

**ERVAREN LEERKLIMAAT DOOR TRAINERS EN HUN SPORTERS OP EEN  
TAEKWONDOCLUB**

Een Kwalitatief Explorerende studie

Leila Ashad, 6618553

Hanae Abraimi, 6634125

Premaster Clinical Child, Family and Education studies, Utrecht University

Cursus: Bachelor thesis Pedagogische Wetenschappen

Dr. Paul Baar

21 Juli, 2020

### **Samenvatting**

In dit onderzoek is gekeken naar de visie op het leerklimaat die de verschillende coaches hanteren en de ervaring van de jeugdsporters op dit leerklimaat in een taekwondoclub in Zuid-Holland. De onderzoeksgroep zijn jeugdsporters van 16-23 jaar en trainers binnen de taekwondoclub. Het leerklimaat kan onderverdeeld worden in een overwegend taakgericht klimaat en een overwegend resultaatgericht klimaat. Aan de hand van de basisbehoeften autonomie, competentie en sociale verbondenheid is onderzocht welk leerklimaat er gehanteerd wordt binnen de club. De respondenten zijn bevraagd door middel van open interviews, om inzicht te krijgen in de ervaringen van de coaches en jeugdsporters. De interviews zijn opgenomen en getranscribeerd in Word. De interviews zijn gecodeerd aan de hand van de inductieve analyse. De belangrijkste bevinding is dat er binnen de club een overwegend progressie georiënteerd leerklimaat wordt gehanteerd door de coaches. Zowel de coaches als de sporters geven aan dat de persoonlijke groei belangrijker is dan winnen. Deze bevindingen impliceren dat de sporters vooral gesteund worden in hun ontwikkeling als sporter en persoon.

*Sleutelwoorden:* Training stijl, leerklimaat, progressiegericht, superioriteit georiënteerd klimaat, taekwondo

### **Abstract**

This study focused on the vision that various coaches have on the learning climate in a taekwondo club and the perceived experience of youth athletes on this learning climate in a taekwondo club in South Holland. The research group are youth athletes aged between 16 and 23 years and trainers within a taekwondo club. The learning climate can be divided into a task-oriented climate and a result-oriented climate. Based on the basic needs of autonomy, competence, and social connection, it was determined which learning climate was used within this club. Respondents were interviewed by means of open interviews to gain an accurate insight into the experiences of the coaches and youth athletes. The interviews were recorded and transcribed in Word. The interviews were coded using inductive analysis, which resulted into a coding scheme consisting of core labels and dimensions. The main finding is that a predominantly progression-oriented learning climate is used by the coaches within the club. Both coaches and athletes indicate that personal growth is more important than winning. These findings imply that the athletes are mainly supported in their development as a complete athlete.

*Keywords:* Training style, learning climate, progression oriented, superiority-oriented climate, taekwondo

### **Ervaren leerklimaat door trainers en hun sporters op een taekwondoclub**

Sport heeft volgens het NOC\*NSF een aantal maatschappelijke effecten. Ten eerste draagt sport bij aan de fysieke- en mentale gezondheid. Daarnaast kan sport ook een economische betekenis hebben, een bijdrage leveren aan de socialisatie en opvoeding van kinderen. Tevens draagt sport ook bij aan de sociale samenhang in wijken. Tot slot draagt sport bij aan de innovatie en duurzaamheid van de maatschappij (Boonstra & Hermsen, 2011). Zeven van de tien mensen van vijftien jaar en/of ouder vinden dat sport een essentieel onderdeel is van de opvoeding (Elling & Wisse, 2010). Het uitgangspunt hierbij is dat kinderen door middel van sport pro sociaal gedrag aanleren, zoals samenwerken, doorzettingsvermogen en discipline, afhankelijk van de rol van de begeleiders (Boonstra & Hermsen, 2011; Weiss 1995).

Een populaire vorm van sport is vechtsport. Vechtsport beoefenen kan baat hebben bij het reguleren van agressie, emoties en de maatschappelijke integratie (Elling, Schootemeijer, & Van den Dool, 2017). De sport taekwondo is van oorsprong Koreaans en een veelzijdige olympische vechtsport, waarin twee spelers in competitie sparren (Kazemi, Waalen, Morgan, & White, 2006). Taekwondo is geschikt voor het verbeteren van de lichamelijke conditie, het zelfvertrouwen en heeft verschillende onderdelen, waarin je zowel mentaal als fysiek oefent om jezelf te verbeteren (Taekwondo Koryo, 2020). Hierbij wordt snelheid gebruikt om verschillende trappen te geven (Bridge, da Silva Santos, Chaabene, Pieter, & Franchini, 2014). Taekwondo-atleten tonen een hoge piek vermogenskenmerken van de onderste ledematen, bovengemiddeld uithoudingsvermogen van de romp- en heupbuigerspieren (Bridge et al., 2014). Er zijn ook studies die aantonen dat vechtsport juist een negatief effect kan hebben, zoals het stimuleren van agressief gedrag (Endresen & Olweus, 2005; Ziaee, Lotfian, Amini, & Mansournia, 2012).

Naar aanleiding van een observatie en gesprek met de hoofdtrainer uit een taekwondoclub in Zuid-Holland is geconstateerd dat individuele jeugdsporters niet tevreden zijn over het leerklimaat. De geïnterviewde jeugdsporters zijn van 16-23 jaar. Binnen de taekwondo club ligt de focus van de coaches voornamelijk op de prestatie van de wedstrijdssporters waardoor zij meer aandacht van de coaches krijgen. Dit kan invloed hebben op de motivatie wat kan leiden tot verminderende individuele progressie. Elke coach heeft zijn eigen manier van lesgeven, doordat de achtergrond en ervaring verschillend is. Er zijn een aantal topsporters binnen de club, dat zelf een groep coacht.

De wetenschappelijke relevantie en het doel van het onderzoek is inzicht verkrijgen in het ervaren leerklimaat op een taekwondoclub. Met name hoe de wedstrijdssporters, niet-

wedstrijdsporters en hun trainers daarin staan. De maatschappelijke relevantie is dat er voor de taekwondoclub implicaties worden geformuleerd, die aansluiten op andere studies op dit gebied. Er is wel genoeg informatie te vinden over de leerklimate van vechtsporten, maar niet specifiek over taekwondo. Uit deze studie kunnen aandachtspunten geformuleerd worden tot adviezen waar de club baat bij heeft. Hierdoor kan de club dit in de toekomst aanpassen en weten zij waar zij op kunnen letten bij het selecteren van trainers en welke opleidingstrajecten zij die trainers kunnen bieden. Hieruit is de volgende onderzoeksvraag voortgekomen voor het onderzoek; *‘Hoe ervaren trainers en sporters het leerklimaat op een taekwondoclub in een grote stad?’*

### **Basisbehoeften**

Volgens Deci en Ryan (2000) zijn de basisbehoeften van een sporter voor sportbeoefening; competentie, autonomie en sociale verbondenheid. Deze zijn essentieel om de natuurlijke groei, sociale ontwikkeling, persoonlijke welzijn en integratie te ondersteunen (Deci & Ryan, 2000). Deze basisbehoeften zijn de onderzoek kenmerken van deze studie, omdat er wordt aangenomen dat de basisbehoeften tot optimalisatie in het spelplezier leiden (Alberts, 2020). Plezier is de voornaamste reden dat kinderen aan sport meedoen (Buisman, 2002). Zelf hebben de kinderen van nature de behoefte om op spelende wijze hun mogelijkheden te verkennen, waardoor zij bij overwinningen in de sport een gevoel van competentie krijgen waar plezier, zelfvertrouwen en intrinsieke motivatie ontstaat, wat weer motiveert om nieuwe uitdagingen aan te gaan (Weiss, 1995).

Competentie wordt gestimuleerd door vroeg te beginnen met motorisch spel, manipulatie van objecten en verkenning van de omgeving, wat zich uit in effectieve sociale interactie en fysieke overleving. Competentie wordt ervaren door het gevoel te krijgen iets te kunnen, wat leidt tot motivatie en zelfvertrouwen en is de plezierbeleving van het kind (Alberts, 2020). De behoefte aan competentie heeft te maken met de intrinsieke motivatie, want een geïnteresseerd, open en lerend organisme kan zich beter aanpassen aan veranderende contexten. Onder competentie wordt verstaan welke prestaties de sporters hebben behaald en hun doelen binnen de sport. Tevens de vergelijking met andere sporters binnen de trainingsgroep (Deci & Ryan, 2000). Autonomie van de sporter wordt bevorderd door het kind inspraak te geven in de trainingsopbouw of opstelling van de training (Buisman & Baar, 2020). Als het kind het gevoel krijgt inbreng te hebben, is het kind meer geneigd om doelen binnen de sport voor zichzelf op te stellen (Van den Broeck, Vansteenkiste, De Witte, Lens, & Andriessen, 2009). Sociale verbondenheid weerspiegelt de neiging tot verwantschap met eigen specifieke uitdrukkingsvormen. Vormen die voortdurend over biologische en culturele

evolutie worden uitgewerkt, maar de behoefte van sociale verbondenheid blijft hetzelfde. Onder sociale verbondenheid wordt verstaan wat voor sfeer er binnen het team is en hoe de relatie is tussen de coach en de sporters (Deci & Ryan, 2000).

### **Stimulerende omgeving**

In het onderzoek wordt het verschil tussen wedstrijdssporters en hun trainers met niet-wedstrijdsporters meegenomen. Ook wordt in dit onderzoek onderscheid gemaakt tussen de opgeleide trainers en niet-opgeleide trainers. Coaches hebben een invloed bij het tot stand komen van een gunstig of ongunstig zelfbeeld en de motivatie van de speler die hieruit voortvloeit (Weiss, 1995). Het coachgedrag van de trainer heeft dus een cruciale rol en een essentiële waarde voor de spelers (Van Bottenburg, 2000). De trainer heeft de positie waardevolle levenservaring aan de sporter te bieden. Als een positieve omgeving gecreëerd wordt bij het aanleren van sportieve vaardigheden is dit voor zowel de jeugdige sporters als de trainer prettiger, ongeacht hoeveel overwinningen er worden behaald (Smoll & Smith, 2000). Dit is zowel voor de wedstrijdssporters als de niet-wedstrijdsporters (Van Bottenburg, 2000). Gould ontdekte dat spelers van succesvolle teams coaches hadden die vertrouwen hadden in de spelers en goed omgingen met crisissituaties, wat onderdeel is van sociale verbondenheid. Aan de andere kant hadden spelers van minder succesvolle teams coaches die geen vertrouwen hadden en niet consistent waren in hun gedrag (Durand-Bush & Salmela, 2001).

Taekwondo is een vechtsport waarin competitie centraal staat (Vertonghen & Theeboom, 2012). Een coach wordt beoordeeld door te observeren hoe hij reageert op wangedrag van sporters en welke spontane gedragingen de coach initieert (Rossum, 2012). Er zijn trainers die de spelers laten nadenken over het gedrag en er zijn trainers die hun straf in fysieke vorm bedenken zoals het doen van push ups (Vertonghen, Theeboom, & Cloes, 2012). Uit het onderzoek van Smoll & Smith is een aantal kenmerken van succesvolle coaches naar voren gekomen. Ten eerste ligt de nadruk van succesvolle coaches op de inzet en plezier van de jeugdsporters en niet op het wedstrijdresultaat. Vervolgens wordt er ook gebruik gemaakt van positief coachen door positieve feedback en aanmoediging in plaats van bestraffende of vijandige feedback te geven. Ten derde is de sociale verbondenheid belangrijk, dat een coach een positieve relatie met de sporter ontwikkeld. Ook is het belangrijk dat de coach de sporter de ruimte geeft om na te denken over beslissingen en hem de verantwoordelijkheid laat dragen over zijn keuzes, wat onder autonomie valt. Tot slot wordt een succesvolle coach geacht om na te denken over zijn manier van coachen en de effecten die dat oproept (Van Rossum, 2015).

## **Leerklimaat**

Een studie toont aan dat vechten in taekwondo-trainingen niet voldoende is om op hetzelfde niveau in competitie te presteren, doordat angst en opwindning hier invloed op hebben (Maloney, Renshaw, Headrick, Martin, & Farrow, 2018). De prestatie wordt beïnvloed door de trainer en de motivatie van het kind (Vertonghen, Theeboom, & Cloes, 2012; Weiss, 1995). Daarom is het essentieel in welk leerklimaat de training wordt aangeboden. Leerklimaat is de manier waarop er invulling aan sportprogramma's wordt gegeven en de begeleiding hiervan (Pleizier, 2003). Het leerklimaat kan onderverdeeld worden in een overwegend taakgericht klimaat (progressiegericht) en een overwegend resultaatgericht klimaat (resultaatgericht).

In het overwegend progressie georiënteerd leerklimaat ligt de nadruk van de jeugdspelers op het ontwikkelen en verbeteren van zichzelf tijdens trainingen en wedstrijden. Hierbij ligt de focus op het aanleren van vaardigheden in plaats van op het winnen van een wedstrijd. Dit leerklimaat richt zich dus op de intrinsieke motivatie van de jeugdspeler (Schilp, 2010). Het aanleren van vaardigheden, komt door motivatie te ervaren en eigen doelen op te stellen, wat 'autonomie' van Deci en Ryan (2000) bespreekt. In dit leerklimaat is hier de ruimte voor, met name bij de niet-wedstrijdsporters door ze regie te laten uitoefenen op hun training. Dit leerklimaat kun je ook koppelen aan bepaalde aspecten van de basisbehoefte 'competentie' van Deci en Ryan (2000) waar de bijdrage, het samen leren en accepteren van fouten maken als uitgangspunt worden genomen (Van Rossum, 2012). De basisbehoefte 'sociale verbondenheid' wordt aangetoond door een goede sfeer te creëren wat gebeurt als er van het kind geaccepteerd wordt om fouten te maken. Binnen dit leerklimaat is er sprake van 'positive reinforcement', de positieve reactie na een gedrag dat het waarschijnlijker maakt dat het gedrag in de toekomst opnieuw zal optreden (Becker, 2018). De positieve benadering van de coach op een fout is instructie en ondersteuning, wat effectief coachen mogelijk maakt. Effectief coachen valt onder dit klimaat, doordat de kinderen plezier beleven in hun sport. De spelers worden hierdoor intrinsiek gemotiveerd en krijgen meer zelfvertrouwen (Smoll & Smith, 2000). Positieve competentie-ondersteuning door een coach, heeft een positieve invloed op de sporters (Van Damme & Mertens, 2016). De positieve feedback geeft een hogere intrinsieke motivatie, plezier en interesse in de taak die wordt uitgevoerd (De Muynck, 2014; Kooijmans, 2016).

In een overwegend superioriteit georiënteerd klimaat staat het winnen van wedstrijden centraal. Er moeten bepaalde prestaties behaald worden op bepaalde momenten. Het is hierbij dus belangrijker om beter te zijn dan anderen. Meestal wordt er gericht op de competitie,

minder op de persoonlijke ontwikkeling (Van den Berg, 2017; Vertonghen, Theeboom, & Cloes, 2012). Zolang er wordt gewonnen is er geen probleem, maar zodra de sporter verliest verdwijnt de motivatie en zelfvertrouwen eerder, wat kan leiden tot sportuitval (Smoll & Smith, 2000). De focus van de trainingen richt zich erop dat er geen fouten gemaakt worden, waardoor zij geen invulling geven aan de regie van de training en een stukje autonomie inleveren. In tegenstelling tot het overwegend progressie georiënteerd klimaat is er bij het superioriteit georiënteerd klimaat geen sprake van 'positive reinforcement'. De trainer reageert bekritiserend en straffend als een sporter fouten maakt (Schilp, 2010; Smoll & Smith, 2000). Dit heeft een negatief effect op de sociale verbondenheid. Een onderzoek naar effectief leiderschapsgedrag van sportcoaches stelt vast dat norse, stoere en bestraffende gedrag van coaches niet effectief is (Van Rossum, 2015).

In dit onderzoek wordt verwacht dat er een inconsistentie is tussen de houding van de coaches met betrekking tot het leerklimaat en de ervaring van de jeugdsporters. Er wordt verwacht dat de wedstrijdporters meer gemotiveerd zijn om te presteren dan de niet-wedstrijdsporters doordat de focus van de coaches voornamelijk ligt op de prestatie van de wedstrijdporters waardoor zij meer aandacht van de coaches krijgen. Doordat de training voor hun wordt uitgestippeld, leveren zij een stukje van hun 'autonomie' in, wat effect kan hebben op de plezierbeleving van de sport. Dit kan invloed hebben op de motivatie wat kan leiden tot verminderende individuele progressie. Het is op voorhand niet bekend welke vooropleidingen de coaches van de club hebben gevolgd. De verwachting is dat de coaches worden gekozen aan de hand van hun prestaties (zwarte band) binnen de sport.

## **Methode**

### **Type onderzoek**

In dit onderzoek is de houding van de trainers en jeugdsporters onderzocht met betrekking tot het ervaren leerklimaat. Het onderzoek is kwalitatief en de onderzoeksmethode is een casestudie. Er is besloten om het onderzoek bij één taekwondoclub te houden. In een casestudie wordt het totaalbeeld van een fenomeen in zijn context geschetst. Het doel van dit onderzoek is om inhoudelijk te generaliseren naar vergelijkbare situaties of gevallen, bijvoorbeeld naar andere taekwondo-clubs in Nederland (Baarda, Bakker, Fischer, Julsing, de Goede, Peters, & Van der Velden, 2013). Dit onderzoek heeft een holistisch karakter wat inhoudt dat je je niet beperkt tot een situatie en een moment, maar alles in volle context meeneemt (Baarda et al., 2013). Hierbij is er dus gekeken naar de gehele training en is er gestreefd om een totaalbeeld te krijgen van de verschillende trainers en hun manier van lesgeven. De betrouwbaarheid hiervan is niet hoog, doordat het een cross-sectionele studie is.

Dit is een momentopname en heeft nadelen doordat de antwoorden van de geïnterviewde deels afhankelijk zijn van de gemoedstoestand, tijdstip en dag. Er is ook veldoriëntatie uitgevoerd door observaties van de onderzoeker (Baarda et al., 2013). Eén van de onderzoekers is zelf lid van de taekwondoclub.

### **Respondenten**

Zowel de trainers als sporters zijn in dit onderzoek als respondent gezien. Er zijn drie trainers gekozen, zodat er een duidelijk verschil was in het lesgeven en hoe zij het leerklimaat in de les proberen aan te bieden. Dit zijn trainers zijn die zelf ook sporter zijn in andere groepen en trainers die alleen lesgeven. Hierbij zijn de hoofdtrainer van de club en twee trainers meegenomen. De hoofdtrainer heeft 20 jaar ervaring, de tweede trainer zes jaar en de derde vier jaar. Daarnaast zijn er zes jeugdsporters geïnterviewd over hoe zij het leerklimaat ervaren. De sporters verschillen van leeftijd. Er zijn vijf wedstrijdssporters en één niet-wedstrijdssporters geïnterviewd. De sporters zijn in samenspraak met de hoofdtrainer gekozen, zodat er variatie is in sporters om een beter beeld te krijgen van alle sporters. Wel is er genoeg variatie in de verschillende soorten trainers en sporters, wat de betrouwbaarheid versterkt. Door deze gelijkheid wordt er gestreefd naar inhoudelijke generalisatie. Het gaat om de kracht van het verhaal, aannemelijkheid en de herkenbaarheid van de verhalen. De resultaten van het onderzoek zijn dan over te dragen op vergelijkbare verenigingen, die uit komen tot handelingsperspectieven (Baarda et al., 2013). In samenspraak met de hoofdtrainer zijn de andere trainers en sporters benaderd. Hierin waren de achtergrondkenmerken meegenomen, zoals hoelang zij lid zijn van de club en hoeveel wedstrijden zij hebben gespeeld, zodat er variatie is in de geïnterviewden en het beter gegeneraliseerd kan worden. De respondenten zijn verkregen door middel van de niet-gericht selecte steekproef. Dit houdt in dat niet alle eenheden uit de populatie evenveel kans hebben om in het onderzoek terecht te komen en de hoofdtrainer zelf de geïnterviewden kon kiezen (Baarda et al., 2013).

### **Onderzoeksinstrument**

De bevragsingsmethode is open interviews om inzicht te krijgen in de ervaringen van de coaches en jeugdsporters. Dit waren topics met bijbehorende vragen die niet volledig gestructureerd waren zodat er voldoende ruimte was om belevingen, ideeën en opvattingen van de jeugdsporters en coaches ten aanzien van het leerklimaat te achterhalen (Baarda et al., 2013; Boeije & Bleijenbergh, 2019). De start van het interview begon met de introductie van het onderwerp. Tijdens het interview werd er gebruik gemaakt van een topiclijst. In deze topiclijst stonden een aantal vragen als uitgangspunt van het interview. Deze zijn niet volledig gestructureerd. Dit gaf de interviewer de ruimte om door te vragen bij de antwoorden van de



respondenten. Anonimiteit van de geïnterviewde werd gegarandeerd, wat de betrouwbaarheid en validiteit van het onderzoek heeft verhoogd. De onderwerpen van de topiclijst hadden betrekking op de onderzoeksvraag (Baarda et al., 2013). De topiclijst bestond uit vijf hoofdonderwerpen. (1) Algemene informatie (leeftijd, geslacht); (2) sportloopbaan (o.a. hoelang ze al coach zijn en waarom taekwondo); (3) autonomie (o.a. ruimte om zelf verantwoordelijkheid te nemen over het eigen proces); (4) competentie (o.a. de nadruk tijdens te trainingen, voorbereidingen van wedstrijden); (5) sociale verbondenheid (o.a. reactie van coach op fouten van de sporters).

### **Procedure**

Als eerst werden de hoofdtrainer en coaches van de taekwondoclub in Zuid-Holland geïnformeerd over het doel en de procedure van het onderzoek. De onderzoekers hebben in overeenstemming met de hoofdtrainer de zes sporters geselecteerd. Om de ethische integriteit van het onderzoek te bewaken hebben de respondenten voor hun deelname informatie ontvangen over het onderzoek, op basis hiervan konden zij aangeven al dan niet deel te nemen aan het onderzoek (informed consent). De informed consent is door middel van schriftelijke toestemming vastgesteld. In de informed consent werd ook de toestemming tot audio opname verwerkt.

Voor het plannen van de interviews werden de respondenten telefonisch benaderd. De interviews zijn afgenomen op de club zelf. Voorafgaand aan het interview werd de standaard informatie verteld zoals het waarborgen van de anonimiteit, het doel van het interview en er werd toestemming gevraagd voor het maken van audio opnames. De naam, leeftijd en andere gegevens van de respondenten werden geanonimiseerd waardoor de privacy werd gewaarborgd. Elk interview werd volledig opgenomen en getranscribeerd. De gemiddelde duur van de interviews was 30 minuten. Het maken van audio-opnames zorgde ervoor dat de resultaten exact verwerkt konden worden waardoor de betrouwbaarheid werd vergroot. De opnames worden in verband met privacy bewaard op de dataopslag via de server van de Universiteit Utrecht (Baarda et al., 2013).

### **Data-analyse**

De interviews zijn opgenomen en uitgeschreven in Word. De interviews zijn gecodeerd aan de hand van de inductieve analyse. Inductief coderen gaat uit van het afleiden van codes uit het empirisch materiaal (Boeije & Bleijenbergh, 2019). De codes zijn gevormd tot labels. Deze labels zijn uiteengezet onder zogeheten kernlabels. De formulering van de kern labels zijn zo dicht mogelijk bij de verwoording van de respondenten gebleven, om de interne validiteit te waarborgen (Baar, 2020). De betrouwbaarheid van het onderzoek is

gewaarborgd, door de opbouw, duidelijke vragen, regelmatig samenvatten en aantekeningen die tijdens het interview zijn gemaakt. De interviews zijn afgenomen door beide onderzoeker wat de betrouwbaarheid verhoogt, doordat zij elkaar controleren en aanvullen. De interne validiteit van onderzoek is verhoogd door de gesprekstechnieken. De onderzoeker heeft doorgevraagd totdat het antwoord duidelijk was voor beide onderzoekers (Baarda et al., 2013).

### **Resultaten**

In deze resultatensectie worden de belangrijkste bevindingen per basisbehoefte van Deci & Ryan uit de kwalitatieve analyse besproken. Via analytische inductie ontwikkelde kernlabels (cursief weergegeven) geven per basisbehoefte het inhoudelijke rendement van de kwalitatieve analyse weer. Onder elke basisbehoefte zal het ervaren leerklimaat besproken worden in hoeverre dit uit de analyse naar voren is gekomen. De kernlabels worden verder geïllustreerd met citaten van de respondenten (tussen aanhalingstekens weergegeven).

Voor dit onderzoek zijn 9 respondenten geïnterviewd, waarvan 6 sporters en 3 trainers binnen de taekwondo vereniging in het zuiden van het land. Alle geïnterviewde trainers zijn zelf ook *actief in taekwondo* en hebben een topsport carrière in taekwondo gehad. Twee van de drie trainers hebben cursussen en opleidingen gevolgd die betrekking hebben op het geven van de trainingen. De derde en tevens de jongste (19 jaar) trainer heeft geen trainersopleiding gevolgd voor het lesgeven. Van de 6 geïnterviewde sporters spelen 5 sporters wedstrijden en is 1 sporter een recreant (niet wedstrijd sporter).

#### **Autonomie.**

Onder de basisbehoefte ‘autonomie’ wordt verstaan in hoeverre de sporters zelf invloed en autonomie hebben over hun eigen sportproces. Hierin wordt de regie over het eigen sportproces meegenomen en in hoeverre elke sporter de kans krijgt om in wedstrijden uit te komen.

Op de vraag of de sporters zelf invloed hebben over hun eigen sportproces, geven alle trainers aan de verantwoordelijkheid bij de sporter te laten en aan te sluiten bij hun behoeften. Dit wordt bevestigd door de sporters aangezien alle sporters aangeeft het gevoel te hebben zelf de verantwoordelijkheid te hebben over hun eigen sportproces. Iedere sporter heeft namelijk *persoonlijke te behalen doelen*. Deze worden opgesteld door de sporter met behulp van de trainer. Een training bestaat uit zowel wedstrijd sporters als niet-wedstrijd sporters, oftewel de recreanten. De *trainer bepaalt de training*, maar biedt wel *de training aan de hand van de behoeftes* van de sporters. De aanpak van de trainer is verschillend bij elke sporter. ‘Bij elke persoon heb je een andere coaching, dus bij de ene persoon coacht hij anders dan bij

de andere, want zo prikkel je die persoon.’’ De inhoud van de training wordt afgestemd op de sporter als individu, dit is noodzakelijk gezien de *sporters verschillen in ontwikkeling*. De *nadruk van de training is verschillend per sporter* en aangezien er binnen een training verschillende soorten sporters zitten qua niveau, is het belangrijk om de nadruk van de training te laten aansluiten bij de individuele sporter. ‘‘Je geeft ze natuurlijk de ruimte, wel gecoördineerde ruimte. De een die is beter dan de ander en dan geef ik de opdracht van oké je mag verder’’, aldus de hoofdtrainer.

*Niet iedereen kan of mag wedstrijden spelen* illustreert of iedere sporter voor wedstrijden mag uitkomen. Opmerkelijk aan dit onderzochte kenmerk is de inconsistentie tussen de sporters en de trainers. Vier van de zes geïnterviewde sporters geeft aan dat iedere sporter wedstrijden mag spelen. Dit betreffen allemaal sporters die al wedstrijden spelen. ‘‘Ja het is gewoon. Ik heb nog nooit opgemerkt dat de trainer zegt nee je mag niet meedoen. Als je gewoon traint mag je altijd meedoen’’, aldus wedstrijdssporter 5. Dit in tegenstelling tot twee van de drie trainers die aangeven dat zeker niet alle sporters mee kunnen doen met wedstrijden. Trainer 2, en tevens de oprichter van de vereniging, geeft aan dat niet elke sporter voor wedstrijden kan uitkomen, ‘‘niet iedereen is eraan toe om wedstrijden te draaien. Bij sommige mensen zie je heel duidelijk van dat kunnen ze niet aan.’’ Wat vooral opmerkelijk is, is de inconsistentie tussen de trainers. Trainer 1 geeft duidelijk aan elke sporter de mogelijkheid te bieden op wedstrijden. ‘‘ In principe bieden wij die mogelijkheid wel. Het is heel simpel, wil je? Kom, probeer het. Liever dat je zelf op je bek valt dan dat ik je onderuithaal’’, aldus trainer 1.

Uit de analyse over basisbehoefte ‘autonomie’ komt naar voren dat de trainers de sporters enige mate van autonomie bieden. De sporters ervaren ook verantwoordelijkheid over hun eigen proces. Doordat de trainers aansluiten bij de behoefte en rekening houden met de individuele ontwikkeling van de sporters, past dit voornamelijk bij een overwegend progressie georiënteerd leerklimaat.

### **Competentie**

Onder basisbehoefte ‘competentie’ wordt verstaan welke prestaties de sporters hebben behaald en wat hun doelen zijn binnen de sport. Het gaat hierbij ook om de manier waarop er invulling aan sportprogramma’s wordt gegeven en de begeleiding hiervan. Het leerklimaat kan onderverdeeld worden in een overwegend taakgericht klimaat (progressiegericht) en een overwegend resultaatgericht klimaat (resultaatgericht).

De wedstrijdssporters *trainen 7 dagen in de week* in tegenstelling tot de niet-wedstrijdssporters, zij trainen 2 dagen in de week. Op de vraag wat voor *rol taekwondo heeft in*

*het toekomstig leven*, reageren alle wedstrijdporters vastberaden dat taekwondo over een paar jaar nog een rol speelt in hun leven. De niet-wedstrijdsporter geeft aan dat het onduidelijk is wat de rol is van taekwondo in haar toekomstig leven.

Alle geïnterviewde wedstrijdporters hebben als doel om prestaties te behalen in de vorm van medailles en wedstrijden winnen en de top bereiken, ‘natuurlijk wil ik de top bereiken. Olympische spelen, WK, maar daarvoor moet je natuurlijk hard werken. Ik doe mijn best’, aldus wedstrijdporter vier. De niet-wedstrijdsporter heeft als doel om discipline en een betere conditie te bereiken. Interessant is dat alle wedstrijdporters ook aangeven dat winnen niet het belangrijkste is. Ondanks dat alle wedstrijdporters als doel hebben om de top te bereiken, geven ze aan dat hun *persoonlijke groei belangrijker is dan winnen*. Uit de interviews met de trainers blijkt ook dat zij de groei van de sporters belangrijker vinden dan de prestaties. *Winnen is niet alles* volgens hen. Hieruit blijkt dat er, wat betreft competities, vooral een taakgericht leerklimaat wordt gehanteerd. ‘Maar voor ons is het niet belangrijk dat je wint maar belangrijk dat jij verschil ziet tussen de vorige wedstrijd en nu. Dus de ontwikkeling’, aldus de hoofdtrainer. Dit wordt ook bevestigd door de sporters ‘kijk, mijn trainer zegt altijd ‘voor mij hoeft je niet te winnen, als je het maar beter doet dan de vorige keer.’’ Daarbij benoemen de trainers ook de *leerervaringen van verliezen*. Het proces bij leren is meestal bij het verliezen ‘en uit fouten, daar haal je leerervaringen. Verloren? Niets mis mee’.

Ondanks dat winnen voor de sporters niet als het belangrijkste wordt ervaren, benoemt de meerderheid van de wedstrijdporters de *positieve voordelen van winnen*. Wedstrijdsporter 2 geeft aan zelfvertrouwen te krijgen van het winnen van wedstrijden. Daarnaast heerst er ook resultaatgerichte concurrentie. ‘Als mijn teamgenoot een prijs behaald tijdens een hoogwaardige wedstrijd, wil ik dat ook. Dat motiveert me en zo behaal ik het ook’, aldus een wedstrijdporter. Ook vanuit de trainers worden de sporters gemotiveerd door de vergelijking te maken met sporters die beter presteren. ‘Ik probeer de sporter te vergelijken met een leerling met wie hij eerder heeft gespeeld. Dan zeg ik van ja, M., van wie jij vorige keer hebt verloren, traint harder dan jou.’ Opmerkelijk is dat de trainer na deze uitspraak zelf benoemt dat dit eigenlijk niet de juiste manier is om een sporter te motiveren ‘eigenlijk moeten wij dat niet doen, maar we doen dat, zodat ze toch gemotiveerd raken om harder te trainen.’

De beloning binnen de club heeft ook een overwegend resultaatgericht uitgangspunt. Zowel trainer als sporters geven aan dat *hard werken wordt beloond* met wedstrijden en toernooien. ‘Maar we motiveren hun ook van; soms bepalen wij dat iemand een toernooi per jaar gaat doen. Als je zo verder traint, dan mag je er twee doen.’

*Binnen de vereniging wordt er niet gestraft, omdat de sport vrijwillig is.*

‘‘In een sportvereniging als je vandaag en morgen straft, komt hij de dag erna niet meer terug. Dan ben je hem kwijt en dat willen wij niet. Dus meer belonen, ook al zit hij de hele tijd te niksen, zeg ik van; eey super, dit keer deed je het beter dan vorige keer, terwijl dit niet het geval is.’’, aldus trainer 2.

In tegenstelling tot trainer 2, geeft trainer 1 wel aan dat er *consequenties zijn bij opzettelijke fouten*, ‘‘dan moet je ze echt duidelijk maken van hier is echt de grens en niet verder. Mochten ze nog door gaan, met alle liefde, maar daar is de deur. Want de mensen die vervelend doen, trekken weer andere met zich mee.’’

De trainers *wijzen de sporters op hun fouten en reageren rustig op verlies/fouten*. Bij verlies van een wedstrijd worden de fouten duidelijk uitgelegd aan de sporter. De trainer neemt de sporter apart en verteld wat de verbeterpunten zijn. Ook is het belangrijk dat er eerst positief benaderd wordt en vervolgens verteld wordt wat de volgende keer beter kan. ‘‘Je hebt de hele wedstrijd gespeeld, dat is goed, maar wij willen volgende keer beter worden. Dus wat gaan we doen? Gaan we opletten op het volgende’’, aldus trainer 2.

Uit de analyse over basisbehoefte ‘competentie komt naar voren dat er voornamelijk een overwegend progressie georiënteerd leerklimaat wordt gehanteerd door de trainers. De focus ligt voornamelijk op de progressie in plaats van het winnen van wedstrijden. Daarnaast worden leerervaringen van fouten benadrukt en reageren de trainers niet bekritiserend op fouten.

### **Sociale verbondenheid**

Onder basisbehoefte ‘sociale verbondenheid’ wordt verstaan wat voor sfeer er binnen het team is en hoe de relatie is tussen de trainer en de sporters. Binnen de club *zijn sporter en trainer net familie van elkaar*. Opmerkelijk is dat dit enkel wordt aangegeven door de wedstrijdporters. Dit kan te maken hebben met het feit dat wedstrijdporters 7 dagen in de week trainen, waardoor zij een hechtere band creëren met hun trainer. Tevens geven meerdere wedstrijdporters aan een *goede relatie met de trainer* te hebben. ‘‘We hebben een hele goede band, een vertrouwensband. Bij hem kan ik terecht en mijn hart luchten zonder dat hij oordeelt’’, aldus wedstrijdportier 1. Op de vraag of teamspirit belangrijk is, antwoord vrijwel elke respondent dat een *goede teamspirit binnen het team* heel belangrijk is en dat deze zeker ook aanwezig is. Binnen het team heerst er een gezellige sfeer. Iedereen helpt elkaar en is sportief op de club en conflicten tussen sporters worden altijd uitgepraat. Binnen het team is het ook belangrijk om *respect te hebben voor elkaar*. ‘‘We attenderen binnen onze normen en waarden. Dat is respect voor iedereen. Als je iemand ziet als een persoon, ik zie L. als L., niet

als Marokkaanse of iemand die hoogbegaafde of laag. Ik kijk naar L. en respecteer L. hoe zij is”, aldus de hoofdtrainer en tevens de oprichter van de club.

De meerderheid van de sporters geven aan dat er *geen verschil is tussen de wedstrijdsporters en recreanten* tijdens de trainingen. Toch zijn er ook sporters die aangeven dat de *topsporters meer aandacht krijgen* tijdens een training. Opmerkelijk aan deze inconsistentie is dat de niet-wedstrijdsporter aangeeft geen verschil te ervaren tijdens de trainingen. ‘‘Ik heb niet gemerkt dat andere mensen meer aandacht krijgen, omdat ze beter zijn. Misschien wel extra trainingen buiten de reguliere trainingen, maar extra aandacht bij de lessen waar ik ook bij ben, daar ben ik het mee oneens. Iedereen krijgt evenveel aandacht’’, aldus de niet-wedstrijdsporter. Wat betreft de trainers, geven alle trainers aan dat er geen verschil is tijdens de training tussen wedstrijdsporters en recreanten. Wel geeft trainer 1 aan dat de wedstrijdsporters langer blijven hangen en dat hij onbewust meer aandacht heeft voor de wedstrijdsporters.

Uit de analyse over basisbehoefte ‘sociale verbondenheid’ komt naar voren dat er voornamelijk een overwegend progressie georiënteerd leerklimaat wordt gehanteerd. Er heerst een duidelijk goede sfeer binnen de groep waarbij iedere sporter deel uitmaakt van het team. De aandacht voor wedstrijdsporters en niet-wedstrijdsporters wordt over het algemeen eerlijk verdeeld.

### **Discussie**

Het doel van het onderzoek was inzicht verkrijgen in de visie op het leerklimaat die de verschillende coaches hebben en de ervaring van de jeugdsporters op dit leerklimaat. Hieronder wordt per basisbehoefte de bevindingen uit dit onderzoek besproken tot zowel eerder besproken theorie als mogelijk verklarende aanvullende theorie.

#### **Autonomie**

Verwacht werd dat niet iedere sporter voor wedstrijden kan uitkomen. Daarnaast werd ook verwacht dat de sporters weinig autonomie ervaren over hun eigen sportproces. Uit de analyse is naar voren gekomen dat de uitkomst over autonomie niet consistent is met de verwachting. De trainers hebben aangegeven de sporters autonomie te bieden over hun sportproces. Het bieden van autonomie aan de sporter is belangrijk voor zijn/haar ontwikkeling en kan ook tot een kwalitatief betere sport en betere prestaties leiden (Hilhorst, Van Veldhoven, Jacobs, Theeboom & Steenbergen, 2014). De sporters ervaren ook die verantwoordelijkheid over hun eigen proces. In de praktijk is dit ook naar voren gekomen doordat de trainers bij de intake in gesprek aangaan met de jongeren om zelf doelen op te stellen waar ze aan willen werken. Volgens Feltz en Weiss is het stellen van proces

gerelateerde doelen een belangrijke voorwaarde voor de ontwikkeling van zelfeffectiviteit in de sport (van den Berg, 2017). Doordat de trainers aansluiten bij de behoefte en rekening houden met de individuele ontwikkeling van de sporters past dit voornamelijk bij een overwegend progressie georiënteerd leerklimaat waarbij de individuele groei, los van de groep, een belangrijk kenmerk is (Pleizier, 2003). De verwachting over het uit kunnen komen in wedstrijden is bevestigd door de uitkomst van de analyse. Twee van de drie trainers gaven aan dat niet iedere sporter wedstrijden mag spelen.

### **Competentie**

Verwacht werd dat de coaches binnen de taekwondo club voornamelijk vanuit een overwegend superioriteit georiënteerd leerklimaat handelden, waarbij het winnen van wedstrijden centraal stond. Uit de interviews met de trainers is in tegenstelling tot de verwachting gebleken dat zij de groei van de sporters belangrijker vinden dan de prestaties. Een verklaring hiervoor kan zijn dat de trainers ook het belang van verliezen inzien. Ze gaven aan dat verliezen zorgt voor een leerproces en de mogelijkheid om jezelf te ontwikkelen. Het maken van fouten en daar lering uit trekken kan worden gezien als natuurlijk proces voor het ontwikkelen van competenties (Hilhorst et al., 2014). Dit sluit volledig aan bij een overwegend progressie georiënteerd leerklimaat. Hierbij ligt de nadruk van de jeugdspelers op het ontwikkelen en verbeteren van zichzelf tijdens trainingen en wedstrijden (Schilp, 2010). Dit is in het belang voor de sporters. Studies stellen vast dat te veel nadruk op prestaties van wedstrijden de positieve leer- en succeservaringen in de weg kan staan (Marmet & Meyer, 2008). Ook alle wedstrijdporters hebben aangegeven dat winnen niet het belangrijkste is. Ondanks dat alle wedstrijdporters als doel hadden om de top te bereiken, gaven ze aan dat hun persoonlijke groei belangrijker is dan winnen. Andere resultaten die naar voren zijn gekomen die aansluiten bij een overwegend progressie georiënteerd leerklimaat was dat de trainers rustig reageren op fouten en verlies van de sporters.

### **Sociale verbondenheid**

Verwacht werd dat zowel de trainers als sporters een positieve ervaring hebben over de sfeer binnen het team en dit als belangrijk ervaren. Er werden geen verwachtingen geformuleerd over het verschil tussen de wedstrijdporters en niet wedstrijdporters. Consistent met de verwachtingen was dat de sfeer en een goede relatie een belangrijk aspect waren voor de trainers en sporters (Alberts, 2020). De trainers spraken over het oplossen van problemen en toonden initiatief in de school. Daarnaast benoemden ze contact te onderhouden met school en ouders van de sporters (Stemkens, 2013). Hiermee kan worden geconcludeerd worden dat trainers het belangrijk vonden om te investeren in de sociale verbondenheid binnen het team,

wat aansluit bij een overwegend progressie georiënteerd leerklimaat. De belangrijkste bevinding was het verschil tussen de wedstrijdporters en niet wedstrijdporters. Alle wedstrijdporters spraken over een familiesfeer binnen de club. Ze zagen de coaches als een broer/vaderfiguur. De niet wedstrijdporters die buiten de wedstrijdgroep trainden voelden waarschijnlijk in mindere mate een sociale binding met de andere sporters en de trainers. Dit kan verklaard worden door het verschil in aantal trainingen tussen de wedstrijdporters en recreanten. De wedstrijdporters trainden zeven keer per week, terwijl de niet wedstrijdporters maar twee keer in de week trainden en brengen hierdoor veel minder tijd door met de andere teamgenoten en coaches in vergelijking met de wedstrijdporters.

### **Conclusie**

De onderzoeksvraag van dit onderzoek luidde: *‘Hoe ervaren trainers en sporters het leerklimaat op een taekwondo club in een grote stad?’* Verwachting van dit onderzoek was dat er een inconsistentie is tussen de houding van de coaches met betrekking tot het leerklimaat en de ervaring van de jeugdsporters. Verwacht werd dat de coaches binnen de taekwondo club voornamelijk vanuit een overwegend superioriteit georiënteerd leerklimaat handelen. Met betrekking tot de onderzoeksvraag en uit de analyse kan worden geconcludeerd dat er binnen de club een overwegend progressie georiënteerd leerklimaat wordt gehanteerd door de coaches. Verwachting was dat de individuele jeugdsporters niet tevreden waren over het leerklimaat. Uit de analyse is naar voren gekomen dat de meeste sporters in principe de aanpak/training niet willen veranderen. Aangezien de sporters tevreden zijn over de aanpak van de coaches kan hieruit geconcludeerd worden dat hun ervaring over het leerklimaat positief is. Deze inconsistentie kan verklaard worden doordat de sporters sociaal wenselijk antwoord gaven.

### **Methodische limitaties**

De volgende factoren hadden invloed op de data. Een van de onderzoekers was zelf lid van de onderzochte taekwondo club en nam haar eigen belevingen en referentiekader mee. De voordelen van een veld betrokken onderzoeker zijn, dat er een makkelijke ingang was om de interviews te mogen afnemen. De interview vaardigheden van beide onderzoekers waren sterk, doordat zij het als ‘maatschappelijk werker’ werken, waarin gesprekstechnieken elk gesprek worden toegepast; open houding etc. Wel kan het zo zijn dat doordat de veld betrokken onderzoeker haar eigen ervaring en beleving van de club vergelijkt met de antwoorden van de geïnterviewde en ze sneller in context kon plaatsen waardoor er minder werd doorgevraagd (Baarda et al., 2013). Anderzijds is de ervaring nuttig door de verhalen en antwoorden beter te begrijpen en was er een persoonlijke band. Beide onderzoekers konden



elkaar controleren door elkaar aan te vullen. Om de mogelijk sociaal wenselijke antwoorden van de geïnterviewde te controleren, werd er doorgevraagd.

Gedurende het onderzoek was er een pandemie; het Coronavirus. Hierdoor waren er veel veranderingen die invloed hadden op het onderzoek. De universiteitsbibliotheken waren dicht wat de theorie heeft beperkt. Het was gelukt om alle interviews op de club te doen. Wel werden veel interviews afgezegd en was het moeilijk veel trainers te interviewen. Dit onderzoek is een casestudie waarbij het totaalbeeld van een fenomeen in zijn context wordt geschetst. Het doel van dit onderzoek is om inhoudelijk te generaliseren naar vergelijkbare situaties of gevallen, bijvoorbeeld maar andere taekwondo-clubs in Nederland (Baarda, Bakker, Fischer, Julsing, de Goede, Peters, & Van der velden, 2013). Dit tast de betrouwbaarheid van het onderzoek aan en hierdoor kun je het niet generaliseren naar een grotere groep.

Dit onderzoek heeft een holistisch karakter, wat inhoudt dat je je niet beperkt tot een situatie en een moment en alles in volle context meeneemt (Baarda et al., 2013). Hierbij is er dus gekeken naar de gehele training en worden voorbeelden wel beschreven, maar wordt er gestreefd om een totaalbeeld te krijgen van de verschillende trainers en hun manier van lesgeven. Tevens merkten de onderzoekers na een aantal interviews dat een aantal vragen bij het begin al beantwoord werden, waardoor ze vaak in herhaling vielen. Als de geïnterviewde zelf geen initiatief nam om een ander voorbeeld te bedenken, dan moesten de onderzoekers door naar het volgende onderwerp. Hier ging informatie verloren die wellicht een aanvulling zou kunnen zijn in het onderzoek.

In het onderzoek is er gekeken naar de basisbehoeften van Deci en Ryan (2000); autonomie, competentie en sociale verbondenheid geplaatst konden worden onder een leerklimaat. Oorspronkelijk had het onderzoek een tweede deelvraag over de wensen en behoeften van de jeugdsporters. Hier kwam niet veel informatie uit, waardoor die deelvraag is weggelaten. Kennelijk zijn de sporters niet gewend om reflectief te staan over de aanpak. Dit heeft te maken heeft met de autonomie, waarin zij meer gestimuleerd moeten worden. Achteraf was het moeilijker en niet zo zwart/wit om iets onder een leerklimaat te plaatsen. Na de interviews te hebben gecodeerd was het ook logisch dat het met elkaar samengaat en het een dunne lijn was, omdat Taekwondo een competitiesport is. De theorie had inzicht gegeven over de leerklimaten om goed door te kunnen vragen. Wellicht zou het duidelijker zijn om het onderzoek te richten op alleen een theorie. Dit zou misschien minder informatie opleveren, maar zou wel betrouwbaarder zijn. De onderzoeker hoeft dan geen invulling te geven of te kiezen waar iets onder valt en heeft dan een betere richtlijn.

## **Implicaties**

Dit onderzoek is uitgevoerd in het kader van een taekwondoclub in Zuid-Holland, met als doelstelling aandachtspunten formuleren die tot adviezen leiden. Hierdoor zou de club dit in de toekomst kunnen aanpassen en weten zij waar zij op kunnen letten bij het selecteren van coaches en aangeboden opleidingstrajecten. Uit het onderzoek is gebleken dat de trainersopleiding tekortschiet met betrekking tot sociaal-emotionele omgang met jeugdsporters. Ondanks dat de studie kleinschalig is en niet helemaal betrouwbaar is er nu informatie over de leerklimaat en manier van coachen over taekwondo binnen één club.

Uit de resultaten blijkt dat de sporters het vanzelfsprekend vinden dat de training op een bepaalde manier verloopt. Door deze tekort aan individuele begeleiding, schieten zij tekort in het leerproces. Het is pas mogelijk om een voltooid ontwikkelingsproces te vormen als de sporter en coach aan elkaar aanpassen. Zowel de coaches als de sporters zijn gericht op het proces. Een aanbeveling naar de taekwondo-club is dat zij de groepen wat kleiner maken, zodat zij meer individuele aandacht kunnen geven aan de sporters.

Tevens is er wel in de interviews naar voren gekomen dat er feedback wordt gegeven aan de coaches tijdens een vergadering. De feedback van de sporters mist, zodat de begeleiding aansluit en de wensen en behoeften van beide partijen wordt vervuld. Daarnaast worden er cursussen aangeboden binnen de club voor de coaches, maar hebben niet alle coaches dit gevolgd. De trainers die zelf nog sporters zijn, zijn nog jong en hebben niet voldoende les en informatie gekregen om een groep te begeleiden. De cursussen kunnen worden aangescherpt en vaker aangeboden worden aan de trainers om de groei als trainer te maken. Dit is goed voor de kwaliteit van de begeleiding op de club, wat weer effect heeft op de sportresultaten van de sporters.

Tot slot is er nog een laatste aanbeveling voor de taekwondo-club. Zij motiveert de sporters op zoveel creatieve manieren wat vaak goed aansluit en positief uitpakt. Wel is naar voren gekomen dat de trainers de sporters vergelijkt met andere sporters om hen te motiveren. Dit kan het zelfvertrouwen van een sporter aantasten. De club wordt afgeraden deze vorm van motiveren toe te passen. Wel geeft de club evenveel aandacht aan als wedstrijdporters als niet-wedstrijdsporters. Dit is iets wat sterk naar voren is gekomen en zij moeten aanhouden.

### Literatuurlijst

- Alberts, A. (2020). *De rol van de trainer en ouders inzake spelplezier bij kinderen van acht tot en met twaalf jaar* [Masterscriptie]. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Baar, P. (2020). *Instructiebijeenkomst kwalitatieve analyse* [Powerpoint]. Faculteit Sociale Wetenschappen, Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Baarda, B., Bakker, E., Fischer, T., Julsing, M., Peters, V., van der Velden, T., & de Goede, M. (2013). *Basisboek kwalitatief onderzoek: Handleiding voor het opzetten en uitvoeren van kwalitatief onderzoek*. Noordhoff Uitgevers.
- Becker, H. (2018). *De Rol van trait-anxiety bij het trainen van impliciete associaties in een subklinische steekproef* [Masterscriptie]. Nijmegen: Radboud Universiteit.
- Berg, T. Van den. (2017). *Verbonden uit liefde voor de sport* [Masterthesis]. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Boeije, H., & Bleijenbergh, I. (2019). *Analyseren in kwalitatief onderzoek: Denken en doen*. Boom uitgevers Amsterdam.
- Boonstra, N., & Hermsen, N. (2011). *De maatschappelijke waarde van sport: Een literatuurreview naar de inverdieneffecten van sport*. Utrecht: Verwey Jonker.
- Bottenburg, van M. (2000). *Het topsportklimaat in Nederland*. 's-Hertogenbosch: Diopter.
- Broeck, A. van den, Vansteenkiste, M., Witte, H. de, Lens, W., & Andriessen, M. (2009). De zelf-determinatie theorie: Kwalitatief goed motiveren op de werkvloer. *Gedrag & Oriëntatie*, 22(4), 316-335.
- Bridge, C. A., da Silva Santos, J. F., Chaabene, H., Pieter, W., & Franchini, E. (2014). Physical and physiological profiles of taekwondo athletes. *Sports Medicine*, 44(6), 713-733. doi.org/10.1007/s40279-014-0159-9
- Buisman, A. (2002). *Jeugdsport en fair play in het Nederlandse sportbeleid van de jaren negentig*. Amsterdam: SWP.
- Buisman A. J., & Baar, P. (2020). Jeugdparticipatie in sportpedagogisch kader. In A. Buisman & P. Baar (Reds.) *Op de bank zitten? Jeugdparticipatie in de sport: meedoen en mee mogen doen* (pp. 33-58). Amsterdam: Uitgeverij SWP.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuit: Human needs and the self determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268. doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.814
- Durand-Bush, N., & Salmela, J. (2001). The development and maintenance of expert

- athletic performance: Perceptions of World and Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 154-171. doi.org/10.1080/10413200290103473
- Elling, A., Schootemeijer, S., & Van den Dool, R. (2017). *Cijfers over vechtsport. Een inventariserende studie naar beoefening, aanbod, evenementen en veiligheid van full-contact vechtsporten in Nederland*. Utrecht: Mulier Instituut. doi.org/10.1080/026143600500230
- Elling, A., & Wisse, E. (2010). *Beloften van vechtsport*. Den Bosch/Nieuwegein: W. J. H. Mulier Instituut/Arko Sports Media.
- Endresen, I. M., & Olweus, D. (2005). Participation in power sports and antisocial involvement in preadolescent and adolescent boys. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46(5), 468-478. doi.org/10.1111/j.1469-7610.2005.00414.x
- Hilhorst, J., Van Veldhoven, N., Jacobs, F., Theeboom, M., & Steenbergen, J. (2014). *Onderzoek naar het gedrag van trainer/coaches en de betekenis ervan voor de ontwikkeling van kinderen in de georganiseerde sport*. 's-Hertogenbosch: BlackBoxPublishers
- Kazemi, M., Waalen, J., Morgan, C., & White, A. R. (2006). A profile of Olympic taekwondo competitors. *Journal of Sports Science & Medicine*, 5(CSSI), 114. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3863920/>
- Kooijmans, M. J. B. (2016). *Talent van de straat: Jongerenwerk als preventiestrategie* [Doctoraalscriptie]. Amsterdam: Avans Hogeschool. [https://pure.uva.nl/ws/files/4505361/172997\\_160425\\_digitale\\_versie\\_manuscript\\_AC\\_ADEMISCHE\\_VERSIE\\_voor\\_UVA.pdf](https://pure.uva.nl/ws/files/4505361/172997_160425_digitale_versie_manuscript_AC_ADEMISCHE_VERSIE_voor_UVA.pdf)
- Maloney, M. A., Renshaw, I., Headrick, J., Martin, D. T., & Farrow, D. (2018). Taekwondo fighting in training does not simulate the affective and cognitive demands of competition: Implications for behavior and transfer. *Frontiers in psychology*, 9, 25. doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00025
- Marmet, O., & Meyer, A. (2008). *Kleine sociale psychologie*. Baarn: HB Uitgevers.
- Mertens, N., & Van Damme, Y. (2016) Wat is de invloed van de competentie-ondersteuning van de coach en/of atleetleider op de intrinsieke motivatie en de prestatie van hun teamgenoten? Opgehaald van de Vlaamse Scriptiebank van *KU Leuven*. <https://www.scripriebank.be/sites/default/files/thesis/2016-10/Definitief-thesis-Yannick-Niels-Scriptieprijs.pdf>
- Muynck, G. De (2014). Welke invloed heeft aard en stijl van feedback op zelspraak, taakbeleving en prestaties bij tennisspelers? Opgehaald van *Masterproef van*

- Universiteit Gent*. [https://lib.ugent.be/fulltxt/RUG01/002/166/235/RUG01-002166235\\_2014\\_0001\\_AC.pdf](https://lib.ugent.be/fulltxt/RUG01/002/166/235/RUG01-002166235_2014_0001_AC.pdf)
- Pleizier, J. (2003). *Het leerklimaat op de NVS. Verbeteren om uiteindelijk te kunnen winnen* [Doctoraalscriptie]. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Rossum, J. van (2012). Een trainer-coach die nooit verliest—kan dat? In N. Schipper-van Veldhoven, H. van der Palen, J. van der Kerk & R. Schuijers (Reds.), *Goud in elk kind - Jeugdsport in een pedagogisch perspectief* (pp. 34-53).
- Rossum, J. van (2015). Net als in de film? Succesvol coachen op het witte doek. *Sportgericht* nr. 6/2015- jaargang 69. Opgehaald van <file:///Users/leilaashad/Downloads/SG%202018%20nr4%20JvR%20DeWegNaarHetPodium.pdf>
- Schilp, L. (2010). *Pedagogische kwaliteit in talenttrainingen van de KNGU, onderzoek naar de begeleiding van topturnsters en het pedagogische klimaat* [Master's thesis]. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Smoll, F. L., & Smith, R.E. (2001). *Coaches die nooit verliezen... Handleiding voor effectief coachen*. Amsterdam: Stichting Human Quality & Performance.
- Stemkens, I (2013). *Ervaren pedagogische proceskwaliteit van jeugdvoetbaltrainers in Nijmegen* [Masterscriptie]. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Taekwondo Koryo. (2020). *Wat is Taekwondo?* Geraadpleegd op 27-03-2020 van <http://www.taekwondo-koryo.nl/informatie/wat-is-taekwondo/>
- Vertonghen, J., & Theeboom, M. (2012). Martial arts and youth: An analysis of contextual factors. *International Journal of Adolescence and Youth*, 17(4), 237-241. doi-org.proxy.library.uu.nl/10.1080/02673843.2012.687689
- Vertonghen, J., Theeboom, M., & Cloes, M. (2012). Teaching in martial arts: The analysis and identification of teaching approaches in youth martial arts practice. *Archives of Budo*, 8(4), 191-202. <https://orbi.uliege.be/bitstream/2268/133460/1/Vertonghen%20et%20al%2c%202012.pdf>
- Weiss, M. R. (1995). *Children in sport: An educational model*. *Sport Psychology Interventions*, 39-69. Champaign, IL: Human Kinetics
- Ziaee, V., Lotfian, S., Amini, H., Mansournia, M. A., & Memari, A. H. (2012). Anger in adolescent boy athletes: a comparison among Judo, karate, swimming and non athletes. *Iranian journal of pediatrics*, 22(1), 9. doi:10.1155/2011/630604