikt kunnen worden.

Eén van de belangrijkste vragen is of de redenen waarom jonge atletiektalenten wel/niet doorstromen verschillen met andere sporten. Zijn in de atletiek andere factoren belangrijk bij de doorstroming van talent in vergelijking met andere sporten? Is het misschien zo dat er bij overige sporten andere factoren meespelen in keuze om te stoppen of door te gaan? Ook is het interessant om in vervolgonderzoek te vergelijken met andere landen. Verschillen de redenen om te stoppen met topatletiek met die in andere landen?

Het onderzoek zou ook op een grotere schaal uitgevoerd kunnen worden, zodat er een generalisatie plaats kan vinden. Met behulp van kwantitatief onderzoek en een groot aantal onderzoekseenheden kan meer algemeen worden gezegd waarom atleten stoppen of doorgaan.

Daarnaast zijn in dit onderzoek niet alle atletiekonderdelen meegenomen. Het zou goed zijn om in verder onderzoek wel alle atletiekonderdelen te betrekken. Er kan dan worden gekeken of er verschillen zijn tussen de verschillende atletiekonderdelen als het gaat om de dropout.

Aanbevelingen voor ouders:

Een goede thuisbasis is één van de voornaamste voorwaarden voor een goede topsportprestatie. De ouders zijn erg belangrijk bij de ondersteuning en stimulering van de (top)sportcarrière.

Zonder de steun van de ouders is het moeilijk om aan de top te komen. Voor jonge talenten is het belangrijk dat ze een goede relatie hebben met de ouders. Op het financiële en logistieke vlak zijn jonge talenten afhankelijk van hun ouders. Ouders moeten er wel voor waken dat er niet een te grote aandacht uitgaat naar prestaties van het topsportende kind en dat de verwachtingen niet te hoog zijn. Dit kan extra druk opleveren voor het talent en ook het plezier in de sport doen afnemen.

Aanbevelingen voor trainers:

Ook trainers nemen een belangrijke plaats in, in de (top)sportcarrière van jonge atleten. Goede trainingen en coaching zijn een voorwaarde voor het leveren van prestaties. Belangrijk is dat trainers de fysieke belastbaarheid van de individuele atleet goed in de gaten houden. Vooral op jonge leeftijd is de kans op overbelasting groot. Een vroege intensivering van de trainingsarbeid heeft vaak het effect dat talenten op jonge leeftijd goed presteren. Een nadeel van veel trainen op jonge leeftijd is echter dat de kans op (langdurige) blessures vergroot wordt. Dit kan bijdragen aan een vroege dropout van het talent.

Naast de fysieke belastbaarheid van het talent moeten trainers niet mentale en sociale aspecten uit het oog verliezen. Het geven van zelfvertrouwen en het wegnemen van druk kunnen het talent psychisch ontlasten. Dit komt ten goede aan de prestaties. Ook (mogelijke) problemen op het sociale vlak hebben invloed op het presteren. Belangrijk is dat de trainer/coach hier rekening mee houdt en goed naar de (jonge) atleet luistert.

Aanbevelingen voor K.N.A.U.

De KNAU is belangrijk bij de ontwikkeling van talent. De atletiekbond is vooral belangrijk bij de ondersteuning van de (top)sportloopbaan. De bond biedt voldoende voorzieningen op medisch gebied. Ook op trainingstechnisch vlak zijn er allerlei initiatieven, zoals gezamenlijke trainingen, trainingsstages en selecties. Het enige wat er aan ontbreekt is goede financiële ondersteuning. Talenten zijn op dit gebied afhankelijk van hun ouders. De atletiekbond zou naar mogelijkheden moeten zoeken om voor jonge talenten de kosten voor (top)sportbeoefening te vergoeden. Belangrijk hierbij is de medewerking en steun van andere partijen, zoals bijvoorbeeld het NOC*NSF en sponsors.

Een andere belangrijk aandachtspunt voor de KNAU is dat de redenen die atleten aangeven om te stoppen ruim bekend zouden moeten zijn bij trainers/coaches en andere betrokkenen. Deze informatie zou verspreid kunnen worden via de diverse trainingscursussen en brochures. Ook zouden er informatiebijeenkomsten georganiseerd kunnen worden voor ouders en trainers van talenten. Beiden spelen namelijk een belangrijke rol bij de ontwikkeling van talent. Het is belangrijk dat ouders en trainers contact hebben en genoeg weten over de talentontwikkeling.

LITERATUURLIJST

- Andre T. en Holland A. (1995), 'Relationship of sport participation to sex role orientation and attitudes toward women among high school males and females', *Journal of Sport Behavior*, vol. 18, pp. 241-253.
- Auerbach, C.F., Silverstein, L.B. (2003). *Qualitative Data. An Introduction to Coding and Analysis*. New York University Press. New York.
- Baarda, D.B., Goede, M.P.M. de, Teunissen, J. (2001). *Kwalitatief Onderzoek. Praktische handleiding voor het opzetten en uitvoeren van kwalitatief onderzoek*. Stenfert Kroese. Houten.
- Babbie, E. (2004). *The practice of social research*. Thomson/Wadsworth. Belmont.
- Bette, K., Schimank, U., Wahlig, D., Weber, U. (2002), *Biographischen Dynamiken im Leistungssport. Möglichkeiten der Dopingsprävention im Jugendalter*. Sport und Buch Strauss. Köln.
- Bloom, B.S. (Ed.) (1985). *Developing talent in young people*. New York: Ballantine Books.
- Bottenburg M., Roques C., Smit S. (2002). *Ontwikkelingen in het topsportklimaat in Nederland*. Mulier Instituut. Den Bosch.
- Bottenburg, M. van. (2000). *Het topsportklimaat van Nederland*. De Academische Pers. Amsterdam.
- Cashmore, E. (2002). *Sport psychology: the key concepts*. Routledge. London.
- Csikszentmihalyi, M., Rathunde. K., Whalen, S. (1993). *Talented teenagers: the roots of succes en failure*. Cambridge University Press.
- Driessche, van H. (1991). Rol ouders bij sportdeelname kinderen. *Lichamelijke opvoeding*. vol. 12, pp. 564-566.

Droogleer Foruijn, E. (1995). Aanwijzingen voor het verwerken en analyseren van interviews.

Engel, van de H., Sturkenboom, M., Wagner, P. (1997). *Talentontwikkeling: Organisatie van Talentontwikkeling*. NOC*NSF. Arnhem.

Fry, R.W., Morton, A.R., Keast, D. (1991). Overtraining in athletes. An update. *Sports Medicine*, vol. 12, pp. 32-65.

Galema, J. (1994). Criteria voor talent; langzaam wint psychologie terrein in de sport. *Elsevier*.

Heinen, C. (2004). *Een onderzoek naar de (vrije)tijdsbesteding en (vrije)tijdsbeleving van jonge topsporters*. Tilburg. Universiteit van Tilburg.

Johnsgard, K.W. (1989). *The exercise prescription of depression and anxiety*. New York: Plenum Press.

Kerr, J.H., & Vlaswinkel, E.H. (1993). Self-reported mood and running. *Work & Stress*, 7(3), pp. 161-177.

Legard, R., Keegan, J. & Ward, K. (2003). *In depth interviews. Qualitative research practice: a guide for social sciences and researchers*. Sage. Londen.

Loo, van der H., Rossum van J.H.A. (1997). Talentontwikkeling: De thuissituatie van jeugdige sporters. NOC*NSF. Arnhem.

Manders, T., Kropman, J. (1982). *Sportbeoefening: Drempels en Stimulansen*. Instituut voor Toegepaste Sociologie. Nijmegen.

Maso, I., Smaling, A. (1998). *Kwalitatief Onderzoek: praktijk en theorie*. Boom. Amsterdam

NOC*NSF. (1997). *De trouwste supporters: over de rol van ouders in de sportieve carrière van kinderen*. NOC*NSF. Arnhem.

NOC*NSF. (1997). *Handelingssuggesties bij het maken van talentontwikkelingsplannen*. NOC*NSF. Arnhem.

Rietjens, G.J.W.M., Kuipers, H., Adam, J.J., Saris, W.H.M., Breda, E. van, Hamont, D. van, Keizer, H.A. (2005). Physiological, Biochemical and Psychological Markers of Strenuous Training-Induced Fatigue. *International journal of sports medicine*, vol. 26, pp. 16-26.

Rossum, J.H.A. (2005). *Volhouden of afhaken. Een longitudinaal onderzoek naar talentontwikkeling in de sport, met aandacht voor dropouts en toppers*. Stichting Human Quality & Performance, Amsterdam.

Rossum, J.H.A. van & Gagné, F. (1994). Rankings of predictors of athletic performance bij top level coaches. *European Journal for High Ability*, vol. 5, pp. 68-78.

Rubin, H.J., Rubin, I.S. (1995). *Qualitative Interviewing: the art of hearing data*. Sage. Londen.

Shogan, D. (1999). *The making of high-performance athletes. Discipline, Diversity and ethics*. University of Toronto Press. Toronto.

Visscher, C., Gemser, M.T., Greef de M.G.H. (1997). *Talentontwikkeling: Invloed van ouders en onderwijs*. NOC*NSF. Arnhem.

Wester, F. (2000). *Methodische aspecten van kwalitatief onderzoek. Praktijkgericht kwalitatief onderzoek*. Coutinho. Bussum.

Wit, J. de, Veer, G. van der, Slot, N.W. (1995). *Psychologie van de adolescentie*. Baarn: Intro.

Zwolle H.J. (1997). *De bruikbaarheid van fysiologische parameters bij het vinden van talenten basketball, badminton en roeien*. NOC*NSF. Arnhem.

Zwolle, H.J. (1997). *Talentontwikkeling: Kijkwijzer*. NOC*NSF. Arnhem.

Websites:

www.atletiek.nl

http://nl.wikipedia.org/wiki/Pim_Mulier

<http://www.sport.nl/boek.php3?artid=2840>

http://www.sport.nl/boek.php3?label=1.2.11_nocnsf_indexen

<http://www.sport.nl/boek.php3?artid=3278&noTop=&noNav=&noLinks=>

<http://www.rug.nl/studiekiezers/studeren/studiestad/voorzieningen>

<http://www.delta.tudelft.nl/archief/j30/11171>

www.defensietopsport.nl

www.infodrome.nl

www.lootschool.nl

www.economie.hva.nl

www.atletiekschool.nl

BIJLAGEN

Bijlage 1

Itemlijst interviews atleten

Persoonlijk

(top)sportbeoefening

- Kennismaking met de sport
- Ontdekking talent
- Trainingsfrequentie
- Motivatie
- Plaats sport in leven
- Fysieke klachten?

Onderwijs

- Topsport en studeren gaat dat samen?
- Welke mogelijkheden zijn er?

Werk

- Topsport en werk gaat dat samen?
- Welke mogelijkheden zijn er?

Sociale omgeving

- Hoe is de relatie met
- En hoe is de invloed bij sportbeoefening
- Ouders
 - Financiële steun
 - Vinden ze sportbeoefening belangrijk?
 - Stimuleren
- Vrienden/vriendinnen
 - Buiten/binnen de sport
 - Conflictsituaties/spanningsvelden
- Coaches/Trainers
 - Technische/tactisch
 - Sociale zaken

Voorzieningen

- Welke mogelijkheden zijn er?
Voldoende?

Afhaken/volhouden

- Waarom stoppen?

Bijlage II

Itemlijst interviews trainers (voormalige) toptalenten binnen atletiek

Persoonlijk

(top)sportbeoefening

- Ontdekking talent
- Trainingsfrequentie
- Motivatie
- Fysieke klachten?
- Psychische klachten?

Voorzieningen

- Welke mogelijkheden zijn er?
Voldoende?