

TIENERDYNAMIEK NIVEAU 1

MAAK EEN SOCIOGRAM OP BASIS VAN
JE EIGEN INSCHATTING

[#sportersbelevenmeer](#)



SPORT.
VLAANDEREN

HET SOCIOGRAM

De potentiële rol van het sociogram om de tienerdynamiek in kaart te brengen en potentiële drop-out tegen te gaan.

Vaak zien we in sportgroepen, vergelijkbaar met klassen in een schoolcontext, dat er zich binnen een groep verschillende subgroepen vormen. Sommige tieners zijn populair, terwijl anderen meer aan de rand van de groep staan. Dit gebrek aan sociale connectie binnen een sportgroep is één van de redenen waarom tieners tussen 12 en 19 jaar de grootste drop-out cijfers vertonen over alle leeftijdsgroepen heen. De eerste stap in het aanpakken van dit probleem is dan ook om de sociale groepsstructuur binnen een groep in kaart te brengen en de tieners, die het risico lopen om uit de groep te vallen, op te sporen. Een sociogram is een nuttige tool voor een trainer om deze sociale groepsstructuur binnen zijn of haar groep op een visueel duidelijke manier in kaart te brengen.

DE MOGELIJKHEDEN VAN EEN SOCIOGRAM

Een sociogram maakt het mogelijk om de onderlinge samenhang in een trainingsgroep of team zichtbaar te maken. Heldere rapporten stellen de groepsstructuur en onderlinge aantrekking en afstoting tussen groepsleden visueel voor. Je kan dit enerzijds doen op basis van je eigen inschattingen als trainer. Anderzijds kan je jouw spelers ook enkele korte vraagjes laten invullen. Op basis hiervan kan je dan een visuele representatie van de structuur van jouw groep bekomen. Hou er wel rekening mee dat aan het bevragen van je tieners ook mogelijks risico's zijn verbonden en dat het al dan niet bevragen van tieners goed overwogen moet worden. Indien de groep zeer goed aan elkaar hangt en je als trainer geen enkele indicatie van een mogelijk probleem ziet, is het misschien niet nodig om tieners te bevragen naar hun positieve en/of negatieve connecties. Wanneer je aan de slag wenst te gaan met een sociogram raden we je aan om jezelf als trainer de volgende drie vragen te stellen:

1. Wil ik een sociogram van de verbondenheid op het sportveld of erbuiten?

Zowel de samenhang van een groep op als naast het terrein kan een invloed hebben op drop-out bij tieners. Hoewel er vaak vanuit wordt gegaan, is een groepsstructuur buiten het sportterrein niet per definitie gelijk aan die op het sportterrein. Sommige tieners zullen zeer goed in de groep liggen buiten het sportveld, maar zullen bijvoorbeeld door een ander spelniveau wel buiten de groep komen te liggen tijdens sportactiviteiten. Anderzijds kan een getalenteerde sporter die buiten het sportveld geen tot weinig positieve contacten heeft, tijdens sportactiviteiten wel betrokken worden binnen de groep omdat hij of zij bijvoorbeeld een zeer hoog spelniveau haalt. Een positieve of negatieve connectie tijdens het sporten zorgt dus niet automatisch voor een positieve of negatieve connectie buiten het sportveld en omgekeerd. Als trainer kan je beslissen om een sociogram van één van beide te maken, twee sociogrammen te maken of beide te integreren of samen te voegen in één sociogram.

2. Wil ik een sociogram op basis van eigen inzicht of via een bevraging bij mijn sporters?

Je kan als trainer beslissen om aan de slag te gaan met een zelfgemaakt sociogram om de sociale structuur van je ploeg in beeld te brengen. De voordelen hiervan zijn dat dit laagdrempelig is aangezien je dit kan doen zonder dat je je tieners hierbij moet betrekken en dat je op deze manier dan ook geen risico loopt om mogelijks negatieve gevoelens of connecties binnen de groep extra aan te wakkeren. Anderzijds kan je bij een zelfgemaakt sociogram

belangrijke informatie missen wanneer er bijvoorbeeld iets onderliggend in de groep speelt waar je als trainer geen weet van hebt. Het kan met andere woorden zo zijn dat een sociogram op basis van atleetbevraging een verschillend resultaat geeft in vergelijking met je eigen inschattingen. Door tieners hun perspectief te combineren met je eigen inschattingen verhoog je dus de kans op een accuraat en waarheidsgetrouw sociogram.

3. Wil ik een sociogram met daarin enkel de positieve connecties of wil ik ook inzicht in de negatieve connecties?

Ook wanneer je als trainer eigenhandig een sociogram wil opmaken kan je kiezen om enkel een inschatting te maken van de positieve connecties, of om zowel de positieve en negatieve connecties tussen tieners mee te nemen in je sociogram. Wanneer je echter gebruik maakt van een bevraging bij je sporters is het des te belangrijker om rekening te houden met het feit dat het aanduiden van negatieve connecties binnen een groep voor tieners vrij direct en confronterend kan zijn. Daarnaast kan een bevraging naar positieve connecties maar vooral deze naar negatieve connecties ook negatieve gevoelens aanwakkeren of leiden tot een onderlinge uitwisseling van opgegeven namen tussen sporters, waar vaak de personen die al minder in de groep liggen het slachtoffer van worden. Het is ook belangrijk op te merken dat het uitblijven van een positieve connectie niet gelijk staat aan het aanwezig zijn van een negatieve connectie. Daartegenover kunnen negatieve connecties, misschien wel meer dan positieve, een duidelijk signaal geven aan jou als trainer wanneer een bepaalde sporter een mogelijks verhoogde kans op drop-out vertoont. Daarnaast is het ook van belang te begrijpen dat het mogelijk is dat een bepaalde persoon een aantal positieve connecties krijgt, terwijl hij/zij ook een groot aantal negatieve connecties krijgt, welke zonder de bevraging ervan niet naar boven zouden gekomen zijn. Deze grote hoeveelheid aan negatieve reacties zou bijgevolg wel een grote invloed kunnen hebben op de positie van deze persoon in de groep.

Let op! Een sociogram zegt ook niet alles

Het gebruik van een sociogram kan een zeer waardevol hulpmiddel zijn bij het in kaart brengen van de groepsdynamiek en het opsporen van sporters met een verhoogd risico op drop-out. Desondanks is het belangrijk om kritisch te kijken naar de resultaten van een sociogram. In sommige gevallen weet een trainer meer over zijn of haar groep dan er af te lezen staat in het sociogram, maar anderzijds komen er soms ook zaken naar voren waar de trainer nog niet over had nagedacht of geen weet van had. Het is dus belangrijk dat de trainer niet zomaar blind vertrouwt op het sociogram, maar de resultaten goed interpreteert en een goede reflectie maakt voor en na het opstellen ervan. Het is echter voor iedere trainer, ongeacht de groepsdynamiek, een goede oefening om zelf een sociogram te maken van het eigen team.



PRÉ-REFLECTIE TRAINER

Alvorens je start met het opmaken van een sociogram aan de hand van je eigen inschattingen en eventueel op basis van een bevraging van de tieners, is het aangewezen om als trainer eerst zelf te reflecteren over de algemene groepsdynamiek binnen jouw groep.

Hieronder zijn een aantal vragen opgesteld om deze reflectie te begeleiden:

1. Zijn er in jouw groep veel subgroepen van tieners die vaak samen zijn? (Tieners die vaak met elkaar omgaan en weinig anderen toelaten).
2. Heb je het idee dat iedereen binnen jouw groep voldoende contact heeft met teamgenoten?
3. Wanneer de tieners zelf groepjes moeten samenstellen, wordt er dan regelmatig gewisseld qua samenstelling van groepjes?
4. Heb je de indruk dat de connecties tussen tieners in jouw groep regelmatig veranderen?
5. Heerst er in het algemeen een goede groepsdynamiek binnen jouw groep?
6. Hoe zou je deze scoren op 10?

Na deze reflectie raden we aan om als trainer of tienerbegeleider over te gaan tot het opstellen van een sociogram op basis van je eigen inschattingen. Omdat die geen input van de tieners vraagt en enkel voor jou zichtbaar zal zijn en blijven, is dit sowieso een zinvolle oefening ongeacht de antwoorden die je hierboven op de reflectievragen gaf.

SOCIOGRAM MAKEN

Hier vind je de werkwijze voor het opmaken van een sociogram op basis van je eigen inschatting als trainer.

VOORBEREIDING

Het is voor een trainer niet altijd vanzelfsprekend om de dynamiek binnen je groep in te schatten. Om je hierin op weg te helpen lijsten we hieronder een aantal vragen op die je als trainer kan gebruiken bij het nadenken over of bij het observeren van de connecties binnen jouw groep. Op basis van de verzamelde informatie kan je dan aan de slag met je sociogram.

1. Welke tieners zie ik vaak samen zowel op als naast het veld?
2. Welke tieners zie ik bijna nooit samen op of naast het veld?
3. Zijn er tieners die ik vaak alleen zie?
4. Zijn er op dit moment ruzies/discussies, die kunnen wijzen op een negatieve connectie tussen personen, of zijn die er in het verleden geweest?
5. Als er groepjes gevormd moeten worden, wie zit er dan vaak samen?
6. Wie kiest meestal wie als eerste?
7. Zijn er tieners die vaak als laatste overblijven? Zo ja, welke?

OPMAAK

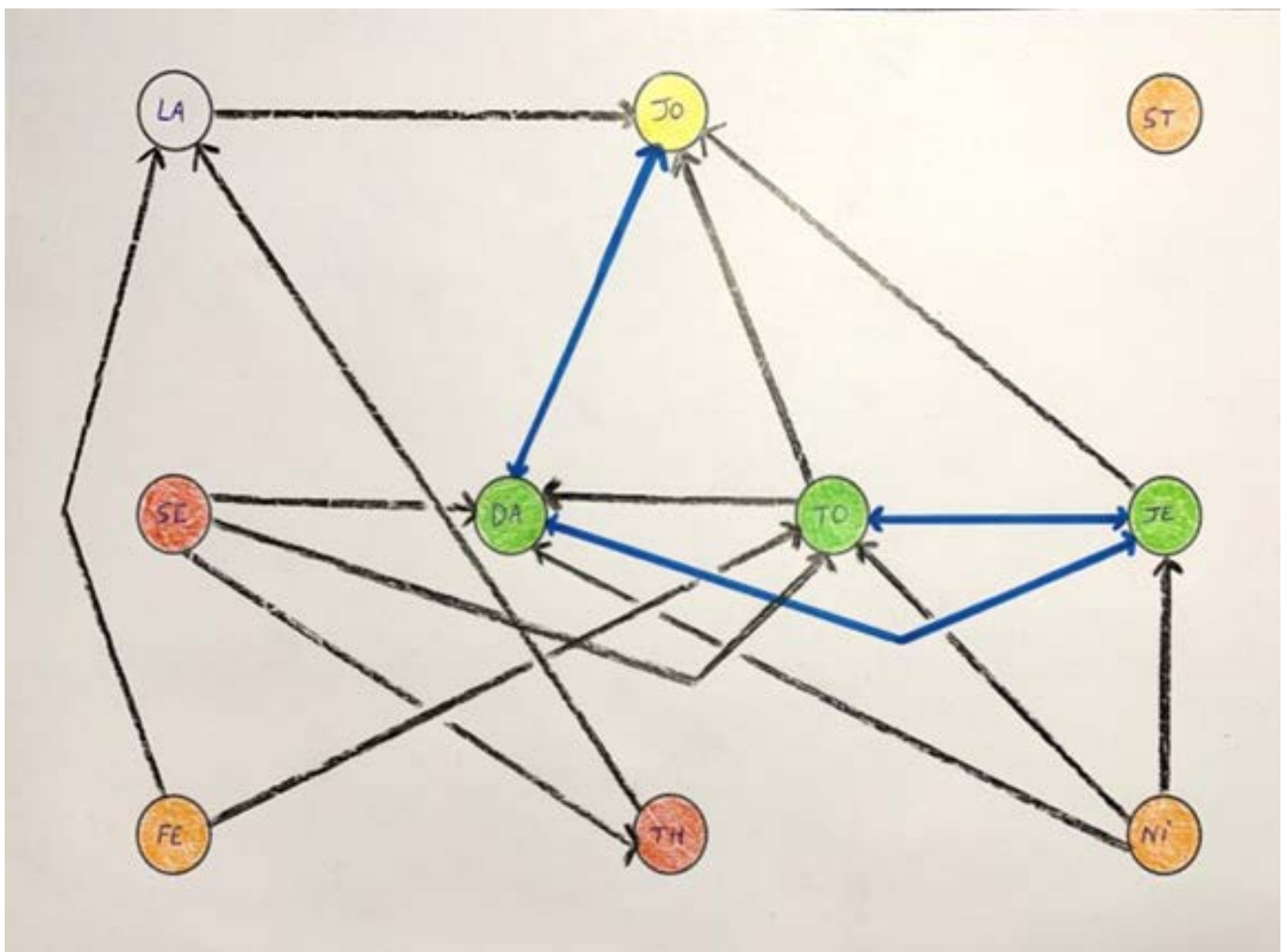
Voor het opmaken van het sociogram kan je gebruik maken van de template uit bijlage 1, waarvan je hieronder een ingevuld voorbeeld ziet afgebeeld. Wij stellen bij het maken van je eigen sociogram voor om alle namen van de tieners in je groep onder elkaar te schrijven. Rechts hiervan schrijf je hun ID, we raden aan om hiervoor de eerste twee letters van de voornaam of de initialen van de atleet te gebruiken. Rechts hiervan maak je twee ruime kolommen die elk onderverdeeld zijn in drie sub kolommen. Eén kolom voor de positieve en één voor de negatieve connecties. Een positieve connectie stelt een goede band voor tussen twee teamgenoten terwijl een negatieve connectie een duidelijk minder goede tot slechte band voorstelt. Daarnaast is het jouw eigen beslissing als trainer of je je uitsluitend richt op de positieve connecties of dat je ook de negatieve connecties mee in rekening neemt. Hou er rekening mee dat wanneer je jouw sociogram op basis van enkel positieve connecties interpreteert, het afwezig zijn van een positieve connectie niet automatisch gelijk staat aan het aanwezig zijn van een negatieve connectie.

Naam	ID	Aantal keer gekozen door anderen		Positieve connecties			Negatieve connecties		
		Aantal keer positief gekozen	Aantal keer negatief gekozen	Connectie 1	Connectie 2	Connectie 3	Connectie 1	Connectie 2	Connectie 3
DAAN	DA	5	2	JE	JO		TH	LA	
JEROEN	JE	3	0	DA	TO	JO	TH	SE	LA
THIJS	TH	1	4	LA			DA		
TOMAS	TO	4	1	JE	DA	JO			
FELIX	FE	0	1	TO	LA		JO		
SEPPE	SE	0	3	DA	TH	TO	JO		
JOSSE	JO	4	4	DA			NI		
STEVEN	ST	0	0				DA	TH	JO
NIELS	NI	0	1	TO	JE	DA	SE	JO	TH
LAURENS	LA	2	2	JO			TO	FE	SE

Hierna schrijf je achter elke atleet de namen van de tieners waarmee de atleet in kwestie de meest positieve of negatieve connectie heeft gebaseerd op jouw inschattingen en observaties als trainer. De keuze om maximum drie positieve en drie negatieve connecties per speler aan te bieden is een subjectieve keuze en zal uiteraard ook een invloed hebben op het resultaat van je sociogram. Je kan in principe altijd opteren om meer connecties op te nemen. Hier raden wij echter drie aan, omdat we een sociogram willen bekomen dat informatief is, zonder de trainer te overspoelen met informatie. Belangrijk is ook dat er geen minimum aantal namen is dat je voor één speler moet opgeven. Het kan dus bv. zo zijn dat je achter één persoon geen negatieve connecties neerschrijft, wanneer je als trainer denkt dat deze persoon geen tieners in de groep heeft die hij/zij niet leuk vindt of een slechte band mee heeft. Na het invullen van de namen in de tabel tel je na hoeveel positieve en negatieve connecties bij een bepaalde persoon toekomen en schrijf je dit in de 3de en 4de kolom van de template. Hierna is het tijd om deze connecties visueel te gaan voorstellen. Hiervoor kan je bijlage 2 gebruiken. Indien nodig kan je hier extra bolletjes aan toevoegen afhankelijk van de grootte van je groep. Als je als coach al een idee hebt van wie meer of minder connecties krijgt is het aangeraden om de personen die meer positieve connecties krijgen centraal op het blad te zetten. Verder vul je alle tieners hun ID in in een bolletje op het papier.

Vervolgens teken je enkel de positieve connecties tussen de verschillende tieners binnen je groep uit op papier. Gebruik hiervoor de tabel die je hiervoor opstelde. Gebruik een zwarte lijn voor een enkelvoudige connectie (Atleet A heeft een positieve connectie aangegeven naar atleet B, maar atleet B niet naar atleet A) en een blauwe voor een wederzijdse connectie (Atleet A heeft een positieve connectie aangegeven naar atleet B en atleet B ook naar atleet A). Indien je ook de negatieve connecties binnen je groep wenst uit te tekenen, maak je best een apart sociogram van de negatieve connecties op dezelfde manier als dat je met de positieve deed. Kijk tot slot nog eens na of het aantal connecties dat elke persoon krijgt in het sociogram overeen komt met de cijfers in kolom drie en/of vier.

Op basis van de cijfers in tabel drie en vier kan je nu de bolletjes (ID's) van de tieners inkleuren met verschillende kleuren. Gebruik hiervoor naar eigen keuze het sociogram van de positieve of negatieve connecties. Indien bevroegd, zullen we bij het inkleuren van de bolletjes rekening houden met de negatieve en positieve connecties. De personen die voornamelijk positieve connecties krijgen, en dus zeer goed in de groep liggen, kleur je groen. De personen die voornamelijk negatieve connecties krijgen, en mogelijks een verhoogd risico op drop-out hebben, kleur je rood. De tieners die in het algemeen (bijna) geen connecties ontvangen, mogelijks volledig buiten de groep liggen en daardoor ook verhoogd risico lopen op drop-out kleur je in het oranje. De 'controversiële' personen in de groep, die veel positieve maar ook negatieve connecties krijgen, duid je aan in het geel. Tot slot heb je de neutrale tieners in het wit, zij behoren niet tot één van bovenstaande beschrijvingen. Een volledig uitgewerkt sociogram op basis van de templates, en de analyse ervan, kan je hieronder terugvinden.



Indien je enkel de positieve connecties wenst te gebruiken bij de opmaak van je eigen sociogram als trainer, maak je gebruik van een groene kleur voor de personen die veel positieve connecties krijgen, terwijl je de tieners die weinig tot geen positieve connecties krijgen in het rood kleurt. Op deze manier kan je ook mogelijks tieners met een verhoogd drop-out risico binnen jouw groep opsporen.

HOE GA JE OM MET DE RESULTATEN?

WELKE INFORMATIE HAAL IK UIT HET SOCIOGRAM?

Hierboven (blz.6) is een sociogram afgebeeld waarbij de trainer zowel de negatieve als positieve connecties volgens zijn/haar inschatting heeft uitgewerkt. Wanneer we het sociogram analyseren, kijken we eerst naar de structuur van de connecties onderling tussen de tieners. Er is een duidelijke cluster aan verbindingen te zien tussen Daan, Josse, Tomas en Jeroen. Deze wordt versterkt door het aanwezig zijn van drie wederzijds positieve connecties. Deze groep van vier tieners zou dus wel eens een subgroep kunnen vormen binnen het team. Daan, Tomas en Jeroen blijken uit de tabel (zie blz.5) ook veel en voornamelijk positieve connecties te ontvangen, waardoor ze ingekleurd worden in het groen. Zij staan centraal in de groep, zeker omdat uit het sociogram ook af te leiden valt dat ze niet enkel positieve connecties ontvangen uit hun subgroep, maar ook van andere tieners die niet bij deze centrale subgroep horen. Bij Josse daarentegen kunnen we uit de tabel opmaken dat hij ook veel negatieve connecties krijgt. Dit kan aantonen dat hij een controversiële positie binnen de groep heeft, wat wordt aangeduid met een gele kleur. Het onderscheid tussen Josse en Tomas, Daan en Jeroen qua negatieve connecties is een goed voorbeeld waarom je best het sociogram analyseert in combinatie met de tabel.

Laurens neemt met twee positieve en negatieve connecties een neutrale positie in binnen de groep, wat aangeduid wordt met een blanco bolletje. Opvallend in de tabel zijn ook Thijs en Seppe. Zij krijgen voornamelijk negatieve connecties en worden dan ook aangeduid in het rood, wat aangeeft dat zij de tieners zijn die het meest risico lopen op drop-out. Opvallend is ook dat Thijs maar één positieve connectie heeft richting een andere atleet in de groep, wat nog extra kan wijzen op het feit dat hij mogelijks niet goed in de groep ligt.

Tot slot zijn er Felix, Niels en Steven, welke weinig tot geen connecties krijgen. Zij lijken zowel op basis van de positieve als negatieve connecties uit de groep te vallen en worden in het oranje aangeduid, wat aangeeft dat zij ook een verhoogd risico op drop-out lopen. Extra opvallend is het ontbreken van positieve en het aanwezig zijn van drie negatieve connecties van Steven richting andere tieners binnen de groep. Dit kan erop wijzen dat hij geen enkel positief aanknooppunt heeft binnen het team, wat natuurlijk zeer gevaarlijk is naar drop-out toe. Voor de grootte van deze groep, is het toch opvallend hoeveel tieners er aangeduid worden met een oranje en/of rode kleur. Samen met de subgroep die we konden identificeren toont dit toch een potentieel probleem aan binnen de groep, namelijk één populaire subgroep terwijl de rest van de tieners weinig tot geen (wederzijdse) positieve connecties lijken te ontvangen.

Het mag duidelijk zijn dat voornamelijk de oranje en rode bolletjes in het sociogram extra aandacht vragen. Aangezien het hier gaat over een sociogram op basis van de inschatting van de trainer is het belangrijk om deze resultaten eerst verder goed te gaan observeren. Als trainer kan je dus extra attent zijn voor signalen die deze inschattingen mogelijks kunnen bevestigen. Indien je voor of na deze observaties de connecties op basis van jouw inschatting toch graag wil afdrukken met die van de tieners zelf, kan je overgaan tot het bevragen van je tieners.

REFLECTIE OP ZELFGEMAAKT SOCIOGRAM

Je hebt nu een sociogram gemaakt op basis van jouw eigen inschattingen als trainer. Hieronder sommen we een aantal vragen op die je kan gebruiken ter reflectie van jouw sociogram. De antwoorden op deze vragen kunnen mee bepalen of je al dan niet een sociogram van je groep zal maken aan de hand van een bevraging bij jouw tieners.

1. Geeft het zelfgemaakte sociogram mijn eigen idee van de teamdynamiek goed weer?
2. Zijn er veel tieners die overwegend positieve connecties hebben?
3. Zijn er veel tieners die overwegend negatieve connecties hebben?
4. Kan je op basis van de (wederzijdse) connecties bepaalde subgroepen in je groep herkennen?
5. Zijn er tieners die geen positieve noch negatieve connecties hebben?
6. Heeft het maken van dit sociogram voor nieuwe inzichten gezorgd voor jou als trainer?
7. Was het moeilijk om een sociogram van je eigen groep te maken?
8. Heb je het gevoel dat je als trainer (veel) informatie mist om een goed sociogram te kunnen maken?
9. Denk je dat er binnen de groep veel groepsdynamiek gerelateerde zaken spelen die je van buitenaf als trainer niet of zeer moeilijk kan waarnemen? Een aantal voorbeelden zijn:
10. Wat gebeurt er in de kleedkamer?
11. Sommige tieners hebben weinig contact maar als trainer weet je niet of een slechte band hier de reden voor is.
12. Worden er tieners uitgesloten of gepest via het internet?

Indien je als trainer het gevoel hebt dat het sociogram een goede voorstelling van de dynamiek binnen je groep is en je denkt dat er geen tieners buiten de groep staan die het risico lopen om uit de boot te vallen, is het waarschijnlijk niet nodig om een extra sociogram op basis van atleetbevraging te maken. Anderzijds, wanneer je op bovenstaande vragen, en vooral op de onderste twee, voornamelijk 'ja' hebt geantwoord, kan het voor jou en voor jouw groep interessant zijn om een sociogram van de groepsdynamiek op te maken op basis van zelf gerapporteerde antwoorden van jouw tieners. Hierbij kan je gebruik maken van 'tienerdynamiek niveau 2

Bijlage 1

Naam	ID	aantal keer gekozen door anderen		positieve connecties			negatieve connecties					
		aantal keer positief gekozen	aantal keer negatief gekozen	connectie 1	connectie 2	connectie 3	connectie 1	connectie 2	connectie 3			

Bijlage 2



**#SPORTERS
BELEVEN
MEER**

