

# Vechtende Jongeren

Veerkrachtiger door Kickboksen

HET IS GEEN ONE SIZE FITS. ALL

IK DOE AAN KICKBOXEN OMDAT...

IK WIL DAT  
JIJ ME  
LEUK GAAT  
VINDEN

IK WIL MEZELF  
LEUK  
GAAN VINDEN



CINERA/DRAMPAL

Kors Perdijk<sup>1</sup>, Frank van Gemert<sup>2</sup>, Lisa Malaihollo<sup>1</sup>, Bas van Nierop<sup>3</sup>,  
Marleen Pegge<sup>4</sup> en Judith Rijnbende<sup>1</sup>

Fontys Hogeschool Pedagogiek<sup>1</sup>  
Vrije Universiteit Amsterdam<sup>2</sup>  
Hogeschool Utrecht<sup>3</sup>  
Hogeschool Windesheim<sup>4</sup>

## Colofon

<b>Titel:</b>	Vechtende Jongeren: Veerkrachtiger door Kickboksen
<b>Auteurs:</b>	dr. Kors Perdijk dr. Frank van Gemert drs. Lisa Malaihollo drs. Bas van Nierop Marleen Pegge drs. Judith Rijnbende
<b>Uitgever:</b>	Lectoraat Opvoeden voor de Toekomst
<b>Plaats van Uitgifte:</b>	Tilburg
<b>Jaar van Publicatie:</b>	2022
<b>Cartoons:</b>	Cunera Joosten
<b>Partners:</b>	Partners: Hogeschool Utrecht, Hogeschool Windesheim, Vrije Universiteit Amsterdam, Slimani Gym, El Otmani Gym, Figthing Talents, Travers Welzijn, Farent, NIVM, Kenniscentrum Sport & Bewegen en Fontys Hogeschool Pedagogiek.
<b>Copyright 2022:</b>	©Fontys Hogeschool Pedagogiek

*Dit onderzoek is medegefinancierd door Nationaal Regieorgaan Praktijkgericht Onderzoek SIA, onderdeel van de Nederlandse Organisatie voor Wetenschappelijk Onderzoek (NWO).*

## Voorwoord

‘Vechtende Jongeren, veerkrachtiger door kickboksen’ is de afsluitende publicatie van het RAAK-project Vechtende Jongeren, een praktijkgericht onderzoek dat is uitgevoerd tussen 2019 en 2021 in Amsterdam, Zeist, Zwolle en ’s-Hertogenbosch.

Samen met de consortiumpartners Hogeschool Utrecht, Hogeschool Windesheim, Vrije Universiteit Amsterdam, Slimani Gym, El Otmani Gym, Figthing Talents, Travers Welzijn, Farent, NIVM en Kenniscentrum Sport & Bewegen is ruim twee jaar gewerkt aan de vraag wat de pedagogische waarde is van kickboksen voor de ontwikkeling van een veerkrachtige identiteit voor jongeren die struggen op hun weg naar volwassenheid. In dit project wordt deze groep ‘Vechtende Jongeren’ genoemd.

In augustus van 2016 nam Marian Ter Haar, destijds werkzaam bij Kenniscentrum Sport en Bewegen, voor dit projectidee het initiatief. Zij bracht een interdisciplinair gezelschap bij elkaar om vanuit verschillende perspectieven de waarde van kickboksen voor jongeren te onderzoeken: pedagogisch, sociologisch, criminologisch, sportkundig, psychologisch en antropologisch.

Na diverse proeftuinstudies is samen met bovenstaande partners het RAAK-project Vechtende Jongeren ontwikkeld, onder penvoerderschap van het lectoraat Opvoeden voor de Toekomst van Fontys Hogeschool Pedagogiek.

Onder de bezielende leiding van mijn collega Kors Perdijk, heeft het Vechtende Jongeren team dit ambitieuze project op vier locaties uitgevoerd. Deze verhalende publicatie getuigt van een rijke opbrengst waar veel partijen van kunnen profiteren: allereerst jeugd- en vechtsportprofessionals en de diverse opleidingen, sociaal pedagogische praktijken en vechtsportpraktijken, maar ook beleidmakers, en onderzoekers die op deze kennis kunnen voortbouwen. Ik wil Kors en het VJ-team hiermee hartelijk feliciteren en hen bedanken voor het mooie werk!

Dat het project deels in coronatijd is uitgevoerd maakte het extra gecompliceerd. Des te groter mijn respect voor de inspanningen die iedereen heeft geleverd. Het heeft zelfs nog een extra impuls opgeleverd voor het onderzoek, omdat de coronapandemie een vergrootglas legde op de struggles van Vechtende Jongeren, zoals blijkt uit diverse hoofdstukken in deze publicatie.

Veel leesplezier!

Maike Kooijmans,  
Lector Opvoeden voor de Toekomst

## Inhoud

Colofon .....	2
Voorwoord .....	3
Samenvatting.....	8
Hoofdstuk 1: Inleiding, theoretisch kader en vraag.....	9
1.1 Vechtende jongeren .....	9
1.2 Effecten van beoefenen vechtsport .....	11
1.3 Veerkracht .....	13
1.4 Volwassen worden.....	15
1.5 Talentologie .....	16
1.6 Vraagstelling van het onderzoek .....	19
1.7 Leeswijzer .....	20
Hoofdstuk 2: Methodes .....	21
2.1 Design .....	21
2.2 Observaties .....	22
2.3 Interviews .....	24
2.4 Datakwaliteit.....	25
Hoofdstuk 3: El Otmani Gym in Amsterdam .....	28
3.1 De locatie .....	28
3.1.1 Lokale problematiek van Amsterdam-west.....	28
3.1.2 De geschiedenis van El Otmani Gym .....	29
3.1.3 Het gebouw.....	30
3.1.4 De bezoekers.....	32
3.1.5 De trainers en de groepen .....	33
3.2 De trainer .....	34
3.2.1 Persoonlijke geschiedenis en kickboksverleden .....	34
3.2.2 Interactie sport en leefwereld .....	36
3.2.3 Didactiek en communicatie .....	39
3.2.4 Groei.....	40
3.2.5 Veerkracht.....	41
3.2.6 Grip op leven.....	43

3.3 De training .....	44
3.4 Jongeren .....	48
3.4.1 Bovendrijven .....	49
3.4.2 Worstelen.....	50
3.4.3 Afhaken .....	51
Hoofdstuk 4: Slimani Gym in Zeist .....	53
4.1 Locatie.....	53
4.1.1 Lokale problematiek van Zeist .....	53
4.1.2 De geschiedenis van Slimani Gym.....	53
4.1.3 Het gebouw.....	54
4.1.4 De bezoekers.....	55
4.1.5 De trainers en de groepen .....	55
4.2 Trainer.....	55
4.2.1 Persoonlijke geschiedenis en kickboksverleden .....	55
4.2.2 Interactie sport en leefwereld .....	56
4.2.3 Didactiek en communicatie .....	58
4.2.4 Groei.....	59
4.2.5 Veerkracht.....	59
4.2.6 Grip op leven.....	60
4.3 Training .....	61
4.4 Jongeren .....	62
4.4.1 Bovendrijven .....	63
4.4.2 Worstelen.....	64
4.4.3 Afhaken .....	64
Hoofdstuk 5: Fighting Talents en Fight2Create in Den Bosch.....	65
5.1 De locatie .....	65
5.1.1 Lokale problematiek van Den Bosch-west.....	65
5.1.2 De geschiedenis van Fighting Talents en Fight2Create .....	66
5.1.3 Het gebouw.....	68
5.1.4 De bezoekers.....	69
5.1.5 De trainers en de groepen .....	70
5.2 De trainer.....	72
5.2.1 Persoonlijke geschiedenis en kickboksverleden .....	72

5.2.2 Interactie sport en leefwereld .....	73
5.2.3 Didactiek en communicatie .....	76
5.2.4 Groei.....	78
5.2.5 Veerkracht.....	79
5.2.6 Grip op leven.....	80
5.3 De training .....	81
5.4 De jongeren .....	86
5.4.1 Bovendrijven .....	88
5.4.2 Worstelen.....	92
5.4.3 Afhaken .....	98
Hoofdstuk 6: Free2Move in Zwolle .....	103
6.1 De locatie .....	103
6.1.1 Lokale problematiek van Zwolle Aalanden.....	103
6.1.2 De geschiedenis van Free2Move .....	105
6.1.3 Het gebouw.....	106
6.1.4 De bezoekers.....	107
6.1.5 De trainers/jongerenwerkers en de groepen .....	108
6.2 De trainer/jongerenwerker .....	109
6.2.1 Persoonlijke geschiedenis en vechtsportverleden .....	109
6.2.2 Interactie sport en leefwereld .....	111
6.2.3 Didactiek en communicatie .....	112
6.2.4 Groei.....	116
6.2.5 Veerkracht.....	118
6.2.6 Grip op het leven .....	119
6.3 Training en activiteiten .....	120
6.4 Jongeren .....	121
6.4.1 Bovendrijven .....	122
6.4.2 Worstelen.....	123
Hoofdstuk 7: Conclusie.....	127
7. 1 Pedagogisch klimaat .....	128
7.2 Persona's.....	131
7.2.1 De veerkrachtige vechter (bovendrijven) .....	132
7.2.2 De opvallende “vechter” (worstelen en bovendrijven) .....	132

7.2.3 De onopvallende “vechter” (bovendrijven met risico tot afhaken) .....	134
7.2.4 Vlinders (afhaken) .....	135
7.3 Pedagogisch Handelen (in relatie tot veerkracht en grip op het leven) .....	135
7.4 Conclusies .....	137
7.5 Aanbevelingen .....	138
Dankwoord .....	142
Referenties .....	143
Bijlage 1 .....	147
Bijlage 2 .....	149
Bijlage 3 .....	151
Bijlage 4 .....	153
Bijlage 5 .....	156

## Samenvatting

In Zeist, Zwolle, Amsterdam en 's-Hertogenbosch werden gedurende twee jaar 61 jongeren gevolgd om antwoord te geven op de vraag: hoe draagt kickboksen bij aan het ontwikkelen van veerkracht en grip op het leven? Daarbij werd er ingezoomd op welke eigenschappen van de gym en welk pedagogisch handelen van de jeugdprofessionals (trainers en/of jongerenwerkers) daartoe bijdroegen. Zowel de jongeren als de jeugdprofessionals werden geïnterviewd. Daarnaast werd er frequent geobserveerd in de gym en soms ook meegetraind. Er kwamen vier persona's naar voren: de veerkrachtige vechters, de opvallende vechters, de onopvallende vechters en de vlinders. Het lijkt erop dat de sport bijdraagt aan veerkracht en grip op het leven voor de veerkrachtige vechters en de opvallende vechters. Voor de vlinders lijkt dat niet het geval. Voor de onopvallende vechters kwam een diffuus beeld naar voren. Die laatste groep kampt voornamelijk met internaliserende problematiek. Kickboksen kan deze jongeren mogelijk wel veerkrachtiger maken maar dan moet er expliciet aandacht zijn voor het creëren van een gevoel van veiligheid voor deze jongeren. De opvallende vechters moeten vooral begrensd worden omdat zij op straat externaliserende problematiek laten zien. De hiërarchie die verankerd is in deze sport leent zich daar uitstekend voor. In de data is er geen aanleiding om te vermoeden dat het beoefenen van kickboksen bijdraagt aan meer incidenten op straat. Trainers zouden zich meer kunnen professionaliseren met kennis op het gebied van internaliserende problematiek en reflectie een explicietere rol kunnen geven. Dat laatste zorgt ervoor dat jongeren ervaringen op de mat beter kunnen linken aan situaties in andere leefgebieden. Wat evenwel duidelijk is, is dat de nabijheid van de trainer in deze sport (je staat op armslengte van elkaar en je raakt elkaar echt) de kans biedt om een sterke band te ontwikkelen met jongeren. Deze pedagogische relatie kan ingezet worden om aan veerkracht en het ervaren van grip op het leven te werken.



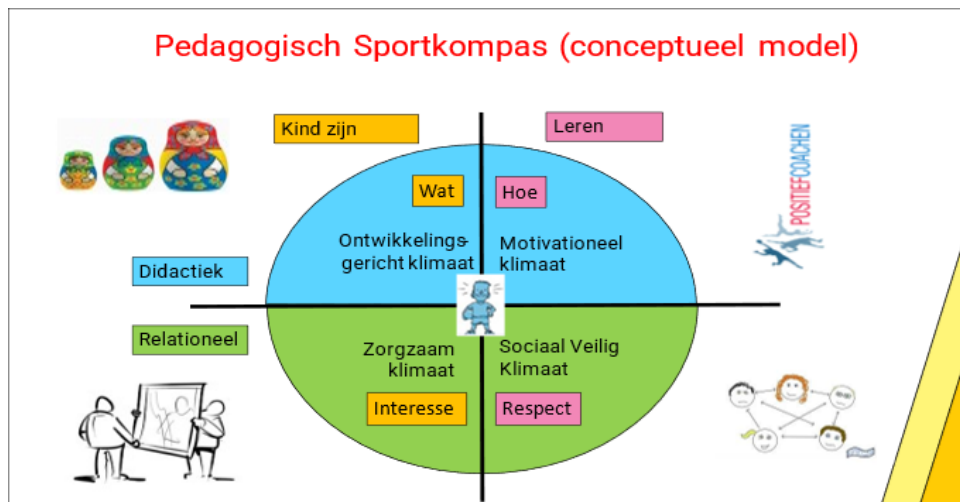
## Hoofdstuk 1: Inleiding, theoretisch kader en vraag

### 1.1 Vechtende jongeren

Steeds meer trainers zeggen met kickboksen jongeren te kunnen helpen. De associatie tussen vechtsport, discipline en zelfvertrouwen dringt zich ook gemakkelijk op. Maar dat geldt evenzeer voor de associatie tussen kickboksen, agressie en criminaliteit. Van Gemert (2019) beschrijft hoe in Amsterdam het kickboksen al snel na het ontstaan ervan in de jaren '70 verknoopt raakte met de onderwereld. Deze schaduwkant van de sport leidde er toe dat burgemeester Van der Laan in 2010 kickbokswedstrijden in de hoofdstad verbood. Uiteindelijk werd er een aantal jaar later een start gemaakt met regulering van de sport. In 2017 werd daartoe de Nederlandse Vechtsportautoriteit opgericht ook om de sport veiliger te maken voor de (jeugdige) beoefenaars. De sport wint steeds meer aan populariteit wat in december 2019 tot uitdrukking komt in 3.5 miljoen kijkers voor de (via een open kanaal te volgen) wedstrijd tussen Badr Hari en Rico Verhoeven.

Door de toenemende populariteit is Kickboksen een sport die steeds vaker door kinderen en jongeren wordt beoefend. De sport heeft zeker ook aantrekkingskracht op jongeren die zich in een kwetsbare positie bevinden. Om deze jongeren gaat het in ons project. Het zijn jongeren die zich identificeren met de straatcultuur en die in elk geval op minstens één leefgebied struggles ervaren en die aan vechtsport doen. We noemen deze jongeren vanaf nu 'vechtende jongeren'. Deze jongeren krijgen te maken met de verleidingen van de straat. Ze verschillen in de mate waarin ze zich aan deze verleidingen overgeven. Mogelijk herbergt de sport aanknopingspunten om deze jongeren beter in staat te stellen zich in de maatschappij staande te houden. Naast kansen kleven er ook risico's aan kickboksen, zeker voor deze jongeren. Een initiatief uit Rotterdam om dit soort jongeren gratis boksles te geven leidde tot behoorlijk wat opschudding (AD, 2020). Joost Eerdmans vond het onbegrijpelijk om jongeren die messen op zak hebben ook nog eens te leren boksen. De controverse rond het inzetten van vechtsport als pedagogisch middel is begrijpelijk. Het is een full-contact sport. Je raakt elkaar, niet een bal of een shuttle. Dat vraagt om goede sporttechnische maar ook pedagogische begeleiding. Een belangrijk randvoorwaarde is daarbij een goed pedagogisch sportklimaat in de gym. Bronkhorst et al.

(2021) deden onderzoek naar hoe een goed pedagogisch sportklimaat er uit ziet, wat resulteerde in het pedagogisch sportkompas.



Figuur 1. Het pedagogisch sportkompas (Schipper- van Veldhoven, in Bronkhorst et al., 2021, p.12)

Dit sportkompas heeft vier pedagogische windrichtingen. Het onderscheidt aan de bovenkant het motivationeel- en het ontwikkelingsgerichte klimaat en aan de onderkant het zorgzame en het sociaal veilige klimaat. Let wel, de windrichtingen zijn vaak niet los van elkaar te zien. Zo beschrijven Deci en Ryan (2000) bijvoorbeeld dat relatie en verbondenheid ervaren (zorgzaam klimaat) een psychologische basisbehoefte is die vervuld moet worden om intrinsieke motivatie te ontwikkelen (motivationeel klimaat). Voor deze vechtende jongeren is het extra belangrijk dat de relatiegerichte onderkant (zorgzaam en sociaal veilig klimaat) van dat kompas in de gym goed in elkaar zit. Deze vechtende jongeren missen soms die veilige basis thuis, op school en op straat. Het is dan extra van belang dat er in de gym niet wordt gepest, dat ze zich sociaal veilig voelen, dat ze het gevoel krijgen dat ze erbij horen en gehoord en gezien worden door de trainer. Die basis is nodig om tot een goed ontwikkelingsgericht- en motivationeel sportklimaat te komen. De vierwindrichtingen binnen het Pedagogisch Sportkompas vragen dus allen een goede invulling zodat jongeren kunnen groeien 'in en door vechtsport' en deelname aan vechtsport positieve effecten kan genereren.

Het project Vechtende Jongeren (mede)gefinancierd door SiA-RAAK onderzoekt vier cases waarbij de trainers zeggen dat ze vechtende jongeren, die op een of meerdere leefgebieden (thuis, straat, school en online) worstelingen ervaren, meer kunnen bieden dan

de sport alleen. Deze vier cases hebben elk hun eigen context, methodieken, trainers en jongeren. We volgen de gang van zaken, trainingen en jongeren gedurende twee jaar om uitspraken te kunnen doen over hoe jongeren met deze sport bezig zijn, wat de trainingen ze brengen, of die impact verder reikt dan de mat en hoe die impact tot stand komt. Met als doel te kijken hoe vechtsport ingezet kan worden om aan veerkracht en grip op het leven (agency) te werken.

## **1.2 Effecten van beoefenen vechtsport**

Er is al veel onderzoek gedaan naar de potentie van het inzetten van vechtsport als middel om positieve effecten te bewerkstelligen. Zo onderzocht Trulson (1986) of jeugd-delinquenten die aan taekwondo deden lager of hoger scoorden op antisociaal gedrag vergeleken met jongeren die in die periode een andere sport beoefenden. Het artikel had de veelzeggende titel: "Martial arts training: A novel "cure" for juvenile delinquency". De verwachtingen voor positieve uitkomsten waren dus hoog gespannen. De resultaten lieten een gemengd beeld zien. Jongeren die de traditionele vorm van taekwondo beoefenden scoorden lager op antisociaal gedrag gemeten met een persoonlijkheidstest (MMPI) maar een groep die met dezelfde trainer aan een competitieve vorm van taekwondo beoefenden lieten juist hogere scores op agressie zien. Het onderzoek suggereert dat er zeker potentie zit in vechtsport om tot gedragsverandering te komen, maar dat het niet simpel te zeggen is wat het effect gaat zijn. De resultaten laten ook zien dat het zelfs averechts kan werken. Voor dat laatste vonden Endressen en Olweus (2005) in een longitudinale studie aanvullend bewijs. Zij volgden kinderen en jongeren die aan "powersport" deden. Vergeleken met een controlegroep ontwikkelden deze kinderen meer antisociaal gedrag. Al snel was er kritiek op deze studie (zie Vertonghen & Theeboom, 2010; Vertonghen et al., 2014). Onder andere omdat alle verschillende vechtsporten en varianten op één hoop werden gegooid en er geen aandacht was voor de type begeleiding die jongeren kregen. Er zijn nadien verschillende reviewartikelen en meta-analyses verschenen naar de psychosociale uitkomsten van vechtsport en de relatie met agressie. Het is vooralsnog niet eenduidig te zeggen wat die effecten zijn. Wat wel duidelijk lijkt is dat de context waarin je de sport beoefent veel uitmaakt. Vertonghen et al. (2014) geven daarnaast aan dat het voorkeur heeft om een longitudinale studie te doen omdat een cross-sectionele vergelijking vaak mank gaat. Er is

dan mogelijk sprake van een selectiebias. Dit kan verstoringen geven als beoefenaars van vechtsporten worden vergeleken met niet-beoefenaars maar ook als beoefenaars van verschillende vechtsporten onderling worden vergeleken.

Welke sport je kiest wordt namelijk mede bepaald door je afkomst en sociale klasse aldus Bourdieu (1984). Daaraan ligt volgens hem mede ten grondslag dat mensen in een minder welvarende positie zich anders verhouden tot hun lichaam dan mensen in een betere maatschappelijke positie. Mensen uit de eerste categorie zien volgens Bourdieu hun lichaam als een instrument om een doel te bereiken (zie ook Wacquant, 1995 en van Gemert, 2019 over het lichaam als kapitaal) terwijl mensen in meer bevoorrechte posities juist het lichaam zelf als doel van sport zien. Vertonghen et al. (2014) vonden dat jongeren die aan judo en aikido doen vaak in een beter maatschappelijke situatie verkeren dan jongeren die hardere vechtsporten als kick- en thaiboksen beoefenen, in overeenstemming met de claims van Bourdieu. Want bij de laatstgenoemde sporten is het lichaam meer een middel om de ander pijn te doen terwijl bij aikido en judo meer de esthetiek en fitheid van het lichaam zelf voorop staan. Dat het in ons onderzoek gaat om jongeren die kickboksen is extra interessant omdat juist deze sport als een “harde” vechtsport wordt gezien en minder vaak wordt onderwezen vanuit een traditionele begeleidingsstijl (Vertonghen et al., 2014). Deze begeleidingsstijl legt de nadruk op de pedagogische en meditatieve aspecten van de sport. Bij harde vechtsporten als kickboksen ligt vaak meer de nadruk op het zo efficiënt mogelijk uitvoeren van de technieken (het lichaam als middel lichaam niet als doel). Evenwel herbergt kickboksen allerlei rituelen die kunnen bijdragen aan positieve sociale uitkomsten, zoals veerkracht. Abdallah (2018) onderscheidt drie soorten versterkende rituelen. Herstellende rituelen waarin wordt gezorgd voor stabiliteit, rust en verbinding. Denk aan reflectieve gesprekken met de trainer of gewoon even chillen aan de bar met een kopje thee in de gym. Animerende rituelen waarbij energie vrij komt. Denk daarbij aan het daadwerkelijke trainen en tenslotte bevestigende rituelen waarin de trainer de jongere even zijn situatie kan laten ontstijgen en ze het gevoel kan geven dat ze vooruitgang boeken en op de goede weg zijn. Door jongeren doormiddel van deze rituelen met behulp van vechtsport succes te laten ervaren kan jongeren veerkrachtiger maken.

Zoals al eerder gezegd zijn longitudinale studies vooralsnog dun gezaaid, evenals studies die zich specifiek richten op hardere vechtsporten. Met ons onderzoek willen we het beperkte aantal studies waarin jongeren door de tijd gevolgd worden aanvullen. Jongeren

werden daarom in onze studie ruim een jaar lang gevolgd om zicht te krijgen op de psychosociale effecten van kickboksen, meer specifiek: het vergroten van veerkracht. Het is belangrijk om alvast aan te tekenen dat de uitvoering van onze studie samenviel met het wereldwijd uitbreken van COVID-19. Dit heeft ontegenzeggelijk een grote weerslag gehad op de jongeren die we volgden en daarmee op ons onderzoek.

### 1.3 Veerkracht

Veerkracht is een term die door verschillende wetenschappen op verschillende manieren is gedefinieerd. De term die zijn oorsprong vindt in de natuurwetenschappen is inmiddels ook omarmd in het sociale domein. In zijn meest basale definitie komt veerkracht neer op het vermogen terug kunnen veren nadat er druk is uitgeoefend. Het concept veerkracht is verwant aan het concept weerbaarheid. Weerbaarheid wordt veelal gebruikt in het veiligheidsdiscours. Je moet je in het moment verzetten tegen vervelende/schadelijke invloeden van buitenaf. Het heeft derhalve een vrij defensieve connotatie van je beschermen tegen het gevaar, verleiding of slechte invloed. Veerkracht heeft een overlappende betekenis maar heeft een veel positievere, actievere connotatie. Wat heb je tot je beschikking om je aan te passen of staande te houden in een moeilijke situatie. Welke gereedschappen heb je in je gereedschapskist die je kunt gebruiken om met de uitdagingen om te gaan die op je pad komen. Overigens maakt het Engels geen onderscheid tussen weerbaarheid en veerkracht. De Engelse term *resilience* verwijst naar beide connotaties (zie Stephens & Sieckelink, 2020). Voor ons onderzoek beperken we ons tot het concept veerkracht.

In het sociale domein werd veerkracht in eerste instantie geoperationaliseerd als een persoonlijkheidskenmerk. Bijvoorbeeld gemeten met de BRS (Brief Resilience Scale, Smith et al., 2008). Aan deze test ligt het individuele vermogen om terug te veren na tegenslag ten grondslag. Inmiddels wordt veerkracht vaak ook gezien als een uitkomst van een bepaalde situatie of als een doorlopen proces (Helreich et al., 2017). Veerkracht zit zo gezegd niet alleen in de persoon zelf maar ook in zijn omgeving/situatie en is geen statisch gegeven. Het zijn daarom ook niet alleen individuen die veerkrachtig zijn. Volgens Ungar et al. (2013) zijn individuen altijd onderdeel van gemeenschappen en ook deze gemeenschappen zijn in meer of mindere mate veerkrachtig. Het is wel belangrijk op te merken dat wat we als een

veerkrachtige respons zien afhankelijk is van culturele normen en waarden. Stephens en Sieckelinck (2020) illustreren dat met het voorbeeld van iemand die discriminatie ervaart tijdens zijn studie. Is de veerkrachtige respons dan doorgaan en je niet uit het veld laten slaan? Of je mond open te doen en je actief te verzetten tegen de ongelijke behandeling? Een maatschappij waarin rust en stabiliteit als onderliggende norm wordt nagestreefd zou de eerste reactie als veerkrachtig zien, terwijl een maatschappij die assertiviteit hoog in het vaandel heeft staan mogelijk de tweede reactie als veerkrachtig ziet. Dit voorbeeld illustreert ook het gevaar van veerkracht als duizenddingendoekje binnen het sociale veld. Het inzetten op vergroten van veerkracht kan leiden tot het versterken van individuen en gemeenschappen maar ook tot het niet aanpakken van de maatschappelijke oorzaken van de noodzaak van een veerkrachtige respons zoals bijvoorbeeld racisme en armoede (Stephens & Sieckelinck, 2020).

Mutsaers en Demir (2020) delen het idee van Ungar et al. (2013), dat niet alleen individuen veerkracht bezitten en beschrijven veerkracht op drie niveaus:

1. Individuele veerkracht;
2. Veerkracht binnen gemeenschappen;
3. Maatschappelijke veerkracht.

Als je nadenkt over hoe je met interventies veerkracht kan vergroten, kun je naast pogen om individuele veerkracht te vergroten ook interveniëren op het niveau van gemeenschappen of op de bredere maatschappelijke context waarin gemeenschappen en maatschappelijke instituties met elkaar zijn verbonden (Mutsaers & Demir, 2020). Jongeren zijn niet in hun eentje verantwoordelijk voor het kunnen laten zien van een veerkrachtige respons. Daarin hebben de gemeenschappen waarin de jongeren zich begeven ook een verantwoordelijkheid. Volgens Ungar et al. (2013) moeten we gemeenschappen creëren die adolescenten in staat stellen veerkrachtig te zijn. Gemeenschappen geven de jongeren, volgens hen, toegang tot bronnen van veerkracht. Wil je gemeenschappen veerkrachtiger maken, dan kan je dat doen door groepscohesie te vergroten. Social bonding, het versterken van banden binnen een gemeenschap van mensen die op elkaar lijken (Ellis & Abdi, 2017), speelt daarbij een belangrijke rol. De gym of het jongerencentrum waar de jongeren hun sport beoefenen is een gemeenschap die in meer of mindere mate veerkrachtig is en waarin

in meer of mindere mate sprake is van social bonding. Jongeren die onderdeel zijn van die gemeenschap kunnen dan daarop terugvallen als ze geconfronteerd worden met tegenslag.

Het derde niveau van veerkracht waar Mutsaers en Demir (2020) over spreken is het maatschappelijke niveau. Dit gaat over hoe gemeenschappen met elkaar en met maatschappelijke en/of overheidsinstituties verbonden zijn. Via social bridging (Ellis & Abdi, 2017) zijn gemeenschappen verbonden, bijvoorbeeld school en jongerenwerk. Social linking tenslotte beschrijft hoe gemeenschappen verbonden zijn met overheidsinstanties. Zo is het essentieel om als overheid bijvoorbeeld kansenongelijkheid en discriminatie tegen te gaan. Als gemeenschappen geen connectie (social linking) meer ervaren met de overheid en haar instanties, leidt dat tot wantrouwen en vervreemding van gemeenschappen met als gevolg een lagere veerkracht van die gemeenschappen tegen bijvoorbeeld extreme idealen en/of criminaliteit. Als door social linking en social bridging de verbondenheid tussen gemeenschappen en maatschappelijke instituties groot is draagt dat positief bij aan veerkracht.

Door het uitbreken van COVID-19 wordt er op dit moment een extra groot beroep gedaan op de veerkracht van jongeren en wordt ook de veerkracht van gemeenschappen en de maatschappij flink getest.

## **1.4 Volwassen worden**

De adolescentiefase is de fase waarin jongeren zich voorbereiden op de volwassenheid en de daarbij horende verantwoordelijkheden. Langeveld (1979), één van de grondleggers van de Pedagogiek in Nederland, zag het bereiken van zelfverantwoordelijke zelfbepaling als belangrijkste opvoedingsdoel. Wanneer mensen in staat zijn zelf hun levensweg te kiezen en de verantwoordelijkheid te dragen die daar mee gepaard gaat is dat doel geslaagd en is iemand volwassen. Hij heeft zo gezegd geen opvoeding meer nodig. Waar in de tijd van Langeveld nog werd gedacht dat iemand rond 18 jaar het eindstation van de adolescentie had bereikt blijkt inmiddels uit verschillende studies dat het brein van adolescenten tot een jaar of 23 nog volop ontwikkelt (zie Casey, et al., 2008 voor een overzichtsartikel). Het zogenaamde onaffe 'puberbrein' zorgt ervoor dat jongeren pas vanaf ongeveer 23 jaar volledig in staat zijn lange termijn doelen prioriteit te geven boven korte termijn beloningen (Crone, 2018). Ook zien we dat jongeren tegenwoordig veel langer een opleiding volgen en

pas later zelfstandige woonruimte vinden. Als we over de adolescentie spreken hebben we het daarom tegenwoordig over de periode tussen de 12 en 23 jaar. Waar pedagoog Langeveld de nadruk legt op het zelfverantwoordelijk kunnen zijn als belangrijkste opgave voor een adolescent, is volgens psycholoog Erikson gedurende de adolescentie het ontwikkelen van je eigen identiteit de voornaamste ontwikkeltaak (Eriksen & Erikson, 1998). In meer of mindere mate zijn alle adolescenten bezig met vragen als: wie ben ik, wie wil ik zijn en bij wie hoor ik?

Recentere spreekt Sieckelink (2017) over de adolescentie als een fase waarin je wordt ingeleid in de volwassenheid. De jongeren trekken zich tijdelijk terug uit hun eigen wereld en daarbij horende verantwoordelijkheden om te onderzoeken hoe ze zich tot die wereld willen verhouden. Na dit moratorium keren zij terug naar hun wereld als volwassene met de daarbij horende verantwoordelijkheden en brengen hun eigen nieuw verworven waarden, overtuigingen, idealen en bijbehorende identiteit mee. Hij geeft daarbij ook aan dat veel maatschappelijk instituties zoals de kerk steeds minder een rol vervullen bij de zoektocht naar identiteit. Er zijn zo gezegd minder volwassenen die de rol van begeleider naar de volwassenwereld vervullen. Dat kan ertoe leiden dat jongeren op zoek gaan naar mensen waarbij ze kunnen en willen horen. Mensen die hen duidelijkheid geven over wie je moet zijn. Dat kunnen ook mensen zijn die ze proberen te rekruteren voor de 'verkeerde' idealen, voor een identiteit die de verbondenheid met de maatschappij, haar instituties, waarden en normen doet afnemen. Het jongeren- en welzijnswerk is bij uitstek een plek waar de initiatie naar volwassenheid *wél* op positieve manier kan worden vormgegeven, omdat ze een vertrouwensrelatie aangaan met de jongeren. De jongerenwerkers werken vaak vanuit de presentiebenadering (Baart, 2001). Volgens de grondleggers van deze benadering kan je er pas *voor* iemand zijn als je ook echt *met* iemand bent. Binnen deze benadering is het van groot belang dat er sprake is van (professionele) nabijheid. Het draait allemaal om aansluiten bij de ander.

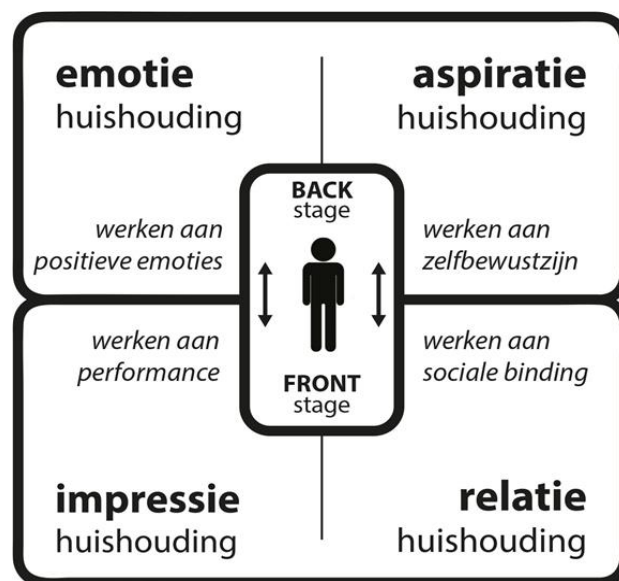
## 1.5 Talentologie

Kooijmans (2016) bestudeerde specifieke programma's in het jongerenwerk die aansluiting probeerden te vinden bij de talenten van jongeren 'van de straat'. Dit als tegengeluid ten opzichte van de focus op problemen, het deficiet-denken (denken in tekorten) en het risico-



denken. Kooijmans pleit voor een pedagogische benadering die uitgaat van krachten (talent) en kansen in plaats van tekorten en risico's. Haar benadering is daarmee in lijn met inzichten uit de positieve psychologie en de empowermentbeweging. Het uitgangspunt van deze benadering is dat alle jongeren talenten hebben en dat we moeten kijken hoe we die kunnen aanspreken. Talent wordt hierbij niet gezien als een vaardigheid waarin geëxcelleerd wordt maar als het algemene vermogen tot groei: ook wel brede talentontwikkeling genoemd. Dat vermogen (talent) kan je wel of niet aanspreken, net zoals in het Bijbelverhaal gebeurt (waar talent de betekenis heeft van een klompje goud) waaraan we het woord talent te danken hebben.

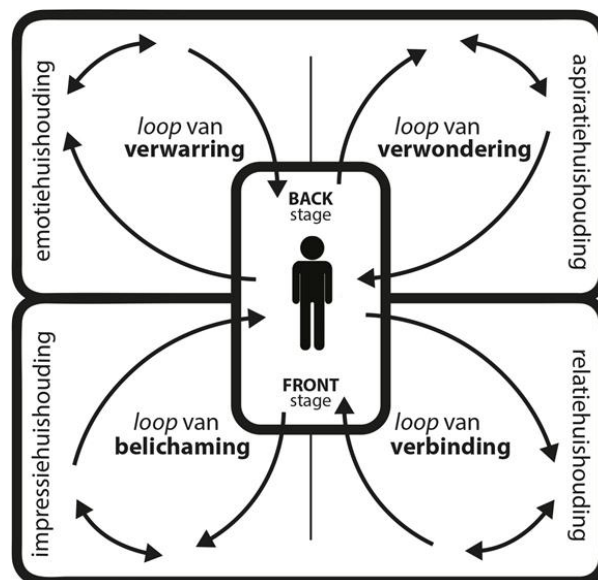
In haar talentologisch basismodel (2016) onderscheidt Kooijmans vier huishoudingen: de aspiratiehuishouding, de emotiehuishouding, de relatiehuishouding en de impressiehuishouding. Zie Figuur 2.



*Figuur 2. Talentologisch basismodel (Kooijmans, 2016, pag. 95)*

De onderste twee huishoudingen spelen zich 'frontstage' af, het gaat over dimensies in de ontwikkeling die zichtbaar zijn voor anderen. Wat voor een soort relaties gaat een jongere aan, met wie en hoe ontwikkelen zij deze relaties? De impressiehuishouding heeft betrekking op hoe een jongere zichzelf laat zien. Wat voor kleren draagt hij, welke activiteiten ontplooit hij? In feite gaat het om welk beeld van zichzelf de jongere belichaamt. Dit zijn dus de twee huishoudingen die zichtbaar 'op de bühne' voor het voetlicht worden

gebracht, vandaar frontstage. Maar zoals we allemaal weten zijn we meer dan ons Facebookprofiel. Er spelen zich ook dingen achter de schermen af: 'backstage'. Kooijmans onderscheidt backstage de emotiehuishouding en de aspiratiehuishouding. In het werken met jongeren, zeker ook in het werken met vechtende jongeren zoals in ons project, ligt vaak de nadruk op het werken aan wat we zien (frontstage). Terwijl jongeren door de afrekencultuur in onze neoliberale prestatiesamenleving vaak gefrustreerd raken in hun aspiratie- en emotiehuishouding. Dat wat backstage gebeurt zal ook frontstage uiteindelijk zijn weerslag krijgen. Jeugdprofessionals (in ons project jongerenwerkers en trainers) kunnen jongeren betekenisvolle momenten laten ervaren. Kooijmans (2016) gebruikt voor die momenten de metafoer van een achtbaan, zie onderstaande figuur.



*Figuur 3. Talentologisch 'loop'-model (Kooijmans, 2016 pag. 140)*

In een achtbaan met loops wordt een karretje omhoog getrokken en komt zo op het kantelpunt. Op dit cruciale punt kan het karretje terugvallen naar beneden of juiste doorschieten de looping in. Dit beeld gebruikt Kooijmans in haar tweede model om aan te geven dat jongeren in de vier huishoudingen op een betekenisvol moment de weg naar boven kunnen volgen of kunnen terugvallen. Doormiddel van het faciliteren van betekenisvolle ervaringen kunnen jeugdprofessionals jongeren de loops naar boven laten volgen, zodat jongeren succeservaringen kunnen internaliseren en zo aan een veerkrachtige

identiteit kunnen werken. Daarbij moet ook expliciet aandacht zijn voor emoties en aspiraties: backstage werk dus.

Dit geldt zeker ook voor onze vechtende jongeren. Zij hebben misschien nog meer dan anderen zulke ervaringen nodig, om te werken aan een veerkrachtige identiteitsontwikkeling. Dit model is het centrale kijkkader in dit onderzoek. Daarnaast zullen we ook factoren die aanwezig zijn in de bredere context, die al dan niet veerkracht stimuleren, meenemen in het onderzoek.

De hypothese is dat veerkrachtige identiteitsontwikkeling in een veerkrachtige omgeving bijdraagt aan het vergroten van agency van jongeren. Agency is het vermogen van jongeren om voor zichzelf te spreken, bewuste keuzes te maken, actief hun eigen leven en hun relaties met anderen vorm te geven. Kort samengevat: ervaren grip op het eigen leven zoals pedagoog Micha de Winter stelt (op basis van een interne notitie van De Winter in Halsema et al., 2020): “Mensen willen graag zoveel mogelijk regie over hun eigen leven voeren, hebben er behoefte aan om gehoord te worden, ertoe te doen. Jonge mensen hebben hoop en perspectief nodig.” (p. 17).

## 1.6 Vraagstelling van het onderzoek

Dit onderzoek heeft tot doel om te onderzoeken hoe kickboksen kan bijdragen aan de hierboven genoemde veerkrachtige identiteitsontwikkeling en het ontwikkelen van agency. We zagen in paragraaf 1.2 dat eerdere studies naar de psychosociale effecten van vechtsporten een gemengd beeld laten zien en dat er weinig longitudinaal onderzoek beschikbaar is, zeker niet voor kickboksen. Daarom is dit onderzoek een goede aanvulling. Meer specifiek willen we onderzoeken welke aspecten van deze full-contact sport, de daarbij horende rituelen en de trainer daarbij een rol spelen. Het doel is om uiteindelijk trainers en andere jeugdprofessionals die deze sport inzetten te helpen de sport adequaat in te zetten als pedagogisch middel om veerkracht te vergroten

Met dit onderzoek proberen antwoord te geven op de vragen:

- Welke factoren van de vechtsportcontext dragen bij aan het werken aan persoonlijke talentontwikkeling?
- Wat zijn de rituelen in de vechtsportcontext die bijdragen aan veerkracht en “agency”?

Om uiteindelijk antwoord te geven op de vraag:

- Hoe kunnen de opleidingen en vechtsportpraktijken zich op basis van de onderzoeksresultaten verder professionaliseren, zodat aankomende vechtsportprofessionals beter in staat zijn vechtende jongeren adequaat te begeleiden?

## 1.7 Leeswijzer

In hoofdstuk twee wordt de methode van het onderzoek worden beschreven. Vervolgens volgen in hoofdstukken drie, vier, vijf en zes de beschrijving van de vier verschillende cases (gyms). Deze hoofdstukken zullen eenzelfde structuur hebben en steevast eerst een beschrijving geven van de locatie vervolgens inzoomen op de centrale figuren op die locatie. Dat kunnen trainers en/of jongerenwerkers zijn. Er zal daarbij aandacht zijn voor hun pedagogische visie op communicatie en didactiek, en hoe de sport en andere de leefwerelden van jongeren met elkaar interacteren, hoe wordt gewerkt wordt aan groei (talentontwikkeling), veerkracht, en grip op het leven. Vervolgens wordt het verloop van een training beschreven om te eindigen met wat voor een jongeren zijn aangetroffen op de locatie. In deze laatste paragraaf zullen de jongeren beschreven worden in de vorm van persona's. (zie Blomkvist, 2002 over gebruik van persona's).

## Hoofdstuk 2: Methoden

### 2.1 Design

Dit onderzoek naar de invloed van kickboksen op talentontwikkeling en veerkracht van jongeren heeft een design waarin dataverzameling plaats vindt in vier gyms uit vier steden. Deze locaties werden in dezelfde periode bezocht door onderzoekers van verschillende instellingen. Een onderzoeker van de Vrije Universiteit Amsterdam bezocht El Otmani Gym in de hoofdstad, van de Hogeschool Utrecht kwamen twee onderzoekers die zich richtten op Slimani Gym in Zeist, twee onderzoekers van Fontys Hogeschool verzamelden data bij Fighting Talents en Fighth2Create in Den Bosch en tenslotte kwam een onderzoeker van Hogeschool Windesheim bij jongerencentrum Free2Move in Zwolle over de vloer.

Op alle vier de locaties worden kickboks trainingen gegeven aan jongeren, met het doel hun niet enkel een gezonde besteding van de vrijetijd te bieden, maar ook zinvol gereedschap op hun weg naar volwassenheid. Dat gebeurt op elke plek vanuit een eigen filosofie en op eigen wijze. Dit resulteert in kenmerken die niet overeen hoeven te komen met die op de andere drie locaties. Om de verschillen die zo aan de oppervlakte komen te kunnen benoemen, zijn de vier locaties separaat onderzocht en worden ze in de volgende hoofdstukken ook als vier separate cases beschreven. Daarbij zal op basis van de informatie uit alle verschillende data bronnen een etnografisch beeld worden geschetst van de gym, de trainer, de training om uiteindelijk uit te komen bij de jongeren. Deze jongeren zullen in persona's worden gevat per case. In het slothoofdstuk zullen door middel van synthese overkoepelende persona's voor de hele onderzoekspopulatie worden beschreven.

Daarnaast is er een veerkrachtmeting ontwikkeld (bijlage 1). Daarin zijn items opgenomen die betrekking hebben op individuele veerkracht en items die betrekking hebben op veerkracht in de omgeving. De items met betrekking tot veerkracht van het individu zijn gebaseerd op de Engelse versie van de *Brief Resilience Scale* (BRS, Smith et. al, 2008). Deze vragenlijst is vertaald naar het Nederlands en vereenvoudigd voor de doelgroep (veelal vmbo- en mbo-scholieren). De items met betrekking tot veerkracht van de omgeving zijn gebaseerd op de *Child and Youth Resilience Measure-28* (CYRM-28, Ungar & Liebenberg, 2011). De ontwikkelde veerkrachtmeting is voorgelegd aan jongeren in een jongerencentrum voor een check. Naar aanleiding van hun feedback zijn de items weer

aangepast. Het instrument is als pilot tweemaal uitgezet onder jongeren. Eén keer bij studenten van de Hogeschool Utrecht één keer bij studenten van Fontys Hogeschool. Chronbach's alfa bij de laatste pilot was ,74 wat er op wijst dat het instrument voldoende intern consistent is om veerkracht te meten. Door de hoge uitval op verschillende locaties ten gevolge van de Coronapandemie leverde dit helaas geen bruikbare data op. De meting wordt daarom buiten beschouwing gelaten in de rest van dit onderzoeksrapport.

## 2.2 Observaties

De vier locaties zijn door verschillende onderzoekers onder de loep genomen. Elk van deze onderzoekers heeft met de hoofdpersonen ter plekke, de trainer en jongerenwerker en de jongeren, een relatie opgebouwd. Dit gebeurde op elke locatie anders omdat de onderzoekers zich moesten aanpassen aan de situatie ter plekke en er geen standaard rollen of routes voor de wetenschappelijke bezoekers beschikbaar waren. De trainingen zijn gebeurtenissen die vanzelfsprekend de interactie tussen jongeren en trainers zichtbaar maken, maar ook de gang van zaken buiten deze lesuren bieden de mogelijkheid om te zien hoe de hoofdpersonen zich bewegen en met elkaar omgaan. De observaties zijn vastgelegd in fieldnotes. Daartoe is een format opgesteld (zie bijlage 2). De fieldnotes werden gemaakt in verschillende situaties en daartoe behoorden het eerste bezoek aan de gym, het observeren van een training als toeschouwer en het participatief observeren van de training als deelnemer. Voor die laatste situatie is het format iets aangepast.

In Amsterdam bestond al een relatie tussen onderzoeker en de trainers omdat de onderzoeker als geruime tijd zelf kickboks trainingen bijwoont in deze gym. Het gebouw, de centrale personen en de routines zijn hem dus bekend. Hij heeft voorafgaand aan het onderzoek de jongeren zien trainen en is dat in de loop van het onderzoek vaker gaan observeren. Corona is in Amsterdam van grote invloed geweest omdat de gym verplicht de deuren moest sluiten.

Beide onderzoekers uit Utrecht waren nog niet bekend met Slimani Gym en hebben regelmatig meegetraind met verschillende trainingsgroepen. Meestal deden ze dit afzonderlijk van elkaar, maar zij hebben ook een aantal keer gezamenlijk deelgenomen aan de trainingen. Daarnaast hebben de onderzoekers als toeschouwer de trainingen aanschouwd. Steeds zijn bevindingen vastgelegd in fieldnotes. Toen Slimani Gym vanwege

Corona dicht ging, was observeren niet meer mogelijk. Toen er tijdelijk buiten werd getraind hebben de onderzoekers wel geobserveerd, maar niet zelf meegetraind.

In Den Bosch zijn er op de twee verschillende locaties observaties gedaan. Om de trainers, jongerenwerker en de jongeren van Fight2Create te leren kennen en bekend te raken met het gebouw, de groep en de trainers zorgden de onderzoekers ervoor dat zij aanwezig waren ruim voordat de training begon. De jongeren verzamelden bij het Jongeren centrum en liepen dan samen met de jongerenwerker naar de gym. Op deze manier konden de onderzoekers zowel voor, tijdens, maar ook na de trainingen observeren om dit later in fieldnotes vast te leggen. Er was een periode dat het jongeren centrum en de gym dicht waren, maar er zijn ook periodes geweest dat de jongeren naar het jongeren centrum kwamen om buiten te trainen. De onderzoekers zijn tijdens corona met de jongerenwerker mee de wijk in gegaan om zo de jongeren te kunnen ontmoeten. Doordat de jongerenwerker in contact bleef met de jongeren lukte het de onderzoekers in contact te blijven met de jongeren.

Wat betreft de trainers en jongeren van Fighting Talents hebben de onderzoekers vooral tijdens de training geobserveerd. De onderzoekers waren voor aan de trainingen ruim op tijd aanwezig, zodat er tijd was voor een kennismaking met de jongeren en trainers. Door Corona moest de gym dicht, hierdoor zijn er jongeren uitgevallen en kwamen de observaties stil te liggen.

In Zwolle waren geen georganiseerde trainingen om te observeren. Er werd wel degelijk gesport maar ook samen gegeten en aan de bar gehangen. Ook daarvan werden observaties uitgewerkt en vastgelegd in fieldnotes. De onderzoekster bezocht voor de eerste lockdown zo'n drie keer per maand de gym. Ze trainde zelf ook regelmatig met de jongerenwerker op de mat. Het jongeren centrum is gedurende de lockdowns open gebleven voor een kleine groep jongeren. Er mocht dan niet binnen gesport worden. De onderzoekster is ook mee geweest op het jaarlijkse survivalweekend van de jongeren en hoewel buiten de context van de gym, leverde dat rijke aanvullende informatie. Gedurende de eerste lockdown werd buiten geïmproviseerd gesport.

## 2.3 Interviews

Voor interviews zijn in elk van de locaties twee volwassenen geworven. Dat zijn de centrale praktijkprofessionals (trainers en/of jongerenwerkers) op die locatie. Daarnaast zijn jongeren die op die locaties kickbokstrainingen volgen benaderd om mee te werken aan een interview. De oorspronkelijke opzet was om de jongeren twee keer te interviewen, maar de Coronapandemie had een groot effect op aanwezigheid in de gyms. Voor zowel interviews met de praktijkprofessionals als met de jongeren werd een topiclist opgesteld (respectievelijk bijlage 3 en 4). De praktijk professionals werden bevraagd op hun pedagogische visie, didactiek en communicatie. De jongeren werd gevraagd naar hun ervaringen met de sport, de trainer, de vier leefwerelden van de jongeren (thuis, straat, school en online) en hoe deze interacteerden met de sport. Daarbij was aandacht voor het in kaart brengen van de vier huishoudingen van Kooijmans (2016). In de tweede gespreksronde werd ook de Corona-situatie meegenomen in de topiclist (bijlage 5).

In El Otmani Gym in Amsterdam hebben vijftien jongeren deelgenomen aan de eerste ronde. Met een leeftijd tussen 13 en 17 jaar zijn deze Amsterdammers jonger dan de respondenten in de andere steden. Vrijwel allemaal hebben zij een Marokkaanse achtergrond en drie van de vijftien zijn meisjes. Voor de tweede ronde gesprekken, die plaats vond begin 2021, zijn vier jongeren opnieuw geïnterviewd. In tegenstelling tot twee andere locaties moest de gym in Amsterdam de deuren sluiten en bleef het tot in het voorjaar 2021 lastig om respondenten weer op te sporen.

De eerste vijftien interviews zijn letterlijk getranscribeerd, het zelfde geldt voor de interviews met de twee Amsterdamse praktijkprofessionals. Van de vier interviews met jongeren uit de tweede ronde is een dag later een uitgebreid verslag gemaakt.

Aan de eerste interviewronde in Zeist bij Slimani Gym hebben achttien jongeren deelgenomen. De jongste deelnemer was ten tijde van het eerste interview 13 jaar. De oudste deelnemer was destijds 18 jaar oud. Drie van de achttien jongeren zijn meisjes. Bij de tweede interviewronde zijn vier jongeren geïnterviewd. Vanwege de tijdelijke sluiting van Slimani Gym door de Coronamaatregelen zijn veel jongeren gestopt met trainen. Daarom waren veel jongeren uit de eerste interviewronde lastig op te sporen voor het tweede interview. Alle interviews met de jongeren zijn letterlijk getranscribeerd. Dit geldt tevens voor de interviews met de twee praktijkprofessionals.



Voor de eerste ronde in Den Bosch zijn acht jongeren van Fight2Create geïnterviewd in de leeftijd van 15 tot 20 jaar. Deze jongeren hebben diverse culturele achtergronden, namelijk: Eritrees, Syrisch en Nederlands. Eén van de jongeren is tijdens de tweede ronde uitgevallen. Het merendeel van de jongeren beheerst de Nederlandse taal matig, daarnaast is bij het merendeel sprake van een licht verstandelijke beperking. Verder zijn er twaalf jongeren geïnterviewd van Fighting Talents. Deze jongeren hebben de leeftijd van 15 tot 24 jaar. Het merendeel van de jongeren heeft een Marokkaans-Nederlandse achtergrond. Er was tijdens de eerste ronde één vrouwelijke respondent, de overigen waren allemaal mannelijke respondenten. Van deze groep zijn er een twee jongeren voor de tweede ronde uitgevallen. De interviews zijn getranscribeerd, daarnaast maakt de onderzoeker van ieder gesprek een uitgebreid verslag.

In Zwolle werden in de eerste gespreksronde acht jongeren gesproken. De interviews werden opgenomen en letterlijk getranscribeerd. Corona zorgde ook hier voor een groot verloop. In de tweede interviewronde zijn drie jongeren gesproken waarvan heeft de onderzoekster een uitgebreid verslag gemaakt. De twee praktijk professionals zijn twee keer geïnterviewd. De laatste keer is met name gesproken over de verandering van de populatie gedurende het project. Naast de formele gesprekken vonden er ook veel informele gesprekken plaats aan de bar waar de onderzoekster aantekeningen van maakte.

## **2.4 Datakwaliteit**

Er zitten drie reguliere gyms in ons sample (Fighting Talents Den Bosch, El Otmani Gym Amsterdam, Slimani Gym Zeist) en twee initiatieven vanuit het jongerenwerk (Free2Move Zwolle en Fight2Create Den Bosch). In Den Bosch is de uitval van jongeren beperkt gebleven. Daardoor is er op deze locatie zowel voor de reguliere gym als het jongerenwerkprogramma meer data beschikbaar vanuit de interviews met de jongeren dan op de andere locaties. In de reguliere gyms in Zeist en Amsterdam was sprake van een grote uitval mede veroorzaakt door de lockdowns vanwege de Coronapandemie. De data in Amsterdam en Zeist is daarom meer gebaseerd op de gesprekken met de trainers en op observaties. In Zwolle en Den Bosch was er sprake van een ander soort dynamiek, omdat er jongerenwerkers betrokken zijn. Waar in Amsterdam en Zeist veel jongeren uit zicht verdwenen en ze de deuren regelmatig moesten sluiten, bleven er bij de jongerenwerk settings meer mogelijkheden

bestaan om in contact te houden met de jongeren. Daarbij moet worden aangetekend dat mede door de werkwijze en visie van de jongerenwerkers de onderzoekspopulatie in Den Bosch groter was. Kort samengevat komt het verschil er in de kern op neer dat er in Zwolle sprake is van een vrije inloop waardoor sommige jongeren soms weken niet komen, terwijl in Den Bosch wordt gewerkt met vaste trainingen en de jongerenwerker 'outreaching' werkt en ook op straat te vinden is. Als jongeren dreigden te verdwijnen, wist hij ze daar toch weer te vinden. Hoewel de data van de verschillende praktijken dus uiteenloopt, is er op alle vijf de locaties data uit alle bronnen aanwezig om antwoord te geven op de verschillende vragen.

Onderzoekers komen van buiten en krijgen niet als vanzelfsprekend snel en makkelijk toegang tot een populatie zoals die zich bijvoorbeeld in een gym bevindt. Het aanwezig zijn bij alledaagse gebeurtenissen om die te kunnen optekenen en het rekruteren en interviewen van respondenten, dat zijn geen activiteiten die als vanzelfsprekend met succes kunnen worden ingezet voor het verzamelen van data. In dit onderzoek zijn echter van begin af aan professionals betrokken geweest bij opzet en uitvoering. Deze trainers en jongerenwerkers die dagelijks in de gyms te vinden zijn, weten als geen ander wat zich daar afspeelt en ze hebben korte lijntjes met de jongeren waar het in dit onderzoek om draait. Zij zijn de gatekeepers die de onderzoekers toegang verleenden en ze waren ook een voortdurend aanwezige vraagbaak, want zij behoorden tot het overkoepelende team. Hun kennis, bemiddeling en bemoeienis heeft in belangrijke mate bijgedragen aan het verwezenlijken van dit onderzoek.

De interviews en vooral ook de observaties zijn uitgevoerd over een langere periode, wat tot gevolg heeft dat de onderzoekers geen uitspraken doen op basis van eenmalige registraties. Zoals gezegd zijn de data van alle interviews en observaties nauwkeurig vastgelegd in de vorm van transcripten of fieldnotes. Herhaling, bijvoorbeeld door verschillende trainingen te bezoeken, maakt het mogelijk hoofd- en bijzaken te scheiden. Maar daarnaast kan de onderzoeker ook wat hij ziet tijdens observaties plaatsen naast wat hij hoort in interviews en gebruikt hij triangulatie om de kwaliteit van de data te vergroten.

Alle onderzoekers hadden de mogelijkheid om terug te kijken, de eigen data te herlezen en kritisch te reflecteren op de eigen bevindingen. Zo neemt ervaring toe en groeit inzicht. Daarnaast is in de loop van het onderzoek regelmatig overleg geweest tussen de onderzoekers en is de voortgang per locatie besproken. Voorlopige vergelijkingen waren

verhelderend en hebben geleid tot accentverschuivingen. Een zeer belangrijk voorbeeld daarvan zijn de reeds genoemde aanpassingen die moesten worden gedaan als gevolg van de Corona pandemie.

Niet elke gym is maatgevend en bevindingen per locatie kunnen niet gegeneraliseerd worden, maar de vier locaties vormen een breder scala en geven gezamenlijk een completer beeld van de brede verzameling van Nederlandse gyms waar kickboksen wordt aangeboden. Er is in dit onderzoek gezocht naar overeenkomsten en naar inzichten met een bredere geldigheid, maar heel bewust is ook geprobeerd de eigenheid van situatie in elk van de vier gyms vast te leggen.

## Hoofdstuk 3: El Otmani Gym in Amsterdam

### 3.1 De locatie

#### 3.1.1 Lokale problematiek van Amsterdam-west

El Otmani Gym bevindt zich op nummer 91 van de Johan Huizingalaan in de wijk Slotervaart. Deze wijk is onderdeel van Amsterdam Nieuw-West, een deel van de stad dat in zijn geheel buiten de ring ligt. In februari 1998 was een brandje in een prullenbak op het nabij gelegen August Allebéplein de aanleiding voor rellen, die het begin van een periode van onrust inluiden. Overlast van hanggroepen, zoals de beruchte 'Mondriaangroep', hebben sindsdien vaak de aandacht getrokken en in 1999 waren er opnieuw rellen op het Mercatorplein. In 2004 werd Theo van Gogh vermoord door Mohamed Bouyeri, die uit deze wijk kwam. Een klein deel van de jongeren die in dit deel van de stad opgroeiden hebben inmiddels een langere criminele loopbaan en behoren tot wat tegenwoordig wel de 'Mocro Maffia' wordt genoemd (Vugts, 2014; Laumans & Schrijver, 2014). Op woensdagnacht 30 juli 2020 werd de zaalvoetbalschool beschoten die in het zelfde pand is gevestigd als El Otmani gym, waarop burgemeester Halsema besloot de voetbalschool tijdelijk te sluiten. Twee jaar eerder vonden in de Johan Huizingalaan in een week tijd een explosie en twee beschietingen plaats. Er werd ook een handgranaat gevonden (Het Parool, 31 juli 2020).

Dit zijn incidenten die verwijzen naar onderliggende problematiek. De wijken Bos en Lommer, Overtoomse veld en Slotervaart zijn delen van Nieuw-West met de laagste sociaal-economische status. Buurten als 'de Kolenkit' behoorden in 2007 tot de zogenaamde 'Vogelaarwijken', die vanuit de landelijke politiek bijzondere aandacht kregen. Sindsdien is er veel veranderd en stadvernieuwing heeft veel buurten een ander uiterlijk gegeven. Ook op andere terreinen zijn problemen geïdentificeerd en tracht men actie te ondernemen.

Uit gebiedsanalyse van de Gemeente Amsterdam blijkt dat in de buurten van Nieuw-West veel jongeren opgroeien in een achterstandspositie, dat ouders in deze wijken relatief vaak een zwakke sociaaleconomische positie hebben en dat relatief veel risicofactoren aanwezig zijn voor kindermishandeling. De sociale kwaliteit van de buurten in Slotervaart is laag.

In Overtoomse Veld is veel overlast van jongeren, de zogenaamde 'verloederingscore' is hoog, er is verkeersoverlast en het veiligheidsgevoel is zeer laag en dalend. In de genoemde wijken van Nieuw-West wonen veel gezinnen met een Marokkaanse herkomst en het merendeel van de jongeren in Overtoomse Veld heeft een niet-westerse migratieachtergrond (Gemeente Amsterdam 2017). Het straatbeeld wordt voor een groot deel bepaald door mensen met een Marokkaanse en Turkse afkomst.

De onmiddellijke omgeving van El Otmani Gym kent zowel rijtjeshuizen met meerdere woningen onder één kap als woonblokken met verschillende woonlagen. Tegenover de gym, ook gelegen aan de Huizingalaan, bevindt zich het Hervormd Lyceum West, een middelbare school. Overdag, in het bijzonder tijdens de pauzes lopen veel scholieren door de buurt. Ze laten rommel achter en mede als gevolg daarvan hebben de straten in deze omgeving te maken met de aanwezigheid van ongedierte.

### ***3.1.2 De geschiedenis van El Otmani Gym***

De oprichter en naamgever van de gym is Nourdin El Otmani. Hij was wedstrijdvechter en werd meerdere malen wereldkampioen. Hij stopt daar relatief vroeg mee en gaat zich op andere dingen richten, zonder volledig afstand te nemen van het kickboksen. Hij heeft een hbo-opleiding gevolgd om jongerenwerker te worden en wil zich in het bijzonder richten op het 'ambulant veldwerk'. Hij grijpt zijn kans als hem wordt gevraagd les te geven aan Amsterdamse jongeren. De gemeente ziet het succes van dit initiatief en helpt hem aan een ruimte.

Nourdin komt erachter dat veel jongeren die hij als ambulant jongerenwerker leerde kennen, worstelen met problemen. Hij ziet een mogelijkheid om het vechtsporten te verbinden met jongerenwerk. Het idee ontstaat om een eigen gym te starten en tegelijk jongeren te begeleiden. De gemeente vraagt hem zich te richten op de jongeren die behoren tot de beruchte Mondriaan groep. Als hij daarmee succes heeft, krijgt hij verdere medewerking en komt er een vestiging in de Jacques Veltmanstraat in Slotervaart. Hier komt hij, samen met Roemer van Oordt, met een aanbod van sportieve en educatieve activiteiten onder de naam 'Boks het voor elkaar'. Kickboksen, huiswerkbegeleiding, debatavonden vinden plaats onder één dak. Dat is een succes, maar na drieënhalf jaar moesten ze vertrekken, omdat het pand wordt gesloopt. Na anderhalf jaar zoeken naar een nieuw

onderkomen kan de El Otmani Gym in 2015 de huidige locatie aan de Johan Huizingalaan betrekken.

Er breekt een spannende periode aan, want met het nieuwe pand openen zich verschillende wegen. De successen van de wedstrijdvechters stapelen zich op, maar dat vraagt een grote investering qua tijd van de trainers. Nourdin deelt die verantwoordelijkheid met zijn rechterhand Said el Badaoui, maar beiden merken dat vooral de buitenlandse reizen naar het verre oosten een enorme belasting betekenen. Tegelijkertijd moeten er in het nieuwe pand vele reparaties en veranderingen worden doorgevoerd, met als gevolg dat andere bezigheden, zoals de huiswerkbegeleiding, in het nieuwe pand nog niet van de grond komen.

Nourdin is ondernemer geworden en moet een bedrijf draaiende houden en daarbij moet een groot pand zo effectief mogelijk worden gebruikt. Said, die in Utrecht woont en werkt, komt in 2018 tot de conclusie dat de vele verre reizen en het dagelijkse verkeer naar Amsterdam van hem en zijn jonge gezin te veel vragen en hij overweegt te stoppen. De vechters doen een klemmend beroep op hem om door te gaan en dat doet hem besluiten om El Otmani Gym te verlaten en zelf een gym te beginnen in Utrecht. Omdat Said de meeste trainingen voor zijn rekening nam, valt er een groot gat voor de wedstrijdvechters dat door Nourdin niet snel is op te vullen. Binnen korte tijd vertrekken de meeste wedstrijdvechters bij El Otmani Gym, een flink deel van hen stapt in 2019 over naar de nieuwe gym van Said el Badaoui in Utrecht.

De Coronapandemie heeft vanaf voorjaar 2020 grote invloed op de gang van zaken in de gym. Na verloop van tijd worden de richtlijnen steeds strenger en een verbod op het binnen sporten is onvermijdelijk. Er wordt gezocht naar alternatieven, maar het duurt tot aan het begin van zomer 2021 voordat de gang van zaken weer enigszins lijkt op de routines van voor de pandemie.

### ***3.1.3 Het gebouw***

De gym bevindt zich in een grote voormalige garage van maar liefst 2.600 vierkante meter. Er zijn tegenwoordig meer gyms die in grote panden zijn gehuisvest, maar die zijn doorgaans te vinden buiten of aan de rand van de stad. Ze zijn dan makkelijk met de auto te bereiken en er is parkeerplaats beschikbaar. EL Otmani Gym ligt midden in een woonwijk van de grote

stad en is toegankelijk met openbaar vervoer. Voor parkeren moet tot 19.00 uur worden betaald.

Het grote gebouw heeft maar één verdieping, maar op beide niveaus is het plafond hoog, zodat het gebouw als geheel voor een sportschool niet alleen een indrukwekkend oppervlakte te bieden heeft maar ook veel volume heeft. Op de begane grond bevindt zich naast het pand een overdekte benzinepomp die nadat het garagebedrijf is vertrokken nog steeds wordt uitgebaat. Er zijn twee ingangen, één voor een indoor voetbalveld van 'Indoor Soccer West', dat zich op begane grond bevindt en een eigen ontvangstruimte heeft, en één van El Otmani Gym.

De deur naar de gym geeft toegang tot een grote, lichte ruimte met veel glas. Tegenover de ingang bevindt zich een lange bar met een koffieapparaat en een scherm waarop voor degene die achter de bar staat de administratieve gegevens van de gym zichtbaar zijn. De personen die binnenkomen identificeren zich middels een scan van de vingertop. Aan de muur achter de bar liggen op diverse planken allerlei spullen uitgestald die te koop zijn, van bokshandschoenen en -kleding tot energiedrankjes en eiwitpreparaten. In de ruimte staan een stuk of tien kleine tafeltjes met stoelen. Aan twee muren bevinden zich grote plasma schermen. Op één ervan is, opgedeeld in vier kleinere schermen, te zien wat zich op de bovenverdieping afspeelt. Het andere scherm is verbonden met een pc en kan gebruikt worden om televisieprogramma's of andere beelden te vertonen. Een deur geeft toegang tot een kleinere ruimte die sinds kort in gebruik is genomen door een fysiotherapeut. Daarnaast is er nog een sportzaal van zo'n 100 m<sup>2</sup> op de begane grond, met daarachter een klein kantoortje. Tenslotte bevindt zich op dit niveau een toilet.

Via een deur die toegang geeft tot de trap kan men de bovenverdieping bereiken. Deze etage is indrukwekkend groot, want hij beslaat de oppervlakte van het hele pand (die van de ruimte van de gym en van het indoor voetbalveld). Behalve twee kleedruimtes en douchegelegenheden voor dames en heren, is het één grote ruimte. Aan de achterzijde, maar binnen het pand, bevindt zich een langzaam aflopende weg naar een deur op de begane grond, die verwijst naar de tijd dat het gebouw een garage was en waarlangs auto's naar boven konden rijden. Ongeveer een kwart van de ruimte wordt in beslag genomen door diverse fitness apparaten, loopbanden etc. en daarnaast zijn er op een iets verhoogd niveau twee boksringen. De resterende rechthoekige ruimte van zo'n 200 m<sup>2</sup>, die is gemarkeerd door middel van rubberen matten op de vloer, wordt gebruikt voor de groepstrainingen.

Langs de vier zijden van deze rechthoek hangen aan de balken van het plafond op enkele meters afstand van elkaar zwarte boksakken met het logo van El Otmani Gym.

Sinds de gym in 2015 in het pand aan de Johan Huizingalaan is gehuisvest zijn tal van grote en kleine verbouwingen, reparaties en aanpassingen uitgevoerd. In de lente van 2020 lijken de grootste ingrepen achter de rug, als het beoogde vrijwel is bereikt. Dan komt de Corona pandemie.

### **3.1.4 De bezoekers**

Op maandag, woensdag en vrijdag is het drukker in de gym dan op andere dagen, want dit zijn de vaste dagen dat door diverse groepen wordt getraind. Op andere dagen wordt de gym gebruikt door andere groepen, er is dan les voor vrouwen of er wordt bokstraining gegeven. Losse individuen of kleine groepjes maken gebruik van de fitness toestellen en doen dat vooral tijdens de andere trainingen.

De centrale ruimte op de begane grond is de plaats waar bezoekers elkaar tegenkomen en waar sociaal verkeer plaats vindt, op de bovenverdieping wordt gesport en daar gaat als vanzelfsprekend alle aandacht naar uit. Er is mede vanwege die scheiding van activiteiten ook een fysieke scheiding tussen de verdiepingen die wordt benadrukt door het feit dat de deur die een toegang geeft tot de trap op slot is en met een druk op een knop vanachter de bar geopend kan worden. Er gaat dus niemand naar boven zonder toestemming van degene die op dat moment achter de bar werkt. Dit voorkomt dat Jan en alleman als toeschouwer bij de training aanwezig kan zijn.

Beneden komen de sporters binnen die straks zullen gaan trainen. Vooral als de verschillende jeugdgroepen trainen levert dat een aangename drukte op. Omdat de lopende training onherroepelijk zou worden verstoord wanneer tientallen kinderen zich om de mat begeven, krijgt de groep die beneden is aangekomen pas kort voor het begin van de les toestemming om naar boven te gaan. Tot dat moment blijft de deur naar de trap op slot.

Andere volwassenen zijn aanwezig, die komen voor een praatje met bekenden of omdat ze een kind komen halen of brengen. De meeste aanwezigen hebben een Marokkaanse achtergrond, maar de voertaal is doorgaans Nederlands. Enkele mannen gaan gekleed in een djellaba en dragen een baard zonder snor, maar het merendeel is modern gekleed. Moeders blijven minder lang binnen, mengen zich niet in gesprekken en vaak



dragen ze een hoofddoek. Veel aanwezigen blijken hun etnische achtergrond te delen, maar het opleidingsniveau loopt nogal uiteen. Gesprekken gaan over alledaagse zaken, maar de onderzoeker kreeg ook uitgelegd wat de werking van 'blockchain' is en een vader las in de trainingszaal een verhalenbundel van de beroemde Latijns Amerikaanse schrijver Gabriel García Marquez.

Tijdens de lessen van de jeugd komt een aantal ouders naar de bovenverdieping om te kijken, vaak zijn dat dezelfde gezichten. Zij zijn te vinden langs de mat, ze kijken naar de kinderen en kletsen wat met elkaar. In andere gyms komen nogal eens mensen kijken bij de trainingen zonder dat duidelijk is wie ze zoeken en wat ze komen doen. Bij El Otmani Gym is dat vrijwel onmogelijk, omdat ze niet zomaar door kunnen lopen naar boven waar de trainingen plaats vinden.

### ***3.1.5 De trainers en de groepen***

Nourdin El Otmani heeft de gym opgericht en hij zorgde voor de verhuizing naar het nieuwe pand. In het verleden gaf hij zelf de trainingen en begeleidde hij de vechters naar de wedstrijden. Nu er bijna geen professionele vechters meer trainen in Otmani Gym, hoeven reizen naar het buitenland om aan wedstrijden deel te nemen niet meer gemaakt te worden. De uiterst succesvolle vechter Mootje Hamicha zorgt voor een uitzondering, want hij is zijn trainer trouw gebleven en bij wedstrijden op het hoogste niveau staat Nourdin nog steeds in zijn hoek. Af en toe wordt Nourdin gevraagd om in het buitenland les te geven, doorgaans duurt dat enkele dagen. Ook komen soms kleine groepjes buitenlandse sporters naar de gym in Amsterdam-West en volgen daar een reeks lessen. In beide gevallen is Nourdin dan de trainer.

De groep wedstrijdvechters trainde vast op maandag-, woensdag- en vrijdagavond om 20.00 uur en in de aanloop naar wedstrijden kwamen individuele vechters ook op tussenliggende tijdstippen naar de gym.

De vaste trainingen in El Otmani Gym worden tot de Corona pandemie in 2020 gegeven door Abdelkarim en Salah. Voorts zijn er stagiaires van een HBO die in periodes assisteren bij de trainingen van de jeugdgroepen. Nourdin, Salah en Abdelkarim kennen elkaar omdat ze alle drie in het verleden begonnen met kickboksen bij de gym van Mousid Akhamrane. Salah en Abdelkarim kwamen daar wat later binnen dan Nourdin. Ook Said El

Badaoui heeft in het verleden bij Mousid Gym getraind. Soufian El Hadji, die ten tijde van de pandemie als trainer actief wordt, heeft als wedstrijdvechter furore gemaakt onder de vlag van El Otmani Gym.

Aldelkarim geeft les aan de groep volwassenen die bestaat uit gewezen wedstrijdvechters en recreanten. Hij is geboren, opgegroeid en nog steeds woonachtig in Amsterdam-West. Hij werkt bij de Gemeentereiniging en is op de dagen dat hij lesgeeft al uren eerder aanwezig in de gym, waar hij praat met andere mannen uit de buurt die hij in de loop de jaren heeft leren kennen. De gym lijkt dus een belangrijke plek in zijn sociale leven. De groep volwassenen die hij les geeft heeft de mogelijkheid om drie keer per week te trainen op maandag-, woensdag-, vrijdagavond van 19.00 tot 20.00 uur. Weinig van deze sporters bezoeken alle drie de wekelijkse trainingen, de meesten komen één of twee keer per week. De totale groep bestaat vermoedelijk uit zo'n 80 personen.

Salah is de trainer van de jeugd. Ook zijn trainingen vinden plaats op dezelfde drie dagen: maandag, woensdag en vrijdag. Er zijn drie verschillende groepen die zijn ingedeeld op basis van niveau en waarbij ook leeftijd een richtlijn biedt. Pupillen (4-8 jaar) trainen van 16.00 – 17.00 uur; Jeugd (9-12 jaar) 17.00 – 18.00 uur; Junioren (13-16 jaar) 18.00 – 19.00 uur.

Voorts wordt nog training gegeven aan enkele kleine groepen jeugd. Zo is er een groep die afkomstig is van een voetbalclub en die in de gym wordt bijgespijkerd met betrekking tot hun conditie en kracht. Het gaat om een groep van ongeveer tien jongens van 10-12 jaar. Voor vrouwen zijn er trainingen op dinsdag en donderdag, die door een vrouw worden gegeven. Er worden drie maal per week 's ochtends zaktrainingen gegeven en trainer Roger Gracie geeft trainingen in Brazilliaans Jiu Jitsu. Daarnaast bevindt zich op de bovenverdieping van de gym, naast de matten voor de kickbokstraining en de twee boksringen, een uitgebreid arsenaal aan apparaten voor fitness training.

## **3.2 De trainer**

### ***3.2.1 Persoonlijke geschiedenis en kickboksverleden***

Om de vragen rond vechtende jongeren die centraal staan in dit onderzoek te kunnen beantwoorden zijn er twee personen die als trainer in de Amsterdamse setting in beeld komen: Nourdin El Otmani en Salah El Jalti.

Nourdin is opgegroeid in Amsterdam-Noord en op negenjarige leeftijd gaat hij kickboksen bij een kleine gym die door Mousid Akhamrane wordt geopend in een leegstaand horecapand met het doel om jongens van de straat te halen. Mousid was een van de eerste Marokkaanse kickboksers in Nederland die zelf een zeer succesvolle vechtsportloopbaan kende bij Vos Gym in de binnenstad. Later krijgt hij een ruimte toegewezen in de Indische buurt en de gym verkaste naar Amsterdam-Oost, waar steeds meer Marokkaanse jongens, waaronder ook Badr Hari, met de vechtsport beginnen. Nourdin verhuist mee. Hij traint veel, heeft talent en al vanaf zijn veertiende jaar is hij actief op internationale toernooien. Op zijn zestiende jaar is Nourdin professioneel kickbokser (A-klasse) en in de jaren die volgen wordt hij maar liefst zeven keer wereldkampioen.

Nourdin besluit op zijn hoogtepunt, op 24-jarige leeftijd, te stoppen met wedstrijden. Dat verbaast velen, maar hij kent de wereld van het vechten en de strikte discipline van de dagelijkse training vormt een knellend keurslijf. Hij wil zich op andere dingen gaan richten maar neemt niet volledig afstand van het kickboksen. Hij heeft een hbo-opleiding gevolgd om jongerenwerker te worden en wil zich in het bijzonder richten op het 'ambulant veldwerk'. Hij geeft wat privélessen voor kickboksers en verdient daar wat mee, maar haalt er weinig voldoening uit.

Als succesvol kickbokser wordt Nourdin gevraagd om les te geven aan de Amsterdamse jeugd. Hij gaat daarop in en als hij zo een maand bezig is met kickboksen in een klein schoollokaal in de Baarsjes, melden zich liefst honderdvijftig jongeren die willen trainen. Na dit succes, dat dus lijkt op wat Mousid in Amsterdam-Noord en Amsterdam-Oost heeft gedaan, wordt vanuit de gemeente belangstelling getoond. Hij krijgt een grotere locatie in de Jacques Veltmanstraat toegewezen en het succes herhaalt zich en hij moet een ledenstop invoeren, omdat de toestroom van nieuwe leden overweldigend is.

Salah El Jalti is de vaste trainer van de jeugd in El Otmani Gym. Hij geeft de trainingen voor verschillende groepen die zijn ingedeeld op leeftijd en op maandag, woensdag en vrijdag achter elkaar naar de gym komen om les te krijgen. Vanwege de opzet van dit onderzoek wordt alleen gekeken naar de groep met de oudste kinderen van wie de leeftijd uiteenloopt van 13 tot en met 17 jaar. Dit is dus de groep vechtende jongeren die centraal staat in dit onderzoek. Ook Salah heeft een achtergrond als wedstrijdvechter en hij kent Nourdin van de tijd dat beiden trinden bij Mousid Akhamrane. Salah heeft een bijzondere band met Amsterdam-West. Hij woont zelf al geruime tijd in dit deel van de stad en behalve

bij El Otmani Gym is hij ook actief als personal trainer en geeft hij trainingen voor jongeren die in een gymzaal in de aangrenzende wijk De Baarsjes bijeenkomen.

### **3.2.2 Interactie sport en leefwereld**

Nourdin begon onder de naam 'Boks het voor elkaar' in de Baarsjes, een buurt die tot Oud-West behoort en net binnen de ring ligt. De middelen waren zeer beperkt en samen met Roemer van Oordt verplaatste hij de activiteiten van de ene gymzaal naar de andere. Uiteindelijk kwamen ze in Slotervaart terecht en daar krijgen ze ook klaslokalen ter beschikking waar ze huiswerkbegeleiding gaan geven en in een grotere zaal worden debatavonden georganiseerd. Ze willen meer bieden dan sport.

Hij krijgt te maken met jongeren die zijn vastgelopen en wanneer hij denkt dat er meer nodig is in hun begeleiding probeert hij ze door te verwijzen. "Je gaat proberen te helpen. Enerzijds lag dat aan de jongeren, en anderzijds aan de ingewikkelde zaken als schuldhulpverlening en dan kom je weer bij de andere loketten. 'Je moet niet bij ons zijn.', hoor je dan. Zulke jongens gaven het op. Soms lag dat niet aan de jongeren, maar vaak lag het wel aan de jongeren."

Nourdin merkt dat veel jongeren worstelen met kleine en grote problemen. Problemen thuis, op school, soms met justitie. Hij kan niet bieden wat hij meent dat nodig is en zoekt een extra ruimte waar de jongeren, naast de sport, met individuele vragen terecht kunnen. Huiswerkbegeleiding, maar ook allerhande advies kan worden gevraagd over school, gezondheid of juridische kwesties.

Nu, in het grote pand aan de Johan Huizingalaan, zijn behalve de sport veel van de andere activiteiten weggevallen. Deels omdat er met de verhuizing geen continuïteit is en deels omdat het aanbod in de wijk is veranderd en andere instanties de taken hebben overgenomen. Zo kan Nourdin geen huiswerkbegeleiding meer aanbieden omdat scholen dat inmiddels liever zelf willen regelen. Toch meent Nourdin dat er nog een belangrijke taak is weggelegd voor de trainers, want de jongeren moeten in hun ontwikkeling met obstakels kunnen omgaan en de gym is de plek bij uitstek om dat te leren.

Het begeleiden van individuele jongeren gebeurt momenteel minder dan voorheen, maar soms komen er vragen van buiten en dan wordt maatwerk geleverd. Jongeren die een traject volgen en worden binnengebracht door jeugdbescherming, reclassering of via de

buurtregisseur, kunnen worden toegevoegd aan een trainingsgroep. In deze gevallen is de trainer enigszins op de hoogte van dat traject, maar van hem worden geen inspanningen gevraagd die afwijken van zijn reguliere werk als trainer. Er wordt verwacht dat de regelmaat en de fysieke inspanning tijdens de trainingen een positief effect hebben.

Interactie met de leefwereld van de jongeren loopt bij El Otmani Gym ook via de ouders. Nourdin is al lange tijd actief in Nieuw-West en veel mensen kennen hem. Ze weten dat hij zeventvoudig wereldkampioen is, maar hij wil daar niet op teren. Hij kent de verhalen over sporters met een roemrijke status. "Mensen komen voor hem, maar wanneer je helemaal geen relatie met hem hebt in de gym, dan denk je: wat is mijn reden om hier binnen te komen? Hij is dan wel de trekpleister, maar wat doet hij ermee?" Het is daarom minstens zo belangrijk dat hij zich al geruime tijd inzet voor jongeren in dit deel van de stad en dat mensen ook zien dat hij dat doet.

In de omgeving van de gym wonen veel mensen met een Marokkaanse achtergrond. Het feit dat Nourdin deze achtergrond met hen deelt leidt ertoe dat er vanuit deze groep scherper op hem wordt gelet, wat wil zeggen dat zijn verdienste in brede kring bekend is. El Otmani Gym is een plek waar iedereen welkom is, maar dat neemt niet weg dat het overgrote deel van de bezoekers een Marokkaanse achtergrond heeft.

Dat de gym verbonden is met de bewoners uit de wijk is een geografisch gegeven, maar het is ook het gevolg van inspanningen van Nourdin. Senioren komen op eigen initiatief binnen, maar bij alle junioren wordt actief contact gezocht met de ouders. Sommigen komen op eigen beweging naar de gym en maken er wekelijks een praatje met bekenden, anderen wordt gevraagd hun kind bij eerste bezoek aan de gym te vergezellen, zodat Nourdin tekst en uitleg kan geven over de gang van zaken in El Otmani Gym. "Ik doe er moeite voor omdat in het verleden bij de andere sportscholen die ik eerst had, er ouders bij waren die bijna niet kwamen. Toen had ik besloten: nee, dit gaat niet. Ik wil betrokkenheid van de ouders, dat is zo belangrijk." Hij hecht er veel waarde aan dat ze zelf kunnen zien en horen wat de omgangsvormen zijn en op welke manier er wordt omgegaan met de jongeren. Daarnaast gebruikt hij deze kennismaking ook om op een iets formelere manier contact te leggen en gegevens uit te wisselen. Van alle ouders zijn adres en telefoonnummers bekend en het komt met enige regelmaat voor dat kleine of grote problemen worden gedeeld tussen gym en thuis.

Het feit dat de jongeren die voor dit onderzoek in deze Amsterdamse gym worden gevolgd nog geen achttien jaar oud zijn creëert op dit punt een wat andere situatie dan in sommige van de andere locaties. Er is een band tussen de trainer en de jongere, maar vanuit de gym bestaat er ook contact met de ouders. “Ouders, of oudere broer”. Natuurlijk wordt deze laatste link niet voortdurend geactiveerd, dat zou de relatie van de trainer met opgroeiende pubers die grenzen verkennen wankel maken, maar als het noodzakelijk wordt geacht, treden Nourdin of Salah wel in contact met de ouders.

Salah beaamt dat het contact met ouders belangrijk is. Zeker nu, ten tijde van de pandemie, wordt hij gebeld voor steun en advies. “Negentig procent van de ouders ken ik. Ze hebben mijn telefoonnummer en als er wat is, kunnen ze mij altijd bereiken. Dat hebben de ouders in de afgelopen Coronaperiode regelmatig gedaan, om te vragen wanneer de training begint. ‘Mijn zoontje verveelt zich en is agressief aan het worden.’. Ik hoor van alles. Ik heb Corona niet in de hand, maar ik geef wel advies om iets te gaan doen, te gaan trainen of even buiten hardlopen om energie kwijt te raken. De jongeren zijn de moed een beetje verloren. Ze hadden eerst een doel en op een gegeven moment valt dat allemaal weg. Ze weten niet wat ze moeten doen nu in deze periode.”

Dit contact betekent dat de trainer een positie inneemt en een rol speelt die verder reikt dan die van degene die op de mat de oefeningen uitlegt. Hij gaat ook de buurt in en onderhoudt een groot netwerk waarin hij niet enkel een functie heeft als begeleider van sportieve prestaties. Salah zegt daarover: “Een goede kickbokstrainer moet betrokken zijn bij alles wat met zijn leerlingen te maken heeft, vind ik. Of het goed of slecht gaat, je moet altijd voor je leerlingen klaarstaan, ook al is het midden in de nacht. Als je hoort dat je leerling dit of dat heeft geflikt, dan moet je betrokken zijn. [...] Heel veel jongeren zien mij als broer of vader. Ze willen dat er iemand achter hun staat, zowel op school als waar dan ook. Ik voel me ook verantwoordelijk daarvoor. Ik hoef dat niet te doen, maar toch doe ik het. Zo zit ik in mekaar.”

De trainer kent de jongeren en hij informeert op natuurlijke wijze hoe het met ze gaat tijdens een kort praatje voor of na de training. “Ik praat met ze over hoe het op school gaat of waar ze tegenaan lopen. Ik ken al die jongeren en ik weet heel veel over de dingen waar ze mee zitten. Je probeert dan het positieve eruit te halen. Een positieve boodschap meegeven. ‘Je kan het ook op die manier doen’. Je moet eerlijk zijn tegen die jongeren. Als je niet eerlijk bent, dat merken ze gelijk.” De jongeren doorzien het wanneer de interesse niet

gemeend is. Ze kennen elkaar en mede door de hoge fysieke intensiteit kan de trainer haarfijn zien wie er wel of niet goed traint. “Ik merk het aan hun gedrag als het niet lekker op school gaat, of thuis. Jongens komen toch vaak naar me toen om te vertellen wat er aan de hand is, zonder dat ik ze zelf benader. ‘Het gaat niet lekker daarmee.’ Dan geef ik ze een bepaald advies, waardoor ze weer verder kunnen.”

### **3.2.3 Didactiek en communicatie**

De rol van de trainer in El Otmani Gym mag dan meerdere facetten hebben, de basis legt een trainer natuurlijk met zijn werk op de mat. Een goede trainer moet uitleg geven over wat er tijdens de les moet worden gedaan. Een oefening wordt voorgedaan en de begeleidende instructies moeten kort en duidelijk zijn. Veel of lang praten wordt vermeden, want als jongeren stil moeten zijn kunnen ze hun aandacht moeilijk vasthouden en verkrumelt de belangstelling. De trainer let erop dat iedereen hem kan horen en dat hij niet met zijn rug naar zijn publiek staat. Hij heeft overzicht in de zaal.

Tijdens de training zijn de jongeren bezig met oefeningen. De trainer beweegt zich door de zaal en kan individuen of koppels aanwijzingen geven om een oefening of een specifieke techniek beter uit te voeren. Hij kan iemand aanmoedigen of een compliment geven, maar hij kan ook op onvolledigheid, tekortkomingen of fouten wijzen en corrigeren of zelfs sanctioneren. Wordt er herhaaldelijk gepraat of zijn jongeren niet serieus, dan kunnen ze een straf krijgen. ‘Twintig keer opdrukken’.

Belonen gebeurt met woorden, maar de trainer kan ook zijn waardering laten blijken en de jongere een verantwoordelijke taak te geven. “Kom me volgende week helpen met de jongere groep.” Omgekeerd maakt de trainer ook gebruik van de mogelijkheid om een pupil iets te ontzeggen wanneer hij iets verkeerd heeft gedaan. “Wij kijken ook aan gedrag. Het kan dat wij horen dat er iets is gebeurd buiten de gym. Ouders komen ons vertellen dat hij iets geflikt heeft.” Sommige jongens komen dan met lood in de schoenen naar de training, omdat ze weten dat ze ook daar de wind van voren krijgen. Voor anderen is het een straf als ze *niet* mogen komen trainen. “Thuishouden is niet de bedoeling, maar we passen aandacht aan. Je moet contact hebben met ouders en op de persoon iets afstemmen met belonen of straffen.”

Het contact met de ouders geeft de trainer een extra machtsmiddel. Behalve dat hij door ouders wordt ingelicht, kan de trainer andersom ook de ouders inlichten en dat zou de consequenties van foutief gedrag van een jongere groter maken. Salah: “Je hebt ook jongeren die zeggen: ‘Zeg het alsjeblieft niet tegen mijn ouders, anders krijg ik problemen thuis.’ Als trainer moet je daar ook een beetje op inspelen en af en toe bepaalde dingen onderling bespreken. Door de vingers zien. Als die jongeren dat merken, dat je niets hebt doorgespeeld aan de ouders, dan gaan ze je vertrouwen. Dan denken ze: die trainer is eerlijk en heeft niks verteld tegen mijn ouders. Ik ga voortaan heel veel dingen met mijn trainer delen.” Het begripvol hanteren van het machtsmiddel leidt in zo’n geval tot een hechtere band met de jongere.

Een pittige training heeft als gevolg dat jongeren hun energie kwijt zijn en zich moe en voldaan voelen. In een buurt met kattenkwaad kan aanbod van sportieve activiteiten het gedragspatroon veranderen. Dat jongeren gewenst gedrag gaan vertonen, daar kunnen trainingen dus ook op een meer algemeen niveau aan bijdragen. Nourdin en Salah wijzen er allebei op dat de Corona pandemie ertoe heeft geleid dat jongeren hun bezoek aan de gym missen en soms moeite hebben hun tijd goed te besteden.

Er is dus een breed scala aan middelen waar de trainer gebruik van kan maken als hij zijn waardering of afkeuring wil laten blijken. Hij kan dat een individu gewoon zeggen met woorden, maar voor jongeren is dat niet per se de manier die het meeste indruk maakt. De aanwezigheid van anderen weegt mee en de trainer kan daar bewust gebruik van maken. “Ik heb ook wel eens handschoenen cadeau gedaan. Anderen zien dat... Ik doe dat bewust in de groep, zodat anderen dat ook zien.” Binnen de groep is te zien dat deze jongere een compliment en een cadeau van de trainer krijgt. Dat geeft hem extra bevrediging en de anderen kan het motiveren.

### **3.2.4 Groei**

Om de ontwikkeling van de jongeren te tonen wordt bij El Otmani Gym gewerkt met een systeem met **kleuren** die het niveau van de sporter aangeven. Salah bepaalt wat het niveau van elke leerling is en soms overlegt hij daarover met Nourdin. “We hebben vier kleuren. Groen, dan ben je net nieuw. Rood, ben je iets gevorderd, ook qua gedrag. Je moet bepaalde eigenschappen hebben om naar rood te gaan. Blauw, dan ben je weer wat verder. Dan zit je



tegen het wedstrijd niveau aan. Goud, dat is wedstrijd niveau.” De jongeren krijgen een T-shirt van de kleur die hun niveau weergeeft en dat kunnen ze dragen bij de training, zodat te zien is waar zij zich bevinden.

De trainers benadrukken dat de kleur niet alleen een graadmeter is voor de technische en sportieve vaardigheden, maar ook voor gedrag. De leerling moet zich binnen en buiten de gym goed gedragen en dat wordt meegewogen. Een pupil die heel goed kan vechten, maar botst met ouders en/of leerkrachten zal merken dat hij niet de gewenste kleur kan bemachtigen. “Bij ons gaat het er niet om direct een goede low kick te maken. Je krijgt bijvoorbeeld rood, wat betekent dat je niet het hoogste wedstrijd niveau hebt. Dan vraagt die jongen zich af: wat is er mis met mij? Dan moet hij gaan nadenken en dan leg ik uit dat zijn gedrag niet in orde is, ook al is hij heel talentvol.”

Het gedrag dat beoordeeld wordt zien de trainers binnen de muren van de gym, maar wat ze horen over wat zich elders afspeelt nemen ze ook mee. “In de gym moet je respectvol zijn. Mocht iemand zwakker zijn of iets dergelijks, dan moet je daar rekening mee houden. Dat is regel één, daar ontkom je niet aan.” De trainers zijn het erover eens dat het meedraaien in de gym de jongeren kan veranderen. “Die jongens worden er juist rustiger van. Als die jongeren hun energie kwijt kunnen in de vechtsport, worden ze heel anders. Het worden andere mensen door de sport. Ze gaan heel anders kijken. Dan moet de trainer daarop inspelen. Het is niet alleen maar lesgeven en een low kick leren of een harde linkse hoek, het gaat om het gedrag. Hoe ga je om met de leraar op school?”

### **3.2.5 Veerkracht**

Sporten is gezond en degenen die het goed kunnen oogsten succes. Een goede besteding van de vrijetijd verdient aanbeveling omdat het afwisseling brengt in het dagelijks leven en zorgt voor balans. Voor kickboksen geldt dat het een zeer intensieve vechtsport is die veel inspanning vraagt. Het helpt dat jongeren tijdens de trainingen stoom kunnen afblazen. Dat kan van waarde zijn voor pubers en adolescenten, die hun problemen niet altijd makkelijk onder woorden kunnen brengen, maar wel de behoefte voelen om zich te uiten. Salah: “Het trainen brengt je een rust. Je hebt bepaalde frustraties en die worden geuit, die raakt hij eventjes kwijt. Hij kan makkelijker met zijn stress overweg, die raakt hij hier kwijt. Dat brengt concentratie terug, hij leert bijvoorbeeld makkelijker daardoor.”

Ondanks dit positieve gegeven worstelen vechtsporten sinds jaar en dag met een lastig aspect. In de gym is het de bedoeling dat technieken als stoten en trappen worden aangeleerd, maar buiten de gym mogen ze niet worden gebruikt. In alle gyms en door alle trainers wordt daar eenduidig over gesproken. Salah: “Dat is bij mij regel één. Niet alleen bij mij, maar het is een code voor alle trainers die vechtsport aan hun leerlingen overdragen: je mag het nooit buiten de gym gebruiken.” Vechten dat in de gym wordt aangeleerd mag dus niet buiten de gym. Dat is een lastig gegeven, maar andere zaken, die ook in de gym worden aangeleerd, moeten volgens de trainers *juist wel* in het dagelijks leven worden toegepast.

In elke training komen jongeren situaties tegen waarin ze het moeilijk hebben, waarin iets verlangd wordt wat ze eigenlijk nog niet goed kunnen of waarin ze met een sterkere tegenstander worden geconfronteerd. Op al die momenten is er de neiging om niet een extra inspanning te leveren en te stoppen. Deze momenten staan niet op zich, want ze kunnen vergeleken worden met allerlei alledaagse taken en opdrachten die het individu moet uitvoeren en die hij het liefst uit de weg gaat. Tijdens de training herkent de trainer onmiddellijk wanneer een jongere zich niet inspant en voor de makkelijke oplossing kiest of verzaakt. Natuurlijk moet een training leuk zijn en aantrekkelijk blijven en bij een aaneenschakeling van onoverzienbare obstakels is dat niet het geval. Dat neemt niet weg dat de trainer de grens opzoekt van wat zijn leerling kan en hem uitdaagt om verder te reiken dan hij voordien deed.

Bij dit soort situaties, die dus voortdurend terugkeren, spelen behalve fysieke vaardigheden ook mentale kwaliteiten een rol. Nourdin wijst erop dat het om eigenschappen lijkt te gaan die bij uitstek in een sport als kickboksen aan de oppervlakte komen, maar dat het bereik ervan veel groter is. “Wij zijn kickboksers, maar we kunnen ze dingen leren die verder gaan.”

Jongeren die opgroeien in wijken met achterstand of uit gezinnen stammen met problemen hebben soms last van de bagage die ze meetorsen. Nourdin en Salah kennen de achtergrond van de jongeren en weten dat een aantal van hen het niet makkelijk heeft. “Je hebt je dag niet, je krijgt een pak slaag tijdens het sparren. Hoe ga je daarmee om? Het is niet dat je dan op de vuist gaat. Je hebt bepaalde teleurstellingen in jezelf. Daar begint het. In de les, of buiten. Er is iets gebeurd, met je vader, je moeder. Het gaat niet in één keer, maar geleidelijk komen dingen naar boven in gesprekken.” Daarmee is niet gezegd dat trainers problemen altijd met een gesprek kunnen oplossen. “Vechtscheidingen van de

ouders, daar heb ik het meeste moeite mee. Als kind zit je ertussen, dat is rampzalig. Ik heb liever de grootste crimineel die ik moet proberen op het rechte pad te krijgen, dan zoiets.”

Een trainer kan steun bieden en advies geven, maar aan mentale kracht wordt ook tijdens de trainingen voortdurend gewerkt. Opgroeïende jongeren worden geconfronteerd met lastige situaties waarin bescherming kan ontbreken en een goed voorbeeld niet altijd voor handen is. Na teleurstellingen wordt de neiging om het maar niet meer te proberen steeds groter.

Het omgaan met tegenslagen, dat is ook wat jongeren leren in de gym. De trainers leggen steeds de verbanden tussen lastige trainingsarbeid en de situaties in het dagelijks leven waarin het ook niet meezit. Salah: “Dat wil ik ook doorgeven aan de jongeren. Je kan wel wat bereiken ondanks alle tegenslagen, zolang je er maar voor gaat. Je kan het verschoppen in de vechtsport of op school. Het kan met alles. Die jongeren hebben wel een bepaalde discipline nodig. Ik zie vechtsport als een goed middel daarvoor.”

Nourdin: “Incassingsvermogen, discipline, uithoudingsvermogen. Die drie kan je gebruiken bij andere dingen, issues met je leven. Dat kan je versterken door het kickboksen. Het zijn dingen die niet puur op het fysieke betrekking hebben, maar vooral ook mentaal naar boven worden gebracht.” De termen krijgen nog meer betekenis wanneer expliciet een verband wordt gelegd. “Hij is in gesprek met iemand waar hij het niet mee eens is, met een mevrouw, weet ik veel met wie, en dan is het gelijk van ‘laat maar’. Nee, door! Soms moet je incasseren, even een stapje terug, gaan nadenken: hé, misschien heeft die wel gelijk. Het komt even hard aan. Maar dan zie je: ik heb niet altijd gelijk. Soms is het na een paar sollicitatiebrieven ‘laat maar’, weer die slachtofferrol. Er zijn zoveel dingen om te incasseren. Dat past weer bij dat uithoudingsvermogen. [...] Ik maak altijd de vertaling naar de maatschappelijke dingen. In je leven kom je altijd struikelblokken tegen. Ga je dan opgeven?”

### **3.2.6 Grip op leven**

Voor de trainers is het evident dat er een link is tussen wat er gebeurt in de gym en in het dagelijks leven. Kickboksen is een mooie sport en een goede vrijetijdsbesteding, maar de invloed van het beoefenen van deze vechtsport kan veel verder gaan. Salah en Nourdin kunnen moeiteloos voorbeelden opsommen en noemen daarbij zeer herkenbare situaties.

Salah: “De vechtsport leert je bepaalde dingen. Je wordt zelfverzekerder. Je gaat nadenken en je krijgt wat meer discipline om, als je een baan krijgt, vroeg op te staan in plaats van in je bed te blijven liggen en te wachten tot er iets op je pad komt.” Nourdin: “Bij opdrukken, zeg ik altijd dat het niet alleen fysiek is, maar het gaat breder, doorzetten, niet opgeven. Ik maak de vergelijking met andere situaties, solliciteren is het zelfde. Niet ‘Laat maar’. Nee! Doorgaan! Je moet kunnen incasseren.” Hij vindt dat een trainer altijd de vertaling moet maken en het verband moet leggen met de struikelblokken van het dagelijkse leven.

De jongeren die serieus trainen krijgen onherroepelijk te maken met intense ervaringen die niet zelden ook pijnlijk zijn. “De winst en het verlies in een wedstrijd, maar ook in de trainingen. Je krijgt een pak slaag, je hebt je dag niet of je hebt wel je dag, maar je hebt een betere tegenover je. Ja, die teleurstellingen, dat hoort erbij. Hoe ga je daarmee om?” Wat op de mat gebeurt kan door de trainer moeiteloos gelinkt worden aan het echte leven. “Teleurstelling, in je leven ga je dat tegenkomen, maar dat gevoel van blijdschap ga je ook tegenkomen. Die balans, hoe ga je daarmee om?”

### 3.3 De training

Gezien de omschrijving van de onderzoekspopulatie, ligt binnen het gehele aanbod van trainingen bij El Otmani Gym de focus vooral op de groep met de oudste junioren die door Salah El Jalti worden getraind. De beschrijving van een training die als voorbeeld kan dienen is opgebouwd uit een aantal vaste onderdelen, die in diverse vormen en in uiteenlopende combinaties worden aangeboden. Iedere training is verschillend, maar veel trainingen lijken op elkaar.

In het verleden begonnen trainingen vaak met een vast ritueel waarbij de deelnemers naast elkaar, geknield op de grond moesten zitten. In deze gym is men daarvan afgestapt, maar er is wel nog een moment van gezamenlijke concentratie aan het eind van de training (zie onder). De les begint doorgaans op tijd en wanneer de vorige groep zijn training heeft afgesloten, komen leden van de nieuwe groep de mat op en ze beginnen met rondjes lopen. Bij El Otmani Gym is het gebruik dat de deelnemers al hun spullen, dat wil zeggen: handschoenen en scheenbeschermers, vanaf het begin van de training aan hebben.

Bij jongere groepen kan het lastig zijn voor kinderen om de aandacht een uur lang erbij te houden en soms dwalen ze dus af, maar bij deze groep met de oudste jeugd is dat

niet meer toegestaan. Er wordt gezamenlijk getraind, wat betekent dat van elke aanwezige wordt verlangd dat hij of zij de gehele training meedoet.

Bij een doorsnee les gaat het om 35 tot 40 jongeren, die qua leeftijd en lichaamsbouw sterk uiteenlopen. Jongens met het lichaam van een volwassen man, die toch maar zestien jaar oud zijn, lopen hun rondjes naast kleine jongens, die half zo groot en half zo zwaar zijn en vijf jaar jonger. De reden dat deze jonge kinderen meedoen in deze groep ligt in het feit dat ze al langere tijd bij de gym trainen en een flink deel van de technieken goed beheersen. In een jongere groep met een lager niveau worden ze niet uitgedaagd en zijn ze lastig te motiveren. Het gevolg is dat de trainer moet werken met een groep die weliswaar divers is, maar alle pupillen hebben voldoende ervaring en niveau zodat de meest elementaire oefeningen kunnen worden overgeslagen. Zou het niveau meer uiteenlopen, dan wordt het uitleggen van oefeningen te complex. Er doen drie of vier meisjes mee, die geen speciale aandacht krijgen.

De warming up begint dus met rondjes lopen en als de groep daar een paar minuten mee bezig is, worden er opdrachten gegeven, waardoor de bewegingen meer variatie krijgen. “Knieheffen” wordt geroepen, gevolgd door “en weer looppas” en daarna door “hakken-billen”. “Grond aantikken op mijn teken”, zegt de trainer. Nu wordt verlangd dat de lopers snel reageren als de trainer een commando geeft. “Rechts” klinkt het en dan “links” en zo gaat het even door. De deelnemers voeren zo diverse oefeningen uit en dat leidt ertoe dat hun spieren warm en soepel worden. Dit gebeurt niet in de hoogste versnelling, maar iedereen moet meedoen. Degene die later binnen komt, loopt de kans dat hij of zij, ongeacht de reden van de vertraging, naar het midden van de mat wordt verwezen en enkele tientallen keren moet opdrukken. Ondertussen loopt de groep rondjes.

Op een bepaald moment draagt de trainer de deelnemers op om halt te houden en met het gezicht naar het midden van de zaal een ligstand aan te nemen. Wat volgt zijn een aantal oefeningen met allerlei variaties van opdrukken en ‘planken’. De trainer ziet dat het lastig wordt voor een aantal deelnemers en moedigt hen aan vol te houden. “Nog vijf keer.” Het opdrukken gaan zo lang door dat de meesten het niet vol kunnen houden. Dat wordt bewust gedaan, want het doorzetten en het verbijten van de pijn van verzuurde spieren is wat de deelnemers moeten ervaren en overwinnen. Als ze hun best doen en kunnen volhouden, groeit hun zelfrespect. De variatie van dit soort oefeningen die vooral op kracht gebaseerd zijn is eindeloos. Specifieke spiergroepen worden getraind en de deelnemers

worden er sterker van. Opdrukken legt nadruk op borst-, buikspieren en triceps, maar oefeningen met bijvoorbeeld 'kikkeren' en 'squatten' kunnen op een zelfde manier de beenspieren trainen.

Een volgend element dat in veel trainingen terugkeert is het oefenen van 'combinaties'. Dat zijn een reeks technieken die achter elkaar worden uitgevoerd ofwel 'gecombineerd'. Meestal wordt dit voorafgegaan door in tweetallen om beurten de meest elementaire combinatie 'links-rechts' te oefenen. Twee jongeren staan dan tegenover elkaar in de standaard vechthouding: armen voor de borst, handschoenen tegen de kin, linkervoet voor het lichaam en de rechtervoet enigszins naar buiten gedraaid er achter. Om de beurt plaatsen ze een linker- en een rechterstoot op de handschoenen van de ander die als doelwit worden opgedraaid. De trainer loopt vervolgens naar het midden van de mat en vraagt een van de betere deelnemers hem te assisteren. Hij doet een specifieke combinatie voor die in het begin meestal uit drie of vier onderdelen bestaat, 'links-rechts-linker lichaamstrap'. De tweetallen verspreiden zich vervolgens over de mat en gaan de technieken nadoen en proberen ze te perfectioneren. De oefening wordt een aantal keer uitgebouwd door een stoot of trap toe te voegen. De combinatie wordt zo langer, complexer en is dus ook moeilijker geworden. Het oefenen van combinaties heeft vooral het doel de techniek te verbeteren en door herhaling specifieke bewegingen in te slijpen. De trainer loopt door de zaal en geeft aanwijzingen aan individuen of koppels. Bij het voordoen van een volgend deel van de combinatie wordt de les even stil gelegd om iedereen tegelijk te kunnen bereiken.

Dit deel van de training kan ook een conditie accent krijgen wanneer een aantal niet te ingewikkelde combinaties in hoog tempo achter elkaar worden uitgevoerd. Het tweetal is dan niet steeds om de beurt in de weer, maar één deelnemer maakt de hele serie af en dan volgt een serie door de ander. 'Eén kant werkt', zo heet dat. De trainer telt en houdt daarmee het tempo hoog, zodat aan het eind van de serie de 'werkende' deelnemer naar adem hapt. Dan is de ander aan de beurt. Door te variëren en herhalen wordt de intensiteit nog verder opgeschroefd. Omdat de kracht en conditie van de deelnemers van deze groep sterk uiteenloopt, is bij dit soort oefeningen te zien dat veel deelnemers het niet kunnen bijhouden en als gevolg hun interesse verliezen. Om die reden worden dit soort oefeningen door Salah niet veel gebruikt.

Een volgend onderdeel is het sparren. Het tweetal dat samen de combinaties oefende gaat nu een gevecht nabootsen en de deelnemers proberen elkaar te raken.

Meestal is er een afspraak die aangeeft waar ze elkaar mogen raken, doorgaans is dat “niet op het hoofd”. Dat wil niet zeggen dat het er bij sparren niet hard aan toe kan gaan. Dat is vooral het geval bij twee geoefende vechters; heeft er één duidelijk minder ervaring en kracht dan de andere, dan is het vanzelfsprekend dat de betere vechter zich inhoudt. Het sparren duurt steeds enkele minuten. Bij El Otmani Gym wordt niet gewerkt met een timer die centraal de tijd aangeeft. Salah kijkt hoe het gaat en roept naar eigen inzicht wanneer het tijd is om te wisselen en door te gaan naar een volgende partner. Soms geeft de trainer een andere aanwijzing: “nu boksen op het lichaam” of “alleen trappen”. Bij het sparren zoeken deelnemers van een gelijk niveau elkaar op. Ligt het niveau te ver uit elkaar, dan is het voor de betere vechter niet erg interessant en voor degene met het lage niveau mogelijk pijnlijk. In deze groep met de grote onderlinge lichamelijke verschillen is goed te zien dat de koppels om die reden niet random worden gevormd.

Na het sparren volgt doorgaans nog een onderdeel dat nadruk legt op kracht en meestal gaat het dan om het trainen van de buikspieren. Er is een aantal oefeningen dat afgewisseld kan worden waarbij telkens verschillende spiergroepen worden gebruikt. De trainer noemt bijvoorbeeld “sit-ups”, “fietsen” of “roeien” en telt dan zodat de groep zijn tempo kan volgen. Net als bij de andere onderdelen die gebaseerd zijn op kracht is hier te zien dat een deel van de groep niet de hele serie kan vol maken. Voor veel van de kleinere jongens is dit niet aantrekkelijk. Het is niet speels, het doet pijn en ze hebben moeite zichzelf te dwingen goed mee te doen. De ouderen zijn serieuzer in de uitvoering.

Als slot van de les wordt stevast het zelfde ritueel herhaald. Alle deelnemers moeten schouder aan schouder naast elkaar op hun knieën gaan zitten, borst vooruit, handen op de bovenbenen. “Mond dicht. Neus in, mond uit.” De groep moet helemaal stil zijn, ook eventuele anderen in de zaal worden gemaand te zwijgen, maar meestal doen ze dat uit zichzelf. De trainer zit in dezelfde houding voor de groep. Na de stilte spreekt hij een paar woorden. Meestal heeft dat betrekking op de getoonde inzet en op de doelen die in het verschiet liggen, zoals aanstaande wedstrijden. Aan de ene kant wordt respect getoond voor de trainer, door hem te gehoorzamen. Aan de andere kant toont de trainer respect voor de leerlingen door zelf ook op zijn knieën te gaan zitten, waardoor hij op gelijke hoogte komt met zijn leerlingen. Als de trainer is uitgesproken en de deelnemers aankijkt valt een stilte. Dan antwoorden de deelnemers met een kreet “Oes”, die is afgeleid van het Japanse ‘osu’, wat zoveel wil zeggen als ‘ik zal mezelf verder duwen’. Iedereen staat op en de deelnemers

lopen naar de trainer die hen allemaal een boks geeft en soms een opmerking toevoegt, “goed getraind”.

Er zijn veel regels die gelden tijdens de training, maar voor een buitenstaander zijn die niet meteen duidelijk. De jongeren die al langer komen weten wat er verwacht wordt, maar de nieuwkomer moet opletten en van hem wordt verwacht dat hij anderen nadoet. Op tijd zijn, goed meedoen, niet praten en gehoorzamen aan de trainer, dat is een beknopte opsomming van de regels. Een deel van de jongeren kennen elkaar van school of uit de buurt, maar als ze deelnemen aan de training hebben ze een andere verhouding tot elkaar en zijn er andere omgangsvormen. Onderlinge vriendschappelijke geintjes, die er blijk van geven dat er niet heel serieus wordt gewerkt, worden niet gewaardeerd door de trainer. De jongeren die het meest serieus met hun sport bezig zijn leveren de grootste inspanning en sparren hard. Een buitenstaander zou kunnen denken dat een tweetal dat elkaar op zulke harde stoten en trappen trakteert in een ruzie is verwickeld, maar juist bij deze vechters is het wederzijds respect hoog.

Een nieuwkomer die nog niet weet wat de regels zijn zal niet snel gecorrigeerd worden, maar degenen die langer meedraaien kunnen daar wel op rekenen. Dat kan gebeuren door middel van een opmerking, maar het komt ook voor dat iemand naar het midden van de mat wordt gedirigeerd en enkele tientallen push-ups moet doen. In het volgende hoofdstuk wordt meer uitgebreid ingegaan op bestraffen en belonen door de trainer.

### **3.4 Jongeren**

In deze paragraaf zal een typologie (persona's) worden weergegeven van de geselecteerde jongeren in elk van de vier steden. Dat gebeurt aan de hand van de interviews met deze jongeren uit ronde één en ronde twee, maar gesprekken met de trainers en observaties in de gym vullen het beeld aan. Er is gekozen voor een algemene driedeling die voor alle vier de gyms aanknopingspunten biedt, namelijk die tussen degenen die komen 'bovendrijven', de jongeren die 'worstelen' met diverse obstakels op hun weg, en de laatste categorie die bestaat uit degenen die buiten beeld raken en 'afvallen' of voor wie de sport geen fit lijkt te bieden. Binnen deze drie categorieën bevinden zich een of meerdere typen die bij elk van de vier gyms specifieke eigenschappen hebben en die we met een eigen naam weergeven.



In Amsterdam zijn dat 'Plannenmakers', 'Botsers' en 'Vlinders'. Deze typen zijn steeds gebaseerd op eigenschappen en verhalen van werkelijke personen, maar ze vormen een constructie die het mogelijk maakt de belangrijkste elementen uit te lichten. De gebruikte namen van de jongeren zijn niet de namen van werkelijke personen. Dit geldt ook voor de namen die bij de andere locaties gebruikt zullen worden.

### **3.4.1 Bovendrijven**

#### *Plannenmakers*

Onder de groep die traint in de Amsterdamse gym bevinden zich jongeren die opvallen vanwege hun ijver en standvastigheid. Ze komen meerdere keren per week naar de gym, terwijl veel anderen het bij één enkel wekelijks bezoek houden.

Als ze gevraagd worden naar hun toekomstplannen, zeggen deze jongens stuk voor stuk dat ze succesvol kickbokser willen worden. Ze kennen natuurlijk de grote Marokkaanse voorbeelden en die bewonderen ze ook. Toch is opvallend dat ze niet enkel Badr Hari noemen als hun inspiratiebron, maar ook verwijzen naar anderen die minder bekend zijn maar met wie ze meer overeenkomst voelen vanwege diens vechtstijl of een persoonlijke eigenschap. Een toekomst als kampioen daar zouden ze onmiddellijk voor tekenen, maar ze maken een voorbehoud. Ze weten dat heel veel leeftijdgenoten zulke dromen hebben en dat de kans dat ze de top halen niet heel groot is. Hun ouders hameren erop dat de prioriteit bij hun schoolopleiding moet liggen. Deze jongens lijken zich daarbij aan te sluiten. Hun schoolresultaten zijn goed en de meesten zitten op havo of vwo. Ze willen kampioen worden, maar niet een kampioen zonder diploma.

Zij komen uit een omgeving waarin deze 'verstandige' houding wordt aangemoedigd. Een stabiel gezin met voldoende inkomen vormt de externe basis voor de intrinsieke motivatie van deze sporters. Ze kunnen focussen op school en op sport, want daarnaast wordt weinig tijd besteed aan andere zaken. Geen bijbaan en weinig hangen op straat. "Als ik thuis zit en niemand kan wat doen of zo, dan ga ik vaak wel gewoon buiten trainen. Of ga ik naar de Fit For Free of zo. Een bijbaantje? Nee, ik heb alle tijd nodig voor school en trainen."

De plannenmakers zijn de jongeren waar trainers graag mee werken, omdat ze serieus, stabiel zijn en zich goed laten coachen. Natuurlijk hebben ook zij de problemen van

opgroeïende pubers en adolescenten, maar ze weten zich vast te bijten in hun sport, maken progressie en vinden er houvast. Deze jongens gingen ten tijde van Corona zelf trainen, hielden contact met de trainer en staan bij de eerste gelegenheid meteen weer in de gym. Ze blijven op koers, mede door stabiele bakens in hun omgeving.

### **3.4.2 Worstelen**

#### *Botsers*

Dit zijn jongeren die fanatiek kunnen sporten en ook successen behalen, maar tijdens de Coronapandemie bleek dat de sport ze niet het houvast kon bieden dat ze nodig hadden. Met het wegvallen van de regelmatige trainingen in de gym, kwam er ruimte voor andere bezigheden en verdween de focus.

Juist voor deze jongens is de vaste routine een belangrijk gemis, want de gezinnen waaruit ze afkomstig zijn kunnen die stabiliteit niet goed bieden. Ouders zijn niet meer bij elkaar, al dan niet na een heftige vechtscheiding en de jongens zeggen persoonlijke hulp eerder van een oudere broer of zus te krijgen of van een professional dan van vader of moeder. Daarnaast worstelen zij sinds jonge leeftijd met leerproblemen, adhd of een taalontwikkelingsstoornis. Ze ontvangen daarvoor in een deel van de gevallen gespecialiseerde hulp, maar daarmee zijn de dagelijkse problemen niet meteen verdwenen.

De schoolloopbaan kent veel hobbels en soms lange periodes met voortdurende aanvaringen die leiden tot een wijziging van schooltype. Kickboksen helpt hen. Tijdens de bezoeken aan de gym, meerdere keren per week, oogsten ze waardering voor hun inspanningen en zien ze hun eigen progressie. Daar genieten ze van en het geeft ze motivatie, maar als de gym gesloten is raken makkelijk verwijderd van het pad en staan dan open voor andere verleidingen.

Mede vanwege een weinig florissante situatie thuis zijn deze jongens meer op straat te vinden en zijn ze ook sneller geneigd zijn om een bijbaan te zoeken. Soms is het hun eigen vader die verlangt dat er wordt bijgedragen aan de inkomsten van het gezin. Tijdens werk, bijvoorbeeld dat van een pizzabezorger, verkeren ze in heel andere kringen en naast school wordt de combinatie met trainingsarbeid steeds lastiger. Ook de sociale media op het internet kunnen een podium zijn waarop ze uit de band springen en de weg naar de gym blokkeren. Een van hen deed op sociale media forse uitspraken over de trainer en de gym,

wat ertoe leidde dat hij op het matje werd geroepen. Hij traint tegenwoordig bij een andere gym.

Deze jongens wijzen op de persoonlijke verdienste van de kickbokser, die bijvoorbeeld verschilt van voetballers, die hun succes als het ware moeten delen met teamgenoten. “Als je bijvoorbeeld wint, dan voelt dat beter, want al die eer die gaat naar jou. Nadeel dat je de schuld niet op een ander kan leggen, de schuld is bij jou als je verliest of als je een fout hebt gemaakt. Maar niemand kan je het gevoel afnemen als je het zelf hebt gedaan, dat je zelf echt tot het uiterste bent gegaan.” Deze jongeren willen het zelf doen, maar met beperkte hulpbronnen is dat een moeilijke opgave.

### **3.4.3 Afhaken**

#### *Vlinders*

Tot deze categorie kickboksers behoren bij Otmani Gym veelal de jongere sporters, tussen de 10 en 15 jaar oud. Dit zijn nog kinderen. Zij komen naar de gym en leren het ritme en de regelmaat van de lessen kennen, maar raken er niet aan verknocht. Ze doen mee, vinden het leuk, maar zijn niet heel fanatiek en worden gemakkelijk afgeleid. Ze missen de drive omdat ze speels zijn en hun aandacht wordt makkelijk getrokken door iets anders wat ze niet kennen en misschien nog leuker vinden. Corona heeft ze uit de gym verbannen en naar andere zaken geleid. Het is zeker niet uitgesloten dat ze terugkeren naar de gym, maar ze hebben zich geen specifieke doelen gesteld die aan kickboksen zijn verbonden. Veel van de jonge kickboksers zijn naar deze gym gekomen omdat het in de buurt is, omdat een vriendje het al deed of omdat ze in Badr Hari een groot, sterk, stoer, Marokkaans rolmodel zien.

Er zijn nogal wat jonge sporters die overgewicht hebben, dat geldt zeker ook voor deze gym. Dit kan een reden zijn waarom de kinderen zijn gaan sporten of waarom hun ouders ze naar de gym sturen. Overgewicht kun je kwijt raken door te sporten, maar het maakt een sport als kickboksen over het algemeen ook moeilijker en zwaarder. Dit kan resulteren in ervaringen die voor te zware kinderen eerder negatief zijn dan voor anderen. Zij zouden om die reden sneller kunnen afhaken.

‘Afhaken’ is een begrip dat hier wat nuance verlangt. Zoals gezegd, dit zijn nog kinderen en opgroeien betekent ook kennis maken met nieuwe zaken en experimenteren. Daar hoort bij dat diverse sporten na of naast elkaar uitgeteerd worden. Tegenwoordig

vindt men dat normaal, maar nog niet zo lang geleden had het kiezen van een sport niet zelden tot gevolg dat die sport lange tijd binnen één vereniging werd beoefend. 'Hoppen' en 'shoppen', dat is wat het individu nu doet. Voor het samenstellen van de individuele identiteit is sport heel belangrijk, maar die identiteit is niet onveranderlijk en dus is ook de sport een element dat steeds anders ingevuld kan worden.

## Hoofdstuk 4: Slimani Gym in Zeist

### 4.1 Locatie

#### 4.1.1 Lokale problematiek van Zeist

Slimani Gym is een sportschool aan de Huis ter Heideweg 26, in de buurt Dijnselburg, gelegen in Zeist-Noord. In het rapport 'Schets van de woonbeleving en samenlevingstypen in Zeist' (Kars Advies, 2011) wordt Zeist-Noord beschreven als een wijk die is ingeklemd tussen de A28 en de Indische buurt, Verzetswijk, Staatsliedenkwartier. Bij de bouw van deze wijk was het doel van de gemeente om op deze strook veel mensen te huisvesten en tegelijk het bos te sparen. Dat gebeurt door hoogbouw-galerijflats in één langgerekte bouwstrook te bouwen. Veel jongeren die trainen bij Slimani Gym zijn woonachtig in de buurt Vollenhove. Deze buurt staat bekend als een kwetsbare buurt. Uit de meest recente burgerpeiling uit 2019, komt een beeld naar voren van een wijk die in ontwikkeling is, maar met name op het gebied van financiële zelfredzaamheid, sociale samenhang en de beleving van leefbaarheid en veiligheid lager scoort dan andere buurten in Zeist. Om die reden krijgt Vollenhove bijzondere aandacht van de gemeente Zeist. Onder de noemer 'Vollenhove Vooruit' formuleert de gemeente verschillende de ambities en kansen voor Vollenhove, gericht op het versterken van de buurt in de komende vijftien jaar (Gemeente Zeist, 2019). Vollenhove is bekend om de L-flat, de grootste flat van Nederland. In een uitgebreide rapportage schrijft het NRC: "De L-flat heeft 728 huisnummers. Een dorp met de bevolkingsdichtheid van een stad, alles sociale huur." (Vriesema, 2020). Momenteel wordt de L-flat flink gerenoveerd. Hierbij is zowel aandacht voor de technische renovatie als de sociale aanpak. Gemeente en lokale partners hebben een team opgericht met voor de bewoners herkenbare mensen uit het sociaal domein, genaamd 'Voor Lkaar in de L-flat'.

#### 4.1.2 De geschiedenis van Slimani Gym

Voordat Slimani Gym werd gevestigd op de huidige locatie, gaf Tarek Slimani training in verschillende gymzalen in Zeist en omgeving. Deze zalen huurde hij van de gemeente Zeist en daar trainde hij een paar keer per week een volwassenengroep. Op den duur kwam er steeds meer animo voor zijn trainingen, van zowel volwassenen als later ook jeugdigen.

Omdat de gymzalen niet altijd beschikbaar waren en de aanmeldingen toenamen, is Tarek op zoek gegaan naar een eigen plek. Naar eigen zeggen is hij er een beetje 'ingerold'. Door hard te werken en kleine stapjes te zetten, heeft hij nu zijn eigen sportschool.

#### **4.1.3 Het gebouw**

Slimani Gym bevindt zich op een industrieterrein. Het laat zich omschrijven als een 'Zeister' industrieterrein omdat er sprake is van veel bomen en begroeiing op het terrein. Zeist is gelegen in een bosrijke omgeving en ook het industrieterrein is niet een verzameling beton zoals je die in veel steden tegenkomt. Het industrieterrein is onderverdeeld in verschillende panden. Slimani Gym zit in hetzelfde gebouw als PicNic en enkele kantoren. Elk gebouw heeft zijn eigen ingang. Er is gratis parkeergelegenheid en er staan enkele fietsenrekken. Er is geen aparte stalling voor scooters, hoewel enkele bezoekers wel op de scooter komen, die staan daarom voor het gebouw op de stoep.

Je komt binnen in een hal, met glazen, elektrische schuifdeuren aan beide kanten. In de hal is rechts meteen een deur naar de fysiotherapie ruimte. Voorbij de hal is een L-vormige ruimte. Links om de hoek is het kantoor van de fysiotherapeut. Links achterin is een berghok en daarvoor staat de bar. Rechtdoor is de ingang van de zaal, rechtsaf de hal richting de kleedkamers. Tegenover de bar is een koffietafel. In de gang rechts, bij de tweede schuifdeur hangen foto's van bekende vechters, zoals Ramon Dekkers, Muhammad Ali en Peter Aerts. Achter de bar hangt merchandise, zoals shirtjes en bokshandschoenen met het logo van Slimani Gym. Bij binnenkomst in de hal en in de ruimte valt meteen op wat men bij Slimani Gym wil uitstralen. Enerzijds zijn dat de foto's van de trainingskampen in Marokko, die plezier laten zien en de ondersteuning tonen aan mensen die het minder goed hebben. Anderzijds is er een vitrine met prijzen van de eigenaar, Tarek Slimani.

Het gebouw ziet er nieuw en netjes uit. Kleedkamers zijn schoon en de tegels glimmen. De gymruimte is rechthoekig met een vierkante mat en in het midden een boksring. Aan twee zijanten hangen in totaal 16 bokszakken. Bij bokszaklessen wordt dit uitgebreid naar 28 bokszakken, door in het midden van de zaal twee rijen met bokszakken toe te voegen. Aan de zijde tegenover de ingang hangen spiegels. De ruimte is aan 3 kanten dicht, aan de open kant zijn in de hoek twee deuren, tussen de deuren is een groot lang raam, daarachter kunnen ouders de training volgen.

#### **4.1.4 De bezoekers**

Vrijwel alle jeugdleden zijn woonachtig binnen een straal van een paar kilometer van de gym. Het is een gemêleerde groep, waarvan de meerderheid een migratieachtergrond heeft. Daarvan is Marokkaans de meest voorkomende.

Een deel van de senioren die bij Slimani Gym trainen komen van buiten Zeist en soms ook van buiten de provincie Utrecht. Dit zijn bijvoorbeeld wedstrijdvechters die Tarek kent uit zijn tijd als profvechter. Zij komen vaak voor een bepaalde periode in Zeist trainen, bijvoorbeeld ter voorbereiding op een gala. Daarnaast trainen recreanten uit allerlei omliggende dorpen en steden bij Slimani Gym.

Voor de coronacrisis kwamen vaak familieleden kijken bij de training van de jongeren. Ze dronken samen thee aan de bar en volgden al pratend de training via het raam. Omdat de deuren tijdens de training altijd dicht zijn, is er voor hun geen mogelijkheid zich te bemoeien met de training. Gedurende de coronacrisis was bezoek van trainingen niet toegestaan, waardoor ouders afwezig waren.

#### **4.1.5 De trainers en de groepen**

De leden zijn verdeeld over verschillende groepen: Jeugd 5 t/m 9 jaar, jeugd 10 t/m 14 jaar, gevorderde jeugd en senioren. De gevorderde jeugd bestaat met name uit jongeren die deelnemen aan wedstrijden. De seniorengroep bestaat uit een recreanten- en wedstrijdgroep. De meeste leden komen naar Slimani Gym voor boksaktraining. Daarnaast biedt Slimani Gym ook kickboks-, circuit- en personal training. Boksak- en circuittraining zijn met name gericht op conditie en kracht, zonder dat er fysiek contact plaatsvindt. Personal training wordt ingericht naar de wensen van de bezoeker. Vaak is deze training één-op-één, maar soms ook met een kleine groep.

## **4.2 Trainer**

### **4.2.1 Persoonlijke geschiedenis en kickboksverleden**

De jeugdgroepen van Slimani Gym krijgen voornamelijk training van Tarek en Mohamed. Daarnaast zijn er mbo-stagiaires Sport en Bewegen en worden trainingen incidenteel

overgenomen door andere docenten van Slimani Gym. Voor de jongeren in dit onderzoek zijn Tarek en Mohamed hun vaste trainers.

Tarek Slimani is de naamgever en eigenaar van Slimani Gym. Hij geeft training aan zowel de gevorderde jeugd als senioren. Tarek begon op zijn veertiende met kickboksen bij Bully's Gym in Rhenen. Na vijf maanden vocht hij al zijn eerste wedstrijd in de jeugdklasse en deze wedstrijd won hij in de eerste ronde met een knock-out. Als 19-jarige vocht hij in Amsterdam als professional zijn eerste wedstrijd in de A-klasse en won in de tweede ronde met een knock-out. Hij werd in zijn carrière onder andere Nederlands, Europees en Wereldkampioen. Hij heeft in totaal 78 wedstrijden gevochten, waarvan 65 gewonnen, negen verloren en vier onbeslist.

Op 17-jarige leeftijd begon hij met lesgeven aan de jeugdgroep bij de sportschool waar hij zelf trainde. In 2003 slaagde hij voor de examens van de internationale kickboksbond WFCA en is hij gecertificeerd Kick- en Thaibokstrainer. Daarnaast behaalde Slimani aan de Hogeschool van Amsterdam zijn diploma van de studie Culturele en Maatschappelijke Vorming. Voor zijn studie vestigde hij zich in 2005 en 2010 in Zuid-Afrika, waar hij ook trainingen gaf aan kansarme jongeren. In 2012 startte hij zijn eigen sportschool in Zeist: Slimani Gym.

Mohamed is een voormalig trainingspartner van Tarek. Ook kreeg hij vroeger les van Tarek. Mohamed is op zijn zestiende begonnen met kickboksen en op zijn achttiende vocht hij zijn eerste wedstrijd. Hij is uitgekomen in de B-klasse en is uiteindelijk gestopt met wedstrijden vanwege aanhoudende blessures. Hij is trainer geworden bij Slimani Gym omdat hij door Tarek werd gevraagd om een paar keer voor hem in te vallen als trainer. Dit beviel goed en zo werd hij een van de trainers van Slimani Gym.

Mohamed heeft de Hbo-opleiding Sociaal Pedagogisch Hulpverlener afgerond en hij werkt als docent op het speciaal onderwijs. Hier werkt hij met jongeren met allerlei gedragsproblemen en hierbij zet hij onder andere sport in tijdens zijn begeleiding.

#### ***4.2.2 Interactie sport en leefwereld***

Tarek vindt dat hij meer is dan een trainer, hij heeft ook een maatschappelijke taak. Hij vindt het belangrijk om jongeren een kans te geven en in contact te brengen met mensen waar zij wat aan hebben. Zo laat hij ze wat meer zien van het wereld dan alleen maar de buurt waar



zij wonen. Hij onderneemt bijvoorbeeld trainingsreizen naar het buitenland, zoals Marokko en Zuid-Afrika, maar organiseert ook barbecues of sportdagen bij de gym of in de bossen nabij Zeist. Daarnaast zijn er verschillende jongeren die bij Slimani Gym trainen en ook stage lopen bij Tarek. Dit zijn bijvoorbeeld studenten van Mbo-opleiding Sport en Bewegen en de Mbo-opleiding Administratief Medewerker.

Daarnaast is het voor Tarek belangrijk dat jongeren leren omgaan met allerlei soorten mensen. Daarom zet hij jongeren die volgens hem niet zo goed bij elkaar passen, juist bij elkaar tijdens een duo-oefening. Bijvoorbeeld iemand die heel goed is en iemand die heel onzeker is. Van de persoon die al goed kan kickboksen vraagt hij dan om de verantwoordelijkheid te nemen voor het welzijn en plezier van zijn sparringpartner. Als iemand nieuw binnenkomt en juist een grote mond heeft of een pestkop is, zet Tarek hem tijdens het sparren tegenover een goede vechter en zorgt hij ervoor dat de nieuweling, als dat nodig is, getemperd wordt door hem een draai om zijn oren te laten krijgen. De belangrijkste manier waarop Tarek deze regels uitdraagt is door zelf het goede voorbeeld te geven. Zo is hij nooit te laat en behandelt hij iedereen met respect.

Tarek hecht er veel waarde gehecht de jongeren goed te leren kennen. Zo wil hij van een nieuwkomer altijd weten wat de reden is dat hij komt trainen. Aan de hand van die informatie schat hij in wat voor jongere het is en wat zijn ambities zijn. Op deze manier weet Tarek van alle jongeren wat hun achtergrond is en bijvoorbeeld naar welke school of opleiding ze gaan. Ook heeft hij contact met de ouders van de jongeren. Jongeren moeten altijd ingeschreven worden door hun ouders. Als die langskomen, schrijft Tarek de jongeren in en maakt hij gelijk kennis. Tarek heeft een breed netwerk en omdat hij zelf woonachtig is in de buurt, kent hij veel mensen persoonlijk. Als een jongere een 'rugzakje' heeft, dan hoort hij dat vaak van de ouders. Daarnaast kent Tarek veel docenten van scholen in de regio, die hij regelmatig spreekt. Op deze manier leert hij veel over de achtergrond van de jongeren die bij hem trainen. Soms geeft hij ook gratis les op deze scholen, waardoor hij nog beter contact krijgt met de docenten: "Dan geef ik les aan die klas en zo leg ik een beetje contact met die docent en die docent komt hier binnenlopen: 'hoe gaat het met die en die?'"

Aan de jongeren die wedstrijden vechten worden eisen gesteld met betrekking tot hun schoolresultaten. Zo kan het gebeuren dat iemand niet mag vechten bij een wedstrijd als hij slecht heeft gescoord bij zijn tentamens.

### **4.2.3 Didactiek en communicatie**

Training geven bij Slimani Gym doet Mohamed 'vanuit zijn hart'. Hij houdt van de interactie tijdens een training. Doordat hij zelf veel (wedstrijd)ervaring heeft, kan hij naar eigen zeggen zijn kennis overdragen aan anderen. Als hij ziet dat mensen iets van hem leren, geeft hem dat energie. Hij geeft training aan verschillende groepen en richt zich in het bijzonder op het klaarstomen van de vechters in voorbereiding op een wedstrijd.

Tarek ziet het geven van een training deels als het opvoeden van jongeren. Tijdens de training gelden bepaalde regels die heilig zijn voor Tarek. Respect hebben voor elkaar, op tijd komen, niet pesten en elkaar helpen zijn belangrijke afspraken bij Slimani Gym. Dit betekent bijvoorbeeld dat het stil is als de trainer uitleg geeft tijdens de training en dat jongeren elkaar niet uitlachen als er een fout wordt gemaakt.

Tarek hecht veel waarde aan het groepsproces en stelt daarom ook groepsnormen vast. Hierbij horen ook groepsstraffen. Zo kan het gebeuren dat de hele trainingsgroep 50x moet opdrukken omdat één jongen niet staat op te letten. Tarek verwacht vervolgens dat de jongeren elkaar onderling corrigeren en wijzen op de afspraken. Een andere manier om jongeren die zich volgens Tarek misdragen tijdens de training weer in het gareel te krijgen is door tegen die jongere te zeggen: "Kom vandaag even bij mij staan.". Volgens Tarek weet die jongere dan: nu moet ik mijn best doen. Volgens Tarek helpt dat vaak. Dan ziet hij dat er meteen met meer concentratie wordt getraind. Er zijn ook jongeren die niet tegen deze aanpak kunnen en die na een dergelijke bestraffing niet meer terugkomen.

Voor Mohamed is een goede trainer iemand die zelf de vechtkunst beheerst. Doordat hij het kan voordoen, kan hij jongeren iets bijbrengen. Daarbij vormen respect en discipline de basis voor hem. Hij ziet de relatie tussen de trainer en leerling als een hiërarchische relatie; de trainer heeft een bepaalde waarde en kennis en de leerling heeft nog weinig kennis en ervaring. Als trainer laat hij jongeren groeien door ze te voeden met oefeningen en informatie. Zonder respect en discipline vindt hij het een verspilling van tijd en moeite. Dit geldt in het bijzonder bij kickboksen omdat het een contactsport is. Je wordt een soort wapen en dat moet je met respect behandelen. Als je daarmee gaat 'kloten', kan er van alles gebeuren.

Tijdens de training hecht Mohamed er veel waarde aan dat er geluisterd wordt naar de trainer. "Als je de les belemmert en je bent ongehoorzaam aan de trainer, dan heeft die

les geen nut voor jou. Dan moet je weg of word je apart gezet.” De volgende werkwijze wordt regelmatig toegepast door Mohamed bij jongens met een grote mond: “Dan zet je die persoon even tegen iemand die sterker is en ga je hem spiegelen: dit is hoe het ook kan. Jij voelt dan wat die andere persoon voelt. Dat werkt meestal.” Belonen doet Mohamed ook. Dit gebeurt meestal in de vorm van complimenten of extra aandacht.

#### **4.2.4 Groei**

Jongeren hebben de mogelijkheid om door te groeien bij Slimani Gym als ze interesse hebben in wedstrijden of wanneer zij over bovengemiddelde (vecht)kwaliteiten beschikken. De al eerder besproken gevorderde jeugdgroep is hier het duidelijkste voorbeeld van. Een groep voor jongeren die wedstrijden vechten of op een hoger niveau willen trainen, vormen één groep om elkaar naar een hoger niveau te tillen.

#### **4.2.5 Veerkracht**

Met de wedstrijdgroep heeft Mohamed extra contact. Dit contact heeft hij ook buiten de trainingen om. Zo verwacht hij dat de jongeren zelf gaan hardlopen. Hij verwacht dat deze jongeren daarvoor zelf de verantwoordelijkheid nemen. Als iemand een wedstrijd heeft, houdt Mohamed een oogje in het zeil. Tijdens de training is hij dan extra attent de techniek en inzet.

Ook bij Tarek is er een belangrijk onderscheid in de aanpak van hoe hij omgaat met jongeren die wedstrijden vechten. Bij deze jongeren stelt hij hogere eisen aan hun inzet en doorzettingsvermogen. Als iedereen tien keer moet opdrukken verwacht Tarek dat de wedstrijdvechters dit uit zichzelf twintig keer doen. Van jongens die het ‘willen maken’ in de sport verwacht hij een grote mate van weerbaarheid; zowel tegen verleidingen buiten de sport als het ondergaan van fysiek uitdagende trainingen. Tijdens het sparren verwacht hij dat elke stoot met 100% aandacht wordt uitgevoerd, terwijl dit bij de recreanten minder belangrijk is. Het volgende citaat illustreert het verschil:

Ik heb kinderen gehad die wedstrijden willen vechten, jongeren van 12, 13, 14 aan het janken, die kregen dan een klap in hun buik. Die gingen dan zitten en huilen. Die krijgen van mij op hun donder, je moet opstaan en door trainen. Die mogen geen seconde huilen op de grond. Ze mogen wel huilen,

maar huilen en door trainen. Dus dat ze aan het janken en aan het door sparren zijn, en dat vind ik dan niet erg. Daarna spreek ik ze even aan van goed gedaan, niet opgeven. Geef ik ze wat feedback.

Maar iemand die geen wedstrijden doet, zou ik wel even troosten. Ik leg uit wat er fout is gegaan en hoe ze dit kunnen corrigeren en de volgende keer beter kunnen doen ... Want dit soort dingen gebeuren negen van de tien met een wedstrijd. En als ze het bij mij al ervaren, dan zullen ze het op een wedstrijd ook accepteren.

Het leren omgaan met verliezen en het incasseren van klappen van een tegenstander, zowel in een wedstrijd als tijdens het sparren, vertaalt Tarek naar andere situaties in het leven waarin jongeren met tegenslag te maken krijgen. Het behalen van een onvoldoende op school of het worden afgewezen voor een bijbaan. Tarek ziet continue parallellen tussen het leven in de gym en daarbuiten en benoemt dit ook in gesprekken met jongeren.

Bij alle jongeren probeert Tarek te werken aan hun zelfverzekerdheid. Dit draagt vervolgens bij aan weerstand kunnen bieden van bijvoorbeeld de verleidingen van de 'straat'. Tarek vertelt: "Voor mij is het belangrijker dat ze zelfverzekerder worden en structuur erin krijgen, school goed doen ... Voor hun is het belangrijk dat zij uiteindelijk hier weglopen straks, dat ze hier toch wat hebben geleerd, naast het sporten. En dat ze andere competenties hebben aangeleerd. Andere mensen hebben leren kennen."

#### **4.2.6 Grip op leven**

Er is een groep jongeren die al op vroege leeftijd bij Tarek zijn begonnen met trainen, waarbij Tarek een enorme ontwikkeling ziet. "Jongeren die echt boefjes waren vroeger, echt stout, af en toe in aanraking kwamen met politie." Deze groep traint nu zeven jaar bij Tarek en in deze tijd ziet Tarek een toename van veerkracht en weerbaarheid gedurende hun ontwikkeling tot jong volwassenen: "Die zijn mijn beste, serieuze leerlingen. Die zijn net achttien geworden. School gaat super goed ... Ze spreken me nog steeds met 'u' aan. Thuis gaat goed, school hoor ik geen klachten, docenten zijn helemaal enthousiast en dat had ik ook niet verwacht bij sommigen."

Een van de jongeren uit de groep uit bovenstaand voorbeeld springt er voor Tarek het meeste uit: "Hij blijft komen: ongeacht de regen, code rood buiten, dat er geen les is of

als ik er niet ben ... Bij hem zie ik ook weer karaktereigenschappen die hij gevormd heeft door middel van deze sport. Zoals agressieregulatie en bepaalde sociale vaardigheden.” Dit ziet Tarek terug aan verschillende kenmerken. “Aan zijn gedrag, aan zijn communicatie. Voorheen was hij heel impulsief. Hij keek je niet aan als je hem aansprak. Hij luisterde niet.” Volgens Tarek heeft dit veel te maken met de relatie tussen hem en deze jongen. “Het had ook te maken met vertrouwen. Hij vertrouwde je niet. Hij nam maar bepaalde dingen van je aan. Maar als je een band met hem opbouwt, dan dringt die communicatie wel door. Qua agressie, was hij een beetje een losse flodder. Nu kan hij meer focussen op techniek in plaats van agressie. In het begin heeft hij daardoor een paar keer verloren. Het was een jongen die zijn agressie niet kon reguleren in de ring. Het was gewoon vechten in plaats van techniek toe te passen, geduld, overzicht, concentratie... door die combinatie begon hij prestaties op te bouwen. Ik had hem ook beloofd als je door zet, dan komt je moment nog. En zijn momenten kwamen ook nadat hij inzicht had en door ging zetten. Hij had een moeilijkere weg.” Deze jongere kreeg door zijn groei in de ring ook meer grip op het leven buiten de ring.

### 4.3 Training

Omdat de training in Zeist in grote lijnen lijkt op de training zoals we net gezien hebben in het vorige hoofdstuk over Amsterdam beperken we ons hier tot een korte beschrijving van de training.

Mohamed vertelt hoe een doorsnee training van hem verloopt:

Iedere training begint met begroeten. De trainer laat iedereen, op hun knieën zittend, een rij vormen. Het doel hiervan is het tot rust brengen van de groep. Mohamed laat de persoon met de meeste ervaring aan de kop van de groep zitten. Hij gaat tegenover deze jongere staan en vraagt om stilte. Vervolgens groet hij af en ‘reset’ hij de hele groep. Dan zegt hij: Groet de sensei.”, en groet iedereen af. Vervolgens kan de warming-up beginnen. Vaak bestaat dit uit warmlopen en oefeningen zoals schuin boksen- en trappen. Na de warm-up begint het instoten en worden technische combinaties geoefend. Vervolgens wordt er in duo’s gespard. Je sluit de les weer af met een afgroet. Dan laat je hen even hun ademhaling regelen door te zeggen: ogen sluiten. Dan geef je hun aan dat ze ademhaling moeten gaan regelen. Dan zeg je: ogen openen. Dan groet je af, geef je elkaar een hand en ga je weer naar huis.

#### 4.4 Jongeren

De jongeren die onderdeel zijn van dit onderzoek trainen momenteel in twee groepen. In de eerste groep zitten de jongeren tussen tien en veertien jaar die de sport recreatief beoefenen. De fanatiekere jongeren trainen in de gevorderde jeugdgroep. Dit was aan het begin van het onderzoek in 2019, nog anders. Toen trinden de jongeren vaak nog samen met de senioren. Deze trainingen werden op een gegeven moment zo druk, waardoor er soms 45 deelnemers waren bij een training. Om iedereen meer ruimte en aandacht te kunnen geven is begin 2020 besloten om de jeugd en de senioren niet meer samen te laten trainen. Alleen de gevorderde jongeren trainen soms mee met de senioren, om zo extra weerstand op te doen, omdat ze trainen tegen meer ervaren en vaak sterkere vechters.

Bijzonder aan de verhalen van de jongeren is dat zij Slimani Gym veelvuldig omschrijven als hun *thuis*. Wat het dan zo fijn maakt bij Slimani? Een van de jongeren verwoordt het zo: “Omdat iedereen hier gastvrij is, vriendelijk, ze helpen je, dat maakt gewoon dat je zo een huiselijk gevoel krijgt. Het is nooit echt dat je denkt van waar ben ik beland. Het is altijd leuk en gezellig hier.” Een ander vertelt: “Stel je voor, je bent nieuw, je hebt geen bokshandschoenen, je hebt geen beschermers aan, ... dan regelen ze alles.” Hij vult dit later aan met: “En als je komt dan, dan voel je je gelijk thuis. Dan zeggen mensen ‘Oh, hoe gaat het, ben je hier nieuw, ben je hier al vaker gekomen?’. Dan ga je makkelijker vrienden maken. Dat vind ik hier heel bijzonder.”

Ondanks dit thuisgevoel, heeft de coronacrisis invloed gehad op de aanwezigheid en trainingsfrequentie. Naast dat de gym een periode volledig gesloten was, vertellen een aantal jongeren dat het lastig was om weer motivatie te vinden om te trainen. Deels kwam dit door het aangepast trainen, op 1.5 meter afstand en buiten terwijl het winter was. Maar ook het gebrek aan doelen om naar toe te werken, omdat wedstrijden lange tijd niet werden georganiseerd. Een aantal jongeren die voor de coronacrisis wedstrijden vchten, zijn gedurende de periode waarin weinig werd getraind volledig uit vorm. Sommigen zijn flink aangekomen omdat ze de discipline niet konden opbrengen om zelfstandig te blijven trainen.

#### **4.4.1 Bovendrijven**

##### *Ambitieuze Wedstrijdvechters*

Dit zijn jongens en meiden die bewust gekozen hebben voor kickboksen omdat ze een professionele carrière in deze sport nastreven. Een van de jongens die Badr Hari als idool ziet, heeft ook een carrière als profvoetballer overwogen, maar hij zegt de keuze voor kickboksen: “Ik vind dat je met kickboksen makkelijker en meer kan bereiken met voetbal.” Dit is een argument dat vaker wordt gebruikt. Bij voetbal ben je afhankelijk van een team en met kickboksen heb je het meer zelf in de hand. Een andere jongen verwoordt het zo: “Ik wil gewoon kunnen leven van het kickboksen uiteindelijk.”

Opvallend aan deze jongeren is dat zij ook veel waarde hechten aan goede prestaties op school. Vaak worden ze daarbij ook gestimuleerd door hun omgeving, omdat ze door gezinsleden worden aangespoord om vooral goed te presteren op school. Eerst een diploma en dan de carrière als vechtsporter lijkt het devies. De jongeren vertellen dat het bij Slimani Gym kan gebeuren dat je niet mag deelnemen aan de wedstrijden als je niet goed hebt gepresteerd op school. Dan kan het voorkomen dat de trainer zegt dat ze zich eerst op school moeten concentreren en als dat goed gaat, er wedstrijden gevochten kunnen worden.

Daarnaast geven jongeren uit deze groep aan dat het kickboksen ze helpt bij hun schoolwerk. Een jongen vertelt daarover: “Ik wil wel een vrij hoofd, een leeg hoofd, en dan kan je je beter focussen.” Daarnaast wordt het kickboksen ook ervaren als een uitlaatklep: “Als je te druk bent met jouw hoofd ... als je ergens anders bent met je hoofd, dan kan je beter kickboksen doen ... om al je woede en je energie te uiten.”

Een belangrijk verschil met de recreatieve vechters is de wedstrijdspanning. Alle jongeren in de gevorderde groep geven aan dat deze spanning op geen enkele manier is te vergelijken met het sparren tijdens een training. Een jongen deelt zijn ervaring: “Spanning voor een wedstrijd, daar moet je wel mee om kunnen gaan. Als je daar niet mee om gaat, dan ga je gewoon klappen krijgen.”

##### *Zelfverdedigers*

Een andere groep zijn de jongeren die zich hebben aangemeld voor kickboksen omdat ze zich hierdoor leren te verdedigen. Deze jongeren hebben doorgaans een stabiele

thuisituatie en presteren ze goed op school. Sporten wordt gezien als een fijne vrije tijdsbesteding, waarbij kickboksen ook nog eens het voordeel oplevert dat je jezelf leert verdedigen. Dit zijn voornamelijk meiden, maar ook een aantal jongens noemen dit als motivatie. Vaak spelen ouders hierin een belangrijke rol. Zo vertelt een van de meiden: “Eerst wilde ik graag voetbal, maar toen zei mijn vader: ‘Nee, het is beter dat je op kickboksen gaat, dan kan je jezelf ook verdedigen.’”

#### **4.4.2 Worstelen**

Deze groep heeft gelijke doelen als de ‘ambitieuze wedstrijdvechters’, maar hebben meer moeite om het gedisciplineerde leven dat hierbij hoort voor langere tijd vol te houden. Veel van deze jongeren komen uit een minder stabiele thuisituatie en hebben moeite om mee te komen op school. In de gym zijn ze bepaalde periodes vrijwel dagelijks aanwezig en trainen ze fanatiek richting een bepaald doel, waarna ze vervolgens weer afhaken en tijdenlang niet komen trainen en ook lastig bereikbaar zijn voor de trainers.

#### **4.4.3 Afhaken**

##### *Fladderaars*

Een derde groep die opvalt in de gym zijn de fladderaars. Dit zijn jongeren die onregelmatig aanwezig zijn bij de trainingen. Soms een paar weken niet en dan weer een paar weken bijna elke dag. Voor deze jongeren zijn vrienden die ook bij Slimani Gym trainen de belangrijkste reden om te komen opdagen. Deze jongeren houden elkaars aan- en afwezigheid daarmee in stand. Vaak reizen ze samen naar de training en kan een regenbui en koud weer ervoor zorgen dat een relatief grote groep niet komt trainen. Ze trainen niet doelgericht en halen vooral plezier uit het samenzijn. Dit is een wat ongrijpbare groep voor de trainers, omdat ze soms ook tijden lang niets van zich laten horen. Soms worden ze op straat ‘gespot’ door Tarek, die ze dan aanspoort om weer te komen trainen. Vaak heeft dit (kortdurend) effect. In gesprekken geven deze jongeren aan dat ze een tijd afwezig waren vanwege drukte op school of omdat ze even geen zin meer hadden.



## Hoofdstuk 5: Fighting Talents en Fight2Create in Den Bosch

### 5.1 De locatie

#### 5.1.1 Lokale problematiek van Den Bosch-west

In 2009 ontstond er een rel tussen twee groepen jongeren uit West en Oost. Tijdens de vechtpartijen werd geschoten en kwam de 25 jarige Youssef Chahbouni om het leven. In 2017 kwam er opnieuw een bewoner van wijk West om het leven door een schietincident. In 2018 was er een forse toename van het aantal jeugdgroepen dat strafbare feiten pleegt en er was sprake van een 'verharde straatcultuur' met eigen normen en waarden. Jongeren die na een gevangenisstraf terugkeerden naar de wijk werden gezien als rolmodel. De jeugdgroepen zorgden voor overlast in de wijk. Jongeren gaven een grote mond, er was sprake van drugsgebruik en dealen in de wijk, de jeugdgroepen overtraden wetten en regels (Lee, van der, 2018).

Tot 2018 concentreerde de jeugdproblematiek zich rond de Churchillaan. Twee sishalounges fungeerden als ontmoetingsplek voor het criminele milieu. Er was rond deze sishalounges sprake van een groep van zo'n 40 overlast gevende jongeren, een deel daarvan wordt getypeerd als de 'harde kern' van jeugdige criminelen. Deze jongeren hielden zich bezig met drugs dealen, auto-inbraken plegen en waren betrokken bij diefstallen en geweldsincidenten. De gemeente besluit in 2018 de sishalounges te sluiten en geeft de lokale partijen uit de wijk de opdracht om een integrale aanpak te ontwikkelen. Er wordt opgeroepen tot deze gezamenlijke aanpak zodat er interventies op verschillende leefgebieden van de jeugd en de gezinnen gedaan kunnen worden om de weerbaarheid en veerkracht van de jeugd te vergroten (Raadsinformatiebrief, 2018). Hierbij is het belangrijk dat de jeugdprofessionals in de wijk outreachend werken, dat ze een vertrouwensband aangaan met gezinnen en de jongeren. Voor wijk West krijgt PowerUp073 (een netwerkorganisatie voor jeugdwerk, bestaande uit jongerenwerkers, sportwerkers en jeugdpreventiewerkers) een centrale positie in de samenwerking met sportverenigingen, buurtvaders, scholen, de moskee, kinderwerk, werkgevers, leerplicht, wijkagenten en wijk- en gezinswerkers.

Wijk West is te kwalificeren als een diverse wijk waar mensen met verschillende achtergronden samen wonen. Zo'n dertig procent heeft een westerse achtergrond, zo'n

zeventig procent een niet-westerse achtergrond. Er wonen relatief veel mensen met een laag inkomen en/of financiële problemen. Uit informatie van de gemeente Den Bosch (Gemeente 's-Hertogenbosch, 2019) komt naar voren dat jongeren en hun ouders zich zorgen maken. De jongeren in de leeftijd van 12 tot 18 jaar geven aan dat zij op verschillende leefgebieden problemen ervaren. Zo zijn er te weinig ontmoetingsplekken in de buurt. De jongeren hebben weinig vrienden bij wie zij terecht kunnen voor hulp. Er is sprake van een hoge schooluitval. De jongeren ervaren gezinsproblemen en financiële problemen. Zij voelen dat er voor hen geen plek is in de samenleving en dat er onvoldoende kansen voor hen zijn. Dit blijkt ook uit een Raadsinformatiebrief (2018) van de gemeente. Andere problemen met opvoeden en opgroeien die daarin worden genoemd zijn een hoog aantal overlastincidenten door de jongeren, ongezonde eetpatronen, onvoldoende activiteiten voor een nuttige vrijetijdsbesteding, weinig focus op talentontwikkeling en het ontbreken van sociale cohesie in de wijk.

### ***5.1.2 De geschiedenis van Fighting Talents en Fight2Create***

Anders dan in Amsterdam, Zeist en Zwolle zijn er twee kickboksprogramma's in Den Bosch die onder de loep worden genomen: Fighting Talents en Fight2Create.

#### *Fighting Talents*

Hicham El Gaoui, geboren en getogen in de wijk Hambaken, is de hoofdtrainer en oprichter (samen met zijn broer Oussama) van Fighting Talents. Vroeger was hij in de wijk vaak op straat te vinden met zijn vrienden, waar hij ook jongerenwerker Reggae Coutinho leerde kennen. Reggae, ook geboren en getogen in Den Bosch, werkt vanaf 2000, nu ruim 20 jaar, als jongerenwerker in Den Bosch in de wijk. Hij kent de jongeren en ook de destijds jonge Hicham van de straat.

Hicham ontdekt zijn talent voor kickboksen en in rap tempo bereikt hij de top en behaalt verschillende wereldtitels. In de sportwereld heeft hij de naam 'The Magician' en inmiddels is hij uitgegroeid tot een rolmodel voor veel jongeren die kickboksen. Hij is de hoofdtrainer van Fighting Talents en op verzoek van Reggae ook de trainer bij Figth2Create.

Vijftien jaar geleden wordt kickboksschool de Hambakengym geopend in de wijk. Deze gym wordt opgezet in samenwerking met het jongerenwerk. Oussama, de broer van

Hicham, verzorgt de trainingen en Hicham wil graag meetrainen. Reggae is op dat moment betrokken als vrijwilliger. Na een tijdje besluiten Hicham, Oussama en Reggae een eigen gym op te richten: Fighting Talents. Zij hadden een duidelijke visie: kickboksen is een middel dat wordt ingezet voor brede talentontwikkeling bij de jongeren om zo gedragsverandering tot stand te brengen en een middel om met jongeren in contact te komen. Hicham hoopte met kickboksen jongeren weer naar school en aan het werk te krijgen, te leren waar het leven om draait en de jongeren een toekomstperspectief te bieden door succeservaringen op te doen. Dit komt overeen met de uitgangspunten van het jongerenwerk (Abdallah et al., 2016).

Fighting Talents kreeg geen subsidie van de gemeente en er was daardoor niet één vaste locatie waar werd getraind. Toch bleek de gym al snel succesvol en steeds meer jongeren kwamen naar de trainingen. Er ontstond een hechte groep die door veel deelnemers werd omschreven als echte familie. De gym kreeg onder de jongeren in de wijk Hambaken een goede naam op. Regelmatig komen er verschillende professionele kickboksers uit het buitenland om te sparren in de aanloop naar wedstrijden. Ook trainen er grote talenten, zoals Mohammed Jaraya, die op zijn beurt ook weer een rolmodel is voor veel jongeren. Sinds maart 2019 heeft Fighting Talents een vaste locatie aan de Eendenkooi 1B in Den Bosch West. De gym heeft inmiddels ongeveer 100 leden verdeeld over verschillende groepen, zoals de mini's, jeugd, recreanten, ladies only, Fight2Create en de wedstrijdgroep.

### *Fight2Create*

Fight2Create is gestart in mei 2019 en valt onder PowerUp073, een onderdeel van welzijnsorganisatie Farent. Waar Fighting Talents een min of meer klassieke kickboks gym is, ligt het accent bij Fight2Create meer op het jongerenwerk. Dit initiatief is mede ontstaan na de hierboven genoemde spanningen in de wijk (Den Bosch West). Een groep jongeren in West in de leeftijd van 12 t/m 23 jaar is in beeld bij de afdeling veiligheid van de gemeente Den Bosch en justitie omdat ze crimineel en overlast gevend gedrag laat zien. Deze groep heeft geen werk en gaat niet naar school en is moeilijk benaderbaar. Ze hebben eigenlijk de stap richting criminaliteit al gemaakt. In het vervolg spreken we over criminele jongeren als we het over deze groep hebben. Daarnaast is er een grote groep jongeren in de wijk die worstelt met zichzelf of met hun omgeving. Ze zijn zoekende naar wie ze zijn. Deze jongeren

gaan wel naar school of hebben werk, maar het gaat moeizaam. Het zijn jongeren die veel faalervaringen hebben opgedaan (Visiedocument Fight2Create, 2019). Zij lopen het risico om af te glijden richting crimineel gedrag, daarom noemen we ze vanaf hier risicojongeren.

Jongerenwerker Reggae krijgt van PowerUp073 de opdracht een sportproject op te zetten voor de jongeren uit West. Hij was eerder betrokken bij het onderzoek “Talent van de straat” van Maike Kooijmans (2016) en hieruit kwam naar voren dat de jongeren uit West zich aangetrokken voelen tot full contact vechtsporten. Reggae is al jarenlang vrijwilliger en een van de initiatiefnemers bij Fighting Talents en komt zo met het idee om kickboksen in West in te zetten om met de doelgroep in contact te komen. Hij vraagt Hicham om de trainingen op zich te nemen. Reggae zelf fungeert als assistent van Hicham en aanspreekpunt voor de jongeren. Fight2Create wil met jongeren in contact komen door ze te binden aan kickboksen en vervolgens eventuele talenten te ontdekken.

Dit bleek in de praktijk lastig te realiseren. Vooral de jongeren die tot de harde kern van de criminele groep behoorden waren niet te motiveren voor het project. Om die reden zijn er vooral jongeren bij Fight2Create aangesloten die onder de risicojongeren vallen. Fight2Create is gericht op het aanleren van gedragsnormen en het aanreiken van handelingsalternatieven voor het huidige gedrag. Het contact is gericht op succeservaringen. De jongens krijgen handvatten aangereikt voor de toekomst. (Van der Lee, 2019). De relatie tussen de trainer, jongerenwerker en de jongeren staat daarbij centraal.

### **5.1.3 Het gebouw**

Het jongeren centrum 4West is gelegen aan de Eendenkooi 15 in de wijk Kruiskamp. Achter het jongeren centrum ligt de Rijzert, een praktijkschool voor jongeren tussen de 12 en 18 jaar met een IQ tussen de 50 en 80, waarbij sprake is van een leerachterstand (De Rijzert, z.j.). Veel jongeren die bij Fight2Create trainen zitten op deze school.

Het jongeren centrum wordt omringd door een flat, verschillende sportvelden van sportverenigingen en een park. Wanneer je hier doorheen fietst of loopt, kom je groepjes jongeren tegen. Tegenover het jongeren centrum ligt winkelcentrum de Helftheuvel, waar veel buurtbewoners elkaar ontmoeten.

Naast het gebouw van 4West ligt een klein voetbalveldje en er staan een paar picknicktafels. In het jongeren centrum bevinden zich verschillende ruimtes. Er is een

medewerkerskamer, een vergaderruimte en een spreekkamer. Er is een gemeenschappelijke ruimte, waar activiteiten georganiseerd worden, maar dit is ook een ruimte waar jongeren elkaar ontmoeten. In deze ruimte is een 'chillhoek', er staat een Playstation, zodat jongeren samen kunnen gamen, ook is er een keuken en een bar voor de kookactiviteiten.

De gym van Fighting Talents en Fight2Create ligt ongeveer 100 meter verderop. De ruimte wordt gehuurd en zit in het gebouw van het Fitnesscentrum SnapFitness. Er is een parkeerplaats met veel parkeergelegenheid. Het gebouw is goed onderhouden. Wanneer de jongeren komen trainen moeten zij zich melden via de bel/intercom. Bij binnenkomst worden ze begroet door iemand van de receptie. Iedereen kan zich beneden omkleden in de kleedkamer. De gym is op de eerste verdieping. In de gang staan bankjes en hier wachten de jongeren wanneer de gym nog niet vrij is.

De vloer van de gym bestaat uit matten. In de ruimte hangen bokszakken, er liggen stootkussens en er hangen springtouwen. De logo's van Fighting Talents en Fight2Create zijn duidelijk zichtbaar op de muren en op de bokszakken. Een van de wanden aan de lange zijde is een spiegelwand. Er is een bergruimte aan de achterkant van de gym waar alle materialen voor de training liggen zoals: gewichten, bokshandschoenen, scheenbeschermers, pads en elastieken. In de vensterbank staat een kaart met de regels van de gym.

#### **5.1.4 De bezoekers**

Jongerenwerk PowerUp073 is er voor jongeren uit wijk West in de leeftijd van 12 tot 23 jaar. Het team van 4West valt onder PowerUp073 en bestaat uit jongerenwerkers, sportwerkers en JPP (Jeugd Preventie Programma) werkers (PowerUp073, z.j.). De bezoekers van jongerencentrum 4West zijn divers. Het zijn zowel jongens als meisjes in de leeftijd van 12 tot 17 jaar. De culturele achtergrond van de jongeren varieert, naast een jongere met een Nederlandse achtergrond komen er jongeren ook jongeren waarvan culturele wortels liggen in Eritrea, Syrië, Marokko en Turkije. Ook is er een groep jongeren die komt omdat hun school (de Rijzert) achter het jongerencentrum ligt.

De jongeren hebben verschillende redenen om naar het jongerencentrum te komen: elkaar ontmoeten, een potje FIFA spelen, samen chillen of samen koken. Het is een plek waar jongeren op een laagdrempelige manier in contact kunnen komen met het jongerenwerk. Veel jongeren behoren tot de beschreven risicojongeren. Het komt voor dat

jongeren in aanraking komen met justitie of dat ze verdacht worden van kleine delicten. In de wijk komt wapenbezit voor, ook onder de jongeren die bij 4West komen. Bij 4West zijn ook jongeren welkom die zich nadrukkelijker in het criminele circuit begeven, maar zij zijn lastig te bereiken en komen op dit moment niet naar 4West. De jongeren die deelnemen aan Fight2Create komen vaak voorafgaand aan de training naar het jongerencentrum. Je ziet ze samen in de middag een potje voetballen, een praatje maken en zich voorbereiden op de training.

Afhankelijk van het soort training zijn er toeschouwers aanwezig. Bij de jeugd- en kindergroepen zitten vaak ouders in de gang. Zij kijken naar de training en zijn met elkaar in gesprek. Het zijn zowel mannen als vrouwen en ze hebben verschillende culturele achtergronden. De meesten komen uit de wijk, maar er zijn ook ouders die uit de wijk Hambaken komen. De ouders lijken elkaar te kennen. Zodra de training start, bemoeien de ouders zich niet meer met de kinderen en jongeren.

Voordat de trainingen starten is het meestal druk in de gang op de eerste verdieping. Ouders, kinderen en deelnemers wachten tot de training begint. Iedereen groet elkaar en men wacht tot het signaal wordt gegeven dat de training gaat starten. De deelnemers van de training leggen hun tassen, kleding en materialen voor de training langs de kant. De ouders en andere toeschouwers wachten buiten de gym in de gang. Zij komen tijdens de training niet binnen, de deur van de gym blijft open staan.

### ***5.1.5 De trainers en de groepen***

#### *Fight2Create*

De trainingen worden verzorgd door Hicham (de trainer) en Reggae assisteert hem tijdens de trainingen. De groep van Fight2Create bestaat uit ongeveer 13 jongens in de leeftijd van 14 t/m 18 jaar. De jongeren trainen twee keer in de week: op dinsdag van 17.00 uur tot 18.00 uur en op vrijdag van 16.00 uur tot 17.00 uur. Een deel van de jongens komt naar Fight2Create enkel om te trainen. Een ander deel van de jongens neemt ook deel aan de activiteiten van Jongerencentrum 4West.

## *Fighting Talents*

Bij Fighting Talents zijn er naast Hicham nog twee trainers. Oussama is de oudere broer van Hicham. Hij kent Reggae ook van jongs af aan uit de wijk Hambaken. Hij kwam als jongere in contact met het jongerenwerk en deed mee aan activiteiten. Hij werd vrijwilliger en besloot zelf ook jongerenwerker te worden. Hij is tot op heden jongerenwerker in Zaltbommel. Oussama kan goed jongeren binden en talenten bij de jongeren ontwikkelen. Hij heeft zelf in zijn jeugd niet echt kickbokstrainingen kunnen volgen vanwege zijn gezondheid. Hij is vooral een technisch trainer die vooral de techniek van het kickboksen goed kan uitleggen. Hij staat bekend als toptrainer in Nederland.

Zakaria is de derde trainer bij Fighting Talents. Hij is meer een hulptrainer bij de mini's. Hij was altijd betrokken als vrijwilliger. Hij is zelf een A-klasse vechter. Zakaria kent het hele team vanuit de Hambakengym en is mee verhuisd toen Fighting Talents werd geopend. Tijdens verschillende groepen worden stagiaires en jongeren met talent ingezet om Hicham en de andere trainers te ondersteunen tijdens de trainingen. Zo helpen twee jongeren die bij Fighting Talents trainen bij de mini's. Soms helpen ze ook bij Fight2Create.

De onderzoekspopulatie komt uit de jeugd- en wedstrijdgroepen. Om die reden worden alleen deze groepen beschreven. De jeugd- en wedstrijdvechters zijn gemengde groepen. Het merendeel komt uit Den Bosch en dan vooral uit de wijken Hambaken, Kruiskamp en Boschveld.

De leeftijd varieert van ongeveer 15 tot een jaar of 40. Het merendeel van de deelnemers is man, een enkeling is een vrouw. De wedstrijdgroep bestaat uit A- en B- en C klasse vechters. Zij worden zo veel mogelijk getraind door Oussama en Hicham. De trainingen worden druk bezocht en kunnen oplopen tot 30 deelnemers. Er zijn trainingen gericht op techniek en trainingen gericht op sparren.

De samenstelling van de groepen bij Fighting Talents is door de jaren heen wat veranderd, door een toename van het aantal deelnemers van buiten de wijk en ook buiten Den Bosch. Van oorsprong was het een hechte groep met een aanpak vanuit het jongerenwerk. Dit is wat meer naar de achtergrond verdwenen. De oude kern traint nog steeds en heeft een hechte band met de trainers en met elkaar. Nieuwe deelnemers worden hierin opgenomen, maar de band tussen de trainers en de nieuwe deelnemers is anders dan bij de harde kern. Men komt om op hoog niveau, professioneel te trainen. Tijdens de trainingen groet iedereen elkaar en is er een vriendelijke sfeer.

## 5.2 De trainer

### 5.2.1 Persoonlijke geschiedenis en kickboksverleden

Om de vragen rond vechtende jongeren die centraal staan in dit onderzoek te kunnen beantwoorden zijn er twee personen die in Den Bosch vooral in beeld komen: Hicham el Gaoui en Reggae Coutinho.

#### *Jongerenwerker Reggae Coutinho*

Reggae beschrijft zichzelf als een 'jongen van de straat', die het in zijn jonge jaren niet zo op de regels had. Hij werd op jonge leeftijd vader en mede hierdoor maakte hij zijn mavo niet af. Hij kwam in een speciaal leer-werktraject terecht en leerde lessen. Reggae kende het jongerenwerk goed en was jarenlang betrokken als vrijwilliger. Hij gaf als vrijwilliger voetbaltrainingen in Rosmalen. Hier kwam hij in aanraking met groepen jongeren die in de housescene zaten. Hij ontdekte dat sport een mooi middel was om in contact te komen met de jongeren en aan te sluiten bij hun leef- en belevingswereld. Hij sprak hun taal, hij was streetwise en begreep de straatcultuur. Hij probeerde jongeren die het moeilijk hadden te steunen en op te vangen. Wanneer de jongeren overlast veroorzaakten, corrigeerde hij ze. Jongeren die in de problemen zaten konden altijd bij hem terecht. De neef van Reggae was leidinggevende bij het Bossche jongerenwerk en adviseerde hem te solliciteren. Hij besloot te solliciteren en met succes; hij mocht gelijk beginnen. Ondertussen startte hij met een mbo opleiding en na het behalen van zijn diploma studeerde hij door: Cultureel Maatschappelijke Vorming aan Avans Hogeschool in Den Bosch. Reggae is zo goed als altijd te vinden op straat, in het jongeren centrum 4West of in de gym.

#### *Trainer Hicham El Gaoui*

Hicham is geboren en getogen in de wijk Hambaken. In de wijk is hij als kind vaak te vinden op straat met zijn vrienden, waar hij ook jongerenwerker Reggae leert kennen. Hicham is nog jong als hij voor het eerst start met kickboksen. Hij stopt na een korte periode, omdat zijn voorkeur ligt bij het voetballen. Hicham start rond zijn twintigste weer met kickboksen en traint één tot twee keer in de week. Hij heeft in eerste instantie niet de ambitie om professioneel kickbokser te worden. Van zijn vrienden hoort hij verhalen over hoe het voelt om in de ring te staan. Hij wordt nieuwsgierig en besluit een keer mee te doen met een



wedstrijd. Zijn eerste partij vecht Hicham in België. Hij stond klaar in de ring en toen zijn tegenstander kwam bleek dit een C-klasse vechter te zijn. Hij won zijn eerste wedstrijd met een knock-out. Door deze overwinning ontstond zijn liefde voor de sport. Hoe vaker hij een wedstrijd won des te vaker ging hij trainen. Hij ontdekt zijn talent voor kickboksen en in rap tempo bereikt hij de top en haalt verschillende wereldtitels binnen. In 2019 vocht hij zijn laatste wedstrijd. Naast zijn werk als trainer is hij straatcoach in verschillende wijken van Den Bosch. Sinds maart 2019 is er een vaste locatie en is Hicham de hoofdtrainer van Fighting Talents. Bij Fight2Create is Hicham de enige trainer.

Hicham hoopt als trainer dat hij de talenten groot kan laten worden in de sport. Daarnaast hoopt hij als trainer de jongeren belangrijke levenslessen mee te geven. Hij hoopt ze vaardigheden mee te geven die hen kunnen helpen om de juiste keuzes te maken voor een realistisch toekomstperspectief.

### ***5.2.2 Interactie sport en leefwereld***

Voordat Fighting Talents groot werd, was er meer aandacht vanuit de trainers op een individuele jongere gericht wanneer dit nodig was. Nu is de groep een stuk groter. Fighting Talents is een commerciële gym. Hierdoor is de individuele aandacht richting de jongeren minder geworden buiten de trainingen om. Hicham vertelt dat de jongeren van Fighting Talents vaak al hebben ontdekt dat zij een doel hebben, een levensdoel. Dat doel is aan de ene kant trainen voor wedstrijden en aan de andere kant succesvol worden met werk en of een opleiding. Dit maakt dat er minder individuele begeleiding nodig is volgens hem. Wanneer de jongeren voor of na een training vragen om hulp dan wordt dit geboden. De trainers proberen dan ook vaak een praatje te maken met de jongeren en te vragen hoe het met ze gaat. De trainers zien een belangrijk relatie tussen de sport en de vaardigheden die ze hier kunnen leren om met de uitdagingen in hun leven om te gaan. Hier is namelijk ruimte om met elkaar te oefenen en te leren doorzetten, respect te tonen en het zelfvertrouwen te vergroten.

Reggae hoopt de jongeren mee te kunnen geven dat zij gelukkig worden, dat ze zonder al te veel problemen hun leven kunnen leiden en dat zij voelen dat er iemand voor hen is in goede en slechte tijden. Hij zegt daarover: "Ik wil dat ze een goed mens zijn, gelukkig kunnen zijn, dat ze brood op de plank kunnen brengen voor hun gezin, en niet

zozeer dat ze een goede vechter worden, maar dat ze een goed mens worden en het door kunnen geven. De liefde die zij hebben ontvangen in struggles en in mooie tijden, maar vooral in struggles, dat ze die liefde ooit terug kunnen geven. Zo van o ja toen was er ook iemand voor mij.”

Reggae kiest voor een aanpak waarbij je de ander ziet en niet meteen straffen geeft. Hij wil jongeren niet verliezen, dat is één van de redenen dat jongeren zelden worden geschorst en dat nog geen enkele jongere van Figth2Create uit het programma is gezet. Hij wil de persoon zijn die kansen voor jongeren kan creëren en die ervoor zorgt dat ze ook zelf gaan inzien dat er kansen zijn en dat ze iets met hun talenten kunnen doen. Als iemand jouw talenten ziet en ontdekt dan is het van betekenis. Vroeger wist hij zelf ook niet zo goed wat zijn talenten waren, nu weet hij dat contact maken en verbinden zijn talent is en dat zet hij dan ook maar al te graag in om de jongeren te helpen.

Bij Figthing Talents is een ander belangrijk aspect: dat de gym een ‘goede naam’ heeft. Vechten buiten de gym en andere criminele activiteiten worden niet geaccepteerd. Dat is bij Figth2Create ook zo, maar jongeren krijgen daar eerder een tweede kans. Indien nodig zijn er ook nog de JPP-ers voor hulpvragen. Zij bieden ondersteuning bij school, in het gezin, dagbesteding of voeren de regie daar waar meerdere hulpverleningspartijen betrokken zijn bij een jongere. De JPP-ers hebben als doel jongeren in kwetsbare posities en hun gezinnen zo vroeg mogelijk te bereiken op een laagdrempelige en outreachende manier. Op deze manier hopen zij een basis te leggen om tot een samenwerkingsrelatie te komen en begeleiding op te starten (Van der Lee, 2019). De jongeren en hun ouders hebben weinig vertrouwen in hulpverleners en instanties. Vaak zijn er negatieve ervaringen opgedaan in eerdere hulpverleningstrajecten. Ook komt ongemak voor bij de ouders omdat zij de Nederlandse taal niet machtig zijn. Om met de jongeren van Fight2Create in contact te kunnen komen zijn de JPP-ers regelmatig bij een training aanwezig. Voor de meeste jongeren is de rol van de JPP-ers niet duidelijk.

De jongeren van Fight2Create ervaren net als de jongeren bij Figthing Talents ook allemaal in meerdere of mindere mate struggles. Zij hebben alleen nog niet allemaal een doel in hun leven, zoals de jongens van Figthing Talents dat in het algemeen wel al hebben. De jongeren hebben zich aangemeld voor het project en hebben ermee ingestemd te komen trainen en te leren kickboksen. Tijdens de trainingen is het vooral hard werken en trainen.

Buiten de trainingen om is er ruimte voor individuele begeleiding. Dit pakt Reggae aan door vooral out-reachend en vanuit de presentiebenadering (Baart, 2001) te werken. Hij wil de jongens het gevoel geven dat ze ertoe doen, dat ze gezien worden en dat hij er voor de jongeren is. Reggae besteedt dan ook veel tijd en aandacht aan de jongeren gedurende de week. Hij zoekt de jongeren op in de wijk, hij nodigt ze uit bij het jongerencentrum en hij appt ze regelmatig om te vragen hoe het met ze gaat en of ze komen trainen.

Hicham is de trainer en fungeert als rolmodel. Hij heeft aanzien door de prestaties die hij heeft bereikt. De jongeren van Fight2Create kijken naar hem op. Zij kenden Hicham niet voordat ze zich hadden aangemeld bij Fight2Create. Door te komen trainen hebben zij Hicham leren kennen en ontdekt wat hij allemaal al heeft bereikt. De jongeren kenden Reggae al uit het jongerencentrum. Zowel Hicham als Reggae spreken de taal van de jongeren, de taal van de straat. Dit maakt dat ze makkelijk aansluiting kunnen vinden. Om die reden is er een duidelijke rolverdeling. Hicham is de hoofdtrainer tijdens de trainingen. Reggae is meer de coach, vaderfiguur waar de jongeren terecht kunnen met vragen en hun problemen. Reggae kent de jongeren dan ook door en door. De jongeren hebben veel problemen en vragen hem om hulp.

Waar de ouders uit Hambaken (van de jongeren van Figthing Talents) Hicham meestal kennen en contact met hem hebben, hebben de ouders van de jongeren van Figth2Create geen contact met hem. Ze kennen Hicham ook niet en zijn niet betrokken in de wijk. Reggae vindt het zijn taak ook deze ouders meer te betrekken. Om die reden zijn er een aantal ouders waar hij wel eens op huisbezoek gaat. Reggae hoopt dat ouders de jongeren helpen om gemotiveerd te blijven voor de trainingen. Uit bovenstaande kan opgemaakt worden dat bij Figth2Create de rol van de jongerenwerker verder gaat dan enkel de trainingsmomenten. Reggae is van mening dat de relatie met de jongeren voorop moet staan. "Iedereen die actief met de jongeren wil trainen, moet gaan voor echt contact. Toon interesse."

Echt in contact zijn is een manier om de jongeren te helpen. Je moet de jongeren actief volgen op alle gebieden. Dus in de sport, tijdens de training, in de wijk, op school in het netwerk en thuis. Zo ging hij bij een van de jongeren wat vaker op huisbezoek toen hij zijn neus had gebroken en een tijd geen wedstrijden mocht vechten, wat voor hem een grote tegenslag was. Hij zet hier dan ook actief op in.

### **5.2.3 Didactiek en communicatie**

#### *Fighting Talents*

Hicham past zijn didactiek en communicatie aan op de groep die hij traint. De jongeren van Fighting Talents hebben een andere trainer nodig dan de jongeren van Fight2Create.

Natuurlijk staat en valt de kwaliteit van de trainingen bij een juiste techniek, een passende uitleg en voldoende uitdaging tijdens de trainingen. Hicham traint bij Fighting Talents veel verschillende groepen en verschillende leeftijden. Voor de jongeren die meedoen met het onderzoek geldt dat zij of deelnemen aan een jeugdgroep, recreantengroep of de wedstrijdvechtersgroep. Voor alle groepen geldt dat de trainer uitleg geeft over wat er tijdens de les moet worden gedaan. Er worden oefeningen voor gedaan en er wordt tijdens het uitvoeren van de oefeningen uitleg gegeven, gepushed of gemotiveerd om door te zetten daar waar het zwaar is.

Tijdens de training lopen de trainers door de ruimte. De trainer geeft de jongeren advies hoe zij hun techniek kunnen verbeteren. Hicham vindt het belangrijk dat iedereen met elkaar kan trainen. Er worden steeds nieuwe duo's gevormd, zodat iedereen de kans krijgt en de uitdaging om van elkaar te leren. Er is weinig ruimte om te praten. Het leren van techniek, vaardigheden en sterker worden staat centraal. Hoe jonger de deelnemers, des te meer aandacht is er voor een klassieke opbouw van de les. Hieronder vallen de rituelen als opstellen voor de les, respect tonen naar de trainers en anderen en opstellen om de les af te ronden. Het opstellen is een moment waarbij je laat zien dat je respect hebt voor de trainer, dat je je ogen dicht doet en luistert.

Tijdens de trainingen zijn er momenten van belonen en straffen. Ook hierbij geldt dat hoe jonger de deelnemers, des te meer aandacht er is voor het belonen en straffen. Hicham vertelt hoe er tijdens een training met de jeugd een incident plaats vond. Er was een nieuwe jongen tijdens een training en een sparsessie liep uit op een echte knokpartij. De jongens konden zich niet beheersen. Ze werden uit elkaar gehaald en moesten tijdens de training aan de kant zitten. Aan het eind van de training zijn de jongens bij hem geroepen. Ze moesten uitrazen en kregen de opdracht rondjes te rennen in de gym. Daarna zijn ze toegesproken. Als ze zouden komen om te vechten, dan zouden ze niet meer welkom zijn. "Geen enkele vechter is welkom binnen deze gym. Denk je dat je een man bent? Nee, je hebt nog niets

bereikt. Je mag elkaar raken, maar met respect. Gaat de bel, dan ben je weer vrienden. Dat moeten ze leren.”, aldus Hicham.

Ook wanneer er niet serieus wordt getraind kunnen sancties worden gebruikt, maar er zijn ook momenten voor beloningen en complimenten. Soms mogen de jongeren een keuze maken wat ze tijdens een training willen doen, of er worden complimenten gegeven tijdens de training. Een beloning wordt ook ingezet door een jongere bij andere trainingen te laten helpen. Zo helpt één van de jongeren mee bij de trainingen voor de mini's. Een andere beloning is het invliegen van rolmodellen. Zo heeft Robin van Roosmalen een keer een training gegeven.

Doordat Hicham en Reggae de jongeren al heel lang kennen en hen hebben begeleid naar wedstrijden in de ring, is er sprake van een hechte band. Reggae heeft ook hier (net als bij het jongerenwerkprogramma van Figh2Crate) de rol van coach en assistent-trainer. Hij voelt aan hoe iemand erbij zit. Wanneer hij voelt of ziet dat iemand afgeleid is of mogelijk wat meer aan zijn hoofd heeft dan vraagt Reggae door.

### *Fight2Create*

De jongeren van Fight2Create gaat het echt anders. Zo is er bij het merendeel sprake van een licht verstandelijke beperking (LVB), trauma's en/of een taalbarrière. Daarnaast zijn ze niet allemaal speciaal binnen gekomen voor de sport. Zij hebben dan ook wat anders van de trainers nodig, zowel om goed te kunnen trainen, als op sociaal emotioneel vlak. Hicham richt zich met name op het eerste en Reggae op het sociaal emotionele aspect. De opbouw van de trainingen bij Figh2Create is gebaseerd op structuur en herhaling ook vanwege de in deze groep aanwezige LVB-problematiek en de taalproblemen.

Deze groep moet de basisvaardigheden nog leren en dus zijn rituelen cruciaal en altijd aanwezig tijdens een training. De jongeren hadden nog heel wat te leren wat betreft sociale vaardigheden als luisteren, niet tegenspreken en respect tonen. Hicham laat zien dat hij de trainer is en dat zij moeten luisteren. Hij verwacht van de jongeren dat zij luisteren en “oes” roepen na een opmerkingen en of uitleg. Daarnaast heeft hij gemerkt dat de jongeren het lastig vinden om hem te begrijpen en de oefeningen uit te voeren. Om die reden zit er veel herhaling in de trainingen. Soms vinden de jongeren dit saai. Wanneer hij de oefeningen uitbreidt, lukt het een groot deel niet de oefeningen uit te voeren. Gelukkig is er binnen deze groep ook een klein deel dat wel probeert te luisteren en dingen aanneemt. Er worden ook

complimenten en beloningen gegeven, tijdens oefeningen maar ook bij start en eind van de training wanneer iedereen op een rij staat opgesteld. De trainer en jongerenwerker zetten veel in op het aanmoedigen van de jongeren tijdens de training. Soms peppen ze de hele groep op van een afstand, dan weer door een individuele jongere van dichtbij aan te spreken. Er is sinds kort een ring gemaakt en ze mogen daarin als beloning sparren. Ook hier worden rolmodellen en gastdocenten ingezet om de jongeren te trainen. Naast Robin van Roosmalen is er meerdere keren een worsteldocent ingezet. Soms gaat Reggae als beloning buiten de training iets leuks doen met een jongere. Zo ging hij bijvoorbeeld met een jongere een hapje eten in het winkelcentrum, ook maakt hij wandelingen met de jongeren.

De trainers hebben afgelopen twee jaar op meerdere manieren de groep sancties gegeven en beloningen. Wanneer jongeren tijdens een training niet serieus meedoen of geen respect voor de trainer tonen, dan worden zij hierop aangesproken. “Kijk het is niet altijd echt straffen, het is een beetje leren. Sommige gedragingen worden gewoon niet geaccepteerd.”, aldus Hicham.

Ook komt het voor dat een jongere langs de kant moet zitten of helemaal niet mag meetrainen vanwege fout gedrag, zoals vechten op straat of een steekpen in bezit hebben. Een jongere weigeren in de gym zal binnen deze groep niet zo snel gebeuren, op een enkele schorsing na. Voor zowel Hicham en Reggae heeft dit te maken met de specifieke doelgroep waar zij mee werken. Ze willen juist dat de jongeren fouten mogen maken en dat ze kunnen leren. Alleen dan is groei mogelijk.

#### **5.2.4 Groei**

Tijdens het project werd Reggae een tijdje ziek. In deze tijd werd duidelijk dat er niemand is die hem kan vervangen wat betreft het onderhouden van het contact met de jongeren. Dit is wel geprobeerd maar zonder resultaat. Veel jongeren kwamen dan ook niet meer opdagen op de trainingen, mogelijk omdat ze niet intrinsiek gemotiveerd zijn voor de sport. Deze jongens hebben volgens Reggae vooral zelfvertrouwen nodig. Ze doen of ze groot zijn, maar zijn onzeker. Soms hebben ze een schop onder hun kont nodig. Regelmatig spreekt Reggae jongeren aan op bijvoorbeeld te laat komen of als ze elkaar uitschelden. Zij hebben op school en thuis zoveel problemen dat er meer nodig is dan een beetje sporten om ze op de rit te krijgen en te houden. Hicham ziet ze één of twee keer per week. Reggae wil dat iedere

jongere door heeft dat diegene zichtbaar is, ook buiten de trainingen. Het moment dat iedereen in een rij staat opgesteld is zo'n belangrijk moment om iedereen dit gevoel te geven dat ze gezien worden. Alle namen worden genoemd en er worden complimenten gegeven. Reggae zegt daarover: "Jongens ik ben blij dat jullie er zijn en jullie mogen zijn wie jullie zijn. Jij bent er, dus ik ben blij voor je."

Soms ontstaan er gespreksthema's naar aanleiding van gebeurtenissen die gedurende de week bij de jongeren hebben plaatsgevonden. Soms wordt de training stil gelegd, om meer stil te staan bij deze gebeurtenissen. Hicham wordt dan ook ingezet als rolmodel door te laten zien dat hij de juiste keuzes heeft gemaakt. Thema's als gevaar opzoeken, geweld op straat, trots en reageren vanuit trots komen aan bod. Dit soort zaken worden besproken tijdens de opstelling. Jongeren worden niet snel verwijderd of geschorst bij slecht gedrag. Daarmee geef je als project of als jongerenwerker het signaal af dat je er niet mag zijn en dus niet welkom bent. Deze groep heeft al te veel afwijzingen ervaren volgens Reggae.

Er is en tijdje een kleurencirkel geweest. In deze cirkel werden alle namen van de jongeren geplaatst. Wanneer de jongeren aanwezig waren tijdens de training, of wanneer zij zich netjes hadden afgemeld voor de training dan werden zij in de groene zone geplaatst. Bij afwezigheid of slecht gedrag dan kwamen zij in de rode zone. Uit gesprekken met de jongeren kwam naar voren dat zij niet precies begrepen waar de cirkel voor was.

### **5.2.5 Veerkracht**

Bij de trainingen van Fighting Talents en Fight2Create draait alles om veerkracht en weerbaarheid. Sporten is voor alle jongeren belangrijk en kickboksen kan een bijdrage leveren aan het versterken van de veerkracht en weerbaarheid van de jongeren. Voor de jongeren is sporten gezond en een echte uitlaatklep. Veel jongeren zijn geen echte pratere en via de sport kunnen zij afreageren en even hun verstand helemaal op nul zetten. Hicham doet dit vooral tijdens de trainingen. De trainingen zijn pittig, zwaar en complex en dit vraagt veel van de jongeren. Ze moeten leren doorzetten, volhouden, gemotiveerd blijven en er helemaal voor gaan. "We vragen het uiterste van de jongeren. Ook wanneer de jongeren op hoog niveau trainen. Tijdens de sparsessies moeten de jongeren klappen uitdelen, maar ook de klappen incasseren. Ze leren een focus te houden en zich te beheersen. Om de top te

bereiken is het belangrijk dat de jongeren de juiste keuzes maken, ook buiten de trainingen om. Het is belangrijk dat zij hun leefstijl en ritme aanpassen. Kracht, conditie en een gezonde leefstijl staan voorop.” Daarnaast wordt uitgedragen tijdens de trainingen dat goed gedrag op straat belangrijk is en dat de jongeren een visitekaartje zijn voor de gym.

Ze willen de jongeren vaardigheden meegeven die zij nodig hebben om op te groeien en een zelfstandig bestaan te kunnen leiden, want de tegenslagen en teleurstellingen waar zij mee om moeten gaan hebben er in het verleden vaak voor gezorgd dat ze snel opgaven, zichzelf gingen isoleren, geweld gebruikten of slechte vrienden opzochten. De trainingen hebben een aantal van de jongeren inmiddels geholpen hier weerstand tegen te bieden. Reggae geeft hiervan twee voorbeelden: een jongere die af ziet van een gewelddadige reactie op discriminatie en een jongere die afstand neemt van zijn vrienden omdat ze veel blowen. Reggae gebruikt in gesprekken met de jongeren voorbeelden uit de training om te laten zien hoe ze dit ook in hun dagelijks leven kunnen inzetten. “Ik maak het beeldend, dat je in een gevecht komt, dat dat ook een gevecht op straat kan zijn. Of doorzetten zo van: ik ga dat niet halen die test. Nee, je moet even een uurtje langer doorleren. Doorknokken. Ik zeg: in de training ga je wel door, dus je hebt de kracht in je.”

### **5.2.6 Grip op leven**

De jongeren hebben een doel of perspectief nodig. Soms was er gedoe thuis of gedoe in de wijk en veel verleidingen tijdens hun jeugd, maar door een doel pakken ze dingen op. Hicham had ook struggles toen hij jong was, er was niet veel meer te doen dan hangen op straat en dan is het lastig om de juiste keuzes te maken. De jongeren zitten in een fase met levensverwachtingen en dromen die niet altijd realistisch zijn. Ze willen veel geld verdienen en zien vaak verkeerde voorbeelden op Instagram of in series. Zo worden bepaalde rappers gevolgd op sociale media, die beïnvloeden hun denkbeelden. De trainers proberen hier weerstand aan te bieden. Ze gaan hierover met de jongeren in gesprek. Reggae verwoordt het heel beeldend: “Ik wil dat iedereen kampioen wordt. Niet kampioen in de ring maar klaarstomen voor de wereld. Dat ieder op zijn eigen kwaliteiten succesvol wordt.” Hij wil zelfvertrouwen, discipline, weerbaarheid meegeven als gereedschap om successen te boeken in het leven. Hopelijk leert iedereen zo zelfstandig te worden en een eigen leventje te draaien.



### 5.3 De training

In Den Bosch is er een groot verschil tussen de trainingen van Fight2Create en Fighting Talents. Voor beide locaties geldt dat de trainingen een uur duren. Van alle deelnemers wordt verwacht dat zij op tijd binnen zijn in hun sportkleding, zodat er meteen gestart kan worden. Iedere training heeft een opbouw met verschillende rituelen, een warming-up en oefeningen gericht op techniek en/of oefeningen gericht op sparren.

#### *Fighting Talents*

De opbouw van de trainingen komt overeen met de beschrijving van locatie Amsterdam. Als de jongeren op blote voeten de dojo binnenkomen groeten ze elkaar en de trainer(s) en of jongerenwerker met een handdruk, boks, omhelzing of hand op de borst. Hun spullen zetten ze aan de zijkant langs de muur. De meesten beginnen met het inzwachtelen van hun handen en het aantrekken van hun scheenbeschermers. Bij Fighting Talents is er geen opstelling voorafgaand aan de training.

Na begroeting beginnen de deelnemers van Fighting Talents meteen aan hun warming-up. Dit doen ze individueel voor de spiegelwand. Sommigen gebruiken een springtouw, anderen doen voor zichzelf wat oefeningen met hun handen en benen op de plaats. De warming-up stopt voor hen zodra de trainer de groep bij elkaar roept. Wanneer iedereen er is starten de trainers met het geven van instructies, gericht op conditietraining. Hierbij worden de spieren getraind en motiveren de trainers op doorzettingsvermogen en uithoudingsvermogen. Tijdens de oefeningen lopen de trainers rond. Daar waar nodig moedigen zij de deelnemers aan: “Kom op jongens doorgaan, volhouden.” Daar waar het niet lukt wordt een grap gemaakt.

Wanneer de trainers merken dat iemand de kantjes ervan afloopt, loopt hij de kans straf te krijgen. De deelnemer moet in dit geval opdrukken of planken. Het kan ook zijn dat er een sparsessie volgt. De persoon die niet serieus meetraint of onvoldoende inzet levert, moet in dit geval sparren tegen een A-klasse vechter. De rest kijkt toe en moedigt aan.

Naast conditietraining bestaan de trainingen uit het oefenen van ‘combinaties’. Bij Fighting Talents vraagt de trainer vlak voor de betreffende combinatie een jongere om het samen met hem voor te doen aan de groep, of hij laat twee jongeren uit de groep het samen in het midden van de mat voordoen. Voor deze groep is de eenmalige uitleg voldoende om

ermee aan de slag te gaan. Ook in Den Bosch worden de combinaties steeds verder uitgebouwd, waarbij het voor de groep van Fighting Talents makkelijker is om tot complexere combinaties te komen dan bij Fight2Create.

Zo'n tien minuten voor het einde van de training wordt er vaak nog wat krachttraining gedaan waarbij de trainer hardop meetelt met oefeningen zoals bijvoorbeeld buikspieren of opdrukken. Bij Fighting Talents houdt het grootste gedeelte van de groep het tempo wel bij. Sommigen doen soms zelfs nog een aantal extra herhalingen voor zichzelf.

Tot slot zijn er bijeenkomsten puur om te sparren. De gym wordt daarbij in twee groepen in gedeeld: de wedstrijdvechters en de recreanten. Zo kan iedereen op niveau meetrainen en sparren. Soms zet de trainer bepaalde deelnemers tegenover elkaar, andere keren kiezen hun eigen tegenstanders uit. Net als in Amsterdam houden de betere vechters rekening met vechters van een lager niveau.

Tijdens het sparren lopen de trainers rond. Zij moedigen de deelnemers aan en geven advies daar waar nodig. Wanneer de deelnemers zichtbaar boos worden of gefrustreerd raken, omdat de tegenstander rake klappen uitdeelt, wordt er geroepen dat men niet op emoties moet vechten. Tussentijds wisselen de sparringpartners wanneer de timer piept.

Iedere training wordt afgerond met een vast ritueel. Iedereen vormt een rij en loopt langs elkaar om een high five te geven. Zo nemen trainers en deelnemers afscheid van elkaar. Er zijn allerlei rituelen en regels bij Fighting Talents, maar die staan niet op de voorgrond, de deelnemers weten wat er van hen wordt verwacht. Kort gezegd: kom op tijd, train serieus mee, toon inzet en zorg dat je kan volhouden en heb respect voor de trainer.

De periode van Corona en de verschillende lockdowns hebben ervoor gezorgd dat de trainingen werden gestaakt. Ook de wedstrijden werden stilgelegd. Een deel van de deelnemers is uit beeld verdwenen. Onduidelijk is hoe dit precies komt. Opvallend bij deze groep is dat sinds de maatregelen zijn opgeheven en sporten weer mogelijk is, het merendeel weer komt trainen. Sommigen met een nog grotere motivatie dan voorheen. Daarnaast geven de jongeren aan dat ze door corona hebben geleerd dat kickboksen en het bereiken van de top een mooi doel is, maar dat dit niet het enige doel moet zijn. Opleiding en werk zijn minstens zo belangrijk. Kortom: een back-up plan is nodig.

## *Fight2Create*

De groep van Fight2Create bestaat uit ongeveer dertien jongens in de leeftijd van veertien tot negentien jaar. Zij trainen op twee vaste momenten in de week. Structuur is belangrijk voor deze jongeren, maar het is geen vaststaand gegeven dat iedereen er ook daadwerkelijk is. De motivatie van de jongeren wisselt, daarnaast speelt er vaak van alles in het leven van de jongeren dat maakt dat zij last minute niet naar de training komen. Hierdoor verschilt de groepsgrootte per training nogal. Er zijn momenten dat er maar drie jongeren zijn, een volgende bijeenkomst kunnen dit er zo weer tien zijn. Doordat veel jongeren wisselend aanwezig zijn duurt het langer om een hechte groep te vormen. Er zijn een paar jongeren die al lange tijd niet meer trainen. Het is onduidelijk of ze terug gaan komen. Er is een kleine harde kern van ongeveer zeven jongeren. Een deel van de jongeren komt naar Fight2Create enkel om te trainen. Een ander deel van de jongeren neemt ook deel aan de activiteiten van jongerencentrum 4West. De onderlinge sfeer tussen de jongeren is positief. Iedereen kent elkaar van school of uit de buurt.

De trainers proberen rekening te houden met de taalbarrière en eventuele verstandelijke beperkingen van de jongeren. Daarom hebben de trainingen een gestructureerde opbouw die zich kenmerkt door het gebruik van simpele taal, herkenbare oefeningen en veel herhaling. Van de jongeren wordt verwacht dat ze serieus meetrainen. Voor en na de training is er voldoende ruimte om te kletsen.

Voor de training verzamelt iedereen zich bij het jongerencentrum. Daar hangen ook picto's die de geldende regels duidelijk maken aan de jongeren. Samen met de trainer en jongerenwerker lopen ze naar de gym. Zo is er voorafgaand aan de training tijd om even bij te kletsen. Daarna kleedt iedereen zich om. De jongeren hebben allemaal sportkleding aan en bijna iedere jongere draagt een zwart T-shirt met het logo van Fight2Create. Zo ervaren de jongeren dat ze deel uitmaken van een groep. Door samen dezelfde kleding te dragen hopen de trainer en de jongerenwerker meer éénheid te scheppen en de jongeren het gevoel te geven dat ze erbij horen.

Als de jongeren op blote voeten binnenkomen, groeten ze elkaar en de trainer(s) en of jongerenwerker met een handdruk, boks, omhelzing of hand op de borst. Hun spullen zetten ze aan de zijkant van de dojo langs de muur. Bij Fight2Create start elke training met het ritueel waarbij de deelnemers naast elkaar op een lijn staan of geknield op de grond zitten tegenover de trainer en jongerenwerker. Samen openen de trainer en jongerenwerker

de training en de jongeren luisteren alleen naar wat er gezegd wordt. Dit is een belangrijk moment voor de jongeren om respect te tonen naar de trainers, maar ook is het een moment voor de trainers om de jongeren aan te spreken op gedrag.

Dit ritueel aan het begin van de training is ook een moment waarop de regels van de gym worden besproken. Zo wordt hier vaak benoemd dat iedereen op tijd moet zijn voor de training, dat iedereen gepaste kleding moet dragen. Ook wordt vaak benoemd dat vechten binnen de gym mag, maar niet buiten de gym. Tijdens dit ritueel wordt de jongeren stevast een fijne training gewenst.

Tijdens een gezamenlijke warming-up zegt de trainer welke oefeningen er uitgevoerd moeten worden. Vaak starten ze met een aantal rondjes rennen door de zaal. Zelf staat de trainer in het midden van de dojo van waar hij de oefeningen voordoet. De oefeningen zijn vergelijkbaar met die van locatie Amsterdam. Als de warming-up afgelopen is trekt iedereen snel de scheenbeschermers en bokshandschoenen aan. Voor wie die nog niet heeft aangeschaft of is vergeten mee te nemen, liggen er in de voorraadkast nog genoeg materialen om te lenen.

De trainer doet de combinaties voor met een jongere. Er zit een groot verschil in motorische ontwikkeling bij de jongeren, voor sommige jongeren zijn de oefeningen lastig uit te voeren. De uitleg kan worden herhaald. Soms willen de trainers meer inzet zien van de jongeren. Wanneer dit niet lukt, is er wat frustratie bij de trainers zichtbaar. Gedurende de oefening loopt de trainer rond terwijl hij de combinatie hardop herhaalt voor het geval de jongeren hem even vergeten zijn. Ook in Den Bosch worden de combinaties steeds verder uitgebouwd, maar voor de groep van Fighting Talents is het makkelijker om tot complexe combinaties te komen dan bij Fight2Create.

Ook in Den Bosch wordt er gedurende de trainingen vaak aan conditie gewerkt, bijvoorbeeld als tweetallen om de beurt een bepaald aantal seconden oefeningen op de bokszak moeten doen. De trainer en jongerenwerker moedigen tijdens dit soort oefeningen de jongens hard aan om de tijd vol te houden. Ook degene van het tweetal die even rust moedigt vaak aan, al wordt dit naarmate de oefening langer duurt lastiger omdat hij zijn rust ook echt nodig heeft om op adem te komen. Met name bij Fight2Create zijn de jongeren conditioneel nog niet erg sterk, zodat ze snel verslappen of opgeven.

Na een korte drinkpauze wordt er vaak vervolgd met sparren. De trainer stelt hierbij een bepaalde tijd op de timer in, zodat na de piep elke keer gewisseld wordt van

sparringpartner. Soms zet de trainer bepaalde deelnemers tegenover elkaar, andere keren kiezen ze hun eigen tegenstanders uit. Net als in Amsterdam houden de betere vechters rekening met vechters van een wat lager niveau. Bij Fight2Create is de groep zo klein dat iedereen wel een keer met elkaar spart. Wanneer de trainers zelf actief mee sparren, zie je de jongeren hier enthousiast op reageren. De trainers hebben aanzien bij de jongeren en samen met een trainer sparren lijkt dan ook een mooie beloning voor de jongeren.

Zo'n tien minuten voor het einde van de training wordt er vaak nog wat krachttraining gedaan waarbij de trainer hardop meetelt met oefeningen zoals bijvoorbeeld buikspieren of opdrukken. De jongeren van Fight2Create zijn meestal al zo uitgeput dat ze het niet tot het einde volhouden. De trainer en jongerenwerker lopen soms met hun voet over de buik van de jongeren om te voelen of ze hun buikspieren goed aanspannen. Ook hier moedigen ze de jongeren weer flink aan.

Het komt voor dat er tijdens de trainingen straffen worden gegeven. Wanneer een jongere een oefening niet kan volhouden, of wanneer een jongeren niet serieus meedoet, kan dit gevolgen hebben voor de jongere zelf of de hele groep. Een straf kan zijn dat de groep moet opdrukken en/of planken. Wanneer de jongeren laconiek zijn tijdens de training kan het voorkomen dat de trainer de jongeren een stoot in de buik geeft. De jongeren stellen zich op en om de beurt wordt er zo'n stoot gegeven. Het is een vorm van straffen, maar ook een manier om het uithoudingsvermogen te testen. De jongeren laten zich niet kennen en er heerst een sfeer van trots wanneer het lukt om de stoot te incasseren.

Tot slot wordt de training gezamenlijk afgesloten. Bij Fight2Create zitten de deelnemers weer volgens ritueel op hun knieën op een lijn tegenover de trainer en jongerenwerker. Deze spreken de jongeren toe over hoe de training is verlopen, geven nog wat tips of feedback en complimenteren hen voor hun inzet en aanwezigheid. Soms volgt er nog een minuut meditatie waarbij de jongeren hun ogen moeten sluiten en stil zijn.

Bij beide groepen wordt de training geëindigd door de kreet "oes" en geeft iedereen elkaar een high five of boks. Daarna wordt er vaak nog even na gekletst door de deelnemers onderling of met de trainer(s) en jongerenwerker.

Door Corona en de hiermee samenhangende lockdowns kwamen gedurende bepaalde periodes de trainingen stil te liggen. Tijdens de eerste lockdown werd buitentraining aangeboden. De jongerenwerker zorgde bij het jongeren centrum voor een metalen constructie waar de bokszakken konden worden opgehangen voor de trainingen.

Een deel van de jongeren kwam niet meer naar de trainingen. Tijdens de tweede lockdown is er een periode minder contact geweest tussen de trainer en de jongeren. Wel probeerde de jongerenwerker contact te houden met de jongeren, door de jongeren op straat op te zoeken. Sinds de lockdown is opgeheven komt een klein deel van de jongeren weer trainen.

## 5.4 De jongeren

De kickboks-gym van Fighting Talents in Den Bosch is van maandag tot en met zaterdag geopend. De jongeren uit ons onderzoek komen op verschillende dagen en met verschillende frequenties naar de gym. Voor de jongeren bij Fighting Talents die veelal dagelijks of soms zelfs tweemaal daags komen trainen, biedt het structuur en een vast ritme in hun leven. Hoewel de jongeren van Fight2Create aanzienlijk minder vaak trainen dan de jongeren van Fighting Talents, bieden de twee vaste trainingsmomenten in de week ook voor hen enige structuur. Daarnaast is het een moment om vrienden te ontmoeten bij het jongeren centrum. Omdat er in Den Bosch twee verschillende praktijken zijn met grote verschillen volgt er eerst een beschrijving van de jongeren die trainen bij Fighting Talents. Vervolgens komt er een beschrijving van de jongeren van Fight2Create.

### *De jongeren van Fighting Talents*

Voor het merendeel van deze jongeren staat de sport samen met een opleiding en werk op nummer één. De jongeren stemmen hun leefstijl af op de sport. Wat betreft opleidingsniveau, werk en leeftijd is het een diverse groep. Opvallend is dat veel jongeren een opleiding doen gericht op de sport bij het ROC of een hbo-instelling. Daarnaast is er een groep die werkt. Soms al lange tijd bij eenzelfde werkgever, ook zijn er jongeren die nog wat zoekende zijn. Het merendeel komt uit Den Bosch de wijk Hambaken of uit wijk West. Er zijn ook jongeren die uit andere steden en dorpen komen, zowel binnen als buiten de regio. De jongeren komen trainen, omdat zij op zoek zijn naar hun talent voor de sport. Ze hebben een heldere droom en duidelijk beeld voor de toekomst, ze willen op hoog niveau wedstrijden vechten. het merendeel hoopt dat ze uiteindelijk wereldkampioen worden. De jongeren zijn intrinsiek gemotiveerd. Ze hebben zelf voor de sport gekozen en kunnen duidelijk beargumenteren waarom ze die bij Fighting Talents beoefenen. De motivatie is terug te zien tijdens de trainingen. Alle jongeren gaan tot het uiterste tijdens de training.

Deze groep is hier om te sporten en niet vanwege een specifieke hulpvraag. De relatie met de trainers is ondanks de commerciële insteek van de gym wel warm en betekenisvol voor de jongeren. De trainers worden door de jongeren beschreven als coach, vaderfiguur, vriend en maatje. Een deel van de jongeren ervaart struggles op meerdere leefgebieden, mogelijk hadden zij in het verleden hulpverlening. Tijdens de interviews laten zij hier niets over los. De trainers en de jongerenwerker hebben hier geen informatie over kunnen geven.

### *De jongeren van Fight2Create*

De jongeren van Fight2Create zijn twee jaar geleden door de jongerenwerker op straat benaderd. De jongeren hingen wat rond in de wijk en bij het Jongeren centrum. De jongerenwerker nodigde de jongeren uit om een keer te komen kickboksen in de gym. Hoewel ze nog nooit hadden gekickboksst en niet wisten wat ze ervan moeten verwachten, kwamen ze toch. Er zijn ook jongeren via vrienden bij de jongerenwerker en de gym terecht gekomen. Onderling kennen de meeste jongens elkaar van de straat of zitten op dezelfde school dicht bij de gym.

Het merendeel van de jongeren volgt praktijkonderwijs, een enkeling zit op het ROC niveau 1 of 2. De meeste jongeren hebben een vluchtelingenverleden. Er is bij de meeste van hen sprake van een taal- en schoolachterstand, (oorlog) trauma-gerelateerde problematiek. Bij veel jongeren is gebleken dat zij uit een complexe gezinsomgeving komen die zich kenmerkt door armoede, getraumatiseerde ouders, relatieproblemen in combinatie met geweld in de thuissituatie. Hierdoor zijn er jongeren die al veel hulpverlening hebben in het gezin. Zo is er soms een jeugdbeschermer betrokken, de jeugdreclassering, ambulante opvoedondersteuning vanuit het JPP. Het is voorgekomen dat een jongere uit huis werd geplaatst in een residentiële voorziening. Door de jongerenwerker is er alles aan gedaan om deze jongere toch door te kunnen laten gaan met trainen. Bij veel van deze jongeren is er een vermoeden dat ze een (licht) verstandelijke beperking hebben.

Bij elke jongere die zich aanmeldt bij Fight2Create wordt gekeken of er een hulpvraag is. Tijdens de interviews geven de jongeren aan dat zij gewoon komen om te sporten, om te leren vechten. Ze lijken zelf dus niet bewust te zijn van hun eigen hulpvraag. Voor beide groepen zijn vanuit de observaties en gesprekken met de jongeren en trainers drie profielen naar voren gekomen, in lijn met de typologie in de andere gyms. In Den Bosch onderscheiden we jongeren die, boven komen drijven, wortstelen of afhaken.

Ze worden hieronder in paren besproken. Er wordt steeds een profiel van jongeren bij Fighting Talents vergeleken met een profiel van Fighth2Create dat daar op lijkt (voor wat betreft de ervaren struggles en de al dan niet veerkrachtige respons op deze struggles). Naast de overeenkomsten worden ook verschillen besproken. Als eerste bespreken we profielen van jongeren die boven komen drijven, mogelijk mede door het kickboksen. Vervolgens van jongeren die worstelen en tenslotte jongeren voor wie kickboksen op dit moment niet voldoende bijdraagt aan het ontwikkelen van een veerkrachtige respons voor de struggles die zij ervaren.

#### **5.4.1 Bovendrijven**

##### *Bewuste knokkers bij Fighting Talents*

Deze jongeren trainen op hoog niveau en passen hun hele leefstijl daarop aan. Er blijft daarom weinig tijd over om met vrienden buiten de gym op te trekken. Vriendschappen staan op een lager pitje. Kickboksen staat op nummer één of twee samen met hun opleiding of werk. Hun doorzettingsvermogen en intrinsieke motivatie voor de sport en een gezonde leefstijl is groot. Deze jongeren hebben in hun leven meerdere keren te maken gekregen met verleidingen op de straat. Soms maakten zij verkeerde keuzes waardoor ze in conflict konden komen. Anderzijds zijn ze tegenwoordig in staat om weerstand te bieden tegen de verleidingen op straat. Dit lukt omdat zij zowel op maatschappelijk als sportief vlak succesvol willen zijn. Ze willen een rolmodel voor anderen zijn en houden de eer en naam van de gym hoog.

Het grootste deel van de jongeren van Fighting Talents die aan dit onderzoek mee doet valt onder deze groep. Het merendeel van de jongeren is op jonge leeftijd begonnen met kickboksen. Zo vertelt een jongere dat zijn vader zijn broertje en hem meenam naar de gym om te trainen toen hij 9 jaar was. De jongeren willen de top bereiken en deze trainers hebben volgens hen het talent om ze groot te maken in de sport. De gym en de trainers hebben een goede naam in de wereld van het 'kickboksen'. Dit vanwege hun coachende kwaliteiten, maar ook omdat één van de trainers wereldkampioen is.

De jongeren benoemen allemaal dat kickboksen belangrijk voor ze is. Het is een uitlaatklep. In de gym kunnen ze zich uitleven en afreageren. De sport zorgt er ook voor dat ze een doel hebben. De jongeren willen tijdens de trainingen uitgedaagd worden en tot het



uiterste gaan. Ze benoemen dat ze niet mogen en willen opgeven tijdens de trainingen en wedstrijden. Gewoon doorgaan en niet stoppen al doet het pijn. Behalve inzet tijdens de training zijn er jongeren die op een andere manier betrokken zijn bij de gym. Zo helpt een jongere bij de mini's. Ook zijn er jongeren die stage lopen bij de trainer of het jongerenwerk.

Tijdens de gesprekken laat deze groep een geharde, stoere houding zien. Er worden uitspraken gedaan als: "Je moet nou eenmaal knokken als je wat wilt bereiken.", of "Nee joh, natuurlijk geef ik niet op, gewoon doorgaan, ook bij pijn." Hiermee samen hangt ook een houding van: problemen oplossen? Ja dat doe ik zelf natuurlijk. Deze jongeren lossen in eerste instantie hun problemen zelf op. Wanneer er echt wat aan de hand is kunnen zij terugvallen op hun ouders. Vaak zijn ouders zelf druk met het gezin en/of werk, waardoor de jongeren hun ouders niet willen belasten. Er wordt eerder met moeders gepraat over problemen die er zijn dan met de vaders. Dit omdat vaders net even wat strenger kunnen reageren dan de moeders. De jongeren ervaren steun van hun ouders en familie. Ouders zijn betrokken bij school en de sport. De jongeren voelen zich gezien door hun ouders en een aantal geeft aan dat hun ouders trots op hen zijn.

Het merendeel van de jongeren geeft aan een grote vriendengroep te hebben. Dit zijn vrienden van school, uit de wijk of via de gym. Dit zijn echter niet de belangrijkste personen voor de jongeren. Het gezin staat met stip op nummer één. Vroeger waren de jongeren vaak in de wijk. Hier ontmoetten zij andere jongeren. Vaak werd er op straat wat gehangen of ging men voetballen in de wijk. Tijdens het onderzoek doen de jongeren dit niet meer, omdat zij geen tijd hebben. Of ze zitten op school/werk, of ze maken huiswerk of ze zijn aan het trainen. Een aantal jaren geleden waren de jongeren vaker in de wijk. Hier kwamen zij in aanraking met allerlei verleidingen op straat. Een vechtpartijtje, een keertje blowen, naar de shishalounge. De jongeren geven aan dat dit nu veranderd is. Zij nemen hun leven serieus. Hierbij is het belangrijk dat je weerstand biedt tegen de verleidingen op straat. Dat je school, werk en de sport op nummer één zet. Daarnaast helpen de regels binnen de gym. Kort gezegd vechten in de gym en de ring mag en dit doe je hard. Vechten buiten de gym is een no go. Je leert vechten op hoog niveau, je bent hiermee het visitekaartje voor de gym en de trainer. Een goede naam voor de sport en de gym is belangrijk. Een jongere vertelt dat hij sinds hij is gestart met trainen keuzes heeft gemaakt ook met betrekking tot zijn vriendschappen. Hij zat in een vriendengroep waar dingen worden gedaan die niet door

de beugel kunnen. Hij heeft ervoor gekozen hier niet meer aan deel te nemen. Sindsdien merkt hij dat hij een andere ontwikkeling doormaakt dan zijn vrienden.

De jongeren zijn zichtbaar trots op hun prestaties. Tijdens het onderzoek worden door meerdere jongeren filmpjes van hun wedstrijden met de onderzoekers gedeeld. Op de korte termijn is hun doel zo snel mogelijk in de ring staan. Het uiteindelijke doel is de top te bereiken en wereldkampioen te zijn. Voor alle jongeren geldt dat ze naast het trainen veel bezig zijn met school of werk. School en werk worden serieus genomen.

Tijdens de lockdown kwamen de trainingen stil te liggen. De jongeren vertellen dat het een vervelende periode is geweest. Doordat de trainingen stil kwamen te liggen voelden zij zich niet fijn in hun lijf. Hun conditie ging achteruit, er ontstond verveling. Een deel van de jongeren had tijdens de lockdown contact met de trainers. Sommige jongeren kwamen de trainers tegen in de wijk en af en toe speelden jongeren een online game met één van de trainers. Tussen deze jongeren zit ook iemand die vertelt dat hij in eerste instantie ervan droomde om wereldkampioen te worden. Hij besteedde minder aandacht aan zijn werk. Door de eerste lockdown ontdekte hij dat alleen trainen en kickboksen niet voldoende is. De trainingen en wedstrijden vielen uit, hierdoor kwam hij tot inzicht. Alleen wereldkampioen willen worden is te risicovol. Om die reden besloot hij een opleiding te volgen om rijinstructeur te worden. Inmiddels is deze opleiding afgerond en werkt hij als rijinstructeur. Dit typeert de bewuste knockers. Zij laten zien dat ze weerbaar en veerkrachtig zijn, geleid door duidelijke doelen en wetende dat ze kunnen terugvallen op hun omgeving.

### *Veerkrachtige vechters bij Fight2Create*

Ze hebben niet zelf voor de sport kickboksen gekozen, maar zijn erg fanatiek en laten doorzettingsvermogen zien als ze komen trainen. Ze hebben niet per se de ambitie om kickboks-kampioen te worden maar vinden het wel leuk om te sparren en misschien wat wedstrijden te vechten en hebben de potentie om over te stappen naar de reguliere gym. De jongeren hebben soms moeite om met hun woede om te gaan en hebben de neiging om in hun woede iets kapot te maken. Deze jongeren krijgen te maken met kleine verleidingen op straat, maar raken uiteindelijk niet echt in grote problemen. Ze hebben steunende ouders en een wat stabiel netwerk dan andere jongeren bij Fight2Create om op terug te vallen en

kunnen nee zeggen tegen gedrag waar ze niet achter staan. Ze hebben een helder beeld over wanneer iemand een 'goede' vriend is en wanneer niet en het lukt hen om daarin gerichte keuzes te maken. Op school en stage loopt het lekker. Het kickboksen maakt hun hoofd even leeg. Ze dromen van een huisje-boompje-beestje leven. Deze jongeren hebben niet te maken met hulpverlening.

De veerkrachtige vechters zijn later gestart met trainen dan de andere jongeren bij Fight2Create. Ze zijn ingestroomd via school of doordat vrienden hen vroegen een keer mee te trainen bij Fight2Create. Deze jongeren hebben niet zo zeer de droom om wereldkampioen te worden zoals de bewuste knokkers, maar ze trainen bij de gym om een uitlaatklep te hebben. Deze jongeren dragen bij aan een vrolijke sfeer op de trainingen. Ze houden van muziek, maken hier en daar een grapje en trainen fanatiek mee. Eén van de jongeren blijkt echt talent te hebben voor de sport. Kickboksen is voor deze jongeren naast een uitlaatklep ook een moment om aan hun conditie te werken. Ze voelen zich zowel mentaal, maar ook fysiek sterker worden door te trainen. In eerste instantie geven de jongeren aan dat ze boos konden worden en dat ze wel eens in conflict kwamen op school of op straat. Gedurende het onderzoek lijken ze hun draai op school, in de wijk, in hun vriendengroep steeds beter te hebben gevonden. Ze staan open voor contact met de jongerenwerker en de trainer, maar ze hebben verder geen echte hulpvraag.

Deze groep vertelt dat ze een positief contact hebben met hun ouders en andere familieleden. Ze hebben iemand die hen helpt, die ze vertrouwen, iemand waar ze op kunnen bouwen. Net als de bewuste knokkers zeggen ze dat ze struggles eerst zelf willen oplossen. De struggles lijken wel wat groter, meer divers en recenter dan die van de bewuste knokkers. Eén jongere vertelt dat hij een periode heeft gehad dat hij zich niet geaccepteerd voelde in Nederland. Op school kwam hij in conflict met leerlingen, omdat zij hem belachelijk maakten vanwege zijn gebrekkige Nederlands. Hij heeft periodes gehad dat hij gefrustreerd was en vol opgekropte woede thuiskwam. Soms maakte hij dan dingen kapot. Ondanks de conflicten op school is hij altijd aanwezig geweest en haalt goede cijfers en heeft fijn contact met zijn leerkrachten. Aan het begin van het onderzoek was hij nog wel eens negatief zichtbaar op straat, nu twee jaar later is hij juist positief zichtbaar geworden, is hij vrolijk en staat open voor contact met anderen. Hij heeft een heldere visie over wat een goede vriend is en wat niet en maakt hier gerichte keuzes in. Op het moment dat vrienden gedrag laten

zien wat hij afkeurt zoals blowen of in de problemen komen met de politie, dan verbreekt hij de vriendschap.

De veerkrachtige vechters lijken op de bewuste knokkers. Ze zijn veerkrachtig en hebben een netwerk waarop ze kunnen terugvallen. Het lijkt er wel op dat de bewuste knokkers verder zijn met betrekking tot hun struggles en doelgerichter werken aan hun toekomstdromen dan de veerkrachtige knokkers. Ook hebben de veerkrachtige vechters meer problematiek op persoonlijk vlak (vluchtelingverleden, licht verstandelijke beperking). Het evenwicht dat nu doorslaat richting veerkracht is daardoor wel kwetsbaar. Het kan zo maar weer de andere kant op gaan.

### **5.4.2 Worstelen**

#### *Linke knokkers bij Fighting Talents*

Deze jongeren hebben een hoge motivatie om de top met kickboksen te bereiken en wereldkampioen te worden. Kickboksen staat ten alle tijden op nummer 1 en daarvoor wordt alles opzij gezet. De jongeren ervaren aanzien met de sport. Zij maken zich graag zichtbaar op social media als een sterke en vaardige kickbokser. Het zijn van een kickbokser is onderdeel van hun identiteit. Deze jongeren hebben een groot zelfvertrouwen en aanzien in de sport. Dit geeft ze een extra kick en nog meer zelfvertrouwen. Hiërarchie en gezag in het dagelijks leven vinden ze moeilijk om mee om te gaan, in de gym is er wel respect voor de trainers. De droom om wereldkampioen te worden is zo groot, dat eventueel wegvallen van de sport of het ontbreken van talent onacceptabel is. Deze groep heeft aan aantal valkuilen. Zo vallen zij in een gat wanneer duidelijk wordt dat hun talent minder groot is dan zij zelf inschatten. Daarnaast zijn het jongeren die zonder goede begeleiding in het kickboksen in een overdrive kunnen schieten. Met een gevaar voor zichzelf en/of anderen als gevolg.

Er zijn veel overeenkomsten tussen de jongeren die onder deze groep vallen en de jongeren die onder de groep 'bewuste knokkers' vallen. Om die reden wordt in eerste instantie kort stil gestaan bij de overeenkomsten. Vervolgens wordt ingezoomd op de verschillen en mogelijke valkuilen bij deze groep jongeren. Ook bij deze jongeren wordt er al van jongs af aan met een hoge frequentie gesport. Kickboksen staat al jaren op nummer 1. De jongeren hebben voor Fighting Talents gekozen omdat de gym een goede naam heeft.

Meerdere jongeren zijn er groot geworden en één van de trainers is meervoudig wereldkampioen kickboksen. Soms hebben jongeren bij een aantal verschillende gyms getraind. Een reden om over te stappen is naast een hoge kwaliteit van de trainers ook de sfeer binnen de groep en de gym. Dit is een gemoedelijke sfeer, waar iedereen voor elkaar klaar staat, zo lang je maar serieus bent met trainen.

Deze groep leeft net als de bewuste knockers voor de sport. Dit is zichtbaar in de frequentie van trainingen, richting een wedstrijd wordt er met regelmaat zes keer per week getraind. Zo vaak mogelijk trainen en wedstrijden 'draaien' is het doel. Tijdens de sparsessies is geobserveerd en ook hier is zichtbaar hoe fanatiek de jongeren trainen en sparren. De jongeren voelen zich zichtbaar trots wanneer zij tijdens een sparsessie worden ingedeeld met een sparmaatje op niveau. Ook is zichtbaar dat wanneer deze groep rake klappen krijgt dat zij emotioneel worden, boos. Zij slaan tijdens het sparren om in 'emotievechten'. Dit wil zeggen dat emoties de overhand nemen en de jongeren minder gecontroleerd klappen uitdelen die erg hard zijn. Hierin verschillen ze duidelijk van de bewuste knockers. De jongeren zijn dan moeilijk te sturen met instructies. De jongeren hebben veel respect voor de trainers, zo lang de trainers hun talent en dromen kunnen steunen. Op het moment dat de jongeren voelen dat de trainers een andere visie hebben kan dit voor frictie zorgen. De loyaliteit van de jongeren richting de gym en trainers verkleint. Zo is een jongere tijdens het interview teleurgesteld. Hij vecht in de C-klasse en heeft een plan uitgedacht om de top te bereiken. Hierbij is het belangrijk dat hij snel doorstroomt naar klasse B en A. Om die reden is veel wedstrijden draaien belangrijk. De trainers vinden dat hij er nog niet klaar voor is. Voor deze jongere is dat lastig te accepteren. Hij heeft hierdoor een tijdje minder getraind bij de gym en is zelfs even overgestapt naar een andere gym. De drive en liefde voor de sport brengt de jongeren ver, maar er liggen ook een aantal valkuilen op de loer. Leren omgaan met tegenslagen, zoals verliezen tijdens een wedstrijd, verliezen tijdens een spartraining of een visieverschil met de trainer zijn hier voorbeelden van.

Wanneer wordt gekeken naar hoe het op verschillende leefgebieden gaat valt op dat er sprake is van zeer betrokken ouders. Ouders zijn betrokken bij de sport, leven mee, coachen de jongere richting trainingen en wedstrijden. Wanneer er periodes zijn dat de jongere minder gemotiveerd is voor kickboksen omdat het allemaal even te zwaar en/of te veel is, helpen ouders om toch door te gaan met trainen. School en de studieresultaten zijn belangrijk, maar lijken niet op nummer 1 te staan.

Eén van de jongere vertelt dat school met ups en downs gaat. Hij zorgt graag voor oproer in de klas. Er zijn tijden geweest dat hij vaak de klas werd uitgestuurd, omdat hij storend aanwezig was. Met enige regelmaat kwam hij in conflict omdat hij geen respect had voor de docenten. Dit gaat nu wat beter. Hij is nog steeds druk in de klas, maar iets rustiger. De jongere geeft veel voorbeelden van hoe hij docenten kon schofferen. Hij lijkt hier geen spijt van te hebben. Hij maakte veel gebruik van Instagram om filmpjes te posten om docenten 'te kakken' te zetten. In die periode kwam de jongere vaker in conflict ook op straat. Door fanatiek te trainen en voor de top te gaan is dit veranderd. Hij wil een voorbeeldfunctie zijn voor de trainers en de gym. Vechten op straat past niet binnen dit profiel. De meeste linke knokkers hebben een goed sociaal netwerk. Door de sport is er niet altijd tijd om af te spreken met vrienden en vriendinnen.

Opvallend is dat er jongeren tussen zitten met een zogenaamde rugzak. Jongeren met een verleden, problemen op school, problemen in het gezin, medische problemen (langdurige ziekenhuis bezoeken), maar ook jongeren waar veel instanties bij betrokken zijn geweest. Zo ook de jeugdbescherming. Jongeren met struggles die door de trainingen en het kickboksen een droom voor de toekomst hebben.

Tijdens de lockdowns kwamen de trainingen stil te liggen. De structuur van het sporten viel weg. Deze groep is blijven trainen op eigen initiatief. Er werd gewerkt aan de conditie, er werd rekening gehouden met een gezonde leefstijl. Ook werd er zonder toezicht getraind. Hier ligt een valkuil. Tijdens het zelfstandig trainen kan deze groep fysiek doorslaan. Er kan sprake zijn van een grenzeloos karakter, doorvechten en doorslaan tijdens het sparren. Het is belangrijk dat de trainers van de gym hier een standpunt over innemen. Ze zijn 'link' in de zin dat ze grenzeloos zijn in het vechten en er mogelijk problemen komen als deze grenzen niet worden bewaakt.

### *Onveilige knokkers bij Fight2Create*

Dit zijn de jongeren die snel boos worden en vaak op school, straat en/of thuis in conflict komen. Mogelijk zijn er problemen met problematisch middelengebruik. Ze hebben te maken met een, in meer of mindere mate, wankele en onveilige thuissituatie. Vaak is er sprake van een groot gezin waar mogelijk sprake is van huiselijk geweld, ouders die gaan scheiden of ouders die erg hoge verwachtingen hebben van hun kinderen. De ouders zijn

gevlucht voor een goede toekomst voor de kinderen en nu is het aan de kinderen om goed te presteren en geld te verdienen. Deze jongeren hebben vaak weinig vertrouwen in zichzelf en anderen. Er is weinig vertrouwen in de samenleving waarin ze opgroeien. Deze jongeren zijn gevoelig voor de verleidingen van de straat, zij zijn in aanraking gekomen met de politie en balanceren op een dunne lijn. De jongens zijn veelal op zichzelf aangewezen want er is geen steunend netwerk waarop zij kunnen terugvallen. Ze hebben weinig dromen en perspectief, maar willen wel graag goed geld verdienen. Ook hebben deze jongeren te maken met veel verschillende instanties zoals opvoedondersteuning, JPP, jeugdbescherming en de jeugdreclassering. Ze vinden kickboksen erg leuk, met name sparren, en trainen fanatiek mee, maar worden naast betere vechters in de gym ook betere vechters op straat omdat ze zich door het kickboksen zekerder zijn gaan voelen.

De onveilige knokkers trainen bij Fight2Create sinds de groep is opgericht. De jongeren zijn via school aangemeld of juist doordat ze eerder opvallend gedrag lieten zien op straat. Deze jongeren hadden in eerste instantie geen dromen of aspiraties met kickboksen, maar zij raken geïnspireerd en gemotiveerd voor de sport. De jongeren kijken op tegen de trainer en hebben respect voor hem. Hij fungeert als rolmodel voor de jongeren. Sommige krijgen daardoor een doel, een droom, zij hopen net als de trainer wereldkampioen te kunnen worden of professioneel vechter. De jongeren zijn serieus tijdens de trainingen en tonen inzet. De jongeren merken al snel dat zij zich sterk voelen door het kickboksen. Fysiek neemt hun conditie toe en ook mentaal voelen ze zich sterk, het zelfvertrouwen lijkt toe te nemen. Het is een sport waarmee zij aanzien krijgen op straat en op school. Naar mate de jongeren langer trainen lijken zij in een rustiger vaarwater te komen. In deze periode heeft de jongerenwerker een goed contact met de jongeren. Ze zijn in beeld, ze komen naar het jongerencentrum en een aantal van de jongeren doet mee aan diverse activiteiten van het jongerencentrum.

Een aantal jongeren zijn gevlucht uit Syrië zij hebben in hun land van herkomst veel verlies ervaren. Sommige hebben hun naasten zien sterven en anderen waren getuigen van bomexplosies. Door de oorlog in Syrië waren de meeste jongeren al op jonge leeftijd zelfstandig. Er was geen tijd en geld voor onderwijs, ze moesten als kind werken en soms kwam het voor dat zij zonder ouders moesten vluchten. Door een lange scheiding met ouders is het eenmaal verenigd hier in Nederland bij tijd en wijle wel even wennen: weer allemaal samen als gezin in een klein huis. Zowel de ouders als de kinderen zijn

getraumatiseerd. Soms wordt er afleiding gezocht door te blowen of juist te verdwijnen in de wereld van het gamen. Ouders betrekken bij de struggles die zij ervaren is lastig. Zo wordt tijdens een interview duidelijk dat een jongere een gebroken duim heeft, wat niet met ouders wordt gedeeld. Zo loopt hij lange tijd met een gebroken duim. Uiteindelijk gaat hij met de jongerenwerker naar het ziekenhuis.

De jongeren vertellen over zichzelf dat ze veel boosheid in zich hebben. De boosheid wordt soms weggelachen, maar het komt ook voor dat het uitloopt in conflicten met anderen. Deze jongeren vertellen dat er thuis conflicten zijn met hun ouders en dan vooral met de vaders. De relatie met hun ouders wordt verschillend beschreven. Zo vertelt de een dat er wel sprake is van een steunende relatie met ouders en de ander vertelt dat deze er niet is. De vaders kunnen heel boos worden en een aantal jongeren krijgt met regelmaat fysieke straffen. In de groep zit een jongere die door zijn verstandelijke beperking en taalbarrière moeilijk leerbaar en veranderbaar lijkt te zijn. Naar aanleiding van meerdere agressie-incidenten richting de groep en de jongerenwerker en trainer besluiten zij in gesprek te gaan met de jongere. De vechtpartijen en bedreigingen moeten stoppen. Nadat er verschillende gesprekken zijn geweest en het gedrag niet verandert, wordt de jongere een agressie-regulatietraining aangeboden. Uiteindelijk verwatert het geven van deze training mede door Corona en problemen op school, maar hij blijft welkom bij Figth2Create.

Bij een aantal jongeren gaat het naar omstandigheden goed op school. Zij zijn aanwezig en proberen de lessen met een positieve houding in de klas te volgen. Er zijn ook jongeren waarbij sprake is van een hoog schoolverzuim. De jongeren vinden het lastig om te luisteren naar mensen met gezag. Hierdoor komen zij met regelmaat in conflict met hun leerkracht. Soms wordt er gefantaseerd om een leerkracht te slaan. Dit is tot op heden niet gebeurd. Als uiting van woede vertelt een van de jongeren dat hij tijdens de lessen pennen kapot maakt. Tijdens de eerste gesprekken vertellen de jongeren dat zij school wel belangrijk vinden. Ze hebben geen droom, want daar geloven ze niet in. Durven dromen kan enkel tot teleurstellingen leiden. Er is wel een doel; zij willen hun diploma halen en geld verdienen. Ook willen ze wereldkampioen worden. De jongeren hebben vooral vrienden binnen de groep van Fight2Create. Het zijn jongens van de straat die snel in conflict komen met anderen en ook conflicten kunnen uitlokken. Toch geven de jongeren tijdens de eerste gesprekken aan dat het kickboksen ze heeft veranderd. Voordat ze trainten maakten ze



verkeerde keuzes. Soms werd iemand gebeld door vrienden dat er een knokpartij was. Vrienden helpen elkaar en dus helpen de jongeren door mee te vechten.

De jongeren voelen zich gedurende de eerste periode van het onderzoek beter sinds ze meetrainen. Er zijn belangrijke regels in de gym en het jongerencentrum; luisteren naar de trainer, respect hebben voor anderen, op tijd zijn en altijd je kleren bij je hebben. De jongeren vertellen dat ze vrolijker zijn, dat ze zich sterker voelen en dat hun zelfvertrouwen is toegenomen. Er wordt fanatiek getraind en de jongeren merken dat zij de oefeningen steeds beter kunnen volhouden. Eén van de jongeren is zelfs zo goed bezig dat de trainer en de jongerenwerker hem meer willen inzetten als rolmodel voor de groep. De jongeren zoeken tijdens de training bevestiging bij de trainer. Zo vertelt een jongere tijdens een training trots hoe hij een conflict uit de weg is gegaan in plaats van er op los te slaan. De jongeren zien de trainer als een echte vriend en de jongerenwerker als 'sportpapa'. De jongeren willen het goed doen voor de jongerenwerker hij doet namelijk alles voor ze. De jongerenwerker zorgt ervoor dat zij zich gezien voelen.

De jongeren doen niet snel een beroep op hun ouders en/of andere personen en dit wordt duidelijk zichtbaar door de opkomst van het Covid-virus en de verschillende lockdowns. De trainingen komen stil te liggen en de structuur van school, trainen en de activiteiten bij het jongerencentrum vallen weg. De jongeren zijn op zichzelf aangewezen en voor een deel van deze jongeren steken de verleidingen van de straat de kop op. De jongeren trekken naar het centrum en ontmoeten elkaar in parkeergarages. Er is sprake van beïnvloeding door slechte rolmodellen over en weer en hierdoor is er vermoedelijk een toename van middelengebruik (blowen en lachgas) en criminele verleidingen. De jongeren zijn niet open over hun situatie, maar de jongerenwerker treft de jongeren tijdens zijn wandelingen in de stad. Thuis lopen de spanningen op en hiermee zijn sommige thuissituaties steeds onveiliger. Een van de jongeren besloot vertier te zoeken op straat. Hij raakte betrokken bij de rellen in Den Bosch en hij kwam terecht in een netwerk waar hij veel geld kon verdienen op een illegale manier. Hij is *gesnitched* en zit nu thuis met een enkelbandje. Hij heeft ook nog een gevangenisstraf boven zijn hoofd hangen als hij zich niet aan de voorwaarden houdt. Hij heeft geen vertrouwen in anderen en staat er dan ook alleen voor. Zijn houding tegenover de jongerenwerker is ambivalent. Soms vervult deze voor hem een vaderrol soms is hij ook in hem het vertrouwen kwijt. De jongerenwerker blijft

contact zoeken ook als de jongere ongewenst gedrag laat zien of als hij zich een poosje niet laat zien.

Bij zowel de onveilige knokkers als linke knokkers is er een risico op externaliserend gedrag. Het kickboksen geeft ze zelfvertrouwen maar soms stappen ze over grenzen heen. Bij de onveilige knokkers is er geen steunend netwerk bij de linke knokkers is dat er wel maar begrenst dat netwerk soms onvoldoende. Beide groepen hebben een 'rugzak' en die lijkt wat zwaarder voor de onveilige knokkers. Beide groepen moeten goed begrensd worden door de trainers.

### **5.4.3 Afhaken**

#### *Bouncers bij Fighting Talents*

Deze jongeren kennen veel struggles in hun leven. Het merendeel van de jongeren kent ups en downs wat invloed heeft op hun gedrag en relaties met anderen. Dit is ook van invloed op hun schoolprestaties en schoolverzuim. Sommige jongeren zijn op zoek naar wat voor hen een reëel toekomstperspectief kan zijn, wat zich bijvoorbeeld uit in wisselende banen of opleidingen. Ze hebben allemaal te maken gehad met een indringende levensgebeurtenis zoals een scheiding van ouders, tiener vaderschap of andere gezinsproblematiek. Ze hebben weinig vertrouwen in zichzelf maar ook in anderen, waardoor ze problemen het liefst niet bespreken en zelf oplossen. Deze jongeren trekken zich makkelijk terug en staan wat op de achtergrond in de gym. De relatie met de trainers en of jongerenwerker geeft de jongeren het gevoel dat ze gezien worden en er mogen zijn. Kickboksen is een manier voor hen om af te reageren en het geeft ze meer zelfvertrouwen.

Ook deze jongeren zijn al op vrij jonge leeftijd begonnen met kickboksen net als de bewuste knokkers die we als eerste bespraken. De een vanwege een familielid of vriend die de jongere meenam en een ander vanwege ouders die het wel een goed idee vonden om te leren kickboksen zodat hun kinderen op straat niet meer in de problemen zouden komen. Kickboksen is voor hen echt een uitlaatklep waardoor ze emoties waar ze niet over kunnen praten kwijt kunnen. Ze zitten al jaren in de kickbokswereld en de sport betekent veel voor ze. Het biedt ze naast structuur ook een fijne stabiele omgeving. De jongeren zijn op verschillende manieren bij de gym binnengekomen. De ouders staan wel achter het kickboksen, maar zijn niet zo betrokken dat ze trainingen of wedstrijden bekijken.

Deze jongeren hebben de afgelopen jaren meerdere malen op verschillende vlakken struggles ervaren. Met name op het gebied van de thuissituatie vertonen ze veel overeenkomsten. Ze komen vrijwel allemaal uit een gebroken gezin en hebben veel ruzies thuis meegemaakt. Vanaf jongs af aan zijn zij de nodige hobbels tegengekomen in hun leven. Ze zijn introvert en vinden het moeilijk om over hun emoties te praten met anderen en houden dan ook liever problemen voor zichzelf. Ze zijn dan ook snel neerslachtig of somber. Met vrienden delen ze alleen leuke dingen. In moeilijke tijden zijn ze er voor zichzelf achter gekomen wie er echt voor hen klaar stond en dat waren maar weinig mensen. Het vertrouwen in anderen is daarom dan ook laag. Ze hebben dus een klein netwerk en ervaren weinig steun van anderen. De schooltijd hebben ze meer als verplicht ervaren dan leuk. Verveling, stil moeten zitten, geen geduld hebben en conflicten met andere klasgenoten of docenten zijn de gedachtes die naar boven komen als je de jongeren naar hun schooltijd vraagt. Wel zagen ze allemaal het belang van het halen van school. Inmiddels werken er een aantal al en zij werken erg hard, ook al is het misschien nog niet helemaal wat ze leuk vinden om te doen. Wel vinden ze het lastig welke studie ze willen doen hebben ze wisselende banen.

Onder deze groep valt ook een vrouwelijke jongere. Tijdens een gesprek vertelt ze over hoe ze is gevormd en opgegroeid. Ze komt uit een gezin met twee oudere broers. Haar zussen wonen op zichzelf en hebben kinderen. Haar ouders zijn op jonge leeftijd uit elkaar gegaan, sindsdien wordt ze opgevoed door haar moeder. Binnen haar gezin is haar oudste broer het hoofd van het gezin. Hij bepaalt wat zij als jongste van het gezin wel en niet mag. Dit heeft voor de nodige strijd binnen het gezin gezorgd. Ook buiten het gezin kwam ze met regelmaat in de problemen. Op school had ze vooral problemen met gezag en motivatie. Ze weet nog steeds niet goed wat ze nou echt zou willen voor haar toekomst. Wel weet ze dat ze de top wil bereiken met kickboksen. De sport hield deze jongere op het rechte pad. De trainers wilden de jongere leren met tegenslagen om te gaan. Als dat haar niet goed lukte op de training werd ze tegenover de sterkste vechter gezet om voor publiek (de hele groep) te sparren. Mede door de lockdown is ze uit beeld verdwenen. De trainers hebben wat geruchten opgevangen dat het niet goed gaat en dat ze verkeerde keuzes aan het maken is.

Corona heeft een duidelijke impact gehad en nog steeds op deze jongeren. Ze laten zowel internaliserend als externaliserend gedrag zien, maar vooral het internaliserende gedrag leidt tot de meeste problemen. Met het wegvallen van de sport is een fijne

structuur weggevallen. Het fit blijven werd een zware opgave. Waar de een zich nog wel kon motiveren om een aantal weken met vrienden te gaan wielrennen of hardlopen, beschreef een ander het als een tijd waarin hij zich depressief voelde en aankwam in gewicht. Ook het contact met anderen verschilde erg per jongere. Sommigen hadden nog wel contact met de trainer en hebben dit als erg prettig en motiverend ervaren. Voor anderen stopte het contact, mede omdat ze zelf geen contact opnamen, maar ook omdat de trainer niet eens in de zoveel tijd checkte hoe het met ze ging. Dit is als een teleurstelling ervaren. Het gevaar bij deze groep is dan ook dat deze jongeren snel op de achtergrond verdwijnen zodra de aandacht voor hen wat minder wordt.

### *Onzekere loners bij Fight2Create*

Dit zijn jongeren waarbij internaliserende problematiek meer op de voorgrond staat. De jongeren komen regelmatig somber en neerslachtig over. Soms hebben ze een grote mond, maar eigenlijk zijn ze erg onzeker en eenzaam. Opvallend is dat deze jongeren geen steunend netwerk hebben waarop zij terug kunnen vallen. De jongeren hebben in het verleden traumatische levensgebeurtenissen meegemaakt. Een aantal van de jongeren is gevlucht en bij een aantal jongeren is er sprake van een complexe thuissituatie waarbij sprake is van huiselijk geweld. Daarnaast is er vermoedelijk sprake van een lichtverstandelijke beperking en speelt voor een deel van de jongeren een taalbarrière mee. Ze zijn wel gedreven als ze aanwezig zijn op de trainingen, maar kunnen een training ook makkelijk laten schieten als er iets tussenkomt. Ze vallen een beetje buiten de groep in de gym en hebben niet de ambitie om prof te worden of wedstrijden te boksen. Ze hebben wel een toekomstbeeld wat ze zouden willen, maar zitten in zo'n onzekere situatie dat ze niet weten hoe ze dat moeten bereiken. Voor deze jongeren is er vaak al veel hulpverlening betrokken.

Dit is een gemêleerde groep. Een deel traint bij Fight2Create sinds de start. Anderen zijn later ingestroomd. Ook zijn er jongeren die zijn gestopt met trainen. Deze jongeren zijn via school aangemeld of ze waren al bekend bij het jongerenwerk en zichtbaar in de wijk of op straat. De jongeren wisten bij aanvang nog niet veel over kickboksen. De sport heeft de jongeren geraakt en voor het merendeel is het trainen belangrijk. Op een enkele uitzondering na hebben deze jongeren niet zo zeer talent voor de sport. Ze hebben niet zozeer een droom om wereldkampioen te worden. Wel fungeert kickboksen en trainen als

uitlaatklep. De trainer heeft aanzien bij de jongeren en zij willen het dan ook graag goed doen. Tijdens de lessen zijn ze wat op de achtergrond. Ze nemen de instructies serieus en proberen de oefeningen en combinaties zo goed mogelijk uit te voeren. Soms maken zij zich zichtbaar door wat grappen te maken in de groep.

Door alle problemen die er spelen bij deze jongeren zijn zij zeer wisselend aanwezig tijdens de trainingen. Sommige jongeren komen zonder afmelding niet naar de training, anderen zitten tijdens een training toe te kijken, omdat ze zich niet goed voelen. De jongerenwerker probeert de jongeren te motiveren door ze hulp te bieden, door in contact te blijven en de jongeren thuis op te halen. Soms helpt dit de jongeren. Deze jongeren profileren zich minder zichtbaar via Instagram dan andere jongeren van Fighth2Create. Gedurende de hele looptijd van het onderzoek, zo'n twee jaar, blijft de aanwezigheid en motivatie fluctueren.

Bij deze jongeren kan er sprake zijn van een wat hoger schoolverzuim, maar zij uiten emoties op een andere manier dan de onveilige knokkers en linke knokkers die hierboven. Ze hebben een zeer beperkte vriendengroep en ze komen minder snel in conflict met anderen. Deze jongeren trekken zich juist terug wanneer stress, spanningen in de privésituatie toenemen. De jongerenwerker heeft bij een aantal jongeren wel wat zorgen over de beïnvloeding van anderen. Doordat ze eenzaam zijn worden ze ook kwetsbaar. Er zijn vermoedens of zorgen over mogelijk jongensprostitutie, overgewicht, schoolverzuim of ander schadelijk gedrag voor henzelf. Zorgen over risicovol gedrag ten aanzien van criminaliteit staan minder op de voorgrond.

Ook voor deze groep geldt: "Je praat niet met anderen over je eigen sores, iedereen heeft eigen problemen dus je lost het zelf op." Kortom een gesprek over hun thuissituatie verloopt moeizaam. Er is sprake van een laag zelfbeeld en er is weinig vertrouwen in anderen. Het sociale netwerk van de jongeren is klein en het gezin waarin zij opgroeien kan hen niet de steun bieden die zij nodig hebben. Eén van de jongeren is alleen naar Nederland gevlucht zonder dat hij hier iemand kende en kwam terecht in een pleeggezin met behulp van zijn voogd die werkzaam is bij Nidos. Zijn onzekere toekomst maakt dat hij niet echt durft na te denken over zijn perspectief. Hij zit al lange tijd in een asielzoekersprocedure en de interviews die hij met de IND moet voeren maken hem bang, somber en onzeker. Hij wil wel hulp, maar weet niet goed wie hem kan helpen. Deze jongere komt niet in conflict met anderen, hij heeft een duidelijk beeld over respect, goede vrienden en hoe hij een goed

leven zou willen vormgeven. Om die reden gaat hij altijd naar school en probeert hij zo goed mogelijk te leren. Zijn vrienden kent hij via school en Fight2Create. Soms trekt hij veel met zijn vrienden op. Hij vindt dat zijn vrienden soms respectloos zijn naar anderen, naar leerkrachten, naar meisjes of op straat. Zodra hij dit ziet gaat hij weg uit de situatie. Een van de andere jongeren laat tijdens de gesprekken voor het onderzoek weinig los. Ook bij de jongerenwerker, trainer en de JPP-ers vertelt hij weinig over zijn thuissituatie. Er zijn periodes dat hij niet meer thuis wil wonen, hij weet alleen niet goed hoe hij op eigen benen kan staan. Hij vertelt dat zijn moeder hem soms kan helpen, maar zijn vader niet. Hij is een strenge vader en denkt negatief over hem.

Mede door de opkomst van het Covid-virus raakt een deel van deze jongeren uit beeld. Een enkeling blijft in contact met de jongerenwerker. Een deel van de jongeren heeft wel het voornemen om weer te komen trainen zodra dit weer mag en kan. Ze lijken op de bouncers. Emoties slaan naar binnen (internaliserend), leiden tot angsten en depressieve gevoelens en een laag gevoel van eigenwaarde. De sport is voor deze groep minder belangrijk dan voor de bouncers. Bij deze twee groepen zitten de meeste afhakers. Misschien heeft het kickboksen te weinig te bieden om veerkracht bij internaliserende problematiek te vergroten.

## Hoofdstuk 6: Free2Move in Zwolle

### 6.1 De locatie

#### 6.1.1 Lokale problematiek van Zwolle Aalanden

Aan het project 'Vechtende Jongeren' neemt het jongerencentrum Free2Move uit Zwolle deel. Een jongerencentrum met vrije inloop, geen vaste trainingsmomenten, waar jongerenwerkers werken en geen trainers. Het is dus geen vechtsportschool. Er is wel de mogelijkheid om op de mat te staan en te (kick)boksen. Jongeren kunnen er ook fitnessen, gamen, chillen of gewoon langskomen. Kickboksen is een kleur op het palet van Free2Move. Niet alle jongeren komen om te boksen, ze komen bijvoorbeeld 'gewoon' om te sporten, maar ook om aan persoonlijke doelen werken.

Het jongerencentrum Free2Move is gelegen in Zwolle. Sinds 2011 bestaat de naam Free2Move, voorheen stond het bekend als het Aa-huis. In de volksmond en bij de 'oude garde' jongeren wordt Free2Move nog steeds Aa-huis genoemd. Het is onderdeel van welzijnsorganisatie Travers Welzijn. In eerste instantie is het jongerencentrum een ontmoetingsplek, bij binnenkomst springt dan ook de bar direct in het oog. Sport en lifestyle is het thema in het jongerencentrum. In de hoofdruimte ligt een vechtsportmat op de vloer, dit is de dojo, ook is er een fitnessgedeelte waar jongeren kunnen sporten. Bij Free2Move werken momenteel twee jongerenwerkers (Patrick & Elwin), daarnaast is er ook een vaste vrijwilliger (Ad). De jongerenwerkers zetten vooral in op individuele begeleiding en coaching van jongeren. In het jongerencentrum is vechtsport dus niet zozeer de context, maar één van de activiteiten die jongeren kunnen ondernemen. Sport wordt er ingezet voor 'vechtende jongeren'. Vechtsport is dus een onderdeel van de context sport, één van de activiteiten in het pedagogische sportklimaat. Bij Free2Move komen jongeren fysiek in contact met elkaar, maar niet in de vorm van lessen.

Het jongerencentrum Free2Move bevindt zich in de wijk Aa-landen. Deze wijk ligt ten noorden van de snelweg A28 die dwars door Zwolle loopt. De Aa-landen is op te delen in vier buurten Aa-landen-noord, -oost, -zuid en -west. Free2Move bevindt zich in Aa-landen-zuid. Centraal in de wijk is een winkelcentrum. De wijk is in de jaren '60 en '70 gebouwd. Kenmerkend voor deze wijk is dat er weinig hoogbouw is en er een groenstrook midden door de wijk loopt. Hierdoor wordt deze wijk ook wel de 'groenste van Zwolle' genoemd. De

weinige hoogbouw bevindt zich nabij het jongeren centrum. In het oog springen dan ook de flats met 10 verdiepingen in de buurt Aa-landen-zuid aan de Spui en de Gouwe. In deze laatstgenoemde straat bevindt zich het jongeren centrum. Aa-landen-zuid bevindt zich tussen twee grote wegen in, de snelweg A28 en de Zwartewaterallee. De buurt wordt hierdoor gescheiden van de andere buurten. In de buurt Aa-landen-zuid zijn wel veel grasstroken, bomen en struiken te vinden. Ook rondom het jongeren centrum is veel groen, ten westen van het gebouw ligt een grasveld. Het eerste bezoek aan de wijk liet wel een indruk achter bij de onderzoeker. Bij het binnenfietsen van de wijk stond een onverzorgde ogende man met zijn gezicht naar de straat toe wild te plassen. Echter oogt de buurt wel rustig en heeft de onderzoeker dergelijke gebeurtenissen niet vaker meegemaakt in de wijk. De buurtbewoners zijn vriendelijk en de wijk oogt rustig.

In de totale wijk kent in 2020 13.320 inwoners. De buurt Aa-landen-zuid is het oudste gedeelte van de wijk en heeft anno 2021 2.195 inwoners. Het gemiddelde inkomen per inwoner in de buurt zuid is €20.500. Het gemiddelde inkomen van de overige buurten ligt hoger, namelijk tussen de €23.000 en €24.200. Daarnaast is 69% van de woningen een huurwoning en 30% van de inwoners heeft een migranten achtergrond. De laatste vijf jaren worden er zo'n 75 misdrijven geregistreerd in de buurt Aa-landen-zuid door de politie (Allecijfers.nl, 2021). Kijkend naar de criminaliteit per 1000 inwoners in de buurt Aa-Landen-Zuid dan blijkt vernieling (7 keer) het meest voor te komen, gevolgd door geweld en seksmisdrijven (4 keer) en diefstal (2 keer). De criminaliteitscijfers in de wijk Aa-landen, dan liggen deze lager per 1000 inwoners. Vernieling en gewelds- en seksmisdrijven komen 4 keer voor per 1000 inwoners en diefstal 3 keer (allecijfers.nl, 2021).

Volgens het onderzoeksrapport van Beke (Wolsink et al. 2021) groeien jongeren in Zwolle steeds vaker op in complexe gezinssituaties, verlaten ze vroeger het onderwijs of krijgen weinig aandacht van ouders. Dit kan een reden zijn voor de aantrekkingskracht van antisociale verleidingen, zoals de criminaliteit. Jongeren die het jongeren centrum bezoeken komen niet alleen uit de wijk Aa-landen, maar ook uit omliggende wijken zoals Holtenbroek, Diezerpoort of Stadshagen. Toch is het aantal overlast meldingen in Zwolle is in de periode 2012-2019 gelijk gebleven en er vond een daling plaats op het gebied van cijfers over jeugdcriminaliteit (Wolsink et al., 2021). Echter is er wel verharding van de criminaliteit te zien en zijn jongeren vaker betrokken bij geweld of drugscriminaliteit (Wolsink, et al., 2021). En in de bovengenoemde wijken is het risico op crimineel gedrag het grootst. In en rondom



de wijken Holtenbroek en Stadshagen woedt sinds 2016 een heuse 'onderwereldoorlog' om de leidende positie in de drugsmarkt (Meerbeek, 2021). Diverse kopstukken zijn ondertussen opgepakt en worden vervolgd. Op het hoogtepunt vonden er in 2019 (mislukte) liquidatiepogingen plaats en waren er autobranden, gijzelingen en mishandelingen. Omdat veel jongeren die Free2Move bezoeken uit deze wijk komen, kennen velen de hoofdrolspelers. Er zijn zelfs jongeren (in)direct betrokken in deze drugoorlog. Omdat er een aantal jongeren direct (zoals de verdachte of familieleden) of indirect (ze kennen de verdachte(n)) veel van deze onderwereldoorlog weten, maken de jongerenwerkers zich wel zorgen.

### **6.1.2 De geschiedenis van Free2Move**

Jongerenwerker Patrick van Neerden leidde in Zwolle-Zuid een weerbaarheidsproject, het dojo project, waar vechtsport centraal stond (Deswollenaer, 2011). Jongeren werden niet getraind tot vechtsporter, maar ze leren door vechtsport rekening te houden met elkaar. In 2011 verhuist het project met jongerenwerker Patrick als grondlegger naar het Aa-huis in de wijk Aa-landen. De naam van het jongerencentrum Aa-huis verandert en wordt Free2Move, een jongerencentrum waar sport en lifestyle het centrale thema is. In het jongerencentrum Free2Move is sport een middel waarmee jongerenwerkers in gesprek willen komen met jongeren. Dit kan zowel letterlijk door te fitnessen of door vechtsport, maar ook door het FIFA spel op de PlayStation of een potje schaak. Formele trainingen worden er niet gegeven. Activiteiten die geboden worden, zijn veelal op initiatief van jongeren zelf. Jongerenwerker Elwin werkte als beheerder in het Aa-huis en is daarna ook opgeleid tot jongerenwerk. Samen leiden Patrick en Elwin het jongerencentrum.

Waar het weerbaarheidsproject in Zwolle Zuid grote groepen jongeren aantrok en het niet vreemd was als de mat vol stond en er meer dan 150 jongeren op een avond kwamen, wordt de grootte van de groep bezoekers die vechtsport beoefent kleiner bij Free2Move. Patrick geeft hierover aan dat hij bij de start van het initiatief ook vooral zelf wilde laten zien wat hij kon. Tevens was zijn visie toentertijd dat jongeren leren om rekening met elkaar te houden door middel van vechtsport. Gaandeweg verandert zijn pedagogische visie hierop. Volgens Patrick kan vechtsport nog steeds van waarde zijn voor een jongere, maar de wijze waarop vechtsport aangeboden wordt en door wie vechtsport aangeboden

wordt is hierin leidend. Naast dat zijn visie op de pedagogische waarde van vechtsport verandert, verandert ook de wijze waarop de jongerenwerkers van het jongerencentrum Free2Move omgaan met jongeren. Er komt steeds meer ruimte voor individuele gesprekken en begeleiding en aanbod op initiatief van de jongeren zelf. Ook is vechtsport niet meer de hoofdactiviteit in het jongerencentrum, maar één van de vele kleuren die het pallet Free2move kleuren. Vechtsport, fitness, tafelvoetbal, kaarten, dammen, schaken, samen eten of gewoon samen koffie drinken aan de bar het kan allemaal gebeuren op een avond in het jongerencentrum.

Naast dat Patrick en Elwin het jongerencentrum leiden als jongerenwerkers, is vrijwilliger Ad ook één van de bekende gezichten in het jongerencentrum. Daarnaast wordt de ruimte in het jongerencentrum ook beschikbaar gesteld voor bijvoorbeeld zzp-ers. Zo geeft een personal trainer geeft er training. Dit is een volwassene die zelf het jongerencentrum als jongere altijd bezocht heeft. Hij verzorgt vechtsport en fitnesstrainingen verzorgt.

### **6.1.3 Het gebouw**

Free2Move is gevestigd in een oud schoolgebouw, te zien aan de grote rechthoekige vormgeving. Grote rechthoekige ramen en een lege sporthal naast het gebouw en een klein pleintje voor het gebouw. Naast dat het gebouw een jongerencentrum huisvest, is er (aan de linkerkant) ook een peuteropvang. De hoofdingang bevindt zich rechts, op de gevel staat zowel het logo van Travers Welzijn als 'JC Free2Move'. Jongeren en andere bezoekers komen via een klein halletje in de centrale ruimte van het jongerencentrum (360-tour door F2M). De grote bar springt direct in het oog. De ene helft van deze ruimte is een ontmoetingsruimte. Hier bevindt zich de bar met barkrukken, waaraan jongeren kunnen zitten.

Hier wordt koffiegezet, water getapt en kunnen frisdrank en candybars gekocht worden. Daarnaast is hier ook de muzieklaptop en een PlayStation, waarop het voetbalspel FIFA gespeeld kan worden. Dit spel wordt op een groot scherm achter de bar op de wand geprojecteerd. Aan de andere kant van de grote ruimte is een zit- en eethoek. 's Avonds wordt hier ook gegeten. Aan de muur hangen posters met inspirerende teksten in het Nederlands en hangt een schilderij dat door Ad geschilderd is.

De andere helft van de ruimte is de dojo, waar jongeren op de mat kunnen trainen. Ook hier hangen aan de muren links en rechts grote blauwe posters met ook hierop inspirerende teksten zoals “strijd niet tegen, maar met elkaar” en “als je meer vertrouwen wilt ervaren, vertrouw dan meer op jezelf”. De mat beslaat een groot deel van de grote ruimte en markeert de scheiding tussen ontspanning en (sportieve) spanning.

Links van deze grote ruimte is een gang naar het kantoor en kleedruimte. Het kantoor is een ruimte waar gewerkt kan worden, maar waar ook (in)formele gesprekken plaatsvinden. Ook deze ruimte kent vrije inloop, maar wanneer jongerenwerkers in gesprek zijn met een jongere, dan wordt vaak vanachter het glas van de deur wel even toestemming gevraagd om binnen te komen. Achter de grote ruimte aan de barzijde is een fitnessgedeelte. Hier kunnen jongeren fitnessen met diverse apparaten en gewichten. Er is ook een kleine ruimte met bokszakken, waar jongeren zelfstandig kunnen kickboksen op de bokszakken. Aan de achterzijde, buiten, staat een picknicktafel waaraan gezeten kan worden.

#### **6.1.4 De bezoekers**

Er komen veel bezoekers van jong tot oud. Dit zijn enerzijds jongvolwassenen tot ongeveer 30 die in hun tienerjaren bezoekers van het jongerencentrum waren. Anderzijds zijn het buurtbewoners (30+) die komen om te fitnessen. De meeste jongeren die in het jongerencentrum komen zijn tussen de 18 en 22 jaar oud. Bijna alle bezoekers zijn van het mannelijke geslacht. Er komen niet veel meiden. Uit gesprekken met de jongerenwerkers blijkt dat de eerdere stagiaires vooral jongens waren met affiniteit met kickboksen. Dit trekt meer jongens aan. Gedurende het onderzoeksproject waren er vooral vrouwelijke stagiaires. Hier hebben de jongerenwerkers bewust voor gekozen om een andere doelgroep aan te trekken: meer jongens en meiden die niet perse hoeven te kickboksen. Uit gesprekken met de jongerenwerkers blijkt dat dit misschien een reden is waarom het extra rustig was in het jongerencentrum in het najaar en in de winter van 2020. Dit is normaal al een rustige periode, maar nu waren er nauwelijks jongeren op de mat aan het sporten. Eind februari werd het wel weer drukker op de mat, maar toen in maart 2020 de wereldwijde Coronapandemie toesloeg, mocht er niet meer gesport worden en was het jongerencentrum een aantal weken gesloten. De stagiaires zijn studenten (mbo en hbo) die een opleiding in

het sociale domein volgen, zoals social work. Ook jongeren die vaste bezoekers zijn, kunnen aangenomen worden als stagiair(e). Jongerenwerkers proberen deze jongeren zo aan het jongeren centrum te binden.

### **6.1.5 De trainers/jongerenwerkers en de groepen**

Er werken twee jongerenwerkers in het jongeren centrum, dit zijn Patrick en Elwin.

Daarnaast is Ad als vaste vrijwilliger betrokken in het jongeren centrum. Ad kende Patrick uit het verleden en vroeg of hij iets in het jongeren centrum kon betekenen. Ad heeft ervaring met boksen en staat hij ook regelmatig met handpads op de mat als sparringpartner voor jongeren. De keuken is vooral het domein van Ad en hij zorgt dan ook voor het avondeten voor jongerenwerkers en de vaste groep jongeren (cultuurdragers). Ook jongeren bij wie het (avond)eten thuis niet standaard klaarstaat zijn welkom om aan te sluiten bij het avondeten. Wanneer de jongerenwerkers of Ad erachter komen dat een jongere al een dag niet gegeten heeft, dan wordt de jongere uitgenodigd voor het avondeten, ongeacht of er voor diegene gekookt is. Dit illustreert Free2Move, waar iedereen welkom is.

Het jongeren centrum is op dinsdag, woensdag en donderdag geopend. In de middag zijn het vooral de jongerenwerkers en Ad die aanwezig zijn. Er kunnen dan ook jongeren langskomen voor individuele gesprekken. Elwin en Patrick wisselen elkaar af. Op dinsdag werkt Patrick, op woensdag Elwin en op donderdag zijn ze er beiden. Wat het jongeren centrum typeert is dat er een hele ongedwongen en open sfeer is, waarbij iedereen gelijk is. De jongerenwerkers, Patrick en Elwin, dwingen respect af met hun houding en handelen. Beiden hebben een vechtsportachtergrond.

Er zijn jongeren die komen om te 'chillen', zij spelen vooral FIFA-games en af en toe komen ze fitnessen of ze slaan tegen een bokszak. Er zijn de fitness jongeren, zij komen om te trainen in het fitnessgedeelte. Hierbinnen vallen zowel jongeren als volwassenen (30+). Volwassenen komen vooral om te fitnessen. Er komen ook jongeren om te (kick)boksen. Hierin een splitsing tussen jongeren die vooral zelf bezig zijn in de kleine ruimte en jongeren die op de grote mat staan en willen sparren. In beide groepen zitten serieuze sporters en recreatieve sporters. Er is nog één kleine groep vechters die serieus bezig is met kickboksen en ook willen trainen in een gym. Er zijn geen lessen op vaste tijden, jongeren komen wanneer ze willen en geven aan of ze willen trainen. Er zijn een aantal jongeren die erover

nadenken om bij een kickboksschool lessen te nemen, omdat ze richting de wedstrijd sport willen. Ook is er een combigroep van jongeren die zowel kickboksen als fitnessen. Er is dus niet één homogene groep jongeren die in het jongerencentrum komt en door de vrije inloop is iedere avond uniek.

Daarnaast zijn een aantal jongeren 'cultuurdragers' van het jongerencentrum. Dit zijn vaak jongeren die als voorbeeld voor anderen gelden, omdat ze bijvoorbeeld dingen meegemaakt hebben of omdat ze vaste bezoeker zijn en positieve invloed hebben op andere jongeren. Wanneer de jongerenwerkers merken dat jongeren worstelen met enerzijds studie en werk en anderzijds verleidingen zoals snel geld verdienen, dan kunnen ze ook als stagiaire verbonden worden aan het jongerencentrum. De stage is dan niet zozeer inhoudelijk gekoppeld aan de opleiding (bijvoorbeeld een jongeren die een ICT-opleiding volgt), maar wel op het vlak van persoonlijke ontwikkeling. De jongerenwerkers proberen met gesprekken deze jongeren te steunen en ze bewust te maken van keuzes waar ze voor staan.

## **6.2 De trainer/jongerenwerker**

### **6.2.1 Persoonlijke geschiedenis en vechtsportverleden**

Patrick van Neerden komt oorspronkelijk uit Amsterdam en is na zijn vroege jeugd op Texel in Zwolle komen te wonen. Via Judo is hij in aanraking gekomen met andere vechtsport. Hij bleek een talentvol vechtsporter te zijn en is een aantal keer Nederlands kampioen geworden en heeft een aantal Europese titels gewonnen. Dit was in het semi-contact vechten, later stapte hij over op full contact kickboksen en stapte hij het professionele circuit in. Naast Europese ervaring in het kickboksen heeft Patrick ook in het buitenland gewoond (Japan, Korea en Manchester). "Periodes alleen in het buitenland hebben mijn zelfvertrouwen vergroot en me geleerd dat ik in diverse omstandigheden mijn hoofd boven water kon houden. Wedstrijdsport en de training die daarvoor nodig is in combinatie met reizen en verblijf in het buitenland hebben me gevormd en veerkrachtig gemaakt." Na zijn vechtsport carrière en zijn studie toegepaste psychologie is Patrick in de jaren '90 begonnen bij Travers Welzijn als jongerenwerker met een vechtsportproject voor jongeren in Zwolle Zuid. Het was niet ongebruikelijk dat er 150 jongeren per avond het jongerencentrum bezochten om mee te doen of om te kijken. Jongeren kwamen op eigen initiatief en Patrick stond vooral op de mat. Het was een soort sportinstuif op vechtsportgebied. Jongeren

sportten individueel, met een maatje of volgden een training met Patrick. Omdat er veel jongeren kwamen, was het meer sporten dan jongerenwerk waar hij nu mee bezig is. Hij vertelt dat hij een jaar of vijf zo “aan het prutsen” is geweest. Onbewust stuurde hij het proces in het kader van groepsdynamica, ervaren jongens koppelen aan minder ervaren jongen en ging bijvoorbeeld op onderzoek uit naar de redenen waarom jongeren blijven komen. Ondertussen sportte hij zelf fanatiek mee met de jongens op de mat. Ongeveer tien jaar geleden kwam hij in het jongerencentrum aan de Gouwe (Free2Move) terecht. Hier voelde hij een grote verantwoordelijkheid om het project levend te houden. Waar het eerst een vechtsportproject was, werd het later meer een weerbaarheidsproject en nu bij Free2move is het sport en lifestyle. De jongerenwerkers zetten in op individuele begeleiding en coaching van jongeren om te kijken wat hun verhaal is en hoe zij de jongeren kunnen ondersteunen. “Hierdoor is het vechtsportgedeelte naar de achtergrond verdreven, maar vechtsport kent hele mooie elementen die je kunt inzetten als coaching instrument.”, aldus Patrick. Bij de paragraaf didactiek en communicatie komen we daar nog op terug.

Elwin van den Beld is na zijn schaats- skeelercarrière via werkzaamheden in sportscholen in aanraking gekomen met vechtsporten, zoals Braziliaans jiu-jitsu en taekwondo. Ook met een voorloper van het kooivechten. Sportscholen organiseerden onderling toernooien en Elwin werd op een moment gevraagd om mee te doen. Dit waren toentertijd illegale gevechten. Elwin vertelt dat hij meer affiniteit heeft met taekwondo en kooivechten dan met (kick)boksen. Hij voelt zich beperkt met handschoenen: “Ik wil iemand kunnen vasthouden en breken.” Kickboksen heeft voor zijn gevoel meer beperkingen. “Kooivechten is dynamischer, er mag meer.” Elwin heeft jarenlang als portier aan de deur gestaan bij een studentenkroeg in Zwolle. In deze periode leerde hij de ‘straatboefjes’ van Zwolle kennen, de vechters. Omdat hij ze leerde kennen en ze hem respecteerden kon hij ze toelaten in de kroeg, zonder vechtpartijen. Deze jongeren verdedigden hem zelfs wanneer hij zelf uitgescholden werd aan de deur. Op een gegeven moment is hij bij Travers Welzijn gaan werken. Eerst als beheerder van een aantal van de gebouwen, later als jongerenwerker. Toen leerde hij beter te kijken: “Hoe kan ik de ander beter maken met hetgeen wat ik weet.” Hij kwam dus bij Patrick terecht en bij het Aa-huis, later Free2Move. Veel van de ‘straatboefjes’ kwamen hier ook en herkenden hem dus. Hij had al een band met veel jongeren. De jongens respecteerden hem door zijn werk als portier. Daarnaast herkent hij zich in de doelgroep, hij was ook niet zo dol op school en kende zijn struggles. Hij liet zich

niet door anderen vertellen wat hij moest doen en trok liever zijn eigen plan. Uiteindelijk heeft hij van zijn hobby zijn werk kunnen maken, door middel van bewegende mensen coachen.

### **6.2.2 Interactie sport en leefwereld**

Het sporten interacteren met andere leefwerelden van de jongeren. Dat wat thuis, op school en op straat gebeurt komt ook tot uiting in het jongeren centrum. Jongeren die het jongeren centrum bezoeken komen veelal activiteiten doen. Voor de ene jongere zal dit het (kick)boksen op de mat zijn, voor een ander fitness en breder worden en weer voor een ander schaken, dammen of op de playstation spelen. Voor veel jongeren geldt dat het jongeren centrum een 'veilige haven is'. Een plek waar ze even iets anders kunnen doen of hun hobby kunnen beoefenen. Wanneer ze zich veilig genoeg voelen kunnen ze de problemen die zij ervaren in hun leefwereld met de jongerenwerkers bespreken. Problemen op straat, school of bijvoorbeeld thuis. Ray is bijvoorbeeld erg verslavingsgevoelig en zegt dat hij ook regelmatig met verkeerde dingen bezig is en was. Ray is erg klein, niet groter dan 1,65m. Vroeger was hij naast klein ook smal. Hij heeft letterlijk moeten opboksen tegen anderen, dit heeft hem ook gevormd. Hij wilde dus gaan trainen. Dit heeft hij goed opgepakt, maar hij gebruikt ook middelen zoals sportsupplementen die niet legaal zijn en hij blowt veel. Patrick en Elwin veroordelen hem niet maar gaan met hem dan het gesprek aan over de keuzes die hij maakt. Ze accepteren zijn keuzes maar zullen ingrijpen wanneer hij dit opdringt of promoot aan anderen. Typerend in zo'n situatie is dat Patrick het gesprek aan gaat en Elwin hem zal confronteren, maar beiden met het doel een spiegel voor te houden: "waarom hij deze middelen gebruikt, wat hij wil bereiken en waarom hij het anderen aanbeveelt (en of dit dan goed is)".

Jongerenwerkers richten zich vooral op de jongeren in hun werk. Ouders zijn niet direct betrokken, maar passend bij het opendeurbeleid waarin iedereen welkom is in het jongeren centrum, zijn ook ouders welkom in het jongeren centrum. Niet alle ouders van jongeren komen in het jongeren centrum. Wanneer een ouder wil weten wat er gebeurt in het jongeren centrum worden ze uitgenodigd. Af en toe komen ouders om de hoek kijken uit nieuwsgierigheid of om een gesprek met één van de jongerenwerkers aan te gaan over wat er gebeurt in het jongeren centrum. Jongerenwerkers hebben zelf niet direct contact met

ouders, ze focussen zich vooral op de jongeren, maar staan open om ouders uitleg te geven. Wanneer het Ardennenkamp eraan zit te komen, vraagt een ouder een gesprek aan met jongerenwerkers. Omdat haar zoon een beperking heeft, wil ze weten of het veilig is om mee te gaan of hij wel goed opgevangen gaat worden. Ze wordt uitgenodigd via haar zoon om langs te komen. Een bewuste zet van de jongerenwerkers om haar tijdens een avond langs te laten komen om in gesprek te gaan. Zo ziet zij wat er gebeurt en hoe haar zoon wordt opgevangen door de jongeren. Na het bezoek mag de jongere mee op kamp, de jongeren en jongerenwerkers hebben laten zien dat er een veilige omgeving is, waarin haar zoon geaccepteerd wordt.

### ***6.2.3 Didactiek en communicatie***

De energie die Patrick uitstraalt is rust, kalmte en stabiliteit: “Het gaat erom dat je een boodschap met je lichaam uitzendt en dat dit overeenkomt met je handelen. Heb jij rust en handel je rust (en niet druk), dan straalt je rust uit en kan een ander dit overnemen. Zit je op hetzelfde niveau, dan voel je elkaar aan en ben je veel ontvankelijker voor elkaar. Gevoel boven hoofd.” Wanneer een jongere (of volwassene) voor het eerst een kickboks clinic ervaart in het jongerencentrum door Patrick, dan gebeurt dit samen en stap voor stap. Dit doet hij om de ander mee te nemen in de ervaring van het boksen, om de afstand letterlijk en figuurlijk te verkleinen en ook om erachter te komen met welk doel of welke motivatie iemand wil trainen. Het begint al met hoe Patrick de bandages omwikkelt. Hij vertelt bij iedere handeling waarom hij het op die manier doet. Wanneer de bandages goed zitten vraagt hij om je arm te strekken en je hand tot een vuist te maken. Hierbij pakt hij je hand en slaat met platte hand op je knokkels en vraagt of de bandages goed zitten. Vervolgens pakt hij bokshandschoenen en doet deze bij je aan. Allemaal om uit te stralen ik zorg voor jouw veiligheid. Dan begint de eerste uitleg over hoe je je voeten neerzet. Links of rechts voor, wat voelt fijn en met welke hand schrijf je? Patrick begint vervolgens eerst met balans en weerstandoefeningen. Hij laat diegene in bokshouding staan en zegt dat hij weerstand gaat bieden. De deelnemer moet dezelfde weerstand teruggeven. De truc zit hem in dat Patrick de eerste poging eigenlijk geen weerstand geeft en ‘doet alsof’. De deelnemer gaat van een automatisme uit door weerstand naar voren te geven en uit balans te raken, omdat er geen tegendruk is. Er moet dus pas druk gegeven worden, wanneer men druk ervaart. Naast



weerstand van voren, wordt er ook getest met zijwaartse weerstand, waarbij de stand van de voeten soms aangepast moet worden om de druk beter op te kunnen vangen. Patrick legt hierbij uit dat dit synoniem staat voor het leven: hoe pas jij je aan bij weerstand of hoe ga je met druk om. Is er wel druk of ga je te snel? Je kunt immers pas weerstand geven als de ander tegenstand biedt of je tegenstand ervaart. Na deze weerstandoefeningen wordt de stap gezet naar het kickboksen. De beginselen van het slaan, stoten en trappen worden uitgelegd. Patrick zegt precies wat hij doet en ook of hij het mag doen. Zijn benadering is heel persoonlijk. Hij zet een deelnemer letterlijk in de goede houding door bijvoorbeeld schouders bij te draaien of laat een deelnemer ervaren wat het effect is van een beweging. Na uitleg en uitproberen begint de training met slaan in ritmes op de handpads. Hierbij legt Patrick vooral uit dat alle bewegingen met elkaar in verbinding staan. Bij een stoot naar voren, bewegen schouders mee, draaien je heup, knie en voet ook mee. Iedere beweging leidt tot een nieuwe beweging en een nieuwe balans. Na een training vraagt Patrick hoe een deelnemer het ervaren heeft. Hij legt daarbij ook uit dat het niet gaat om het juist uitvoeren van een techniek, maar dat de ervaring erbij belangrijk is. Dit is ook de insteek in het jongeren centrum. Het kickboksen is een kleur of klein vakje op het pallet Free2Move. Er zijn ook jongeren die niet kickboksen, maar bijvoorbeeld voor fitness of persoonlijke problemen (dit kan heel veel zijn) bij het jongeren centrum komen. Sport en hierbij het kickboksen is een middel en een ingang om in gesprek te komen met jongeren. Een van de jongeren vertelt hierover dat Patrick het samen kickboksen gebruikt om te observeren hoe jongeren in hun vel zitten: "Ik zei ook van jij sport volgens mij met ons om te kijken hoe wij in ons vel zitten en hoe je ons kan lezen en eh of hoe goed we presteren. Misschien dat we minder presteren als de vorige keer en dan weet je wat er aan de hand is. En toen begon hij te lachen, toen zei hij van eh ja jij hebt mij veel te goed door."

Patrick legt uit dat het voor hem gaat om veiligheid, de sporter moet veilig zijn. De trainer heeft de verantwoordelijkheid om oefenstof zo didactisch aan te bieden dat je in een fysiek veilige omgeving kan sporten. Hier zit ook een sociaal-emotionele component in. Ook op dat gebied heeft een trainer verantwoordelijkheden. Hij vraagt zich af of letterlijke veiligheid in het kickboksen wel mogelijk is. Hij hoopt dat er trainers komen die op een verantwoorde manier een risicovolle sport als kickboksen kunnen ondersteunen en begeleiden. Dit ziet hij op veel plekken nog niet gebeuren. Als voorbeeld noemt hij het

sparren in groepstrainingen, waarin iedere sporter na drie minuten wisselt van sparringpartner. De ene trainer zal bij zijn beste sporters opdragen rustig aan te doen tegen de minderen, de andere trainer doet juist het omgekeerde. Volgens Patrick ligt hierbinnen een interessant spanningsveld, want hoe ver ga je, waar liggen de grenzen binnen een verantwoordelijk pedagogisch sportklimaat. Patrick staat regelmatig op de mat om de jongeren te trainen. Hij houdt handpads op of een trapkussen en nodigt jongeren uit om te reageren en anticiperen op de bewegingen die hij maakt. Soms wordt hij ook uitgedaagd om te sparren en dan verandert zijn uitstraling en komt er een 'gameface' op. Patrick zegt hierover dat hij ook niet in zijn schulp kan kruipen, want die jongens kunnen rake klappen uitdelen. Dan is aanval soms de beste verdediging. Tijdens het sparren wordt er veel gelachen, maar is het ook serieus en er worden een paar tikjes uitgedeeld. Patrick daagt uit, drijft de jongere naar de hoek en laat toch even zijn kwaliteiten zien, zonder daarbij een grens over te gaan bij de jongere. Hij observeert de jongere, bekijkt hoe die reageert op de situatie. Naast dat Patrick 'tikjes' uitdeelt, ontvangt hij ook trappen. Dat laat hij gebeuren en die voelt hij. Hij geeft de jongere de ruimte, maar deelt zelf ook uit en laat hem voelen: "Het is een soort spel dat je met elkaar speelt. Het is bijna een liefdevol raken, maar je voelt ook als ik je twee keer raak, dan kan je op dat been niet meer hebben. Dat zei hij ook: ik kan niet meer. Dat zie je dan ook. Dan begint hij te hinkelen. Dan ga ik dat been met rust laten. Maar je weet als je dat nog een paar keer zou doen, dan gaat die door zijn hoeven. Zo kun je toch met een bepaalde aandacht voor elkaar dat spel spelen. Je ervaart dat alleen als je tegenover elkaar staat. Maar ergens is het ook nog wel, ik weet niet of je je dat voor kan stellen, is het ook nog heel verbindend als je dat samen op die manier doet. Dat je met elkaar even dat intense spel speelt." Wanneer het laatste rondje aanbreekt laat hij ook merken dat hij rustiger aandoet. Te horen is dat hij directe en positieve feedback geeft met tips en uitleg en ook de jongere meer ruimte geeft. Hij sluit aan bij datgene waar de jongere op dat moment om vraagt. Tegelijkertijd wordt een spiegel voorgehouden: "Je ervaart ook weerstand van mij als je mij uitdaagt." Hierin is de pedagogische waarde van vechtsport wellicht te zien, waar het gaat om een hele intieme manier van contact maken.

Drie jongens, een jaar of 15 oud, af en toe bezoeker van het jongerencentrum. Deze jongens komen zonder enige regelmaat, de ene week twee keer en vervolgens een maand niet. Deze jongen zijn druk, laten zicht letterlijk horen. Soms gaan ze over de onzichtbare grenzen heen en worden ze gecorrigeerd door de 'oudere' boys. Ze proberen zowel verbaal

als in daden hun plekje in de hiërarchie van het jongerencentrum te verdedigen. Ook tijdens deze avond. De jongen begonnen met wat voetballen op de mat, met de dikke turnmat als goal. Deze dikke mat belandde al snel op de grond, in het midden van de blauwe mat. Hier gingen ze worstelen, wat er aardig wild aan toe ging. Na een tijdje daagden ze Elwin uit. Elwin ging hier direct op in en daagde hen uit om 2 vs. 1 te doen, Elwin tegen twee jongens. De daaropvolgende 10 minuten waren luidruchtig en intensief. Eén van de jongens ging vol overgave 'het gevecht' aan met Elwin. Het lukte Elwin om beide jongens in bedwang te houden. Elwin is dan een soort wurgslang, hij wikkelt zijn benen en armen om de jongens heen en hield ze vast in een houd/wurggreep. Uiteindelijk klopten beide jongens zich af bij Elwin. Er volgde een moment van rust en gesprek tussen Elwin en de jongens. Een van de jongens vroeg nog aan Elwin: "Was dit serieus?", waarop Elwin antwoordde met: "Nee, dit was voor mij uithoudingsvermogen." Hij vertelt ze te laten duwen en trekken tot ze zelf vermoeid raken, wat het moment is waarop hij toeslaat. Hiermee laat Elwin zijn werkwijze zien, dit worstelen kent een aantal functies. Enerzijds heeft het te maken met respect en status. Door te laten zien dat hij een sterke man is, dwingt hij respect af. Door ze uit te putten, zijn ze wat rustiger en kan het gesprek aangegaan worden. Hij laat hierin ook zijn serieuze kant zien en dat deze jongen hun verhaal ook bij hem kwijt kunnen. Hij bouwt aan een relatie.

Zowel Patrick als Elwin spreken de jongeren individueel. Toch is het zo dat de ene jongere van nature sneller naar Patrick zal neigen en een andere naar Elwin. Elwin kent ten opzichte van Patrick een meer directe aanpak en een echte doener. Hij heeft zijn hart op zijn tong en schroomt er niet voor om een jongere de waarheid te vertellen wanneer dit nodig is. Hij gaat de confrontatie aan. De ene jongere kan hier beter tegen dan de andere. Patrick daarentegen kiest minder de confrontatie, maar gaat het gesprek aan. Hij kijkt toe, beschouwt en analyseert. Beiden hebben een sterke eigen aanpak die jongeren laat nadenken over de keuzes die ze maken.

Kenmerkend voor hun handelen is dat zij jongeren niet veroordelen voor hun daden. Ze proberen in gesprek te raken met jongeren en hen te helpen in het maken van keuzes. Patrick en Elwin vullen elkaar aan. Elwin is recht voor zijn raap, hij is duidelijk en zegt waar het opstaat. Patrick zal eerder 1-op-1 in gesprek gaan met een jongere. Uit diverse gesprekken met jongeren blijkt dat hun aanpak op elkaar aansluit, dat ze elkaar aanvullen.

“Patrick en Elwin vullen aan wat ze moeten doen en bouwen juist door hun verschillen samen een band op met (nieuwe) jongeren.”

Soms heeft een jongere meer behoefte aan een luisterend oor en de andere keer de behoefte om samen iets te doen of een confrontatie. Benadering is dat Free2Move een veilige omgeving is voor jongeren. Een veilige haven met de vrijheid om te doen wat je wilt en jezelf te ontwikkelen.

#### **6.2.4 Groei**

De ‘cultuurdragers’ zijn een groep jongeren die de cultuur binnen het jongerencentrum voorleven. Jongeren kunnen op verschillende manier cultuurdragers worden. Enerzijds doordat zij bijdragen aan de gang van zaken in het jongerencentrum, dan worden ze door de jongerenwerkers gevraagd. Anderzijds kan een jongere ook op eigen initiatief cultuurdrager worden, wanneer een jongere bijvoorbeeld stage komt lopen of een ander initiatief heeft zoals het begeleiden van jongeren tijdens sparsessies. Het kan zijn dat een cultuurdrager bij de jongerenwerkers voorstelt iemand uit zijn eigen omgeving te betrekken bij Free2Move. Cultuurdragers zijn jongeren die een spreekwoordelijk steentje bijdragen aan de cultuur van het jongerencentrum. Cultuurdragers bestaan ook in allerlei gradaties binnen het Free2Move. Een ervaren cultuurdrager kan bijvoorbeeld de verantwoordelijkheid nemen en krijgen om op zondag zelf het jongerencentrum te draaien, zodat jongeren kunnen sporten of langs kunnen komen. Of wanneer het thuis even niet meezit, dan kan een cultuurdrager ook overnachten in het pand.

Het cultuurdragerschap is een rite de passage. Jongeren krijgen meer vrijheden in het jongerencentrum en hierbij ook meer verantwoordelijkheden bij (Perdijk, Kaulingfreks en Sieckelinck, 2022, in Sieckelinck en Kaulingfreks, 2022)). Cultuurdragers gelden ook als voorbeeld, ook om andere jongeren te coachen en op sleeptouw mee te nemen. Er mag bijvoorbeeld niet met schoenen op de mat gelopen worden, cultuurdragers doen dan ook hun schoenen uit (goed voorbeeld) wanneer ze de mat betreden en spreken anderen erop aan wanneer ze dit niet doen. Het cultuurdragerschap kent ook extra’s of beloningen, zij mogen fris uit de koeling pakken en zij mogen ook ’s avonds mee-eten. Ook mogen zij mee met het jaarlijkse weekend in de Ardennen. Het cultuurdragerschap biedt de jongeren een

nieuwe groep om bij te horen, een andere dan de straatcultuur waarmee ze buiten het jongerencentrum mee geconfronteerd kunnen worden.

Soms wordt er bewust een drempel opgeworpen door de jongerenwerkers voordat een jongere cultuurdrager kan zijn. Op deze manier moet de jongere nadenken over datgene wat hij toevoegt in het jongerencentrum. Bijvoorbeeld bij Emre. Hij merkte dat er behoefte was om het jongerencentrum op zondagmiddag te openen. Hierover ging hij in gesprek met de jongerenwerkers. Samen maakten ze afspraken en openden ze op zondagmiddag het jongerencentrum. Dit verliep goed en werd doorgezet. Emre ontving de sleutel van het pand. Hij vertelt hierover dat het een verantwoordelijkheid is, maar dat het ook goed voelt om zoveel vertrouwen te krijgen van de jongerenwerkers. Hij is gegroeid als persoon, meer zelfverzekerd geworden. Eerder kwam hij binnen, begroette iedereen en ging trainen. Nu gaat hij in gesprek met anderen en komen jongeren naar hem toe.

Als beloning mogen cultuurdragers mee op het jaarlijkse kamp in de Ardennen. Dit kamp wordt georganiseerd door jongeren zelf en ook op initiatief van jongeren. Jongerenwerkers geven jongeren de ruimte om hun eigen keuzes te maken, maar geven daarnaast ook aan wat wel of niet mogelijk is. Het kampweekend is van vrijdagavond tot zondagmiddag. Locatie is soms een tentenkamp en soms een herberg. Jongeren krijgen van de jongerenwerkers hun eigen ruimte. De jongeren vragen aan of jongerenwerkers of ze alcohol mogen drinken. Jongerenwerkers gaan akkoord en geven aan dat de jongeren elkaar ook een beetje in de gaten moeten houden. Hieruit blijkt de transparante aanpak van de jongerenwerkers. Opvallend in zo'n weekend is dat jongeren met elkaar in gesprek komen en ook persoonlijke dingen bespreken. Zo is één van de jongens weer begonnen met roken, vanwege "alle shit om hem heen". Eerlijkheid over (gezonde) spanning is er tijdens het abseilen: "Dat ga ik zeker niet doen" of "De vorige keer heb ik het niet gedaan, vond het veel te spannend, maar nu ga ik het wel doen" en "Maar het is wel heel hoog". Ook de gedeelde verantwoordelijkheid komt terug in het weekend. Jongeren letten goed op elkaar en spreken elkaar aan op veiligheid, zoals wanneer een jongere niet gezekerd op een platform staat op 5 meter hoogte. Andere jongeren spreken hem erop aan en ze spreken ook elkaar erop aan om goed op te letten. Een jongere zekert zich structureel verkeerd aan de veiligheidslijn. Eerst wordt er gemopperd "doet hij het alweer fout", maar tegelijkertijd nemen ze de tijd en ruimte om samen met deze jongere de procedure van veilig zeker door te nemen en zien ze

er op toe dat hij het in het vervolg goed doet: “Laat eens zien, zit je goed vast?” en “Wil jij even checken of hij vast zit?”

Jongeren helpen en praten elkaar naar beneden. Eenmaal beneden wordt de overwinning samen gevierd, het is ze gelukt om beneden te komen. Complimenten, high-fives, ‘boks’, schouderklopjes en ook veel grootspraak. Bij de ‘onzekerheid’ die ze boven op de helling hadden, wordt nu niet meer stilgestaan. Samen wordt gevierd dat ze weer beneden staan. Na afloop van het Ardennenkamp wordt er bij het jongerencentrum afscheid genomen van elkaar. In de daaropvolgende weken is te merken dat de band tussen de cultuurdragers versterkt is. Cultuurdragers begroeten elkaar met een knuffel of een stevige high five en gaan met elkaar in gesprek over wat ze hebben meegemaakt. Aan het Ardennenkamp wordt regelmatig gerefereerd. Jonge bezoekers worden betrokken in de gesprekken en ervaringen worden doorgegeven, (on)bewust verwelkomen oude cultuurdragers een nieuwe generatie cultuurdragers door hun enthousiaste verhalen en de verantwoordelijkheid die ze nemen.

### **6.2.5 Veerkracht**

Travers Welzijn, waarbinnen het jongerencentrum Fee2Move onderdeel is, beschrijft op haar website dat het versterken van zelfvertrouwen en het geloof in mogelijkheden uitgangspunt is voor het ondersteunen van kwetsbare doelgroepen (Travers Welzijn, 2021b): “We sluiten aan bij de kracht en de talenten van mensen en maken van daaruit de verbindingen. Deze aanpak vergroot hun daadkracht en weerbaarheid en verbetert hun maatschappelijke positie.”

Jongeren worden ondersteund in hun persoonlijke ontwikkeling. Om een succesvolle maatschappelijke participatie te bevorderen, wordt sport als middel ingezet. Sport en lifestyle is dan ook het thema binnen Free2Move. Er wordt geprobeerd een sfeer te creëren waarin bezoekers de ruimte voelen om zich te ontplooiën. Jongerenwerkers proberen veiligheid te creëren, een veilige ontmoetingsplek en een omgeving waarin jongeren durven te participeren en te ontwikkelen en daarmee werken aan veerkracht. “Blijf wie je bent.” is de boodschap die op de informatiepagina van jongerencentrum Free2Move beschreven staat (Travers Welzijn, 2021a).

Elwin legt uit dat het jongeren centrum de jongeren een basis wil bieden. Dat wanneer ze een misstap begaan, ze niet veroordeeld worden, want ze worden al vaak genoeg veroordeeld: thuis, in de maatschappij, op school, door instanties etc. Bij de jongerenwerkers in het jongeren centrum kunnen ze hun verhaal kwijt. Bart zegt hierover: “Wat heel grappig is, want Patrick zegt altijd van hè, doe hier vooral niks mee. Dat is heel vrij en heel ja, toch wel helpend en ondersteunend.”

Ten tijde van de eerste lockdown was het jongeren centrum in eerste instantie gesloten. Zowel Patrick als Elwin staan in nauw contact met de ‘harde kern’ jongeren van het jongeren centrum. Zij ontvingen zorgwekkende signalen, zoals verminderde motivatie voor hun opleiding en ook gezinsproblematieken vanuit deze groep, hun veerkracht stond onder druk. Parallel aan enkele versoepelingen werd het jongeren centrum enkel voor een kleine groep cultuurdragers en stagiaires geopend. Sporten werd niet toegestaan, maar ontmoeten wel. Dit bleek een schot in de roos te zijn, iets waar deze groep jongeren veel behoefte aan heeft gehad. Door deze mogelijkheid steeg hun veerkracht weer. Ten tijde van de tweede en harde lockdown met avondklok bleef het jongeren centrum geopend met aangepaste openingstijden (zodat eenieder voor de avondklok thuis kon zijn). De jongerenwerkers lieten hier hun passie voor de doelgroep zien. In samenspraak met instanties werd het jongeren centrum beschouwt als ‘vrij terrein’, waar jongeren elkaar konden blijven ontmoeten. In het jongeren centrum bleven vaste routines, zoals het gezamenlijke eten, bestaan. Naast elkaar en met 10 personen aan tafel, voor even lijkt het alsof de wereldwijde Coronapandemie geen grip heeft op het jongeren centrum, behalve dan in de onderwerpen die besproken worden.

### **6.2.6 Grip op het leven**

Zoals al aangegeven bij paragraaf 6.2.4 komt het cultuurdragerschap met het verantwoordelijkheden. Het vervullen van verantwoordelijkheden maakt dat jongeren meer grip op hun leven ervaren. Sporten en je lekker voelen in je lijf kan daar een rol bij spelen. Adin van 15 jaar komt nog niet zo lang in het jongeren centrum. In het verleden kwam hij af en toe, de ene maand vaker dan de andere. Hij was geen vaste bezoeker. Als hij kwam, dan kwam hij met zijn vrienden, vaak met veel energie en drukte. Nu komt hij in zijn eentje en heeft hij de jongerenwerkers om hulp gevraagd. Hij wil meer sporten en afvallen. Daarmee

laat hij al grip op zijn leven zien want hij wil zelf verandering. Hij komt meerdere dagen per de week in het jongerencentrum om te sporten en te praten met de jongerenwerkers. Hij komt erachter dat hij erg goed is in dammen en schaken. Het lukt hem zelfs om Patrick te verslaan. Adin typeert jongeren in het jongerencentrum. Jongeren die er komen staan veelal op een kantelpunt in de maatschappij. Enerzijds trekt de straatcultuur met haar verleidingen en anderzijds maar aan de andere kant is er de maatschappij met haar verwachtingen. Bij Free2Move ervaren jongeren dat ze zelf kunnen kiezen welke identiteit bij ze past en daar zelf keuzes in te maken. De (vecht)sport helpt daarbij door fysiek weerstanden te ervaren en overwinnen mits dat goed wordt begeleid evenals de rol van cultuurdrager waarin met het nemen van initiatief en het dragen van verantwoordelijkheid kan worden geoefend.

### **6.3 Training en activiteiten**

Bij binnenkomst in het jongerencentrum zijn het niet de sportfaciliteiten die in het oog springen. Het is de bar die in het oog springt. Dit nodigt uit tot ontmoeten, jongeren kunnen binnenkomen zonder actief te hoeven sporten. Jongeren komen ook om contact te hebben, kennis te maken of een gezellig praatje te maken. Ook komen er jongeren met een duidelijke hulpvraag. Waar het vechtsportproject op andere locaties in Zwolle draaide om sporten, biedt de locatie Free2Move meer mogelijkheden. Het faciliteert ontmoeten en individuele coaching en begeleiding waar dat nodig en relevant is. Jongerenwerkers zien vaak wanneer jongeren binnenkomen dat er een hulpvraag ligt. Soms is deze uitgesproken, soms onuitgesproken en heeft de jongere dit voor zichzelf nog niet scherp. In het jongerencentrum zijn geen kickbokstrainingen zoals ze in een boksschool gegeven worden. Er worden geen lessen gegeven op vaste tijdstippen. Wanneer een jongere of andere gast wil trainen, dan kan aan Patrick (of Ad of ervaren jongeren) gevraagd worden om te trainen of te sparren.

Er worden dus geen echte trainingen gegeven. De vaste sporters trainen voor zichzelf, soms met hulp van Patrick of Elwin. Patrick meer op de mat en Elwin meer als fitnessinstructeur. Soms verzorgen cultuurdragers op eigen initiatief trainingen. In de kleine ruimte met bokzakken wordt vaak zelfstandig getraind door de bezoekers.

Er vinden ook andere activiteiten plaats in het jongerencentrum. Er wordt op de PlayStation het FIFA-voetbalspel gespeeld en door de Coronapandemie mochten jongeren



niet meer sporten en is een tafeltennistafel aangeschaft waar veelvuldig gebruik van gemaakt is. Ook tafelvoetbal, schaken en dammen zijn activiteiten die gedurende de Coronapandemie veel gedaan worden. Patrick heeft zich samen met een aantal jongeren op het schaken en dammen gestort en zijn hier ook behoorlijk fanatiek in. Jongeren komen erachter dat ze meer kunnen dan ze in eerste instantie dachten te kunnen wanneer ze een potje van Patrick weten te winnen. Patrick neemt dan ook de tijd om jongeren te leren schaken en daagt ze uit te oefenen.

Een andere activiteit is het avondeten. Soms eten jongerenwerkers en Ad alleen, maar soms zit men wel met 15 personen aan tafel tijdens het avondeten. Ad kookt en doet vaak de boodschappen. De meeste jongeren weten dat ze moeten zeggen wanneer ze mee-eten, toch gebeurt dit niet altijd. Typisch is dat Ad bijna altijd voldoende kookt en er meer dan genoeg te eten is voor iedereen. Iedereen is immers welkom in het jongeren centrum.

#### **6.4 Jongeren**

Het jongeren centrum kent een open deurbeleid. Dit houdt in dat iedereen welkom is, van jong tot oud. Dit is terug te zien in het type bezoekers. Zoals eerder beschreven komen er veel verschillende bezoekers. Zo komen er ook mannen (rond de 30) die trainen en elkaar ook training geven op de mat of sparren in de kleine ruimte. Er wordt niemand echt de toegang ontzegd. De medewerkers in het jongeren centrum kennen over het algemeen de bezoekers. Ze weten welke personen criminele neigingen hebben, maar in het jongeren centrum is iedereen gelijk. Een situatie: Een groepje mannen komt sporten in de boksruimte en komen af en toe in gesprek met jongeren die fitnessen. Patrick vertelt mij hierbij dat deze mannen ook wel duistere zaken hebben lopen en dat de jongeren die zij spreken dit ook van hen weten. Patrick en Elwin weten dit ook en houden hierbij alles in de gaten. Ze ontzeggen deze mannen de toegang niet, maar spreken hen wel aan op het feit dat ze zich in een jongeren centrum bevinden en ze jongeren niet mogen betrekken in hun zaken. Door in gesprek te gaan en zich te interesseren in iedere bezoeker, weten ze wie er zich binnen in het gebouw bevinden. Wederom zal onderscheid gemaakt worden in bovendrijven, worstelen en afhaken. Voor de categorie afhaken kwam niet een duidelijk profiel naar voren en wordt derhalve niet ingevuld.

### **6.4.1 Bovendrijven**

#### *Bewuste vechters*

Er zijn jongeren die bewust ervoor kiezen om afstand te houden tot criminele zaken, een opleiding willen afronden, geld willen verdienen en vrienden, familie en gezin belangrijk vinden. Dit zijn de bewuste vechters. Deze jongeren volgen een mbo- of hbo-studie, social work of een soortgelijke studie, en zijn vaak ook cultuurdrager van het jongerencentrum. Een van deze jongens (Emre) is via zijn broer gekomen, is nu stagiaire en opent en sluit het jongerencentrum op zondag. Hij merkte dat er behoefte was om op zondag te sporten en vroeg aan de jongerenwerkers of Free2Move op zondag ook open mocht. De jongerenwerkers vonden dit goed en legden de verantwoordelijkheid bij de jongeren neer. Nu is hij degene die op zondag het jongerencentrum opent en afsluit. Er zijn diverse jongeren die bewust afstand nemen van criminele invloeden, door bijvoorbeeld een studie te volgen. Deze groep jongeren komt veel in het jongerencentrum om te (kick)boksen. Zij kiezen ervoor om niet in aanraking te komen met criminaliteit, terwijl zij in hun omgeving veel in contact komen met de hoofdpersonen in het criminele circuit. Dit type jongere kent ze en, volgens de jongerenwerkers, kunnen ze zich binnen een week in de kern van de groep bevinden.

De bewuste vechter is sportief en komt al vele jaren in het jongerencentrum. Deze jongere komt wekelijks in het jongerencentrum om te sporten. Veel jongeren komen om ook daadwerkelijk samen te sparren op de mat, het zijn de echte (kick)boksers van het jongerencentrum. Een aantal heeft ambitie om zich aan te melden bij een vechtsportschool om ook wedstrijden te kunnen vechten. “Ik wil ervaring opdoen met wedstrijden, eerst als amateur in Nederland naam maken, daarna hopelijk de stap naar de profs. Mijn doel zal de Olympische spelen zijn, je mag dromen. Dan moet ik veel trainen, dus het wordt zwaar.”

Door hun vele jaren aan ervaring in het jongerencentrum zien ze ook wat er om hun heen gebeurt, ze leggen contact met de nieuwe jongeren, ze gaan makkelijk een band aan en geven tegelijkertijd aan wat ze wel of niet moeten doen. Zij hebben door hun ervaring geleerd dat ze zichzelf mogen zijn in het jongerencentrum en elkaar te respecteren: “Wees jezelf en ga niet de grote jongen uithangen.” Zij zijn de ‘harde kern’ cultuurdragers met grote voorbeeldfunctie voor de jongere jongens. Deze rol nemen ze ook op zich door met jonge jongens op de mat te sparren, ze tips te geven en ze ook te corrigeren wanneer ze zich niet

aan de (ongeschreven) regels houden. Dit type jongere vindt eerlijkheid en duidelijkheid belangrijk. Ze laten het ook merken wanneer gedrag niet geaccepteerd wordt. De bewuste vechter laat zich niet zo snel verleiden tot een gevecht op straat, ook al heeft deze jongere vechtsportervaring. “Ik had gewoon zoets van, als ik al gelijk een mes of knuppel zie, dan zoek het maar uit, ik vind mijn leven belangrijker dan gezeur!”, aldus een bewuste vechter.

Ondanks dat deze groep een duidelijk weet wat ze in de toekomst willen bereiken, weten ze op korte termijn nog niet precies wat ze willen. De ene wil geld verdienen door een tussenjaar te nemen en de ander wil wel direct een vervolgopleiding doen en weer een ander wil direct aan het werk, maar weet nog niet precies waar in het werkveld. Ze hebben de ambitie en motivatie om hun opleiding(en) af te ronden, vaak een hbo-opleiding en geld te verdienen.

Over het algemeen heeft deze groep een goede band met hun familie, ondanks dat er ook achterliggende problematieken spelen zoals scheiding en ruzies thuis. Ze willen geld verdienen, zodat ze later ook voor hun familie kunnen zorgen. Ze ervaren steun van hun familie.

Tijdens de lockdown konden deze jongeren niet sporten. Fysiek ging de conditie van deze jongeren achteruit. Ze sportten minder, probeerden het wel maar waren niet gemotiveerd genoeg om het vol te houden. Door de lockdown konden ze ook niet fysiek met elkaar sporten, zoals ze wel gewend waren. In het jongeren centrum werd naarmate de lockdown vorderde oogluikend toegestaan dat jongeren zich in het fitnessgedeelte bevonden. Er mocht echter niet op de mat gesport worden. In deze groep jongeren bevinden zich veel (kick)boksers die aangaven dat fitness niet echt iets voor hen is. Deze groep jongeren kwam gedurende de lockdown wel regelmatig met vrienden in het jongeren centrum om te praten of wat spellen te spelen.

#### **6.4.2 Worstelen**

##### *Boefjes of burgerlijk*

Jongeren die zoekende zijn in wat ze willen en bij wie ze willen horen. Deze jongens hebben vaak een minder stabiele thuissituatie. Ze zijn zoekende in bij welke groep ze willen horen, welke opleiding ze willen doen.

Dit zijn jongens die bijvoorbeeld een vaderfiguur missen in hun leven. En bij Patrick of Elwin aankloppen, met hen een band opbouwen, waardoor zij als een soort vaderfiguur fungeren. De band kan zelfs zo groeien dat een jongere samen met een jongerenwerker gaat klussen. Ook uit openheid in gesprekken blijkt dit, een jongere die een jongerenwerker huilend vertelt hoe moeilijk die het heeft. Deze jongens worstelen met hun identiteit: “Wie wil ik zijn, bij wil ik horen?” Waarbij ‘dat wat de maatschappij van mij verwacht’ wellicht nog niet bij hun identiteit past of datgene is waar zij zich in willen voegen. Keuzes tussen een ‘burgerlijke’ baan of toch even snel geld verdienen. Ze zijn gevoelig voor verleidingen, zoals drugs. Tijdens de lockdown zijn ze gaan blowen: “Ja, dit geef ik toe, ik rook te veel, maar dat komt door de verveling.” Deze jongens volgen een opleiding, maar kunnen ook zo weer stoppen, omdat ze niet goed weten wat ze willen. Door Corona is het ritme van deze jongens omgegooid en wanneer ze ineens weer naar school moeten, dan is dit een hele switch in leefpatroon. Ineens moeten ze weer meerdere keren per week hun wekker zetten en wordt er van hen verwacht ergens te zijn. Er wordt van ze verwacht dat ze boeken lezen, verslagen maken en dat ze met onbekende klasgenoten samenwerken. Dit leidt tot chaos in hun leven, tot verlies van controle. Ze voelen zich in een keurslijf geperst: “Ze (bijv. docenten en ouders) zeggen dat ik zus en zo moet...” Ze leggen het bij anderen neer. Jongerenwerkers hebben over het algemeen een zeer goede en sterke band met deze jongeren. Ze hebben veel contact met ze, praten veel en bieden de jongeren een uitlaatklep. Door in gesprek te gaan laten ze jongeren nadenken over hun keuzes, zonder hun keuzes te beïnvloeden. Ze zoeken naar een uitlaatklep, bijvoorbeeld boksen of fitnessen. Thomas wil bijvoorbeeld breder worden en gaat in gesprek met Patrick en Elwin over hoe hij dit kan gaan doen. Ze maken een trainingsschema en gaan met elkaar in gesprek over voeding. Als hij vervolgens andere keuzes maakt, dan wordt hij hier op aangesproken. Na dit incident komt Thomas minder vaak in het jongeren centrum, maar uiteindelijk komt hij weer terug. Ze vergeven het elkaar door een knuffel te geven. Dit typeert de band tussen de jongerenwerkers en deze jongeren. Deze is sterk, ook wanneer ze het niet eens zijn met elkaar.

### *Jonge druktemakers*

Dit is over het algemeen de jongste groep bezoekers. Deze jongeren bezoeken het jongeren centrum onregelmatig. De ene week zijn ze er meerder avonden, maar ze kunnen

ook gerust een poosje wegblijven. Ze weten nog niet wat er precies gebeurt in het jongeren centrum, dit moeten ze nog ontdekken. Deze groep is zoekende en beïnvloedbaar. Ze bewegen nog niet mee met de energie binnen het jongeren centrum. Ze herkennen en erkennen de ongeschreven regels nog niet. Soms gaan ze over de onzichtbare grenzen heen en worden ze gecorrigeerd door de 'oudere' boys. Ze proberen zowel verbaal als in daden hun plekje in de hiërarchie van het jongeren centrum te verdedigen. Zo weet Arvid dat hij niet met zijn schoenen op de mat mag staan, maar de boksbal op de mat oefent zo'n grote aantrekkingskracht op hem uit, dat hij dit wel eens vergeet. De oudere en ervaren jongeren in het jongeren centrum wijzen hem er dan op dat hij zijn schoenen uit moet doen. Wanneer Arvid met twee leeftijdsgenoten in het jongeren centrum komt, dan nemen zijn veel energie en drukte mee. Ze stoeien, dagen uit en hebben het hoogste woord. In en door hun aanwezigheid proberen ze zich een plekje in de voor hen bestaande hiërarchie van het jongeren centrum te worstelen. Thomas, de jongere die al een tijdje in het jongeren centrum komt, haalt zijn schouders ervoor op en kijkt ze lachend aan. Hij dolt wat mee, maar laat merken wanneer ze te ver gaan en ze 'even moeten dimmen'. De jongerenwerkers kijken met een schuin ook toe en corrigeren het gedrag van de jongeren wanneer ze te ver gaan in hun ogen of ze waarschuwen de jonge druktemakers wanneer ze te ver gaan: "Pas op met uitdagen, je krijgt een keer een duw terug en dat gaat met iets meer kracht dan jullie doen!"

De jongerenwerkers kennen de achtergrond van deze jongeren nog niet, maar beetje bij beetje leren zij ze kennen. Dit doen ze door informatie te winnen bij de vaste kern jongeren. Ze vragen of deze groep de jonge honden kent, wie hun familie is en wat ze op straat doen. Ook als ze even 'niet meer in beeld zijn' vragen jongerenwerkers de jongeren of zij weten waar deze jongere is en of zij weten wat hij doet. De jongerenwerkers proberen respect te winnen bij deze jongens, door bijvoorbeeld met ze te stoeien zoals bij het eerder voorbeeld van Elwin.

Wanneer deze jongere vaker het jongeren centrum bezoekt en een band opbouwt met jongerenwerkers en de andere jongeren, dan maakt deze jongere veelal de groei door naar de 'boefjes of burgerlijk' groep. Ze komen regelmatig, praten met jongerenwerkers en/of werken aan persoonlijke doelen. Zo is het ook met Emre gegaan. Hij kwam al op jonge leeftijd in het jongeren centrum, maar niet regelmatig. De straatcultuur lonkte en hij kwam in aanraking met het criminele circuit. In het jongeren centrum kwam hij in gesprek met Patrick. Patrick ging met hem aan de slag, leerde hem bokstechnieken en kwam met hem in gesprek.

Over zijn thuissituatie, over wat hij wilde bereiken en op welke manier hij dit wilde bereiken. Nu is hij cultuurdrager. Hij worstelt nog wel eens met verleidingen, maar heeft een duidelijk doel voor ogen.

## Hoofdstuk 7: Conclusie

In de voorgaande hoofdstukken zijn de resultaten per locatie gerapporteerd. In dit laatste hoofdstuk zullen we eerst de data van de verschillende locaties in een thematische analyse samenbrengen. Daarvoor zullen we specifieker kijken naar verschillen en overeenkomsten tussen de verschillende locaties. Daarna beantwoorden we de drie onderzoeksvragen om vervolgens aanbevelingen te doen richting de vechtsportpraktijk als de onderzoekspraktijk.

De afgelopen tweeënhalf jaar hebben we op vier plekken in Nederland onderzoek gedaan naar kickboksen als pedagogisch middel. Dit deden we in vechtsportpraktijken in Zwolle (jongerenwerk), Den Bosch (jongerenwerk en reguliere gym), Zeist (reguliere gym), Amsterdam (reguliere gym). In Den Bosch zijn twee gyms onderzocht waar vechtsport werd ingezet, wat betekent dat we in vijf praktijken als onderzoekers aanwezig zijn geweest.

Daarbij stonden de volgende vragen centraal:

- Welke factoren van de vechtsportcontext dragen bij aan het werken aan persoonlijke talentontwikkeling?
- Wat zijn de rituelen in de vechtsportcontext die bijdragen aan veerkracht en ‘agency’ (ervaren grip op het leven)?

Om uiteindelijk bij de aanbevelingen antwoord te kunnen geven op de vraag:

- Hoe kunnen de opleidingen en vechtsportpraktijken zich op basis van de onderzoeksresultaten verder professionaliseren, zodat aankomende vechtsportprofessionals beter in staat zijn vechtende jongeren adequaat te begeleiden?

Tijdens het onderzoek zijn op alle locaties observaties uitgevoerd en gesprekken gevoerd met jongeren en de centrale figuren (jongerenwerkers en trainers) waarmee deze jongeren te maken hebben binnen de onderzochte kickbokscontext. Afhankelijk van de situatie op de specifieke locatie is door triangulatie geprobeerd zicht te krijgen op antwoorden op de hierboven genoemde vragen (zie Hoofdstuk 2: Methodes).

Voor het beantwoorden van de eerste twee vragen zullen we op drie thema's in de analyse inzoomen. (1) Het aangetroffen pedagogisch klimaat (didactiek en communicatie, interactie sport en leefwereld), (2) de aangetroffen jongeren en (3) het aangetroffen

pedagogisch handelen (met betrekking tot, veerkracht, groei (talentontwikkeling) en grip op het leven (agency). Bij de analyse zullen twee modellen centraal staan (zie het inleidende hoofdstuk). Het pedagogisch sportkompas (Bronkhorst et al., 2021) wordt gebruikt om het pedagogisch klimaat te duiden en om te kijken hoe dat klimaat bijdraagt aan talentontwikkeling en veiligheid. Het talentologisch model (Kooijmans, 2016) wordt gebruikt om in te zoomen op hoe het pedagogisch handelen resoneert in het proces van groei bij individuele jongeren, uiteindelijk leidend tot een al dan niet veerkrachtige identiteitsontwikkeling. De analyse wordt ook gekoppeld aan de adolescentie, identiteitsontwikkeling, agency en in de inleiding genoemde niveaus van veerkracht.

## **7. 1 Pedagogisch klimaat**

In het inleidende hoofdstuk 1 is het pedagogisch sportkompas al geïntroduceerd. Daarin wordt in de onderkant van het kompas onderscheid gemaakt tussen het zorgzaam klimaat en het sociaal veilige klimaat en aan de bovenkant het motivationeel klimaat en het ontwikkelingsgerichte klimaat.

Er wordt gekeken naar de didactiek en communicatie op de verschillende onderzoekslocaties en wat dat betekent voor de onderkant van het kompas. Eerst focussen we op de twee jongerenwerk settings (Den Bosch en Zwolle) en daarna bespreken we de reguliere gyms (Den Bosch, Amsterdam en Zeist).

De onderkant van het pedagogisch kompas staat in Zwolle expliciet centraal. Op de mat uit zich dat in aandacht voor het inzwachtelen van de handen, het aantrekken van de handschoenen en het met vlakke hand slaan op de handschoenen en de expliciete vraag of ze goed zitten. De jongerenwerker laat daarmee zien de jongeren te willen beschermen; een voorbeeld van het zorgzame sportklimaat. Ook over het sociaal veilige klimaat heeft men in Zwolle ideeën. Iedereen is welkom, maar zodra de veiligheid van bezoekers op het spel staat doordat er spanningen zijn tussen groepjes in het jongerencentrum of als de onderwereld via criminaliteit de veiligheid van bezoekers in gevaar brengt, wordt er ingegrepen. Aan de bovenkant van het kompas is er de voortdurende bereidheid met jongeren te werken aan ontwikkeling, maar de verantwoordelijkheid wordt daarbij wel bij jongeren zelf gelegd. Ze geven adviezen, maar willen de jongeren zo veel mogelijk hun eigen keuzes laten maken. Er is ook geen actief beleid om jongeren die niet meer komen achter de broek aan te zitten.



Ook op de mat moeten jongeren zich veilig voelen. Bij het sparren spaart Patrick bijvoorbeeld een been als dat al een paar tikken heeft gehad.

In Den Bosch is er bij het jongerenwerkprogramma ook sprake van een zorgzaam klimaat. De jongerenwerker werkt daar vanuit presentiebenadering (Baart, 2001). Er is aandacht voor de jongeren. Hij wil ze allemaal zien en horen en dat is zeker voor deze jongeren een houding die welkom is. De keuze om voor kickboksen als middel te kiezen is een mooi voorbeeld van hoe de jongerenwerker aansluiting zoekt bij de jongeren. Het sociaal veilige klimaat staat er soms onder druk. Zo was er een jongere die de jongerenwerkers bedreigd heeft. Deze jongere is binnen het programma gehouden. De jongere is wel een tijd lang geschorst en er is veel aandacht geweest voor het goed bespreekbaar maken van het incident.

In Amsterdam, Zeist en de reguliere gym in Den Bosch zijn de trainers (net als bij de jongerenwerk programma's) goed op de hoogte van wat er speelt rond jongeren. Er is in Amsterdam, meer dan in Zwolle en Den Bosch, een belangrijke rol weggelegd voor contact met de ouders. Nourdin (Amsterdam) zegt dat betrokkenheid van de ouders essentieel is om met de jongeren te kunnen werken. Tarek (Zeist) gebruikt de intake met ouders ook om zicht te krijgen op wat er allemaal rond de jongere speelt en aan welke doelen gewerkt kan worden. Soms krijgen ze ook informatie als er iets op straat of op school is voorgevallen. Die informatie wordt expliciet voor de trainingen ingezet. Soms wordt in Amsterdam informatie bewust niet met ouders gedeeld. Dat zorgt ervoor dat er een vertrouwensrelatie groeit met de jongeren. In Zeist worden tegenvallende schoolprestaties meegenomen in de keuze of een jongere wel of niet in aanmerking komt voor een wedstrijd. Salah (Amsterdam) geeft aan dat je altijd klaar moet staan voor de jongeren, ook buiten het boksen om. Kortom, de trainers horen en zien de jongeren echt. Wederom tekenen van een zorgzaam pedagogisch klimaat. Wat opvalt is dat in Zeist groepsstraffen ingezet worden als één van de jongeren iets fout doet. Evenals de gewoonte dat soms een jongere die negatief opvalt bij de trainer wordt gezet. De trainer in Zeist zegt dan: "Kom jij vandaag maar even bij mij staan." De trainer kan zo in de oefeningen laten voelen wat de verhoudingen zijn. Dit gebeurt ook bij de reguliere gym in Den Bosch. In Zeist komt zo'n jongen soms ook niet meer terug. Het niet terug komen na deze sanctie suggereert dat het gevoel van veiligheid van deze jongere heeft geschaad. De discipline en hiërarchie die kickboksen als sport kenmerkt staat hier op gespannen voet met het gevoel van veiligheid.

Uit de bovenstaande casussen blijkt dat er veel aandacht is voor het zorgzame en veilige sportklimaat (de onderkant van het pedagogisch sportkompas). Al staat het sociaal veilige klimaat soms onder druk. Met de complexiteit van de problematiek van jongeren in Den Bosch en de vete tussen drugsbendes in Zwolle is het te verwachten dat er zich af en toe een incident voordoet. De vraag is hoe ga je daar het best mee om kan gaan. Zowel in Zwolle als Den Bosch is daar aandacht voor. Een sociaal veilig klimaat is de beste voedingsbodem voor groei (zie hoofdstuk 1). Zeker voor vechtende jongeren is het sociale veilige klimaat van groot belang om tot groei en veerkracht te komen. Hierover wordt meer duidelijk bij het bespreken van de persona's.



Hoe zit het met de bovenkant van het kompas: het ontwikkelingsgerichte klimaat en het motivationele klimaat? Weer kijken we naar didactiek en communicatie, maar nog meer dan bij de onderkant van het kompas is het goed om te kijken naar de interactie tussen sport en leefwereld. Ter motivatie worden op de verschillende locaties verschillende zaken ingezet. Elke locatie kent zijn eigen bevestigende rituelen (zie Abdallah, 2018) om jongeren te motiveren. Aanmoedigen en complimenten geven wordt overal gedaan. Sommige plekken zetten beloningssystemen in. In Amsterdam zijn er kleuren shirtjes die aangeven hoe ver de verschillende jongeren zijn gevorderd. Daarbij wordt naast sporttechnisch niveau ook naar gedrag gekeken. Ook geeft de trainer daar wel eens een paar handschoenen weg ten overstaande van de hele groep. In Den Bosch is er een kleurencirkel. Zat je in groen, mocht je mee op een uitje. Deze kleurencirkel leek in essentie op het Amsterdamse systeem maar met de nadruk voornamelijk op gedrag. Ook worden tijdens de opstelling (zie hoofdstuk Den Bosch voor details) complimenten gegeven en worden sociale activiteiten als samen

zwemmen als beloning in gezet. In Zwolle zitten beloningen voornamelijk in de privileges die samen hangen met het cultuurdragerschap. In Zeist bestaat niet een dergelijk beloningsysteem. Wel lijkt het onderdeel van de wedstrijdgroep voor de jongeren te voelen als een grote beloning. Deze vechters krijgen ook meer persoonlijke aandacht van de trainers. Deze ‘bekrachtigende interactierituelen’ geven de jongeren de bevestiging dat ze op de goede weg zijn (Abdallah, 2018).

Nu we het pedagogisch klimaat hebben geanalyseerd gaan we kijken wat voor een jongeren we tegen kwamen in de gyms en hoe kickboksen bij hen bijdraagt aan veerkrachtige identiteitsontwikkeling.

## 7.2 Persona's

De jongeren die we tegenkwamen zijn per locatie beschreven in de voorgaande hoofdstukken en dat leidde tot verschillende typologieën per locatie. De typologieën noemen we in dit conclusiehoofdstuk persona's, naar analogie van het gebruik van de term persona's in ontwerponderzoek (Blomkvist, 2002). In Zeist en Amsterdam zijn de gesproken en geobserveerde jongeren doorgaans jonger. Er lijken ook minder problemen in de verschillende leefgebieden dan bij de jongeren in de jongerenwerkprogramma's van Zwolle en Den Bosch. Hoewel er dus verschillen zijn tussen de jongeren op de verschillende locaties is er ook een gemeenschappelijkheid te herkennen in de aangetroffen jongeren. Op alle locaties zijn er jongeren die boven komen drijven (zie beschrijvingen per locatie), jongeren die worstelen en jongeren die afhaken. Met afhaken bedoelen we afhaken bij de sport of het jongerenwerkprogramma. Bij de persona's zijn er ook verschillen in de impact op de veerkracht en ervaren grip op het leven (agency) van kickboksen. Alles samen nemend komen we de volgende persona's tegen: de veerkrachtige vechters, de opvallende vechters, de onopvallende vechters en de vlinders. We schetsen eerst kort een beeld van deze jongeren, waarna we met behulp van alle beschikbare informatie duiden hoe de sport bijdraagt aan veerkracht en agency.

### 7.2.1 De veerkrachtige vechter (bovendrijven)

Deze categorie omvat vechters die in staat zijn aan toekomstdoelen te werken, die soms antisociale verleidingen op hun pad vinden, maar meestal goed in staat zijn daar weerstand aan te bieden. Ze kenmerken zich door een steunend netwerk en relatief weinig problemen in de verschillende leefwerelden. Het kickboksen heeft een centrale rol in hun leven. Ze kennen waarde toe aan deze sport en geven aan dat de sport hen helpt. Een aantal geeft aan dat de structuur van de sport hen ook helpt in andere situaties en met andere doelen. De vraag is echter of ze zonder deze sport ook, agency, grip op hun leven zouden hebben en veerkracht zouden laten zien vanwege hun goede uitgangssituatie. Ze laten individuele veerkracht (zie inleiding voor niveaus van veerkracht) zien en zijn onderdeel van veerkrachtige gemeenschappen (steunend netwerk, stabiele school-, werk- en thuissituatie).



### 7.2.2 De opvallende “vechter” (worstelen en bovendrijven)

Deze jongeren flirtten met de verleidingen van de straat. Ze hebben vaak affiniteit met de sport omdat het goed bij hun belevingswereld en imago past. Deze jongeren hebben ook vaker problemen thuis (denk aan: vechtscheidingen, dominante/agressieve vaders). De sport geeft ze een plek waar ze structuur en rolmodellen vinden en aangesproken worden op discipline. De term ‘opvallend’ is hier gekozen omdat ze voornamelijk externaliserend gedrag laten zien: gedrag dat opvalt. De sport biedt juist voor deze doelgroep allerlei aanknopingspunten voor het ontwikkelen van veerkracht via de sport. Ze kunnen door tegen

goede tegenstanders te sparren of door oefeningen te doen met de trainer ervaren waar ze staan, gecorrigeerd worden. Ze leren door de vaak fysiek zware trainingen volhouden en incasseren. Deze jongeren hebben niet zulke strak omljnde doelen als de veerkrachtige vechters, maar lieten gedurende het onderzoek wel zien dat ze door de sport houvast hadden, zeker ook omdat ze liefde voor de sport hebben gevonden. Ze lijken zich erg bewust van het feit dat als ze op straat hun technieken zouden gebruiken, dat bij trainers terecht komt. Incidenteel gaat het mis, maar die informatie vond in die gevallen inderdaad de weg naar de trainers en jongerenwerkers. Ze worden dus gehoord en gezien. In de jongerenwerkprogramma's leidt dit gedrag niet direct tot uitsluiting, bij reguliere gyms gebeurt dit eerder, maar daar zijn dit soort gevallen uitzonderingen. Het evenwicht is wel fragiel door de beperkte hulpbronnen die deze jongeren hebben. Gedurende de pandemie hadden zij het extra zwaar door het wegvallen van structuur en daarmee ook deels het onderdeel zijn van de veerkrachtige gemeenschap van de gym. Het risico is dat ze van de radar verdwijnen en zich niet meer in de gyms laten zien. Met deze sport kan aan hun veerkracht gewerkt worden. Zowel door het kunnen werken aan individuele veerkracht als door het vormen van een veerkrachtige gemeenschap binnen de gym. Daar zien we zeker voorbeelden van, maar het is een kwestie van lange adem. Voor de reguliere gyms in onze studie is het lastiger contact te houden als ze verdwijnen, voor de jongerenwerkorganisaties is het iets makkelijker omdat ze ook op straat jongeren weten te vinden die uit beeld raken.

## DE OPVALLENDE VECHTER

HET GAAT ZO GOED  
MET KEVIN!

HIJ  
WAS LAATST  
BETROKKEN  
BIJ EEN  
GEVECHT



### 7.2.3 De onopvallende “vechter” (bovendrijven met risico tot afhaken)

Deze groep zien we vooral terug in het jongerenwerkprogramma in Den Bosch (en onder de *zelfverdedigers* in Zeist). Waar de vorige groep vooral opvalt door externaliserend gedrag is dat bij deze jongeren niet het geval. Dat betekent niet dat ze niet worstelen. In tegendeel, ze worstelen vooral met angsten, depressieve gedachtes en een laag gevoel van eigenwaarde. Ook bij hen is er net als bij de *opvallende vechters* vaak sprake van een vervelende thuissituatie of andere risicofactoren (in geval van Den Bosch bijvoorbeeld een licht verstandelijke beperking, en mogelijk oorlog trauma's). Op school vinden ze vaak ook weinig aansluiting en ze hebben geen duidelijke lange termijnplannen. Bij deze groep ontbreekt een directe passie voor de sport die aanleiding is om ermee te beginnen. Ze lijken minder gemotiveerd en laten zich minder vaak op trainingen zien. Er komt bij hen minder energie vrij bij animerende rituelen zoals bijvoorbeeld sparren. Waarschijnlijk is er extra aandacht nodig van de trainers om ze een veilig pedagogisch sportklimaat te bieden. Ze lijken ook vaker af te haken, al kunnen we daar op basis van de data geen harde conclusies aan verbinden. De data laat een diffuus beeld zien. Mogelijk maakt het kickboksen sommigen van hen zekerder en vergroot het hun eigenwaarde. Een aantal jongeren geeft dat duidelijk



aan. Mogelijk zijn er onder afhakers van andere locaties ook jongeren die in deze categorie vallen. Voor hen herbergt de sport zoals aangeboden te weinig versterkende rituelen.

### 7.2.4 Vlinders (afhaken)

Deze soms nog erg jonge sporters zijn nog niet gegrepen door de sport. Ze laten ook nog niet de discipline en toewijding zien die de *veerkrachtige vechters* en de *opvallende vechters* aan de dag leggen. Zij switchen vaak nog van voorkeuren voor een bepaalde sport. Ze zijn eigenlijk op een andere manier veerkrachtig. Ze laten flexibiliteit zien in hun voorkeuren. Maar dit is geen veerkracht die voorkomt uit de kickboksport. Als deze jongeren in latere fase bewust voor een sport kiezen (dat hoeft dus helemaal geen kickboksen te zijn), kunnen ze met die sport aan een veerkrachtige identiteit werken.



### 7.3 Pedagogisch Handelen (in relatie tot veerkracht en grip op het leven)

De sport geeft dus mogelijkheden tot het vergroten van veerkracht van wat wij vechtende jongeren noemen. Vooral bij de opvallende vechter als de onopvallende vechter is er aanleiding te denken dat er een relatie is tussen hoe de sport wordt aangeboden en het ontwikkelen van veerkracht. Zoals hierboven al beschreven lijkt voor de eerste categorie dat ze veerkracht halen uit kickboksen, terwijl voor de tweede categorie het beeld diffuser lijkt. We proberen het pedagogisch handelen binnen deze categorieën te analyseren aan de hand van het talentologisch model om zicht te geven op hoe veerkracht (wel of niet) in deze categorieën jongeren tot stand komt. Wat brengt het pedagogisch handelen van de trainer teweeg in de aspiratie-, emotie-, relatie en impressiehuishoudingen van deze jongeren?

In deze sport heeft de trainer de mogelijkheid om letterlijk zeer dichtbij de jongeren te komen. De trainer staat op armlengte afstand en kan de bewegingen van de jongeren sturen. Een sterke band tussen trainer en pupil versterkt de zogenoemde 'relatiehuishouding' wat kan leiden tot het doorlopen van de opwaartse *loops* (zie Inleiding, Figuur 3: het talentologisch loopmodel). Het ontstaan van deze sterke band kan ertoe leiden dat de jongere in zijn aspiratiehuishouding steeds hogere doelen wil bereiken op het vlak van kickboksen. Het helpt dan dat de trainer in die sport al veel heeft bereikt. Het kickboksen kan ook veranderingen tot stand brengen in de emotiehuishouding. Positieve ervaringen op de mat kunnen leiden tot positieve ervaringen in de emotiehuishouding en dat is extra belangrijk voor jongeren die veel faalervaringen op andere leefgebieden hebben. Daarin spelen herstellende, animerende en bevestigende rituelen een rol (Abdallah, 2018), die essentieel zijn voor de groei van individuele veerkracht. Uiteindelijk kunnen al die veranderingen leiden tot een andere belichaming (impressiehuishouding). Een jongere uit de *opvallende vechters* categorie zegt daarover dat hij vroeger bij iedereen potentiële vijandigheid zag, maar nu mensen tegemoet treedt met een lach. Hij kan dat met name doen omdat hij weet dat hij dan zijn mannetje kan staan, mocht er een conflict komen. Hier komen veerkracht en agency (grip op het leven) mooi samen. Het kickboksen gaf hem succeservaringen wat hem veerkrachtiger maakt waardoor hij het gevoel heeft dat hij zelf controle heeft op hoe zijn leven loopt.

Om dit te bereiken is het essentieel (wil kickboksen tot een veerkrachtige identiteit leiden) dat ervaringen op de mat positieve ervaringen zijn. Zo geeft bijvoorbeeld de trainer uit Amsterdam aan dat jongeren leren incasseren. Dat kan je doen door de jongere tegen een sterkere tegenstander te zetten of door ze zware inspanningen te laten doen, bijvoorbeeld een lange serie push-ups. Wordt incasseren door alle jongeren als een positieve emotie gezien? Goede begeleiding van de trainer is daarvoor belangrijk. Als de jongere groeiende aspiraties heeft op kickboksgebied, dan is dat voor hem makkelijker als een positief onderdeel te zien dan als die ambitie er niet is. Dat is ook een belangrijk onderscheid dat we zien tussen de *opvallende jongere* en de *onopvallende vechter*. Jongeren die externaliserend gedrag laten zien voelen zich eerder aangetrokken tot een sport die daar bij past. Bij de onopvallende vechters is die affiniteit minder. Ervaringen als incasseren kan door de *onopvallende vechters* vooral als negatief gezien worden (geen versterkend ritueel maar eerder een verzwakkend ritueel) met negatieve gevolgen voor de emotiehuishouding. Dit



kan leiden tot het in stand houden van de belichaming (impressiehuishouding) van een lage veerkracht. Een trainer die bij onopvallende vechters focust op leren incasseren gaat dus voorbij aan wat deze jongeren nodig hebben.

Bij inadequaat pedagogisch handelen kunnen de ervaringen op de mat de onveiligheid voor de onopvallende vechters zelfs vergroten. Als we op de juiste pedagogische aanpak voor deze groep verder willen specificeren moeten we daar meer onderzoek naar doen. Het effect op individuele veerkracht bij de groep met externaliserende problematiek lijkt groter te zijn in ons sample, mogelijk passen dit soort jongeren ook beter bij de pedagogische aanpak van de meeste trainers in ons sample. Als we meer individueel op positieve succeservaringen op de mat focussen zoals in Zwolle gebeurt, zou het mogelijk tot andere resultaten leiden.

## 7.4 Conclusies

Een kort samengevat antwoord op de eerste twee onderzoeksvragen luidt als volgt:

- Welke factoren van de vechtsportcontext dragen bij aan het werken aan persoonlijke talentontwikkeling?

De relatie die de trainer heeft met de jongeren, omdat hij letterlijk zo nabij is, draagt bij aan de kracht van het instrument kickboksen. Bij veel sporten is de afstand tussen trainer en pupil letterlijk kleiner. Door die nabijheid is een goed zorgzaam- en sociaal veilige klimaat in de gyms nog belangrijker. Dat is voor alle jongeren belangrijk maar zeker voor de jongeren met internaliserende problematiek. Een ook niet te onderschatten factor is dat sommige jongeren enorm gegrepen worden door de sport die goed bij hun belevingswereld past en waar ze in opgaan. De sport daagt hen als het ware uit om doelen te stellen en hun talent te ontwikkelen en beheersen.

- Wat zijn de rituelen in de vechtsportcontext die bijdragen aan veerkracht en 'agency' (ervaren grip op het leven)?

Het contact tussen pupil en trainer op de mat of tussen pupillen onderling zorgt met name voor de groep opvallende vechters tot meer individuele veerkracht en grip op het leven. De duidelijke hiërarchie in de gym en de strikte regels (niet vechten buiten de gym) helpen voor

de opvallende vechters om vaker de goede keuzes te maken op straat. Soms lijkt er sprake van een fragiel evenwicht, wat pijnlijk duidelijk werd toen de sport door de lockdowns tijdelijk wegviel. Een stuk van de veerkracht lijkt ook in de gemeenschap te zitten die in de gym wordt gevormd. Deze gemeenschap viel vanwege Corona weg op sommige locaties van ons onderzoek en daarmee ook de veerkracht die van de gemeenschap uitging. De trainingen geven de jongeren structuur, een doel en verbondenheid. Dat geldt zeker voor jongeren die verbondenheid elders niet voelen (relatiehuishouding), op school het lastig hebben, omdat hun aspiraties niet in het cognitieve domein liggen (aspiratiehuishouding), en die daardoor veel faalervaringen opdoen (emotiehuishouding). Als je dan aangesproken wordt op een talent dat bij je past (kickboksen) en je daarin succeservaringen viert draagt dat bij aan veerkracht. De *veerkrachtige vechters* die vaak al langer boksen en waarbij kickboksen belangrijk is voor hun aspiratiehuishouding leken gedurende de lockdowns beter in staat grip op hun leven te houden. Zij waren in staat hun doelen in het oog te houden (agency). Mogelijk zou dit ook een uitkomst kunnen zijn geweest voor andere jongeren voor wie de aspiraties niet per se liggen op het vlak van kickboksen als sport, maar op sterker worden, meer zelfvertrouwen krijgen. Vaak wordt er niet specifiek naar dit soort aspiraties gevraagd door trainers. Voor de *onopvallende vechter* is kickboksen mogelijk een goed middel. Dat zijn vaak jongeren met een meer internaliserende problematiek. De data laten voor hen een diffuser beeld zien. Mogelijk hebben zij een andere aanpak nodig (meer één op één begeleiding, meer begeleiding op succeservaring dan op omgaan met tegenslag). De trainer van Amsterdam geeft ook aan dat hij liever de grootse boef heeft dan een jongere die de vechtscheiding van zijn ouders meemaakt, wat een mooie illustratie biedt en toont dat op dat vlak nog wat te leren is. Een trainer kan er natuurlijk ook bewust voor kiezen met jongeren te werken die goed renderen bij zijn aanpak.

## 7.5 Aanbevelingen

Wat betekent de analyse en conclusie concreet voor de beantwoording van de derde deelvraag die zich focust op aanbevelingen?

- Hoe kunnen de opleidingen en vechtsportpraktijken zich op basis van de onderzoeksresultaten verder professionaliseren, zodat aankomende vechtsportprofessionals beter in staat zijn vechtende jongeren adequaat te begeleiden?

Ten eerste is het goed te kijken hoe het gesteld is met het pedagogisch sportklimaat in de gym in kwestie. Is er voldoende sprake van een zorgzaam en sociaal veilig klimaat zodat jongeren zich veilig voelen en weten dat er aandacht voor ze is? Dat is de basis om een goed motivationeel en ontwikkelingsgericht klimaat tot stand te brengen. Het is wel van belang voor het motivationeel klimaat dat iedereen beloond kan worden. Als iemand bokshandschoenen cadeau krijgt voor een sporttechnische prestatie kan de rest van de groep denken 'Ik ga ook voor dat niveau' of 'dat niveau haal ik nooit' (niet iedereen is een Badr of een Rico). Die laatste gedachte frustreert de aspiratiehuishouding. Dat voelt dan mogelijk als niet eerlijk, wat impact heeft op de emotiehuishouding. Geef je diezelfde handschoenen als een beloning voor groei, inzet en doorzettingsvermogen, dan kan het juist wel ook deze jongeren motiveren. Het pedagogisch kompas kan als tool helpen het pedagogisch klimaat in de gym te verbeteren.

Dat pedagogisch klimaat is nog belangrijker als je te maken hebt met vechtende jongeren die op andere leefgebieden menig uitdaging op hun pad vinden. In alle gyms was sprake van een zorgzaam klimaat. Er was oog voor de individuele kenmerken van de jongeren. Dit kwam misschien mede door de pedagogische achtergrond van de betrokkenen. Voor (aankomend) professionals die kickboksen als pedagogisch middel gaan inzetten is het belangrijk dat ze bij vechtende jongeren allereerst goed nagaan met welke jongeren ze te maken hebben en waar hun aspiraties en mogelijkheden liggen. Het lag in de lijn der verwachting dat er af en toe een incident zou zijn. Daar is ad hoc maar met zorg op ingespeeld. Passend bij hoe jongerenwerkers vaak werken: aansluiten bij de doelgroep en present zijn (Baart, 2001). Het kan goed zijn bij het ontwerpen van het programma na te denken over wat voor een incidenten te verwachten zijn met de jongeren die meedoen en vooraf na te denken over hoe in zulke gevallen kan worden opgetreden. Zorg dat het incidentenprotocol en repressieve maatregelen op orde zijn. Denk ook na over wie welke rol heeft. Ben je de trainer of ben je ook een coach of vertrouwenspersoon? Het is zeker voor vechtende jongeren van belang dat al die rollen vervuld worden in de gym om het als



pedagogisch middel in te kunnen zetten om veerkracht te vergroten. Dit hoeft niet perse binnen één persoon verenigd te worden.

Overigens (zoals in de inleiding aangegeven) zijn veel beleids- en opiniemakers huiverig om deze jongeren te laten kickboksen, omdat ze de nieuwe vechtvaardigheden mogelijk op straat gaan inzetten. We zien in de data geen aanleiding om te denken dat dat zo is.

Uit de verschillen tussen de persona's komt naar voren dat het met kickboksen als middel zeker niet 'one-size-fits-all' is. Waar de ene jongere baat heeft bij een directe aanpak van de trainer kan dat bij de ander juist tot gevoelens van onveiligheid leiden. Het is voor de trainer/jongerenwerker goed om na te denken over welke vechtende jongere je voor je hebt. Een veerkrachtige vechter kan als rolmodel ingezet worden, bij een opvallende vechter is het noodzaak om op begrenzing te sturen en bij een onopvallende jongere op succeservaringen in een compleet veilige situatie. De trainers refereren er vaak aan dat ze deze jongeren snappen omdat ze ooit ook zelf zo waren. Daarin ligt het risico besloten dat ze de unieke eigenschappen van deze jongere in deze situatie over het hoofd zien. "Ik had een schop onder mijn kont nodig, dus deze jongere ook!" Bedenk dat deze jongere mogelijk iets anders nodig heeft in deze situatie.

Wanneer kickboksen wordt ingezet als pedagogisch middel heeft men vaak de pretentie dat het ook effect heeft op andere terreinen dan de sportcontext. Daarvoor zijn dus niet alleen succeservaringen nodig op de mat, maar ook zo concreet mogelijke voorbeelden van wat die ervaringen kunnen opleveren buiten de gym. Alle trainers in onze studie zetten daarop in, maar dat doen ze niet altijd bewust, bijvoorbeeld bij jongeren met

een licht verstandelijke beperking. Dan is het maar de vraag of deze jongere de verwijzing naar een situatie buiten de gym wel snapt (zie hoofdstuk Den Bosch). Reflecteren in het moment zelf is dan noodzakelijk (zie Spruit, van der Stouwe, & Moonen, 2016 voor kritische reflectie op het inzetten van sport als middel bij LVB).

Bij elk sportprogramma dat ook een pedagogisch doel dient is het goed ook contact te hebben met mensen die zicht hebben op meer leefgebieden dan de gym. Het is goed om zowel contact te hebben met de ouders als met school. In het geval van externaliserende problematiek horen daar ook de wijkagent of jongerenwerkers bij. Hoe zwaarder de problematiek, des te meer dit totaalbeeld nodig is. Dit zagen we duidelijk terug in onze data. Op al onze locaties waren er goede contacten met deze partijen. Het is voor de vechtende jongeren goed om deze contacten niet enkel informeel te hebben maar ook te formaliseren, bijvoorbeeld altijd een ouder bij een intake (Zeist, Amsterdam) of het betrekken van jeugdpreventiewerkers (Den Bosch). Vechtende jongeren hebben baat bij een goed steunend netwerk. Het verdient aanbeveling dit in kaart te brengen, met een heldere rol en taakverdeling.

## Dankwoord

Dit project was niet mogelijk geweest zonder een aantal mensen. Te beginnen met de initiatiefnemers: Tara van den Berg, Marian ter Haar en Maike Kooijmans. Dank voor jullie inzet om dit project van de grond te krijgen. Toen het eenmaal liep kon het project natuurlijk niet zonder de inzet van alle trainers en jongerenwerkers. Tarek Slimani, Nourdin el Otmani, Patrick van Neerden, Elwin van den Beld, Reggae Coutinho, en Hicham El Gaoui, bedankt voor het openstellen van jullie gyms en programma's zodat wij mee konden kijken en van jullie mochten leren. Alle betrokken studenten bedankt, en in het bijzonder Veerle van Nijnanten en Anne Verhappen, die anderhalf jaar lang intensief betrokken zijn geweest bij het project. Marlies Molenaar en Jos Legebeke, dank jullie voor het inbedden van dit project in jullie welzijnsorganisaties. Gedurende het project waren Nicolette Schipper-van Veldhoven, Stijn Verhagen en Stijn Sieckelinck altijd bereid mee te denken over de inhoudelijke richting van het project. Wouter Schols en Talje Dijkhuis, jullie hielden ons scherp met oog op de opbrengsten voor de praktijk. Kivanç Avci, dank voor al je hulp met de financiën en Jeanine van Geest voor het stroomlijnen van de monitoring van het project. Lisette Weijers, bedankt voor het meedenken over uitdagingen die mede door de pandemie de voortgang belemmerden. Aan het eind van de rit hebben Maike Kooijmans, Marlies Molenaar, Nicolette Schipper-van Veldhoven en Tarek Slimani nog extra feedback gegeven op het eindrapport. Dank jullie voor deze extra inzet. Rest ons nog alle jongeren uit Zeist, Zwolle, Amsterdam en Den Bosch te bedanken voor het delen van hun ervaringen in de gym en in het leven.

## Referenties

- Abdallah, S. (2018). Jongerenwerk, remedie tegen geweld en drugs. *Tijdschrift voor sociale vraagstukken*, 2018(1).
- Abdallah, S., Kooijmans, M., Sonneveld, J. (2016). *Talentgericht werken met kwetsbare jongeren. Ontwikkelwerk, erkenningswerk, verbindingswerk*. Bussum: Coutinho.
- Allecijfers.nl. (2021). *Wijken en buurten in Zwolle*. Geraadpleegd op 16 juni 2021, van <https://allecijfers.nl/gemeente-overzicht/zwolle/>
- Baart, A. (2001). *Een theorie van de presentie*. LEMMA.
- Blomkvist, S. (2002). Persona—an overview. Retrieved November, 22, 2004.
- Bourdieu, P. (1984). A social critique of the judgement of taste. *Traducido del francés por R. Nice. Londres, Routledge*.
- Bronkhorst, A., De Greeff, M., Hofenk, H., Jacobs, F., Luderus, A., & Schipper-van Veldhoven, N. (2021). *Kids First, towards a pedagogical climate*. Zwolle: Windesheim
- Casey, B. J., Getz, S., & Galvan, A. (2008). The adolescent brain. *Developmental Review*, 28(1), 62-77.
- Crone, E. (2018). *Het puberende brein: Over de ontwikkeling van de hersenen in de unieke periode van de adolescentie*. Prometheus.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 11(4), 227-268.
- Ellis, B. H., & Abdi, S. (2017). Building community resilience to violent extremism through genuine partnerships. *American Psychologist*, 72(3), 289.
- Endresen, I. M., & Olweus, D. (2005). Participation in power sports and antisocial involvement in preadolescent and adolescent boys. *Journal of child Psychology and Psychiatry*, 46(5), 468-478.
- Erikson, E. H., & Erikson, J. M. (1998). *The life cycle completed (extended version)*. WW Norton & Company.
- Gemeente Amsterdam (2017). *Gebiedsanalyse 9 2017 Slotervaart*.
- Gemeente 's-Hertogenbosch (2019). *Wijkfoto West*.
- Gemeente Zeist. (2019). *Op weg naar ambities voor 2035. Vollenhove vooruit*.
- Gemert, F. H. M. van (2019). Knokkers en Vrije Jongens: Het criminele verleden van het Nederlandse kickboksen. *Proces: Tijdschrift voor strafrechtspleging*, 98(3), 166-183.

- Halsema, F., Depla, P., Geluk, L., Putters, K., Boutellier, H., & Winter, M. D. (2020). *Verslag Werkgroep Sociale Impact van de Coronacrisis*. Amsterdam: Vereniging van Nederlandse Gemeenten, mei 2020.
- Helmreich, I., Kunzler, A., Chmitorz, A., König, J., Binder, H., Wessa, M., & Lieb, K. (2017). Psychological interventions for resilience enhancement in adults. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2017(2).
- Kars Advies. (2011). *Zeist. Schets van de woonbeleving en samenlevingstypen in Zeist*.
- Kooijmans, M. (2016). *Talent van de straat. Hoe je jongeren kunt verleiden uit de criminaliteit te blijven*. Van Genneep.
- Langeveld, M. J. (1979). *Beknopte theoretische pedagogiek*. Wolters-Noordhoff.
- Laumans, W. & M. Schrijver (2014) *Mocro Maffia; Geld, ambitie, hoogmoed en verraad in de onderwereld*. Lebowski.
- Lee, van der R., (2018, 26 mei). De boefjes van de Bossche Kruiskamp. *Brabants Dagblad*
- Lee, van der M. (2019). *Fight 2 Create [project plan, PDF]*. <https://www.bd.nl/s-hertogenbosch/de-boefjes-van-de-bossche-kruiskamp~ad6a1c95/>
- Meerbeek, T. (2021, 13 juli). Drugsoorlog Zwolle: OM wil dat moorddoelwit boete doet voor drugs dealen. *RTV Oost*. <https://www.rtvoost.nl/nieuws/1987241/Drugsoorlog-Zwolle-OM-wil-dat-moorddoelwit-boete-doet-voor-drugs-dealen>
- Mutsaers, P., & Demir, S. (2020). *Handen ineen voor meer veerkracht bij jongeren: Preventie van radicalisering en polarisatie: Een literatuuronderzoek naar beleid, prioriteiten, programma's en samenwerkingspartners voor (risico) jongeren*. Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid.
- Raadsinformatiebrief B&W (2018). Onderwerp: Integrale aanpak jongeren in de wijk.
- De Rijzert. (z.j.). *Aanmelding*. Geraadpleegd op <https://www.rijzert.nl/html/ouders-en-verzorgers/aanmelding.html>
- Schutte, C. (2011). Dojo als doe-het-zelf zetje in de goede richting. *de Swollenaer*. <https://issuu.com/brugmedia/docs/170111-swollenaer>
- Sieckelinck, S. (2017). *Reradicaliseren: Ronselen voor een betere wereld*. Lannoo Meulenhoff-Belgium.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15(3), 194-200.



- Spruit, A., Stouwe, T. van der, & Moonen, X. (2016). Wat kunnen we leren van onderzoek dat zich richt op sport als interventie voor de behandeling van jongeren met een LVB en externaliserende gedragsproblemen? Een kritische reflectie op recent gepubliceerd onderzoek. *Onderzoek & Praktijk*, 14(2), 7-13.
- Stephens, W., & Sieckelinck, S. (2020). Being resilient to radicalisation in PVE policy: a critical examination. *Critical Studies on Terrorism*, 13(1), 142-165.
- Trulson, M. E. (1986). Martial arts training: A novel "cure" for juvenile delinquency. *Human Relations*, 39(12), 1131-1140.
- Travers Welzijn (2021a). *Jongerencentrum Free2Move*. Geraadpleegd op 1 juli 2021, van <https://traverswelzijn.nl/locaties/free2move/>
- Travers Welzijn (2021b). *Weerbaarheid en eigen kracht*. Geraadpleegd op 1 juli 2021, van <https://traverswelzijn.nl/themas/weerbaarheid-en-eigen-kracht/>
- Ungar, M., Ghazinour, M., & Richter, J. (2013). Annual research review: What is resilience within the social ecology of human development? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 54(4), 348-366.
- Ungar, M., & Liebenberg, L. (2011). Assessing resilience across cultures using mixed methods: Construction of the child and youth resilience measure. *Journal of Mixed Methods Research*, 5(2), 126-149.
- Vertonghen, J., & Theeboom, M. (2010). The social-psychological outcomes of martial arts practise among youth: A review. *Journal of Sports Science & Medicine*, 9(4), 528.
- Vertonghen, J., Theeboom, M., & Pieter, W. (2014). Mediating factors in martial arts and combat sports: an analysis of the type of martial art, characteristics, and social background of young participants. *Perceptual and Motor Skills*, 118(1), 41-61.
- Voetbalschool Nieuw-West direct gesloten wegens beschieting. (2020, 31 juli). *Het Parool*. <https://www.parool.nl/amsterdam/voetbalschool-nieuw-west-per-direct-gesloten-wegens-beschieting~b556baff/>
- Vriesema, I. (2020, 6 februari). De flat. *NRC*. <https://www.nrc.nl/nieuws/2020/02/06/de-flat-a3989318>
- Vugts, P. (2014) *Doorgesloten; De nieuwe generatie onstuitbare criminelen*. De Kring.
- Wacquant, L. J. (1995). Pugs at work: Bodily capital and bodily labour among professional boxers. *Body & Society*, 1(1), 65-93.

Wolsink, J., Boer, H. de, Wijk A. van (2021). *Jeugdproblematiek in Zwolle: Een onderzoek naar de omvang, aard en aanpak*. Beke.

## Bijlage 1

### Veerkrachtmeting

Hieronder vind je een aantal vragen en stellingen. Kies daarbij het antwoord dat het beste bij je past en vink dit hokje aan. Let er op dat je één antwoord aanvinkt, tenzij anders is aangegeven. Verder is het belangrijk dat je de vragenlijst alleen invult. Uiteraard mag je altijd om hulp vragen als je een vraag niet helemaal begrijpt. Het invullen kost ongeveer 5 minuten.

Alle gegevens worden vertrouwelijk behandeld en zijn alleen in te zien voor de onderzoekers.

Succes met het invullen en hartelijk dank alvast!

### Vragen:

- Jouw voornaam
- Jouw achternaam
- Wat is je geslacht?
  - Man
  - Vrouw
  - Anders
- Wat is je geboortedatum? (Vul het in als dag/maand/jaar) bijvoorbeeld: 13 maart 2001 vul je in als: 13/03/2001
- Met wie woon je op dit moment samen (je kunt meerdere mogelijkheden aanvinken)
  - Moeder
  - Vader
  - Broer(s)
  - Zus(sen)
  - Oma
  - Opa
  - Tante
  - Oom
  - Neef
  - Nicht
  - Vriend(in)
  - Anders, namelijk ...

### Stellingen

Geef aan in hoeverre je het met onderstaande stellingen eens bent:

- Helemaal niet mee eens
- Niet mee eens
- Neutraal
- Mee eens

- Helemaal mee eens

1. Ik kan moeilijk met stress omgaan
2. Ik weet wie ik in mijn omgeving om hulp kan vragen als ik dat nodig heb
3. Nadat ik stress heb gehad, ben ik snel weer mijzelf
4. Ik kan op mijn vrienden rekenen
5. Het is moeilijk voor mij om verder te gaan als er iets vervelends gebeurt
6. Thuis praten we over gevoelens
7. Struggles houden mij niet tegen om door te gaan met mijn leven
8. Mijn omgeving behandelt mij oneerlijk
9. Als ik in de shit zit, duurt het lang om er uit te komen
10. Ik weet waar ik goed in ben

#### Slotvraag

- Wil je verder nog iets kwijt?

## Bijlage 2

### Wat zijn fieldnotes?

“The written account of what the researcher hears, sees, experiences, and thinks in the course of collecting and reflecting on the data in a qualitative study” (Bogdan & Biklen 1992: 119). Denk aan de vijf zintuigen: horen, zien, voelen, ruiken en proeven en meemaken, beleven. Dus niet alleen wat je ziet. Bovendien hoort daarbij reflecteren, ook op eigen rol. Twee soorten worden onderscheiden. Beschrijvende fieldnotes: zoveel mogelijk gedetailleerde aspecten van de sociale situatie in woorden beschreven. Reflectieve fieldnotes: de eigen ideeën, bedenkingen, gevoelens etc. van de onderzoeker. Memo's.

### I Eerste bezoek aan de gym (toegepast op Zeist/Den Bosch/Zwolle)

Beschrijvende fieldnotes:

- Beschrijving van de fysieke setting
- Portretten van personen (subjecten); Een beschrijving van degenen die aanwezig zijn. Is de groep groot, dan meer generiek.
- Reconstructie van dialogen (quotes, gebaren, accent, gezichtsexpressie)
- Beschrijving van wat zich afspeelt (algemeen)
- Gedetailleerde beschrijving van aspecten die centraal staan in het onderzoek zoals bijvoorbeeld rituelen, veerkracht en weerbaarheid.
- Beschrijving van houding en gedrag van onderzoeker ('Minimise your influence, but expect some impact')

Reflectieve fieldnotes:

- Reflectie op analyse; Is mijn plan wel goed? Moet ik bijslipen?
- Reflectie op methode; Is mijn plan wel goed? Moet ik bijslipen?
- Reflectie op ethische dilemma's
- Reflectie ten aanzien eigen opvattingen
- Punten ter verduidelijking (dingen die je bij nader inzien beter begrijpt); Aanvankelijk dacht ik dat het zo zat, maar nu weet ik dat het anders werkt, namelijk...

### II Eerste les als toeschouwer (toegepast op Zeist/Den Bosch/Zwolle)

Beschrijvende fieldnotes:

- Beschrijving van de fysieke setting
- Portretten van personen (subjecten); Een beschrijving van degenen die aanwezig zijn. Is de groep groot, dan meer generiek.
- Reconstructie van dialogen (quotes, gebaren, accent, gezichtsexpressie)
- Beschrijving van wat zich afspeelt (algemeen)

- Gedetailleerde beschrijving van aspecten die centraal staan in het onderzoek zoals bijvoorbeeld rituelen, veerkracht en weerbaarheid.
- Beschrijving van houding en gedrag van onderzoeker ('Minimise your influence, but expect some impact')

Reflectieve fieldnotes:

- Reflectie op analyse; Is mijn plan wel goed? Moet ik bijslijpen?
- Reflectie op methode; Is mijn plan wel goed? Moet ik bijslijpen?
- Reflectie op ethische dilemma's
- Reflectie ten aanzien eigen opvattingen
- Punten ter verduidelijking (dingen die je bij nader inzien beter begrijpt); Aanvankelijk dacht ik dat het zo zat, maar nu weet ik dat het anders werkt, namelijk...

### **III Eerste les als deelnemer (toegepast op Zeist/Den Bosch/Zwolle)**

Beschrijvende fieldnotes:

- Beschrijving van de fysieke setting
- Portretten van personen (subjecten); Een beschrijving van degenen die aanwezig zijn. Is de groep groot, dan meer generiek.
- Reconstructie van dialogen (quotes, gebaren, accent, gezichtsexpressie)
- Beschrijving van wat zich afspeelt (algemeen)
- Gedetailleerde beschrijving van aspecten die centraal staan in het onderzoek zoals bijvoorbeeld rituelen, veerkracht en weerbaarheid.
- Beschrijving van houding en gedrag van onderzoeker ('Minimise your influence, but expect some impact')
- Beschrijving van jouw eigen zintuigen tijdens het meetrainen: wat voel, ruik, hoor en zie je?

Reflectieve fieldnotes:

- Reflectie op analyse; Is mijn plan wel goed? Moet ik bijslijpen?
- Reflectie op methode; Is mijn plan wel goed? Moet ik bijslijpen?
- Reflectie op ethische dilemma's
- Reflectie ten aanzien eigen opvattingen
- Punten ter verduidelijking (dingen die je bij nader inzien beter begrijpt); Aanvankelijk dacht ik dat het zo zat, maar nu weet ik dat het anders werkt, namelijk...

## Bijlage 3

### Voorstel Topiclijst interview praktijkprofessionals

#### Trainer

- Achtergrond trainer (voor verdieping beschrijving setting indien nog nodig)
- Waarom ben je trainer geworden?
- Wat is volgens jou een goede trainer

#### Training

- Hoe ziet een training eruit?
  - Hoe geef je aandacht aan het individu?
  - Hoe richt je je tot de groep?
  - Wat vind je lastig als trainer?
- Wat zijn de regels waaraan deelnemers zich moeten houden?
- Welke rol spelen motiveren, belonen en straffen bij de training?

#### Jongeren

- Wie komen er naar deze gym?
- Hoe goed leer je ze kennen en is er ook contact met de ouders?
- Welke doelen hebben ze (aspiraties dromen)?
- Welke talenten hebben ze

#### Relatie

- Hoe bouw je een band op met de jongeren?
  - Wat is de invloed van jouw (sportieve) successen op de relatie?
  - Hoe gebruik je jouw ervaring als vechter?
- (Hoe) onderhoud je contact buiten de gym en waar heb je het dan over?
- Met welk gedrag van jongeren heb je de meeste moeite en wat doet dat met de relatie?

#### Doel

- Wat wil je / wil deze gym bereiken?
- Heeft de gym ook een maatschappelijk doel?

#### Resultaat

- Wat is het (pedagogische) resultaat van de trainingen (voorbeelden)?
  - Hoe ver reikt de invloed van wat je de jongeren leert in de gym (ook buiten gym)? (mogelijk vragen naar agency/zelfregie vergoten)
- Wat zou je nog meer willen doen voor de jongeren op sportief of persoonlijk vlak wat je nu nog niet lukt?
- Hoe gaan jongeren om met teleurstellingen/tegenslag en hoe helpt de training daarbij?



## Bijlage 4

### Gesprek 1 – Docent onderzoeker individueel met jongeren

Doel: kennismaking + leefgebieden in kaart brengen  
Duur: +- 30/45 minuten per jongere  
Locatie: vechtsportschool / jongerencentrum of indien de jongere andere  
locatie wenst ergens anders

### Topiclijst

- Intro gesprek
  - Sinds wanneer en hoe is respondent binnen gekomen bij de vechtsportschool/het jongerencentrum?
  - Hoe vaak komt respondent hier?
  - Wat vindt de respondent fijn aan de vechtsportschool/het jongerencentrum?
  
- Leefgebied straat (vrije tijd)
  - Wat doet respondent graag in zijn vrije tijd? Hobby's, andere sporten?
  - Op welke plekken komt respondent vaak?
  - Heeft respondent werk/een bijbaantje? Hoe bevalt dit?
  - Met wie brengt respondent het meeste tijd door en wie zijn zijn vrienden?
  - Bij wie kan je terecht voor advies/hulp?
  - Smiley op dit moment wat betreft straat en waarom deze smiley? 😊 😐 😞
  - Zouden je vrienden je dezelfde smiley geven, waarom wel waarom niet?
  - Is dit altijd al zo geweest, zo nee hoe was het hiervoor?
  
- Leefgebied gezin
  - Woonsituatie: met wie woont de respondent samen?
  - Hoe gaat het thuis?
  - Wat vind je fijn aan je thuissituatie en dingen die je minder fijn vindt aan je thuissituatie?

- Indien respondent niet alleen woont; op wie kan hij thuis het beste rekenen als er wat is? En waarom? Kun je een voorbeeld geven?
- Smiley op dit moment wat betreft thuissituatie en waarom deze smiley?  

- Zouden de leden van je gezin dezelfde smiley geven als we zouden vragen hoe het met je gaat? Waarom wel/niet?
- Is dit altijd al zo geweest, zo nee hoe was het hiervoor?
  
- Leefgebied school
  - Gaat respondent naar school, zo ja hoe gaat het?
  - Heeft respondent eventueel al diploma's behaald?
  - Wat vindt respondent het leukste en wat minder leuk op school?
  - Wat gaat er goed en wat gaat er minder goed op school?
  - Hoe is het contact met docenten en medeleerlingen?
  - Weet respondent al wat hij later voor beroep wil uitoefenen?
  - Smiley op dit moment wat betreft school en waarom deze smiley? 
  - Zou je mentor? klasgenoten dezelfde smiley kiezen? Waarom wel/niet?
  - Is dit altijd al zo geweest, zo nee hoe was het hiervoor?
  
- Leefgebied virtueel (social media)
  - Is de respondent vaak online, bijv om te gamen of gewoon internetten?
  - Maakt respondent gebruik van social media, zo ja welke?
  - Wie volgt de respondent graag online en waarom?
  - Post de respondent wel eens reacties online en op wat voor onderwerpen?
  - Smiley op dit moment wat betreft virtueel en waarom deze smiley? 
  - Is dit altijd al zo geweest, zo nee hoe was het hiervoor?
  
- Overig
  - Wie is je grootste voorbeeld en waarom?
  - Wat zijn je dromen voor de toekomst?

- Algemene informatie
  - Naam (vertrouwelijk)
  - Geboortedatum
  - Geslacht
  - Woonplaats
  - Geboorteland
  - Afkomst vader
  - Afkomst moeder
  - Broers of zussen?

## Bijlage 5

Topiclijst tweede gesprek jongeren (kort)

Doel: Verdiepend gesprek en bijpraten over impact coronaperiode op hun leven  
Duur: +- 60 minuten per jongere  
Locatie: nog samen te bepalen

### Topiclijst

**Bij alle topics vragen naar concrete voorbeelden en inzoomen op veerkracht, relatie met trainer, aspiraties van jongeren, zelfbeeld en hoe ze willen dat anderen hun zien (imago), emoties en met name daar waar dit alles de sport of trainer raakt.**

- Hoe heb je de coronaperiode tot nu toe beleefd en hoe zien je dagen er nu uit?
- Hoe ziet je leven er nu uit; thuis, op school, straat en virtueel? Is dat anders dan een jaar geleden?
- Belang van sport voor de jongere; denk aan frequentie van beoefenen, kijken van wedstrijden, fit blijven, delen met vrienden, opkijken naar rolmodellen uit de sport.
- Trainingen en ervaringen met trainer(s); Denk aan relatie met trainer, straffen en belonen.
- Conflicten; wat hebben ze geleerd om met conflicten om te gaan; wat hebben ze meegenomen uit de sport
- Veerkrachtmeting & vragen nav intake gesprek
- Toekomstbeeld; denk aan wat wil jongere worden, wat wil hij bereiken met de sport? Is dat onder invloed van corona veranderd?

## Topiclijst tweede gesprek jongeren (uitgebreid)

Doel: Verdiepend gesprek en bijpraten over impact coronaperiode op hun leven

Duur: +- 60 minuten per jongere

Locatie: nog samen te bepalen

### Topiclijst

- **Hoe heb je de coronaperiode tot nu toe beleefd?**
  - Hoe heb je afgelopen periode beleefd? Hoe erg is je leven veranderd en ervaar je steun van anderen (en van wie dan?)?
  - Hoe zag je week er uit en hoe is dat nu? / Wat heb je gedaan in plaats van kickboksen?
  - Indien nog niet hierboven voldoende besproken: impact coronasituatie op de vier leefgebieden; school / gezin / vrije tijd / virtueel?
  - Toekomstbeeld / dromen veranderd? Ook specifiek op het gebied van kickboksen?
  
- **Belang van sport voor jongere**
  - Hoe vaak trainde je normaal gesproken?
  - Hoeveel mensen in je sociaal netwerk boksen ook/of spelen een rol bij het boksen (brengen ouders bijv de jongere weg)?
  - Kijkt jongere wedstrijden/filmpjes over boksen? / volgt jongere bokkers op social media?
  - Hoe groot onderdeel is kickboksen in het leven van de jongere?
  
- **Trainingen en ervaringen met trainer(s)**
  - Hoe gaat je training? Wat vind je fijn en wat niet? Hoe komt dat?
  - Hoe vind je dat de aandacht van de trainer(s) wordt verdeeld tijdens een training?
  - Kun je een moment herinneren dat de trainer iemand corrigeerde/strafte? Hoe deed hij dat? Wat vond je daarvan?
  - Kun je een moment herinneren dat de trainer iemand complimenteerde hoe deed hij dat? Wat vond je daarvan?

- Kun je een moment herinneren dat de trainer jou corrigeerde/strafte? Hoe deed hij dat? Wat vond je daarvan?
- Kun je een moment herinneren dat de trainer jou complimenteerde hoe deed hij dat? Wat vond je daarvan?
- Heb je ook contact met de trainer buiten de training? Zo ja: kun je daar een voorbeeld van geven.

- **Conflicten**

- Had je wel eens conflicten/ruzie voordat je begon met boksen? Hoe ging je daar mee om? Kun je daar een voorbeeld van geven?
- Heb je nu nog wel eens conflicten/ruzie? Hoe ga je daar nu mee om? Kun je daar een voorbeeld van geven?

- **Veerkrachtmeting & vragen nav intake gesprek**

- Uitschieters bespreken nav ingevulde veerkrachtmeting indien van toepassing
- Doorvragen op wie zij als hun omgeving zien (mbt vraag over 'ik word oneerlijk behandeld door mijn omgeving')
- Vragen nav intake gesprek stellen (verschilt per jongere)

## Topiclijst uitvallers

Doel: Erachter komen waarom ze gestopt zijn met kickboksen  
Duur: Afhankelijk van beschikbaarheid jongere  
Locatie: Online

### Topics

**Ook hier goed doorvragen naar de achterliggende redenen waarom diegene gestopt is met kickboksen. Als er een vervangende hobby in de plaats is gekomen, wat brengt dit dan meer of iets anders dan kickboksen bijvoorbeeld?**

- Waarom ben je gestopt met kickboksen? Komt het door push-factoren vanuit de gym of pull-factoren vanuit de omgeving?
- Heb je iets geleerd van het kickboksen wat je in het dagelijks leven toepast?
- Doe je nu iets anders in plaats van kickboksen?
- Hoe gaat het verder met je?