

VECHTSPORT MAAKT JONGENS WEL NIET AGRESSIEF

De kop 'Meer agressie door vechtsport' in het Dagblad Trouw op 28 september 2005 trof menig vechtsportliefhebber als een knock-outslag of ipponworp. Wat was er aan de hand? Noors onderzoek zou hebben aangetoond dat, in tegenstelling tot wat vaak wordt gedacht, jongens niet minder maar juist meer agressief gedrag vertonen door het beoefenen van kracht- en vechtsport. Met name sporten als boksen, worstelen en gewichtheffen leiden volgens de onderzoekers tot een toename van antisociaal gedrag. Bij karate, judo en taekwon do is dat minder het geval. Door: Jan Steijffer

Nog enigszins duizelig van de klap wordt direct de tegenaanval ingezet. Op het internet spreken vele vechtsportliefhebbers en bonden over een vooringnomen positie ten opzichte van de sport en gekleurde interpretatie van de uitkomsten van het onderzoek.

Bokscoördinator van der Leijde reageert dat het bij boksen juist gaat om een levensfilosofie: 'Je kunt boksen gebruiken om problemen en angsten van je af te slaan'. Ook jongerenwerker Mike Houtstee, docent kickboksen en oprichter van het Sport Tegen Overlast in Mijlrecht Project (STOMP) twijfelt aan het onderzoekresultaat: 'Bij ons heeft nog nooit een jongere de technieken van vechtsporten gebruikt op straat. Wij leren ze discipline en zelfvertrouwen te krijgen. Als ze zelfbewust zijn, worden ze ook minder agressief'. Thom Harmok tenslotte, die thal- en kickboxen in Nederland introduceerde, gelooft de conclusies niet: 'Ik geef nu 33 jaar les en mijn ervaringen zijn tegenovergesteld: jongens en meisjes leren juist discipline, sportiviteit en respect voor anderen'.

Juist van ervaringsdeskundigen had mogen worden verwacht dat zij deze wetenschappelijke aanval met iets meer zelfcontrole hadden gepareerd. Eerst even tot tien tellen beteugelt het evolutionair overlevingsmechanisme om te vechten of vluchten. Iedere vechtsporter, of zo gezegd beoefenaar van zelfverdedigingskunsten (budo), weet dat

bijvoorbeeld de ademhaling herstellen in zo'n situatie effectiever is dan wild terugslaan. Laten we daarom samen teruggaan naar de hoek van de mat of de ring en rustig deze 'tegenstander' observeren.

HET ONDERZOEK

Inger M. Endresen & Dan Olweus, twee Noorse onderzoekers, publiceren reeds in januari (!) 2005 online een onderzoek getiteld:

'Participation in power sports and antisocial involvement in preadolescent and adolescent boys'. Vervolgens wordt het artikel opgenomen in het mei-nummer van The Journal of Child Psychology and Psychiatry. Opvallend genoeg ontstaat er in Nederland pas in september commotie over de onderzoeksresultaten, wanneer het dagblad Trouw hoogleraar jeugdbescherming Wim Slot aan het woord laat. De suggestie wordt hier geweekt dat het bewuste onderzoeksresultaat in november wordt gepubliceerd. Dit betreft echter een bespreking van het Noorse onderzoek in het wetenschappelijke tijdschrift Kind en Adolescent Review. Een Nederlands blad met een deskundige redactie die een selectie maakt uit de internationale onderzoeksontwikkelingen, op gebied van de (orthopedagogiek, (ontwikkelings)psychologie en (kinder)psychiatrie. Het gevolg is een scala van meningen over de relatie tussen agressie en vechtsport, zonder dat de meeste critici het oorspronkelijke onderzoek hebben bestudeerd. De hoogste tijd dus om het beruchte Noorse onderzoek eens voor het voetlicht te brengen.

Het Noorse onderzoek maakt onderdeel uit van een langlopend interventieprogramma naar pestgedrag onder basisscholieren. Dit vond plaats in Bergen, de op een na grootste stad van Noorwegen. Onder leiding van onderzoeker Dan Olweus werkten van 1997 tot en met 1999 37 scholen met 5171 leerlingen hieraan mee. Het vervolgprogramma werd later bekend als het succesvolle 'Olweus Bullying Prevention Program'. Uit dit tweejarige onderzoek gebuikten Olweus samen met Endresen (2005) de data van 477 jongens - niet perse probleemjongens - voor het huidige onderzoek binnen de Universiteit van Bergen. Deze groep schoolgaande jongens, bij de start tussen de 11 en 13 jaar, werd verdeeld over vier groepen: (1) beoefenaars van boksen, worstelen, gewichtheffen of oosterse vechtsporten (judo, karate en taekwon do), (2) jongens die tijdens de onderzoeks-



Jan Steijffer



FOTO: ANITA RIEMERSMA

Grandgevecht

PUBLICATIE:

Lichamelijke Opvoeding
Jaargang 93 (nr. 14)
9 december 2005

periode zijn begonnen met een van deze sporten, (3) jongens die voor het einde van de onderzoeksperiode zijn gestopt met een van deze sporten en (4) jongens die geen van deze sporten beoefenen. Alle jongens hebben bij aanvang (1997), halverwege (1998) en aan het einde van het onderzoek (1999) vragenlijsten ingevuld. Hierin werd enerzijds antisociaal gedrag gemeten (met gewelddadig regeloverschrijdend gedrag als vandalisme en diefstal) en anderzijds de mate van geweld (het aamvalen van andere mensen buiten de sport met al dan niet het gebruik van wapens).

DE RESULTATEN

De onderzoeksresultaten tonen aan dat met name de kracht- en vechtsporten boksen, worstelen, gewichtheffen leiden tot een toename of versterking van antisociaal gedrag, al dan niet gewelddadig. De jongens die dergelijke sporten beoefenen zijn vaker betrokken bij

vechtpartijen, gebruiken vaker messen en knuppels, ze stelen, vernielen en spijbelen meer dan jongens die dergelijke sporten niet beoefenen. Bij de costerse vechtsporten karate, judo en taekwon do is dat minder het geval.

Kruissirk vond reeds in 1988 vergelijkbare resultaten, namelijk dat jeugdige kracht- en vechtsporters (incl. voetballers) vaker delictien plegen in vergelijking met andere jonge frequente sporters. Het betrof hier zoals bij de meeste onderzoeken op dit gebied, onderzoek met een cross-sectioneel design. Dit houdt in dat er uitsluitend een samenhang kan worden vastgesteld en geen oorzakelijk verband. Een relatie tussen sport en antisociaal gedrag kan namelijk ook in de omgekeerde richting wijzen: bepaalde sporten hebben een bepaalde aantrekkingskracht op jongens met reeds een neiging tot agressief gedrag. De resultaten uit het huidige langlopende onderzoek van Endresen & Olweus bieden echter nieuwe inzichten in dit kip-ei

dilemma. Aangehouden wordt namelijk ook dat jongens die eerst geen kracht- en vechtsport beoefenden, toen ook minder agressief waren. De onderzoekers concluderen dat het kennelijk de sportactiviteiten en de omstandigheden zijn, die het ongewenste gedrag doen toeneemen.

Als theoretische onderbouwing van hun conclusie noemen zij de sociale leertheorie (Bandura, 1973). Antisociaal gedrag wordt volgens deze theorie aangeleerd of versterkt doordat de vechtsportbeoefenaars tijdens trainingen worden blootgesteld aan vechtleermenten en een leraar die als negatief rolmodel fungeert. Samen met de ontwikkeling van fysieke kracht en het beheersen van vechttechnieken zou dit ervoor zorgen dat de jongens buiten de sportschool deze kwaliteiten willen gebruiken. Daarnaast ligt in de krachtsportwereld de nadruk vooral op spelen, fysieke kracht en hardheid. Het is hier de macho-omgeving van de sportschool die het gewelddadige en agressieve gedrag aanwakt, aldus de onderzoekers. Een conclusie die haaks staat op de gangbare catharsisgedachte, dat het uitleven of ontlaten tijdens sportbeoefening de agressie in het dagelijks leven zou verminderen. Waarvoor overigens weinig empirische steun valt te vinden.

Wat betekent dit onderzoeksresultaat nu voor de kracht- en vechtsport in Nederland? Krigen de critici dan eindelijk toch gelijk en is de associatie van vechtsport met criminaliteit, geweldpleging en agressie terecht? Moeten ouders gewaarschuwd worden voor de gevaren van kracht- en vechtsport? Met de kennis die we nu van het onderzoek hebben kunnen we met vertrouwen terug de mat op of de ring in. De Noorse 'tegenstander' heeft namelijk een aantal zwakke plekken.

BEPERKINGEN VAN HET ONDERZOEK

Endresen en Olweus noemen zelf al de externe validiteit als beperking van hun onderzoek. Met externe validiteit wordt de generaliseerbaarheid van hun bevindingen bedoeld. Het is maar de vraag of de onderzoeksresultaten uit de stad Bergen met Noorse jongens rechtstreeks te vertalen zijn naar andere Europese landen. Een (Nederlands) replicatieonderzoek zou hiervoor uitkomst bieden. Daarnaast kan men een kanttekening plaatsen bij het gebruik van vragenlijsten om antisociaal en agressief 'gedrag' te meten. In hoeverre duidt een hoge score op een vragenlijst over agressie ook op daadwerkelijk agressief gedrag? Iets zeggen of opschrijven is één, het doen of gedaan hebben is iets anders. Tevens gebruiken de onderzoekers een zelf ontworpen vragenlijst 'The Bergen Questionnaire on Antisocial Behaviour' (Olweus, 1989). Er kunnen vraagtekens worden gezet bij de validiteit van deze lijst. Met andere woorden meet men wel wat men wil meten. Ten eerste omdat één vraag over antisociaal gedrag bij de laatste meting om onduidelijke redenen 'per ongeluk' is weggelaten. Ten tweede omdat de onderzoeksresultaten te vinden zijn op een wijze op een onwaarschijnlijk achten, onderzoekers voorhand al aangeven dat zij het onwaarschijnlijk achten, sociale betrokkenheid als gevolg van kracht- en vechtsportbeoefening. Niet echt een objectief wetenschappelijke onderzoekshouding. Tenslotte, de belangrijkste beperking betreft het feit dat het huidige onderzoek langdurig heeft plaatsgevonden in een natuurlijke omgeving. In tegenstelling tot een laboratoriumsituatie is het derhalve vrijwel onmogelijk om alle variabelen constant te houden en uitsluitend de onderzoeksfactor te variëren. Oftewel, bij interpretatie van de

een leraar die zich bewust is van zijn of haar voorbeeldfunctie en een lesprogramma dat maatschappelijke normen en waarden integreert. Hiermee sluit het onderzoek aan op tal van wetenschappelijke studies waarvoor wordt aangehouden dat vechtsportbeoefening positieve

bijdrage kan leveren aan gewenst gedrag van jongeren. Trulsson (1988) toonde bijvoorbeeld aan dat de traditionele gedoedeerde Koreaanse vechtsport taekwon do, in tegenstelling tot een moderne versie van deze vechtsport, kan helpen bij de rehabilitatie van jonge delinquenten. Leerlingen die lessen aangeboden kregen met rime aandacht voor costere filosofie (o.a. respect voor anderen, beschermde, vertrouwen en eerlijkheid) vertoonden na afloop minder delinquent en agressief gedrag dan leerlingen die tee kwon do puur als vechtsportprogramma met vreedzame filosofieën binnen een vechtsport mogelijk-agressief gedrag kan beteugelen, wordt versterkt door de resultaten in het recente Noorse onderzoek. De beoelenaars van de costere vechtsporten karate, judo en tee kwon do vertoonden minder antisociaal gedrag dan de jongens die boksen, worstelen of gewichtheffen.

Kortom, er liggen dus pedagogische kansen voor vechtsportleraren en docenten lichamelijke opvoeding. Het onderzoek van Endresen en Olweus (2005) bevestigt daarmee het belang om in de kwaliteit van (vechtsport) - binnen het onderwijs - te blijven investeren. Denk bijvoorbeeld aan ontwikkelen van rijks erkende opleidingen voor leraren binnen de vechtsportwereld en het blijven inzetten van vakkeerbare binnen de gymlessen op scholen. Vakbekwame leraren zijn methodisch-didactisch onderlegd en creëren een steer in de (sport)school zonder machonormen en dragen zo positief bij aan een gezonde ontwikkeling van jongeren. Bij onprofessionele instructie kan vechtsportbeoefening echter ook averechts werken.

Het puur oefenen van efficiënte technieken om tegenstanders uit te schakelen zonder aandacht voor (mentale) vormingsaspecten, brengt risico's met zich mee. Prof. Dr. Maarten van Bottenburg (1996) spreekt in dit opzicht over de verharding van de vechtsporten. Een ontwikkeling die met de groeiende belangstelling voor 'koogevchten zonder regels' absoluut de aandacht behoeft. Een toegenomen commercialisering binnen de vechtsport is hier debet aan. Aan vechtsport valt steeds meer geld te verdienen. Homma beschreef deze trend al in 1993 door te wijzen op sportscholen die zich vooral bezighouden met het verkopen van gekleurde banden als lucratieve bron van inkomsten.

Onderzoekers trekken conclusies op grond van steekproeven en statistiek. De media signaleert en zoekt naar sensatie. Een expert daartegen nuanceert de uitspraken en benut de pedagogische accoorden (en meisjes) te leren om voor zichzelf op te komen en daarbij rekening te houden met de belangen van een ander. Een leraar die jonge judokas na een worst verantwoordelijk maakt voor de val waarmee de tegenstander de grond raakt, ontwikkelt assertiviteit. Zonder aandacht voor het belang van de ander wordt dit agressief. Het sluit mij dan ook graag aan bij hoogleraar Wim Slot die in het krantenartikel reageert op het Noorse onderzoek en terecht opmerkt dat vechtsporten minder onschuldig zijn dan je denkt. Beleidsmakers, leraren, ouders en kracht- en vechtsportleerders, wees daarom gewaarschuwd en maak de juiste keuze.

Met dank aan mijn vrouw Hester, mijn leraar Jan Kallenbach en mijn collega en vechtsportleerhabber Victor Spaan.

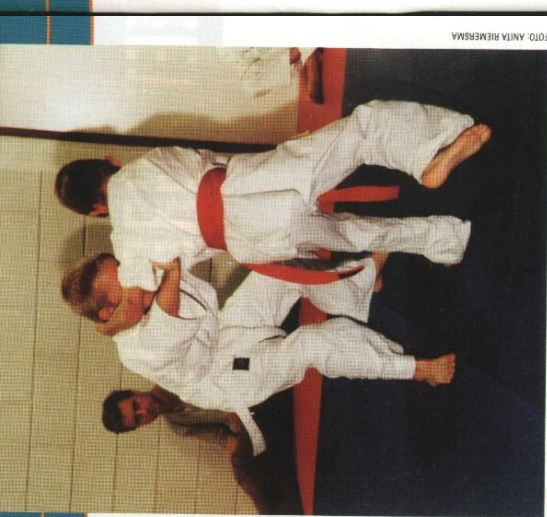
BRONVERMELDING

- Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bottenburg, M. van, & Helbron, J. (1996). *De verharding van het vechtsportleerhabber*. Dlopter, Amsterdam.
- Dagblad Trouw (2005). *Meer agressie door vechtsport*. Gedownload op 14 oktober 2005, http://www.trouw.nl/nieuws/nederland/articie221111_ece.
- 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.
- Homma, G. (1993). *Children and the martial arts: an aikido point of view*. Berkeley, CA, North Atlantic Books.
- Kussarik, M. (1988). Van pavindert tot pretpark, van vechtsport tot volleybal. In *Justitiële Verkenningen, Wetenschappelijk Onderzoek- en Documentatie Centrum, Kluwer*, 14, 66-85.
- Olweus, D. (1989). Prevalence and incidence in the study of anti-social behaviour: Definitions and measurements. In M. W. Klein (Ed.), *Cross national research in self-reported crime and delinquency* (pp. 187-201). Dordrecht: Kluwer Academic Publishers.
- Sleijfer, J. A. (2005). *Sportbeoefening en de gevolgen voor agressieve neigingen*. Doctoraal afstudeeronderzoek, Universiteit van Amsterdam, Faculteit der Maatschappij- en Gedragswetenschappen, Afdeling Psychologie.
- Suichman, D. (2005). *Vechtsport maakt jongens antisociaal*. Gedownload op 14 oktober 2005, van <http://www.ljdschrift025.nl/>
- Theebboom, M. (2002). *Vechtsporten: Leren vechten of ... leren niet vechten?* In *Justitiële Verkenningen, Wetenschappelijk Onderzoek- en Documentatie Centrum, Kluwer*, 28 (3), 72-83.
- Trulsson, M. E. (1988). *Martial arts training: A novel "cure" for juvenile delinquency*. *Human Relations*, 39 (12), 1131-1140.
- Wolters, R. (2005). *Koninklijke Nederlandse Krachtsport en Fitnessfederatie*. Gedownload op 14 oktober 2005, van <http://www.knkr.nl>

OVER DE AUTEUR

Jan Sleijfer (geb. 4 januari 1969) studeerde in 1991 af aan de Academie voor Lichamelijke Opvoeding te Amsterdam, met een extra aantekening Docent Zelfverdediging. Na twee jaar als gymleraar te hebben gewerkt kwam hij in dienst bij het Opleidingsinstituut Dienst Justitiële Inrichtingen. Hier verzorgde hij tot op heden beroepsopleiding voor justitiepersoneel op gebied van communicatie en agressie. In deeltijd studeerde hij psychologie aan de Universiteit van Amsterdam. Zijn afstudeeronderzoek was getiteld "Sportbeoefening en de gevolgen voor agressieve neigingen". Als sociaal en sportpsycholoog is hij momenteel lid van de Vereniging voor Sportpsychologie in Nederland (VSPN). Verder is hij een vechtsportleerhabber, actief beoefenaar van taekwon-do en ju-jitsu (1^o dan en Noord-Hollands kampioen 1999).

CORRESPONDENTIE: jsleijfer@esko.nl



Lijf balans brengen

onderzoeksresultaten dient men rekening te houden met de vraag in hoeverre het agressieve gedrag van de jongens uitsluitend het gevolg is van de genoemde factoren. Het is niet denkbaar dat het competitie-element van sportbeoefening in het algemeen, tot een hogere score op antisociaal gedrag leidt op de vragenlijst. Zeker wanneer de sporters jonge jongens in de puberteit zijn. Een leeftijdstage waarin hun hormoonhuishouding, met name stijging testosteron, forse invloed heeft op hun ontwikkeling en energie. Ook is men in deze periode extra gevoelig voor beïnvloeding door leeftijdsgenoten en rolmodellen. Een extra controlegroep van bijvoorbeeld jongens die een niet-vechtsport beoefenen als tennis, zou deze hypothese kunnen bevestigen.

Samengevat kan men stellen dat kracht- en vechtsportbeoefening op zichzelf, nog niet de oorzaak van agressief gedrag hoeft te zijn. Opgemerkt dient te worden dat het klimaat van de school, de rol van de leraar of (een combinatie van) andere factoren ongemerkt een rol spelen. Dit brengt ons bij de eindconclusie ten aanzien van alle verontusting die is ontstaan door het Noorse onderzoek.

EINDCONCLUSIE

Marc Theebboom (2002), hoogleraar Lichamelijke Opvoeding aan de vrije Universiteit van Brussel, formuleerde het dilemma-vraagstuk rond agressie en kracht- en vechtsportbeoefening als volgt: 'Leren vechtsporten jongeren (beiden) vechten of leren vechtsporten hen juist eerder om niet te vechten?'. Het huidige onderzoek van Endresen en Olweus (2005) biedt steun voor het eerste. Desalniettemin kan de Nederlandse kracht- en vechtsport opgelucht adem halen en moet zelfs blij zijn met de uitkomsten van het onderzoek. Ook de jeugdhulpverlening die probleemjongeren via de sport-school op het goede pad wil brengen en onderwijsinstellingen die weerbaarsheidslessen in het programma hebben opgenomen kunnen verheugd zijn. Het Noorse onderzoek toont namelijk vooral aan dat het klimaat binnen een (sport)school en de rol van de (vechtsport) leraar een cruciale invloed kan hebben op het gedrag van jongens. Dus ook op sociaal gewenst gedrag. De onderzoekers geven aanbevelingen ten aanzien van het belang van een niet-macho omgeving.