



4 G's * voor NLsportpsycholoog®

* RET - Geïntegreerde cognitieve gedragstherapie.

De adequate vertaalslag van, binnen het vakgebied van de (sport-) psychologie ontwikkelde kennis van (sport-)gedrag, variërend van abnormaal-normaal-supernormaal, klinisch vs. prestatie, op grond van de hulpvraag en diagnose, naar een unieke trainings-, begeleidings-, behandelrelatie, is de essentie van het vak van de praktijkpsycholoog: een kunde en kunst, gebaseerd op leren, empathie en ervaring!

Artikel door: Frits Avis (1941)

Gepubliceerd in digitale nieuwsbrief NLsportpsycholoog®
nummer 1, jaargang 1, aug. 2015

1. Geschiedenis

Een definitie

De “wetenschappelijke” psychologie ontwikkelde zich tegen het eind van de 19^e eeuw vanuit de filosofie, geïnspireerd door de natuurwetenschappen. Geleidelijk vond differentiatie plaats en ontstonden specifieke vakgebieden. Soms meer met accent op het stoffelijke: fysiek –fysiologisch, met experimentele methoden. Soms meer met het accent op het mentale, met de daarvoor geschikte methoden. Soms met het accent op het klinische. Naast deze differentiatie en specialisatie werd ook het belang van holisme benadrukt. Dat alles is nog steeds het geval en de ontstane specifieke vakgebieden zijn nog te herkennen ondanks alle golfbewegingen en veranderingen, evolutionair of revolutionair. Soms komt er wat bij, soms gaat er wat af.

Samenvattend: de psychologie houdt zich bezig met de biopsychosociale aspecten van menselijk gedrag en heeft alfa, bèta en gamma kenmerken.

Pioniers in de Sportpsychologie

In het begin van de 20^e eeuw ontstond op een aantal plekken in de wereld aandacht van de psychologie voor sport, lichamelijke vorming en bewegen door de groei van het aantal beoefenaars van deze activiteiten, het toenemend aantal wetenschappers, leraren en praktijkmensen en de plaats en het belang van deze activiteiten in de samenleving. Deze ontwikkeling verschilde in snelheid, omvang en kwaliteit per land gelet op de daar heersende omstandigheden.

Bij voorbeeld in de VS werd, na een begin met pioniers, de periode 1966-1977 met Ogilvie, Tutko en Cratty wel als “The establishment of Academic Sport Psychology” beschouwd en werd het vakgebied vanaf dat moment aangeduid met Sport and Exercise Psychology. Universiteiten namen het vak op in het curriculum, vakorganisaties en vaktijdschriften werden opgericht. Ook in andere delen van de wereld zijn vergelijkbare ontwikkelingen te zien.

Zo ook in Nederland met pioniers als Karel Lotsy de “Dordtse magiër”, volksheld en oerbobo, en Joris van den Bergh met “Te midden der kampioenen” (1942), “Mysterieuze



krachten in de sport” (1943) met een slothoofdstuk van Karel Lotsy. In de jaren '60 en '70 komt er ook bij ons meer systematische aandacht voor het vak. Bij Academies voor L.O.: o.a. A.G.M. Carlier. Bij universiteiten: Joop Hueting (VU Brussel), hij schreef op verzoek van de Nederlandse Sport Federatie (NSF): Sportpsychologie. Sport en psychologie. Een oriëntatie op de mogelijkheden psychologisch onderzoek te verrichten op het gebied van de sportbeoefening. 1964/1978?, Peter Blitz (UvA), de IFLO VU Frank Bakker. Ook bij een deel van de sport, waaronder trainers en coaches.

Vermeldenswaard is de oprichting van de VWSL (Vereniging voor Wetenschappelijk onderzoek van Sport en Lichamelijke vorming) met als eerste publicatie: Hueting J.E., R.A. Binkhorst. Redactie. Sport, lichamelijke vorming en wetenschap. Een overzicht van het wetenschappelijk onderzoek in Nederland op het gebied van de sport en de lichamelijke vorming. 1972.

Vooruitgang en onderlinge onenigheid

Naast de vooruitgang in de jaren '70 en '80, wordt deze periode gekenmerkt door gedoe en gekissebis: uiteenlopende opvattingen over het vak, strijd om macht, aanzien en dienstverlening. Niet alleen onderling maar ook met sportpsychiater Ferdi Oyen. Zelfs NSF en NOC speelden een rol. Dit leidde, na afwijzing door het NIP om hierin opgenomen te worden, er was geen plaats voor bewegingswetenschappers, tot de oprichting in 1990 van de VSPN (Vereniging voor Sportpsychologie in Nederland) en het tijdschrift “Sportpsychologie Bulletin” met redactie Rob Pijpers, Frank Bakker VU en Ad Dudink UvA.

Weer een stap vooruit. Maar ondanks alle goede bedoelingen bleven er problemen en vond ‘de sportwereld’, o.a. NOC*NSF (1993), onduidelijk wat sportpsychologen nou precies deden en wat de meerwaarde was ten opzichte van het werk van trainer/coaches. Aanleiding voor conflicten en een door NOC*NSF gesubsidieerd BOK (Body Of Knowledge) project dat hier duidelijkheid in moest brengen. De VSPN (het bestuur) werd gepasseerd en stond buitenspel. Een overval van de “Bende van 5”?

De uitkomst van het onderzoek BOK-project 1998-2000 (Modulering en organisatie van mentale training en begeleiding (MTB) in sportorganisaties - Hardy Menkehorst, Rico Schuijers, Toon Damen, Loes de Ridder en Frank van den Berg) was gebaseerd op twee boeken en leverde, zeker in vergelijking tot hetgeen in de vakliteratuur bekend was, weinig op. Wel profiteerden enkelen van de naamsbekendheid. Maar de onduidelijkheid bleef. Het groepje kreeg onenigheid en viel uiteen.

Accreditatie voor sportpsychologen

Dat maakte dat de VSPN in 2004 (voorzitter Peter Paul Moormann) een accreditatie-programma met eisen waaraan de leden dienden te voldoen werd aangenomen. Weer een stap vooruit. De eerste leden werden in 2006 geaccrediteerd. De diploma's werden nota bene uitgereikt door Charles van Commenée, technisch directeur NOC*NSF: “Alles zou goed komen vanaf 2008 Beijing!”. Zeker met de start in 2007 van de POPS VU (Postacademische Opleiding tot PraktijkSportpsycholoog), die in opdracht van de VSPN de opleiding verzorgt die recht geeft op accreditatie.

Helaas blijkt ook deze mooie stap vooruit niet genoeg te zijn. Bij voorbeeld onvoldoende



voor NOC*NSF. Zo werd een Belgische professor, uit tactische overwegingen of bij gebrek aan Nederlandse expertise, uitgenodigd orde op zaken te stellen. De VSPN wederom buiten spel! Deze keer misschien zelfs ook door opportunisme, eigenbelang, gebrek aan zuiverheid door overlappende functies van een klikje EPG's - Experts Prestatie Gedrag (?) - met onduidelijke criteria (wie bepaalt?), dat de eigen accreditatie SPORTPSYCHOLOOG VSPN® negeert en te grabbel gooit. Individueel was dit al eens voorgekomen maar dat werd toen op tijd hersteld.

De professor, nu als prestatie manager Prestatiegedrag presenteerde op grond van zijn collegestof een door hem verondersteld 'nieuwe', holistische visie op het vak. Met daaruit volgende maatregelen en een nieuw fenomeen: de EPG, de Expert Prestatie Gedrag. “Wiens brood men eet, diens woord men spreekt”? Immers het geld zit bij NOC*NSF!

De basisproblemen keren voortdurend terug: onvoldoende overeenstemming over het vakgebied, kennelijke onduidelijkheid over het functioneren van sportpsychologen en andere, soms meer assertieve dienstverleners in de praktijk. Educatief of klinisch? Sportpsychiatrisch? Geen openheid over wie, wat, waarom doet en waarom, wat, wie niet kan of mag doen. Onduidelijke criteria, ongelijkheid en willekeur. We zijn er nog niet. Sommige sportpsychologen nemen allerlei alternatieve initiatieven om er het beste van te maken. De zoektocht naar werkgelegenheid duurt voort met een risico dat dienstverleners ondernemers worden. Waar hebben we dat meer gezien? Afwachten

De chaos op mentaal gebied in Nederland

Nog steeds... mijn eerste 'echte' sportpsychologieboek kocht ik op 3-3-1969 bij boekhandel H. De Vries in Haarlem: “Problem athletes and how to handle them” Bruce Ogilvie & Thomas A. Tutko (1966, 3^e druk 1968), nadat ik in 1963 afgestudeerd was van de HALO en psychologie studeerde aan de RU Leiden.

Met het toenemen van deze wetenschappelijke aandacht, het ontstaan van (inter)nationale organisaties en door de groeiende belangen van allerlei betrokkenen, komt dus vanaf eind '60-begin '70 een tot nu toe voortdurend groeiende stroom van publicaties, congressen, workshops, opleidingen, cursussen, trainingen op gang. Van en vòòr diegenen die zich met de begeleiding bezighouden. In het bijzonder “(sport-)psychologen”, mentale-, personal-, life-style trainer/coaches en de 'rest'.

Commerciële (tijdschrift)uitgevers stimuleren deze ontwikkeling sterk en varen er wel bij met steeds stijgende prijzen en hoge winstmarges. Maar ook wetenschappers hebben zo hun belangen om veel te publiceren. “De chaos van open access” NRCWEEKEND 10/11 januari 2015 is hier een mooi voorbeeld van.

'Chaos': wie is nog in staat dit allemaal, ook op het vakgebied van de sportpsychologie, bij te houden en op 'juiste' waarde te schatten? Bovendien is er een enorme overlap in de genoemde activiteiten. Een algemeen plan om dit vakgebied vooruit te helpen ontbreekt, evenals de broodnodige organisatie en communicatie. Meestal wordt herhaald wat wèl 'bekend' is, in plaats van vast te stellen wat nog niet 'bekend' is en daar met vereende krachten aan te werken. Handboeken, inleidingen, overzichten, previews zouden meer duidelijkheid dienen te brengen, maar slagen daar maar deels in door het grote aantal, de



overlap, de eigen keuzes en accenten. En er is nauwelijks coördinatie met de andere uitgaven. Hoogstens via de literatuurlijst die dan weer laat zien hoeveel er nog meer is.

Ook de beperkte behandeling van onderwerpen in dit type publicatie, soms niet meer dan een introductie bepaald door de toegestane omvang, speelt hierbij een rol. Zo is men uiteindelijk toch weer aangewezen op de talloze bronnen met min of meer specialistische en geselecteerde onderwerpen. Dit wordt hier gesignaleerd voor boeken. Dat het nog sterker geldt voor het schier oneindige aantal tijdschriftartikelen wordt hier nu maar buiten beschouwing gelaten. Evenals andere media!

Wetenschappelijk onderzoek

Neemt men toch de moeite zich te verdiepen dan valt het resultaat vaak tegen en krijgt men nog geen duidelijke antwoorden voor specifieke zaken. De eigen creativiteit moet dan uiteindelijk een oplossing brengen. Bovendien is op veel onderzoek, de opzet en de uitkomsten ervan, vaak wat aan te merken, zoals onjuistheden en tegenspraak en moet er, bij nader inzien, op worden teruggekomen of worden bijgesteld.

Dit is weliswaar een kenmerk van wetenschap (de empirische cyclus) en is te verwachten. Immers het betreft ‘voortschrijdend inzicht’ en zoals wel meer in het leven is het een ‘processie van Echternach’: drie stappen vooruit, twee stappen achteruit. Vijf stappen om één stap vooruit te gaan! Maar vaak gaat het niet zò en zijn naast, “Ga je mee verdwalen, ik weet de weg” (Loesje), ‘andere factoren’ aan de orde.

Publicatie - en promotiedw(r)ang, media en publiciteit, commercie, inkomen, tegengestelde belangen, competitie en concurrentie (niet altijd fout), haast of tijdgebrek, beperkte kennis, ervaring en middelen, ijdelheid, opportunisme, slordigheid. Niet (voldoende) aansluiten op ander werk en het niet recht zetten van de gebreken en er soms zelfs meer aan toevoegen. Let ook op een gebruikelijke afsluiting van onderzoeksverslagen: ... verder, nader onderzoek zal ... , toekomstig onderzoek zal zich meer moeten verdiepen in

Hierbij komt dan ook nog de kloof tussen “wetenschap/onderzoek” enerzijds en toepassing in de praktijk anderzijds!

Het resultaat voor mentale training en begeleiding

‘Chaos’: wie kan datgene uit de boven aangegeven “brij” halen wat de te adviseren, te begeleiden, te vergezellen persoon of groep nodig heeft, past en goed doet? Buitengewoon lastig gelet op de uniciteit van de betrokken sporters, de dienstverleners en hun relatie, de situatie en omstandigheden, de beschikbare tijd en de eis van kwaliteit, hun behoeften en mogelijkheden in de trainings-, begeleidings- en behandelsituatie.

Nog gecompliceerd door factoren van (prestatie)gedrag zoals aanleg, persoonlijkheid, attitude, schema’s, motivatie, energie, waarneming, verbeelding en beleving, denken, voelen, willen, doen, communicatie, zelfvertrouwen, volhouden, evalueren, accepteren, tevredenheid, zin geven En doordat dit proces zich afspeelt in een wederkerige relatie in een vaak verwachtings - en spanningsvolle context, gekenmerkt door herhalingen.



Ook hier zijn de reeds genoemde ‘andere factoren’ aan de orde en moeten de behaalde resultaten na verloop van tijd op grond van beter inzicht in twijfel getrokken worden, gerelativeerd, bijgesteld. Soms goed, soms teleurstellend, soms vreemd, soms dom. Wat te denken van:

“Een dure mislukking bij de politie. Een cursus van 45 miljoen euro om agenten weerbaarder te maken, heeft zijn doel gemist. De mentale kracht van politiemensen is niet merkbaar beter. Daarnaast gebruikte de cursus opmerkelijke methodes, zoals een ceremoniële dans.”

Bron: www.telegraaf.nl/tv/nieuws/.../___Haka__helpt_politie_niet__.html , www.ad.nl/.../Agenten-niet-fitter-na-dure-cursus-met-Maori-dansje.dhtml , <https://riesouwerkerk.wordpress.com/.../een-haka-van-45-miljoen/> , www.refdag.nl/.../mentale_training_politie_discutabel_1_892702 , www.rtlnieuws.nl/.../nederlandse-agenten-willen-niet-aan-maori-dans

Het is goed dat dit bekend is geworden, hopelijk wordt er van geleerd. Waar heel weinig over bekend is, is het resultaat van alle sportpsychologische training, begeleiding of behandeling in Nederland. Er is geen systematische registratie en evaluatie, of deze wordt niet bekend gemaakt. Toch is dit een absolute voorwaarde voor kennisvergroting en verbetering van de dienstverlening.

Terzijde hoe zit het eigenlijk met de werkgelegenheid voor praktijk-sportpsychologen en de financiering van hun werkzaamheden?

2. Gevolg

Het gevolg: een onoverzichtelijk geheel. Veroorzaakt door de ingewikkeldheid van het te bestuderen, te onderzoeken en te begeleiden, te behandelen subject: de sportende, zich vormende, bewegende mens. En hun begeleiders.

Subjecten met biologisch – psychologisch - sociaal (spiritueel?) bepaalde unieke multivariate gedragsvariabelen. Nog extra gecompliceerd door het multidisciplinaire karakter van sport, lichamelijke vorming en bewegen en de uiteenlopende omstandigheden en situaties waarin met personen en groepen wordt gewerkt. Subjecten die bovendien steeds andere eisen stellen gelet op aanleg, aard, mogelijkheden en motieven, uitdagingen, belangen, verwachtingen. Dit geldt volgens Dr Sigmund zelfs voor de “normalen”[1]. En dit geldt natuurlijk ook voor de dienstverleners! Tel uit je winst.

Waar ligt de nadruk? Op de prestatie of op de persoon? Is er balans tussen groei - ontwikkeling, ervaringen - plezier en presteren? Dit alles met verschillende, wisselende, zich herhalende visies en accenten. Zo zijn te onderscheiden: het psychodynamische model, het gedragsmodel, het cognitieve model, het humanistische model, het neuro-linguistische model, het westerse model, het oosterse model, het analoge model, het digitale model, het commerciële model,

Sommige praktijkbeoefenaren, vooral degenen die zijn opgeleid als psycholoog, vertonen een tendens minder tevreden te zijn met de praktische uitoefening van het vak van sportpsycholoog door anders opgeleiden. Zij zouden zich meer op de met hùn opleiding corresponderende aspecten moeten bezighouden.



De POPS heeft hier nog steeds een belangrijke taak: de twee tot de opleiding gerechtigde bloedgroepen dusdanig opleiden op grond van een doelgericht, waardevol kwaliteitsprogramma zodat aan de te stellen eisen en aan de wensen en verwachtingen van zowel de studenten als van hun toekomstige klanten voldaan wordt.

3. Gevaar

Trends en commercie

In dit vrolijke stukje mag ook een waarschuwing niet ontbreken voor de gevaren van de invloed van trends: digitalisering (relatieverlies), schaalvergroting (vervreemding) en mondialisering (megalomanie) met als bedreiging dat betrokkenen objecten worden (datasubjecten) in een scheve (sport)-samenleving.

Maar ook voor modieuze tendensen: het brein (Wij zijn ons brein); mindfulness (panacee voor alle kwalen); talentherkenning en -ontwikkeling (om meerdere redenen een dubieuze aanpak) met als nieuwste uitwas genetische testen; slaap* (is nu – weer - hot); commercie, sponsors (bedden*); doping (bedrog); morele ontkoppeling, meestal cognitieve dissonantie reductie* genoemd. Vult u maar aan. Wat te denken van sporters, congressen, wetenschappers die door concurrerende sponsors worden gefinancierd?*

* Tempur (Lars-Eric Unestähl, zweeds sportpsycholoog); Auping (Ranomi Kromowidjojo: het WK doet de vraag rijzen of zij nog wel goed slaapt en toch een ander bed moet kiezen); M Line (Joop Zoetemelk: “De Tour win je in bed”, was dat met de kennis van nu wel zo?). En er is een ‘slaapprofessor’ die zelfs in twee van die bedden schijnt te liggen! Welk bed moet je nu kiezen? Is het criterium het bed of de persoon?

Vele andere voorbeelden zijn te geven van verwording en vervreemding in de sport door commercialisering (salarissen, zaakwaarnemers, Totilas ...).

Het antwoord vanuit de sportpsychologie

‘De’ (sport-)psychologie is naar mijn mening nog onvoldoende in staat geweest, (inter-)nationaal, mede door de soms, veronderstelde, afhankelijkheid van personen en organisaties, op eigen kracht adequaat met deze zaken om te gaan en zo de bij herhaling optredende problemen afdoende op te lossen. De positieve stappen voorwaarts erkennend en met oog voor de rol van persoonlijke keuzevrijheid.

Dat er nog veel te doen is kan opgemaakt worden uit de gegeven voorbeelden van voortdurende accentverschuivingen (vaak herhalingen) in zienswijzen, interpretaties of belevingswijzen in plaats van een grondige analyse. En dat het lastig zal zijn de gegroeide situatie bij te sturen, laat staan te veranderen, lijkt duidelijk in de snel veranderende sportsamenleving. Wordt het “Het digitale sport proletariaat”? Lees: Hans Schnitzler: “Het digitale proletariaat”. (2015). Tekenen aan de wand? Is het al te laat?

Een visie op de mens, het leven en de betekenis van presteren, in dit geval met betrekking tot sport, lichamelijke vorming en bewegen zal hierbij een (grote) rol spelen. Niet alleen fysiek, maar natuurlijk ook mentaal en sociaal. Overbodig op te merken dat verandering van woorden zoals sportpsycholoog in SPORTPSYCHOLOOG VSPN®, Prestatie Manager Mentaal,



prestatie manager Prestatiegedrag of EPG (Expert Prestatie Gedrag, wat/wie is dat?) de oplossing niet zal brengen. Er is meer nodig!

4. Gewenst

Tijd en kwaliteit centraal

Een integere, grondige analyse en evaluatie is nodig, gebaseerd op ethiek en heldere criteria en samenwerking, waarbij geen plaats is voor klikjes en uitsluiting onder het mom van: “All animals are equal, but some animals are more equal than others!”. Of “There is no reality, only our perception!” Hier zou de uitspraak, gebaseerd op studie, kennis, kunde en ervaring, kunnen luiden: “All perceptions are equal, but some perceptions are more equal than others!”.

Maar dan ook nog de visie en durf hebben, eigenbelang opzij zettend, om de mogelijkheden van het vak te vertalen in concrete stappen en daardoor de sportpsychologie, in het belang van iedereen die daar op wat voor niveau en manier dan ook baat bij kan hebben, diè plaats in de wereld van sport, lichamelijke vorming en bewegen te geven die het vak toekomt.

De juiste, doordachte aandacht en (bege-)leiding vanuit zuivere motieven: Tijd en kwaliteit centraal! Waarden gedreven actie! Met als doel iedereen de juiste dingen, goed te laten (blijven) doen in een harmonieuze, integere (sport)samenleving.

Maar ja, àlles kan en wat is ‘goet’?

Succes NLsportpsycholoog®!

Frits Avis.

Voetnoot [1] Dr Sigmund:

Maar ook de normalen willen niet meer normaal zijn! Tegenwoordig is iedereen speciaal of wil speciaal overkomen. 'Ik lijk heel evenwichtig, maar ik ben hoogsensitief, hoor,' klinkt het dan in mijn spreekkamer. 'Ik ben directeur van een middelgrote bank, maar in de vakantie beschilder ik mijn lichaam en ben ik sjamaan op het Burning Man-festival.' Zomaar een paar willekeurige voorbeelden uit mijn praktijk.

Wat moeten psychiaters en psychologen met deze ontwikkeling? Er komt nogal wat op ons af. Op de vele lezingen die ik houd in binnen- en buitenland word ik steevast aangeklampt door collega's die het ook niet meer weten en ten einde raad zijn. 'Dokter Sigmund, we verzuipen in de diagnoses, help ons alstublieft!' klinkt hun smeekbede. Ik ben daar zeker niet doof voor, vooral niet als ik mijn uren kan factureren. Met het boek dat u thans in handen heeft, geef ik gehoor aan hun hartenkreet. Ik heb gemeend ons moeilijke maar mooie vak te moeten dienen met een handleiding, een diagnosebijbel die collega's wereldwijd een handvat geeft om hun patiënten te helpen: DE SIGMUND METHODE.

Uit:

Peter de Wit. Definitief diagnostisch naslagwerk om iedereen gek te verklaren. DSM. De Sigmund Methode. 2013.