



Handboek Veld 42

Move to inspire, inspire to move

Voorwoord

Kwetsbaar. We hebben de boekjes goed geleerd... maar we weten helemaal niet wat het is om verslaafd te zijn, om geen eten te hebben of om te leven in een onveilige thuissituatie. We kunnen niet begrijpen wat dat is. Waarom je je bed niet uit kunt komen!

In onze groepen zitten mensen met heel veel kennis, bijzondere vaardigheden en ervaringen. Zij kunnen ons leren om op een andere manier naar de werkelijkheid te kijken. En daarnaast kunnen we samen veel organiseren. Als we dat écht samen doen, kunnen we van elkaar leren.

Dat alles begint bij de kwetsbaarheid van de zogenaamde professionals. Durven loslaten, durven delen en durven zeggen dat je het niet kunt of weet.

Ik ben heel blij met dit handboek en ik hoop heel erg dat we laten zien dat jouw kwetsbaar opstellen ervoor zorgt dat je met jouw deelnemers gaat ontwikkelen.

Kees Grovenstein

Founder Veld 42

Inleiding

Er zijn talloze redenen om te sporten. Zo biedt sport de mogelijkheid om gezond te blijven of even stoom af te blazen. Onderzoek laat zien dat sport op allerlei niveaus invloed heeft op de ontwikkeling van mensen (Bailey, Hillman, Arent & Petitpas, 2013). Dit geldt ook voor mensen in een kwetsbare positie (D'Andrea, Bergholz, Fortunato & Spinazzola, 2013; Meek & Lewis, 2014). Bij Veld 42 brengt sport mensen samen en biedt het een steuntje in de rug voor hen die dat nodig hebben. In dit handboek beschrijven we hoe Veld 42 dat aanpakt.

Veld 42 is in 2001 opgericht door Kees Grovenstein, waar hij nog steeds actief is als coördinator. Veld 42 biedt onder andere twee keer per week voetbaltraining aan voor mensen in een kwetsbare positie. Veld 42 bewijst al jaren dat sport en bewegen meer is dan alleen een hobby of een leuke manier om gezond te blijven.

Dit handboek is het resultaat van het tweejarige SIA Raak-Publiek onderzoeksproject Sport voor Participatie, dat is uitgevoerd door Hogeschool Utrecht (lectoraat Participatie en Stedelijke Ontwikkeling en lectoraat Werken in Justitieel Kader) en Hogeschool Windesheim (lectoraat Bewegen, School en Sport). Belangrijk onderdeel van het onderzoek waren participerende observaties en interviews met betrokkenen van Veld 42. Het handboek is ontstaan vanuit de wens van de coördinator van Veld 42. Het beschrijven van de werkwijze van Veld 42 kan een inspiratie zijn voor andere sport- en beweegprojecten. Het doel van dit handboek is daarom om de werkwijze van Veld 42 te beschrijven als manier om kwetsbare mensen te ondersteunen door middel van sport en bewegen.

Voor de opbouw van de handleiding hebben we ons laten inspireren door het format van Movisie (2012). Hierbij zijn de onderdelen van de handleiding vertaald naar de specifieke context van Veld 42. Het handboek is tot stand gekomen in samenwerking met Kees Grovenstein (Veld 42), Dico de Jager (Stichting Life Goals) en Ad Hoogendam (Hogeschool Windesheim).

Graag willen wij de volgende mensen bedanken die dit onderzoek mogelijk hebben gemaakt. Allereerst Kees Grovenstein, hij heeft de deuren van Veld 42 voor ons open gezet en ons veel inzicht gegeven in de werkwijze en kracht van Veld 42. Verder ook dank aan de maatschappelijke sportcoaches van Veld 42. Naast dat zij elke week de trainingen verzorgden, waren zij de sleutelfiguren om op een prettig manier in contact te komen met de deelnemers van Veld 42.

Ook dank aan Ad Hoogendam en Dico de Jager. Beiden hebben ons scherp gehouden met hun feedback. Tot slot veel dank aan de deelnemers van Veld 42. Zonder hun was dit handboek niet tot stand gekomen.

Hoofdstuk 1 beschrijft de context van Veld 42. Hoofdstuk 2 gaat over de concrete activiteiten en de daarbij behorende waarden die nodig zijn voor een goed verloop. In hoofdstuk 3 leest u achtergrondinformatie en wordt de werkwijze van Veld 42 in een theoretisch kader geplaatst. Hoofdstuk 4 weergeeft de ervaringen van deelnemers.

Wij wensen u veel leesplezier,

Steven van Donkersgoed

Master-student Community Development,
Hogeschool Utrecht

Bas van Nierop

Onderzoeker lectoraat Participatie en Stedelijke
Ontwikkeling, Hogeschool Utrecht



Inhoud

5 Veld 42

- 5 Waarom Veld 42?
- 6 De doelgroep
- 6 Doelen
- 7 Uitvoering en beleid

8 De aanpak

- 8 Werving, instroom en doorstroom
- 8 De training
- 10 Benodigde vaardigheden van de uitvoerder

14 Onderbouwing van de interventie

- 14 Wat moet je weten: achtergrondinformatie
- 15 De visie achter de interventie

17 Praktijkervaringen

- 17 Voorbeelden uit de praktijk
- 18 De deelnemers over de interventie

19 Literatuurlijst



VELD 42

Waarom Veld 42?

In een wereld waar sportprojecten vaak van relatief korte duur zijn, bestaat Veld 42 al sinds 2001. Veld 42 laat hiermee zien dat het project niet vatbaar is voor de tand des tijds. Continuïteit is dan ook een van de belangrijkste succesfactoren van Veld 42. Bij Veld 42 gelooft men dat een van de belangrijkste aspecten van het project is dat de deelnemers lang in dezelfde omgeving kunnen blijven sporten. Zo raken deelnemers volledig bekend met de locatie, de mensen en de gang van zaken.

Veld 42 organiseert verschillende sport- en beweegactiviteiten, zoals kickboksen, hardlopen en volleybal. In dit handboek richten wij ons specifiek op het voetbalproject van Veld 42. De voetbaltrainingen worden al jaren gegeven op het Johan Cruyff Court in de Utrechtse wijk Ondiep.

Veld 42 kenmerkt zich door het open en welkome karakter. Door bewust geen nadruk te leggen op de vaak problematische achtergrond van de deelnemers, creëert Veld 42 een toegankelijke sfeer. Het maakt namelijk niet uit wie je bent of waar je vandaan komt. Iedereen is welkom en er worden van tevoren geen (hulpverleners)doelen opgesteld. Veld 42 wil juist dat deelnemers in eerste instantie komen om lekker te sporten. Zo ontstaat er veel natuurlijker contact tussen de maatschappe-

lijk coaches en de deelnemers, maar ook tussen de deelnemers onderling. Dit betekent echter niet dat de deelnemers niet kunnen en mogen werken aan eventuele (hulpverleners)doelen. Veld 42 staat open om haar deelnemers zo goed mogelijk te helpen, mits de wens/het doel vanuit de deelnemer zelf komt.

Door deze toegankelijkheid worden alle deelnemers met open armen ontvangen en kunnen zij op een fijne manier aansluiten bij de trainingen. De manier waarop nieuwe deelnemers welkom worden geheten speelt een belangrijke rol. Een quote waaruit dat blijkt komt uit een interview met een deelnemer. Deze quote geeft niet alleen weer dat er bij Veld 42 niet gekeken wordt naar wie iemand is of waar hij of zij vandaan komt, maar ook dat er met deze open houding een positieve sfeer wordt gecreëerd.

“Ik werd meteen hartelijk welkom geheten en netjes handjes gegeven en was gewoon heel fijn. Had ik niet verwacht eigenlijk. ”



De doelgroep

Veld 42 richt zich niet op een specifieke doelgroep; iedereen is welkom. Het mooie hieraan is dat een project als Veld 42 dus geschikt is voor deelnemers met allerlei verschillende achtergronden. Er zijn echter wel een paar kenmerken die veel deelnemers van Veld 42 delen. Iedereen bevindt zich op de een of andere manier in een kwetsbare situatie. Veel deelnemers zijn (voormalig) cliënt in de Geestelijke gezondheidszorg, verslavingszorg en/of maatschappelijke opvang. Daarnaast is de meerderheid ooit in aanraking geweest met politie of justitie.

Doelen

Doelstelling Veld 42

Hoewel Veld 42 in de eerste instantie een plek wil zijn waar mensen lekker kunnen komen sporten, is er wel sprake van een centrale missie. Veld 42 wil door middel van sporten en bewegen de mogelijkheid aan deelnemers bieden om zich verder te ontwikkelen en op deze manier (weer) mee te leren doen in de maatschappij.

Veld 42 heeft verschillende uitgangspunten om het centrale doel te bereiken:

- Sport- en beweegaanbod waar plezier en saamhorigheid staan centraal.
- Meedoen is belangrijker dan winnen.
- Deelnemers medeverantwoordelijk maken voor het project.
- Veld 42 is een 'voor deelnemers, door deelnemers' project. De meeste onderdelen van de training worden verzorgd door (oud-)deelnemers.

Doelstelling Handboek

Dit handboek is bedoeld als inspirerend voorbeeld voor hulpverleners. Het betreft een initiatief waar de kracht van sport en bewegen wordt benut. Dit handboek kan inspiratie bieden voor hulpverleners die sport en bewegen meer willen inzetten in hun eigen praktijk.

Stichting Life Goals Nederland heeft de intentie uitgesproken om dit handboek te gebruiken in de praktijk. Stichting Life Goals Nederland is een landelijk stichting die sportprogramma's ontwikkelt voor verschillende kwetsbare doelgroepen. Life Goals zet het handboek in ter inspiratie voor hun 25 lopende sportprogramma's door heel Nederland.

Om te zorgen dat organisaties zoals Life Goals Nederland concreet inspiratie kunnen halen uit dit handboek, zal elke succesfactor van de aanpak aangevuld worden met concrete tips die men kan gebruiken in het eigen initiatief. Deze concrete punten staan onder de kopjes 'hoe doe je dat?' Zo kunnen andere initiatieven in een oogopslag zien wat zij concreet kunnen doen.

Rolverdeling

Voor Veld 42 zijn er een paar belangrijke rollen.

De coördinator

De coördinator is het boegbeeld van Veld 42. Hij is vaak het eerste contactpunt voor externe partijen en nieuwe deelnemers. De rol van de coördinator is voornamelijk aansturen van de maatschappelijk sportcoaches. Daarnaast helpt hij deelnemers met vragen en wensen. Als een deelnemer een opleiding wil gaan volgen, dan kan de coördinator meedenken over welke partijen hierbij nodig zijn. De coördinator is tevens zeer actief betrokken bij de uitvoering van de trainingen en doet zelf vaak mee.

Maatschappelijke sportcoaches

De maatschappelijke sportcoaches zijn allemaal vrijwilligers bij en (voormalig) deelnemers van Veld 42. Zij verzorgen de trainingen. Samen met de coördinator vormen zij SVET, Sport Voor Een Toekomst. Elke week zijn er minstens twee maatschappelijke sportcoaches aanwezig die de training vormgeven. Daarnaast hebben zij een belangrijke rol als sfeer- en grensbewaker. Sport en bewegen, met name voetbal, kan voor een competitieve sfeer zorgen. Dit betekent dat de spanning soms hoog kan oplopen tussen de deelnemers. Het is belangrijk dat de coaches het spel zo positief en leuk mogelijk voor iedereen weten te houden. Ook moeten zij kunnen ingrijpen als er sprake is van een conflict tussen de deelnemers.

Samenwerkingspartners

Veld 42 is verbonden met verschillende organisaties. Veld 42 werkt onder andere samen met Fivoor, Altrecht, Lister, Het Leijer des Heils, De Tussenvoorziening, Exodus, Nidos, tbs-kliniek Van de Hoeven, Ubuntu, Villa Vrede en Jellinek. In overleg met de coördinator kunnen cliënten van deze organisaties deelnemen aan Veld 42.

DE AANPAK

Werving, instroom en doorstroom

Zonder deelnemers geen project. Daarom is een belangrijk onderdeel van de aanpak het werven van deelnemers. Dit gebeurt in samenwerking met medewerkers van de bovengenoemde partners. Daarnaast worden veel nieuwe deelnemers gevonden via onderling contact met huidige deelnemers. Uit een interview met de coördinator van Veld 42, blijkt hoe makkelijk dat gaat:

“Twee van onze jongens zijn in het parkje aan het voetballen. Er is een meisje die krijgt de bal voor haar voeten en gaat met die bal een beetje hooghouden en er ontstaat contact. Zij nodigen haar uit om bij ons aan te sluiten en zij is nu 2 jaar bij ons.”

Veld 42 houdt ook in het oog wanneer deelnemers willen of kunnen doorstromen naar regulier sportaanbod. Het is echter

niet de centrale focus van Veld 42 om deelnemers door te laten stromen. De deelnemers worden vrijgelaten om hun eigen keuzes te maken. Veld 42 vindt het belangrijk dat als dit gebeurt, het op een natuurlijke manier verloopt en de deelnemer zich niet onder druk gezet voelt om de overstap te maken. Veld 42 heeft contact met verschillende clubs die regulier voetbal aanbieden. De deelnemers kunnen via de leden van SVET in contact komen met deze clubs. Er zijn zelfs deelnemers die al sporten bij een reguliere club. Ook zij blijven van harte welkom bij de trainingen van Veld 42.

Hoe doe je dat:

1. Zoek contact met hulpverleningsinstellingen (zoals het Buurtteam) in de buurt en communiceer duidelijk dat jij deelnemers zoekt voor jouw initiatief.
2. Neem de al aanwezige deelnemers mee in het denkproces. Hoe zijn zij bekend geraakt met het project?
3. Bespreek met al aanwezige deelnemers hoe zij kunnen helpen met werven. Kennen zij mensen uit eigen omgeving die willen meetraineren?

De training

De trainingen van Veld 42 hebben altijd dezelfde structuur. De inhoud van de trainingen kan verschillen. In dit deel van het handboek kunt u concreet de verdeling van tijd en activiteiten lezen.

FASE	TIJDSDUUR	ACTIVITEIT(EN)
Inloop	Maximaal 30 minuten	Deelnemers welkom heten en het klaarzetten van de training
Begin van de training	Maximaal 15 minuten	Warming up
Midden van de training	Maximaal 45 minuten	Technische voetbaloefening
Einde van de training	Maximaal 45 minuten	Partijen
Na de training	Geen tijdsduur	Napraten/ vragen en wensen uiten

De inloop van de training

De training begint altijd met een inloop. Rond de begintijd van de training (dinsdag 16.00 en vrijdag 14.00) gaan de coaches en de coördinator naar het Johan Cruyff court toe om de deelnemers te ontvangen. Elke deelnemer wordt welkom geheten door de coaches, de coördinator en vaak ook door andere deelnemers. Vaak wordt er met de deelnemers bijgepraat als zij aankomen. Nieuwe of minder bekende deelnemers worden meegenomen naar het veld om in te spelen. Dat inspelen gebeurt vaak in de vorm van om de beurt op doel schieten of naar elkaar overspelen in een kring. Als duidelijk is dat iedereen er is, zet de coach die dan training geeft oefeningen uit. Vaak worden ook de deelnemers gevraagd mee te helpen. Hierbij draagt Veld 42 een stuk verantwoordelijkheid voor de training af aan de deelnemers.

Begin en midden van de training

Als alle deelnemers bij elkaar gekomen zijn, wijst de coach een deelnemer aan die de warming up mag leiden. Deze deelnemer geeft aan op welke manier de warming up verloopt. Vaak wordt warmgelopen over het veld en wordt er daarna gestrekt volgens de instructies van de coach. Ook hier probeert Veld 42 haar deelnemers medeverantwoordelijk te maken voor de training.

Vervolgens gaat de training over naar de technische training. Deze bestaat uit oefeningen om het technisch voetbalvermogen van de deelnemers te verbeteren. In deze fase van de training kan veel verschil zitten per training. De technische oefeningen kunnen uiteenlopen van een oefening van beter leren passen, tot afmaken op doel en duels uitspelen. Tijdens deze oefeningen ondersteunt de coach de deelnemers met instructies en feedback.

Einde van de training

Om de training nog lekker af te kunnen sluiten wordt het laatste blok altijd een partijtje gedaan. Dit geeft de deelnemers gelijk de kans om de technische vaardigheden die ze net hebben geleerd toe te passen. De coach deelt hesjes uit en bepaalt zo de teams. Hij probeert zoveel mogelijk gelijkwaardige teams te maken. De coaches doen tijdens het partijtje mee. Tijdens het partijtje is het belangrijk dat het spel leuk en positief voor iedereen blijft. Dit wordt gedaan door gelukte acties extra te benoemen: **mooie bal! heel netjes! lekker bezig!** en mislukte acties geen negatieve nadruk te geven: **Jammer! Goed geprobeerd! De volgende gaat er zeker in!**

Na de training

Aan het einde van de training wordt ervoor gezorgd dat de deelnemers alle materialen die gebruikt zijn meenemen en opbergen. Zo maakt Veld 42 haar deelnemers weer medeverantwoordelijk voor de training. Na de training geven de coaches iedereen een hand en wordt het spel van de deelnemers even erkend: **goed gespeeld!** Dit stimuleert de deelnemers vaak om ook elkaar even te complimenteren over hun spel. Nadat alles is opgeruimd is er ruimte om na te praten naast het veld. Sommige deelnemers gaan gelijk naar huis, anderen blijven lang napraten. Dit is een belangrijk moment voor deelnemers, omdat zij hier de coaches en de coördinator kunnen aanspreken met vragen of wensen. Na de training evalueren de coaches en coördinator met elkaar. Hierbij wordt vooral besproken hoe de trainingen verbeterd kunnen worden voor de deelnemers. Ook wordt er gekeken hoe de deelnemers nog meer verantwoordelijkheid op zich kunnen nemen voor de training, zodat de training ook echt voor en door de deelnemers gedaan kan worden.

De vrijheid van deze werkwijze biedt sommige deelnemers soms te weinig structuur. Sommige deelnemers en coaches hebben aangegeven dat het lastig is om zich aan de tijdsplanning van trainingen te houden. Vooral het welkom kan nog wel eens uitlopen, waardoor er minder tijd is om te trainen. Verder gebeurt het soms dat de training vanuit de losse pols wordt gegeven. Dit is in principe niet erg, maar is ook een factor die het moeilijker maakt om structuur te behouden.

Benodigde vaardigheden van de uitvoerder

Om de training goed te laten verlopen, zijn er aantal vaardigheden die de coaches moeten bezitten voor het verzorgen van een training. Ook zijn er voor de coaches een paar thema's relevant voor de sfeer en het verloop van de trainingen.

Allereerst is het belangrijk dat de coaches van Veld 42 een sport- en beweeginitiatief kunnen verzorgen en coachen. Hier-voor hebben zij allen dan ook een cursus LSR (Leider sportieve recreatie) gevolgd. LSR is een cursus waar de coaches geleerd hebben hoe zij recreatief sportaanbod kunnen verzorgen. De cursus geeft inzicht in de nodige kennis en vaardigheden die nodig zijn voor een goed verloop van sportinitiatieven zo-als Veld 42. Onder deze kennis valt bijvoorbeeld organiseren, trainingen opzetten en uitbouwen, EHBO en lesvaardigheden. LSR is gekozen om alle sportactiviteiten van Veld 42 goed te kunnen verzorgen. Hoewel bijvoorbeeld voetbal meer coa-chende vaardigheden vergt dan een hardlopgroep, is het be-langrijk dat de coaches bij elke sportactiviteit weten waar ze mee bezig zijn. Zo kan elke activiteit op een leuke en soepele manier lopen.

Met deze kennis en ervaring kunnen de coaches de trainin-gen van Veld 42 het beste voorbereiden en verzorgen voor de deelnemers en tijdens de training de deelnemers actief bege-leiden. De coaches hebben allemaal de LSR-cursus niveau 2 gedaan en sommige niveau 3. Niveau 2 is een cursus van 25 uur les met 2 uur persoonlijke coaching. Deze cursus wordt afgesloten met het geven van een sportles of het leiden van een sportactiviteit en een eindgesprek. Ook zal de cursist een keer moeten assisteren bij een grote sportactiviteit/evene-ment. Niveau 3 is duidelijk een stap omhoog. Niveau 3 is een traject van 40 uur waarin men 30 uren les krijgt. De overige uren mag de cursist naar eigen inzien invullen. Ook wordt er verwacht dat de cursisten 30 uur stagelopen bij een sport ge-relateerde organisatie om ervaring op te doen. Zij krijgen een map met opdrachten mee en worden geacht ook op die stage les te geven in sportactiviteiten. De cursus wordt afgesloten met een proeve van bekwaamheid. Deze houdt in dat de cur

sist een reeks van 6 lessen opstelt, en daarvan één uitvoert met een groep. Verder is er ook bij niveau 3 sprake van een eindgesprek. Ten opzichte van niveau 2 leren de cursisten bij niveau 3 meer over het aansturen en organiseren van activi-teiten en vrijwilligers, om een meer coördinerende rol aan te nemen. Verder leren zij ook reflecteren op hun eigen hande-len, om zichzelf, elkaar en Veld 42 zo veel mogelijk te kunnen ontwikkelen. Zo zorgt LSR dat de coaches van Veld 42 op alle mogelijk situaties voorbereid zijn en de training altijd goed, maar ook leuk en gezellig is. De maatschappelijk coaches ge-ven aan dat ze door LSR vooral beter de trainingen structu-reren, en beter kunnen communiceren met de deelnemers. Zij hebben ook meer overzicht op de training, en kunnen daardoor beter in de gaten houden hoe de training verloopt voor iede-reen. Zo kunnen zij de training leuk en vooral ook veilig houden.

Verder zijn er een paar belangrijke thema's waar de coaches op letten om de sfeer van de training goed te houden en te zorgen dat iedereen op een fijne manier kan trainen.

Gedeelde verantwoordelijkheid

Veld 42 heeft altijd de intentie gehad om de deelnemers zo veel mogelijk te betrekken bij de trainingen en Veld 42. Vanuit de gedachte van gedeelde verantwoordelijkheid is bijvoorbeeld SVET ontstaan. De oud-deelnemers die zich bij SVET hebben aangesloten lieten blijken dat zij meer voor Veld 42 wilden betekenen. Dankzij het streven naar gedeelde verantwoor-delijkheid kregen zij deze ruimte. Zo zijn zij maatschappelijk sportcoaches geworden op Veld 42. Nu organiseert SVET al-lerlei activiteiten. Niet alleen de trainingen, maar ook andere sportactiviteiten en bijvoorbeeld toernooien. De oud deelne-mers zijn dus als SVET uitgegroeid tot een essentieel aspect van Veld 42.

Veld 42 gelooft dat verantwoordelijkheid behoefte creëert. Als de deelnemers de ruimte krijgen om meer verantwoordelijk-heid op zich te nemen en de training in te vullen, zullen zij zelf invulling geven aan deze ruimte. Een mooi voorbeeld hiervan was toen het aantal deelnemers een paar jaar geleden steeds

meer terugliep. Toen dit vanuit SVET werd geconstateerd, heeft Veld 42 samen met haar deelnemers naar oplossingen gezocht. Uiteindelijk gingen de deelnemers zelf bij de instel-lingen waar zij verbonden aan waren deelnemers proberen te werven om dit probleem op te lossen. Omdat de deelnemers betrokken werden bij de kwestie gingen zij vanuit zichzelf ac-tie ondernemen. Zo komt het ook regelmatig voor dat deelne-mers helpen met toernooien organiseren. Vaak ontstaat zo'n toernooi ook vanuit de behoefte van de deelnemers. SVET be-trekt de deelnemers bij de organisatie hiervan en zorgt dat de deelnemers krijgen wat ze nodig hebben om het toernooi op te zetten. De verantwoordelijkheid geven aan de deelnemers is tegelijk een mooi compliment voor de deelnemers. Met het geven van deze verantwoordelijkheid geef je deelnemers de boodschap mee dat je er vertrouwen in hebt dat zij het kunnen.

Belangrijke vaardigheden die de coaches moeten bezitten om deze gedeelde verantwoordelijkheid te stimuleren zijn delege-ren en afstand houden. Om de deelnemers de ruimte te ge-ven zelf verantwoordelijkheid te nemen, kunnen de coaches de spelers betrekken bij de training. Dit wordt bijvoorbeeld gedaan door deelnemers de warming up laten doen, of verant-woordelijk te maken voor het materiaal dat is gebruikt tijdens de training. Een andere mooie manier om deze verantwoor-delijkheid te stimuleren is de deelnemers de ruimte geven om elkaar verantwoordelijk te houden. De coaches grijpen bijvoor-beeld pas echt in als de situatie escaleert. De coaches geven de deelnemers zelf de ruimte elkaar te corrigeren tijdens de training. Zo kunnen deelnemers elkaar aanspreken op bepaald gedrag, en dragen zij ook deels de verantwoordelijkheid voor de sfeer. Ook tijdens toernooien houden de deelnemers elkaar als teamgenoten verantwoordelijk.

Hoe doe je dat:

1. Maak deelnemers verantwoordelijk voor het materiaal zoals het opbouwen voor en opruimen na de training.
2. Delegeer de training (deels) naar de deelnemers door iemand bijvoorbeeld de warming up te laten doen.
3. Betrek deelnemers bij het vormgeven van de trainingen. Laat ze bijvoorbeeld meedenken over het werven van nieuwe deelnemers of over oefeningen die gegeven kunnen worden tijdens de training.
4. Maak de deelnemers verantwoordelijk voor het verloop van de training. Geef ze bijvoorbeeld de kans elkaar te coachen in het veld. Grijp niet te snel in.
5. Complimenteer deelnemers die uit zichzelf verantwoordelijkheid tonen, bijvoorbeeld als zij actief andere spelers coachen.

Toegankelijkheid en betrokkenheid

Het creëren van een toegankelijke sfeer zorgt ervoor dat deel-nemers zich welkom voelen bij Veld 42. Veld 42 wil de toegan-kelijkheid zo groot mogelijk maken. Daarom is er ook bewust gekozen om Veld 42 niet alleen voor bepaalde doelgroepen toegankelijk te maken; iedereen is welkom. Deelnemers mogen ook komen en gaan wanneer ze dat willen, er is geen sprake van aanwezigheidsplicht. Veld 42 probeert zichzelf toegankelijk te maken door betrokkenheid te tonen. Dit begint al bij de inloop met een praatje of het inspelen met deelnemers. Belangrijk aan een praatje maken of inspelen met de deelnemers is dat iedereen op een manier meteen betrokken wordt bij de trai-ning. Deelnemers kunnen even hun verhaal kwijt aan de coa-ches, of kunnen meteen lekker een balletje trappen. Tijdens de training wordt ook veel aandacht besteed aan betrokkenheid. Vooral minder actieve spelers worden bewust door de coaches

“Als iemand niet goed kan voetballen, maar diegene staat wel gewoon vrij, dan pass ik de bal toch naar hem.”

aangespeeld en aangemoedigd. Zo voorkomt Veld 42 dat al-leen de actieve spelers met de bal bezig zijn. Dit stimuleert ook de deelnemers onderling om elkaar te betrekken bij het spel.

Door deze erkenning worden deelnemers gemotiveerd om ac-tief hun spel en acties te verbeteren. Het geven van erkenning zorgt ervoor dat deelnemers ook elkaar erkennen in hun spel en acties. Vooral minder actieve spelers worden extra gesti-muleerd om actief mee te doen.

Hoe doe je dat:

1. Geef deelnemers het gevoel dat ze welkom zijn door hen te begroeten en een praatje te maken als zij aankomen. Vraag bijvoorbeeld hoe het gaat en of ze er zin in hebben.
2. Moedig de deelnemers aan tijdens de training. Doe dit vooral bij de minder actieve/aanwezige spelers.
3. Benadruk goede acties van de deelnemers, zeker als minder actieve/aanwezige spelers deze maken.
4. Spoor aan op samenspel. Iedereen moet de bal kunnen krijgen.
5. Complimenteer deelnemers die samenspel laten zien.



Positiviteit en constructief advies

Een belangrijk aspect van het erkennen en stimuleren van de deelnemers is dat dit op een positieve manier gebeurt. Veld 42 zet positiviteit en sportiviteit voorop. Juist in de context van sport en bewegen is het belangrijk dat de sfeer niet ten koste gaat van het competitieve element.

Deelnemers worden niet afgestraft, maar krijgen constructieve adviezen en tips van de coaches. Als een oefening of actie wel lukt, krijgen de deelnemers daar gelijk een positieve reactie op. Zo worden zij aangemoedigd om zichzelf steeds meer te verbeteren. Ook hier krijgen voornamelijk minder actieve deelnemers extra aandacht en positieve stimulering om een meer actieve rol aan te nemen.

Hoe doe je dat:

- 1. Communiceer met de deelnemers op een rustige manier. Spreek kalm en duidelijk.
- 2. Geeft constructieve feedback. Bespreek wat de deelnemer beter kan doen in het vervolg, niet wat hij/zij fout heeft gedaan.
- 3. Blijf de deelnemers aanmoedigen om elkaar positief te coachen. Maak duidelijk aan de deelnemers waarom positief coachen belangrijk is.
- 4. Complimenteer deelnemers die positief en sportief gedrag laten zien.

Conflicthantering

Conflicten zijn in een sport en bewegingscontext niet te voorkomen. Zeker tijdens partijen kan het er hard aan toe gaan op Veld 42. Het gebeurt weleens dat er een overtreding wordt gemaakt. Veld 42 ziet deze conflicten echter niet als iets negatiefs, maar juist als kans voor de deelnemers om zich te ontwikkelen. Veld 42 ziet een conflict eerder als een leermoment dan iets dat afgestraft moet worden. Opvallend is dat door deze visie meestal de conflicten makkelijk door de coaches opgevangen kunnen worden. Door de nadruk te leggen op sportiviteit en constructief reageren zijn veel conflicten snel gesust. Als je alleen even zegt: **‘Hé doe normaal’** wat kan iemand daar mee?

Op een constructieve wijze kunnen de coaches ook neutraal tussen de deelnemers stappen in het geval van een conflict. Vaak wordt het conflict meteen op het veld uitgepraat, geven de deelnemers elkaar de hand en gaat het spel verder. Als de coaches merken dat er nog kwaad bloed heerst kunnen de deelnemers altijd nog na de training even apart worden genomen. Zo voorkomt Veld 42 ook dat frustratie kan opbouwen door de trainingen heen. Deelnemers staan de volgende training weer met frisse moed en zin in het veld.

Een concreet voorbeeld van een conflict vond plaats tijdens een van de trainingen. Een deelnemer gleed tijdens het partijtje uit, en verzwikte daarbij zijn enkel. Er was in principe geen reden om het spel stop te zetten, maar toch werd dit gedaan om te kijken of het ging. De deelnemer die aan de bal was begon te schreeuwen en commentaar te leveren. Op dat moment

was goed te zien dat niet alleen de coaches, maar ook de deelnemers duidelijk maakten dat het niet ging om winnen maar dat iedereen plezier had. De boze deelnemer werd meteen gecorrigeerd in zijn gedrag. Hier is goed te zien hoe de deelnemers samen zorg dragen voor de sfeer bij Veld 42, ze doen het samen.

Hoe doe je dat:

- 1. Blijf kalm en rustig communiceren tegen de deelnemers in geval van een conflict (zie ook punt 2 van positiviteit en constructief advies).
- 2. Blijf constructief in het geven van feedback naar een deelnemer die grensoverschrijdend gedrag vertoont. Zie conflicten als een leermoment voor de betreffende deelnemer.
- 3. Neem desnoods de deelnemer na de training even apart om met hem te praten.
- 4. Maak de deelnemer die grensoverschrijdend gedrag vertoont duidelijk dat sportiviteit en positiviteit het belangrijkste zijn.
- 5. Blijf deelnemers de kans geven hun gedrag te verbeteren. Van weggestuurd worden leren ze niks.
- 6. Complimenteer deelnemers die zelf hun conflicten oplossen.





ONDERBOUWING VAN DE INTERVENTIE

Sportprogramma's en sportverenigingen zijn contexten waar mensen vaardigheden kunnen ontwikkelen voor participatie in andere domeinen van de samenleving (Bailey et al., 2013; Spruit, Assink, van Vugt, van der Put, & Stams, 2016). Mensen in kwetsbare posities nemen minder deel aan zinvolle activiteiten (Turnbull, & Spence, 2011; Vandermeersch, Vos, & Scheerder, 2013), zoals sporten of andere activiteiten op sportverenigingen. Er zijn echter meerdere aanwijzingen dat sport bijdraagt aan het ontwikkelen van een positiever zelfbeeld en het vergroten van de zelfredzaamheid (D'Andrea et al., 2013; Meek, & Lewis, 2014).

Wat moet je weten: achtergrondinformatie

In het geval van Veld 42 is doelgroep een diffuus begrip, aangezien Veld 42 zich juist richt op het zo toegankelijk mogelijk zijn voor iedereen. Door deze openheid is er geen sprake van een specifieke doelgroep. Veel deelnemers bevinden zich echter wel in een kwetsbare maatschappelijke positie. Hierdoor kunnen ze in het dagelijks leven hindernissen ondervinden. Hierbij kan gedacht worden aan armoede, beperkte sociale contacten en beperkt opleidingsniveau (Haudenhuyse, Theeboom, & Nols, 2013). Voor deze kwetsbare deelnemers in deze omgeving is het belangrijk waar de focus van de trainingen en begeleiding ligt. Volgens Fraser-Thomas, Cote, & Deakin (2005) neemt sport en bewegen een risico met zich mee. De omgeving van sport en bewegen kan veel betekenen voor deze doelgroepen, maar het prestatiegerichte element dat vaak bij sport naar voren komt kan de positieve ervaringen van de deelnemers omdraaien. Dit kan juist zorgen dat sport en bewegen frustratie en agressie oproepen, in plaats van positieve ervaringen creëren. Ook de positieve effecten van sport en bewegen kunnen soms dit effect hebben. Deelnemers kunnen door sport en bewegen meer zelfverzekerd worden en hieruit kan arrogantie

ontstaan (Andrews & Andrews, 2003). In een sport en bewegingscontext, zeker in sporten als voetbal, kan deze arrogantie zorgen dat spelers zich dominant opstellen in de groep. In Veld 42 kan iemand bijvoorbeeld zo overtuigd worden van zijn eigen vaardigheden, dat hij automatisch een zeer dominante rol gaat spelen. Daarmee worden de andere deelnemers potentieel gehinderd in hun ontwikkeling, omdat zij die ruimte niet krijgen. Zo wordt duidelijk dat het mes aan twee kanten snijdt. Sport en bewegen kan voor deze doelgroep veel opleveren, maar laat ook zien dat men goed voorbereid te werk moet gaan met deze doelgroep.

De visie achter de interventie

Op basis van de doelgroep en de dynamische omgeving van sport en bewegen heeft Veld 42 te maken met een aantal belangrijke thema's die hun visie onderbouwen. Deze thema's zijn verweven in hun werkwijze om deze doelgroepen zo goed mogelijk te kunnen ondersteunen.

Participatie

De openheid en het toegankelijke karakter van Veld 42 zorgt dat de deelnemers kunnen floreren op gebieden die verbondenheid en persoonlijke groei stimuleren. Een van die gebieden is participatie. Participatie is de mogelijkheid en de vrijheid om eigen keuzes te kunnen maken en eigen doelen te stellen (Wolf, 2016). Participatie geeft mensen de kans om competenties te ontwikkelen die hun leven actief kunnen verbeteren. Zo heeft men meer kansen en gelegenheid zelf keuzes te maken en zelfregie te versterken. Een belangrijk aspect van participatie is erbij kunnen horen. Dit kan in het grote verband van de samenleving worden gezien, maar ook in een klein verband zoals Veld 42. Participatie in het algemeen is echter nog een vrij breed begrip. 'Zelf keuzes maken', 'zelfregie' en 'meer kansen' zijn termen binnen participatie die het begrip algemeen beschrijven. De context van de omgeving waar participatie plaatsvindt kan de term een concrete en gerichte definitie geven. Er zijn meerdere contexten waarin participatie kan voorkomen (Jager-Vreugdenhil, 2010). In de context van Veld 42 gaat het om sociale participatie. *"Sociale participatie kan omschreven worden als het op een actieve en constructieve manier deelnemen aan informele en formele verbanden, waardoor iemand een bijdrage kan leveren aan de samenleving"* (Vosters, Petrina, & Heemskerk, 2013, p. 41). De sociale participatie bij Veld 42 richt zich voornamelijk op informele verbanden. De informele vorm van sociale participatie houdt in dat men 'gewoon' mee kan doen. Er zijn geen specifieke voorwaarden bij informele sociale participatie (Jager-Vreugdenhil, 2010). Veld 42 speelt met haar toegankelijkheid goed in op het 'gewoon meedoen'-aspect van sociale participatie. Voor de ontwikkeling van sociale participatie is het belangrijk dat men anderen accepteert en zich geaccepteerd voelt. Hierdoor kan men betekenisvolle situaties en interactie creëren met andere leden van een community.

Veld 42 laat in haar werkwijze zien hoe deelnemers door middel van sociale participatie meer uit de trainingen kunnen halen dan alleen lichamelijke ontwikkeling. Het open karakter van

de trainingen zorgt voor veel ruimte om elkaar te herkennen en erkennen. De deelnemers van Veld 42 voelen zich hierdoor meer gewaardeerd en geaccepteerd. Dit zijn belangrijke kenmerken voor sociale participatie (Wolf, 2016). Voetballen draagt bij aan het creëren en/of versterken van belangrijke participatieve competenties zoals communiceren, omgaan met tegenslag en sportiviteit. Deze competenties kunnen deelnemers vervolgens inzetten in het dagelijks leven. Deze competenties zorgen er ook voor dat de deelnemers kunnen scherpstellen welke persoonlijke doelen zij voor zichzelf willen stellen en maken. Deze komen zo vanuit een natuurlijk proces tot stand. Veld 42 kan dan gelijk klaarstaan om ze hierin te helpen en ondersteunen waar dat kan.

De coördinator:

"Zij hebben moeite om een zelfstandig bestaan op te bouwen en te behouden en laten soms onbegrepen gedrag zien. Daar waar het gaat om dergelijke problematiek zet Veld 42 sport in om mensen te bereiken, een contact met hen op te bouwen en tegelijkertijd met het maatschappelijke probleem aan de slag te gaan. Daarbij is participatie een zeer effectief middel. Mensen krijgen in projecten van Veld 42 vaak een belangrijke rol. Zij zijn de sleutel tot de oplossing. Wanneer mensen zelf verantwoordelijkheid krijgen, zullen ze meer begrip krijgen voor de omgeving en daarnaar gaan handelen. Tevens leren deze vaardigheden en nemen een andere, positieve houding aan."

Inclusie

Sociale participatie draagt bij aan inclusie. Inclusie houdt in dat iedereen dezelfde kansen en mogelijkheden moet krijgen en zelf het vermogen heeft om deze kansen te benutten (Vosters, Petrina, & Heemskerk, 2013). Binnen sociale inclusie is toegankelijkheid een essentieel begrip (Van Houten, 2008). In de context van inclusie gaat het ook om gelijkwaardigheid, iedereen moet even waardevol beschouwd worden (Van Regenmortel, 2009). Gelijkwaardigheid speelt bij Veld 42 op twee manieren een rol. Het eerste gebied is afkomst. Gelijkwaardigheid betekent hierbij dat niemand aangekeken wordt op zijn achtergrond (Van Houten, 2008). De tweede manier zijn de voetbalvaardigheden op het veld. Gelijkwaardigheid betekent hierbij dat minder vaardige voetballers niet worden buitengesloten. De eerdergenoemde openheid en toegankelijkheid van Veld 42 draagt bij aan gelijkwaardigheid en daarmee aan inclusie. Niemand wordt op voorhand buitengesloten. De deuren van Veld 42 staan voor iedereen open. De deelnemers van Veld 42 laten dit ook expliciet zien door nieuwe deelnemers of laatkomers meteen te betrekken bij de training.

Gedeelde verantwoordelijkheid

Eerder in dit handboek staat dat gedeelde verantwoordelijkheid Veld 42 veel oplevert. De ruimte en de verantwoordelijkheid die de deelnemers krijgen zorgen ervoor dat de deelnemers zich ook verantwoordelijk gaan gedragen. Veld 42 stimuleert vanuit deze visie grote mate van empowerment bij haar deelnemers. Empowerment is een paradigma dat probeert te stimuleren dat "kwetsbare" mensen grip kunnen krijgen hun op eigen situatie en de omgeving om zich heen (Van Regenmortel, 2009). In het kader van Veld 42 gaat het voornamelijk over het aspect van eigenaarschap binnen empowerment. Eigenaarschap houdt in dat de inzichten, vaardigheden en kennis van de deelnemers in acht worden genomen. Er wordt van uitgegaan dat de deelnemers zelfdenkend zijn en mee kunnen beslissen over Veld 42 (van Regenmortel, Steenssen, & Steens, 2016). Kortom, eigenaarschap zoekt de kracht van de deelnemers om deze te benutten en te ontwikkelen. In het geval van deelnemers die betrokken worden bij beslissingen van Veld 42, spreken we van empowerment op organisatorisch niveau (Jacobs, Braakman, & Houweling, 2005). Veld 42 stimuleert met gedeelde verantwoordelijkheid ook gemeenschappelijke empowerment. Deze manier van empowerment houdt in dat de gemeenschap, in dit geval de deelnemers, de gelegenheid krijgen om samen actie te ondernemen (Perkins, & Zimmerman, 1995). Eigenaarschap kan ook gezien worden vanuit het perspectief van de persoonlijke situatie van de deelnemers. Volgens het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB), Verwey-Jonker Instituut, & Gemeente Amsterdam (2014) kan de regie (deels) overdragen naar deelnemers veel betekenen voor het scherpstellen van de persoonlijke doelen en motivatie hiervoor. Dit kunnen natuurlijk voetbal gerelateerde doelen zijn, zoals beter leren dribbelen of schieten. In het geval van Veld 42 zijn het echter vaker persoonlijke doelen van deelnemers, die in het kader staan van hun persoonlijke ontwikkeling.

PRAKTIJKERVARINGEN

Voorbeelden uit de praktijk

Een van de mooiste voorbeelden van Veld 42 is het verhaal van een oud-deelnemer. Deze deelnemer kwam in aanraking met Veld 42 via de hulpverleningsinstantie waar hij op dat moment woonachtig was. De deelnemer was al jaren verslaafd en dakloos. Toen hij afkickte van de drugs, raakte hij in een sociaal isolement. Zijn oude netwerk bestond voornamelijk uit mensen die drugs gebruikten. Toen hij eenmaal clean was merkte de deelnemer dat hij helemaal niet meer wist wat hij moest doen met zijn leven. Zijn verslaving had ervoor gezorgd dat hij niet eens meer wist wat hij voor zijn verslaving leuk vond om te doen. Vanuit gesprekken bij zorginstellingen waar hij bij betrokken was, kwam hij erachter dat hij vroeger sport erg leuk vond. Zo is hij terecht gekomen bij maatschappelijke sportprojecten. Via een toernooi voor daklozen is hij uiteindelijk in aanraking gekomen met de coördinator van Veld 42, waar hij toen als deelnemer mee ging doen.

"Je wil iets constructiefs doen.
Dit is op mijn pad gekomen en in die
zin denk ik dat ik nu wel een mooie
bijdrage kan leveren."

Hij werd hartelijk ontvangen en de omgeving voelde al snel vertrouwd aan. Veld 42 haalde hem uit zijn isolement. Hij kon nieuwe mensen ontmoeten en relaties opbouwen. Al snel ontstond er voor hem een soort broederschap met andere deelnemers. Het feit dat velen een turbulent levensverhaal hebben was een grote verbindende factor. De visie op gedeelde verantwoordelijkheid van Veld 42 zorgde ervoor dat hij steeds actiever lid werd. Zo ontstond bij hem de behoefte om anderen te helpen en iets bij te dragen. Zijn verleden als verslaafde gaf

hem het inzicht dat hij de tijd die hij nog had goed wilde benutten door iets voor anderen te betekenen. Dit heeft er uiteindelijk toe geleid dat hij vrijwilliger werd bij Veld 42 en zelfs een LSR-cursus ging volgen om coach te worden. Het sporten had een ambitie in hem losgemaakt waarvan hij zich nooit bewust was. Hij had weer een doel in zijn leven. Vanuit deze ambitie is hij nu werkzaam bij de zorginstelling waar hij vroeger cliënt was. Hij heeft zijn leven om kunnen draaien.

Een voorbeeld van iemand die nog steeds actief is, gaat over een vrouwelijke deelnemer. Zij is op jonge leeftijd uit huis geplaatst en had al snel te maken met de dak- en thuislozenopvang en de jeugdzorg. Zij heeft jaren in een instelling voor dakloze jongeren gewoond. Toen zij achttien werd kon zij daar niet blijven. Zij heeft toen een eigen appartement gekregen in een beschermd wonen project. In de tussentijd heeft zij ook vastgezet en nu woont ze onder begeleiding. Zij kwam via een voetbaltoernooi in aanraking met Veld 42. Haar begeleider heeft haar toen geholpen om daar aan te sluiten. Zo kon zij beginnen met mee trainen.

De deelnemer was de enige dame in die tijd. Dit vond zij erg spannend, omdat zij vroeger als meisje nooit betrokken werd bij voetbal. Zij werd echter hartelijk welkom geheten door de andere deelnemers. De deelnemer werd meteen betrokken als speler en in het begin werd er zelf extra voor haar gejuicht als zij een actie maakte. Dit zorgde dat zij snel en vertrouwd kon aansluiten bij Veld 42. Nu heeft zij hier vele vrienden gemaakt en zelf een sociaal netwerk kunnen opbouwen. Voor haar was het moeilijk om met een normale voetbalclub mee te draaien vanwege haar verleden. Zij heeft dit wel geprobeerd, maar kon geen aansluiting vinden met de meiden daar. Zij kon niet meepraten over thuis, school of werk. Ook voor haar was het feit dat iedereen op Veld 42 wat had meegemaakt een grote verbindende factor. Zij kon met voetbal goed haar energie kwijt

en er was altijd iemand in de buurt waar zij mee kon praten tijdens de training. Zij voelde zich veel beter begrepen door de deelnemers van Veld 42 dan door welke hulpverlener dan ook. Hierdoor is zij zelf ook een actief lid geworden in Veld 42. Ook zij heeft een LSR-cursus afgesloten en geeft soms zelfs sportles aan kinderen. Verder voetbalt zij nog tot de dag van vandaag met veel plezier bij Veld 42.

De deelnemers over de interventie

De resultaten die voor de deelnemers veel waarde hebben, zijn voornamelijk het resultaat van de positiviteit en sportiviteit die heersen bij Veld 42. Dit geeft hun gelegenheid om vaardigheden en kwaliteiten te ontwikkelen die zij mee kunnen nemen in hun dagelijks leven. De deelnemers geven aan dat zij door Veld 42 bewust bezig zijn hun gedrag te verbeteren. Dit vooral op het gebied van communicatie en zelfbeheersing. Deelnemers geven aan dat ze bijvoorbeeld minder schelden en beter kalm kunnen blijven in het geval van een conflict. Sommige deelnemers merken dat zij door de training ook in hun dagelijks leven betere zelfbeheersing hebben en beter om kunnen gaan met moeilijke situaties.

“Gewoon helemaal niet schelden. Vroeger had ik wel moeite, lelijke dingen misschien tegen mijn ouders gezegd maar ik ben ouder geworden wijzer geworden”

Verder geven de deelnemers ook aan dat ze zich meer bewust van hun omgeving zijn. Tijdens de training letten zij meer op elkaar en zorgen ook dat niemand gewond raakt. Bij een overtreding gaan de deelnemers altijd even kijken of alles goed gaat en wordt het spel stilgezet. Zij zijn zich hierdoor bewust

van het gedrag van hun medespelers, maar ook hun eigen gedrag. Zij proberen samen met de coaches actief aan hun gedrag in het veld te werken, en zo zichzelf te verbeteren. Hieruit is te merken dat deelnemers elkaar ook graag ondersteunen

tijdens de training. Ze letten op elkaar en zorgen voor elkaar. Deze zorgzaamheid heeft ook geleid dat een paar deelnemers hier hun sociaal netwerk hebben kunnen heropbouwen. Veld 42 is voor hen een manier geweest om uit een sociaal isolement te stappen nadat zij hun netwerk hebben verloren of bewust achter zich hebben gelaten.

LITERATUURLIJST

Andrews, J.P. & Andrews, G.J. (2003).

Life in a secure unit: the rehabilitation of young people through the use of sport. *Social Science Medicine*, 56(3), 531–50. doi:10.1016/S0277-9536(02)00053-9

Bailey, R., Hillman, C., Arent, S., & Petitpas, A. (2013).

Physical Activity: An Underestimated Investment in Human Capital? *Journal of Physical Activity and Health*, 10, 289–308. doi:10.1123/jpah.10.3.289

D’Andrea, W., Bergholz, L., Fortunato, A., & Spinazzola, J. (2013).

Play to the Whistle: A pilot investigation of a sports-based intervention for traumatized girls in residential treatment. *Journal of Family Violence*, 28(7), 739–749. doi:10.1007/s10896-013-9533-x

Fraser-Thomas, J. L., Coté, J., & Deakin, J. (2005).

Youth sport programs: an avenue to foster positive youth development. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 10(1), 19–40. doi:10.1080/1740898042000334890

Haudenhuyse, R., Theeboom, M., & Nols, Z. (2013).

Sports-based interventions for socially vulnerable youth: Towards well-defined interventions with easy-to-follow outcomes? *International Review for the Sociology of Sport*, 48(4), 471–484. doi:10.1177/1012690212448002

Jacobs, G., Braakman, M., & Houweling, J. (2005).

Op eigen kracht naar gezond leven: empowerment in de gezondheidsbevordering; concepten, werkwijzen en onderzoeksmethoden. Utrecht: Universiteit voor Humanistiek.

Jager-Vreugdenhil, M. (2011).

Spraakverwarring over participatie. *Journal of Social Intervention: Theory and Practice*, 20(1), 76–99. Doi:10.18352/jsi.251

Meek, R., & Lewis, G. (2014).

The Impact of a Sports Initiative for Young Men in Prison: Staff and Participant Perspectives. *Journal of Sport and Social Issues*, 38(2), 95–123. doi:10.1177/0193723512472896

Booijink, M., Kuiper, C., & Lammersen, G. (2012).

Hoe schrijf ik een handboek? : een schrijfwijzer om succesvolle interventies schriftelijk overdraagbaar te maken. Utrecht: Movisie.

Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB), Verwey-Jonker Instituut, & Gemeente Amsterdam (2014).

Sport en bewegen als middel voor participatie. In , Sport en bewegen als middel Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB)

Perkins, D., & Zimmerman, M.A. (1995).

Empowerment Theory, Research and application. *American Utah: Journal of Community Psychology*, 23, 569–579. doi:10.1007/BF02506982

Spruit, M., Assink, E.S., van Vugt, C.E., van der Put, C., & Stams G.J.J.M. (2016).

The effects of physical activity interventions on psychosocial outcomes in adolescents: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 45, 56–71. doi:10.1016/j.cpr.2016.03.006

Turnbull, G., & Spence, J. (2011).

What’s at risk? The proliferation of risk across child and youth policy in England. *Journal of Youth Studies*, 14(8), 939–959. doi:10.1080/13676261.2011.616489

Vandermeersch, H., Vos, S., & Scheerder J. (2015).

Who’s joining the club? Participation of socially vulnerable children and adolescents in club-organised sports, *Sport, Education and Society*, 20, 941–958. doi:10.1080/13573322.2013.856293

Van Houten, D. (2008).

Werken aan inclusie. *Journal of Social Intervention: Theory and Practice*: 17(3), 45–56. Doi:10.18352/jsi.77

Van Regenmortel, T. (2009).

Empowerment als uitdagend kader voor sociale inclusie en moderne zorg. *Journal of Social Intervention: Theory and Practice*, 18(4). 22–42. doi:10.18352/jsi.186.

Van Regenmortel, T., Steenssen, K., & Steens, R. (2016).

Empowerment onderzoek: Een kritische vriend voor sociaal werkers. *Journal of Social Intervention: Theory and Practice*, 25(3). 4–23. doi:10.18352/jsi.493

Vosters, N., Petrina, R., & Heemskerk, I. (2013).

Inclusief: Werken aan zorg en welzijn voor iedereen. Bussum: Uitgeverij Coutinho.

Wolf, J. (2016).

Krachtwerk: methodisch werken aan participatie en zelfregie. Bussum: Uitgeverij Coutinho.

