

# Life Goals Nederland



Wat doen jullie al met sport voor kwetsbare doelgroepen?

---

Waarom zijn wij er?

**LIFE**  
GOALS





4% van de volwassenen in Nederland is zeer kwetsbaar.

---

Deze mensen hebben complexe problemen op meerdere leefdomeinen, zijn onvoldoende in staat om hun problemen zelf of in de eigen omgeving op te lossen, kunnen onvoldoende in de eigen bestaansvoorwaarden voorzien en krijgen veelal niet de hulp die zij nodig hebben om zich in de samenleving te handhaven.

Experts geven aan dat deze groep eerder groter dan kleiner wordt.

*De groep sport niet of nauwelijks.*

# Jasper Lambro Ambassadeur

LIFE  
GOALS



## Wetenschap

# Sport kán jongere socialer maken

Sport kan jongeren helpen op het rechte pad te blijven. Mits het morele klimaat op de sportclub goed is en de juiste coach zich over de jongeren ontfermt. Dat constateert forensisch orthopedagoog Anouk Spruit.

Ivanthe Sahadat  
Amsterdam

Sporten ama goed zijn voor problemen jongeren. Het leert hen discipline, samenwerking of omgaan met autoriteit. Vanuit die gedachte maken gemeente en jeugdzorg gebruik van allerlei sportprojecten. Maar wetenschappelijk bewijs voor de reductie van delicten ontbreekt op basis.

Nieuw onderzoek van psycholoog Anouk Spruit laat zien dat sporten op zichzelf niet tot minder criminaliteit leidt. Jongeren leren wel socialer van sporten, maar agressie op het sportveld kan anderszins gedrag ook juist in de hand werken, zegt Spruit. Een goede invloed staat of valt met het klimaat van de sportvereniging, volgens de psycholoog. Daarbij is het niet voldoende dat je respect voor het veld moet, voor elkaar en de arbiteren, of niet. 'Maan maken lang te lijn agressieve intentie te roepen of niet.'

In een coach moet wel belang hebben toe in de coach. Is het een voorbeeld figuur, weet hij de juiste aansluiting te vinden met de jongeren en geeft de coach voldoende ruimte om de sociale contacten? 'Een goede coach vraagt hoe het draait, maar school of naar vrienden. Het is belangrijk dat er een sociale en leuke sfeer is en dat er is.'

Hoogleraar reclamerog Prof van der Laan (Vrije Universiteit Leiden) bij het onderzoek benadrukt te, herkent de benadrukt van sport. Een van de belangrijkste benadrukt op het veld van interventie is de manier waarop de begeleider of coach het aanpakt.

Van der Laan merkt het onderzoek van Spruit, die onder meer een grote overwinning alle maan van reeds bevestigd de zaak naar sporten en de sportprojecten, en goed. Het is het meest specifieke sporten, en de beste sporten?

Spruit leek of er verschillen waren tussen contact sporten en andere sporten. Dit was er niet. Ze kon ook geen



Een zaalvoetbalproject voor kamarme jongeren in Nijmegen.

Foto: Marcel van den Bergh / de Volkskrant

harder wetenschappelijk goed vinden voor die gedachte dat agressieve sporten agressie in de hand werken. 'Een verloop kan negatieve, maar ook positieve effecten hebben. Het hangt er ook van af hoe het wordt aangeboden. Hoe is de sfeer op de sport veld, is het een leuke omgeving voor de coach en jongeren op het rechte pad te blijven. In het laatste deel van haar onderzoek

leek Spruit naar de resultaten van het sportproject 'Alleen jij bepaalt wie je bent' dat in Nederland wordt gebruikt ter voorlichting van jongeren op de markt. De jongeren die meededen waren nog niet of in geringe mate met de politie in aanraking geweest. Een laag opvoedingsoverzicht (praktijkonderwijs, vmo) base op de jongeren worden in een achterstandige waren de criteria voor de studie.

Jongeren die meededen aan het project bleven ten minste vaak in aanraking met de politie te komen. Het effect was niet heel groot, maar is het vooral bij een toename over het gebruik van sporttoestellen.

Hoewel bij sport 'niet het passieve voor alle gedragskwaliteiten' stelt hoogleraar van der Laan zich bij de gemeentelijke en in bij 'voorzichtig positief over sporttoestellen'. Of het

“Sporten leert hun discipline, samenwerking of omgaan met autoriteit. Vanuit die gedachte maken gemeente en jeugdzorg gebruik van allerlei sportprojecten.”

**Sociaal kapitaal** | Sport vergroot het sociaal kapitaal van mensen (vaardigheden, netwerk en verbinding)

**Gedrag** | Sport draagt bij aan gedragsverandering van mensen (meer zelfvertrouwen, minder antisociaal en crimineel gedrag)

**Lichamelijke gezondheid** | Sport en bewegen is gezond voor het lichaam en verkleint de kans op hart- en vaatziekte

**Geestelijke gezondheid** | Sport en bewegen stimuleert de ontwikkeling van cognitieve vaardigheden





On t m o e t S i m o n

## Mis s ie:

*“Stichting Life Goals Nederland wil bijdragen aan een samenleving waarin niemand buitenspel staat.  
Wij gebruiken de kracht van sport om mensen te inspireren weer mee te doen.”*

# Life Goals Programma's

*Momenteel zijn we actief in 30 gemeenten met een Life Goals Programma.*



# De Life Goals Academie



Dienst	Soort	Duur
Maatschappelijke Sportcoach Cursus	Cursus	3 dagen
Sport en LVB	Cursus	2 dagdelen
Impact monitoring	Cursus	2 dagdelen
Leider Sportieve Recreatie (1,2,3)	Cursus	± 44 uur
Life Goals Sessie	Product/cursus	2 dagdelen
Life Goals Monitor	Product	x

Ook iets doen met sport voor kwetsbare mensen?

Neem gerust eens contact op!

---



Dico@stichtinglifegoals.nl

