

In de schaduw van toptalent

Ouders zijn heel belangrijk voor de ontwikkeling van jonge topsporters. Universitair onderzoek wijst dit uit.

REMCO JACOBI

Het is een bekend beeld langs de lijn van een sportveld: schreeuwende ouders die hun kinderen te fanatiek aanmoedigen. Maar deze groep is kleiner dan menigeen denkt, stelt Marije Elferink-Gemser, universitair docent Bewegingswetenschappen aan de Rijksuniversiteit in Groningen.

„Er zijn ouders die te veel coachen langs de lijn en erg op prestaties gericht zijn”, zegt de in Sneek geboren Elferink-Gemser. „Deze groep zien we in de SIRE-reclames op televisie. Naar deze groep gaat veel aandacht uit, maar er zijn gelukkig veel ouders die het wel goed doen.”

Samen met haar team doet Marije Elferink-Gemser (39) onderzoek naar de ontwikkeling van jonge, talentvolle sporters. Ze volgt jonge voetballers van SC Heerenveen, FC Groningen en AZ. Ook wordt nauwlettend de lange weg naar de top onderzocht van turners in Heerenveen, basketballers en schaatsers van het Gewest Fryslân.

Uit het onderzoek onder meer dan duizend sporters blijkt dat de invloed van ouders op kinderen groot is. „Wij laten de sporters onder de achttien jaar een lijst invullen en vragen ze om honderd procent belangrijkheid te verdelen over mensen die dichtbij ze staan. Bijna altijd kiezen de sporters voor minimaal vijftig procent voor hun ouders. Als de sporter volwassen is, dus boven de achttien jaar, ligt dit percentage vaak nog boven de 25 procent.”

Falko Zandstra, voormalig topschaatser uit Heerenveen, durft een stapje verder te gaan. „Bij mij is het zeker meer dan vijftig procent gebleven. Mijn ouders moesten me soms aansturen om te trainen, want ik was best wel lui. Ze waren echt belangrijk voor me; in mijn jeugd en later toen ik volwassen was eveneens. De band is altijd hetzelfde gebleven.”

Jeen Bouwmeester uit Warten is ervaringsdeskundige bij uitstek. Hij moest samen met zijn vrouw Klaske liefst drie talentvolle zeilkinderen begeleiden: Roelof, Anneke en Marit. De laatste won in augustus zilver op de Olympische Spelen.

Jeen Bouwmeester klaagde nooit. „Als ze jong zijn, moet je je kinderen overal heenbrengen. Dat heb ik altijd met plezier gedaan. Het zijn geen offeringen geweest, meer een stuk levensgenot.”



„Valkuil voor ouders is dat ze vinden dat hun kind móet presteren, maar het moet uit de kinderen zelf komen.” FOTO'S GPD/CORNE SPARIDAENS

„Het is zonder goede begeleiding van ouders heel lastig voor een kind om topsporter te worden”, zegt Bouwmeester. „Ouders moeten achter hun kinderen staan en bereid zijn om te investeren. Maar als mensen me vragen wat het me allemaal heeft gekost, dan zeg ik dat het me veel moois heeft opgeleverd.”

De financiële steun van de ouders is belangrijk, maar de emotionele steun is minstens zo belangrijk. Zo niet belangrijker. „Het onderzoek laat zien dat ouders een voorbeeldfunctie moeten bekleden en emotionele steun moeten geven”, stelt Elferink-Gemser. „Kinderen die emotioneel gesteund worden, blijven langer in de selecties.”

Het doet er zelfs toe wat ouders na een sportwedstrijd aan hun kinde-



Kind presteert beter in de sport als de nadruk ligt op het plezier

ren vragen. Elferink-Gemser: „Als ouders vragen naar de prestaties, dan is dat minder goed dan wanneer ze vragen naar het plezier. ‘Hoe ging het?’ is beter dan ‘Heb je gewonnen?’. Het gaat om de vrolijke ontwikkeling van het kind.”

Die ontwikkeling stond bij Jeen Bouwmeester altijd voorop. „Alles

draait om plezier. Dat heb ik altijd tegen de kinderen gezegd. Een valkuil voor ouders is dat ze vinden dat het kind móet presteren, ze leggen te veel druk op het kind. Dan gaat het vaak niet goed. Het moet uit de kinderen zelf komen.”

Elferink-Gemser beaamt dat. „Het onderzoek toont aan dat als ouders de nadruk leggen op het plezier, het kind beter presteert.”

„Wij verwachten van de ouders dat ze positieve belangstelling geven”, zegt ex-profvoetballer Wilco Hellinga, nu trainer van de C1-junioren van SC Heerenveen. „De ontwikkeling van jeugdspelers is grillig. De ene keer spelen ze goed, de andere keer minder. Daar moeten ouders goed mee omgaan.”

„De ouder móet er zijn als het met

de ontwikkeling van hun kind even minder gaat. Juist dan is hun rol cruciaal”, aldus Elferink-Gemser.

Bouwmeester: „Ik weet uit ervaring dat je een vraagbaak voor je kind moet zijn, want je bent na een slechte wedstrijd de eerste bij wie ze stoom komen afblazen. Als Marit vroeger naar me toe kwam en baalde, dan zei ik: ‘Er is tussen de start en de finish vast ook genoeg goed gegaan’. Dat hielp.”

Hellinga verwacht dat ouders achter hun kind staan. „We willen dat ouders blijven steunen, maar ook relativeren als het heel goed gaat. De ouders hebben best een zware taak.”

Zandstra: „Als ik alles opnieuw moest doen, zou ik precies hetzelfde willen. Zonder mijn ouders had ik het niet gered, dat weet ik zeker.”

