



Om kennis te vergaren over de werkelijke waarde van sport hebben wij in het voorjaar van 2013 een reeks lezingen en aansluitend onderwijs georganiseerd over de 'Kracht van Sport' onderverdeeld in de sociaal-economische kracht van sport, de maatschappelijke kracht van sport, de gezonde kracht van sport, de vernieuwende kracht van sport en de kracht van topsport.

Om iedereen in staat te stellen de bevindingen tot zich te nemen hebben we de vijf uitgeschreven lezingen en een samenvatting van het aanvullende onderwijs product gebundeld in dit boek. Wij menen dat deze bundeling een must is voor een ieder die in zijn werk of hobby met sport te maken heeft. We hopen vooral ook dat de beleidsmakers en afgevaardigden uit de politiek dit boek ter handen nemen bij het schrijven van sport gerelateerde notities en paragrafen in politieke programma's zodat sport eindelijk de aandacht krijgt die het verdient.



DE KRACHT VAN SPORT

Onder redactie van Cees Vervoorn,
Marije Baart de la Faille-Deutekom en Vera Dekkers



De kracht van sport

Onder redactie van Cees Vervoorn,
Marije Baart de la Faille-Deutekom
en Vera Dekkers

PALLAS PUBLICATIONS

DE KRACHT VAN SPORT



De kracht van sport

Onder redactie van
Cees Vervoorn,
Marije Baart de la Faille-Deutekom
en Vera Dekkers

PALLAS PUBLICATIONS

Ontwerp omslag: Maedium, Utrecht
Ontwerp binnenwerk: V3Services, Baarn

ISBN 978 90 8555 085 3

© De auteurs, 2013

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16B Auteurswet 1912 j° het Besluit van 20 juni 1974, Stb. 351, zoals gewijzigd bij het Besluit van 23 augustus 1985, Stb. 471 en artikel 17 Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 3051, 2130 KB Hoofddorp). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) dient men zich tot de uitgever te wenden.

Inhoud

Voorwoord 7

De sociaal-economische kracht van sport 9
Paul Schnabel

De maatschappelijke kracht van sport 21
Maarten van Bottenburg

De gezonde kracht van sport 35
Willem van Mechelen

De vernieuwende kracht van sport 45
Peter J. Beek

De kracht van topsport 57
Charles van Commenée

De kracht van sport
Rapport bij de seminarreeks en masterclasses over De Kracht van Sport 71



Voorwoord

Met miljoenen tegelijk volgen we de verrichtingen van het Nederlands elftal. Ook gaat elke winter het halve land gebukt onder de Elfstedenkoorts, en bij menigeen stond het zweet in de handen tijdens de afsprong van Epke Zonderland bij de Olympische Spelen in Londen. Om deze en vele andere redenen is het dan ook niet verrassend dat sport in de volksmond al jaren de belangrijkste bijzaak wordt genoemd. Het belang dat in onze maatschappij aan sport toegedicht wordt, staat echter niet in verhouding tot de aandacht die het krijgt van de politiek. Zo behelst de sportparagraaf in het verkiezingsprogramma van de huidige coalitiepartijen VVD en PvdA iets meer dan een halve pagina. De organisatoren van de voorliggende lezingencyclus denken dat dit gebrek aan aandacht mede veroorzaakt wordt door onwetendheid over de ‘Kracht van Sport’. Aan de andere kant wordt sport door sommigen geassocieerd met magische krachten. Het lijkt er wel eens op dat er gedacht wordt dat alle grote problemen waar wij mee te maken hebben door sport opgelost kunnen worden.

Om kennis te vergaren over de werkelijke waarde van sport hebben het Instituut voor Interdisciplinaire Studies van de UvA en het lectoraat Topsport en Onderwijs van de HvA/UvA in het voorjaar van 2013 een reeks lezingen en aansluitend onderwijs georganiseerd over de Kracht van Sport. Doel van deze reeks was het verder kwantificeren, concretiseren en uitdiepen van de impact van sport. Tijdens vijf lezingen is door eminente sprekers een voordracht gehouden over de kracht van sport op verschillende deelgebieden. Zo is er gesproken over (1) de sociaal-economische kracht van sport, (2) de maatschappelijke kracht van sport, (3) de gezonde kracht van sport, (4) de vernieuwende kracht van sport en (5) de kracht van topsport. Om een compleet en eigentijds beeld neer te zetten hebben we naast de vijf sprekers ook ruim vijftientig excellente studenten de vraag voorgelegd wat volgens hen de kracht van sport is. Naast het schetsen van een beeld hebben zij ook concrete aanbevelingen voor beleidsmakers, politiek, mensen in de praktijk en onderzoekers geformuleerd.

De Kracht van Sport-reeks was voor ons, de ruim 150 aanwezigen en de studenten een prachtige *guided tour* langs alle mogelijkheden en onmogelijkheden die sport kan bieden. Om iedereen in staat te stellen ook deze ontdekkingsstocht mee te maken hebben we de vijf uitgeschreven lezingen en het studentenproduct gebundeld in dit boek. Wij menen dat deze bundeling een must is voor eenieder die in zijn werk of hobby met sport te maken heeft. We hopen vooral ook dat de beleidsmakers en afgevaardigden uit de politiek dit boek ter hand nemen bij het schrijven van sportgerelateerde notities en paragrafen in politieke programma's, zodat sport eindelijk de aandacht krijgt die het verdient.

Veel leesplezier,

Cees Vervoorn, Marije Baart de la Faille-Deutekom en Vera Dekkers

De sociaal-economische kracht van sport

Prof. dr. Paul Schnabel

(Voormalig directeur van het Sociaal Planbureau)

‘De moderne sportconsument begint als sportproducent en eindigt als sportproduct’

Het Sociaal en Cultureel Planbureau doet ten behoeve van het kabinet en parlement onderzoek naar de Nederlandse samenleving, het welzijn van de bevolking en het gebruik van allerlei voorzieningen. Sport hoort daar zeker bij en wel op ieder van de drie aspecten. Wij brengen daarover onderzoeksrapporten uit en stimuleren met onze adviezen het sportbeleid en de ontwikkeling van sportvoorzieningen. We werken regelmatig samen met het Mulier Instituut, NOC*NSF en TNO.

Onze grote overzichtspublicatie ‘Sport: een leven lang’ (SCP & Mulier Instituut, 2010) geeft een goed beeld van wat er, vooral in de breedte, in Nederland op het gebied van sport gebeurt. Wie participeert? Wat is de frequentie? Wat is de rol van kinderen, wat doen ouderen aan sport? Welke voorzieningen zijn belangrijk? Wat kost sport ongeveer en wat brengt het op? Wie zijn er als vrijwilliger en als beroepskracht werkzaam in de sport? Een paar van deze vragen komen aan de orde in mijn verhaal van vandaag, maar ik wil ook graag een wat bredere visie op sport en een perspectief op de toekomst bieden.

Er is mij gevraagd iets te zeggen over sportconsumptie en de ‘moderne’ sportconsument. Ik vind het allebei akelige begrippen, omdat ze suggereren dat er iets verbruikt wordt wat door anderen is gemaakt. Dat wordt hier niet bedoeld, want het gaat in eerste instantie niet om de toeschouwer van een sportwedstrijd, maar om de actieve sportbeoefenaar. Wie dat doet, produceert sport, al zal hij daarbij meestal wel gebruikmaken van de producten en diensten die anderen leveren. Dat kunnen ballen, schoenen en rackets zijn, maar ook speelvelden, zwembaden en ‘clinics’. In die zin kun je ook de actieve sporter een consument noemen, maar het is eigenlijk beter om hem of haar te zien als gebruiker van de ‘halfproducten’ in de sport. De gebruiker is uiteindelijk de eindproducent van sport,

hij maakt sport, maar als goede gebruiker is hij natuurlijk zelf weer het product van de trainingsinspanningen van hemzelf en van anderen.

Sportconsument, sportproducent en sportproduct

Uit enquêtes blijkt steeds weer dat mensen het kijken naar voetbal op televisie ook beleven als sport. Ze zeggen dan dat ze aan sport doen of dat sport hun hobby is, maar met actieve sportbeoefening heeft dat niets te maken. Integendeel zelfs, dit zijn de sportconsumenten pur sang. Economisch zijn ze van groot belang voor de sport, omdat ze voor het toeschouwersschap geld over hebben. Het feit dat er veel mensen zijn die naar sport willen kijken, maakt een sportwedstrijd tot een aantrekkelijke plaats voor reclame voor willekeurige producten en diensten. Ook van het kijken naar sport kan trouwens een sportproduct gemaakt worden: de sportjournalisten en sportcommentatoren zijn de 'meta-sporters' geworden, die een eigen publiek hebben dat hen wil horen en lezen. En daar heeft men het dan in de huiskamer, het café of op het werk weer zo vaak met elkaar over, dat critici en cabaretiers daar een boterham aan kunnen verdienen.

Sport, het lid zijn van een sportorganisatie of het abonnee zijn bij een fitnesscentrum, het kopen van sportartikelen en het huren van tijd van professionals, dat alles is een belangrijk deel van de vrijetijdseconomie geworden. Mensen hebben er veel geld voor over om hun hobby of sport uit te kunnen oefenen. Dat geldt vaak al voor een plaats op de tribune, maar ook voor de uitrusting om goed te kunnen sporten. In een welvarend land gebruiken ook amateurs graag de voor en door professionals ontwikkelde kleding, gadgets en 'spullen'. Het begint met de uitrusting, daarna komt de beoefening. Het gaat in geld uitgedrukt om miljarden per jaar, zelfs voor sporten afzonderlijk. Iedereen denkt dan aan voetbal, maar in Nederland geldt dat bijvoorbeeld ook voor de paardensport. Zonder die sport zouden er nu in Nederland vrijwel geen paarden meer zijn.

Sport is bij uitstek een uitdrukkingsmiddel geworden, een vorm van expressie van identiteit. Wij laten zien wie we zijn of willen zijn door middel van sport en sportieve symbolen. Dat geldt voor staten en samenlevingen, maar ook voor bijvoorbeeld bedrijven en individuen. Sportsuccessen zijn 'onze' successen, symbolen van de kracht en vitaliteit van een volk of groep, ook al wordt het succes behaald met ingehuurde vreemdelingen. Sportkleding is bijna de standaardkleding geworden, in ieder geval wordt de standaardkleding nu sterk bepaald door de sport. Mensen die nooit

iets aan sport doen, lopen op sneakers, dragen trainingspakken en drinken sportdrankjes. Niet alleen de sport zelf, maar ook en juist het aspect 'sport' speelt een grote rol in de economie. Het is niet makkelijk om dat precies te definiëren, maar de uitstraling die sport heeft in de samenleving en de economie is enorm. Dezelfde auto kan in een 'sportieve' en een 'executive' versie geleverd worden. Aan de prestaties verandert dat niets, maar het verschil in presentatie herkennen we meteen. Wij vinden dat allemaal gewoon en vanzelfsprekend, maar van enige afstand bezien blijft het merkwaardig dat ook sportneutrale producten als dekbedovertrekken enorm aan toegevoegde waarde winnen als ze voorzien zijn van het logo van je favoriete voetbalclub. Merchandising is een belangrijk onderdeel van de sportwereld en de sporteconomie geworden. De waarde van een topclub of een topvoetballer wordt in belangrijke mate bepaald door de verwachte opbrengst van de merchandising activiteiten.

De waarde en waarden van sport

De professionele sporter verdient zijn boterham met sporten. In Nederland is dat een relatief kleine groep mensen als het om wedstrijd sport gaat, maar de kring wordt al aanzienlijk groter wanneer we daar ook iedereen bij betrekken die als trainer of coach sporters professioneel begeleidt. Daarnaast zijn er tienduizenden die vooral als vrijwilliger wedstrijd sport en competities mogelijk maken, sportvoorzieningen en -verenigingen in stand houden en vooral kinderen en jongeren de kans bieden te kunnen sporten. Hun werk is onbetaald en ook letterlijk onbetaalbaar, want als het betaald zou moeten worden als gewoon werk zou sport een reservaat voor een kleine elite zijn.

Het product is de persoon die sport. Die persoon verandert door sport in fysiek, in houding, in maatschappelijke positie en in zelfvertrouwen. Zelfvertrouwen is een belangrijk element in de opbrengst van sport voor jongeren, maar ook voor ouderen en voor vrouwen van wie velen lange tijd niet of zelfs nog nooit hebben gesport. Dat laatste speelt vooral bij vrouwen uit de moslimlanden. Sporten is voor hen traditioneel bijna taboe en dat speelt ook in de tweede generatie nog bij de schoolsport, zeker als die gemengd plaatsvindt.

De verbinding tussen sport en gezondheid motiveert burger en overheid om middelen beschikbaar te stellen die sport stimuleren. Sport is belangrijk in een samenleving waarin mensen een groot en steeds groter wordend deel van hun tijd zittend doorbrengen. Fysieke arbeid komt

steeds minder voor. Dat is voor ons lichaam een probleem, omdat het niet is gemaakt voor een zittend leven. Evolutionair veranderen we biologisch veel minder snel dan sociologisch. Ons lichaam gaat onder protest en met vervelende bijverschijnselen mee met de veranderingen in passieve richting in onze cultuur, samenleving en economie. Mensen zorgen door te sporten voor beweging en inspanning, zodat hun lichaam gezond blijft en zich goed ontwikkelt. We werken dus niet meer hard op het land, maar gaan 'zinloos' fietsen zonder bestemming op een fiets die niet vooruit gaat. Dat is op zichzelf bijna te bizar voor woorden, maar toch functioneel voor het gezond houden van het lichaam.

Sport kan ertoe leiden dat mensen op een bepaalde manier gaan eten. Dat kan heel gezond zijn, maar het kan ook zijn dat men het overdrijft door supplementen te nemen of doping te gebruiken. We hebben gezien dat degenen die het als topwielrenners het hardst ontkenden het meest van doping gebruikmaakten. Niemand had dat in de gaten, wilde dat in de gaten hebben of wilde laten weten wat er aan de hand was. Het zou niet alleen de illusie van fair play, die zo nauw met sport verbonden is, verstoren, maar ook duidelijk maken dat sport en gezondheid niet altijd samengaan. Er kan te veel van het lichaam gevraagd worden, maar er kan ook te veel aan het lichaam veranderd of toegevoegd worden.

Sport werkt statusverhogend, in ieder geval bij jongeren. Als je een goede sporter bent, werkt dat ook in de peergroup duidelijk statusverhogend. Er zijn op een school waarschijnlijk al gauw meer 'nerds' dan echt goede sporters, maar iedere nerd wil stiekem toch graag zo aantrekkelijk zijn als een sporter. De status van een sporter heeft wel te maken met de aard van de sport die je hebt gekozen. Een van de meest prominente mensen uit de etnische groepen in Nederland zei ooit trots tegen mij dat zijn kinderen op hockey zaten. Daarmee gaf hij aan dat het gezin inmiddels tot de hogere middenklasse van Nederland behoorde. Dat gold ooit ook voor het spelen van tennis, maar dat is niet sociaal onderscheidend meer. Bij paardensport en een aantal andere sporten, golf bijvoorbeeld, speelt het statusverschil nog steeds. Als een sport al te veel in de sfeer van 'nieuw geld' terechtkomt, kan dat het aanzien en dus ook de aantrekkelijkheid van een sport weer verminderen. Sport is een sociaal verschijnsel en als zodanig gevoelig voor status en statusverschil. Om te laten zien dat je tot een bepaalde groep behoort of wilt behoren, investeren mensen vaak grote bedragen in een sport die sociaal een hoge status heeft. De hoogste status hebben sporten die nog altijd de voorkeur hebben van de Engelse upperclass en de verbinding met de leefstijl van de negentiende-eeuwse elite nog niet hebben verloren.

Sport heeft ook te maken met ons schoonheidsideaal. Vergeleken met het verleden is het schoonheidsideaal steeds meer een sportief ideaal geworden. Het lichaam moet duidelijk laten zien dat het aan sport onderhevig is, dat er actief mee wordt gewerkt. Ons schoonheidsideaal is een jeugdig en sportief ideaal geworden, en daar wil men zo lang mogelijk aan beantwoorden. Dat kan veel en permanente inspanning op sportgebied nodig maken, maar in veel gevallen kan er ook cosmetisch, chemisch en chirurgisch geholpen worden om het lichaam een sportieve en 'afgetrainde' signatuur te geven.

Als je de sociale en culturele verandering in de betekenis die sport heeft ook visueel bewezen wilt hebben, is het voldoende de beelden van nog maar een halve eeuw geleden met nu te vergelijken. Als je een foto ziet van een wedstrijd van Ajax in 1960, dan zie je dat de (jonge) mannen die daar naartoe gingen keurige jassen met witte overhemden, een stropdas en zelfs een hoed droegen. Wie niet zelf sportte, zag er ook niet sportief uit. Als je vandaag buiten het reservaat van de skyboxen zo formeel gekleed naar een stadion zou gaan, zou iedereen je met grote ogen van verbazing aankijken en het commentaar zou niet van de lucht zijn. De beeldvorming over hoe een volwassene eruitziet en wat de standaard is om je mee te vertonen is enorm veranderd. Sport heeft daarin een grote rol gespeeld.

Het gaat om de door sport ontstane verandering in het zelf beleven en de lichaamsbeleving van mensen. Mensen kopen kansen en mogelijkheden om zich als modern en jeugdig en dus als sportief te kunnen presenteren aan anderen. In economische zin kun je dat ook alleen op basis van beleving financieel waarderen. Op zichzelf is er immers geen reden om het ene drankje, omdat het zich een sportdrankje noemt, tot de sport te rekenen en het andere drankje niet, terwijl de samenstelling van de drankjes niet veel van elkaar verschilt. De economische betekenis van sport zit in de integratie van sport in het totaal van de vrije bestedingen van consumenten in het licht van wat ze niet noodzakelijk nodig hebben voor het dagelijks leven, maar wel graag extra uitgeven aan wat ze leuk, aantrekkelijk of wervend vinden.

Sportdeelname in Nederland

Ik heb geprobeerd de laatste cijfers over sportdeelname te verzamelen en bij elkaar te zetten. Veel gegevens zijn niet meer recent. De bezuinigingen beginnen ook hier hun tol te eisen. Het vervelende is bovendien dat de bronnen onderling nogal verschillen in de mate waarin ze sportdeel-

name meten en wat ze daar wel en niet toe rekenen. Dat kan het maken van een wandeling zijn, maar men kan ook elke dag uren in het fitnesscentrum doorbrengen. Binnen dit enorme spectrum gaat het om ongeveer de helft van de bevolking. Het is interessant dat dit getal niet meer groeit. Dat is een punt, gezien de Olympische ambities die Nederland heeft over wat er in 2016 moet zijn gerealiseerd. De groei van de sportparticipatie is op veel terreinen aan het afnemen en stagneert. De voor 2016 na te streven cijfers zijn hoog en waarschijnlijk worden ze dus niet gehaald. De vraag is ook of het verstandig is sport zo ruim te definiëren dat een enkel zondags wandelingetje er al onder valt.

Jongeren tussen de zes en zeventien jaar sporten voor een groot deel in verenigingsverband. Volgens de meting van NOC*NSF sport 42 procent van de jongeren bij de formele sportorganisaties die zijn aangesloten bij de koepel. Uit een enquête onder de Nederlandse bevolking komt een participatie van 60 procent naar voren. Dat verschil tussen 40 en 60 procent is in de loop van de tijd vrij constant gebleken en wordt veroorzaakt door verschillen in de wijze waarop je meet en wat je precies meet. De cijfers van NOC*NSF betreffen de serieuze sportbeoefenaars, degenen die lid zijn van een sportclub of -vereniging. De cijfers uit de enquête betreffen de zelfevaluatie van of iemand aan sport doet, dat kan dus ook het balletje trappen tegen de muur van de schuur zijn of inderdaad een ommetje met de hond.

Bij de volwassenen zijn de cijfers lager dan bij de jongeren. NOC*NSF laat de laagste cijfers zien. Het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) doet periodiek onderzoek naar de leefsituatie van Nederlanders en komt uit op één van de drie volwassen Nederlanders die sport. Als je kijkt naar serieuze sportbeoefening dan geven vooral de cijfers van NOC*NSF een redelijk betrouwbaar beeld van de uitgeoefende sportactiviteiten binnen de verenigingskaders. Dit is tegelijkertijd een probleem, omdat de sportbeoefening steeds meer buiten verenigingsverband, in informele groepen of alleen plaatsvindt. In het onderzoek beperken we ons tot degenen die minimaal twaalf keer per jaar, dus één keer per maand, actief sporten. Een aantal van de sporters maakt deel uit van een sportvereniging. Een behoorlijk groot deel, bijna de helft zelfs, sport echter alleen. Ook zelfgeorganiseerde groepjes zijn een belangrijke categorie gaan vormen. Een grote groep ook maakt gebruik van het commerciële aanbod in de vorm van fitnesscentra. Tenslotte is er dan nog de groep 'anders' en die is uiteraard niet gemakkelijk te situeren. Het kan zijn dat het om een skireis gaat of dat men weleens een biljartzaal bezoekt of toegeeft aan de verleiding van boerengolf. We hebben er geen zicht op.

Ik heb uit onderzoek de groepen gehaald die er echt uit springen. De ‘alleensporters’ zijn vooral volwassen mannen met een hoge opleiding. Ze gaan op zondagmorgen hardlopen en als ze fanatiek zijn, doen ze dat elke dag en nemen ze deel aan marathons of ultraduurlopen. In de verenigingen treffen we vooral jongeren van zes tot negentien jaar, meer jongens dan meisjes. De vereniging is noodzakelijk om in competitieverband te kunnen spelen. In de zelfgeorganiseerde groepjes zitten mensen die zich formeel niet willen organiseren, maar die wel met elkaar willen sporten. Ze huren zelf een zaal om te tennissen of te squashen. Commerciële sport trekt opvallend veel jonge, hoogopgeleide vrouwen, ten dele van allochtone herkomst. Dat is geen grote, maar wel een groeiende groep, die zich aangetrokken voelt tot het fitnesscentrum, waar sport, sociaal contact, wellness en schoonheid een nieuwe combinatie zijn aangegaan.

Een week telt 168 uur, 44 uur daarvan is echte vrije tijd. Het is niet verbazend dat het overgrote deel van de vrije tijd in alle sociale lagen wordt besteed aan televisiekijken. Ook mensen die zeggen dat ze het niet doen, doen het in de praktijk meer dan ze zelf willen geloven. Er vindt tegenwoordig een verschuiving plaats van televisie naar laptop, tablet of smartphone. Bij de jongere generaties zie je dat het standaard televisiekijken steeds meer plaatsmaakt voor het zelf besluiten naar wat, wanneer en waar er met de huidige mobiele mogelijkheden kan worden gekeken.

Er wordt gemiddeld anderhalf uur van de vrije tijd per week besteed aan sport. Dat lijkt niet zo veel, maar dit is berekend over de hele bevolking van twaalf jaar en ouder. Als we kijken naar degenen die werkelijk sporten, dan wordt het al meer dan het dubbele daarvan en is het gemiddeld per week bijna een hele middag, avond of ochtend. In 1975 sportte maar een kwart van de Nederlanders. Er is een grote slag gemaakt, van een kwart naar bijna de helft van de samenleving die sport. Toch zal het moeilijk, zo niet onmogelijk worden de Olympische ambitie te halen: ‘Minimaal 75% van de Nederlanders uit alle lagen van de (multiculturele) samenleving doet in 2016 regelmatig aan sport’ (NOC*NSF 2009).

Sport was vroeger vooral voor jongeren, als je boven de dertig was deed je niet meer aan sport. Dat is nu totaal veranderd. We zien in het onderzoek van het CBS (2005) dat ook steeds meer ouderen blijven sporten. Ze vinden het leuk om te doen en hebben er ervaring mee. Op die manier wordt de groep mensen die sport geleidelijk aangevuld met mensen van hogere leeftijd. Mijn jongere broer is 62 jaar, hij fietst op zondagmorgen snel even meer dan honderd kilometer bij elkaar en tennist elke week met zijn buurman van 82 jaar. Het is voor mijn broer moeilijk om van de buurman te winnen,

want de buurman is altijd blijven sporten en tennissen. Hij is goed ter been en dan is het buitengewoon plezierig om te sporten. Tot het moment dat hij valt en wat breekt. Dan zal blijken dat een ouder lichaam niet gemakkelijk herstelt en dat je daarna wel 'oud', maar niet meer 'de oude' bent.

Van de vrijwilligers boven de achttien jaar zet 12 procent zich vooral in voor de sportverenigingen. Gemiddeld één op de drie leden is als vrijwilliger actief bij de eigen vereniging, maar ook niet-leden blijven vaak als vrijwilliger optreden. We hebben niet veel betrouwbare internationale cijfers rond vrijwilligers in de sport, maar we weten wel dat er in Noorwegen en Zweden iets meer vrijwilligers actief zijn in de sport dan in Nederland. Vrijwilligerswerk is typisch iets van Noordwest-Europa, Amerika en Canada. De grens loopt bij Frankrijk; hoe verder naar het zuiden, hoe minder mensen iets doen uit eigen beweging in het belang van anderen. In Zuid- en Oost-Europa komt vrijwilligerswerk in de sport, zorg, onderwijs en kunst bijna niet voor. Het idee van een *civil society*, van een gemeenschap van burgers die zich inzetten voor het algemeen belang, heeft daar nooit voet aan de grond gekregen en werd vaak ook door de overheid actief tegengegaan.

In Nederland wordt veel aan vrijwilligerswerk gedaan, maar ook hier wordt het minder en moeilijker. De vaste tijden van veel competitiesporten leveren spanningen op met de agenda's van de vrijwilligers. Zij willen zich wel inzetten, maar dat willen ze doen op het moment dat het hun schikt en dat is lastig te regelen in competitieverband. Veel taken – penningmeesterschap, kantinebeheer – zijn ook zo dicht tegen professionalisering aan komen liggen, dat ze hoogstens door professionals in vrijwilligheid kunnen worden uitgevoerd.

Kijken en kopen

Eén op de drie Nederlanders bezoekt wel eens een sportwedstrijd en één op de acht Nederlanders gaat naar betaald voetbal. In 2005 werd informatie over sport vooral verkregen via dagblad, televisie en radio, maar dat zal inmiddels sterk verminderd zijn. De 8 procent internet van toen zal nu richting de 80 procent gaan, als het niet meer is. Meer dan 95 procent van de Nederlandse huishoudens heeft inmiddels namelijk toegang tot het internet, de belangrijkste bron van informatie voor bijna alles tegenwoordig. Berichtgeving en afspraken maken gaat steeds meer via het internet. De informatie van nog maar een paar jaar geleden toont wel aan dat het onvoorstelbaar snel is gegaan met de ontwikkeling.

Met de huidige cijfers ben ik niet bekend, maar in 2005 hadden sportbladen een oplage van 2,5 miljoen. Sport, en met name voetbal, wordt bijna de hele dag uitgezonden op televisie. Ook autosport, wielrennen en tennis zijn veel op tv te zien. Voetbal is uiteraard vooral een stadionsport, met bovendien een sterk door seizoenkaarten gereguleerd publiek. Marathons worden met 1,4 miljoen bezoekers goed bezocht. Niet alleen door de lopers, maar ook door de supporters die langs de kant staan en daar niet voor hoeven te betalen. De deelname- en bezoekerscijfers van veel sporten zijn indrukwekkend en kunnen in de economische zin van het woord grote consequenties hebben.

Figuur 1. Bezit sportartikelen Nederlandse huishoudens 2005

Mountainbike	13%
Racefiets	11%
Rugzak/slaapzak	55%
Wandelschoenen	40%
Schaatsen	31%
Tennisracket	28%
Voetbal	25%

Wat sport betreft kopen we van alles. In het staatje is te zien wat de Nederlandse huishoudens in 2005 aan sportartikelen in bezit had. De rugzak en slaapzak zijn wellicht niet de meest sportieve bezittingen, maar het idee is dat je die op je rug meeneemt en dat er dan, waarschijnlijk in combinatie met wandelschoenen, iets 'sportiefs' gaat gebeuren.

Nederlanders houden ook erg van sportieve vakanties. Iedereen kent het beeld van het oudere echtpaar op hun nieuwe Gazellefietsen op stap in matching Human Nature-afritsbroeken en Gaastrajacks. We lachen er misschien een beetje om, maar het is fantastisch dat ook oudere mensen er plezier in hebben en houden zelf actief te blijven. Populaire sportieve vakanties vinden plaats op het gebied van fietsen, wandelen, wintersport en zeilen. In 2005 was golf nog heel klein als sportieve vakantie, maar dat zal inmiddels fors gegroeid zijn. Als mensen echt oud worden, wordt de vakantie minder sportief. Een sportieve vakantie is in het algemeen ook geen goedkope vakantie, deze vakanties bevinden zich wat de status van de deelnemers betreft in de midden- en hogere segmenten van de inkomensverdeling.

Bestedingen aan sport

Hoeveel geld geven we uit aan sportbesteding in de strikte zin van het woord? Tussen 1992 en 2007 zijn de uitgaven verdubbeld, maar zonder inflatie is het verschil kleiner. De sportuitgaven vormen met 1,5 procent een klein aandeel van de huishouduitgaven van de Nederlanders. Alles bij elkaar gaat het om een bedrag van 3,3 miljard euro, ongeveer 0,5 procent van het bruto binnenlands product. Als je het bedrag per Nederlander gaat uitrekenen kom je op ongeveer 200 euro per jaar uit. Bij de één zal dit bedrag uiteraard een stuk hoger zijn dan bij de ander, maar deze grove benaderingen tonen aan dat sport een belangrijk onderdeel is van het vrij en voor de vrije tijd besteedbare budget. In slechtere tijden zal daar ook zeker bezuinigd worden.

Per (type) huishouden kunnen de bedragen worden gedifferentieerd. In 2007 werd door gezinnen met grotere kinderen het meeste geld uitgegeven aan sport en sportartikelen, ouderen besteedden veel minder geld aan sport. Een alleenstaande tot veertig jaar geeft persoonlijk gemiddeld het meeste geld uit aan sport.

Het grootste gedeelte van het geld voor sport wordt uitgegeven door de gemeenten. Het is een misverstand dat het Rijk zelf veel aan sport besteedt. Het gaat bij het Rijk vooral om topsport. Als je het in geld wilt uitdrukken, dan is sport met ongeveer 80 miljoen niet veel meer dan 0,1 procent van wat er in de gezondheidszorg gaat zitten. De belangrijkste bijdrage van de gemeenten betreft de bouw en instandhouding van sportaccommodaties, maar zij steken ook een deel van hun geld in sportondersteuning en sportstimulering. Alles bij elkaar gaat dit om een groot bedrag, maar op de totale overheidsbegroting van meer dan 260 miljard euro wordt maar 1/260^e deel jaarlijks aan sport besteed.

Sport en bewegen in de toekomst

We zien dat sport als levensstijl belangrijker wordt, sport wordt individueler. De modieuze kant van sport wordt belangrijker en gevarieerder. Sport wordt in alle opzichten steeds meer een deel van het dagelijks leven. De tweede en derde generatie allochtonen zal steeds meer aan sport gaan doen terwijl de eerste generatie uit Turkije of Marokko dat niet of nauwelijks deed. We zullen actief blijven in de sport en sport ook als we ouder worden als activiteit in het dagelijks leven meenemen.

Voor veel mensen is 'geen tijd' een belangrijk argument om niet te sporten, het is een nette manier om te zeggen dat iemand geen zin of geen puf heeft. Het is goed om je te realiseren dat een grote groep mensen niet veel met sporten heeft of er niet voor is gemaakt. Ze waren niet goed in sport en werden bij de gymnastiekles als laatste gekozen. Dat stimuleert ook later niet. 'Niemand om mee te sporten' is ook een belangrijke motivatie om het niet te doen. Sporten wordt informeler en mensen doen het vaker individueel, maar het is voor veel mensen toch belangrijk dat ze het niet helemaal alleen hoeven te doen. Dat er iemand is om hen over de drempel te trekken.

Sport wordt een meerstromenland waarin geld een steeds grotere rol gaat spelen. Je moet het kunnen betalen, je moet de voorzieningen treffen die je nodig hebt (kleden en spullen). Op alle niveaus ontstaat er aanbod van sportgerelateerde zaken. In de politiek en bij het ministerie van vws is er wel discussie geweest over de vraag of sport alleen 'sport' is als het een zaak is van amateurs en vrijwilligers. Alles wat professioneel, laat staan commercieel werd gedaan op het gebied van sport, viel er aanvankelijk buiten. Dat is natuurlijk niet meer van deze tijd. Het gaat niet om de setting, maar om de activiteit.

Sport wordt steeds gewoner en algemener en vraagt een behoorlijk deel van de vrije tijd. Er zal steeds meer aanbod zijn om een boterham mee te kunnen verdienen. Daarnaast zal veel sport vrijetijdssport blijven en zal sport worden gedragen door de vrijwilligers die er in Nederland gelukkig nog steeds heel veel zijn. Ze hebben niet de behoefte om dat in economische termen uit te drukken, maar doen het gewoon omdat ze het leuk en nuttig vinden om te doen en omdat ze er met elkaar plezier in hebben. Want dat is waar het uiteindelijk om gaat.



De maatschappelijke kracht van sport

Prof. dr. Maarten van Bottenburg

(Hoogleraar Sportontwikkeling aan de Utrechtse School voor Bestuurs- en Organisationswetenschap)

‘De maatschappelijke kracht van sporters’

Fijn om hier veel bekende gezichten te zien. Dat is altijd wel weer typerend natuurlijk, want de sportwereld wordt wat betreft de kracht van sport vaak ingedeeld in believers en non-believers. Ik praat liever niet alleen maar tegen believers, want wat valt er dan nog te overtuigen? Aan de andere kant, misschien valt er wel wat te overtuigen. Ik wil het namelijk niet alleen maar over de kracht, maar ook over de zwakte van sport hebben. Misschien is het dus toch nog wel interessant.

Ik wilde beginnen met een voorbeeld van geweld in de schaaksport. Het voorbeeld komt van schaakclub De Stukkenjagers uit Berkel-Enschot. Een voor mij niet bekende, maar vast en zeker gerenommeerde schaakclub die een probleem heeft gehad. Want tijdens het Druiventros snelschaaktoernooi heeft een van de schakers zijn tegenstander met een mok geslagen. Dat gebeurde nauwelijks een week nadat grensrechter Nieuwenhuis was doodgeschoten, dus dat kreeg een heel andere, zware lading. Wat ik ongelooflijk mooi vond aan het voorbeeld, is dat Arjan van Veelen een paar weken later in *NRC Handelsblad* een column schreef over hoe die club op de situatie gereageerd heeft. En toen dacht ik: eigenlijk is dat de kracht van sport, daar wil ik mee beginnen.

De bestuurder van de club zei na twee, drie weken: ‘Wij hebben gereageerd door te zorgen voor een soort balans tussen boetedoening en zorgzaamheid.’ Dat moet ik even toelichten. Het ging om twee broers, een tweeling. Die broers waren beiden betrokken bij de schermutseling rond het schaakbord en kregen beide een schorsing van tweeënhalve maand opgelegd. Maar de club vormde een pool van vrijwilligers die bij toerbeurt een partij gingen spelen bij de twee broers thuis. Dat had een achtergrond. Wij kennen de situatie niet en beoordelen alleen maar op het feit dat iemand zich niet kon beheersen en dat er met een mok werd geslagen. Maar er zat een verhaal achter, en de club kende dat verhaal.

De twee broers hadden een problematische periode achter de rug. Als ik het goed begrepen heb, zaten zij in een zekere psychiatrische situatie waarin ze het huis waar ze met hun ouders woonden hebben verlaten en samen in een ander huis zijn gaan wonen. Voor hen was de sportvereniging een club, een organisatie die hun structuur en houvast bood. Voor hen was het iets dat hun leven organiseerde. En dan kun je zeggen – en dat is naar mijn idee een beetje de hype van deze tijd – eruit, rechttoe rechtaan, duidelijkheid en straffen. Dan was het voor deze jongens voorbij, klaar. Uit de samenleving, ik hoef je niet meer te zien.

Maar dat heeft de vereniging niet gedaan. Het idee daarbij was: wij willen onze geschiedenis met de broers niet in één keer uitvlakken. We zijn geen zorgverleners, maar we zijn wel zorgzaam voor de mensen die bij ons horen. We nemen ze mee. En dat vind ik een heel krachtig signaal, juist in deze tijd waarin we heel erg snel geneigd zijn om zonder pardon te kiezen voor uitsluiting. Maar je kunt ook een moeilijkere weg kiezen. De weg van het zoeken naar de verbinding blijven behouden. De weg van opvoeding en begeleiding. Dat is een veel moeizamere weg, die gepaard gaat met allerlei hobbels en tegenspraak. Een weg die minder makkelijk is uit te leggen aan de pers. Maar in dit kleine voorbeeld zie je naar mijn idee toch de maatschappelijke kracht van sport. Je houdt die jongens er toch bij. Ze worden wel even terechtgewezen, maar blijven betrokken.

Ik zou willen zeggen: dank voor uw aandacht, gaat u gerust naar huis, neemt u een biertje of een glas wijn. Dit is het hele verhaal, denk er eens over na. Maar dan doe ik de werkelijkheid ook weer tekort. Het gaat hier dieper. Het gaat om emotie, regels, sancties. Het gaat om houvast, structuur, binding en zorg. Dat zijn allemaal elementen van die kracht van sport. En de maatschappelijke kracht van sport is naar mijn idee, heel gemakkelijk en vaak, voor iedereen zichtbaar. Je ziet het in het plezier dat mensen beleven, je ziet het in de begeleiding die mensen geven, je ziet het in de leerervaring die mensen hebben, je ziet het in de lol die mensen met elkaar beleven. De humor in de sport, dat is heel belangrijk. Kijk naar de fans tijdens Europese en Wereldkampioenschappen, daar zit zo veel humor in. Soms gaat het over het randje, dan wordt het weer riskant, maar dat is in mijn ogen wel de kracht van sport.

Tegelijkertijd zijn wij, vooral het laatste jaar, continu geconfronteerd met talloze tegenvoorbeelden van diezelfde kracht van sport. Je kunt daarbij denken aan de dopingaffaire, je kunt denken aan het geweld op de velden, het gedrag van ouders langs de lijn waar vaak ophef over is, de matchfixing-verhalen. De verhalen van de turnsters die in een boek schrijven over hun begeleiding door een trainer. Er werd een soort geïso-

leerde omgeving gecreëerd, waarbij de turnsters werden gescheiden van het gezin en van hun vriendjes, en helemaal onder toezicht van de trainer kwamen te staan. Die zagen in die meisjes geen vrouwen of mensen, maar een project dat moest leiden tot Olympisch goud. En daar verdween ook de menselijke training. Dat kan niet, maar het gebeurt wel. Dan denk je: hoe is het mogelijk dat wij er met elkaar niet in slagen om dit te voorkomen?

Dan hebben we ook nog het einde van de Olympische droom, althans de regering zegt af te zien van het organiseren van de Olympische Spelen in Nederland in 2028. Dus waar staan wij? Daarom dacht ik, misschien moet ik het niet alleen over de kracht van sport hebben, maar moeten we vanavond een moment van bezinning inbouwen, een moment van nadenken en reflectie. Waar zijn we mee bezig? Zijn we op de goede weg? Wat is nu eigenlijk de kracht van sport en hoe verhoudt dat zich tot elkaar? Daarover zal ik vandaag een column, een opiniërend stuk, uitspreken.

In deze column heb ik het niet over de economische of de gezondheidskant van sport, ik houd het bij sociaal-maatschappelijk. Ik begin met een historisch overzicht van hoe de kracht van sport zich heeft ontwikkeld. Wat maakt sport bijzonder? Vervolgens zoom ik in op de kracht, maar ook op de zwakte van begeleiding in de sport, van de vereniging, van de topsport en van het instrumentele gebruik van sport. Aan de hand van die thema's wil ik een palet schetsen dat een debat op gang kan brengen.

Historische ontwikkeling

De Damiaantjes markeren het begin van de georganiseerde sport in Nederland. Niet helemaal het begin, maar wel een markant punt. Geen vereniging, maar een vereniging *avant la lettre*. Een groepje studenten van wie velen een opleiding hadden genoten in Engeland, of die in ieder geval contacten met het buitenland hadden. Daar raakten zij geïnspireerd door de sportbeweging die er tot stand was gekomen. Een beweging waarin allerlei activiteiten werden gestandaardiseerd, georganiseerd en gereglementeerd in een sportsetting. En dat gingen ze ook in Nederland doen. Ze deden van alles en nog wat: schaatsen, fietsen, rugby, voetbal. Het was gewoon een groepje jongens dat lekker ging sporten. En dat was voor hen van belang. Want voor die tijd hadden ze niets dan gymnastiek, waarbij de leraar in een muffig lokaal aangaf wat je moest doen. Het beeld daarvan contrasteert enorm met de jongens die zichzelf relaxed presenteren en laten zien dat ze zelf iets organiseren.

Je zag deze situatie op vele manieren naar voren komen, allerlei takken van sport kwamen op. Eerst alleen voor de elite, maar later raakten ook bredere lagen van de bevolking betrokken. Vrouwen bijvoorbeeld, eerst in het tennis met nog onmogelijke rokken aan, later vrij bewegend in verschillende takken van sport. Zo zijn er steeds meer groepen betrokken geraakt bij sport.

De overheidsbemoeienis met sport was heel lang, vanaf de tweede helft van de negentiende eeuw tot aan de Tweede Wereldoorlog, minimaal. Voor de Tweede Wereldoorlog heeft er in het parlement eigenlijk maar één goed debat over sport plaatsgevonden. Dat betrof de vraag of de Rijksoverheid bereid was een garantie te stellen van 1 miljoen gulden voor de organisatie van de Olympische Spelen in Amsterdam in 1928. Dat verzoek werd afgewezen. Gemeentelijke overheden deden meer met sport, met name in de vorm van het beschikbaar stellen van een grasveldje of braakliggend terrein, ook die betrokkenheid stond op een veel lager pitje dan tegenwoordig het geval is.

Na de Tweede Wereldoorlog volgde er een totale ommekeer. De sport nam een enorme vlucht. Dat heeft vooral te maken met maatschappelijke ontwikkelingen zoals de uitbreiding van de welvaart en van het onderwijs. Een van de belangrijkste determinanten van het sportgedrag is het onderwijs. Uitbreiding van de vrije tijd, de komst van het vrije weekend en de emancipatie van verschillende groepen (arbeiders, vrouwen) hebben in belangrijke mate bijgedragen aan de mogelijkheid en bereidheid om te gaan sporten. Samen met de toenemende overheidsbetrokkenheid, die met name was gericht op de aanleg van allerlei sportaccommodaties, zorgde dit ervoor dat de sportbeoefening een enorme vlucht kende.

Het is fascinerend om te zien hoe onze sportinfrastructuur er momenteel uitziet. We hebben zo'n 400 gemeenten en 25.000 à 26.000 sportverenigingen. Dat betekent vijftig à zestig sportverenigingen in iedere gemeente. De meeste van deze verenigingen beschikken over hun eigen accommodatie. Door deze infrastructuur kan iedereen in Nederland, waar je ook woont, gemiddeld genomen binnen een kwartier een sportaccommodatie bereiken. Dat is een ongekennde situatie, onvergelijkbaar met andere landen. Daarom denk ik dat Nederland qua infrastructuur – en ook als je dat relateert aan de gemiddelde afstand tot iedere sportaccommodatie – tot de wereldtop behoort.

Deze infrastructuur is een product van langdurige ontwikkeling. Eigenlijk is deze situatie pas in de loop van de jaren tachtig bereikt. Dat leidde tot een groei van de deelname aan sport, groei van het aantal verenigingen, democratisering van de sport en groei van de media-aandacht. Bart Crum

(hoofddocent Faculteit der Bewegingswetenschappen van de Vrije Universiteit) heeft dat verwoord als ‘versporting’ en ‘ontsporting’. Versporting wil zeggen dat de samenleving steeds meer kenmerken heeft van sport en steeds meer verweven raakt met sport. Je loopt op straat en ziet mensen in sportkleding, in het dagelijks jargon zitten veel sporttermen, veel activiteiten worden ingericht als een competitie, met prijzen die aan sport gerelateerd zijn. Ontsporting geeft daarentegen aan dat sport er niet meer uitziet zoals in het verleden, enkel gericht op wedstrijd en competitie, maar dat sport ook veel meer in de informele sfeer plaatsvindt. Dingen die vroeger niet tot de sport werden gerekend, behoren nu wel tot sport.

Sport is van een eilandje, een eenling, verweven geraakt met andere sectoren: zorg, onderwijs, overheid en bedrijfsleven. Het resultaat van die historische ontwikkeling is dat sport een enorme omvang heeft aangenomen. Vijf miljoen verenigingsleden, en meer vrijwilligers dan in iedere andere sector. Sport roept niet alleen op tot activiteit, maar ook tot participatie, beoefenen en passief genieten. Passief kijken en passief betrokken zijn horen ook bij het beleven van sport. Sport is entertainment, maar ook infotainment, een dagelijks gespreksonderwerp. Terwijl dat voor de jaren negentig niet of nauwelijks gebeurde, haalt sport tegenwoordig met grote regelmaat de voorpagina's van de kranten. Sport is bovendien onderdeel van ons cultureel erfgoed geworden. Als je kijkt naar Mondriaan, Hans van Maanen en DJ Tiësto kun je zeggen dat zij hun evenknie hebben gevonden in Fanny Blankers-Koen, Johan Cruijff en Pieter van den Hoogenband. Wij zijn trots op wat er in het verleden door Nederlanders tot stand is gebracht en deze figuren hebben daar een aandeel in.

Wat maakt sport zo bijzonder?

Wat maakt sport zo bijzonder, dat het zo'n vlucht heeft doorgemaakt en dat het zo veel mensen in beweging heeft gezet? Het is mij hier niet te doen om dat tot in de finesses te ontrafelen, maar ik wil er wel een paar aspecten uitlichten. De eerste daarvan is dat sport eigenlijk een vreemde activiteit is. Een bergbeklimmer kan ook de helikopter nemen om boven te komen. Een schaatser rijdt heel hard rondjes, tot hij uitgeput weer bij het beginpunt aankomt. Zestigduizend mensen zitten te kijken hoe 22 personen achter een balletje aanrennen. Als je hier vanuit antropologisch perspectief naar kijkt, dan verklaar je die mensen volkomen voor gek. Toch is het een activiteit met betekenis en die betekenis kun je alleen maar begrijpen vanuit de activiteit, vanuit de regels zelf. Alleen binnen

het regelsysteem dat wij onszelf vrijwillig opleggen is de betekenis van de activiteit begrijpelijk. Sport is een vrijwillige activiteit, dat is heel belangrijk. In het dagelijks leven moeten we van alles, we moeten naar school, we moeten werken. In allerlei zaken voel je druk en heb je de verplichting. Sport doe je geheel vrijwillig en in die vrijwilligheid zit ook deels de kracht. Je zoekt dat plezier en kiest zelf voor dat plezier.

Een volgend element is dat sport emotie teweegbrengt, oproept en creëert. Vooral in de wedstrijdsport zoek je naar spanning. Je roept die spanning op, je zoekt die spanning. Dat maakt het ook lastig, want in die spanning moet je je ook weer zien te beheersen. Het roept emoties op, maar biedt ook ruimte om die emoties te uiten, vrij te laten. Als je mij in het stadion ziet, dan denk je: is dat dezelfde man als die hier nu staat? Ja, dat is dezelfde. Dat mag, daar, op die plek. Daarbuiten niet meer. Net als in het veld. In het veld zie je mensen in beesten veranderen. Dat is een deel van het probleem. Sport lokt dat uit. Maar dat is juist ook de kracht van de sport, dat je daar op de een of andere manier een bepaalde vrijheid hebt in je uitingen.

Norbert Elias is een groot socioloog die lange tijd in Amsterdam heeft geleefd, gewoond en gewerkt. Een van de belangrijkste functies van sport is volgens hem dat sport een vrijplaats biedt voor 'controlled decontrolling of emotional controls'. Je hebt emotionele controle, je moet jezelf voortdurend beheersen. Als wij met elkaar praten of buiten op straat lopen, dan dien je jezelf te beheersen. In de sport daarentegen mag je je laten gaan. Maar niet volledig. Je mag je laten gaan, maar dat moet je wel weer onder controle houden. Dat levert een enorme spanning op, waaraan wij nog te weinig aandacht geven. Waarin we te weinig begeleiding bieden, waarin we te weinig opleiden, waar we mensen te weinig op wijzen, waarin we mensen te weinig opvoeden. Het gaat er in de sport om die spanning op te zoeken, maar de grens die daarin zit heel nauwkeurig te bewaken. En dat is precies waar het probleem zit in veel gevallen waar we spreken van agressie in de sport.

Kracht en zwakte van de begeleiding

Dan kom ik meteen bij de begeleiding, want die functie van sport vraagt om begeleiding. Het vraagt om aandacht voor de manier waarop wij met elkaar omgaan in de sportwereld. In het algemeen kan worden gesteld dat in de huidige samenleving alles zichtbaar is. Wat waar ook gebeurt, je ziet het terug op televisie of op internet. Als er ergens geweld voorkomt, dan

zie je dat direct. En je ziet het niet één keer, je krijgt het honderd keer te zien. Het is zichtbaarder geworden. Ik denk dat mensen bovendien gevoeliger zijn geworden voor geweld, en dat maakt het extra problematisch als er geweld voorkomt in de sport. Hoe kan dat nou? Sport was toch zo krachtig? Sport was toch zo positief?

Sport stelt grote eisen aan de zelfbeheersing van sporters. Wij gaan er – volgens mij – nog te veel vanuit dat het allemaal vanzelf gaat in de sport. Iemand meldt zich aan, wordt lid en begint met sporten. En meteen pats, competitie erin, even opfokken, scherp stellen. Ik denk dat je sporters daarin veel meer moet socialiseren, moet leren wat de gevoeligheden zijn, waar de grenzen liggen. Dat stelt eisen aan elkaar ten aanzien van sociale controle. Het gaat erom dat er een sfeer gecreëerd wordt die aan de ene kant een plezierige spanning oproept, men mag best competitief zijn, maar die aan de andere kant die spanning ook weer begrenst. De vrijheid van uiting van emoties is aanwezig – en dat is in het dagelijks leven niet zo, dus dat zijn we niet gewend – maar die vrijheid is niet ongelimiteerd. Hoe ga je daar dan mee om? Plezier en willen winnen is een lastige combinatie. Hoe ver wil je gaan om te winnen? Houd je een goed gevoel over aan een verloren wedstrijd omdat je een goede wedstrijd hebt gespeeld?

Dit zijn zaken die op jonge leeftijd aan bod zouden moeten komen. Bij mij is er als jonge sporter nooit over gesproken. Ik denk dat we er meer aandacht aan kunnen en moeten besteden. Het ontstaat niet vanzelf en stelt dus eisen aan de opvoeding. Voor een deel heb je dat als sportwereld niet in de hand; het belangrijkste deel van de opvoeding vindt immers plaats in het gezin en op school. Maar voor een deel ligt de verantwoordelijkheid hiervoor ook bij de sportvereniging; bij bestuurders, begeleiders en coaches. Binnen de sport mag je je laten gaan, je roept spanning op, bouwt conflicten in, er is competitie, er wordt gevochten, en toch moet je de grenzen leren kennen. Daar gaat het om.

Kracht en zwakte van de vereniging

Dan kom je bij de vereniging terecht, want veel van die begeleiding vindt plaats in verenigingsverband. Ik heb het niet met cijfers onderbouwd, maar ik ken de literatuur aardig en een aantal zaken is behoorlijk goed aangetoond. Bijvoorbeeld dat sportverenigingen bijdragen aan sociale participatie, sociale binding en integratie. Studies laten ook zien dat sporters die in verenigingsverband sporten betere studieresultaten behalen. Daarbij moet je wel kijken naar het causale verband, het gaat om soci-

ale vaardigheden, tijdens het sporten leer je van alles. Dan hebben we het over punctualiteit en samenwerking, maar ook over regelovertreding. Doordat je met elkaar om leert gaan vergroot sport daarnaast de loyaliteit en het vertrouwen in mensen. Het zijn aspecten die onderdeel zijn van het lid zijn van een vereniging. Dat zijn allemaal belangrijke sociale vaardigheden die je in het dagelijks leven nodig hebt.

Maar er zit ook een problematische, zwakkere kant aan vast. Dit zou de andere kant van de medaille genoemd kunnen worden. De Amerikaanse politicoloog Robert Putnam hanteert het begrip 'sociaal kapitaal'. De definitie van sociaal kapitaal is dat als je relaties opdoet waar je wat mee kunt, dat je die in je verdere leven kunt benutten om persoonlijke doelen te realiseren. Hierbij kun je twee vormen van sociaal kapitaal onderscheiden: je hebt *bonding social capital* en *bridging social capital*. Bonding social capital is dat je in een vereniging met mensen die je goed kent nog beter contact hebt en een sterkere band opbouwt. Bridging social capital is dat je ook een relatie opbouwt met mensen met wie je via de sport in contact bent gekomen maar die je anders niet was tegengekomen, en die je met nieuwe sociale netwerken in contact brengen. Uit onderzoek blijkt dat sport vooral van belang is voor het versterken van bonding social capital en wat minder voor bridging social capital.

Er zijn auteurs die hebben gewezen op wat ook wel 'the dark side of social capital' wordt genoemd. Het gaat dan om situaties waarin in groepsverband gedeelde normen en het vertrouwen dat je in elkaar hebt voordelig zijn voor jou en jouw groep, maar nadelig zijn voor anderen of voor de samenleving als geheel. Een groep voetbalhooligans met een krachtige onderlinge binding kan bijvoorbeeld een haat ontwikkelen en cultiveren ten opzichte van een andere supportersgroep. Intern is er een grote sociale binding, maar extern is er een enorme rivaliteit die kan leiden tot geweld. Dopinggebruik is ook onderdeel van een cultuur. In het boek van Armstrong is te lezen dat de sociale druk binnen de groep zo hoog was, dat andere renners buiten Armstrong eigenlijk niet meer om het dopinggebruik, dat in die ploeg structureel was georganiseerd, heen konden tenzij ze de groep zouden verlaten. Dat is dus de interne druk die ontstaat vanuit een hoge mate van sociaal kapitaal, bonding social capital, binnen die groep, maar die dus eigenlijk negatieve externe effecten heeft.

Bij de sportvereniging ligt dat wat ingewikkelder. De sportvereniging kent ook een sterke bonding social capital. Veel verenigingen hebben de neiging steeds homogener van aard te worden. Als je bij een vereniging gaat, dan sluit je je vooral aan bij de vereniging waar je verwacht jezelf thuis te voelen. Als je niet verwacht je thuis te voelen of als je merkt dat

dat niet het geval is, dan word je lid van een andere vereniging. Dat is het leuke van de Nederlandse sport, we hebben een enorme rijkdom aan verenigingen. Je kunt overal terecht, er is altijd wel iets van je gading bij. Je kijkt dan niet alleen of je de sport leuk vindt, maar ook of er mensen zijn met wie je goed door één deur kunt.

Dit is een lastig mechanisme. Als een sportvereniging ergens bijvoorbeeld ‘verkleurt’, dan is het een bekend verschijnsel dat er een soort ‘witte uittocht’ plaatsvindt. ‘Witte’ leden voelen zich minder thuis en zoeken een andere club, waar ze meer ‘gelijkgezinden’ verwachten aan te treffen. Daardoor tendeert zo’n vereniging naar sociale homogeniteit, en dat is lastig, want daarmee wordt een vereniging vaak gedomineerd door een homogene groep met weinig diversiteit. Je kent het wel in een vereniging, dat de ouders van de pupillen en junioren ook weer bestuurlijk en commissiewerk doen. Je ziet vaak dat een aantal families heel dominant in een vereniging aanwezig is. Terwijl het een open democratisch geheel lijkt, is de macht geconcentreerd binnen een beperkte groep.

Dat is een heel interessant punt. De sportvereniging – en ook sport in het algemeen en de kracht van sport – is eigenlijk de confrontatie en ontmoeting met verschillen. Maar, ook in het licht van de emoties die worden opgewekt, dat is ook het lastige ervan. Om dat te illustreren laat ik een filmpje zien, dat mijn collega Paul Verweel heeft gemaakt, over de ontmoeting van oude gewoonten en nieuwe verschillen. (Het filmpje is te bekijken via: <http://www.youtube.com/watch?v=77gFmfeUshM>)

Paul Verweel is bestuurlijk actief bij de KNVB, dus het filmpje vertelt enigszins een KNVB-verhaal, maar ik vind het zelf wel prachtig aansluiten bij het idee dat ik in het eerste gedeelte heb uitgedragen. Denk terug aan het voorbeeld van de schaakclub waar ik mijn bijdrage mee startte. Dit is niet de makkelijke weg. Het is de moeilijke, maar naar mijn overtuiging uiteindelijk wel de beste weg

Kracht en zwakte van topsport

Tot nu toe heb ik het vooral gehad over verenigingssport, over breedtesport, maar ik wil ook nog even inzoomen op topsport. We hebben onlangs samen met een aantal mensen van het Mulier Instituut een boekje geschreven over een paar betekenissen van topsport. Hierin hebben wij vier waarden naar voren gehaald: ontplooiingswaarde, inspiratiewaarde, identificatiewaarde en economische waarde. Ik wil vooral bij de eerste drie stilstaan en daarbij steeds beide zijden van de medaille, die gewoon

uit het onderzoek naar voren komen, belichten. Vaak wordt de ene kant of de andere kant van de medaille belicht. Mijn overtuiging is dat het hele verhaal sterker wordt als je probeert recht te doen aan de samenhang tussen beide kanten van het verhaal. Ik denk zelfs dat het sterker is dat ze als het ware onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn.

De ontplooiingswaarde van topsport verwijst vooral naar de dromen die jongeren vaak hebben, ernaar streven om ergens heel erg goed in te worden. Dromen nastreven, het willen presteren, het willen excelleren en een attitude meekrijgen dat het leuk is om te proberen de beste te zijn. Dat is denk ik een belangrijke ontplooiingswaarde die topsport biedt. Het leuke is dat iedereen, op zijn of haar eigen niveau, die dromen kan hebben en kan nastreven. Maar het brengt ook spanning met zich mee, met name bij talenten die ook echt ergens heel goed in zijn. Die maken in de meeste takken van sport het belangrijkste stukje van topsportontwikkeling door op het moment dat hun leeftijdsgenoten belangrijke stappen zetten in het onderwijs en in hun beroepsloopbaan. Daarbij is het bijna per definitie een gegeven dat een topsportcarrière je als het ware ook op een zekere mate van achterstand zet in een andere ontwikkeling waar je ook voor had kunnen kiezen. Je zou zeggen, het is het één of het ander, dus allebei prachtig, maar het is wel een probleem. Niet zozeer voor 5 procent van de talenten die uiteindelijk daadwerkelijk de top weet te behalen en die het lukt om een carrière in de topsport op te bouwen en daardoor met veel nieuwe relaties en een goed gevoel de toekomst tegemoet gaat. Maar de top is een piramide, dus het grootste deel van de talenten, laten we zeggen 95 procent, haalt die top niet. De meesten vallen af, maar zij hebben wel moeten investeren. Voor hen heeft de spanning tussen topsport en onderwijs een andere uitwerking. Gelukkig wordt het onderwijs binnen initiatieven als de Johan Cruijff University en allerlei LOOT-scholen zo goed mogelijk ingericht.

Topsport brengt ook met zich mee dat er een enorme druk wordt uitgeoefend op talent. Ontplooiingswaarde is prachtig, maar druk kan vergaande consequenties hebben voor topsporters. Natuurlijk is er niets op tegen dat topsporters bestand moeten zijn tegen druk, maar op het moment dat je als een held of heilige – en dat gebeurt steeds vaker – op het podium wordt gehesen, dan wekt dat verwachtingen die sporters vaak nog helemaal niet aankunnen. Het zijn soms nog maar jonge mensen, die plotseling in de schijnwerpers van het leven komen te staan. Die soms zelfs een wereld aan materiële voorzieningen krijgen en die zich als voorbeeld voor de samenleving optimaal moeten gedragen. Juist zij kunnen soms heel veel moeite hebben met hun ontwikkeling en hebben

daarin begeleiding nodig. Ik vind dat topsporters soms te gemakkelijk tot held, of nog meer dan dat, worden gepromoveerd. Niet omdat ik het die topsporters niet gun, maar omdat ik vind dat zij daarin ook een rustige ontwikkeling zouden moeten kunnen doormaken, zonder dat er direct onmogelijke eisen aan ze worden gesteld.

De inspiratiewaarde is ook gemakkelijk aantoonbaar. Topsport enthousiasmeert. Het brengt een enorme hoeveelheid blijdschap, trots, eensgezindheid, binding en tevredenheid met zich mee. Maar topsport kan ook leiden tot boosheid, teleurstelling, frustraties en zelfs vijandigheid. Als een club een paar wedstrijden niet goed presteert, dan wachten de supporters de spelers op. En dat gaat niet altijd even zachtzinnig. Daar zit een onevenwichtigheid in die vaak de tegenhanger is van enthousiasme. Wij kunnen weinig effecten aantonen van topsport op breedtesport. Ik kan er hier niet diep op ingaan, maar onze conclusie is dat de werkelijke effecten van topsportprestaties en topsportevenementen op de breedtesport veelal veel beperkter zijn dan overheden en sportbonden verwachten en/of voorspiegelen. Positieve effecten doen zich vooral voor bij relatief onbekende sporten, maar de algemene conclusie is dat topsport geen automatisch effect heeft op breedtesport. Vandaar ook het belang om bij topsportevenementen allerlei side events te organiseren.

De derde waarde, de identificatiewaarde, gaat over gevoelens van verbondenheid. Je laat je inspireren door iemand die je bewondert. Je identificeert je met iemand en stemt daar je eigen gedrag op af. Maar ook hierin schuilt een gevaar in de vorm van overidentificatie en vijandigheid, bijvoorbeeld van supportersgroepen. Iedereen denkt er het zijne van, maar bij een supporter die op voorhand het kampioenschap van zijn club op zijn been laat tatoeëren is wel sprake van een vorm van overidentificatie. Het gaat natuurlijk ook om de wijze waarop een topsporter een rolmodel kan zijn. Dat topsporters deze rol duidelijk vervullen is aantoonbaar in de vorm van concreet gedrag: haardracht, kleding, trucjes en loopjes, allerlei concrete handelingen, maar het is veel minder gemakkelijk aantoonbaar of dat ook echt tot waardeverandering leidt. Dat jongeren een andere vorm van fair play aanleren of zich op een andere manier leren gedragen door het voorbeeld dat topsporters stellen. Dat gaat veel verder en is veel minder goed aangetoond.

Uit rolmodelonderzoek komt naar voren dat het rolmodel dat werkelijk effect heeft vaak veel dichtbij een persoon staat dan een topsporter, en dat is interessant. Dat rolmodel is bijvoorbeeld de buurvrouw, de onderwijzer, de trainer of een neefje. Het zijn mensen die dichtbij staan en als rolmodel een veel belangrijkere functie of een groter effect op mensen

kunnen hebben. Dat blijkt te worden versterkt als het waardenpatroon dat daarachter zit, en waar mensen kennelijk door geïnspireerd raken, wordt uitgedragen door topsporters. Je krijgt dan gedrag dat je dichtbij ziet en waarvan je denkt: zo zou ik ook wel willen zijn. Dat gedragsvoorbeeld wordt beslissend als het vervolgens ook wordt uitgedragen door een icoon die op televisie te zien is, het heeft dan een dubbel effect dat goed blijkt te werken. Een krachtig positief voorbeeld in de directe omgeving ondersteund door een topsporter heeft dus het meeste effect.

Kracht en zwakte van instrumentalisering

Dan kom ik bij de instrumentalisering. De kracht van sport heeft geleid tot een toenemende mate van benutting van de sport. Sport wordt steeds vaker gebruikt om niet-sportieve doelen te realiseren. Eerder werd al besproken dat sport ingrijpend is verweven met allerlei andere sectoren. Dat heeft tot gevolg dat subsidies, publiek geld, niet zomaar aan sportverenigingen wordt gegeven. Er wordt waar voor dat publieke geld verwacht, een soort tegenprestatie. Die kan ver gaan en ook buiten de sport liggen: kinderopvang, betrokkenheid bij de buurt, etc. Een dergelijk beleid kan tot conflicten en spanning leiden, want hoe ver ga je daarin? Als je verenigingen bijvoorbeeld te veel laat doen dat niets te maken heeft met het organiseren van de sport, dan komt zo'n fragiele organisatorische omgeving onder druk te staan. Je zou ook kunnen zeggen: dan moeten ze professionaliseren, want anders krijg je het niet voor elkaar. Maar dat kan er ook toe leiden dat instrumentele doelen, meer financieel van aard, ervoor zorgen dat de sportieve doelen onder druk komen te staan. Matchfixing is daarvan een heel extreem voorbeeld. Je krijgt goksyndicaten van buiten die de sport gebruiken als middel voor hun gokeconomie. Dat brengt de kern, de essentie van de sport, ter discussie.

Je kunt niet zeggen dat de instrumentalisering van de sport verkeerd is, want het is eigenlijk een gevolg van de maatschappelijke kracht van sport. Tegelijkertijd zit daar een soort spanning in. Het blijft wel sport, dus hou het sport en bewaak ook die sportkant. Er wordt wel gezegd: sport is, net als school, een afvoerputje, alle maatschappelijke problemen worden er gedumpt. De vereniging is een van de middelen om die op te lossen. Zorg er nou eens voor dat discriminatie wordt opgelost, zorg er nou eens voor dat mensen niet worden uitgesloten, en als je dat niet doet dan trekken wij de subsidie in. Het is zwart-wit, maar dat zijn de verwachtingen, mogelijkheden en kwetsbaarheden van de instrumentalisering.

Conclusie

Daarmee kom ik tot een resumé en conclusie. Sport biedt sociale structuur en houvast. Ik begon met het voorbeeld van de twee broers bij de schaakclub. Sport creëert binding, maar ook verschillen. Sport vraagt om leren accepteren, en het waarderen van en omgaan met verschillen. Dat betekent niet direct kiezen voor regelovertreding, zwaar delict of uitsluiting. Dat is de gemakkelijke weg. De veel moeilijkere weg om de kwaliteit, kracht en waarde van sport te behouden en benutten is voor mij een betere weg. Dat is het accepteren van verschillen. Ga het gesprek aan, stel de grenzen, maar zorg er wel voor dat je mensen probeert aan boord te houden. Sport stelt regels, je moet regelhandhaving toepassen en tegelijkertijd begrip tonen. Dat is het moeilijke ervan.

Het volgende punt is naar mijn idee een heel belangrijk en vaak vergeten punt. Sport is emotie, maar wat betekent dat nou? Volgens mij betekent het dat wij in de sport de gelegenheid hebben om onze emoties te laten gaan, maar juist dat vraagt om goede opleiding, begeleiding, training en coaching van (jonge) sporters. Het vraagt erom elkaar terecht te wijzen en aanwijzingen te geven, en elkaar aan te spreken op hoe ver je daarin kunt gaan, hoe je daarmee om moet gaan. Sport is in essentie het oproepen van een plezierige spanning tussen groepen, maar daarom is het juist zo belangrijk om in de gaten te houden waar de grens ligt en hoe je daarmee om moet gaan. Dat is heel eigen aan opvoeding, coaching en begeleiding. Het is heel duidelijk dat die maatschappelijke kracht van sport geen constante is. Die is er niet, die is gegroeid in de loop van de tijd. De sport zelf is in essentie niet de kracht, de sporters zijn de kracht.

Het is ook afhankelijk van de context. Het blijkt dat de maatschappelijke waarde van sport niet als zodanig te benoemen is, het is in iedere context weer anders, het uit zich op een andere manier en moet op een andere manier vorm worden gegeven. In de praktijk zijn we er allemaal zelf verantwoordelijk voor om de kwaliteit en waarde van sport tot uitdrukking te brengen. Dat wordt steeds meer herkend en heeft geleid tot een enorme betrokkenheid bij sport door overheden en allerlei maatschappelijke organisaties. Die betrokkenheid leidt op haar beurt weer tot vragen over de wijze en grenzen van instrumentalisering. Het is niet eenvoudig aan te geven waar die grens dient te liggen, maar het is wel een voortdurend aandachtspunt. In dat licht is het beter niet te spreken over de maatschappelijke kracht van sport, maar over de maatschappelijke kracht van sporters. Want het is niet de sport als zodanig die deze activiteit maatschappelijke betekenis geeft; het zijn de mensen die dat doen.



De gezonde kracht van sport

Prof. dr. Willem van Mechelen

(Hoogleraar bedrijfs- en sportgeneeskunde en hoofd van de Afdeling Sociale Geneeskunde van het VU Medisch Centrum in Amsterdam)

'Abnormaal gedrag in een normale omgeving of normaal gedrag in een abnormale omgeving?'

De gedachte achter deze serie lezingen was om de positieve kanten van sport op verschillende manieren te belichten. Mijn verhaal gaat over gezondheid. In 2008 vulde ik een paar keer de column 'De Kwestie' in *De Telegraaf*. Daar heb ik toen betoogd dat als het zo doorgaat in Nederland wat betreft de ontwikkeling van overgewicht en gebrek aan lichaamsbeweging, in 2028 niemand meer kan bewegen en dat daarmee de toenmalige ambitie om de Olympische Spelen in 2028 in Nederland te krijgen de ijskast in kan. Mijn verhaal gaat over sport, bewegen en gezondheid.

Bewegen of sport?

Ik mailde met de organisatie van deze reeks, waarbij ik direct aangaf dat ik meer in het 'bewegen' zit dan in sport. Het verhaal moest een beetje uitdagend zijn, maar de reeks heet de Kracht van Sport, en niet de kracht van beweging. Ik moet dus in ieder geval proberen om het verschil tussen die twee dingen duidelijk te maken en misschien ook wel de overeenkomst. Ik zal beide proberen in een gezondheidsperspectief te plaatsen. Als ik het heb over bewegen, lichamelijke activiteit, dan spreken we over *physical activity*. Dat is eigenlijk het grote domein van alle lichaamsbeweging veroorzaakt door spiercontracties. Daarbinnen heb je sportbeoefening, zowel georganiseerd als ongeorganiseerd, met bijvoorbeeld als doel het verslaan van je tegenstander of het verbeteren van jezelf. Dan hebben we het over honderd meter sprint, dat is sport, je moet een tegenstander overtreffen of jezelf willen verbeteren. Daarnaast is er zoiets als *exercise*, het Nederlandse begrip daarvoor is denk ik training. Trainen doe je vaak om je fitheid te verbeteren.

Het antwoord op de vraag of dammen wel of geen sport is laten we even in het midden, voorlopig rekenen we dammen binnen het begrip *physical activity* daar waar het gaat om het verplaatsen van de stenen op het bord. De inspanning die dit vergt is evenwel minimaal en gezondheidskundig van weinig betekenis. Om eerder genoemde begrippen te illustreren enkele voorbeelden. Iemand kan negentig minuten per week tennissen, dit is sport. Als ik iemand neem die negentig minuten per week naar de gym of naar het fitnesscentrum gaat, dan is dat training. Je kunt aan sport of training doen, maar de rest van de dag niks doen, met de auto naar je werk gaan en vervolgens op je krent zitten. Je kunt dus naast een beetje sport of training de verdere dag totaal inactief zijn. Dan hebben we een groep mensen die niet aan sport of trainen doet, maar wel lichamelijk actief is. Zij doen aan lichaamsbeweging in de vorm van wandelen of fietsen. Dit soort lichaamsbeweging vindt vaak plaats op een lager intensiteitsniveau dan sport of training. Het is belangrijk om die dingen te scheiden. Vervolgens rijst de vraag over de kracht van sport en bewegen in relatie tot gezondheid. Die vraag maakt een definitie van gezondheid nodig. Wat is uw definitie van gezondheid?

Effecten van lichamelijke activiteit op de gezondheid

Kwaliteit van leven. Geluk. Afwezigheid van ziekte. Geestelijk welbevinden. In gezondheid zit een fysieke en een geestelijke component. Dat betekent dat het gaat over lichaamsbeweging, sport en training in relatie tot bovengenoemde uitkomsten. Om die relatie in beeld te brengen zijn verschillende vormen van lichamelijke activiteit in verband gebracht met de gezondheidseffecten die ze teweegbrengen. Als ik doe aan *active living*, dan fiets ik bijvoorbeeld naar mijn werk, stap een half uur eerder uit de bus en loop een paar kilometer. Daar is voor verder inactieve mensen grote gezondheidswinst te behalen. Er zijn ook mensen die daarbovenop iets intensiever bewegen, met een zeker doel: *activity for health*. Zij gaan bijvoorbeeld gericht wandelen of fietsen. Dat heeft nog steeds effect op de gezondheid, maar het neemt iets af. Dan kun je gaan trainen om fitter te worden, *exercise for fitness* en uiteindelijk een sport gaan beoefenen, *training for sport*. Al deze vormen van lichaamsbeweging hebben een verschillend effect op de gezondheid, afhankelijk van duur, frequentie, aard en intensiteit van bewegen.

Wat je ziet is dat als je iemand neemt die totaal inactief is en die 'iets' gaat doen, het effect op de gezondheid, bijvoorbeeld op hart- en vaatziekten, kanker, diabetes et cetera, in het begin het grootst is. Op het moment dat je al een beetje actief bent en je wordt nog actiever, dan neemt de steilte van de curve af. Dezelfde hoeveelheid activiteit erbij leidt tot minder gezondheidswinst. Hier is sprake van positieve gezondheid, maar je kunt je voorstellen dat er ook een kans is op ellende als je aan sport doet. Hoe zit dat dan? Als je aan *active living* doet, dan is de kans op ongezonde effecten niet vreselijk groot. Maar op het moment dat de intensiteit groter wordt, gaat het risico op blessures of ander leed ook omhoog.

Ik zal wat voorbeelden geven van positieve en negatieve effecten op de gezondheid van een aantal van dit soort componenten van lichamelijke activiteit, sport en bewegen. Ik geef een voorbeeld van een prospectief onderzoek (Sabia et al., 2012) dat gaat over lichamelijke activiteit en sterfte. Een prospectief onderzoek betekent dat mensen die beginnen aan het onderzoek in de tijd gevolgd worden en dat er wordt gekeken naar de relatie tussen de mate van lichamelijke activiteit en sterfte. Daarbij is gekeken naar activiteiten als wandelen, tuinieren, huishoudelijk werk, klussen en sporten. Het is een onderdeel van de Whitehall-studie uit het Verenigd Koninkrijk. Daarin zie je dat lichamelijke activiteit geassocieerd wordt met een lager sterfterisico als er wordt gesport. Daarnaast wordt er gesproken over het begrip *hazardratio*. Als er wordt gekeken naar sporten dan is deze ratio .71, wat betekent dat je 29 procent reductie van kans op sterfte hebt, vergeleken met de mensen die niet sporten. Als je kijkt naar klussen dan is dat effect zelfs nog groter, want daar is er 32 procent minder sterfte. Zowel sporten als klussen zijn dus geassocieerd met minder sterfte.

Vervolgens is in een andere studie (Andersen et al., 2000) gekeken naar wat heet *all-cause-mortality* geassocieerd met sporten. Of eigenlijk met lichamelijke activiteiten in de vrije tijd, op het werk, thuis en tijdens georganiseerde sportbeoefening. In een groot, wederom prospectief onderzoek werd gekeken naar dertigduizend mensen in de leeftijd van 20 tot 93 jaar. Er is hierbij vooruitgekeken over een periode van 14,5 jaar naar de relatie tussen sterfte aan iedere oorzaak en vier verschillende vormen van lichamelijke activiteit. Vervolgens is er binnen die vier categorieën gekeken naar de vraag of mensen aan sport deden. Als je naar die vier categorieën kijkt, dan zie je dat het sterfterisico in de categorie die het minst actief was het hoogst was. Als je naar de tweede categorie gaat, dan zie je het sterfterisico dalen, bij de derde categorie daalt het verder en bij de vierde categorie stagneert het. Het onderzoek geeft dus de relatie weer tussen sterven aan iedere oorzaak en de vier intensiteitscategorieën van lichamelijke activiteit.

Eigenlijk is deze relatie iets wat we wel weten. Als je iets doet, dan heb je een effect. Hoe meer je doet, hoe meer effect. Er is daarbij sprake van een zekere drempelwaarde, als je over die drempelwaarde heen gaat dan vind je niet nog meer effect op vermindering van sterfterisico.

Vervolgens is er, binnen de vier categorieën, gekeken of de personen die deelnamen aan het onderzoek wel of niet aan sport deden. Wat daaruit blijkt is dat als men in de verschillende activiteiten categorieën ook nog aan sport doet, er dan nog een keer een additionele vermindering van het sterfterisico is. Bij vrouwen is dat 53 procent, voor mannen is dat 37 procent. Activiteit leidt dus tot minder sterfterisico, en als je daarbovenop nog aan sport doet dan neemt het sterfterisico nog verder af.

Sterfte is een keiharde maat, men sterft over het algemeen aan hart- en vaatziekten en kanker. Er zijn, voordat je doodgaat aan hart- of vaatziekten, intermediaire factoren waaraan je kunt beoordelen of iemand een verhoogd risico heeft op hart- en vaatziekten. Deze factoren zijn bijvoorbeeld een verhoogde bloeddruk en een verhoogd cholesterol. Er zijn dus ook allerlei studies die een kortere duur hebben en die kijken naar het effect van bewegen op de bloeddruk of op het cholesterolgehalte. Dan zie je vaak dat het risico op een te hoge bloeddruk of een te hoog cholesterol onder invloed van activiteit en training ook kleiner wordt. Dan is de aanname dat als je activiteit kunt volhouden, deze vermindering op lange termijn leidt tot minder sterfte. Maar zolang je sterfte niet meet, weet je dat natuurlijk niet.

Er is ook onderzoek (Coate & Sun, 2012) verricht met topatleten als onderzoeksgroep, in dit geval medaillewinnaars van de Olympische Spelen. In dit onderzoek is gekeken naar mensen die meerdere keren een medaille hadden gewonnen. Er is daarbij gekeken naar mortaliteit. Daarbij is sprake van een survivalcurve: op twintigjarige leeftijd is iedereen nog in leven, op de leeftijd van honderd jaar is vrijwel iedereen dood.

Als je deze curve vergelijkt met die van de 'gewone bevolking', dan doen deze topsporters het, als het gaat om sterfterisico, beter. Een soortgelijke vergelijking zal ik ook bespreken aan de hand van een ander onderzoek (Teramoto & Bungum, 2010), waarbij is gekeken naar het vermogen tot goed kunnen functioneren van iemand op hogere leeftijd (ook van topatleten). De onderzoekers hebben een review gedaan waarbij ze terug hebben gekeken naar resultaten uit veertien verschillende studies. Wat daaruit naar voren kwam is dat mensen die aan aerobe sport doen (duursport, alle sporten waarbij je zuurstof moet opnemen om energie te produceren) of mensen die doen aan een combinatie van aerobe en anaerobe sport (sporten waarbij je vooral je melkzuursysteem aanspreekt), langer leven.

Als je kijkt naar mensen die alleen anaerobe sporten doen, dan zijn de gegevens conflicterend en vind je niet direct terug dat die langer leven. Maar als je kijkt naar topsporters, dan zie je dat die in zijn algemeenheid langer leven dan de 'gewone' bevolking.

Ik heb net proberen uit te leggen dat je inspanning hebt, oplopend van lichte inspanning tot matig intensieve inspanning. Wanneer het aantal uren per week dat ja aan sport doet wordt afgezet tegen het sterfterisico, zie je in zijn algemeenheid dat de relatie tussen bewegen enerzijds en ongezondheid en ziekte anderzijds vooral op het terrein van ouderdomsdiabetes, heupfracturen, hart- en vaatziekten, beroerte en hartinfarcten, depressie en dementie ligt.

Ik heb het met sporten gehad over de positieve effecten, maar wil het nu ook hebben over de risico's. Er zijn drie dingen die ik wil bespreken: enkelletsel (de meest voorkomende sportblessure in Nederland), *female athlete triad* en plotse hartdood. Wat betreft de sportletselfs, als je eenmaal enkelletsel hebt gehad, dan is de kans dat je binnen een jaar weer enkelletsel oploopt heel groot. Het beste is dus om herhaald letsel, *recurrent ankle injury*, te voorkomen. Maar omdat we nog steeds niet weten hoe we dat moeten doen is dat lastig.

Female athlete triad bestaat uit: een verstoord eetpatroon (anorexia/boulima), het uitblijven van de menstruatie (amenorroe) en bontontkalking (osteoporose). Het is een veelvoorkomend probleem. Bij wat voor type vrouwelijke sporters komt dit veel voor? Risicosporten zijn sporten met een subjectieve beoordeling van de prestatie, sporten waarbij een laag lichaamsgewicht of een jeugdig lichaam een voordeel oplevert en sporten met sexy kleding. Als je kijkt naar de cijfers rondom deze problemen zie je dat er in de algemene populatie bij 0,5 tot 5 procent sprake is van een verstoord eetpatroon, terwijl dat onder sporters een percentage is oplopend van 4 tot 39 procent. Bij de verstoorde menstruatie is dat 2 tot 5 procent tegenover maximaal 66 procent bij sporters. Dan botontkalking. Op een bepaald moment heb je een maximale botdichtheid bereikt, vanaf dat moment neemt de botdichtheid weer af. Dat gaat normaal gesproken met ongeveer 3 procent per jaar. Onder invloed van de leefstijl die hoort bij de *female athlete triad* zie je dat de afname veel ernstiger is. Bij sporters, met name als die zichzelf tijdens de adolescentie als het ware uithongeren, zie je dat de afname van de botdichtheid wel 25 procent per jaar kan zijn. Kan je hier wat aan doen? Ter preventie is uitgebreid informeren van sporters, trainers en ouders over oorzaken en consequenties de eerste stap. De mogelijke behandeling bestaat uit rust, lagere trainingsintensiteit en gewichtstoename.

Dan een ander verschijnsel dat met enige regelmaat voorkomt binnen de sport: plotse hartdood. Is dit een probleem of geen probleem? Ik wil het absoluut niet bagatelliseren, want als het gebeurt is het een enorm probleem, maar het risico waar we over praten is één dode per miljoen sporturen. Als het gaat om hoogintensieve sport dan is het risico hoger, één op 21.000 tot 25.000 sporters per jaar. Als ik de hele dag stil zit, dan is mijn sterfterisico op een bepaald niveau. Wanneer ik ook actief ben, dan is er een verschil in sterfterisico en heb ik overall minder kans op een acute hartdood. Als ik een hardloper ben, dan is mijn overall sterfterisico nog wat lager en heb ik dus nog een kleinere kans op een acute hartdood. Behalve tijdens de kleine periode van het hardlopen, dan is er sprake van een hoger risico vergeleken met helemaal niets doen. Maar in het algemeen is het overall sterfterisico van iemand die actief is vergeleken met een inactieve persoon enorm gereduceerd.

Vervolgens is er een debat gaande over de vraag of je nu iedereen zou moeten screenen. Wat zijn de oorzaken van een plotselinge hartdood? Als jongere onder de 35 jaar is plotselinge hartdood bijna altijd het gevolg van een aangeboren afwijking (waarvan het tijdens een screening maar de vraag is of je die weet te vinden). Bij personen boven de 35 jaar speelt het risico op algemene hart- en vaatziekten een rol. Over de vraag of je iedereen zou moeten screenen wordt verschillend gedacht, daar zit ook een commercieel belang in. Als je al die mensen moet gaan screenen dan levert dat geld op, terwijl de opbrengst naar mijn idee niet de moeite waard is.

We gaan het iets meer hebben over volksgezondheid. Wat betekent breedtesport voor de gezondheid van de populatie, voor de massa? Wat is daar het gezondheidsprobleem? We hebben een enorm snelle toename van leefstijlgerelateerde ziekten. Bewegen hoort bij de factoren die een rol spelen, maar ook roken, alcohol, gezonde voeding en ontspanning horen daartoe. Bewegen, en dan vooral een gebrek hieraan (inactiviteit), is een grote risicofactor. Overgewicht is het probleem waar inactiviteit uit blijkt. Dat probleem laat zich definiëren door de Body Mass Index (BMI), dat is het gewicht in kilogrammen gedeeld door de gekwadrateerde lichaamslengte in meters. Als de uitkomst groter is dan 25, dan is er sprake van overgewicht. Als het groter is dan 30, dan is er sprake van obesitas.

Cijfers geven aan dat het percentage Amerikanen met obesitas en het percentage ouderdomsdiabetici van 1994 tot 2008 alsmaar groter wordt. Obesitas en ouderdomssuikerziekte hangen met elkaar samen, in Amerika is een soort obesitas- en diabetestsunami gaande. Dat is een enorm probleem, waar inactiviteit een belangrijke rol bij speelt. In Nederland denken we allemaal dat het wel mee valt, we fietsen toch veel? Maar ook

in Nederland is er een toename van obesitas- en diabetesgevallen waar te nemen. De dominante factor hierin, naast ongezonde voeding, is dat we allemaal de hele dag zitten. Gaat dat nou in een rechte lijn omhoog of neemt het exponentieel toe?

Uit een onderzoek waarin vier verschillende generaties van zowel mannen als vrouwen steeds tien jaar gevolgd zijn, blijkt dat het BMI van de oudere generatie op eenzelfde leeftijd lager is dan dat van de jongere generatie. Daarnaast is ook te zien dat iedere generatie in de loop van tien jaar dikker wordt. Wat is het meest angstaanjagende van deze situatie? Naarmate de generatie jonger is, neemt de steilte toe. Dus de snelheid van toename van lichaamsgewicht is groter naarmate de mensen jonger zijn. Het tweede probleem is vergrijzing. We worden steeds ouder. In 2025 is een derde van de bevolking in de leeftijd van 18 jaar of ouder minstens 65 jaar oud. De gezondheidsgevolgen van vervetting en de vergrijzing gaan samen en beide zijn responsief op een lichamelijk actieve leefstijl. Het is belangrijk om je daarbij te realiseren dat we in een situatie terechtkomen waarbij de gezondheidskosten jaarlijks met 5,3 procent stijgen, terwijl ons inkomen op de nullijn gehouden wordt.

Als de zorgkosten blijven stijgen maar het inkomen gelijk blijft, dan ontstaat er een onhoudbare situatie. Een ongezonde leefstijl, inclusief niet bewegen, speelt daar een belangrijke rol in, ook in de kosten. We hebben directe (medische) en indirecte kosten. De laatste zijn kosten die samenhangen met arbeidsongeschiktheid en ziekte. Wat is nou de oorzaak? Inactiviteit staat op de vierde plaats van oorzaken van wereldwijde sterfte als gevolg van chronische leefstijlziekten, dat is enorm. Een hoge bloedsuikerspiegel staat op de derde plaats, roken op de tweede, en een hoge bloeddruk op de eerste plaats. We eten te veel en dit zijn de aandoeningen waar het mee samenhangt. Maar je moet je ook realiseren dat het om subtiele verschillen gaat, het gaat om een handje pinda's, een biertje of een croissantje. En je hoeft maar een beetje te bewegen om het eraf te krijgen, maar om de een of andere reden slagen we er niet in om dat voor elkaar te krijgen. Wat ga je daar nu aan doen? En met wie ga je dat dan doen?

Roltrap of gewone trap?

Vijftien mensen op een roltrap en twee personen die de gewone trap nemen, dat vind ik altijd een tekenende situatie. Hebben we hier te maken met abnormaal gedrag in een normale omgeving? Als dat zo is, dan moeten we tegen de mensen zeggen: gedraag je normaal, en dat is de

oplossing. Of hebben we te maken met normaal gedrag in een abnormale omgeving? Dan moet je die omgeving veranderen. U bent allemaal ingesteld op behoud van energie, dat is de reden dat je niet beweegt. Dus de enige manier om in beweging te komen, is te zorgen dat we de omgeving veranderen. De omgeving, breed op te vatten, zorgt er immers voor dat we niet meer bewegen.

David (1998) zegt: 'Exercising today involves immediate sweat and effort, with the benefits being realised in the long term we are therefore less inclined to exercise as much as we should. By contrast, the idea of exercising tomorrow looks very attractive. Hence we intend, quite sincerely, always to exercise tomorrow.' En dit is het probleem. Je kunt dat 'denken over' proberen te veranderen, die attitude. Hoe ik over bewegen denk is bijvoorbeeld: 'Ik wil graag bewegen omdat ik weet dat het goed is voor mijn gezondheid, maar ik doe het niet want ik word er vies en plakkerig van.' De meeste mensen hebben wel een positieve attitude, dus attitudeverandering zal dan niet werken. Dan heb je sociale invloed als determinant van bewegen: 'Ik beweeg omdat Humberto Tan beweegt, dus daar loop ik graag achteraan.' Het gaat hier om *role modelling*. Maar de crux bij wel of niet bewegen zit hem in barrières om te kunnen bewegen in de omgeving. Als ik met de fiets naar mijn werk ga maar ik kan mijn fiets niet stallen en er is geen doucheruimte, dan doe ik het niet. Als ik in mijn lunchpauze wil gaan hardlopen maar er is geen douche, dan doe ik het ook niet.

We hebben hier in Amsterdam een hoop onderzoek gedaan. Daaruit blijkt bijvoorbeeld dat als je kijkt naar vier wijken die qua sociaal-economische status ongeveer hetzelfde zijn, dat de lay-out van een wijk verschil kan maken in de mate van bewegen van de wijkbewoners. Een verhoogde parkeerdruk maakt het mensen onmogelijk om hun auto te parkeren, je ziet dat ze meer bewegen en dat ze een lagere BMI hebben. Het gaat ook over de inrichting van de openbare ruimte. Je gedrag wordt bepaald door de fysieke omgeving, de economische omgeving en de sociaal-culturele omgeving. Daar zit de ingewikkeldheid, want je moet aan heel veel touwtjes trekken om een oplossing voor dit complexe probleem te vinden. Het komt erop neer dat beleidsmakers in de complexiteit van dit probleem de juiste politieke keuzes moeten maken. Het probleem wordt vaak in de gezondheidssfeer getrokken, of misschien in de beweegsfeer, maar uiteindelijk gaat het om het maken van politieke keuzes. En wat maken we nu voor keuze? In de zorg maken we de keuze dat we mensen gaan behandelen, secundaire en tertiaire preventie noemen we dat. Maar je moet natuurlijk voorkomen dat behandeling nodig is, en dat kan alleen maar

door het systeem waarin we met elkaar 'leven' anders in te richten. Daar begint het mee en dat geldt ook ten aanzien van lichaamsbeweging.

We hebben veel wetenschappelijk bewijs, er zijn richtlijnen en rapporten, maar wat is nu het politieke commitment? Dat is nul. En dat is een treurige kwestie, dat heb ik ook wel eens tegen politici gezegd. Maar een politicus is vaak, gechargeerd gesteld, 'iemand zonder geheugen en zonder geweten' en met een politieke levensduur van drie of vier jaar. De parkeerdruk in een wijk vergroten is natuurlijk geen populaire politieke keuze, en ook het veranderen van het financieringssysteem in de gezondheidszorg is ingewikkeld, maar uiteindelijk zal daar wel wat mee gedaan moeten worden. Dit is het probleem, wie is hier nu verantwoordelijk voor? Is het een kwestie van eigen verantwoordelijkheid en zelfregulatie? Als we dit standpunt vasthouden, dan wordt het probleem alleen maar erger, dat is in Amerika zo, en dat is in Nederland ook zo. Ik denk zelf dat we hier een beetje bemoeizorg zouden moeten introduceren, anders zal dit probleem niet op te lossen zijn. Je kunt deze situatie vergelijken met een auto-ongeluk. Wie is er verantwoordelijk? De bestuurder, de producent, het verkeerssysteem, de planoloog of de alcohol retailer? Hier nemen we wel, en vrij directief, maatregelen door middel van wetgeving.

Dit is een mooi voorbeeld van hoe het anders zou kunnen: in Bos en Lommer is een prachtig nieuw sportcentrum, met zwembad, gebouwd. Om dit te kunnen financieren heeft het stadsdeel bedacht om in hetzelfde gebouw een Kentucky Fried Chicken te vestigen. Ik snap het wel, maar ik begrijp het niet. Ik snap dat ze het moeten financieren, maar ik vind het onbegrijpelijk dat je een fastfoodketen in een sportcentrum vestigt. Daar moet anders over worden nagedacht, ook door de politiek. Het laat ook zien dat we hier te maken hebben met een intersectoraal probleem. Het gaat niet alleen om de gezondheidszorg, het gaat om politiek, het gaat om geld en daar moeten we met elkaar anders over gaan nadenken. Het normatieve denken over de inrichting van onze woonomgeving, van onze wijken, moeten we veranderen. We hebben architecten nodig, stedenbouwkundigen, maar ook economen en politici. Tot op zekere hoogte zal zelfregulatie en eigen verantwoordelijkheid helpen, maar ik kan wel alvast stellen dat dit het probleem niet zal oplossen. Wat moet je mensen nu aanbevelen? Dat staat in de folder die ik heb uitgedeeld. Het volledige onderzoek is te bekijken via <http://www.degezondewijk.nl/>.

Wij organiseren in 2014, van 2 tot 5 juli, een groot sportcongres op de campus van de Vrije Universiteit. Hier zullen ca. 3.000 mensen heen komen. Het wordt een prachtig mooi congres, dus ik kan iedereen aanraden hier naartoe te komen.



De vernieuwende kracht van sport

Prof. dr. Peter J. Beek

*(Decaan Faculteit der Bewegingswetenschappen aan de
Vrije Universiteit te Amsterdam)*

**‘Vernieuwing is niet alleen een zaak van
stapsgewijze verbetering, maar ook van een
wezenlijk andere aanpak’**

Hoe veelzijdig onderwerpen als de economische of de gezonde kracht van sport ook zijn, de vernieuwende kracht van sport is volgens mij een onderwerp met een nog ruimer bereik. Vanzelfsprekend vliegt eenieder zo’n onderwerp aan vanuit zijn of haar eigen perspectief. Waar denk je aan? Welke beelden en associaties krijg je erbij? Zo heb ik mijn verhaal ook opgebouwd. Uiteraard verschijnt daarin ook de wetenschap, want dat is mijn achtergrond en passie. Maar daarmee is de vernieuwende kracht van sport niet uitgeput. Het gaat in de eerste plaats om de sporters zelf die dingen op een nieuwe manier aanpakken; daar ga ik het in het eerste deel van mijn verhaal over hebben. Vervolgens maak ik de sprong naar de moderne tijd en dan komen technologie en wetenschap sterker in beeld, al spelen beide van meet af aan een rol.

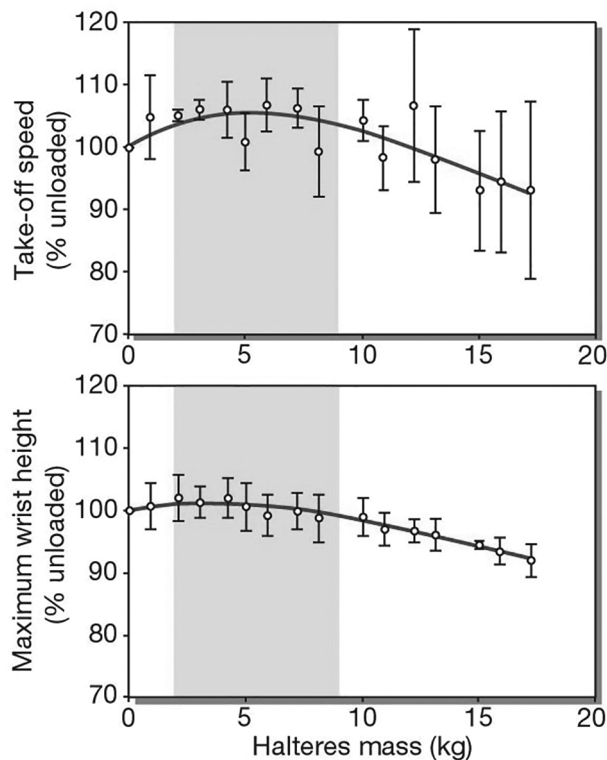
Historie

Als we het over wetenschap hebben, beginnen we bij de Griekse Oudheid. Voor de sport gaan we terug naar het jaar 708 voor Christus, de eeuw van de eerste Olympische Spelen (776 voor Christus). Dankzij archeologische vondsten, zoals stenen voorwerpen met handvatten, weten we het nodige over die tijd. Zo zijn op opgegraven vazen en schalen afbeeldingen te zien van verspringers die de stenen voorwerpen als halters in hun handen houden, waardoor we weten dat deze als hulpmiddel dienden bij het verspringen. Hierover schreef ook de Griekse wijsgeer Aristoteles in een verhandeling over de mechanica van de menselijke beweging. Hij dacht dat je je in de lucht tegen de halters kunt afzetten, waardoor je verder

zou kunnen springen. Wij weten nu dat dit onjuist is, want actie is min reactie. Je kunt je wel tegen een halter afzetten, maar in vrije vlucht win je daar niets mee omdat de kracht die je op de halter uitoefent in tegengestelde richting ook door de halter op jou wordt uitgeoefend.

Maar die Grieken zaten er toch niet helemaal naast? Misschien kunnen halters wel degelijk van pas komen bij het verspringen, zij het om een andere reden dan verondersteld door Aristoteles. Deze mogelijkheid werd onderzocht door onderzoekers uit Engeland: Alberto Minetti en Luca Pardi  . En wat bleek? Je kunt wel degelijk verder springen met extra gewichten in je handen. Dat de oude Grieken dit al hadden ontdekt, is fantastisch en illustratief voor de vernieuwende kracht van sport. In de sport, in elk geval de prestatiesport, gaat het erom jezelf voortdurend te verbeteren en prestaties van anderen te overtreffen. Dit wordt nagestreefd door training en voeding, technische en tactische aanpassingen, en hulpmiddelen, zoals het torsen van extra gewichten in de hand bij het verspringen.

Figuur 1. Het effect van gewichten op de sprongprestatie



Het is interessant om aan de hand van de weergegeven grafieken wat nader in te gaan op de resultaten van Minetti en Pardigó. Op de x-as staat het gewicht van de door hen gebruikte voorwerpen. In het lichtblauwe gedeelte is het gewicht van de opgegraven voorwerpen uit de Griekse Oudheid weergegeven (2 tot 9 kilo). Op de y-as staat in de bovenste grafiek de snelheid waarmee je wegkomt als je de sprong maakt. Die snelheid bepaalt hoe ver je komt. Je ziet dat de voorwerpen met de door de Grieken gebruikte gewichten een licht voordeel opleveren bij het maken van een sprong. Dat leidt natuurlijk meteen tot de vraag waarom dat het geval is. Ten eerste kun je met gewichten in je hand je zwaartepunt naar believen een beetje verleggen. Bij de afzet kun je de gewichten naar voren brengen, zodat je lichaamszwaartepunt een impuls naar voren krijgt. Vlak voor het neerkomen beweeg je de gewichten weer naar achteren, wat ook de gesprongen afstand ten goede komt omdat het lichaam van de verspringer plus de gewichten een parabolisch pad moeten volgen, waardoor het lichaam verder naar voren landt als de gewichten naar achteren worden bewogen. Maar dat blijkt niet het enige te zijn, want het is ook zo dat spieren meer kracht kunnen leveren als zij langzamer samentrekken, hetgeen optreedt als er sprake is van een weerstand. Er zijn dus twee factoren die bijdragen aan het voordeel van verspringen met gewichten in het lichtblauwe gebied. Daarbuiten wegen deze factoren niet op tegen het mechanische en energetische nadeel dat ontstaat door de grotere massatraagheid. Dit voorbeeld toont aan hoe vindingrijk mensen zijn als het gaat om prestatieverbetering en illustreert mijn hoofdstelling dat sport intrinsiek vernieuwend is.

Technische en tactische innovaties

Sport zet ook aan tot denken, het spreekt tot de verbeelding. Dat blijkt uit het volgende voorbeeld. Aan het eind van de negentiende eeuw was er, vooral onder invloed van de Engelsen, veel belangstelling voor paardrijden. Eén van de vragen die de gemoederen destijds bezighield, was de volgende: is er tijdens galop een moment dat alle benen van het paard los van de grond zijn? Daar was veel discussie over en sommige mensen gingen zelfs zo ver er een weddenschap over af te sluiten. In 1872 zette Leland Stanford, de gouverneur van Californië wiens naam voortleeft via Stanford University, 20.000 dollar in op de stelling dat dit inderdaad het geval was. Maar dat moest dan natuurlijk wel objectief bepaald worden.

Eadweard Muybridge, pionier van de (seriële) fotografie, bedacht een ingenieuze oplossing voor dit probleem. Hij stelde 24 camera's langs de renbaan op, op een vaste afstand van elkaar, met een zodanige schakeling dat een langs galopperend paard deze een voor een triggerde. Hierdoor werd een sequentie van

24 foto's verkregen, die met behulp van een ronddraaiende schijf tot een film werden gesmeed. Op een van de foto's was te zien dat het paard met alle vier de benen los was van de grond, waarmee het pleit in het voordeel van Stanford was beslecht. Dit voorbeeld toont aan dat sport aanzet tot vragen en tot technologische vernieuwingen om die vragen te beantwoorden.

Het verhaal gaat nog verder, want dezelfde Muybridge heeft allerlei opnames en analyses gemaakt van bewegende dieren en mensen: lopende mensen, dansende mensen en sportende mensen. Een van zijn foto's betreft een afbeelding van iemand die een hoogtesprong uitvoert. De techniek van het hoogspringen was aanvankelijk nogal gebrekkig, maar heeft zich nadien sterk ontwikkeld. Omdat deze ontwikkeling de vernieuwende kracht van sport duidelijk illustreert, ga ik daar nader op in.

Het lijkt een simpel probleem, er ligt een lat op een zekere hoogte en je wilt daar zo goed mogelijk overheen komen. Maar wat is de beste manier om dat te doen? Die vraag is verre van triviaal. Omstreeks 1910 gebruikte men een techniek die bekend stond als *scissors*, oftewel de schaar. Tijdens het hoogste deel van de vluchtfase maak je met je benen een kantelbeweging over de lat heen. Het is een tamelijk effectieve techniek, waarmee een hoogte van 1,92 meter bereikt werd. Toen was er iemand die zijn hele lichaam boven de lat draaide en er zo overheen ging. Met deze techniek, de *Western roll*, werd een nieuw record gevestigd. Vervolgens bedacht iemand anders dat hij misschien beter met zijn buik over de lat heen kon draaien. Dat noemde men de *straddle*. Uiteindelijk besloot de bekende hoogspringer Dick Fosbury om het voor en tijdens de Olympische Spelen van 1968 totaal anders te doen, namelijk met een aanloop waarbij hij ruggelings over de lat ging. Vanuit mechanisch oogpunt is dat bijzonder interessant, want deze techniek leidt tot een wezenlijk ander traject van het lichaamszwaartepunt. Bij de drie eerstgenoemde technieken gaat het lichaamszwaartepunt over de lat heen. Bij de *Fosbury Flop* is dat niet het geval. Ziedaar de vernieuwende kracht van sport.

Als je nagaat hoe het wereldrecord hoogspringen zich ontwikkelt, zie je de introductie van de genoemde technieken terug in een versnelde toename in gesprongen hoogte. Het meest spectaculair gebeurt dat na de introductie van de Fosbury Flop, waarna het record omhoog schiet naar 2,3 en 2,4 meter en uiteindelijk naar 2,45 meter, gerealiseerd door de Cubaan Sotomayor.

Recent heb ik een interessant boekje gelezen: *Inverting the pyramid* van Jonathan Wilson, een *must read* voor iedereen die van voetbal houdt. Het gaat over hoe de tactiek van voetbal is veranderd sinds het ontstaan van de sport. In de begintijd van het voetbal deed men eigenlijk maar wat. Er was geen sprake van buitenspel en het spel verliep nogal chaotisch, maar wel werden de nodige egards in acht genomen. Het werd dan ook gespeeld door Engelse

gentlemen waarover enkele opmerkelijke wetenswaardigheden bekend zijn. Zo vond men de introductie van de vrije trap, de *free kick*, beneden peil, want gentlemen maakten toch geen bewuste overtredingen. Een andere steen des aanstoots was dat een zeker team op een gegeven moment besloot te gaan trainen. De ware gentlemen waar daar erg op tegen; ze vonden trainen een oneigenlijk middel om beter te worden en te winnen, een vorm van vals spelen. Zo zie je dat de definitie van vals spel aan verandering en vernieuwing onderhevig is. Later zullen we daar nog meer voorbeelden van zien.

In de beginjaren van het voetbal bestond de tactiek eruit om met zo veel mogelijk mensen aan te vallen. In de eerste interland, tussen Schotland en Engeland op 30 november 1872, speelde Engeland met 7 of 8 voorwaartsen in een 1-1-8 of 1-2-7 formatie, en Schotland met 6, in een 2-2-6 formatie. Daarop volgde de orthodoxe 2-3-5 formatie, de zogenoemde piramide, met een betere balans tussen aanval en verdediging. Dit systeem ontwikkelde zich tot het 3-2-2-3 of stopperspilsysteem met een middelste back die de spits van de tegenpartij moest zien af te stoppen. Hieruit kwam vervolgens het 4-2-4 systeem voort, dat zich op zijn beurt ontwikkelde tot het 4-4-2 en 4-3-3 systeem (waar Ajax en het Nederlands elftal mee groot zijn geworden). Deze systemen kennen inmiddels vele varianten.

Misschien ben je geneigd te denken dat de ontwikkeling van het voetbal nu zo'n beetje klaar is. Maar dat lijkt me niet juist. Zo'n complex spel van elf tegen elf blijft voortdurend veranderen en mensen zullen steeds nieuwe variaties blijven zoeken en vinden.

Vindingrijkheid

Een mooi voorbeeld van creativiteit in individuele sporten – ik ben er als jongen van zestien 's nachts voor opgebleven – vinden we in de fameuze bokswedstrijd van Mohammed Ali tegen George Foreman, de 'Rumble in the Jungle'. Foreman werd gevreesd om zijn ontzettend harde klappen en men vreesde dat Ali daar niet tegen zou zijn opgewassen. Maar Ali besepte dat de touwen in de ring, de ropes, vrij elastisch waren en besloot om dat te benutten. Hij dacht: ik ga in die touwen hangen en als Foreman mij weer zo'n beuk geeft, veer ik mee zodat de energie van de klap wordt opgevangen in de touwen in plaats van door mijn lijf. Als Foreman zich dan suf heeft gemept, sla ik toe. Na een ronde of zes, zeven, waarin Ali de nodige klappen kreeg, was hij er slecht aan toe en overwoog hij de handdoek in de ring te gooien. Maar hij vermande zich en sloeg Foreman na een onnavolgbare combinatie van slagen in de achtste rond knock-out. Daar komt de term 'rope-a-dope' vandaan, die in Amerika nog

steeds gebruikt wordt om aan te geven dat het handig kan zijn om te doen alsof je aan de verliezende hand bent om vervolgens keihard terug te slaan.

Ook bij vals spel komt de nodige vindingrijkheid te pas. Theatrale valpartijen in het voetbal zijn sinds de voor Nederland traumatisch verlopen WK-finale in 1974 een bekend verschijnsel. Duitsland kwam toen via een penalty op 1-1 dankzij een vermeende schwalbe van Holzenbein en zou uiteindelijk met 2-1 winnen. Er was later veel te doen over de vraag of het nou een schwalbe was of niet, maar het feit blijft dat schwalbe een Duitse uitvinding is die geassocieerd wordt met dit incident. Een ander voorbeeld is dat van de vijfkampster Onishchenko, een wel zeer vindingrijk fraudeur. Tijdens de Olympische Spelen in 1976 had hij een soort circuit om zijn degen gemaakt met een zoemertje in de handgreep, waardoor hij zelf kon bepalen wanneer hij een punt had gescoord. Op een gegeven moment viel hij door de mand doordat hij wel erg ver van de tegenstander af stond toen hij een punt scoorde. Zijn degen werd hem afgenomen en hij heeft de Spelen onder boegeroep verlaten.

Dan is er natuurlijk nog doping. Ook daarbij is er sprake van een enorme vindingrijkheid in het gebruik, in de bestrijding ervan en in het bestrijden van de bestrijding. Ik ga hier niet over uitwiden, maar volsta met enkele bekende voorbeelden en anekdotes. Het eerste voorbeeld betreft de prestaties van de dameszwemploeg uit de DDR. Die dames wonnen op de Olympische Spelen van 1976 (en ook daarvoor) de ene gouden medaille na de andere, maar spraken voor dames wel met een erg lage stem. Toen de Oost-Duitse coach werd gevraagd naar de achtergrond hiervan antwoordde hij ad rem: 'Ze komen hier niet om te zingen, maar om te zwemmen.' Later is onomstotelijk gebleken dat de zwemsters, evenals vele andere sporters uit de DDR, onder de doping zaten en dat de sportsuccessen van het land in die tijd het resultaat waren van een van overheidswege ingericht dopingprogramma waarin het gebruik van anabole steroïden centraal stond. Het eerste voorbeeld van bloeddoping vond waarschijnlijk in dezelfde tijd plaats. De Finse langeafstandsloper Lasse Viren won zowel op de Olympische Spelen van 1972 als van 1976 de vijf en de tien kilometer, naar zijn zeggen dankzij het dagelijks drinken van een glas rendiermelk. Suggesties van bloeddoping werden lang door hem ontkend, maar uiteindelijk gaf hij in een televisie-interview toe dat deze niet geheel uit de lucht waren gegrepen.

Product- en procesinnovaties

Het is eigen aan sport dat men door verbeelding, creativiteit en innovatie altijd zal proberen om zichzelf en anderen te overtreffen. In het algemeen kunnen twee typen innovatie worden onderscheiden: productinnovaties en procesin-

novaties. Beide zijn ruim op te vatten. Natuurlijk heb je producten als materialen, hulpmiddelen, kleding en instrumenten, maar ook substanties en supplementen die deel uitmaken van de voeding. Als het in Nederland gaat over innovatie, dan denkt men op de eerste plaats aan zulke producten. We willen graag iets verkopen en met dit soort concrete zaken is dat goed te doen. We zijn pas bereid om ergens een euro in te steken als we weten hoeveel euro's ervoor terugkomen. Dat is lastig aan te geven ter legitimering van de topsport, want als je zegt dat je medailles wilt winnen, dan kost dat vooral veel geld. Vandaar dat olympische ambities vaak worden onderbouwd door te verwijzen naar opbrengsten die buiten de topsport zijn gelegen, zoals technologische innovatie of verbetering van de volksgezondheid door een positieve uitstraling op de breedtesport.

Je kunt ook naar de proceskant kijken. Hoe identificeer je talent, hoe ontwikkel en mobiliseer je het? Wat doe je aan techniektraining, hoe spring je om met tactische elementen? Wat deel je met de buitenwereld en wat houdt je binnen (kleed)kamers? Ook aan de proceskant, bij training en begeleiding, valt er erg veel te innoveren en ik meen dat deze innovaties minstens zo bepalend zijn voor de prestatie als productinnovaties. Het voordeel van procesinnovaties is dat deze veelal gemakkelijker geheim kunnen worden gehouden dan productinnovaties, waardoor het voordeel ervan langer kan beklijven. Een product kan (op zeker moment) door iedereen die dat wil gekocht worden.

Als decaan van de Faculteit der Bewegingswetenschappen ontkom ik er natuurlijk niet aan om iets te zeggen over de ontwikkeling van de klapschaats, een mooi voorbeeld van productinnovatie. Dat doe ik niet om chauvinistische redenen, maar omdat het zo'n interessant verhaal is. Er valt veel te leren van de manier waarop de wetenschap in deze episode de schaatssport heeft beïnvloed. Gerrit Jan van Ingen Schenau bestudeerde aan de faculteit musculaire strekketens. Hij had ontdekt dat bij het explosief strekken van gewrichten, bijvoorbeeld als iemand omhoog springt, het heel belangrijk is dat er vermogen van het ene gewricht naar het volgende gewricht wordt overgedragen. Hij veronderstelde dat bij die overdracht van vermogen een speciale rol was weggelegd voor bi-articulare spieren, dat wil zeggen spieren die over twee gewrichten lopen, bijvoorbeeld van een punt boven de knie naar een punt onder de enkel (musculus gastrocnemius). Als een persoon springt, leidt de overdracht van energie van knie naar enkel ertoe dat er een heel sterke plantairflexie (enkelstrekking) mogelijk is. Dankzij deze 'klap na' spring je hoger. Van Ingen Schenau realiseerde zich dat wij bij het schaatsen op klassieke Noren die klap na niet mogen maken, omdat de schaats dan het ijs in gaat. Met een klapschaats zijn we van dat probleem af en kunnen we veel explosiever strekken, dat was in essentie zijn idee.

In 1984 maakten instrumentmakers samen met Van Ingen Schenau de eerste klapschaats en heeft hij octrooi aangevraagd. Dat verzoek werd afgewezen omdat er uit het nieuwheidsonderzoek bleek dat er al een bijna 100 jaar oud Duits octrooi voor een kunstrijschaats met een scharniermechanisme bestond. Omdat het bij Van Ingen Schenau ging om hardrijden en niet om kunstrijden, denk ik dat het octrooi hem ten onrechte is geweigerd, maar het zij zo. Het duurde vervolgens onwaarschijnlijk lang voordat de klapschaats doordrong in de schaatssport. Van Ingen Schenau leunde met de schaats, er waren enkele coaches die naar hem luisterden, waaronder Henk Gemser en anderen, maar desondanks landde de klapschaats niet. De opmars van de klapschaats begon pas in het seizoen '94/'95 in het gewest Zuid-Holland, toen de gewestelijke trainers (waaronder een student bewegingswetenschappen) besloten om samen met de faculteit bij wijze van experiment de juniorensselecties op klapschaatsen te laten rijden. De forse verbetering van hun prestaties trok de aandacht, waarna de dames senioren de klapschaats ook wilden uitproberen. Tonny de Jong is er toen op gaan schaatsen en versloeg in een fameuze strijd Gunda Niemann. Dat was opmerkelijk, want De Jong was een goede schaatsster, maar niet zo goed als Niemann. Toen de vrouwentop begon te rijden op klapschaatsen werd deze aanvankelijk door de mannen afgedaan als 'vrouwenschaats'. Toch gingen ook uiteindelijk de mannen om en er volgde een lawine van wereldrecords op de Olympische Winterspelen in 1998 te Nagano. Gerrit Jan van Ingen Schenau heeft deze triomf van de klapschaats nog net mee kunnen maken; kort daarna is hij op relatief jonge leeftijd overleden.

Als je kijkt naar de wereldrecordtijd op de 1500 meter als functie van kalenderjaar dan zie je dat het wereldrecord in een geleidelijke ontwikkeling alsmaar scherper wordt. Er zijn daarbij drie versnellingen. De eerste versnelling heeft te maken met de introductie van kunstijs in de jaren '60, de tweede met de introductie van het schaatspak in de jaren '70 en de derde met de introductie van de klapschaats. De laatste versnelling is de sterkste en is waar te nemen rond 1998.

Waarom is deze geschiedenis van belang? In de eerste plaats is het essentieel om op te merken dat fundamenteel onderzoek echt nodig is om sportprestaties te verbeteren. Daarmee zeg ik niet dat ervaringskennis onbelangrijk is. De Grieken hadden een verkeerd idee maar kwamen op grond van ervaringskennis tot het juiste inzicht dat je met bepaalde gewichten in je handen verder kunt springen dan zonder. Dat roept vervolgens de wetenschappelijke vraag op waarom dat zo is. De omgekeerde weg is ook mogelijk; je snapt theoretisch hoe het zit en komt op basis daarvan tot een praktische toepassing. Zo is het gegaan met de klapschaats, die gezien kan worden als een product van fundamentele theoretische inzichten in de biomechanica van explosieve strekketens. De klapschaats

had behalve op de topsport een enorme impact op de breedtesport; als je op het ijs om je heen kijkt, dan zie je een groot aantal mensen op klapschaatsen rijden.

Het verhaal van de klapschaats laat ook zien dat de prestatiesport conservatief is, en dat is goed te begrijpen. Als je op een hoog niveau presteert, waar de marges heel smal zijn, dan zullen veranderingen in een staande praktijk er meestal toe leiden dat je slechter presteert, niet beter. Aan de andere kant kan een verandering net het verschil maken in de strijd om de medailles. Het is zaak om in dit spanningsveld de juiste keuzes te maken.

Voorbeelden van procesinnovaties in de sport zijn volop voorhanden, zoals verderop zal blijken als meer recente ontwikkelingen worden besproken. Daarbij valt onder meer te denken aan leer- en feedbackmethoden gericht op verbetering van de techniek en van de visuele waarneming, maar ook aan de optimalisatie van trainingsregimes.

Wetenschap en sport

In de tijd van Van Ingen Schenau was er in Nederland relatief weinig contact tussen wetenschap en sport. Tegenwoordig ontstaan er langzamerhand meer structurele en intensieve vormen van samenwerking. In 2007 is het project InnoSportNL van start gegaan, in eerste instantie voor een periode van vijf jaar. InnoSportNL is een soort makelaarsagentschap dat tot doel heeft sport, bedrijfsleven en wetenschap bij elkaar te brengen en op die manier vernieuwingen te realiseren. Dit heeft tot veel nieuwe materialen, omgevingen en toepassingen geleid. InnoSportNL heeft ook gezorgd voor de komst van een aantal fieldlabs in Nederland, waar sport, wetenschap en bedrijfsleven elkaar ontmoeten. De bekendste hiervan is het InnoSportNL fieldlab De Tongelreep in Eindhoven, waar intensief gemeten wordt met als doel om de training en de wedstrijdprestatie van zwemmers te optimaliseren, maar ook om nieuwe badpakken en andere zwemmateriaal van fabrikanten te testen. Ook voor het schaatsen en de watersport zijn fieldlabs in het leven geroepen.

Er is een NWO-programma sportonderzoek gekomen dat zich richt op belangrijke aspecten van de sport: presenteren, vitaal, meedoen, etc. De nadruk in dat programma ligt, naast het opdoen van nieuwe kennis, op valorisatie en utilisatie van die kennis in de samenleving. Momenteel werken wij aan een Netherlands Institute for Sport Science and Innovation (NISSI). De bedoeling is dat de opbrengsten van InnoSportNL daarin worden meegenomen en dat de wisselwerking met sportwetenschappers in Nederland over verschillende onderwerpen (mentale en fysieke processen, gezondheid, participatie) wordt vormgegeven om aansluiting te vinden bij de topsecto-

ren. Deze topsectoren zijn voortgekomen uit het innovatieplatform van Balkenende, dat ook al de wisselwerking tussen wetenschap, technologie en bedrijvigheid benadrukte.

Het is de moeite waard om de Nederlandse situatie met die in de Angelsaksische wereld te vergelijken, in het bijzonder met Australië. Het Australian Institute of Sport (AIS) in Canberra, dat volledig gericht is op de bevordering van de prestaties van Australische sporters, wordt voor 90 procent door de staat gefinancierd en heeft een jaarbudget van circa 150 miljoen Australische dollars. Ongeveer 10 procent van dit bedrag wordt besteed aan sportwetenschappelijke en sportmedische ondersteuning van de programma's van het AIS. Dat is een constructie die je in Nederland niet zult aantreffen en die er ook niet zal komen. Het verschil is dat in de Angelsaksische landen sportinclusief gedacht wordt, sport hoort erbij en is deel van het nationaal bewustzijn. Dat is in Nederland veel minder het geval. Hier heb je pas kans dat een politicus naar je luistert als je met argumenten komt als 'het is goed voor de gezondheid' of 'het heeft economische meerwaarde'.

Mede daarom, maar ook vanwege de hoge dichtheid van kennisinstellingen en bedrijven in een klein geografisch gebied, is in Nederland gekozen voor een model waarin sport, wetenschap en bedrijfsleven in nauwe wisselwerking met elkaar staan en elkaars doelstellingen steunen. Hoe goed dit model is, moet nog blijken, maar de partijen beginnen elkaar steeds beter te vinden. Zo is de wetenschap zich meer op de sport gaan richten en staat de sport daar ook meer voor open. Hierdoor zijn nieuwe 'instrumenten' ontstaan, zoals Topsport Topics, een kennisoverdrachtcentrum ten behoeve van de prestatiesport, en *embedded scientists*, die coaches, trainers en atleten met raad en daad terzijde staan door het aandragen van wetenschappelijke inzichten en het uitvoeren van metingen, zonder de noodzaak daarover te publiceren. Daarmee is er sprake van een multidisciplinair *team around the team*, waar de sporter vroeger, naast de trainer en/of coach, slechts door een sportarts en eventueel een fysiotherapeut werd begeleid. Daarnaast komen over een steeds bredere linie samenwerkingsprojecten met het bedrijfsleven op gang, met name met het midden- en kleinbedrijf. Zulke projecten kunnen uitmonden in innovaties, die leiden tot betere sportprestaties, nieuwe wetenschappelijke kennis en economische meerwaarde.

Huidige ontwikkelingen

Op basis van het beschreven 'Nederlandse model' zijn er de laatste jaren heel wat nieuwe ontwikkelingen van de grond gekomen. In vogelvlucht laat ik enkele daarvan de revue passeren.

In het zwemonderzoek draait het onder andere om de vraag hoe de voortstuwing het meest efficiënt te realiseren valt. Dat is een erg lastige maar tevens belangrijke vraag aan de oplossing waarvan wetenschappelijk onderzoek veel kan bijdragen. Zo meent men in de praktijk dat men bij de vrije slag het beste een S-beweging met de hand kan maken, maar als je de *lift*- en *drag*-krachten bij zo'n beweging analyseert, blijkt dat niet het geval te zijn. Momenteel wordt getracht met behulp van onderwatercamera's en geavanceerde feedbacksystemen de zwemtechniek, inclusief de duik- en keertechniek, te verbeteren.

Op basis van het biomechanische onderzoek naar het roeien is het zitje zodanig aangepast dat de roeier effectiever met de riemen kan doorhalen. Ook is er een app ontwikkeld voor het geven van feedback om de inpik in het water te optimaliseren, zodat daarbij zo weinig mogelijk vermogen verloren gaat en de voortstuwing efficiënt verloopt. Daarnaast wordt onderzoek gedaan naar de effecten op de voortstuwing van onder andere de coatings van de boot, de positie van het voetenbankje en de bemensing van meermansboten. Ook is er een boot gemaakt die gemakkelijk verplaatsbaar en opvouwbaar is. Het moge duidelijk zijn dat een aantal van deze ontwikkelingen een breder belang dienen dan dat van de topsport alleen. Er zijn tal van innovaties die de breedtesport ten goede komen. De klapschaats is in dat verband al genoemd. Verder valt te denken aan apps die informeren over je energieverbruik bij het bewegen en waarmee je na het invoeren van informatie over wat je hebt gegeven, je input-output-balans kunt opmaken. Een volgende generatie apps is in aantocht, waarbij het naast de kwantiteit en intensiteit ook gaat om de kwaliteit van de inspanning. Je krijgt dan, bijvoorbeeld als jogger, via je telefoon teruggekoppeld hoe vloeiend en symmetrisch je loopt. Ik denk dat dit een goede ontwikkeling is, omdat je door goede informatie terug te koppelen het lopen leuker maakt, wat de motivatie bevordert. Bovendien heeft de huidige generatie mobiele telefoons nog meer mogelijkheden: zo kun je simultaan van elkaars prestatie op de hoogte blijven, zelfs als de een in het Vondelpark aan het joggen is en de ander in Central Park.

Dan wil ik ook nog de ontwikkeling rond het aangepast sporten aanstippen. Zoals de Formule 1 autosport voor alledaagse auto's veel heeft opgeleverd, zou dat ook voor de 'blade runner' (Oscar Pistorius) en de 'blade babe' (Marlou van Rhijn) met betrekking tot alledaagse prothesen kunnen gelden. Ik kwam vroeger wel eens op instrumentenmakerijen waar ook protheses werden gemaakt. Aanvankelijk waren dat ondingen, waar moeilijk mee te bewegen viel. Gezien de ontwikkeling die er op dat vlak heeft plaatsgevonden, denk ik dat het ontwikkelen van *custom made* prothesen voor mensen met een handicap om voluit te sporten grote mogelijkheden in zich bergt.

Een ander interessant onderwerp waarnaar momenteel veel onderzoek wordt gedaan betreft de visuele waarneming tijdens het sporten. Hierbij gaat het onder andere om de vraag welke informatie door experts in een bepaalde sport wordt gebruikt en hoe dit aan te leren valt. Dit onderwerp wordt bestudeerd bij onder andere voetbal, hockey, cricket, volleybal en basketbal. Daarbij worden metingen verricht en trainingen aangeboden, zowel in de sportsituatie zelf als in het laboratorium (onder andere in *virtual reality*-omgevingen).

Een volgend onderwerp betreft de effecten van trainingen op fysiologische processen in het lichaam. Het is gebleken dat elk individu anders op trainingsprikkelers reageert, ten gevolge van verschillen in genotype. Bij het aanbieden van duur- en krachttraining speelt de vraag een rol hoe deze vormen van training, gegeven het genotype van de sporter, het beste gecombineerd kunnen worden.

Een laatste ontwikkeling is de wedstrijdanalyse, waar ik hoge verwachtingen van heb. We kunnen steeds meer en steeds beter in *real time* de handelingen van sporters meten tijdens trainingen en wedstrijden en die vervolgens snel analyseren en terugkoppelen. Dit heeft potentieel een enorme waarde voor de sportpraktijk. De coach kan deze informatie gebruiken voor het maken van strategische keuzes, terwijl de spelers op deze wijze waardevolle feedback kunnen krijgen.

Tot slot

Een belangrijke voorwaarde om tot vernieuwing te komen is een omgeving die dat mogelijk maakt en daartoe uitnodigt. Hier zijn prachtige voorbeelden van, zoals Silicon Valley in Californië en het Science Park Eindhoven, waar mensen met een verschillende achtergrond maar met een open mind voor elkaars expertise, samen aan iets nieuws gingen werken. Een open mind impliceert dat je je eigen oordelen opschort, die van anderen serieus neemt en bij tijd en wijle *out-of-the-box* durft te denken. Daarmee kunnen barrières als de *voice of judgement* (een te snel (voor)oordeel), de *voice of cynicism* ('dat is al zo vaak geprobeerd') en de *voice of fear* (angst voor het onbekende) geslecht worden.

De kracht van topsport

Charles van Commenée

*(Voormalig Technisch Directeur NOC*NSF en Hoofdcoach atletiek van Groot-Brittannië)*

'De geloofwaardigheid van de sport gaat achteruit als er geen fair play is'

Ik neem jullie even mee naar acht jaar geleden, ik was toen al meer dan twintig jaar werkzaam in de topsport. Mijn dagelijkse bezigheid was het zoeken naar een centimeter of een honderdste van een seconde winst. Omdat dat is wat mijn dag altijd dicteerde, was mijn horizon erg smal. Op een gegeven moment, begin 2005, werd ik aangesteld als technisch directeur van NOC*NSF. Een aantal weken later was er een congres van kennisplatform NL-coach waarbij ik zitting moest nemen in het panel. Het thema van die dag was: Toekomstig topsportsucces in Nederland. Ik dacht, dat is voor mij gesneden koek, daar ben ik in thuis. Als je namens NOC*NSF naar zo'n conferentie gaat, dan krijg je altijd een briefing: dit zijn de vragen die je ongeveer kunt verwachten, dit zijn de cijfers, dit is zoals de politiek erover denkt. Kortom, je wordt voorbereid en je schuift aan.

Er werd gestart en ik kreeg de vraag: 'Meneer van Commenée, wat vindt u van de lichamelijke opvoeding op school?' Ik werd verrast omdat het niks met het thema te maken had, stamelde wat en kwam er niet zo goed uit. De volgende vraag ging over sport en commercie. Naast mij zaten deskundige panelleden die steekhoudende antwoorden gaven terwijl ik nog niet rijp was voor allerlei onverwachte wendingen die op zo'n dag op je bordje worden gegooit. De derde vraag ging meen ik over hoe topsport kinderen kan inspireren. Ik voelde me per vraag ongelukkiger worden en was wanhopig op zoek naar een gat waar ik in kon verdwijnen. Het dieptepunt was dat ik na elf uur 's avonds nog een berichtje kreeg van een goede vriend van mij die in de zaal had gezeten, hij vroeg: 'Gaaf het weer een beetje?' Dat was een goede les voor mij, ik dacht: dit gaat mij nooit meer gebeuren.

Dus heb ik in de week erna alles gelezen wat er te lezen viel, het kon zo gek niet zijn, sport en politiek, sport en juridische zaken, topsport, breedtesport, jongeren, bedenk het maar. Of ik nou in Peking zat met politieke

zaken over mensenrechten, Tibet of luchtvervuiling, of als het ging om de betekenis en kracht van breedtesport en topsport, ik had overal wel een antwoord op. Maar het waren vooral wenselijke antwoorden, de *company policy* volgend. Eigenlijk waren het holle frasen, lege woorden.

We maken een sprong in de tijd naar 13 augustus 2012, de laatste dag van de Olympische Spelen in Londen. Ik zat een aantal weken in de *bubble*: trainingskamp, stadion, warming-upterrein, Olympisch dorp, daarbuiten kom je niet. Geen idee wat zich daarbuiten afspeelt. De dagen beginnen meestal om een uur of half zes en meestal lig je tegen enen weer in bed. Je bent alleen maar bezig met je team en aangezien dat uit ongeveer 120 man bestaat, gebeurt er van alles en heb je geen tijd voor zaken die verder in de wereld spelen. Ook heb je geen oog voor het evenement als geheel, ook niet wat er speelt bij andere sporten. Op 13 augustus, de laatste dag van de Olympische Spelen, is er de marathon. Het is de eerste dag dat ik uit mijn *bubble* kom, ik ga met de underground de stad in. Als ik het undergroundstation uit loop, word ik volledig bedolven onder de emoties van de mensen: oprechte blijheid en trots. Mensen zijn samen; oud, jong, zwart, wit, Hindoestaan, Brits, buitenlands. En iedereen is blij. Ik was vroeg en had de tijd om een kop koffie te gaan drinken. Ik zat daar in mijn eentje en dacht: verrek, alles wat ik in voorgaande jaren heb gezegd over wat topsport doet met mensen is nog waar ook. Sport brengt echt mensen samen! Het maakt mensen werkelijk trots en blij. Voorbijgangers spraken me aan, het woord 'pride' viel natuurlijk vaak, en de woorden 'you guys lifted the nation'. Ik ben nog ongeveer wekelijks in Londen en elke keer, elf maanden later nog steeds, hoor ik deze woorden. En nu sta ik jullie hier te vertellen over de kracht van topsport en ik kan jullie verzekeren, wat ik ook zeg, het zijn geen lege woorden meer. Ik meen ze nu.

Wat is topsport?

Als je over de kracht van topsport gaat spreken, dan is de eerste vraag: wat is topsport? Volgens mij is dat een woord dat ernstig aan inflatie onderhevig is. Want of je nu tienduizend dominostenen omgooit of je bent een minister die zeven dagen per week werkt, het wordt al snel topsport genoemd. Vandaag las ik over iemand die van Cuba naar de Verenigde Staten gaat zwemmen, zonder kooi, dus de haaien kunnen er zo bij. Topsport. Allemaal topsport. Het is niet meer onderscheidend. Dus we moeten het een beetje inperken. Wat is dan topsport? Ik kom er niet helemaal uit en dat is niet zo raar want op Wikipedia hebben ze er ook geen oplos-

sing voor. Geen woord over topsport, niets. Van Dale noemt het ‘sport op het hoogste niveau’. Maar dat zou ook ballonvaart of free frisbee kunnen zijn. Van alles. Dus sport op het hoogste niveau zegt niet zo veel.

Wat je er in ieder geval wel over kunt zeggen, en dat zegt Wikipedia ook, is dat we het niet eens zijn over wat sport is. De oudste definitie, uit ongeveer het jaar 1300, zegt: ‘Eigenlijk alles wat lollig en entertainment is, is sport.’ Dat is te weinig onderscheidend, dus ik probeer dat een beetje verder uit te splitsen. Er zijn wel heel veel definities over topsportstatus, topsportregelingen of topsportscholen, maar ik wil wat dieper ingaan op de vraag wat nu echt topsport is.

In Nederland krijg je een zogenaamde topsportstatus als je bij de beste zestien van de wereld hoort bij een sport die binnen een erkend topsportprogramma valt. En je moet het ook nog laten zien op een WK of Olympische Spelen. Een erkend topsportprogramma is een sport waarin bij mannen 55 nationaliteiten vertegenwoordigd zijn op een WK. Voor vrouwen zijn dat 38 nationaliteiten en voor wintersporten 18. Van het aantal landen dat meedoet, moet je dan ook nog bij de beste zestien horen. Daarmee ontstaat een interessant beeld, want een sport als schaatsen valt onder de noemer van topsport, want er doen 41 landen aan mee. Sporten als veldrijden en American football vallen daardoor niet onder de noemer van topsport. Je kunt je voorstellen dat daar wat debat over is. Dus wat is dan wel en wat is geen topsport? Die getallen zijn uiteindelijk ook maar een beetje uit de lucht gegrepen, dus ondanks dat er daardoor wel een aantal sporten afvallen, helpt dat niet echt. Dat is erg treurig, kijk bijvoorbeeld naar turnen. Je bent nationale top in Nederland, misschien zelfs wel nummer 17 in de wereld. Dan moet je elke dag zwaar aan de bak, je hebt af te rekenen met mondiale competitie en bent echt een fantastische sporter, maar je krijgt niet de formele status van topsporter omdat je niet bij de beste zestien van de wereld hoort. En zo zijn er andere sporten, waarbij veel minder oefening is vereist, of veel minder tegenstand is, die dan wel een topsportstatus hebben. Kortom, het is niet eenvoudig, maar in ieder geval blijkt geleverde inspanning dus geen criterium voor topsport, onthoud dat even.

Ingrediënten van topsport

Maar welke ingrediënten zitten er dan wel in? Winnen, het moet gericht zijn op winnen. Zodra het niet gericht is op winnen, dan wordt het al snel breedtesport. Dat winnen het doel moet zijn is niets nieuws, dat was in de Griekse Oudheid ook al zo. Bij de oude klassieke Olympische Spelen 776

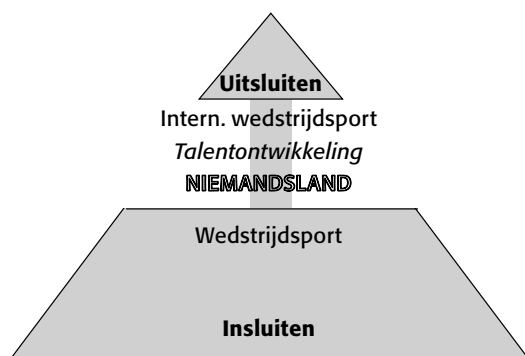
jaar voor Christus ging het al om winnen. En de prijs was hoog als je niet won, want dan mocht je vaak niet meer naar huis. Eind negentiende eeuw kwam er ineens een andere filosofie, meedoen is belangrijker dan winnen, maar dat is achterhaald. Tegenwoordig gaat het weer om het winnen, maar een tweede of derde plaats wordt ook nog beloond.

Het is daarnaast ook nog belangrijk om te winnen op het moment dat het gevraagd wordt, als het belangrijk is. Want als je op dinsdagavond in Son en Breugel wint, dan betekent dat niet veel. Je moet het doen op een wk of op de Olympische Spelen. Want er zijn heel veel mensen die 2,35 meter hoog springen in Son en Breugel op dinsdagavond. Maar als de hele wereld toekijkt en je tien concurrenten naast je hebt staan die hetzelfde nastreven, dan is dat heel andere koek. Bijna iedereen kan het Wilhelmus fluiten onder de douche, maar als je dat moet doen in een vol Concertgebouw waar het helemaal stil is, dan komt er nauwelijks nog geluid uit. Essentieel bij topsport is dat er gepresteerd wordt op het moment suprême. Winnen in de provincie of kampioen worden van Nederland betekent niet veel, het gaat om presteren op mondiaal niveau met voldoende tegenstand. En dan vind ik zelf dat er, als aanvullend criterium, zeker in het licht van de moderne tijd, behoorlijke publieke belangstelling moet zijn. Want in de anonimiteit of voor een publiek van driehonderd man presteren, dat is niet zo moeilijk. Het Internationaal Olympisch Comité (IOC) hanteert dat nu ook als criterium voor welke sporten er wel of niet op het Olympisch programma komen. Sporten die niet genoeg mediabelangstelling trekken, zijn ten dode opgeschreven.

Piramide

Dan is er de fameuze piramide van de sport. In het bovenste deel van de piramide gaat het om winnen, in het onderste deel is meedoen belangrijker. De veronderstelling is dat als de basis breed is, dat je dan veel sporters in de top krijgt. Maar dat is niet zo. Een uitstekend voorbeeld is het Nederlandse tennis. Ruim 600.000 mensen tennissen, maar we hebben al jaren geen toptennissers. Dus de aantallen in het onderste deel van de piramide zeggen niet veel. Omgekeerd, in het voormalige Oost-Duitsland waren er geen massa's aan het sporten terwijl er een ijzersterke top was. Er zijn ook grote verschillen in selecteren. In het onderste deel, de breedtesport, is meer beter. Meer leden, meer gezondheid en meer sociale interactie. Bovenin, in de internationale wedstrijdsport, vallen alleen maar mensen af. Eigenlijk is daar minder beter, want bij de laatste twee zitten is beter dan bij de laatste zestien zitten.

Figuur 1. De piramide van de sport.



Bron: Van Commenée

Er moeten keuzes gemaakt worden in de top van de piramide, dat heeft te maken met risico nemen. Je moet je voorstellen dat je er als jongeling naar streeft om aan topsport te doen. Er zijn maar heel weinig potentiële topsporters succesvol. Velen willen wel, maar er zijn er maar heel weinig die slagen, dus het risico van blessures en van afvallen is groot. De mensen bovenin zijn vaak enorme risiconemers, de mensen beneden in de piramide niet. De competenties zijn ook heel verschillend, niet alleen bij de sporters, ook bij de coaches. Er zijn heel goede jeugdcoaches die ongeschikt zijn voor de top, omdat ze dan harde keuzes moeten maken en dat lukt ze niet. Andersom zijn er ook mensen die bovenin uitstekend functioneren terwijl zij helemaal niet capabel zijn op een lager niveau. Andere vaardigheden zijn nodig.

Dus beneden gaat het om insluiten, boven om uitsluiten. Daartussen zit een 'niemandsland', want wie is nu de eigenaar van talentontwikkeling? Talentontwikkeling vindt eigenlijk plaats in de hele kolom van beneden tot boven. Er is wel een verbinding, maar dat is geen rechte lijn, geen continuüm. Het begint beneden, Robin van Persie en Pieter van den Hoogenband hebben ook beneden bij hun clubje moeten beginnen. Je moet eerst meedoen om te kunnen winnen. Een voorbeeld: iedereen wil bovenin zitten, dat is op een of andere manier sexy, daar is het streven naar. Een sport voelt zich vaak tekortgedaan wanneer het niet is erkend als topsport. Sporters die daar niet komen, voelen zich vaak een beetje inferieur, maar dat is nergens voor nodig. Het is alleen een andere wereld. We hadden een directeur bij NOC*NSF die heel scherp was in wat nou topsport was en wat niet. Hij wilde die lat zo hoog mogelijk leggen. Maar hij

ging op een gegeven moment aan het werk voor een balsport en de week erna was de landelijke competitie in zijn beleving absolute topsport. Het was hetzelfde debat over waar de scheidslijnen van topsport liggen, maar hij bekeek het met een andere pet op. En dat kan omdat het niet duidelijk is, omdat niemand het precies weet. En daarom is het gebied tussen absolute top en de basis dus een soort niemandsland waar niet veel helder is en waar velen het etiket topsport op willen plakken.

Het verschil zit hem dus niet in de inspanning, een denkfout die vaak wordt gemaakt. Je denkt: als er een grote inspanning is geleverd dan is dat topsport. Terwijl je die associatie niet direct hebt bij kleiduiven schieten. Toch zijn er bij kleiduiven schieten vier keer zoveel deelnemende landen als bij bijvoorbeeld schaatsen, een sport waar lichamelijke inspanning wel duidelijk zichtbaar is. Maar het verschil tussen sport en topsport zit hem niet in de toewijding of de geleverde inspanning. Dat zie je ook bij trimclubjes, de buurman zit misschien wel meer uren op de fiets dan die wereldtopper die op het juiste moment anderen verslaat. Geleverde inspanning is dus geen criterium.

Ik ga even naar het bovenste driehoekje, topsport. De marges in de topsport zijn erg smal, vaak minder dan 0,1 procent, en dat betekent dat details belangrijk zijn. Details zijn doorslaggevend in topsport, daarom moet alles perfect zijn. Daarom zijn alle beslissingen die genomen worden, dag in, dag uit, van belang. Want voor je het weet ben je niet meer de eerste die over de finish komt, maar tweede, vierde of achtste. Dan betekenen je niets meer, want de nummer vier of nummer acht krijgen geen *exposure* en verliezen niet zelden hun inkomsten. Het is topsport, het gaat om winnen, de marges zijn smal. Daarom is het belangrijk dat sporters zich dagelijks in een omgeving bevinden waarin ze voorbereid worden om te winnen. Dat gaat niet door ergens in je eentje een jaartje te trainen, daarvoor moet je in een omgeving zijn waarin de beste sporters samenzijn met de beste begeleiders in de beste omstandigheden, in een prestatiecultuur.

High Performance Culture

Ik wil jullie laten zien wat ik met mijn Britse team overeen ben gekomen over hoe zo'n omgeving eruit moet zien. Dat was in het begin best lastig. Je hebt daar ideeën over, dat leg je neer, daar handel je naar en dat lukt dan niet meteen. Dus breng je het hele team, sporters en begeleiding, bij elkaar en dan ga je proberen overeenstemming te vinden over hoe zo'n omgeving eruit moet zien, een 'High Performance Culture'. Een groot

deel van de staf werd vervangen, want velen waren niet goed genoeg om te winnen op het hoogste niveau. Elke keer weer uitsluiten en mensen laten afvallen, en dat is niet leuk. Het is ingrijpend om elke keer weer mensen teleur te moeten stellen, maar dat is haast onvermijdelijk als de beste zijn het ultieme doel is. En dat betekent dus ook dat je als hoofdcoach af en toe conflicten hebt met de communicatieafdeling, want die willen dat jij tijd met de pers doorbrengt. Of wetenschappers willen tijd van je omdat ze iets innovatiefs willen brengen. Die zaken gaan vaak ten koste van de tijd die je aan het team bouwt, en met die smalle marges in gedachten kan dat het verschil zijn tussen succes en falen. Dus je probeert weg te blijven van experiment en afleiding. Zo kan commerciële druk om naar het bekende Holland Heineken Huis te gaan tijdens de Spelen ook in de weg zitten van de prestatie. Dat wordt wel eens verkeerd uitgelegd, en zeker niet door alle sporters begrepen.

Figuur 2. De High Performance Culture van Charles van Commenée

High Performance Culture

- Focussed on winning
- High expectations
- Confrontational
- High degree of accountability
- No excuses
- Resilience
- Can do mentality
- Uncomfortable

Bron: Van Commenée

Omdat de verschillen met de concurrentie zo klein zijn, moeten de verwachtingen elke dag hoog zijn voor iedereen die direct bij de prestatie is betrokken. Als wij maar 99 procent geven, dan is er in Rusland, Amerika of Ethiopië altijd wel iemand die wél 100 procent gecommitteerd is. Zowel sporters als begeleiding moeten 100 procent geven, want als één persoon, bijvoorbeeld een senior figuur binnen het team, te laat komt, is dat gelijk een excuus voor de anderen om de nieuwe norm over te nemen. Als ik, als coach, mijn huiswerk niet heb gedaan of niet genoeg interesse heb, dan hebben de assistent-coaches dat ook niet. Een prestatiecultuur is ook vaak confronterend, want er staat veel op het spel en dan wordt men rücksichtslos. Ik kan me herinneren dat er in 2004 in Athene een atleet was die zijn fysiotherapeut letterlijk bij de strot greep, want hij was

niet fit. Hij gaf de fysiotherapeut de schuld dat die hem niet op tijd fit had gekregen.

Accountability. Zowel verantwoordelijkheid dragen als verantwoording afleggen. Iedereen binnen het team draagt de verantwoording voor zijn eigen acties. Als iemand niet aan zijn functieprofiel of aan de verwachtingen voldoet, of zich niet aan de afspraken houdt, dan is hij daar zelf verantwoordelijk voor. Dat geldt ook voor mij. Dus als we met zijn allen dingen afspreken, in mijn geval was dat een target van acht medailles, en we halen dat niet, dan is er uiteindelijk één verantwoordelijk. En dan moet ik mijn consequenties nemen. Omdat de prestatiecultuur belangrijker moet zijn dan het belang van het individu. In de Klassieke Oudheid was er al sprake van, soms was men niet meer welkom in het thuisland als men niet gewonnen had. Er is geen ruimte voor excuses in een High Performance Culture, simpelweg omdat het niet relevant is en men er niet in geïnteresseerd is. Zolang je de vinger nog wijst naar een ander of naar de omstandigheden, is nog steeds niet het moment aangebroken dat je leert en verbetert.

Optimisme is een vereiste. Dat geldt voor begeleiders maar zeker ook voor de sporter. Je kunt je natuurlijk voorstellen dat als je over 2,40 meter moet springen en je hebt een beetje twijfel, dan gaat dat niet lukken. Optimisme is een morele verplichting, zei filosoof Karl Popper al eens, ook buiten de sport. Een ander kenmerk van een succesvolle prestatiecultuur binnen de topsport is dat het niet comfortabel is. Elke keer maar weer beter moeten zijn dan de concurrentie terwijl de hele wereld meekijkt, die er dan ook nog een keer een, vaak ongenueanceerd, oordeel over geeft. De eisen zijn elke dag hoog en er is geen plaats om te schuilen, je moet ertegen kunnen.

Maatschappelijke relevantie

Er werd mij gevraagd te spreken over de maatschappelijke relevantie van topsport. Stimuleert topsport de sportbeoefening? Het antwoord is in de regel nee. De cijfers van Engeland zijn na de Olympische Spelen van vorig jaar nog niet bekend, maar het lijkt erop, op basis van de eerste informatie, dat dit een van de weinige evenementen is geweest waarbij sportdeelname is toegenomen. Maar ik kan me voorstellen dat dit tijdelijk is. Het is wellicht de uitzondering op de regel, waar nog een paar mooie voorbeelden van zijn. Het winnen van de Olympische volleybaltitel in 1996 in Atlanta is in Nederland gekozen tot sportmoment van de eeuw, maar als je kijkt

naar de ledenaantallen binnen de volleybalbond zie je dat de afname van leden die aan de gang was gewoon is doorgezet. Hetzelfde geldt voor Euro 2000 van de KNVB. Het was een fantastisch toernooi, maar het heeft niets gedaan voor het aantal beoefenaars. En na de medailleregen in het zwemmen tijdens de Olympische Spelen van 2000 in Sydney bleef ledengroei bij de KNZB uit. Ook individuen als Anky van Grunsven of Pieter van den Hoogenband sorteren geen effect.

Figuur 3. De maatschappelijke relevantie van topsport

Sportbeoefening	–
Publieke belangstelling / betrokkenheid	++
Gezondheid	–
Vermaak / plezier	++
Voorbeeldfunctie voor de jeugd	+ / ?
Sociale empowerment / minderheidsgroepen	+ / ?
Politiek middel	+ / –
Economische waarde	+
Ontplooiingsmogelijkheden	+

Bron: Van Commenée

Maar doet topsport dan wel iets voor de publieke belangstelling? Jazeker, heel veel zelfs. Er is blijkbaar behoefte aan topsport, want anders zouden de kranten niet verkocht worden en zou de televisie niet vol zitten met topsport. De televisie zendt geen sport uit, ze zendt topsport uit, want daar is markt voor. De helft van de omvang van het *Algemeen Dagblad* betreft sport. Lezers beoordelen dat en vinden dat dus belangrijk. Er zijn hele volksstammen die verhuizen om een toernooi te zien, die rijden naar Oekraïne om het Nederlands elftal te volgen. Er is belangstelling voor, ze zijn betrokken.

Heeft topsport een effect op de gezondheid? Nee, omdat topsport mensen niet aanzet tot meer bewegen. Vermaak en plezier, dat heeft betekenis voor mensen. Mensen houden van uitmuntendheid. Uitblinken, dat vinden mensen nou eenmaal waardevol. Het gaat niet alleen om input-output, om economisch gewin in het leven. Mensen zijn geïnteresseerd in artistieke prestaties. Omdat mensen dat nu eenmaal mooi vinden, en dat is van belang. Het is entertainment, en voor entertainment is ruimte in de Nederlandse samenleving. Dat is een belangrijke rechtvaardiging van topsport. Entertainment is een belangrijke pijler. Want

wat geven mensen die op hun sterfbed liggen als laatste nog mee aan hun kleinkinderen: heb plezier, geniet van het leven. Ze zeggen niet: zorg dat je carrière goed loopt of dat je het goed doet op de beurs. Dat is uiteindelijk allemaal niet het belangrijkste. Plezier en genieten wel.

Dan de vraag: hebben topsporters een voorbeeldfunctie? Jazeker, maar er staan ook vraagtekens bij. Het is bekend dat jonge mensen ontvankelijk zijn voor voorbeelden, voor andere mensen die ergens goed in zijn. Dat is met name zo in de sport en in de muziek, dus jonge mensen worden vooral geïnspireerd door Justin Bieber en Beyoncé, maar ook door Nadal en Robben. Ze worden dus niet in die mate geïnspireerd door Nelson Mandela, premier Rutte of de Dalai Lama, maar door sport en muziek. Idolen kunnen een enorme invloed hebben. Dat geldt op het gebied van verschijning – dus kleding en haarstijl – en op het gebied van de normen en waarden die ze aanhangen. Wat betreft die waarden, dat is lastig wetenschappelijk aan te tonen, maar in algemene zin is wel aangetoond dat jongen mensen zich willen spiegelen aan traditionele topsportwaarden als doorzetten, uitblinken, zelfvertrouwen of samenwerken. Daar identificeren jonge mensen zich mee en dat is positief.

Maar er is natuurlijk ook de andere zijde van de medaille, de schaduwzijde van topsport in de vorm van doping, (verbaal) geweld en gedragingen. Wat denk je dat het doet als een kind Suárez een hap uit iemands nek ziet nemen? Of als Zidane iemand een kopstoot geeft? Of als Van Bommel in zijn laatste wedstrijd nog twee mensen invalide probeert te schoppen? Of iemand slaat een gat in een ruit nadat hij van het veld is gestuurd? Wat als een speler zijn tegenstanders opwacht in de catacomben om ze in elkaar te slaan? Dat zijn voorbeelden van onwenselijk voorbeeldgedrag die grote impact kunnen hebben. Ik vind dat sporters en coaches daar veel meer verantwoordelijkheid in moeten nemen. Maar wat zie ik, met name in het voetbal? Ik zie een coach die een scheidsrechterscommissie in twijfel trekt en van partijdigheid beschuldigt. Een andere coach uit het betaalde voetbal zingt vol overtuiging mee om op jodenjacht te gaan. Het besef ontbreekt te vaak dat je als topsporter of topcoach een voorbeeldfunctie hebt.

Het is niet zo dat er alleen maar voor verantwoordelijkheid wordt weggelopen. Vorig weekend was ik bijvoorbeeld bij rugby. Daar was de coach van het Nederlands vrouwenrugbyteam acht wedstrijden geschorst omdat hij vermeend een scheldwoord had gebruikt. Bij judo werd om eenzelfde soort reden de licentie van een coach weggenomen. Maar het is jammer dat die sporten niet zo zichtbaar zijn. Wat continu zichtbaar is, zijn de zaken die ik net noemde. Ik heb de sporters met wie ik nauw

samenwerk daar altijd op gewezen. Het is niet waterdicht aantoonbaar en we kunnen het niet helemaal meten, maar die voorbeeldfunctie is er en dat is belangrijk.

Het mogelijke effect van sociale *empowerment* voor minderheidsgroepen is wederom statistisch moeilijk aan te tonen, maar het is, vooral bij aangepaste sporten, wel heel duidelijk zichtbaar. Met name de enorme doorbraak vorig jaar bij de Paralympische Spelen was fantastisch. De manier waarop aangepaste sporters daar zijn gepromoot, als 'super humans', zorgde voor uitverkochte stadions. Waar er daarvoor nog geen tweehonderd man bij een wedstrijd aanwezig waren, waren vorig jaar alle 80.000 plaatsen acht dagen lang uitverkocht. En wat nog veel belangrijker is, is dat de Paralympische sporters daarna net zo'n erkenning hebben gekregen als de Olympisch helden. Er is ook veel meer erkenning en waardering voor mensen met een beperking in de Britse samenleving gekomen sinds de Spelen. Johnny Peacock is Olympisch kampioen op de honderd meter Paralympisch met amputatie en heeft tegenwoordig een even grote status en bekendheid als Mo Farah of Chris Hoy. Ik heb in Londen echt gezien dat een minderheidsgroep kan emanciperen en sociale erkenning kan krijgen.

Sport als politiek middel is natuurlijk bekend van de DDR en Cuba, landen die hun sportsysteem zo ontwikkelden dat het uitblonk, waarna ze aannamen dat ze daarmee uitstraalden hoe glorieus hun maatschappij was. Ook de Olympische Spelen worden vaak gebruikt om een politiek statement te maken. Toen ik Chef de Mission was bij de Olympische Spelen in Peking is mij in de laatste maanden vooraf nauwelijks gevraagd hoe we het prestatief zouden gaan doen. De Nederlandse sport werd in een positie gemanoeuvreerd waarin ik alleen maar moest proberen te rechtvaardigen waarom we überhaupt aan de Spelen zouden deelnemen. Ik heb Erik van Muiswinkel na de Spelen nooit meer een woord horen zeggen over China, maar bij Pauw & Witteman was twee keer per week Tibet, Taiwan, kinderarbeid, gebrekkige vrijheid van meningsuiting een thema. De kern van de Spelen, sport, niet. Dat was niets nieuws, decennialang weten belangengroepen de Spelen te benutten om hun politieke punt te maken.

Dan de economische waarde van sport. Er zijn 120.000 fte werkzaam in de sport en er ging meer dan twee miljard om in de uitzendrechten van de Olympische Spelen in Londen. Sport is van behoorlijke economische betekenis in de Nederlandse samenleving. Er blijft altijd enig debat over wat een topsportevenement doet in economische zin. Er is al gesteld dat het in ieder geval niet meer leden oplevert voor clubs en bonden, maar het zet sport wel op de kaart en levert wel vrijwilligers op. De infrastructuur

verbetert vaak met de organisatie van een evenement. Kijk bijvoorbeeld naar Londen, de Olympische Spelen hebben elf miljard gekost, maar daar zit wel een substantieel deel in van wat de Britten sowieso hadden moeten uitgeven aan infrastructuur en woningen in verpauperd Oost-Londen. In economische zin heeft topsport ook wel promotionele waarde voor de regio, kijk maar naar de filmpjes van de aankomstplaatsen in de Tour de France. Er is zo nu en dan discussie over wat sport de samenleving nou eigenlijk kost. Om even wat perspectief te geven: op de Nederlandse rijksbegroting van 2013 is 0,00054% gereserveerd voor sport. Ongeveer dertig procent daarvan gaat naar topsport, daarin is Nederland overigens niet onderscheidend want dat laatste percentage is vergelijkbaar met veel andere westerse landen. Als je de genoemde betekenis van sport en topsport in beschouwing neemt, is het opmerkelijk hoe klein het bedrag is dat we er met zijn allen voor over hebben en dat daar dan ook nog discussie over ontstaat.

Topsport biedt ook ontplooiingsmogelijkheden. Het kan perspectief geven aan jonge mensen, het geeft ze kansen hun dromen werkelijkheid te laten worden. Topsport heeft levens op de rit gezet, omdat jonge mensen zich hebben leren focussen, leren kiezen, zelfvertrouwen hebben gekregen, discipline hebben geleerd. Niet iedereen slaagt, maar degenen die het proces hebben doorlopen, hebben hun leven verrijkt. Daarnaast biedt het ook nog werk voor mensen, maar daar zit voor mij niet de waarde van topsport. De ontplooiingsmogelijkheden van topsport zitten voor mij in het individu, in wat het kan betekenen voor jonge mensen. Mo Farah won de 5.000 en 10.000 meter bij de Spelen vorig jaar en is nu financieel onafhankelijk voor de rest van zijn leven. Hij heeft moeilijke keuzes moeten maken in zijn leven om dat succes mogelijk te maken. Maar hij heeft ook een tweelingbroer die bepaalde keuzes niet kon maken en daarom, laten we zeggen, een leven zonder enige weelde leeft.

‘We willen werken aan een cultuur van willen presteren en kunnen excelleren, of het nu gaat om sport, muziek, dans, wetenschap of ondernemerschap’ (Rijksoverheid, 2009). Dit is een zin uit een onderwijsnota. In feite staat er dat het de moeite waard is om de omgeving en het onderwijs anders in te richten. Het onderwijs in Nederland wordt met name ingericht voor cognitief begaafden, maar talent kan zich op veel meer, niet-cognitieve vlakken manifesteren. Om ontplooiing van dat talent mogelijk te maken moeten er wel specifieke voorzieningen en ondersteuning voorhanden zijn. Op een cruciale leeftijd staan talenten namelijk op het punt om fundamentele keuzes te maken, die grote invloed hebben op toekomstig werk, zoals vervolgopleiding of het starten van een gezin. Het

is tegelijkertijd een leeftijd waarop men het kan maken of breken in de sport. En dat is niet alleen in de sportwereld zo, dat is ook zo in de kunst- of muziekwereld.

Heeft sport een bindende kracht? Daarop antwoord ik met een volmondig ja. Er zijn niet zo veel zaken meer in onze maatschappij die binden: de kerk is weggefallen, in de politiek is er weinig tot geen binding en wetenschap bindt überhaupt niet. Sport is dus een van de weinige fenomenen die mensen bindt. Mandela heeft dat in 1995 tijdens de World Cup rugby in Zuid-Afrika heel goed benut. Rugby is een witte sport, en we kennen de tegenstelling tussen zwart en wit in dat land. Toch heeft Mandela de zwarte bevolking zo weten te inspireren dat ze het witte team omarmden zodat het een team werd van heel Zuid-Afrika onder het motto 'One team, one nation. The power of sport.' Dat kan alleen in sport.

Nationale trots? Absoluut. Als we weer kijken naar de klassieke tijd, toen al werden sporters gefinancierd door de staat die ze vertegenwoordigden in de arena. Dat zie je nu nog steeds. Toen ik bij de Olympische Spelen in Peking op de tribune zat, kwam Sebastian Coe naast me zitten. Coe is de *chairman* van de Olympische Spelen in Londen, ik werkte toen nog voor Nederland. Hij zei: 'Wij kunnen over vier jaar in Londen perfecte stadions hebben, een geweldig transportsysteem, het weer kan meevallen, het Olympisch dorp mag schitterend zijn, maar als we geen medailles winnen dan worden de Spelen als een mislukking gezien in de ogen van de Britten.' Winnen is voor nationale trots meer van belang dan een vlekkeloze organisatie. Dat betekent dus ook dat je het tegengestelde effect krijgt als te veel sporters er in de voorronden uit gaan.

Maar liefst 83 procent van de Nederlandse bevolking ouder dan zestien jaar geeft aan trots te zijn op Nederland omwille van de sportprestaties. Daarmee is sport aanvoerder van een lijst die gevolgd wordt door wetenschap en technologie, geschiedenis van ons land, kunst en cultuur en meer (SCP, 2004). Er zit ook een keerzijde aan al die positieve effecten waar ik het zojuist over had. Het principe van 'fair play' staat meer dan ooit onder druk. Trefwoorden voor fair play zijn: integriteit, solidariteit, gelijkheid, tolerantie en respect voor elkaar. Daar is dus geen plaats voor doping, fysiek en verbaal geweld en omkoping als gevolg van gokken. Te veel sporters en coaches ontsporen op dit vlak, wellicht omdat ze het nooit goed begrepen hebben. De hele geloofwaardigheid van de sport is in het geding als het principe van fair play ondergraven wordt. Dit kan op termijn het einde van topsport betekenen en daar wil ik voor waarschuwen. Coaches, nota bene rolmodellen, zouden bij een verlies niet op televisie moeten zeggen dat hun team eigenlijk beter was of meer balbezit

had en dus verdiende te winnen, want dat is niet respectvol naar je tegenstander. Ook elke kritiek op de scheidsrechter ondermijnt fair play. Het ondermijnt de geloofwaardigheid en het geeft een ongewenst voorbeeld.

Ik vind het een heel slechte tendens en daarom vind ik dat er op een of andere manier een tegenkracht moet komen. Misschien ga ik daar wel eens een keer vorm aan geven. Ik weet wel dat het van alle tijden is, tweeduizend jaar geleden werd de boel ook al bedonderd en was men ook niet altijd even respectvol, maar nu is het, met alle sociale media, niet meer incidenteel maar midden in je gezicht zeven dagen in de week. Dus elke keer als ik op zondagavond hoofdschuddend naar de tv kijk en bedenk dat ze het weer niet begrepen hebben, dan denk ik altijd aan de ongebruikte kansen en mogelijkheden die topsport biedt *to lift the nation*. De kracht van topsport.

De kracht van sport

Sport inspires our generation

Rapport bij de seminarreeks en masterclasses over
De Kracht van Sport



Inhoudsopgave

Voorwoord 75

Samenvatting 76

Inleiding 78

1. De economische kracht van sport 79

Voorwoord 79

1.1 Inleiding 79

1.2 Methode 79

1.3 Resultaten 80

1.3.1 De economische aspecten van sport 80

1.3.2 Sportuitgaven van de overheid 81

1.3.3 De economische analyse van sportevenementen 82

1.3.4 Sportsponsoring 83

1.3.5 De meerwaarde van sport: mag het wat kosten? 85

1.3.6 Enquête 85

1.4 Vergelijking en analyse 87

1.5 Conclusies 88

1.6 Aanbevelingen 89

2. De maatschappelijke kracht van sport 90

Voorwoord 90

2.1 Methode 90

2.2 Bevindingen 91

2.2.1 Effecten van sport 91

2.2.2 Voorwaarden voor maatschappelijk effect 92

2.2.3 Panacee 93

2.2.4 Meten is moeilijk 94

2.3 Vergelijking en analyse 95

2.4 Conclusies 96

2.5 Aanbevelingen 97

3. De gezonde kracht van sport 98

Voorwoord 98

3.1 Methode 98

3.2 Bevindingen 98

3.3 Vergelijking en analyse 102

3.3.1 Analyse 102

3.3.2	Vergelijking	103
3.4	Conclusies	103
3.5	Aanbevelingen	104
4.	De vernieuwende kracht van sport	106
	Voorwoord	106
4.1	Methode	107
4.2	Bevindingen	107
4.2.1	Productvernieuwingen	107
4.2.2	Procesvernieuwingen	109
4.2.3	Vernieuwing door sport	110
4.2.4	Kennisdeling	112
4.2.5	Tegenargumenten	113
4.3	Vergelijking en analyse	114
4.4	Conclusies	115
4.5	Aanbevelingen	116
5.	De kracht van topsport	117
	Voorwoord	117
5.1	Methode	117
5.2	Bevindingen	118
5.2.1	Wat is topsport?	118
5.2.2	Topsport en overheid	119
5.2.3	Kracht van topsport	119
5.3	Vergelijking en analyse	120
5.4	Conclusies	121
5.5	Aanbevelingen	121
6.	Wat is de kracht van sport?	122
	Literatuurlijst	124
	Bijlage – Onderzoekers	127

Voorwoord

‘Wat is de kracht van sport?’ Dat was de uitdagende, prikkelende vraag die wij in januari 2013 aan 25 studenten hebben voorgelegd.

Het beantwoorden van deze vraag bleek een complexe en soms frustrerende exercitie. Tijdens de zoektocht naar het antwoord moest steeds de balans tussen breedte en diepte van de vraag in de gaten gehouden worden. Daarnaast bleken de studenten soms onzeker over wat zij, als ‘slechts’ studenten, konden bijdragen aan het beantwoorden van deze moeilijke vraag waar vele wetenschappers zich op stuk hebben gebeten.

Naar onze mening is de bijdrage van deze studenten heel groot. Zij hebben een compleet en actueel beeld gegeven van hun perceptie over de kracht van sport. Wij hebben deze groep al die maanden met heel veel plezier begeleid en zijn bijzonder trots op wat de studenten in vijf maanden tijd voor elkaar hebben gekregen. Voor u ligt hun antwoord op de vraag ‘Wat is de kracht van sport?’

Wij wensen u veel leesplezier.

Marije Baart de la Faille-Deutekom

Bert de Reuver

Cees Vervoorn

Vera Dekkers

Samenvatting

Een groep van 25 geselecteerde studenten is op zoek gegaan naar de Kracht van Sport. Zij hebben antwoord gegeven op de hoofdvraag: ‘*Wat is de kracht van sport?*’ Zij werkten met het concept van een *community of learners*; daarbij zijn ze in vijf themagroepen, ieder met een eigen vraag, aan de slag gegaan:

- *Wat is de economische kracht van sport?*
- *Wat is de maatschappelijke kracht van sport?*
- *Wat is de gezonde kracht van sport?*
- *Wat is de vernieuwende kracht van sport?*
- *Wat is de kracht van topsport?*

Parallel aan het leerproces van de studenten vonden er vijf seminars plaats met presentaties van een specialist op ieder van de genoemde deelgebieden. Voor het onderzoek van de studenten vormden de vijf seminars de eerste input. Daarnaast heeft elke subgroep minimaal twaalf interviews afgenomen bij verschillende voor het deelthema relevante stakeholders en heeft elke subgroep een systematische literatuurstudie naar zijn deelthema gedaan.

Uiteindelijk zijn de groepen gekomen tot drie conclusies en twee aanbevelingen per deelthema. Door deze conclusies en aanbevelingen te combineren is antwoord gegeven op de hoofdvraag: ‘*Wat is de kracht van sport?*’

Conclusies ‘*Wat is de kracht van Sport?*’ Aanbevelingen van de deelthema’s

- | | |
|--|---|
| <i>Kracht van sport is niet te kwantificeren</i> | <ul style="list-style-type: none">• Onderzoek maatschappelijke effecten niet alleen kwantitatief maar ook kwalitatief.• Betrek de ‘ervaren meerwaarde’ en de indirecte economische effecten van sport in het waarderen van sport.• Ga kritisch om met economische analyses van sportevenementen en -faciliteiten. |
|--|---|

Kracht van sport is veelomvattender en breder dan gedacht

Conclusies 'Wat is de kracht van Sport?' Aanbevelingen van de deelthema's

Kracht van sport dient door de overheid serieuzer te worden genomen

- Neem als overheid de verantwoordelijkheid voor een gezonde levensstijl terug.
- Creëer een omgeving waarin jonge kinderen positief gestimuleerd worden om met plezier te sporten.
- Maak als (overheids)organisatie meer 'gebruik' van de voorbeeldfunctie van topsport en topsporters.

Kracht van sport kan meer ingezet worden bij de ontwikkeling van het individu en in de maatschappij

- Creëer een omgeving waarin jonge kinderen positief gestimuleerd worden om met plezier te sporten.
- Zorg voor goede begeleiding op zowel sportief als opvoedkundig gebied bij maatschappelijke sportprojecten.
- Maak als (overheids)organisatie meer 'gebruik' van de voorbeeldfunctie van topsport en topsporters.
- Laat topsport en breedtesport elkaar beter ontmoeten.
- Zorg voor goede communicatie tussen vernieuwers en sporters om vernieuwingen te implementeren.
- Besteed meer aandacht aan procesinnovaties en deel deze kennis met betrokken partijen.

Inleiding

Sport heeft iets magisch. Sport kan verbroederen, gezondheid verbeteren, nationale trots vergroten, de economie een push geven, leerprestaties aanjagen, het imago en de reputatie van een land in één keer wereldwijd een *boost* geven. Waar moeten we die geheimzinnige kracht van sport zoeken? Kracht van sport overstijgt het individuele belang, het inspireert, zet aan tot actie. Aan mensen die de kracht van sport van binnenuit kennen, hoef je dat meestal allemaal niet uit te leggen. Kracht van sport lijkt vooral een gevoel, maar is hij ook concreet aanwijsbaar? En hoe leg je die waarde en betekenis uit aan twijfelaars, sceptici en *non-believers*?

Van februari tot en met juni 2013 is een groep van 25 geselecteerde studenten op zoek gegaan naar die Kracht van Sport. Ze waren afkomstig van verschillende opleidingen op HBO- en wo-niveau in het hele land. Ze gingen aan het werk volgens het concept van een *community of learners*. Daarbij werden ze in vijf themagroepen verdeeld, die ieder op weg gingen met een eigen vraag:

- *Wat is de economische kracht van sport?*
- *Wat is de maatschappelijke kracht van sport?*
- *Wat is de gezonde kracht van sport?*
- *Wat is de vernieuwende kracht van sport?*
- *Wat is de kracht van topsport?*

Parallel aan het leerproces van de studenten vonden er vijf seminars plaats met presentaties van een specialist op ieder van de genoemde deelgebieden. Bij de bijeenkomsten waren gemiddeld honderd betrokkenen uit het werkveld aanwezig. Tijdens de levendige seminars was ruimte voor debat en gesprekken. Voor het onderzoek van de studenten vormden de vijf seminars de eerste input. Daarnaast heeft elke subgroep minimaal twaalf interviews afgenomen bij verschillende voor het deelthema relevante stakeholders en heeft elke subgroep een systematische literatuurstudie naar zijn deelthema gedaan.

Het beantwoorden van de centrale vraag ‘Wat is de kracht van sport?’ ging niet zonder slag of stoot. Het was een ware ontdekkingstocht en in vijf maanden tijd is er door de studenten veel werk verzet. Met trots bieden we u het eindresultaat aan van twintig weken intensief zoeken en samenwerken.

Dit rapport maakt voelbaar, maar concretiseert vooral ook, wat de waarde van de kracht van sport kan zijn en waar we die moeten zoeken. We hopen dat de ideeën en suggesties in dit rapport inspiratie en handelingsoriëntatie geven:

‘Don’t sit back and listen... after all, this is about action!’

Studenten en begeleiding ‘Kracht van Sport’

1. De economische kracht van sport

Sport, het mag wat kosten

Corine Koning, Sjors Metz, Tristan Roozenburg, Nicolien Wellen

Voorwoord

Voor u ligt het hoofdstuk met de bevindingen van de projectgroep 'De economische kracht van sport'. Wij hebben ons best gedaan om de economische kracht van sport in beeld te brengen. Dit was geen eenvoudige taak, maar het was leuk om te merken dat de economische kracht van sport voor ons steeds duidelijker werd naarmate wij meer bekend raakten met de materie. Wij hopen deze inzichten in dit hoofdstuk aan u over te kunnen brengen.

1.1 Inleiding

De doelstelling van het onderzoek is om inzicht te krijgen in de economische kracht van sport. Ruud Koning, sporteconoom aan de Rijksuniversiteit Groningen, zei in een interview: 'Sport en economie hebben alles met elkaar te maken. De combinatie sport en economie is veelomvattend.' Het citaat suggereert dat sport en economie veel met elkaar te maken hebben. Maar wat heeft de bevolking ervoor over om te gaan sporten? Zijn mensen bereid om meer te betalen dan ze op dit moment doen? De economische kracht van sport wordt vertaald door de toegevoegde waarde van sport uit te drukken in geld.

Hoofdvraag

Wat is de economische kracht van sport?

Deelvragen

1. Wat zijn de economische aspecten van sport?
2. Hoeveel geeft de overheid uit aan sport?
3. Wat levert een sportevenement in economisch opzicht op?
4. Wat is de meerwaarde van sport?
5. Wat is de toegevoegde waarde van sport voor de Nederlandse bevolking?

1.2 Methode

Om antwoord te kunnen geven op de hoofdvraag is er veel tijd gestoken in het afbakenen van het gebied waar, met betrekking tot dit onderzoek, de economische kracht van sport te vinden is. De meningen, van zowel groepsleden, raadgevers en medestudenten, waren hierover zeer uiteenlopend. Het was dus een tijdrovende maar essentiële taak.

Er bestaat overlap tussen de economische kracht van sport en overige onderwerpen van dit onderzoek. Omdat de andere groepen zich op deze onderwerpen richtten zijn wij op zoek gegaan naar de directe economische kracht van sport.

De interviews met al dan niet sportieve generatiegenoten waren gericht op het afbakenen van het onderwerp en op het achterhalen van waar volgens hen de economische kracht van sport ligt. Bij het literatuuronderzoek hebben wij gebruikgemaakt van de literatuur, met name het rapport van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS), dat werd aangeboden voor het seminar van Paul Schnabel over de economische kracht van sport. Daarnaast zijn wij op zoek gegaan naar wetenschappelijke artikelen die de link leggen tussen sport en economie. De (Nederlandse en Engelse) zoektermen die wij gebruikt hebben zijn: sport en economie, sport en financiën en de economische impact van sport.

Wij waren erg blij met de handvatten die ons geboden werden in het ingelaste gastcollege van senior onderzoeker sport en economie Michiel de Nooij. Dit leverde ons een waardevolle verdieping van het literatuuronderzoek op en bracht ons tot ons uiteindelijke speerpunt: de economische meerwaarde van sport.

We hebben de meerwaarde van sport onderzocht door het afnemen van een enquête. Deze enquête is door 79 personen ingevuld. De statistische gegevens van deze steekproef zien er als volgt uit:

– Populatie (beroepsbevolking):	7.400.000 personen
– Steekproefgrootte:	79 personen
– Steekproefmarge (foutenmarge):	9,3%
– Betrouwbaarheid:	90%

Helaas is het onderzoek met deze cijfers statistisch niet voldoende onderbouwd. Voor een betrouwbaar en nauwkeurig onderzoek is het gebruikelijk om een foutenmarge van 5% en een betrouwbaarheid van 95% te hanteren. Dat zou inhouden dat er onder deze populatie een steekproef gehouden moet worden bij 384 personen. Dit betekent dat onze resultaten niet op zichzelf staan maar gezien moeten worden als een aanzet tot vervolgonderzoek door de overheid.

Om er zeker van te zijn dat ons onderzoek klopt en om een inschatting te maken van de volledigheid ervan, heeft er een gesprek plaatsgevonden waarin feedback is gegeven door Michiel de Nooij (senior onderzoeker sport en economie bij de Hogeschool van Amsterdam) en Paul de Vries (econoom bij de Vrije Universiteit, gespecialiseerd in de collectieve sector, overheidsfinanciën en (de)centralisatie).

1.3 Resultaten

1.3.1 De economische aspecten van sport

Als we spreken over de economische aspecten van sport, dan gaat het om het consumeren van sport. Dat kan plaatsvinden in de vorm van sportparticipatie, door het

aanschaffen van sportschoenen, sportkleding of sportattributen, maar ook door sportinteresse. Sport is entertainment, men kijkt er graag naar, koopt kaartjes voor sportevenementen en koopt sportgerelateerde tijdschriften. In 2006 zijn deze aspecten samen goed voor 2,4 miljard euro aan uitgaven (CBS, 2012).

De hoeveelheid geld die men uitgeeft aan sport wordt beïnvloed door zowel geslacht als inkomen en opleidingsniveau van de consument. Uit onderzoek is gebleken dat mannen gemiddeld tussen de 100 en 119 euro per jaar meer uitgeven aan sport dan vrouwen. Daarnaast blijkt dat mensen met een hoger opleidingsniveau per jaar rond de 35 euro meer uitgeven aan sport dan mensen met een lager opleidingsniveau (Rapún-Gárate, 2005).

Sport kost tijd en tijd is geld. Een duidelijk idee, dat vaak zijdelings wordt genoemd in literatuur over sport en economie, is dat sporten een tijdrovende activiteit is, en tijd is geld. Dit is een van de investeringen in sport (Taks, Renson & Vanreusel, 1994).

1.3.2 Sportuitgaven van de overheid

De afgelopen veertig jaar heeft sportparticipatie in Nederland een enorme groei door gemaakt. Daarmee is de sporteconomie een plek in gaan nemen in de Nederlandse economie. In 2006 waren de sportuitgaven in Nederland in totaal 11 miljard euro. Dat is ongeveer 1,3 % van de totale bestedingen in de economie. Deze bestedingen worden voornamelijk gedaan door huishoudens, deze besteedden in totaal 6,8 miljard euro per jaar aan sport. De overheid besteedde 2,6 miljard euro aan sport, de overige 1,6 miljard werd gegenereerd door export (CBS, 2012).

De Nederlandse overheidsuitgaven aan sport komen voornamelijk vanuit de lokale overheden. In 2006 droegen gemeenten negen keer meer bij aan sport dan de nationale overheid. Van deze bijdrage was 785 miljoen euro besteed aan sportaccommodaties en 232 miljoen aan sportondersteuning en -stimulering. Sportuitgaven die door huishoudens worden gedaan zijn bedoeld om zelf te kunnen sporten of uit belangstelling voor sport. De uitgaven in sporthoreca worden meegerekend in de totale sportuitgaven, de sporthoreca is goed voor 9 % van de totale bestedingen aan horeca in Nederland (CBS, 2012).

Omdat er vaak te veel informatie ontbreekt over de mogelijke gevolgen van een investering in sport blijkt het beslissen over overheidsuitgaven aan sport een moeilijke taak te zijn. Het gaat om complexe beslissingen waarbij een berekening van een mogelijke verandering in het bruto nationaal product (bnp) of van de economische impact weinig verhelderend zal zijn. Vooral omdat deze een incompleet beeld geven van de gevolgen van overheidsinvesteringen in sport (Hone & Silvers, 2006). Dit wordt later in dit hoofdstuk toegelicht.

Vergeleken met andere markten is er zeer weinig bekend over het reilen en zeilen in de sporteconomie. Daarom moet men zeer zorgvuldig omgaan met de informatie die er wel is en moet deze informatie constant getest worden op betrouwbaarheid en

nauwkeurigheid. Omdat informatie op dit vlak hard nodig is voor het verantwoorden van uitgaven in de sport is vervolgonderzoek nodig.

Een voorbeeld voor vervolgonderzoek met betrekking tot obesitas is het volgende. Obesitas is een groeiend probleem in veel ontwikkelde landen. Het zorgt voor vroegtijdig sterven en kost de zorg veel geld. Maar wat maakt dat het terugdringen van obesitas een waardig doel is voor publieke instanties? De link tussen het financieren van sport en individuele gezondheid en uitgaven aan zorg is indirect. Andere manieren om mensen in beweging te krijgen zijn vaak aantrekkelijkere beleidsalternatieven. Er is onderzoek nodig om de link tussen het financieren van sport, individuele gezondheid en uitgaven aan zorg te bevestigen en sport op deze manier op de beleidsagenda te krijgen (Hone & Silvers, 2006).

1.3.3 De economische analyse van sportevenementen

In 2012 vond in Limburg het wk wielrennen plaats. Volgens onderzoek van het Mulier Instituut (2013) was dit evenement goed voor een economische impact van 29 miljoen euro. Dit bedrag geldt als bovengrens van de economische impact omdat de zogeheten verdringingseffecten, toeristen of inwoners die de regio door het evenement juist ontweken, niet zijn meegerekend. Daarnaast kwam uit het rapport naar voren dat de lokale bevolking zeer goed te spreken was over het evenement. De inwoners van de regio gaven het evenement gemiddeld het rapportcijfer 7 en bezoekers gaven het een 7,8. Ook bleek het draagvlak voor het evenement erg groot: twee derde van de inwoners gaf aan trots te zijn dat het wk plaatsvond in hun woonplaats en vonden het evenement een aanwinst voor de regio. Zeventig procent van de inwoners gaf aan waarde te hechten aan de positieve effecten van het evenement (Mulier Instituut, 2013). Deze impact is niet in geld uit te drukken.

Het organiseren van een groot sportevenement, zoals de Olympische Spelen, werd tot de jaren tachtig van de vorige eeuw gezien als een administratieve en economische last voor het gastland en voor de organiserende stad. Dit werd onderschreven door de enorme economische verliezen van de Olympische Zomerspelen van 1972 in München en van 1976 in Montreal. Tijdens de Zomerspelen van 1984 in Los Angeles kwam hier verandering in. Er werd 215 miljoen dollar winst gemaakt. Dit bracht een verandering teweeg in de manier waarop steden en overheden kijken naar het organiseren van grote sportevenementen (Gratton, Dobson & Shibli, 2000). Opvallender is nog dat het de manier veranderde waarop men omging met het berekenen en waarderen van de economische impact van grote sportevenementen.

Bij het uitvoeren van onderzoek naar de economische impact van sportevenementen, maar ook bij soortgelijk onderzoek over de economische impact van sportfaciliteiten in steden, worden de additionele uitgaven die het evenement of de faciliteit teweegbrengt onderzocht. Daarbij wordt er soms ook gekeken naar eventuele groei in het bnp. Er is echter veel kritiek op deze aanpak. Ten eerste berekent deze aanpak alleen

de additionele uitgaven, waarbij de verdringingseffecten vrijwel altijd buiten beschouwing worden gelaten waardoor dit soort onderzoek tot positieve resultaten zal leiden. Daardoor wordt de economische impact van grote evenementen regelmatig overschat. Bovendien wordt de economische situatie na een groot sportevenement bij dergelijk onderzoek vergeleken met de situatie van voor het evenement, maar dat is geen goed uitgangspunt. De productiepatronen in een gebied kunnen door het evenement dusdanig veranderen dat er geen vergelijking te maken valt. Daarnaast is het zo dat het merendeel van deze onderzoeken voorspellend van aard is en dat er maar zelden ook retrospectief onderzoek wordt gedaan om te zien of het voorspellende onderzoek correct was (Swinnen & Vandermoortele, 2008). Het concept economische impact is troebel, ook omdat het vaak onduidelijk is wat wel en wat niet onder de noemer van economische impact valt.

Studies die de economische impact van evenementen berekenen zijn over het algemeen gericht op het verantwoorden of ontmoedigen van overheidsuitgaven aan sportevenementen. Een alternatief voor de economische impactanalyse van een groot sportevenement is de kosten-batenanalyse. Hierbij worden meerdere factoren in overweging genomen en wordt er onderzocht bij wie de kosten en bij wie de baten uiteindelijk terechtkomen (Késenne, 2005). Késenne onderzocht het verschil tussen de economische impactanalyse en de kosten-batenanalyse en laat zien dat het mogelijk is dat bij eenzelfde evenement de economische impactanalyse een positief getal oplevert terwijl er bij de kosten-batenanalyse sprake is van een negatieve uitkomst. Het verlies is dan voor de overheid en de belastingbetaler, want vaak valt er voor de organisatie, de sportbond en de media wel winst te behalen. Késenne geeft ook aan dat wanneer er enkel winst valt te behalen op dit soort sportevenementen, dit ook mogelijk is zonder belastinggeld. De private sector zou de kosten kunnen opbrengen, en daarnaast een winst kunnen behalen. Betekent dit dan dat het organiseren van grote sportevenementen, gezien de cijfers, wordt afgeraden? Nee, geen enkel artikel in de geraadpleegde literatuur komt tot deze conclusie. De genoemde analyses hebben wel een zeer beperkte voorspellende waarde. Vooral langetermijneffecten als toerisme, stijging in sportparticipatie, gezondheid en arbeidsproductiviteit, zijn zeer moeilijk te meten en worden over het algemeen buiten beschouwing gelaten (Késenne, 2005). Uit grote sportevenementen kan ook winst worden behaald die niet in geld uit te drukken is, denk daarbij aan groeiend zelfvertrouwen en trots bij het volk van het gastland zoals in Zuid-Afrika na het organiseren van het WK voetbal in 2010 (Swinnen & Vandermoortele, 2008).

1.3.4 Sportsponsoring

Bedrijven steken geld in sportevenementen omdat in ieder geval hun onderbuikgevoel vertelt dat er een belang is om een dergelijke investering te doen. De bedrijven streven naar een zo hoog mogelijke *return on investment* (ROI), maar of er dankzij

de investering daadwerkelijk meer omzet wordt gedraaid is met cijfers moeilijk hard te maken. Boesmans trok met zijn sportmarketingbureau MIsportscompany enkele maanden uit om de ROI van uitzendorganisatie Randstad omtrent de Olympische Spelen in Londen in 2012 zo nauwkeurig mogelijk in beeld te brengen. Uit dit onderzoek blijkt dat de keuze en invulling van sportsponsoring van Randstad positief was. Het leverde meer op dan het heeft gekost.

Bij bedrijven die sport sponsoren wordt onderscheid gemaakt tussen fabrikanten (zoals Unilever) en dienstverleners (zoals Randstad). In beide gevallen wordt er gekeken naar sport als middel om de verkoop te doen stijgen. Bij de dienstverlenende business to business-markt is sportsponsoring een middel om relaties op te bouwen, te onderhouden en te bevestigen. Door producerende fabrikanten wordt sportsponsoring vooral ingezet om een imago te creëren en op te bouwen gedurende de eerste fasen van de productlevenscyclus.

Wat maakt dat sport zo geschikt is als platform voor relatiemarketing? Boesmans zegt hier het volgende over: 'Het unieke, onvoorspelbare karakter van sport is hetgeen sport krachtig maakt. Waar sportactiviteiten worden georganiseerd hangt altijd een sfeer die per persoon op zijn manier wordt ervaren. Er komen al gauw emoties bij jezelf en metgezellen los die de inter-persoonlijke relatie bekrachtigen; samen delen jullie een verhaal, je leert elkaar als persoon kennen.'

In een kleinere setting, zoals bij deelname aan de Dam tot Damloop, wordt er weinig tot geen impact waargenomen in de houding van minder sportgeïnteresseerde werknemers. Maar omdat de ervaring zowel impact heeft op de sportgeïnteresseerde als op de minder geïnteresseerde werknemer kunnen sporttoernooien uitstekend worden omgebogen tot een platform voor relatiemarketing. Door de grote media-aandacht zijn grote toernooien goed te combineren met promotie van producten door de fabrikant.

De kenmerken die bepalen of sportsponsoring een succes is, zijn terug te brengen tot de kern van tabel 1.1.

Tabel 1.1. Succes sportsponsoring

<i>Dienstverlener</i>	<i>Fabrikant</i>
Ambiance (sfeer) dient gedurende de sportactiviteit positief te zijn, er moet zichtbaar energie in worden gestopt om die sfeer naast de sportactiviteiten vast te houden.	De relatie tussen de sportactiviteit en het merk waar de fabrikant voor staat moet erkend worden, het zal het huidige beeld dat de consument heeft van betreffend merk moeten bekrachtigen en absoluut niet tegenspreken.

Tabel 1.1. Succes sportssponsoring

Zorg dat er een betekenisvol traject wordt ontwikkeld en uitgevoerd.	Type propositie; zorg in je marketingboodschap dat de consument op de hoogte is van je sponsoring, maar vooral herhaaldelijk wordt geprikkeld met je product.
Vrijwillig deelnemen, niet verplichten.	Kruisrelaties aanbrengen, daardoor krijgt de consument nog meer prikkels van het product.

1.3.5 De meerwaarde van sport: mag het wat kosten?

De belangrijkste drijfveer van Nederland om sport te beoefenen is plezier. Sporten doen we omdat we het leuk vinden (CBS, 2012). In onderzoek naar de kosten en baten van sport is het moeilijk om de waarde dat het plezier in sporten ons geeft uit te drukken in geld. 'Het deel van plezier dat tegenover de prijs staat wordt wel meegenomen maar het plezier dat groter is dan de prijs die betaald wordt voor sport, wordt niet meegenomen' (De Nooij, 2013). De Nooij heeft het dan over het consumentensurplus, het verschil tussen de waarde die de gebruiker hecht aan een consumptiegoed en de prijs die er werkelijk voor betaald is.

Eenzelfde soort redenering is toe te passen op het organiseren van een groot sportevenement als de Olympische Spelen. Atkinson e.a. deden in 2008 in het Verenigd Koninkrijk onderzoek naar de betalingsbereidheid van de Britten voor het organiseren van de Olympische Spelen. In Londen, Manchester en Glasgow bleken de inwoners bereid om voor een periode van tien jaar respectievelijk 22, 12 en 11 pond per jaar te betalen voor het organiseren van de Olympische Spelen. Naar aanleiding hiervan werd geconcludeerd dat een dergelijk onderzoek naar de betalingsbereidheid een meer realistisch beeld geeft van de waarde van een evenement, omdat het de mogelijkheid biedt om geluk en plezier een prijskaartje te geven (Atkinson e.a., 2008).

1.3.6 Enquête

Naar aanleiding van deze bevindingen hebben we een enquête opgesteld die bij de respondenten toetst of ze bereid zijn meer te betalen voor het beoefenen van sport en/of voor het kijken naar sport. De Vries over de enquête: 'Je bepaalt in feite de vraagfunctie, wat eruit komt geeft aan wat de waarde is van sport voor de sportbeoefenaar zelf. De contributies bij sportverenigingen zijn vaak lager dan de kostprijzen, dus zal jullie methode uitwijzen dat mensen waarschijnlijk bereid zijn om veel meer te betalen dan ze nu vaak doen. Dat zijn op zich belangrijke gegevens voor een stad, niet omdat het negatief of positief is maar omdat het wat meer inzicht geeft in het economische belang van sport, want dat is er natuurlijk wel degelijk. Alleen moet je

goed beseffen dat het gaat om zelf actief sport beoefenen en daar voordelen uit halen in termen van plezier, gezondheid, arbeidsproductiviteit, levensvreugde enzovoorts. Dat zijn allemaal baten van sport. Maar jullie bepalen op die manier gewoon de economische waarde van sport voor de sportbeoefenaar zelf. Mensen zijn bereid om daar grif geld voor neer te leggen, omdat ze er zo veel genot en zo veel positieve effecten aan ontlennen.'

Algemene informatie

Meer dan de helft (55%) van de geënquêteerden is man, het overige deel is vrouw. Het overgrote deel van de respondenten komt uit de leeftijdscategorie 21-25 jaar (49%) gevolgd door de leeftijdscategorie jonger dan 20 jaar (24%). De overige categorieën zijn met 4 tot 8% vrij gelijk verdeeld. Mede dankzij deze verdeling in leeftijdscategorieën heeft het grootste deel van de mensen (76%) een jaarinkomen van minder dan € 28.000,-, 17% van de respondenten heeft een middeninkomen (€ 28.000,- – € 67.000,-) en 7% heeft een hoog inkomen (hoger dan € 67.000,-).

Sportdeelname

Een groot deel van de geënquêteerden sport actief. Slechts 17% zegt niet actief te sporten en maar 4% vindt sport niet belangrijk. Ruim een kwart van de respondenten (27%) vindt dat sport een essentieel onderdeel van zijn of haar leven is. Opvallend is dat 29% aangeeft meer dan drie keer per week te sporten, het grootste deel hiervan sport vier of vijf keer per week. Slechts 14% sport maar eens per week. Het grootste deel van deze sportactiviteiten vindt plaats in teamverband, daarnaast wordt er veel aan fitness en duursport gedaan. Van de groep die andere sporten beoefent, geeft meer dan de helft aan dat zij zwemmen.

Sportuitgaven

Uit de enquête komt naar voren dat driekwart van de ondervraagden maandelijks tussen € 0,- en € 25,- uitgeeft aan sportartikelen als sportkleding of sportschoenen. Van het overige kwart geven de meeste mensen tussen € 25,- en € 50,- per maand uit. Gekeken naar het bedrag dat wordt uitgegeven aan sportdeelname (contributie en dergelijke), dan worden de uitgaven hoger. De helft van de respondenten geeft € 0,- tot € 25,- per maand uit, 30% geeft € 25,- tot € 50,- uit, 11% tussen € 50,- en € 75,- en het overige deel varieert tussen € 75,- en € 125,- per maand.

Toegevoegde waarde

Omdat we willen achterhalen wat de toegevoegde waarde van sport in economische zin is, rest nu de vraag wat iemand bereid is om meer te betalen voor de sport die wordt beoefend. Wat opvalt aan de antwoorden op deze vraag is dat bijna de helft van

de respondenten (48%) aangeeft bereid te zijn om, afhankelijk van het bedrag, meer te betalen voor het sporten. Daarnaast zegt 5% van de respondenten bereid te zijn om meer te betalen voor het sporten, wat het dan ook mag kosten. Op de vraag hoeveel men dan bereid is meer te betalen voor sportdeelname is het overgrote deel bereid tot € 30,- per maand extra te betalen, 17% is bereid om meer dan € 30,- extra te betalen om te sporten.

Betalen voor het kijken van sport

Uit het onderzoek blijkt dat 55% van de respondenten wel eens betaalt om sport te kijken. Het grootste deel van deze groep gaat één tot vijf keer per jaar naar een sportwedstrijd waar entree voor betaald moet worden. Wat opvalt, is dat 8% van de geënquêteerden meer dan twintig keer per jaar betaalt om sport te kijken. Uit de enquête blijkt dat 53% tussen € 0,- en € 50,- per jaar uitgeeft aan het bezoeken van sportwedstrijden. De grootste hierop volgende groep (18%) betaalt € 100,- tot € 150,- per jaar aan het bezoeken van sportwedstrijden, 8% van de groep geeft aan meer dan € 300,- per jaar te spenderen aan het bezoeken van sportwedstrijden.

Meerwaarde

Wat zijn de geënquêteerden bereid om meer te betalen voor het bezoeken van deze sportwedstrijden? Uit het onderzoek blijkt dat het grootste deel (53%) bereid is om tot € 20,- per jaar meer te betalen om sport te kijken. Daarnaast is zelfs 21% van de respondenten bereid om € 100,- of meer per jaar extra te betalen voor het bekijken van sportwedstrijden.

1.4 Vergelijking en analyse

De vergelijking tussen de enquêteresultaten en de resultaten uit de interviews en het literatuuronderzoek is voornamelijk gericht op de toegevoegde waarden van sport op economisch gebied. Wat is men bereid om meer uit te geven aan sport? Uit de enquête blijkt dat mensen wel degelijk bereid zijn meer te betalen voor de sport die zij beoefenen. Het maximumbedrag dat extra zou worden uitgegeven ligt rond € 30,- per maand. Naast sportbeoefening is er ook gevraagd naar de passieve sportconsumptie. Bijna driekwart van de mensen is bereid meer uit te geven aan het kijken naar sport. De bedragen vallen hierbij iets hoger uit dan bij het beoefenen van sport.

De analyse van sportevenementen is een onderwerp dat zowel in de literatuur als in de interviews wordt bekritiseerd. Bij een economische impactanalyse is niet vast te stellen welke kosten en/of opbrengsten er wel of niet bij gerekend mogen worden. En eigenlijk ligt er een diepere gedachte aan ten grondslag: waarom wil men sportevenementen per se in geld uitdrukken? In het interview met De Nooij kwam een mooi voorbeeld ter sprake, namelijk de Elfstedentocht. Wat betreft de Elfstedentocht zal geen discussie ontstaan over de kosten en baten van het evenement. Wanneer de

weersomstandigheden het toelaten wordt het georganiseerd. En waarom? Omdat men dat leuk vindt. Waarom kan dat niet bij andere evenementen?

De keuze om een enquête af te nemen in plaats van een extra interview heeft op een positieve manier bijgedragen aan dit onderzoek. Het heeft eraan bijgedragen een beeld te vormen van de toegevoegde waarde van sport volgens de Nederlandse bevolking. Het was interessant geweest om de gegevens uit de literatuur te toetsen. Zo bleek uit de literatuurstudie dat er een relatie bestaat tussen het geslacht en het opleidingsniveau en de uitgaven aan sport van een persoon. Met de enquête had deze uitspraak getoetst kunnen worden, maar vanwege tijdgebrek is dat niet gebeurd.

1.5 Conclusies

Hieronder zijn de drie voornaamste conclusies weergegeven, die antwoord geven op de hoofdvraag ‘Wat is de economische kracht van sport?’

Voor sportconsumenten is sport meer waard dan de kostprijs

Veel van de voornaamste effecten van sport (zelfvertrouwen, een positief gevoel en gezondheid) zijn moeilijk of niet in geld uit te drukken. Wat wij met onze enquête geprobeerd hebben te bereiken is de waardering van de sporters voor hun sportbeoefening toch te kwantificeren. Uit onze enquête bleek dat maar liefst 48% van de respondenten aangeeft bereid te zijn om, afhankelijk van het bedrag, meer te betalen voor het sporten. Daarnaast zegt 5% dat ze bereid zijn om meer te betalen, wat het dan ook mag kosten. Dit geeft het economische belang van sport aan; sport wordt door de gebruiker hoog gewaardeerd.

De meerwaarde van sport blijkt ook uit het eerder genoemde onderzoek van Atkinson e.a. Dat laat zien dat een groot deel van de huishoudens in de regio van Londen bereid was om gedurende een periode van tien jaar 22 pond per jaar bij te dragen aan de Olympische Spelen. Wanneer dit daadwerkelijk doorgang had gevonden, had een groot deel van de kosten die de Spelen met zich meebrachten gedekt kunnen worden.

De indirecte economische effecten van sport zijn onvoldoende aan het licht gebracht

Wetenschappers, overheden en ondernemers zijn het wat betreft veel indirecte economische krachten van sport met elkaar eens. Sporten kan de kosten van de gezondheidszorg omlaag brengen en het kan geld opleveren, omdat werknemers productiever zijn als ze ook sporten. En hoewel hier, zeker in de gezondheidszorg, harde bewijzen voor zijn, zijn er ook veel tegengeluiden die trachten deze effecten te ondermijnen. Hierdoor gaat het bij beslissingen over investeringen in sport vaak om de instelling van de beleidsmakers. Er is onderzoek nodig dat de indirecte effecten van sport scherper aan het licht brengt, zodat beslissingen over sportinvesteringen van deze aard objectiever genomen kunnen worden.

Economische analyses van sportevenementen en -faciliteiten zijn zeer beperkt in hun voorspellende waarde

Er is veel kritiek op de huidige economische impactanalyse van sportevenementen of voor het aanleggen van sportfaciliteiten. De analyses zijn beperkt in hun voorspellende waarde, maar er is geen geschikter middel voor handen. Het is voor de beleidsmakers uitermate belangrijk dat zij beseffen wat wel en wat niet binnen de economische analyse valt, voor wie en door wie de analyse is uitgevoerd en wat de kwaliteit van de analyse is, alvorens zij deze gebruiken voor het aan- of ontmoedigen van een investering in sport.

1.6 Aanbevelingen

De conclusies resulteren in twee concrete aanbevelingen:

Betrek de ervaren meerwaarde en de indirecte economische effecten van sport in het waarderen van sport

De ervaren meerwaarde van sport ligt gemiddeld hoger dan de werkelijke kostprijs van sport. Daarnaast worden de indirecte economische effecten van sport onvolgende aan het licht gebracht. De uitdaging is om de ervaren meerwaarde en de indirecte economische effecten van sport mee te nemen in de waardering van sport. Op dit moment is dat naar ons weten nooit gedaan, terwijl beide aspecten wel degelijk de economische kracht van sport bepalen.

Ga kritisch om met economische analyses van sportevenementen en -faciliteiten

Uit onderzoek blijkt dat de economische analyses van sportevenementen en sportfaciliteiten een beperkte voorspellende waarde hebben. Dit heeft te maken met de effecten die bij een economische analyse vaak buiten beschouwing worden gelaten en kennis die ontbreekt. Het is van belang om niet te veel waarde te hechten aan de bestaande economische analyses. De uitdaging is om kritisch te kijken naar de economische analyses van sportevenementen en sportfaciliteiten. Weliswaar kunnen kosten-batenanalyses tegenwoordig vooraf een redelijke inschatting geven van de kosten en baten van een evenement; goede kosten-batenanalyses zijn kostbaar en worden niet vaak uitgevoerd. Veel vaker worden er economische analyses gebruikt of misbruikt voor het aan- of ontmoedigen van investeringen in sport.

2. De maatschappelijke kracht van sport

Sport als stimulans voor een betere maatschappij

*Frits Frederiks, Emma Geelen, Karin den Hoedt, Thomas Pluimers,
Tom van Scheppingen*

Voorwoord

Voor u ligt de rapportage van de groep 'De maatschappelijke kracht van sport'. Wij hebben de afgelopen maanden zo goed mogelijk geprobeerd te onderzoeken wat de maatschappelijke kracht van sport is.

Het was niet altijd even gemakkelijk om de juiste contactpersonen voor de interviews te bereiken, maar uiteindelijk zijn we erg tevreden met het eindresultaat. We hebben een duidelijk beeld kunnen schetsen van de maatschappelijke kracht van sport met inzichten uit verschillende hoeken van de maatschappij, aangevuld met informatie uit de (vak)literatuur.

Wij vonden het project erg interessant en hopen de opgedane kennis toe te kunnen passen in de praktijk en in onze verdere loopbaan.

2.1 Methode

Om een beeld te krijgen van wat de theorie zegt over de maatschappelijke kracht van sport is er op internet via Google, Google Scholar en (online) bibliotheken van universiteiten gezocht naar relevante artikelen over dit onderwerp. De zoektermen die zijn gebruikt: maatschappelijke, waarde, betekenis, sport, kracht van sport, society, social, meaning, value, sport and society, sport and integration en andere woorden gerelateerd aan deze.

Om een breed perspectief te vormen over de maatschappelijke kracht van sport zijn er semigestructureerde interviews afgenomen. Door middel van interviews met generatiegenoten van de opstellers van dit rapport werd een beeld gevormd over de gedachtegang van de generatie die in de nabije toekomst gaat beslissen over de inzet van sport in de maatschappij. In de loop van het onderzoek is gebleken dat de maatschappelijke kracht van sport contextgebonden is. Daarom is ervoor gekozen om voor de interviews met sleutelfiguren uit het domein vier verschillende organisaties te benaderen om een zo breed mogelijk kader te vormen van de mening van professionals. Bij de interviews met sporters is ervoor gekozen om ook breedtesporttrainers aan het woord te laten. Zij waren in het onderzoek nog niet aan bod gekomen, terwijl zij zich in de dagelijkse praktijk van de combinatie van sport en maatschappij bevinden. Daarnaast is een topsporter geïnterviewd.

Omdat in de loop van ons onderzoek bleek dat het meten van resultaten van maatschappelijke projecten moeilijk is, hebben wij ervoor gekozen om een debat van het

Mulier Instituut bij te wonen, het onderwerp van dit debat was: 'The intangible effect of sportevents'.

2.2 Bevindingen

2.2.1 Effecten van sport

Sporten is meer dan alleen goed voor de gezondheid. De kracht van sport ligt volgens professionals in het, voor hen gestelde, feit dat door middel van sport maatschappelijke doeleinden kunnen worden gerealiseerd. Sport leert mensen omgaan met regels en met elkaar, het zorgt voor binding en geeft zelfvertrouwen. Sport kan mensen motiveren, activeren en aanzetten om iets te doen. Sport schept een vertrouwde omgeving, waar mensen hun zorgen kunnen vergeten en waar gezocht kan worden naar een oplossing voor hun problemen. Dit is terug te zien in projecten van Ajax Foundation, NSA International, Fier en het Leger des Heils.

'Het kunnen uiten van hun creativiteit, vooral met sporten, is soms meer waard dan goede hulpverleningsgesprekken. De beste gesprekken vinden plaats tijdens het sporten.' (Geert Remigius – Leger des Heils)

In de literatuur wordt veel gesproken over de maatschappelijke effecten die sport mogelijk wel en niet teweeg zou kunnen brengen. Zo blijkt dat het bewerkstelligen van een betere integratie door middel van sport niet zondermeer het gewenste effect heeft, omdat sporten in groepen de eigen (etnische) identiteit zou kunnen versterken (Krouwel, Boonstra, Duyvendak & Veldboer, 2006). Voor de ontwikkeling van het individu worden echter wel positieve effecten gevonden. Kay (2009) geeft aan dat sporten het gedrag over het algemeen verbetert, het zelfbeeld wordt sterker en het beeld van andere sporters wordt beter. Boonstra en Hermens (2011) beargumenteren dat sport helpt bij de ontwikkeling van goed gedrag. Als het goede gedrag over het algemeen beter wordt, dan zou het vertrouwen van mensen in de samenleving stijgen, wat positieve effecten heeft op de maatschappij.

Ook sportende en niet-sportende generatiegenoten zien dat de potentiële kracht van sport bestaat. Sport heeft een bindende kracht tussen mensen onderling en is in staat om verschillen tussen mensen weg te nemen. Sport brengt saamhorigheid en kan volgens onze generatiegenoten zorgen voor een hogere acceptatie voor probleemjeugd in de samenleving. Maar naast positieve effecten kan sport volgens onze generatiegenoten ook negatieve effecten met zich meebrengen. Als voorbeeld wordt aangedragen dat het geweld in de sport en het gebruik van doping de laatste jaren enorm zijn toegenomen. Daarbij werd wel geconcludeerd dat dit aan het individu ligt en niet aan de sport zelf.

2.2.2 Voorwaarden voor maatschappelijk effect

Uit het literatuuronderzoek is geen eenduidige maatschappelijke kracht van sport te herleiden. Er zijn vele stukken geschreven over de verschillende manieren waarop sport gebruikt wordt om maatschappelijke doelen te bereiken. Het resultaat is volgens de verschillende auteurs erg afhankelijk van de regels en de begeleiding. Ieder doel dat wordt nagestreefd heeft een eigen organisatie nodig die precies gericht is op dat doel. Een concept kan dus niet één op één overgenomen worden voor een project met een andere doelstelling.

In meerdere artikelen wordt bevestigd dat sport een positieve invloed kan hebben op de maatschappij, dit is afhankelijk van een aantal voorwaarden. Deze voorwaarden komen het meest naar voren in het stuk van Buisman (2004). Sport is, volgens hem, positief mits er bij het beoefenen regels en grenzen worden gesteld. Vooral jongere mensen leren de regels en grenzen die op het veld gelden ook daarbuiten toe te passen.

De professionals zijn van mening dat sport vooral leuk moet zijn. De intrinsieke motivatie om actief te participeren in maatschappelijke projecten speelt een belangrijke rol in de slagingskansen van een project.

‘Wanneer je iets vrijwillig wil doen omdat je het leuk vindt, zal je langer actief mee blijven doen dan wanneer iets verplicht is of gedaan moet worden vanuit andere beweegredenen. Daarom is intrinsieke motivatie zo belangrijk.’ (Martijn Harlaar – NSA International)

Ook sportende en niet-sportende generatiegenoten bevestigen dat intrinsieke motivatie een voorwaarde is voor het beoefenen van sport. Sport kan niet opgedrongen worden, de motivatie om te sporten moet uit de persoon zelf komen. Bij sportende generatiegenoten is een van de motivaties om te sporten dan ook dat sport leuk moet zijn. Daarnaast zijn de drang tot presteren, jezelf verbeteren en de band die je met de medesporters hebt voor deze groep belangrijke motivaties om te gaan sporten.

Niet-sporters vragen zich af waar de fanatieke sporters die drang tot sporten vandaan halen. Hun voornaamste reden om niet te sporten is tijdgebrek, dit ontstaat doordat zij andere prioriteiten stellen. Sport is voor hen niet belangrijk in hun dagelijkse leven terwijl bij de sportende generatiegenoten sporten juist een van de belangrijkste activiteiten in het dagelijks leven is.

‘Naast mijn studie is sport het belangrijkste in mijn leven.’ (Ivo Sprengers – BMX)

Ook vertegenwoordigers vanuit de breedtesport en topsport zien in dat sport niet ‘zomaar’ de oplossing is voor maatschappelijke vraagstukken en problemen. Er zijn wel degelijk voorwaarden voor het creëren van positieve effecten van sport. Twee belangrijke voorwaarden zijn de intrinsieke motivatie en de verantwoordelijkheid

van de trainers. De trainers hebben deels de verantwoordelijkheid om sporters gemotiveerd te houden en bieden anderzijds ook op opvoedkundig vlak begeleiding. Deze verantwoordelijkheid zou volgens de trainers ook meer door ouders en scholen opgepakt kunnen worden.

Wat betreft de voorwaarden waar topsport aan zou moeten voldoen zitten topsporter Eva Lubbers en professional Simone Freling op één lijn. Beiden zijn van mening dat topsporters een voorbeeldfunctie hebben in de maatschappij. Niet alleen qua gedrag maar ook tijdens verplichtingen buiten het sportveld.

2.2.3 *Panacee*

Sport wordt door zowel professionals als door generatiegenoten niet gezien als de enige manier om maatschappelijke problemen op te lossen, maar sport biedt wel de mogelijkheid om deze problemen gedeeltelijk op te lossen.

‘Sport kan wat doen, het is niet de oplossing voor alles en zeker niet de enige manier, maar het is wel een manier. Sport kan zowel op geestelijk, lichamelijk en sociaal gebied bijdragen aan het oplossen van problemen.’ (Ellen de Ruiter – Fier)

Ook tijdens het debat ‘The intangible effects of sport events’, georganiseerd door het Mulier Instituut, wordt aangegeven dat het van belang is dat het organiseren van grote evenementen niet wordt gezien als een ‘Magic Bullet’ die maatschappelijke problemen doet verdwijnen. Er zijn doorgaans weinig positieve economische effecten bij het organiseren van een groot evenement. Wel kan een evenement bijdragen aan het creëren van stabiliteit, vertrouwen en *happiness* onder de bewoners van een gebied. Kortom, sportprogramma’s rondom grote evenementen worden verwelkomd, maar zorgen niet zondermeer voor een verbetering van de leefomstandigheden.

Sportende en niet-sportende generatiegenoten zijn niet heel erg verschillend in hun beleving van sport. Beide zien er het positieve effect van in, maar zijn ook van mening dat sport niet mag worden beschouwd als een oplossing voor problemen. Zij zien sport meer als een stimulans voor verbetering.

Ook door de breedtesport en topsport wordt bevestigd dat sport niet garant staat voor succes, zelfs niet als aan alle voorwaarden wordt voldaan. Sport kan wel degelijk een bijdrage leveren, maar is niet de oplossing. De kortste conclusie werd gegeven door Peter van Os – kickbox en Muay Thai trainer en coach:

‘Sport is wat je er zelf mee doet!’

Sport is niet de oplossing, maar bevordert wel het welzijn, de saamhorigheid en de maatschappij. Daarmee zet sport een grote stap in de richting van de oplossing.

2.2.4 Meten is moeilijk

Vanuit de literatuur geeft Kay (2009) aan dat er een wijdverbreide aanname is dat sport sociale winst kan opleveren die verder gaat dan de onmiddellijke ervaring van deelname en dat er dan met betrekking tot sport ook vaak hoge verwachtingen geschapen worden door beleidsmakers. Hij geeft ook aan dat de onderzoeksbasis die als bewijs zou moeten dienen voor de sociale impact van sport tegelijkertijd niet bevredigend is. Voor wetenschappers is het lastig om resultaten meetbaar te maken, concepten operationaliseerbaar te maken en causaliteit aan te tonen. Daarom willen wetenschappers zich er haast niet meer aan wagen. Kay ziet hiervoor zelf de oplossing in kwalitatief onderzoek naar de beleving van de kracht van sport.

Een interessante bevinding kwam van een gastspreker die aanwezig was op het debat van het Mulier Instituut waar werd gesproken over de ontastbare effecten van sportevenementen. Fabiana Rodrigues doet onderzoek naar de Olympic Villages in Rio de Janeiro in de aanloop naar de Olympische Spelen in 2016 en bekijkt tevens de effecten van het WK voetbal dat in 2014 in Brazilië wordt georganiseerd. Zij kwam tot de conclusie dat bij het onderzoek met name belangrijk is om niet *óver de interest groups* te spreken, maar *mét* hen. Hierdoor kan gemeten worden in welke mate deelnemers *perciëren* en wat hun meerwaarde is.

Marijke Taks, een andere gastspreker bij het debat, brengt ook naar voren dat het meten van de impact van evenementen lastig is. Zij ziet daarvoor een oplossing in het meten van de mate waarin de kansen die gecreëerd worden door het evenement (zoals mogelijkheden voor sportontwikkeling) benut worden. Ze geeft daarbij aan dat immateriële effecten moeilijk meetbaar zijn en daarom vaak ondervetegenwoordigd zijn of zelfs volledig ontbreken in evaluaties van evenementen. Dit kan leiden tot het risico dat de verkeerde conclusies getrokken worden, namelijk dat sommige activiteiten geen impact hebben.

Alle aanwezigen bij het debat waren het erover eens dat sportbeoefening een duidelijke maatschappelijke meerwaarde heeft. Deze maatschappelijke meerwaarde is echter moeilijk uit te drukken in getallen. Dit beeld komt goed overeen met wat wij hebben vastgesteld in ons literatuuronderzoek. Paul Hover (onderzoeker Mulier Instituut) benoemde bijvoorbeeld dat het ingewikkeld is om de consequenties die een sportevenement voor de samenleving heeft los te zien van andere effecten, omdat er geen vergelijkingsmateriaal is voor hoe de samenleving eruit zou zien als er geen sportevenement had plaatsgevonden.

Ditzelfde wordt bevestigd door de professionals. Zij geven aan dat het meten van resultaten van de maatschappelijke projecten lastig is omdat ontastbare zaken een groot aandeel vormen. Omdat er meerdere zaken zijn die een rol spelen bij veranderingen in de maatschappij kunnen deze niet in hun geheel toegeschreven worden aan één (sport)project. Simone Freling suggereert dat bij maatschappelijke projecten niet het meten van de resultaten maatgevend moet zijn, maar dat er een geloof moet bestaan in het doel van het (eigen) project.

‘Meten is moeilijk. Het is meer geloven in het doel van het project.’ (Simone Freling – Ajax Foundation)

2.3 Vergelijking en analyse

Dé maatschappelijke kracht van sport bestaat niet. Aan de hand van ons onderzoek naar de maatschappelijke kracht van sport komen we tot deze conclusie. Deze opmerking klinkt echter verontrustender dan hij is, aangezien er wel degelijk positieve maatschappelijke effecten zijn die sport teweeg kan brengen. De opmerking geeft slechts aan dat er geen eenduidige, overal toepasbare, kant en klare maatschappelijke kracht van sport bestaat. De maatschappelijke kracht van sport is altijd contextgebonden.

Het is opvallend dat alle respondenten inzien dat sport een positieve functie kan hebben voor de maatschappij. Dat met name de professionals erg positief zijn over de maatschappelijke kracht van sport is wellicht niet verwonderlijk aangezien zij daar hun geld mee verdienen, maar ook vanuit de literatuur en van andere respondenten kwamen bijzonder veel positieve verhalen. Het lijkt dus zo te zijn dat het toekennen van de maatschappelijke waarden van sport een breed gedragen idee is.

Door onze respondenten wordt aan sport een veelheid van positieve maatschappelijke effecten toegeschreven. Het meest gehoorde effect is dat sport verbindt. Daarnaast heeft sport volgens de respondenten tal van pedagogische waarden. Zo leren mensen door middel van sport samenwerken, elkaar respecteren en omgaan met regels. Ook zou sport kunnen zorgen voor zelfvertrouwen, zelfreflectie en motivatie. Daarnaast kan sport een vertrouwde omgeving scheppen waarin mensen hun zorgen kunnen vergeten en waarin gezocht kan worden naar een oplossing voor hun problemen. Op die manier zouden probleemjongeren bijvoorbeeld geholpen kunnen worden.

Deze positieve effecten vinden echter niet zondermeer plaats. Het is duidelijk dat er geen blauwdruk bestaat voor het creëren van de maatschappelijke kracht van sport die in elke situatie één op één overgenomen kan worden. De verschillende effecten zijn contextgebonden. Steeds weer wordt er door onze respondenten op gewezen dat sport niet de panacee is voor maatschappelijke problemen, maar dat sport wel degelijk een (min of meer bescheiden) bijdrage kan leveren, mits aan een aantal voorwaarden wordt voldaan.

Een belangrijke voorwaarde die meerdere keren terugkwam, is dat er intrinsieke motivatie van de sporters aanwezig is. Een deel van de maatschappelijke kracht van sport is dan ook te vinden in deze intrinsieke waarde. Omdat sport door velen ‘leuk’ gevonden wordt, kunnen door middel van sport maatschappelijke resultaten worden geboekt. Het is als het ware een aantrekkingskracht en biedt daardoor mogelijkheden om op een informele en prettige manier in contact te komen met moeilijk bereikbare groepen.

Goede begeleiding is daarbij van groot belang voor het al dan niet slagen van een programma of project. Deze begeleiding is voor een groot deel de verantwoordelijk-

heid van de trainers, zo vinden zij zelf ook. Het gaat daarbij niet alleen om sportieve begeleiding, maar ook om opvoedkundige begeleiding. Een verantwoordelijkheid die volgens de trainers ook veel meer door ouders en scholen opgepakt zou moeten worden. Op die manier kunnen kinderen leren omgaan met regels, grenzen en elkaar.

Een laatste belangrijk punt wordt gegeven tijdens het debat van het Mulier Instituut. Om maatschappelijke resultaten te boeken moet voldoende aandacht zijn voor, en moeten energie en investeringen gedaan worden in de ontwikkelingen van strategieën die positieve maatschappelijke uitkomsten als doel hebben. Om structurele effecten te bewerkstelligen moet deze investering bovendien een lange duur hebben.

Bij de negatieve kant van sport wordt vaak gedacht aan zaken als geweld of doping, maar geen van de respondenten ziet dit als iets wat inherent is aan sport. Ze zien het eerder als iets dat past bij bepaalde karaktereigenschappen van een individu. Wel moet benoemd worden dat de verbindende werking die door alle respondenten herkend wordt, niet betekent dat sport ook een goed integratiemiddel is. Uit onderzoek van Krouwel et al. (2006) is gebleken dat sporten in groepen ook juist de eigen (etnische) identiteit kan versterken.

Het grootste probleem van de maatschappelijke kracht van sport wordt door alle respondenten die daarmee te maken hebben gezien in de meetbaarheid van de effecten. Omdat de effecten immaterieel zijn, is het moeilijk ze te operationaliseren en daarmee kwantificeerbaar te maken. Bovendien is het lastig te meten in hoeverre de effecten, als die al meetbaar zijn, het gevolg zijn van de sport of dat ook andere (sociale) invloeden daarmee te maken hebben gehad.

Een oplossing hiervoor, die zowel in de literatuur als in het debat werd aangedragen, is het meetbaar maken van deze effecten door middel van het doen van kwalitatief onderzoek naar de perceptie van deelnemers aangaande de effecten. Dit is haalbaar en bovendien kan een rapport over hoe mensen een sportproject beleven voor zowel de verantwoording als voor vervolgprojecten erg waardevolle informatie bevatten.

Kortom, sport moet niet gezien worden als de 'Magic Bullet' die alle maatschappelijke problemen oplost, maar sport kan zeker een positieve maatschappelijke bijdrage leveren, mits voldaan is aan een aantal voorwaarden.

2.4 Conclusies

Sport heeft de potentie tot een grote hoeveelheid van positieve maatschappelijke effecten, deze zijn echter wel gebonden aan specifieke voorwaarden en aan context.

Voor het realiseren van maatschappelijke effecten zijn intrinsieke motivatie en goede begeleiding op zowel sportief als opvoedkundig gebied bij sport-/beweegprojecten noodzakelijk.

Maatschappelijke effecten zijn moeilijk meetbaar omdat de winst vaak behaald wordt op gebieden die niet kwantitatief te meten zijn.

2.5 Aanbevelingen

Onderzoek maatschappelijke effecten niet alleen kwantitatief, maar ook kwalitatief

Hierdoor worden de effecten tastbaar gemaakt en kan er gecontroleerd worden of maatschappelijke projecten het gewenste resultaat hebben.

Zorg bij maatschappelijk sportprojecten voor goede begeleiding op zowel sportief als opvoedkundig gebied

Dit kan bijvoorbeeld gerealiseerd worden bij Cruijff Courts of op Richard Krajicek Playgrounds. De faciliteiten om te sporten zijn al aanwezig, wanneer dit aangevuld wordt met kundige begeleiders zal dit mogelijk goede resultaten opleveren.

3. De gezonde kracht van sport

Sports are good for health, that's a lot of fun

Rolf Drenthe, Eva Gordijn, Puck van Hasselt, Michiel Vervoort

Voorwoord

Voor u ligt het hoofdstuk met de bevindingen van de groep 'De gezonde kracht van sport'. Onze groep heeft de afgelopen maanden de gezonde kracht van sport onderzocht. Wij proberen een helder en overzichtelijk beeld te geven van de invloed van sport (en bewegen) op de gezondheid.

Sport is verweven in onze cultuur, maar wat zijn de risico's en opbrengsten voor de gezondheid? En hoe zouden we in onze samenleving tegen sport aan moeten kijken? Om antwoord te kunnen geven op deze vragen hebben we interviews gehouden met verschillende stakeholders en een literatuurstudie gedaan. Wij hebben ons daarbij toegespitst op de relatie tussen sport en gezondheid.

3.1 Methode

Om te komen tot een antwoord op de vraag 'Wat is de gezonde kracht van sport?' is gebruik gemaakt van kwalitatief onderzoek. Door middel van een literatuurstudie en het afnemen van verdiepende interviews onder verschillende stakeholders hebben wij geprobeerd de vraagstukken met betrekking tot de gezonde kracht van sport te verkennen.

Het interview met al dan niet sportende generatiegenoten betrof een open interview waarbij de relatie tussen sport en gezondheid is afgebakend. Na de literatuurstudie is er een vragenpool opgesteld en zijn vijf stellingen geformuleerd. Sleutelfiguren uit het domein en (ex-)(top)sporters konden aangeven of zij het met de betreffende stelling eens dan wel oneens waren. Door de mogelijkheid tot het geven van een motivatie was het mogelijk om de antwoorden van beide partijen met elkaar te vergelijken. Na de stellingen zijn er nog een aantal vragen gesteld om dieper in te gaan op de relatie tussen sport en gezondheid.

Er is voor deze opzet gekozen omdat de mening van de verschillende doelgroepen over de gezonde kracht van sport vrij onbekend was. Dit is naar onze mening niet te onderbouwen met cijfers maar enkel door het rechtstreeks te vragen. Het literatuuronderzoek dient daarbij als aanvulling op en vergelijking met de informatie die verkregen is door het afnemen van de interviews.

3.2 Bevindingen

'Sports are good for health, that's a lot of fun'

Het blijkt dat er in de afgelopen decennia veel veranderd is in de gezondheid van mensen. Door een toenemende welvaart is er een groeiend probleem ontstaan van

gezondheidsklachten die voor deze toename nog redelijk onbekend waren. Veel van deze ziekten worden om deze reden ook welvaartsziekten genoemd. Bennet en Morrison (2009) deden onderzoek naar een populatie patiënten die ernstig ziek waren. Aan deze mensen werd de vraag gesteld wat gezondheid voor hen betekende:

- 1 Gezondheid betekent 'een overwegend gevoel van welzijn.'
- 2 Gezondheid wordt in verband gebracht met 'de afwezigheid van symptomen van ziekte.'
- 3 Gezondheid kan worden waargenomen in 'de handeling waartoe een lichamelijk gezond persoon in staat is.'

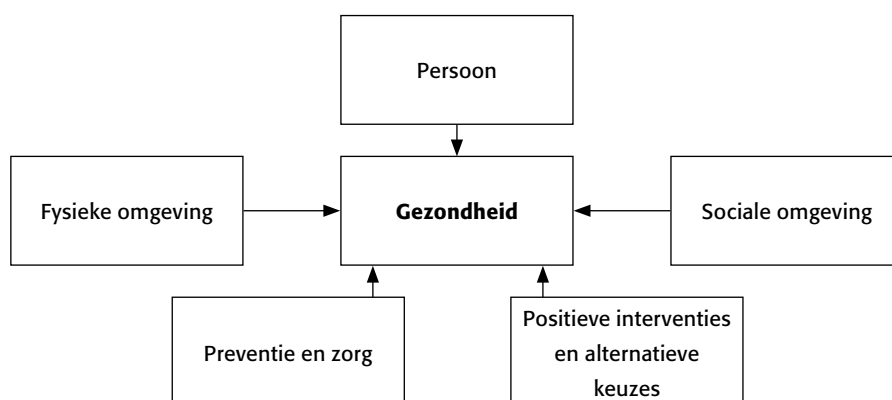
'Gezondheid is een staat waarin er compleet fysiek, mentaal en sociaal welzijn is en niet alleen de afwezigheid van ziekte of andere lichamelijke gebreken.' (World Health Organisation, 1948)

Hieruit kan worden afgeleid dat gezondheid gerelateerd is aan:

- Gevoel
- Gerichtheid op symptomen
- Prestatie

Het is dus goed mogelijk om zelf invloed uit te oefenen op de gezondheid. Daarbij moet gesteld worden dat de omgeving ook een belangrijke bijdrage levert aan de gezondheid (Nederland & Dekker, 2011). Uiteindelijk verschilt de definitie van gezondheid van persoon tot persoon. Beleidsmakers gaan echter vaak uit van de risicofactoren met betrekking tot gezondheid.

Figuur 3.1 – Effect van factoren op gezondheid (Nederland & Dekker, 2011)



Het is belangrijk dat mensen de positieve kanten van sporten en bewegen kennen. Daaruit volgen vanzelf de voordelen zoals een goede gezondheid. In Nederland is er steeds meer oog voor de kwetsbare groepen in de samenleving. Onder de kwetsbare groepen vallen onder andere kinderen en jongvolwassenen met een beperking of chronische ziekte, en ouderen. Het is belangrijk dat deze mensen ook de kans krijgen om op hun niveau te sporten. Er is de laatste jaren al een grote slag gemaakt op het gebied van sport, gezondheid en welzijn en het verder professionaliseren van de sportparticipatie van deze kwetsbare groepen (Van Vliet & Winsemius, 2011).

Het is echter niet vanzelfsprekend dat iedereen kan sporten, omdat het voor mensen met een (verstandelijke of lichamelijke) beperking of chronische ziekte soms erg lastig is om aangepast te sporten. Sportclubs als Only Friends begeleiden deze kwetsbare doelgroep om toch onder begeleiding te kunnen sporten. Deze mensen hebben tevens baat bij het sporten omdat het hun welbevinden positief beïnvloedt (Sportclub Only Friends, 2013). Plezier in het sporten is daarbij een heel belangrijke factor.

‘De kracht van sport is dat het voldoening en kracht geeft en dat je daardoor sterker en positiever in het leven staat.’ (Myron Gebbink – Voetballer Nederlands CP-elftal – ambassadeur van ‘de 14 van Johan’ ter promotie van de Johan Cruijff Foundation)

De overheid ziet de zorgkosten de laatste jaren flink oplopen door verschillende factoren en haar is er alles aan gelegen om deze kosten te drukken en op zoek te gaan naar preventieve methodes om de gezondheid van de bevolking te verbeteren. Accijnzen op sigaretten en drank zijn de afgelopen jaren gestegen met als gevolg dat de hoeveelheid aan rokers- en drankgerelateerde zorg is afgenomen. Dit staat in schril contrast met de extra zorgkosten voor verschillende groepen mensen die roken of (zwaar) overgewicht hebben (Van Baal, Heijink, Hoogenveen & Polder, 2006).

Roper (2008) heeft onderzocht dat de productiviteit van gezonde werknemers hoger ligt, waardoor de opbrengsten van gezonde personen hoger liggen dan die van ongezonde personen. Daarbij gaan gezonde personen pas na hun zeventigste levensjaar meer zorgkosten maken (Van Baal, Heijink, Hoogenveen & Polder, 2006). Tevens is onderzocht of het mogelijk is of mensen met een ongezonde levensstijl gestraft kunnen worden door het betalen van een hogere ziektekostenverzekering in de vorm van een boete (Van Duijn, 2012). Dat was niet haalbaar vanwege de te grote inmenging in privacy van de burgers.

Het is bekend dat een combinatie van verminderde lichamelijke activiteit en een verkeerd voedingspatroon zorgt voor een groeiend probleem van welvaartsziekten. Bekende welvaartsziekten zijn onder andere: obesitas, diabetes (type 2), reuma, Alzheimer, beroerte, coronaire hartziekten, (sommige vormen van) kanker en osteoporose. Uit onderzoek komt naar voren dat, bij zowel mannen als vrouwen van de

onderzochte generaties, het lichaamsgewicht is toegenomen gedurende de tien jaar dat het onderzoek liep. Deze mensen hebben een groter risico op obesitas.

‘Onze klanten krijgen advies over voeding en over hun eetgedrag. Ik vind dat veel sportinstructeurs niet hun volledige capaciteit benutten. Ik denk dat het belangrijk is dat de instructeurs ook voldoende over voeding weten om mensen goed te begeleiden.’ (Martin Fluit – Sportcentrum Reade)

Veel projecten die de overheid start, zijn niet alleen gericht op het voorkomen van een slecht leefpatroon, maar ook op het positief benaderen van een gezonde levensstijl. De meeste projecten hebben als doel om de bewegingsarmoede af te laten nemen en mensen weer in beweging te krijgen. Er wordt daarin een duidelijk verschil gemaakt tussen sport en bewegen. Volgens CBS.NISB (2013) dient er driemaal per week voor tenminste twintig minuten intensief bewogen te worden om een goede gezondheid te behouden, dit wordt ook wel de fitnorm genoemd. Als er plezier wordt beleefd in sport zal het eenvoudiger worden om deze beweegnorm te behalen.

De sociale omgeving (peergroep) heeft grote invloed op een individu, en in zekere mate bepaalt dit zijn leefpatroon. Vaak is daar een economische grondslag voor te vinden. Mensen die meer te besteden hebben, kunnen zich betere omstandigheden veroorloven. Voor kinderen geldt dat sport op deze manier wordt meegegeven in de opvoeding. Uit de interviews met verschillende stakeholders blijkt dat ouders een grote invloed hebben op het sportgedrag van hun kinderen. Mogelijk zijn ouders zelfs het grootste voorbeeld voor hun kinderen. Als ouders zelf niet aan sport doen, is er een grote kans dat sporten geen onderdeel wordt van het leven van hun kinderen. Dit kan, wanneer de overstap naar het middelbare onderwijs gemaakt wordt, waarschijnlijk veranderen door de invloed van vrienden en klasgenoten. Waar ouders in een eerder stadium de belangrijkste rolmodellen waren voor het kind, verandert deze houding in de puberteit.

‘Ouders zijn een rolmodel voor hun jonge kinderen (zeker tot en met 12 jaar). Toch staat dat nog los van de gezinssituatie. Ook de peergroep (leeftijdsgenoten en vrienden) hebben een grote invloed. Dat neemt vanaf hun twaalfde jaar toe omdat veel kinderen dan in een nieuwe situatie komen met de overstap naar de middelbare school.’ (Arnoud Verhoeff – GGD Amsterdam)

Toch zijn niet alleen ouders er verantwoordelijk voor of hun kind leert sporten. Het onderwijs vervult daarin als opleider ook een aanzienlijke rol. Veel kinderen krijgen op de basisschool voor het eerst te maken met sportlessen, er is een breed sportaanbod om kennis te maken met verschillende sporten. Gezien de fysieke en sociale aspecten van sport zijn vooral lessen in het bewegingsonderwijs belangrijk, vakdocenten kunnen de kinderen dan vaak beter begeleiden (Domingues & Gonçalves, 2012).

‘School én dus ook de overheid spelen een leidende rol in het feit of kinderen sporten.’ (Thomas Schram – fysiotherapeut)

Zorgen voor een veilig sportklimaat bevordert het plezier in sporten en heeft waarschijnlijk tot gevolg dat de sportparticipatie ook buiten school behouden blijft. Mocht dit niet het geval zijn, dan kan pestgedrag optreden op basis van status en prestatie. In de puberteit kan uiterlijk een rol spelen bij het pestgedrag (Knoppers, 2006).

‘Voor kinderen die moeite hebben met presteren zal het verzorgen van een veilig sportklimaat een positief effect hebben op de sportdeelname. Als kinderen het lastig vinden om met gym mee te doen en vaak gepest worden, dan worden zij niet uitgedaagd om te bewegen. Juist voor die groep is er dan gezondheidswinst te behalen door meer te gaan bewegen. Sportieve kinderen hebben vaak een hogere status en daarmee meer invloed op hun omgeving, maar dit is deels ook afhankelijk van de peergroep.’ (Arnoud Verhoof – GGD Amsterdam)

De school vervult daarmee een essentiële rol in het bevorderen van de sociale aspecten van sport en het geestelijk welzijn van de kinderen. Het stimuleren van plezier, het aanleren van vaardigheden en minder focussen op het winst- of verlieselement zijn de belangrijkste aspecten om langer met sport bezig te blijven (Malina, 2009) (Domingues & Gonçalves, 2012).

‘Een kind bepaalt zelf wat hij voor sport doet, maar op de basisschool is een kind wel makkelijker te motiveren. Als het pubers worden is dat lastiger.’ (Martin Fluit – Sportcentrum Reade)

‘Sport verbreedt! Het is leuk om sport te beoefenen met je vrienden. Zo leer je elkaar beter, en soms ook op een andere manier, kennen. Sport zorgt voor ontspanning en voor een goede gezondheid.’ (Sjoerd Degenkamp – docent lichamelijke opvoeding)

3.3 Vergelijking en analyse

‘Liever gezond sporten, dan sporten voor je gezondheid!’

3.3.1 Analyse

De eerste ronde interviews (met generatiegenoten) was een aftastende ronde. Wij hebben onze leeftijdsgenoten onbevooroordeeld benaderd en gevraagd hoe zij over de relatie tussen sport en gezondheid denken. Daarna is de literatuurstudie uitgevoerd om meer achtergrondinformatie te verzamelen over deze relatie. Op basis van deze twee opdrachten zijn vijf stellingen en een aantal vaste vragen opgesteld voor de

interviews met overige stakeholders. Het werken met de stellingen werkte prettig en bij het afnemen van de interviews is doorgevraagd om de motivatie van de geïnterviewde te achterhalen.

Na afloop van een ronde met interviews konden wij door de gestandaardiseerde vragen eenvoudiger bepalen welke interviews het meest waardevol waren vanwege de argumentaties en/of motieven. Tijdens de laatste ronde interviews hadden wij graag willen spreken met een aantal zorgverzekeringsmaatschappijen. Uiteindelijk hebben wij alleen met een vertegenwoordiger van Univé kunnen spreken. Andere zorgverzekeringsmaatschappijen reageerden niet op onze verzoeken voor interviews. Wij hebben daarop besloten om tijdens de laatste ronde interviews (ex-)topsporters te benaderen.

De topsporters sloten als stakeholders niet optimaal aan bij ons onderwerp over de gezonde kracht van sport. Toch was de input waardevol omdat zij de bevindingen van de leeftijdsgenoten en sleutelfiguren uit het domein deels bevestigden, namelijk dat plezier binnen het sporten centraal staat. De meest waardevolle inzichten werden verkregen met de stelling: 'Topsport schetst een onrealistisch beeld van sportparticipatie van gewone mensen' en de vraag: 'Topsport is niet altijd gezond en wordt zelfs ongezond genoemd. Hoe kan het dat topsporters dan veelal als rolmodel gezien worden voor een gezonde levensstijl?' Een reden hiervoor zou kunnen zijn dat deze vragen meer gerelateerd waren aan de relatie tussen sport en gezondheid.

3.3.2 Vergelijking

De literatuurstudie speelde een belangrijke rol in het verkrijgen van achtergrondinformatie en in het gebruiken bij het opstellen van de vragen. De sleutelfiguren hebben ons inzicht gegeven in de gezondheidsaspecten van sport. De inhoudelijke bijdrage van de sleutelfiguren was waardevoller dan die van leeftijdsgenoten en (ex-)topsporters. Tevens was het seminar van Willem van Mechelen verhelderend, vooral op het gebied van de gezondheidsrisico's en gezondheidseffecten van sport (en bewegen). De aanbevelingen vallen daarom deels samen met de inhoud van het seminar van Van Mechelen.

3.4 Conclusies

'Blijf bewegen door te sporten met plezier!'

Sport en gezondheid zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden, waarschijnlijk doordat het bij sport bijna altijd om bewegen draait. Een betere gezondheid komt voort uit voldoende bewegen. In de huidige samenleving, waarin veel geautomatiseerd is, wordt over het algemeen te weinig bewogen. Doelloos bewegen gaat tegen de natuur in. Sport is daarom een zinvol doel waardoor meer mensen meer gaan bewegen. Bewegen is voor een goede gezondheid het meest belangrijk, omdat dit het risico van

verschillende (welvaart)ziekten doet dalen. Het is vanwege deze redenen goed om sport in onze samenleving te stimuleren. Sport is een extra dimensie op bewegen, waarmee ook andere aspecten geleerd worden, buiten het bewegen om.

Aan de hand van het onderzoek naar de gezonde kracht van sport kan geconcludeerd worden dat het belangrijk is om:

Sport op jonge leeftijd te stimuleren om een gezonde levensstijl te ontwikkelen, waar sport onderdeel van is.

Te leren dat plezier in de sport centraal moet staan om te blijven sporten, een goede gezondheid kan worden gezien als een gunstig bijeffect.

Te sporten, omdat dit het persoonlijk welbevinden op een positieve manier beïnvloedt.

3.5 Aanbevelingen

‘De overheid moet ons laten sporten.’

Naar aanleiding van het onderzoek over de gezonde kracht van sport zijn er een aantal aanbevelingen opgesteld die zorgen voor een betere gezondheid door sport. Deze worden vervolgens ondersteund met een aantal praktische suggesties en/of maatregelen die in sommige gevallen nu al worden uitgevoerd:

Creëer een omgeving waarin kinderen positief gestimuleerd worden om met plezier te sporten

De keuze om meer te sporten en te bewegen is te beïnvloeden met een specifieke stedenbouwkundige visie. Door het aantal parkeerplaatsen te beperken zal het aantal auto's afnemen. Voldoende veilige fietspaden zorgen ervoor dat ouders hun kinderen en zichzelf vaker op de fiets verplaatsen. De aanwezigheid van parken, speelplaatsen, sportvelden en overdekte sportaccommodaties zorgt ervoor dat mensen gestimuleerd (en geïnspireerd) worden om te gaan bewegen. Wanneer het aanbod van sport en sportaccommodaties breed genoeg is, is de kans groter dat kinderen een sport vinden die ze met plezier beoefenen. Dat zal ertoe bijdragen dat kinderen blijven sporten.

Mensen die frequent sporten doen dit meestal vanuit een intrinsieke motivatie, namelijk plezier. Bij een intrinsieke motivatie draait het om het spel, bij een extrinsieke motivatie om de knikkers. De huidige combinatiefuncties zijn een goede impuls om de vakdocenten van het bewegingsonderwijs te betrekken bij het verenigingsleven en kinderen daar goed in te begeleiden. In een ideale situatie zou iedereen 'zijn eigen sport' weten te vinden die hij helemaal fantastisch vindt en waarbij hij het plezier van het spel ervaart.

Neem als overheid de verantwoordelijkheid voor een gezonde levensstijl terug

Het onderwijs speelt een heel belangrijke rol bij het ontwikkelen van een gezonde levensstijl. Tijdens de lessen gymnastiek (basisschool) en lichamelijke opvoeding (voortgezet onderwijs) krijgen kinderen te maken met verschillende sporten. Zij kunnen met deze ervaring een goede keuze maken om van een van deze sporten 'hun' sport te maken. Zorg dat er op school voldoende en goedgeschoolde docenten in het bewegingsonderwijs zijn. De Nederlandse vervolgopleidingen (hbo en universiteiten) zouden dat principe ook kunnen toepassen door sport op te nemen in hun curriculum.

De jeugd beweegt tegenwoordig veel minder dan vroeger. Het percentage kinderen met overgewicht stijgt nog steeds. Het is aan te raden om het aantal uren bewegingsonderwijs op school verder uit te breiden. Het schoolzwemmen zou daar weer onderdeel van kunnen gaan uitmaken. Nederland 'leeft' met water dus er speelt daar ook nog een veiligheidsaspect mee.

Er zijn, voor ouders die moeite hebben met het betalen van de contributie van de sportvereniging, al mogelijkheden om subsidies voor jeugdsport aan te vragen. Deze mogelijkheden moeten zeker behouden blijven om kinderen de kans om te sporten niet te ontnemen. Wellicht is het mogelijk dat ouders zich als tegenprestatie als vrijwilliger voor sportverenigingen inzetten. Op deze manier blijft sport ook betaalbaar buiten de sporturen in het bewegingsonderwijs.

Gezien de vele positieve effecten van sport en bewegen op de gezondheid, hebben de overheid en het bedrijfsleven er baat bij om mensen in beweging te krijgen. Een bekend project is het fietsenplan, waarbij werknemers een bijdrage krijgen als zij een fiets aanschaffen. Op deze manier betrek je werknemers bij hun keuze om op een sportieve manier naar hun werk te komen. Zorg dan wel voor goede omkleedgelegenheid, kluisjes en een fietsenstalling.

4. De vernieuwende kracht van sport

Innovation is our sport

*Clara van Haften, Bart Heuvingh, Marijn Huiskamp,
Annabel van der Linden*

Voorwoord

Voor u ligt het hoofdstuk met de bevindingen van de groep ‘De vernieuwende kracht van sport’. Hierin is te lezen hoe wij hebben geprobeerd de vernieuwende kracht van sport in beeld te krijgen. Dit doen we door middel van het bestuderen van bestaande literatuur en interviews over de vernieuwende kracht van sport die zijn gehouden met verschillende personen binnen en buiten de sportwereld.

Bij vernieuwingen in de sport denkt men al snel aan productinnovaties; bedrijven als InnoSportNL en DSM houden zich veel met dit soort vernieuwingen bezig. Maar ook wetenschappelijke uitvindingen zoals de klapschaats (vu Bewegingswetenschappen) vallen onder vernieuwingen in de sport. Vernieuwingen in de sport beperken zich niet tot materialen, ook nieuwe trainingsmethoden en psychologische begeleiding zijn vernieuwingen binnen de sport, de zogeheten procesinnovaties.

Wanneer sport zorgt dat er iets verandert in de maatschappij, zoals de stichting ‘Meer dan Voetbal’ weet te bewerkstelligen, kan er op maatschappelijk vlak een vernieuwing vanuit de sport optreden. De vernieuwende kracht van sport wordt ook gevonden bij individuen wanneer iemand de (vaak gehoorde) winnaarmentaliteit uit de sport toepast in andere delen van zijn leven en hierdoor zijn levensstijl verandert. De vernieuwende kracht van sport kan wellicht van betekenis zijn op scholen. Zo wordt uitblinken in sport als wenselijk gezien, terwijl uitblinken op school een negatievere connotatie heeft voor veel leerlingen. Kunnen we misschien de zesjescultuur uit de scholen halen door meer sportmetaforen te gebruiken?

Naast deze positieve kant van de vernieuwende kracht van sport zijn er echter ook nadelen en tegengeluiden. Is doping bijvoorbeeld niet de overtreffende trap van vernieuwing en ontwikkeling? En is voetbal nog wel leuk met doellijntechologie? Wanneer sport als vrijetijdsbesteding wordt gezien, waarom legt de overheid ons dit dan op? Zijn we wel kritisch genoeg ten overstaan van het nut van innovaties? Er zijn immers genoeg tegengeluiden die ons aan het denken zetten over de toegevoegde waarde van sportinnovaties.

De concrete vraag die wij in dit eindrapport proberen te beantwoorden is: ‘Wat is de vernieuwende kracht van sport, waar is deze te vinden en hoe kan deze optimaal worden ingezet?’

4.1 Methode

Het doel van dit hoofdstuk is om een compleet beeld te schetsen van de vernieuwende kracht van sport. Om het hoofdstuk te structureren hebben wij ervoor gekozen om de vernieuwende kracht op te delen in vijf deelonderwerpen. We zijn na twee uitgebreide brainstormsessies, waarin verschillende aspecten van de vernieuwende kracht van sport naar voren kwamen, gekomen tot de volgende grove indeling:

- Productvernieuwingen
- Procesvernieuwingen
- Vernieuwing door sport
- Kennisdeling
- Tegengeluiden

Deze vijf deelonderwerpen worden elk apart besproken, er zal daarbij getracht worden om binnen elk deelonderwerp een overzicht te geven van de bevindingen van deze deelonderwerpen. We zijn tot deze bevindingen gekomen door middel van een literatuuronderzoek en het afnemen van interviews. Voor het literatuuronderzoek hebben wij gebruikgemaakt van verschillende bronnen zoals onderzoeksverslagen (van onderzoeksinstituten, hogescholen en universiteiten) en artikelen uit populaire media (kranten, tijdschriften en internetartikelen). De interviews zijn afgenomen onder twee doelgroepen namelijk sleutelfiguren uit het domein van de vernieuwende kracht van sport en topsporters.

De sleutelfiguren zijn zowel afkomstig uit de sportpraktijk en de sportwetenschap als uit het bedrijfsleven. Op deze manier hebben wij ervoor gezorgd dat we sleutelfiguren uit drie belangrijke sectoren geïnterviewd hebben. Daarnaast hebben wij getracht de bovenstaande indeling naar vijf deelonderwerpen terug te laten komen in de interviews. In elk interview lag de focus voornamelijk op één van de vijf onderwerpen. Er werd daarnaast wel voor gezorgd dat elk deelonderwerp werd besproken.

Om het beeld van de vernieuwende kracht van sport nog completer te maken, hebben wij ervoor gekozen om, naast sleutelfiguren, ook topsporters te interviewen. Topsporters hebben namelijk, vanuit hun referentiekader, een heel eigen kijk op de vernieuwende kracht van sport.

4.2 Bevindingen

4.2.1 Productvernieuwingen

Iedereen kent innovaties als kunstgras, de klapschaats en het LZR-zwempak van Speedo. In bijna elke tak van sport worden de kleding en het materiaal van sporters verbeterd, het veld aangepast en het trainingsmateriaal vernieuwd. Het doel van deze aanpassingen en vernieuwingen is het verbeteren van de prestaties van atleten. Technologische innovaties kunnen daar een belangrijke rol in spelen en ook het meten van die prestaties wordt een steeds nauwkeurigere bezigheid. Atleten kunnen tegen-

woordig gemonitord worden op hun hartslag, zuurstofopname, lactaatconcentratie, positie, snelheid en afgelegde afstand. De opkomst van het Hawk Eye-systeem in tennis heeft ervoor gezorgd dat er veel nauwkeuriger bepaald kan worden of een bal uit is of niet.

De productvernieuwingen kunnen worden opgedeeld in de volgende facetten:

- Materiaal
 - Kleding
 - Sportattributen
 - Sportfaciliteiten
 - Beschermende attributen
- Meetapparatuur
 - Feedback aan de sporter
 - Regelhandhaving
 - Feedback voor publiek
- Voedingssupplementen
- Revalidatie
 - Protheses/hulpmiddelen voor topsporters
 - Protheses/hulpmiddelen voor mindervaliden

Hoewel de techniek in de ontwikkeling van sport essentieel is geweest en vaak een voorwaarde is voor het beleven van de kracht van sport, zijn wij van mening dat productvernieuwingen binnen de sport meestal niet de belangrijkste kracht van sport zijn. Wij denken namelijk dat productinnovaties niet essentieel zijn in de persoonlijke beleving van de sport. Ook als je niet de allerbeste racefiets hebt maar op een oud barrel rijdt, of met gaten in je voetbalschoenen speelt, kun je gegrepen worden door de kracht van sport.

Daarnaast worden productvernieuwingen in de sport nooit genoemd als reden om te gaan sporten. Er zullen bijvoorbeeld waarschijnlijk niet meer mensen gaan tennissen omdat er een verbeterd racket op de markt is gebracht. Dit hoofdstuk zou alle productvernieuwingen in de sport uitgebreid kunnen behandelen, maar volgens ons raakt dat niet de kern van het project, dat is namelijk de kracht van sport concretiseren.

‘Productvernieuwingen zijn vaak goed te “vermarkten” en daardoor zijn veel bedrijven met dit type vernieuwing bezig. Procesvernieuwingen zijn mogelijk belangrijker om de prestaties van sporters te verbeteren, echter omdat deze vernieuwingen moeilijk te “vermarkten” zijn, wordt hier door bedrijven minder aandacht aan besteed.’ (Peter Beek – decaan Faculteit der Bewegingswetenschappen Vrije Universiteit, Amsterdam)

4.2.2 *Procesvernieuwingen*

Procesvernieuwingen binnen sport zijn net zo talrijk als de productvernieuwingen. Zo kan gedacht worden aan prestatiegerichte vernieuwingen zoals trainingsmethoden, voedingsadvies en sportpsychologie. Daarnaast zijn er vernieuwingen gericht op gezondheid en geneeskunde zoals het voorkomen van blessures bij sporters. Ten slotte kan er gedacht worden aan organisatorische vernieuwingen zoals het organiseren van nieuwe sportevenementen of het veranderen van spelregels. De indeling ziet er als volgt uit:

- Prestatiegerichte vernieuwingen
- Vernieuwingen gericht op gezondheid
- Organisatorische vernieuwingen

Tijdens het seminar over de vernieuwende kracht van sport sprak Peter Beek over het belang van procesvernieuwingen, hij maakte er de volgende opmerking over:

‘Het betreft onder andere talentontwikkeling, techniek, tactiek, training, begeleiding, voeding en rust. Het is mogelijk voor een betere prestatie belangrijker (dan productinnovaties), maar moeilijker te “vermarkten” en het is soms makkelijker verborgen te houden.’

Hier willen wij ons graag bij aansluiten. De procesinnovaties in de sport zijn talrijk, in vrijwel elk sportgerelateerd proces wordt geïnnoveerd.

Hoogleraar bewegingswetenschappen Raoul Oudejans en Querian Eijgensteijn gaven in de afgenomen interviews aan dat de wetenschap steeds meer wordt betrokken in procesinnovaties en dat topsporters steeds meer openstaan voor wetenschappelijke kennis. Het blijft echter ook zo dat topsporters conservatief blijven, ze houden graag vast aan voor hen bekende processen en nemen eerder kennis aan van (ex) sporters dan van wetenschappers. Dit werd bevestigd tijdens het seminar waar Charles van Commenée sprak. Een aantal verschillen tussen de wetenschap en topsport spelen hierin een rol. Ten eerste duurt wetenschappelijk onderzoek vaak meerdere jaren. Topsporters willen geen, en zeker niet voor meerdere jaren, proefpersoon zijn, zij willen snel resultaat zien. Daarnaast is het voor wetenschappers lastig om hun bevindingen duidelijk naar de sporters te communiceren. De uitkomsten van een onderzoek bieden meestal slechts een kleine toevoeging aan de bestaande kennis en laten zich niet gemakkelijk vertalen naar een product- of procesinnovatie. Om bovenstaande redenen is het wenselijk dat wetenschappers in het veld nauwkeurig samenwerken met ervaringsdeskundigen uit de sportwereld.

Zoals Peter Beek in het seminar aangaf, zijn de meeste procesinnovaties erop gericht de prestatie van de sporter te verbeteren. Overige procesinnovaties kunnen het sporten veiliger, leuker en comfortabeler maken en zijn dus gericht op de sport zelf.

Een voorbeeld hiervan zijn instructies voor het voorkomen en verhelpen van blessures tijdens het hardlopen of het opstarten van een trainingsschema voor een marathon. Soms kan sport elders vernieuwingen teweeg brengen, hier wordt later dieper op ingegaan.

'Ik kan geen kant en klare oefeningen aanbieden van als je dit maar een jaar doet dan gaat het goed, maar ik kan wel laten zien dat het een vaardigheid is en dat het nastrevenswaardig is om te zorgen dat je spelers hier beter in worden.' (John van der Kamp – bewegingswetenschapper – over het nemen van een penalty)

'Sport is een manier om iemand bewust te laten worden van hoe krachtig en breekbaar een lichaam kan zijn en dat je je lichaam als tool kunt gebruiken naar de buitenwereld; het is echt een verbindingsstuk tussen jou en je omgeving. Sport is een manier om die verbinding te verbeteren.' (Tim Salomons – ex-schaatser)

4.2.3 Vernieuwing door sport

Dat sport een fenomeen is waar veel tijd en geld in wordt gestoken heeft niet alleen zijn invloed op en voordelen voor de sportwereld, ook de wereld daarbuiten kan door sport positief beïnvloed worden en leren van de kennis en ervaringen, en als sparingpartner fungeren. We hebben specifiek bekeken wat er beschreven is over de uitwisseling tussen technieken die coaches gebruiken in de sport en leiderschapstijlen die managers er in het bedrijfsleven op nahouden. Er heerst een beeld dat sportcoaches veel inspiratie kunnen bieden aan managers.

Toch zijn er ook tegenstanders van dit gedachtegoed, die het een onvergelykbare situatie vinden en sport als een andere manier van presteren zien dan hoe dat in het bedrijfsleven gebeurt. Het bedrijfsleven zou veel meer gebruikmaken van dienend leiderschap. Sporters worden vaak ingezet om praatjes te houden die veelal een hoge amusementsfactor hebben. In het bedrijfsleven zou de nadruk liggen op het behalen van resultaten en cijfers, terwijl in de sportwereld het proces naar de wedstrijd toe misschien wel veel meer aandacht krijgt en belangrijker is dan het uiteindelijke resultaat. Er kan geconcludeerd worden dat de vernieuwende kracht van sport bij het bedrijfsleven populair is, maar niet altijd significant wat kan toevoegen aan de prestaties van een organisatie. Wat is dan in dit geval nog de kracht van sport?

Uit de literatuur hebben we een aantal punten gedistilleerd die ons inzicht kunnen geven in de mogelijkheden die sport de buitenwereld biedt, wat de sportwereld specifiek aan het bedrijfsleven kan bieden en andersom.

Voordelen die de sport buiten de sportwereld oplevert (Bussemaker, 2008):

- Samenwerking tussen verschillende partners kan ontwikkelingen versnellen.
- Innovaties in sport maken ook de breedtesport en het sportplezier beter.

- Innovatieve ideeën kunnen de omgeving aantrekkelijk maken en mensen enthousiast maken om te beginnen met sport.
- Verschaffen van banen.
- Verbeteren van handelspositie en kenniseconomie.
- Sport als laboratorium voor innovaties.

Wat de sportwereld (coach) het bedrijfsleven (manager) kan leren:

- ‘Meer emotie in het werk leggen, in plaats van puur op cijfers te sturen.’ (Rogier Offerhaus, in Hartgers, 2010)
- ‘Kijken naar geheel, zorgen voor variatie (mix persoonlijkheden in team), koppelen teamrol en taak (mensen inzetten op natuurlijke sterkte), zoeken naar complementariteit.’ (Managementsite.nl, 2010)
- ‘Coachen is geen eenrichtingsverkeer: een goede coach zoekt uit wat de sporter nodig heeft.’ (Erik van Rinsum – managementtrainer/coach Ajax, in Hartgers, 2010)
- ‘Focussen op proces en niet altijd op resultaat.’ (Pons Jan Vermeer – tennisbond, in Hartgers, 2010)
- ‘Iemand heeft alles al in huis, je hoeft alleen te faciliteren.’ (Peter Murphy – NOC*NSF, in Boland en De Vos, 2008)
- ‘Triple A: autonoom, authentiek en autoriteit.’ (Peter Murphy – NOC*NSF, in Boland en De Vos, 2008)
- ‘Coach vergelijken met HR-manager.’ (Hans Westerbeek – hoogleraar sportmanagement, in Boland en De Vos, 2008)
- ‘Eigen capaciteiten goed kennen en geen doelen stellen die niet haalbaar zijn.’ (Barry Hughes – voetbalcoach en *motivational speaker*, in Van Hulst, 2010)
- ‘Energiemanagement: energie sparen voor de wedstrijd, genoeg rust nemen.’ (Pons Jan Vermeer – tennisbond, in Hartgers, 2010)
- ‘Minder star leidinggeven, minder kortetermijndenken en meer oog hebben voor opleiding en ontwikkeling van talent.’ (Marc Lammers – hockeycoach, in Van Hulst, 2010)
- ‘Feedback op doen en presteren prikkelt tot zelf nadenken en keuzes maken.’ (Maarten Ducrot – profwielrenner, in Van Hulst, 2010)

Wat het bedrijfsleven (manager) de sportwereld (coach) kan leren:

- ‘Chaos is een gegeven, je moet niet alles willen controleren.’ (Paul van Ass – hockeycoach HGC, in Hartgers, 2010)
- ‘Dienend leiderschap: een coach in de sport kan heel autoritair zijn, terwijl dat in het bedrijfsleven niet werkt.’ (Mathieu Weggeman – auteur managementboek *Leidinggeven aan professionals? Niet doen*, in Boland en De Vos, 2008)
- ‘Sturen op collectieve ambitie, permanente feedback, assertiviteit, dienende bescheiden opstelling.’ (Mathieu Weggeman – auteur managementboek *Leidinggeven aan professionals? Niet doen*, in Boland en De Vos, 2008)

‘Gelukkig vinden sport en bedrijf elkaar al veel vaker. Het is opvallend te zien dat samenwerking tussen, op het eerst gezicht, verschillende partners ontwikkelingen kan versnellen en veel mooie dingen oplevert.’ (Jet Bussemaker, 2008)

‘Beide partijen kunnen evenveel van elkaar leren, maar sport is een metafoor die iedereen gebruikt, en vult een derde van elke nationale krant terwijl het bedrijfsleven zich min of meer achter gesloten deuren afspeelt.’ (Hans Westerbeek – hoogleraar sportmanagement in Australië, in Boland en De Vos, 2008)

‘Goede bedrijven spelen niet iedere dag een wedstrijd maar investeren in gerichte training. Op korte termijn kost dat geld. Maar als je niet nadenkt over en traint op wat beter kan, blijf je dezelfde fout maken. Dat is bij hockey niet anders. Wij trainen 99 procent van onze tijd en daarin is er ruimte om te proberen en om fouten te maken. In het bedrijfsleven is dat precies andersom. Er is geen tijd om te proberen, fouten te maken.’ (Marc Lammers – hockeycoach, in Van Hulst, 2010)

‘Steden die een Olympische functie krijgen, groeien uit tot wereldsteden. In het traject naar de daadwerkelijke Spelen, krijgen talloze bedrijven kansen die normaliter niet aan bod zouden komen. Sport verbreedt: met het optillen van het breedtesportniveau in Nederland komen talloze zinvolle initiatieven aan bod, die zorgen voor samensmelting in ons multiculturele landje. Ook op gezondheidsvlak zijn er winstmogelijkheden te behalen.’ (De Vonken van 2028)

4.2.4 Kennisdeling

Kennisdeling is essentieel binnen de vernieuwende kracht van sport. Het is een voorwaarde voor het verleggen van veel grenzen en zo van grote waarde bij de vernieuwende kracht van sport. Het belang van kennisdeling binnen de sportwereld blijkt alleen al uit het feit dat er de afgelopen tien jaar een wildgroei is ontstaan aan grote en kleine initiatieven die kennisdeling binnen deze tak mogelijk maken. Doel van deze kennisdeling is het professionaliseren van de sportwereld, om zo de beschikbare kennis voor verschillende doeleinden te kunnen inzetten.

Veel bedrijven en instanties hebben problemen ervaren doordat adequate kennis niet beschikbaar of bekend was. Deze kennis is echter wel noodzakelijk bij het maken van stappen op bijvoorbeeld wetenschappelijk, organisatorisch of economisch gebied. Het doel van nagenoeg al deze relatief nieuwe initiatieven is het toegankelijk maken en beschikbaar stellen van bestaande kennis om zo de kennis te kunnen gebruiken voor verschillende doeleinden binnen en buiten de sport.

‘Kennis krijgt pas waarde als die wordt toegepast.’

Kennisdeling als vernieuwende kracht van sport is ook belangrijk op het gebied van een vitale samenleving, we constateren hier een raakvlak met ‘gezondheid’ en de gezonde kracht van sport

‘Deze bundeling van kennis, expertise en middelen is kansrijk voor topsport, maar de komende jaren ook absoluut noodzakelijk voor het realiseren van een vitale samenleving.’ (George de Jong – directeur InnosportNL)

4.2.5 Tegenargumenten

Tot nu toe hebben we het voornamelijk gehad over de voordelen van innovaties en vernieuwingen in de sport. We hebben al aangegeven dat de kracht van sport waarschijnlijk niet te vinden is in deze vernieuwingen en innovaties. Vernieuwingen en innovaties worden door sommige mensen in de sportwereld zelfs als negatief gezien, denk maar eens aan alle ophef over de haaienzwempakken of de discussies rondom doellijntechologie in het voetbal. Of wat te denken van onze eigen vaderlandse vernieuwer in het hockey: Marc Lammers. Verschillende vernieuwingen van zijn kant zijn later verboden door de hockeybond. Ook komen er tegengeluiden vanuit supporters die de sport te commercieel vinden worden. De mondiale groep Against Modern Football, in Nederland opererend onder de naam In de Hekken, is hier een voorbeeld van. We proberen dus advocaat van de duivel te spelen door ook de argumenten tegen vernieuwing en innovaties aan bod te laten komen. In deze paragraaf zullen de tegenargumenten opgedeeld worden op basis van hun onderliggende argumentaties. Een opdeling in onderliggende argumentaties brengt enkele problemen met zich mee omdat sommige tegengeluiden meerdere onderliggende argumenten hebben. Toch is er omwille van de overzichtelijkheid en duidelijkheid voor een opdeling gekozen.

Een opdeling van tegenargumenten op basis van de onderliggende argumentaties:

Innoveren om het innoveren

Innoveren en vernieuwen moet geen doel op zich zijn, maar veel meer een middel om de eigen visie en missie van een organisatie/bedrijf/club te halen. Wanneer innovatie en vernieuwing namelijk een doel op zich zijn, dan zijn de praktische toepasbaarheid en het langetermijngebruik niet gewaarborgd. Innoveren en vernieuwen zijn geen toverwoorden die alles oplossen.

Intrinsieke waarde van sport verandert

Vernieuwingen en innovaties moeten niet de intrinsieke waarde (karakter) van de sport veranderen. Sport is het opwerpen van onnodige obstakels die iemand zelf moet zien te overwinnen (Van Bottenburg en Heilbron, 1996). Wanneer we deze

obstakels (voortbewegen in water) gaan wegnemen (door zwempakken waardoor je meer drijft op het water en de weerstand enorm daalt), kunnen we dan nog wel van sport spreken?

Beleving van sport verandert: commercialisering

Door de commercialisering voelen supporters, bij voornamelijk voetbalclubs, zich steeds meer een consument worden in plaats van een fan. Alles draait om geld verdienen en er wordt vergeten waarom een vereniging/club er eigenlijk is. Het doel is mensen verenigen en niet geld verdienen of winst maken. Kuper en Szymanski (2009) omschrijven dit aspect mooi in hun (in onze ogen briljante) boek 'Dure spitsen scoren niet – en andere raadsels van het voetbal verklaard'. Op pagina 108 schrijven zij namelijk: 'Een club lijkt meer op een stadsmuseum: een instituut voor de openbare zaak, dat bestaat om mensen gelukkig te maken terwijl het min of meer quitte speelt. Dat klinkt als een bescheiden doel, maar voor veel clubs is het te hoog gegrepen.'

Beleving van sport verandert: informatisering

Informatisering is een van de vijf langlopende processen gesignaleerd door Paul Schnabel. Informatisering zorgt ervoor dat een individu 24/7 kennis over sport binnen handbereik heeft via telefoon, internet, sportkanalen etc. Waar vroeger op zondagavond om zeven uur het kijken naar Studio Sport een spannende belevenis was, is dat nu vaak niet meer het geval. Graaft sport zijn eigen graf doordat het kijken geen belevenis meer is?

'Het is vooruitgang versus nostalgie, dat verlies je altijd.' (Voetbalsupporter tegen het moderne voetbal)

4.3 Vergelijking en analyse

De vernieuwende kracht van sport hebben wij in dit onderzoeksrapport opgedeeld in vijf deelonderwerpen. Deze deelonderwerpen hebben we vervolgens voornamelijk als losstaande elementen van de vernieuwende kracht van sport behandeld. Het voordeel hiervan is dat we gericht onderzoek konden doen naar elk van deze deelonderwerpen. Het nadeel echter is dat er nuances en samenhang verloren gaat door deze opdeling. Productinnovaties en procesinnovaties gaan bijvoorbeeld vaak hand in hand en een strikte opdeling in deze twee deelgebieden is zodoende lastig. Daarnaast leiden product- en procesinnovaties bijvoorbeeld regelmatig tot vernieuwingen door sport. Een ander dwarsverband is dat er vaak pas sprake is van een succesvolle product- en/of procesinnovatie wanneer er kennisdeling heeft plaatsgevonden. Deze vernieuwingen en innovaties leiden vaak tot tegenargumenten, denk hierbij aan de ophef over doellijnttechnologie of de zwempakken.

Hierboven hebben we een analyse gemaakt van de vernieuwende kracht van sport *an sich*. Hierop volgend zullen we raakvlakken van de vernieuwende kracht van sport met de andere domeinen van de kracht van sport belichten.

- *Economisch*: vooral productinnovaties hebben veelal een hoge marketingwaarde, die overigens onzes inziens niet bijdraagt aan de kracht van sport.
- *Maatschappelijk*: de vernieuwende kracht van sport kan maatschappelijke effecten teweegbrengen bij bijvoorbeeld scholieren.
- *Gezond*: innovaties kunnen bijdragen aan veiligere en gezondere omstandigheden voor sportbeoefening of kunnen toegepast worden in de revalidatie.
- *Topsport*: topsport kan gebruikt worden als laboratorium voor innovaties die de breedtesport kunnen verbeteren en andersom. Daarnaast ligt vernieuwing intrinsiek in topsport verankerd, omdat men in topsport continu op zoek is naar verbetering.

4.4 Conclusies

Aan de hand van het onderzoek naar de vernieuwende kracht van sport kan het volgende geconcludeerd worden:

De vernieuwende kracht van sport is met name te vinden in procesinnovaties in plaats van in productinnovaties

Als er over de vernieuwende kracht van sport gesproken wordt, dan wordt er vaak automatisch aan productinnovaties gedacht omdat die tot de verbeelding spreken en makkelijker ‘vermarkt’ kunnen worden. Echter, procesinnovaties, vernieuwingen door sport en kennisdeling dragen volgens ons meer bij aan de vernieuwende kracht van sport, maar deze zijn minder tastbaar en de effecten zijn pas op langere termijn zichtbaar.

‘Focus niet enkel op productinnovaties maar ook op procesinnovaties want daar ligt meer ruimte/kans voor prestatieverbetering.’ (Peter Beek – bewegingswetenschapper)

Vernieuwingen moeten voortkomen uit en bijdragen aan de visie van een organisatie

Te veel organisaties zien vernieuwing als een doel op zich. Vernieuwingen moeten voortkomen uit een behoefte of een visie van een organisatie. Echter, veel organisaties ‘vernieuwen om het vernieuwen’ en daarmee wordt het een soort paraplubegrip dat aan inflatie onderhevig is.

‘Innoveer niet als doel op zich maar vanuit een missie/visie.’ (Marijn Beuker – manager Development & Innovation AZ Alkmaar)

Een goede afstemming tussen sport, wetenschap en bedrijfsleven is een voorwaarde voor het slagen van vernieuwingen

Veelal ontstaan vernieuwingen binnen één sector (sport, wetenschap of bedrijfsleven) zonder dat er een duidelijke afstemming is met de andere sectoren. Echter, succesvolle vernieuwingen komen in het algemeen voort uit een goede samenwerking tussen verschillende gebieden.

‘Het is opvallend te zien dat samenwerking tussen, op het eerst gezicht, verschillende partners ontwikkeling kan versnellen en veel mooie dingen oplevert. Samenwerking biedt mooie kansen voor de Nederlandse handelspositie, de kennis-economie én de prestaties in de sport. Als ik breder naar de innovatieagenda kijk, zie ik ook mogelijkheden voor stimulering van sportbeoefening.’ (Jet Bussemaker – minister van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap)

4.5 Aanbevelingen

Naar aanleiding van het onderzoek over de vernieuwende kracht van sport zijn er een aantal aanbevelingen opgesteld:

Besteed meer aandacht aan procesinnovaties en deel deze kennis met betrokken partijen

Ondanks dat het moeilijker is om procesinnovaties te vermarkten, bevelen wij aan om de nadruk van productinnovaties naar procesinnovaties te verleggen. Immers, uit onze bevindingen is gebleken dat procesinnovaties in grotere mate kunnen bijdragen aan sportbeleving en daarmee bijdragen aan de kracht van sport.

Zorg voor goede communicatie en samenwerking tussen vernieuwers en sporters om vernieuwingen te implementeren

Een goede samenwerking tussen verschillende betrokken partijen kan ontwikkeling versnellen. Er zijn verschillende instanties die een platform bieden voor kennisdeling met betrekking tot sport en innovaties. Zoek elkaar in de wetenschap, het bedrijfsleven en de sport vaker op. Stimuleer deze initiatieven en maak gebruik van de kennis die dankzij deze samenwerking tot stand komt en beschikbaar is.

5. De kracht van topsport

Sport, inspires our generation

Kelly Elskamp, Koen de Jong, Roy Riebeek, Niels Waterval, Peter Wiggers

Voorwoord

Dat sport 'krachtig' is, is een veelgehoord argument in de discussies over de inzet van sport op verschillende terreinen. Door voorstanders of 'gelovigen' (*believers*) wordt sport allerlei uitmuntende eigenschappen toebedeeld. De kracht van sport is echter ongedefinieerd en moeilijk te concretiseren. Dit hoofdstuk is opgesteld vanuit het domein topsport. De vraag waarop in dit hoofdstuk antwoord wordt gegeven is: *Wat is de kracht van topsport?*

Deze vraag is tweeledig. Er moet bepaald worden wat topsport is en wat de kracht is die hierin schuilt. Voor topsport is geen eenduidige definitie. Vaak gaat topsport gepaard met veel trainen en goed presteren in een bepaalde tak van sport op een hoog niveau. Denk hierbij aan voetballen in de eredivisie of turnen op landelijk of internationaal niveau. Volgens de professionals vormen topsporters een groep van mensen die het beste zijn in hun tak van sport. Ze willen het beste uit zichzelf halen, gecombineerd met een grote beleving en passie voor wat ze doen.

Deze definitie is een begin van het vinden van het antwoord op de hoofdvraag. Uitvinden wat de kracht is die in topsport zit, vergt meer dan het opzoeken van een definitie. Meer hierover volgt in de rest van het hoofdstuk.

5.1 Methode

De kracht van topsport is moeilijk te concretiseren, daarom wordt dit op twee manieren onderzocht. Er wordt een literatuuronderzoek uitgevoerd en er zijn drie verschillende doelgroepen ondervraagd door middel van semigestructureerde interviews. De drie ondervraagde doelgroepen zijn generatiegenoten, sleutelfiguren/professionals uit de topsport en (ex)topsporters.

De interviews zijn afgenomen aan de hand van een vragenlijst met vragen in vier verschillende categorieën:

- Algemeen
- Functie/waarde van topsport
- Gevoel bij topsport
- Geld en invloed overheid op topsport

Elk interview werd afgesloten met de vraag: 'Wat is volgens u de kracht van topsport?' De interviews zijn vastgelegd op film of geluidsopname. De antwoorden

zijn getranscribeerd en hiervan is een synthese gemaakt die als analysemateriaal is gebruikt.

Naast de interviews is er deskresearch gedaan naar *evidence-based* literatuur op het gebied van topsport. Hierin zijn de volgende gebieden onderscheiden:

- Meerwaarde van topsport (maatschappelijk, opvoeding)
- Trots/saamhorigheid: hoe uit het zich, wat zijn de effecten (economisch)?
- Voorbeeldfunctie: wat is het effect ervan, voor wie zijn topsporters voorbeelden?
- Wat is topsport, wat is de functie van topsport?
- Hoe dient de overheid topsport te ondersteunen, wat zijn de effecten?

Voor het zoeken naar geschikte literatuur zijn verschillende zoekmachines gebruikt: Google Scholar, Pubmed en Picarta. Er is gezocht met behulp van de volgende woorden of een combinatie van deze woorden (zowel in het Nederlands als in het Engels): nationale trots, sport, rolmodel, functie, topsport, maatschappij, kracht, maatschappelijke, sportparticipatie. De zoektermen zijn afgeleid van de vijf thema's die wij in het literatuuronderzoek hebben onderscheiden. Aan de hand van de vijf thema's die uit het literatuuronderzoek naar voren komen is een wetenschappelijke onderbouwing opgesteld die gekoppeld kan worden aan de mening van de geïnterviewde ervaringsdeskundigen, experts en generatiegenoten.

5.2 Bevindingen

Zoals aangegeven bestaat dit onderzoek naar de 'Kracht van Topsport' uit twee onderdelen. Er zijn interviews afgenomen bij drie verschillende types respondenten en er is een literatuuronderzoek uitgevoerd. Hieronder volgt een verslag van de belangrijkste bevindingen.

5.2.1 Wat is topsport?

Functie, meerwaarde en gevoelens

Wanneer wordt gevraagd wat topsport is, geven de respondenten allemaal ongeveer hetzelfde antwoord; zij zien topsport en topsporters niet los van elkaar en het gaat om sporters die het beste zijn in hun tak van sport. De professionals voegen hier nog wel een vorm van passie of gedrevenheid aan toe, een bepaalde *mindset* die bepaalt of je de top gaat halen. Niet alleen je fysieke kwaliteiten bepalen of je de beste bent in jouw sport, een topsporter moet ook over een aantal mentale eigenschappen beschikken. Doorzettingsvermogen en zelfregulatie zijn hierin de meest genoemde kwaliteiten.

Naast de intrinsieke kwaliteiten die worden toegeschreven aan topsporters, wordt ook de 'externe' functie door de respondenten veelvuldig genoemd; topsporters hebben een voorbeeldfunctie voor de maatschappij. De prestaties van topsporters vergroten de saamhorigheid en als idolen van onze jeugd hebben ze een opvoedkundige functie. De boodschap die de topsporters meegeven aan onze kinderen of andere

doelgroepen ligt met name in de vorming van normen en waarden. Maar ook het positief beïnvloeden van een gezonde, actieve leefstijl en het vergroten van de sportdeelname worden veelvuldig genoemd als bijeffect van topsporters op onze maatschappij. De literatuur onderschrijft dit niet altijd.

Het directe verband tussen een blijvende populariteit en daardoor vergrote deelname aan een sport enerzijds en de topsportprestaties aan de andere zijde ontbreekt. Hoewel de literatuur suggereert dat positieve of negatieve sportprestaties de trots niet direct vergroten of verkleinen, kan wel gesproken worden van een gevoel van trots met betrekking tot het eigen land. Iets waar de respondenten en de literatuur in overeenstemmen is het feit dat topsport inspireert. De passie en gedrevenheid waarmee topsporters het hoogst haalbare nastreven, die wil om te winnen, inspireert mensen. Het zet aan tot 'beweging' in al haar mogelijke facetten.

5.2.2 Topsport en overheid

Verbonden, recht of plicht?

Topsport kan niet bestaan zonder de steun van de overheid, daar zijn alle respondenten het over eens. Want hoewel sommige takken van sport, bijvoorbeeld voetbal, zich kunnen bedruipen, is een groot gedeelte nog afhankelijk van de steun van de overheid. En als wordt gekeken naar de functie of meerwaarde die door de respondenten wordt toegeschreven aan topsport, vinden zij het ook niet minder dan een verplichting van de overheid om de topsport financieel te ondersteunen.

Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport beaamt dit ook. Het ondersteunt de topsport in Nederland, mits de topsporters vanuit hun bijzondere positie hun steentje bijdragen aan de maatschappij. De ondervraagde topsporters zijn het met dit standpunt van de overheid eens, maar merken dat er nog te weinig 'gebruik' van hen wordt gemaakt. Ook de professionals herkennen dit.

'De maatschappelijke meerwaarde van topsporters wordt op dit moment nog onvoldoende gebruikt, het is vooruitgegaan, maar nog steeds onvoldoende.' (Jeroen Bijl – Manager Topsport, NOC*NSF)

Hierin zou vanuit de overheid meer gestuurd kunnen worden om zo de investeringen die zij jaarlijks doet in topsport 'terug te verdienen'.

5.2.3 Kracht van topsport

Sport, inspires your generation

De vraag 'Wat is volgens u de kracht van topsport?' wordt door de respondenten verschillend beantwoord, maar wanneer er tussen de regels door wordt gelezen is er een gemeenschappelijke component. Topsport inspireert. De manier waarop topsporters zich gedragen en wat ze doen raakt (alle) Nederlanders en brengt hen samen.

Topsporters hebben een voorbeeldfunctie en dat uit zich in saamhorigheidsgevoel, idolen van kinderen en het aanzetten tot sporten.

Al met al verklaren de respondenten dat inspireren een kernwaarde is, waarvan de kracht niet kan worden bewezen, maar die volgens hen wel ontegenzeggelijk aanwezig is.

5.3 Vergelijking en analyse

Hoewel uit de literatuur blijkt dat er vanuit wetenschappelijk oogpunt nauwelijks houvast is over wat exact de kracht van topsport inhoudt, wordt dit in de interviews van een andere kant belicht. Uit de interviews komt naar voren dat de respondenten in eerste instantie vaak niet gelijk hun vinger kunnen leggen op de kracht van sport. Zij stellen hun mening veelal bij naarmate het interview vordert. Zo blijkt dat de verschillende doelgroepen die zijn geïnterviewd, respectievelijk generatiegenoten, sleutelfiguren binnen het domein van topsport en (ex-)topsporters, voornamelijk veel kracht toeschrijven aan de maatschappelijke functie van topsport.

De maatschappelijke functie van topsport bestaat uit het gevoel van saamhorigheid, inspiratie en trots dat kan voortkomen uit topsport. Samen trots op ons land, hierbij wordt topsport gezien als een collectief goed. Uit de literatuur blijkt echter dat topsport dit gevoel niet of nauwelijks kan beïnvloeden, de schommelingen in het gevoel van nationale trots zijn minimaal en tijdelijk van aard tijdens (grote) sportevenementen.

Tevens wordt in de verschillende onderzoeken de individuele kracht van topsport, namelijk het inspireren van mensen, benadrukt. Deze inspiratie bevordert volgens de geïnterviewden de breedtesport en zorgt daarnaast voor mentale kracht op het gebied van discipline en doorzettingsvermogen. Op deze manier vormt topsport een voorbeeld voor de samenleving door personificatie van generatiegenoten en sleutelfiguren, maar ook door topsporters zelf met (andere) sporters en hun prestaties. Uit de literatuur komt naar voren dat grote sportevenementen amper van invloed zijn op de sportparticipatie. De sportparticipatie zou verhoogd kunnen worden met behulp van doelgerichte campagnes via media en *side events* (Van Bottenburg, Elling, Hover, Brinkhoff & Romijn, 2011).

Uit wetenschappelijke literatuur over topsport komt naar voren dat de kracht van topsport niet wezenlijk kan worden aangetoond. De overheid heeft de verwachting dat topsporters vooral kunnen dienen als voorbeeld voor de jeugd. De invloed van deze voorbeeldfunctie is, zo blijkt uit de literatuur, minimaal doordat de topsporters niet direct in contact staan met het overgrote deel van de bevolking. Wanneer er structureel gebruik wordt gemaakt van deze voorbeeldfunctie, zou deze invloed wel worden vergroot (Bussemaker, 2007).

De positieve associaties met topsport, die vooral naar voren kwamen in de interviews, geven aan dat sport als een positief collectief goed wordt ervaren. De nevenef-

fecten, zowel positief als negatief, zijn vaak (nog) niet wetenschappelijk aantoonbaar maar wel voelbaar. Aan de hand van wetenschappelijke literatuur is te concluderen dat de kracht van topsport kleiner lijkt te zijn dan veel mensen denken en uitdragen. Maar als topsport en topsporters op de juiste manier worden ingezet hebben zij, naast entertainment, een toegevoegde waarde voor de maatschappij, zoals bovenstaand beschreven (Elling, Van Hilvoorde & Van den Dool, 2012). Verbroedering, trots en discipline zijn karakteristieken die door de respondenten worden genoemd als kernwaarde voor het inspireren van mensen. Inspireren is een begrip dat door alle respondenten wordt gehanteerd, maar dat vrijwel onmogelijk wetenschappelijk aantoonbaar is.

5.4 Conclusies

Aan de hand van het onderzoek naar de kracht van topsport kan geconcludeerd worden dat:

Topsport inspireert

Topsporters een maatschappelijke voorbeeldfunctie hebben

Prestaties van topsporters zorgen voor sociale binding

Maar wat kunnen we met deze conclusies? Hoe kunnen we de sport en indirect Nederland vooruit helpen met de antwoorden die zijn gevonden? Door vanuit deze conclusies aanbevelingen op te stellen, hopen we op een verandering in *mindset*, op het inspireren van mensen en op een nog mooier sportklimaat voor ons allemaal.

5.5 Aanbevelingen

Maak als (overheids)organisatie meer 'gebruik' van de voorbeeldfunctie van topsport en topsporters.

Laat topsport en breedtesport elkaar beter ontmoeten.

Concreet moet de overheid de plicht weer op zich nemen om de topsport en de breedtesport beter met elkaar te verbinden door de voorbeeldfunctie die topsporters hebben vaker in te zetten. Zij zou topsporters moeten aanmoedigen om drie keer per jaar een clinic te geven in het basisonderwijs.

6. De kracht van sport

Door het doen van onderzoek op de vijf deelgebieden: economische kracht van sport, maatschappelijke kracht van sport, gezonde kracht van sport, vernieuwende kracht van sport en kracht van topsport, zijn wij als groep gekomen tot een viertal eindconclusies, die antwoord geven op de hoofdvraag van het onderzoek: 'Wat is de kracht van sport?'

Kracht van sport is niet te kwantificeren

Kwantificeren is belangrijk in de huidige samenleving en economie. Kracht van sport blijkt moeilijk exact in cijfers weer te geven. Een aantal oppervlakteverschijnselen is wel te kwantificeren, maar meer impliciete zaken of indirecte effecten daarvan niet of nauwelijks. Alleen objectief meten is niet weten wat het belang of de waarde van de kracht van sport is, het kan zelfs de essentie van de kracht van sport ontkrachten. Weten wat de kracht van sport is, is meer dan meten alleen.

Kracht van sport is veelomvattender en breder dan gedacht

Dat kracht van sport zich moeilijk in een hokje of in een definitie laat vangen, wisten we aan het begin van het onderzoek. Gedurende het onderzoek zijn we erachter gekomen dat het begrip 'kracht van sport' veel meer omvat en meer kanten heeft dan we aanvankelijk dachten. De betekenis en waarde van de kracht van sport laten zich net zo moeilijk bepalen als bijvoorbeeld de betekenis en waarde van zaken als 'natuur' en 'kunst'. Kracht van sport verwijst naar een cluster van kennis, ervaringen, personen, overtuigingen, activiteiten en materiële zaken. Er is weinig consensus over het begrip 'kracht van sport' en dat bemoeilijkt communicatie en kennisontwikkeling.

Kracht van sport dient door de overheid serieuzer te worden genomen

In onze samenleving is sport prominent en overdadig aanwezig, in actieve en passieve vorm. De aandacht voor sport in onderzoek en beleid staat daarmee in contrast. Bij de meeste faculteiten van de grote, brede Nederlandse universiteiten is 'sport' geen onderwerp van onderzoek. In het beleid van de landelijke, provinciale en gemeentelijke overheid vormt sport geen speerpunt.

Kracht van sport kan meer ingezet worden bij de ontwikkeling van het individu en in de maatschappij

De kracht van sport wordt nog te weinig benut. Door sport kunnen kinderen en jongeren zich sociaal-emotioneel beter ontwikkelen en evenwichtiger op hun eigen benen staan. Sport kan kinderen de weg wijzen naar gezond eten en de trend van overgewicht helpen ombuigen. Sport kan ook beter benut worden om sociale cohesie te versterken en stedelijke vernieuwing te ondersteunen.

Om meer grip te krijgen op de uitdaging die kracht van sport is, is meer samenwerking en een gezamenlijk leerproces nodig. Kennisproductie is een vorm van kennisontwikkeling waarbij verschillende partijen intensief samenwerken. Iedere partij heeft zijn eigen kennis, eigen belangen, expertise en een eigen perspectief op een uitdaging.

De conclusies zijn gekoppeld aan de aanbevelingen van de deelthema's. In onderstaande tabel wordt de koppeling tussen de *overall* conclusies en de aanbevelingen weergegeven.

Conclusies 'Wat is de kracht van Sport?'	Aanbevelingen van de deelthema's
<i>Kracht van sport is niet te kwantificeren</i>	• Onderzoek maatschappelijke effecten niet alleen kwantitatief maar ook kwalitatief. • Betrek de 'ervaren meerwaarde' en de indirecte economische effecten van sport in het waarderen van sport. • Ga kritisch om met economische analyses van sportevenementen en -faciliteiten.
<i>Kracht van sport is veelomvattender en breder dan gedacht</i>	
<i>Kracht van sport dient door de overheid serieuzer te worden genomen</i>	• Neem als overheid de verantwoordelijkheid voor een gezonde levensstijl terug. • Creëer een omgeving waarin jonge kinderen positief gestimuleerd worden om met plezier te sporten. • Maak als (overheids)organisatie meer 'gebruik' van de voorbeeldfunctie van topsport en topsporters.
<i>Kracht van sport kan meer ingezet worden bij de ontwikkeling van het individu en in de maatschappij</i>	• Creëer een omgeving waarin jonge kinderen positief gestimuleerd worden om met plezier te sporten. • Zorg voor goede begeleiding op zowel sportief als opvoedkundig gebied bij maatschappelijke sportprojecten. • Maak als (overheids)organisatie meer 'gebruik' van de voorbeeldfunctie van topsport en topsporters. • Laat topsport en breedtesport elkaar beter ontmoeten. • Zorg voor goede communicatie tussen vernieuwers en sporters om vernieuwingen te implementeren. • Besteed meer aandacht aan procesinnovaties en deel deze kennis met betrokken partijen.

Literatuurlijst

1. *Economische kracht van sport*

- Atkinson, e.a. (2008). 'Are We Willing to Pay Enough to 'Back the Bid'?: Valuing the Intangible Impacts of London's Bid to Host the 2012 Summer Olympic Games', *Urban Stud* 45, 419.
- CBS (2012). *De bijdrage van sport aan de Nederlandse economie*. Den Haag: CBS.
- Gratton, C., Dobson, N., & Shibli, S. (2000). 'The Economic Importance of Major Sports Events; a case study of six events', *Managing Leisure*, 17-28.
- Hone, P., & Silvers, R. (2006). 'Measuring the Contribution of Sport to the Economy', *The Australian Economic Review*, 412-419.
- Késenne, S. (2005). 'Do We Need an Economic Impact Study or a Cost-benefit analysis of a Sports Event?', *European Sport Management Quarterly*, 133-142.
- Mulier-Instituut (2013). *Evaluatie WK Wielrennen 2012*. Utrecht: Mulier Instituut.
- Rapún-Gárate, F. L.-L. (2005). 'Sport Participation versus Consumer Expenditure on Sport: Different Determinants and Strategies in Sport', *European Sport Management Quarterly*, 167-186.
- Swinnen, J., & Vandermoortele, T. (2008). *Sports and Development: An economic perspective on the impact of the 2010 World Cup in South Africa*. Leuven: Katholieke Universiteit Leuven.
- Taks, M., Renson, R., & Vanreusel, B. (1994). 'Of Sport, Time and Money: An Economic Approach to Sport Participation', *International Review for the Sociology of Sport*, 381-395.

2. *Maatschappelijke kracht van sport*

- Boonstra, N., Hermens, N. (2011). *De maatschappelijke waarde van sport: Een literatuurreview naar de inverdieneffecten van sport*. Utrecht: Verwey-Jonker instituut.
- Buisman, A. (2004). 'Opvoeding in en door sport?', *Pedagogiek* 24 (4): 310-323.
- Kay, T. (2009). 'Developing through sport: evidencing sport impacts on young People', *Sport in Society: Cultures, Commerce, Media, Politics* 12 (9): 1177-1191.
- Krouwel, A., Boonstra, N., Duyvendak, J.W., & L. Veldboer (2006). 'A Good Sport?: Research into the Capacity of Recreational Sport to Integrate Dutch Minorities', *International Review for the Sociology of Sport* 41 (2): 165-180.
- Suter, K. (2009). The importance of Sport in Society *The contemporary review*.

3. **Gezonde kracht van sport**

- Baal, van, P.H.M., Heijink, R., Hoogenveen, R.T., Polder, J.J., (2006). Zorgkosten van ongezond gedrag. Rijksinstituut voor volksgezondheid en milieu.
- Bennet, P. & Morrison, V. (2009). *An introduction to health psychology*.
- CBS.NISB (2013). *Beweegnorm*. Verkregen op 7 maart 2013, via <http://cbs.nisb.nl/30minuten/page/381/Beweegnorm>.
- Domingues M., & Gonçalves, C.E., (2012). 'Social Sport Club and Youth Sport Expectations Personal and Social Determinants in Contrasting Ecologies of Practice', *American Journal of Human Ecology*. Vol. 1 (3): 71-78.
- Duijn, van N. (2012). 'Boete op ongezond leven', *Huisarts en wetenschap*. Verkregen op 7 maart 2013, via <http://link.springer.com/article/10.1007%2Fs12445-012-0101-z/fulltext.html>.
- Knoppers, A., (2006). Wat brengt sport teweeg. Oratie 'Pedagogiek en didactiek van de lichamelijke opvoeding en de sport'. Universiteit Utrecht.
- Malina, R.M. (2009). 'Children and adolescents in the sport culture the overwhelming majority to the select few', *Journal of Exercise Science and Fitness*. Vol 7 (2): S1-S10.
- Nederland, T. & Dekker, F. (2011). Verleiden tot gezondheid. Een integraal beleidsperspectief op gezondheidsbevordering. Verkregen op 7 maart 2013, via http://www.verwey-jonker.nl/doc/participatie/Verleiden-tot-gezondheid_8823.pdf.
- Nooyens, A.C.J., Visscher, T.L.S., Verschuren, W.M.M., Schuit, A.J., Boshuizen, H.C., van Mechelen, W., & Seidell, J.C., (2008). 'Age, period and cohort effects on body weight and body mass index in adults: The Doetinchem Cohort Study', *Public Health Nutrition* 1-9.
- Roper, M., (2008). *Optimisme en gezondheid als voorspellers van werkprestatie*.
- Sportclub Only Friends (2013). Verkregen op 7 maart 2013, via <http://website.only-friends.nl/>.
- Vliet, van K. & Winsemius, A. (2011). 'Gezond en wel participeren', *Tijdschrift voor gezondheidswetenschappen*. Verkregen op 7 maart 2013, via <http://link.springer.com/article/10.1007/s12508-011-0052-y/fulltext.html>.

4. **Vernieuwende kracht van sport**

- Boland, C. & Vos, E. de (2008). *Kan het bedrijfsleven leren van de sportcoach?* Verkregen op 27 juni 2013, via <http://www.intermediair.nl/carriere/doorgroeien/leiding-geven/kan-het-bedrijfsleven-leren-van-de-sportcoach>.
- Bottenburg, van M. & Heilbron, J. (2006). 'De-Sportization of Fighting Contests The Origins and Dynamics of No Holds Barred Events and the Theory of Sportiation'. Verkregen op 27 juni 2013, via <http://irs.sagepub.com/content/41/3-4/259.short>.
- Bussemaker, J. (2008). *Meer samenwerking tussen sport en bedrijfsleven*. Verkregen

op 27 juni 2013, via <http://www.rijksoverheid.nl/documenten-en-publicaties/toespraken/2008/10/09/meer-samenwerking-tussen-sport-en-bedrijfsleven.html>.
Hartgers, R. (2010). *Wat de manager van de sportcoach leert*. Verkregen op 27 juni 2013, via <http://www.mt.nl/90/16977/management/wat-de-manager-van-de-sportcoach-leert.html>.
Managementsite (2010). Verkregen op 27 juni 2013, via <http://www.managementsite.nl/12656/performance-management/kunnen-managers-leren-sportcoaches.html>.
Hulst, W. van (2010). *Wisselwerking tussen sport en bedrijfsleven groeit*. Verkregen op 27 juni 2013, via <http://www.slowmanagement.nl/artikel/wisselwerking-tussen-sport-en-bedrijfsleven>.

5. **Kracht van topsport**

Bottenburg, M. van, Elling, Hover, Brinkhoff & Romijn (2011). *De maatschappelijke betekenis van Topsport*.
Bussemaker, M. (2007). *Beleidsbrief nr. 13 Tweede Kamer: Kracht van Sport*. Volksgezondheid, Welzijn en Sport, Den Haag.
Payne, W., Reynolds M., Brown S., & Fleming, A. (2010). *Sports role models and their impact on participation in physical activity: a literature review*.
Elling, A., Hilvoorde, I. van & Dool, R. van den (2012). 'Topsport als motor voor nationale trots?', *Mens en maatschappij* 87(2): 101-124.

Bijlage – Onderzoekers

1. *Economische kracht van sport*

Corine Koning – Sport en bewegen – Inholland

Nicolien Wellen – Bestuurs- en organisatiewetenschappen – Vrije Universiteit

Sjors Metz – Sportmanagement – Haagse Hogeschool

Tristan Roozenburg – Sport en management – Inholland

2. *Maatschappelijke kracht van sport*

Emma Geelen – Sociologie – Universiteit van Amsterdam

Frits Frederiks – Planologie – Universiteit van Amsterdam

Karin den Hoedt – Sportmanagement – Haagse Hogeschool

Thomas Pluimers – Sport en management – Inholland

Tom van Scheppingen – Sport en bewegen – Inholland

3. *Gezonde kracht van sport*

Eva Gordijn – Sport, Management & Ondernemen – Hogeschool van Amsterdam

Michiel Vervoort – Master bewegingswetenschappen – Vrije Universiteit

Puck van Hasselt – Sport, Gezondheid & Management – Hanzehogeschool Groningen

Rolf Drenthe – Sport en bewegen – Inholland

4. *Vernieuwende kracht van sport*

Annabel van der Linden – Sport- en prestatiepsychologie – Universiteit van Amsterdam

Bart Heuvingh – Sport- en prestatiepsychologie – Universiteit van Amsterdam

Clara van Haaften – Sport, Management & Ondernemen – Hogeschool van Amsterdam

Marijn Huiskamp – Bewegingswetenschappen – Vrije Universiteit

5. *Kracht van topsport*

Kelly Elskamp – Film- en televisiewetenschappen – Universiteit Utrecht

Koen de Jong – Sport en bewegen – Inholland

Niels Waterval – Master bewegingswetenschappen – Vrije Universiteit

Peter Wiggers – Sportmanagement – Hanzehogeschool Groningen

Roy Riebeek – Sport, Management & Ondernemen – Hogeschool van Amsterdam

Begeleiding

Bert de Reuver namens Instituut voor Interdisciplinaire Studies van de Universiteit van Amsterdam.

Cees Vervoorn, lector Topsport en Onderwijs van de Hogeschool van Amsterdam.

Marije Baart de la Faille-Deutekom van Bureau Beweeg.

Vera Dekkers van Sport, Management & Ondernemen aan de Hogeschool van Amsterdam.