

# JONGEREN IN ACTIE VOOR MEER JEUGDTRAINERS

SAMEN EN MET DE STEUN VAN VOLWASSENEN

**Een initiatief van**  
Jeugdsportnet Zuiderkempen

**Uitgevoerd door**  
Molenbeek Rebels Basketball vzw







## INHOUD

**04.**  
VOORWOORD

**06.**  
UITGANGSPUNTEN

**07.**  
MOLENBEEK REBELS

**19.**  
TALENTENCOACH

**24.**  
JONGERENRAAD

**29.**  
BRONVERMELDING

## VOORWOORD

### JONGEREN ONTDEKKEN TRAINERSTALENT BIJ ZICHZELF EN ANDEREN

Jeugdtrainers vinden én behouden is vandaag een grote uitdaging voor lokale sportclubs. Alles wijst erop dat dit de komende jaren nog moeilijker zal worden. Ondertussen zitten veel clubs in een transitieperiode: we weten waar we vandaag staan en van waar we komen, maar de weg vooruit, en hoe we die samen gaan afleggen, is nog onduidelijk. Dat geldt zeker ook voor het werven en behouden van jeugdtrainers.

Omdat jongeren de toekomst zijn, hebben we hen nodig. Hoe vroeger we hen betrekken, hoe groter hun impact is. En laten we niet vergeten: jongeren kunnen meer dan we denken. Ze hebben frisse ideeën, kennen de leefwereld van andere jongeren en kunnen elkaar motiveren om jeugdtrainer te worden én te blijven.

Jeugdsportnet Zuiderkempem wil sportclubs ondersteunen bij het vinden van nieuwe, creatieve manieren om jeugdtrainers aan te trekken en te behouden, mét de steun van jongeren. We geloven dat clubbesturen via een jongerenraad veel in beweging kunnen zetten. Daarnaast kan een talentcoach kinderen en jongeren helpen hun talenten te ontdekken, bijvoorbeeld als jeugdtrainer.

Een inspirerend voorbeeld vinden we bij meisjesbasketbalclub Molenbeek Rebels, waar alle leden jonger zijn dan 25 jaar. Met meer dan 300 leden en voldoende jeugdtrainers tonen zij dat het wél kan. Van hun aanpak kunnen we veel leren.

Doe mee en zet jongeren in beweging!

*Jan Cuypers en Arno Antonis*  
*Jeugdsportnet Zuiderkempem*

### VOOR EN DOOR JONGEREN

Bij Molenbeek Rebels geloven we dat elke jongere op zijn of haar eigen manier een waardevolle bijdrage kan leveren aan de samenleving. En dus ook aan de sportclub. Maar we geloven niet alleen in “jongeren voorbereiden op later”. We geloven in jongeren die vandaag een verschil kunnen maken. Op het veld, naast het veld, én vooral binnen de clubwerking.

Toen Jeugdsportnet Zuiderkempem ons vroeg of we wilden meewerken aan een traject rond het vinden en behouden van jeugdtrainers, vertrokken we niet van een leeg blad. Al jaren zetten we in op gedeeld leiderschap en eigenaarschap, op jongeren die verantwoordelijkheid opnemen, op een club die gebouwd is door jongeren in plaats van enkel voor jongeren.

Daarom grijpen we via deze samenwerking ook de kans om onze expertise te delen met andere clubs. We hopen hen te helpen om verder te kijken dan losse initiatieven en echt werk te maken van een aanpak die jongeren actief betreft bij de clubvisie en tegelijk een antwoord biedt op een reëel probleem: het tekort aan jeugdtrainers.

Het enthousiasme en engagement van andere sportclubs dat we zagen tijdens dit traject, hopen we in de toekomst verankerd te zien in hun werking. Want als jongeren de club mee maken, dan worden zij de club en wordt de club van hen. En wat van jou is, daar draag je zorg voor.

*Wenke Thewis*  
*Molenbeek Rebels*

## GEÏNSPIREERD MET JONGEREN OP WEG NAAR DE TOEKOMST

Sinds verschillende jaren zet ik me bij VC Retie in voor de jeugd en geloof ik dat een goede jeugdwerking de basis is voor het verdere bestaan van onze sportclubs. Niet alleen op sportief vlak zijn jongeren belangrijk voor de toekomst, we moeten hen ook de kansen geven om zich te engageren voor andere dingen binnen de clubwerking. Door hen persoonlijk aan te spreken, te begeleiden en te motiveren, zetten we samen met hen de eerste stapjes naar het trainerschap en coaching. Gaandeweg leren ze hierin zelf meer verantwoordelijkheid op te nemen, om zo uit te groeien naar volwaardige jeugdtrainers en coaches.

Twee jaar geleden kwam ik voor het eerst

in contact met de dames van de Molenbeek Rebels. Zij wisten mij enorm te inspireren met hun verhaal. Door samen op zoek te gaan naar ieders talent, kinderen van in het begin spelenderwijs te leren samenwerken en elkaar te leren respecteren, door jongeren gedeeld leiderschap én vertrouwen te geven, ... geven ze jongeren een stem binnen hun team, naast het veld en binnen de clubwerking.

Waar vertrouwen, waardering en eigenwaarde hand in hand gaan, kunnen mooie dingen groeien, bloeien en verder leven. Inspireer jongeren om hun eigen talenten te ontdekken en help ze mee groeien!

An Gys  
VC Retie

## PROJECTSUBSIDIE SPORT VLAANDEREN VOOR MEER TRAINERS NAAR DE SPORT

Deze brochure is tot stand gekomen in het kader van de projectsubsidie voor 'Meer trainers naar de sport' aan Sportregio Zuiderkempem voor het project 'Jeugdsportnet Zuiderkempem Trainers Community - De Trainer op 1' dat liep van 1 augustus 2023 tot en met 31 juli 2025.

Sport Vlaanderen lanceerde in december 2022 een projectoproep voor 'Meer trainers naar de sport', een projectsubsidie om zowel tijdens de projectperiode als na het project een positief effect te hebben op vlak van trainerswerking in de sportsector, en dit zowel om trainers te behouden als om nieuwe trainers aan te trekken.



## UITGANGSPUNTEN

### BOTTOM-UP VERSUS TOP-DOWN

In veel sportclubs zie je nog een traditionele hiërarchie: hoofdbestuur, assistent-trainer (duo-coach), kapitein... . Die rollen helpen structuur te geven, maar beperken soms de inbreng van jongeren. Willen we dat onze clubs volledig in hun kracht staan, dan is het waardevol om bottom-up te werken en jongeren écht te betrekken.

Dit noemen we inclusiviteit: iedereen krijgt de kans om bij te dragen, ongeacht leeftijd of ervaring, en wordt als gelijkwaardig gezien. Inclusief werken betekent ook dat we onze taal en rollen durven vernieuwen. Zo kunnen we termen als beleidsteam of duo-coach gebruiken en zal de term 'kapitein' verdwijnen en vervangen worden door andere woorden die verwijzen naar andere rollen. Op die manier ontstaat er ruimte voor samenwerking, verantwoordelijkheid en gedeeld leiderschap en ontdekken jongeren hun talenten, bijvoorbeeld om jeugdtrainer te worden.

Bottom-up werken en inclusiviteit alle kansen geven om jongeren actief te betrekken en hun talent als jeugdtrainer te ontwikkelen maken de club sterker.

### IEDEREEN KAN GROEIEN ALS JEUGDTRAINER: TRAJECTEN OP MAAT

Bij het begeleiden van nieuwe jeugdtrainers werken we met groeitrajecten op maat. In deze publicatie gebruiken we een voorbeeldtraject van een sporter die van jongsaf aan in een club zit. Dit is een ideaaltypisch pad en geen strikte regel: trajecten kunnen op elk moment worden aangepast aan de individuele behoeften en mogelijkheden van de trainer-in-spé.

Andere trajecten zoals bv. ouders als jeugdtrainer, zijn hier niet expliciet beschreven maar sluiten we niet uit.

Het belangrijkste uitgangspunt is dat iedereen die wil bijdragen als jeugdtrainer een passend leertraject kan volgen om zich te ontwikkelen en actief bij te dragen aan de club.

### GENDERINCLUSIVITEIT

In deze publicatie gebruiken we de mannelijke vorm (hij/hem/speler) om de tekst makkelijker te lezen. Dit betekent niet dat alleen jongens of mannen bedoeld worden. Je kunt dit ook altijd lezen als zij/haar of op een andere genderinclusieve manier.

# MOLENBEEK REBELS

## EEN SUCCESVOL EXPERIMENT WAAR JONGEREN DE CLUB MAKEN

### ORGANIGRAM

Molenbeek Rebels heeft een horizontale structuur en er zijn voldoende bestuursleden, jeugdtrainers en clubscheidsrechters.

#### BELEIDSTEAM

<b>Lina Dahmi</b> °2003	<b>Sofia Ouassari</b> °2004	<b>Dana Vulpe</b> °2005
<b>Latifa Cissé</b> °2006	<b>Jaad El Akel</b> °2008	<b>Lawra Camara</b> °2008
<b>Israe El Azzaoui</b> °2009	<b>Rosie Onyumbé</b> °2010	

#### RAAD VAN BESTUUR

<b>Divina Rebelo</b> °2005 <i>voorzitter</i>	<b>Sofia Ouassari</b> °2004 <i>ondervoorzitter</i>	<b>Dana Vulpe</b> °2005 <i>lid</i>
<b>Lina Ajarchouh</b> °2005 <i>lid</i>	<b>Koen Van Kerckhoven</b> <i>lid</i>	<b>Jasper Vandorpe</b> <i>lid</i>
<b>Wenke Thewis</b> <i>secretaris</i>	<b>Lina Dahmani</b> °2003 <i>penningmeester</i>	<b>Hebe Schailleé</b> <i>extern consultant</i>

#### PROFESSIEEEL TEAM

<i>coördinator algemeen</i> <b>Wenke Thewis</b> <i>wenke@molenbeekrebels.be</i> 0485 14 80 36	<i>projectcoördinator jeugd</i> <b>Nabil Fallah</b> <i>nabil@molenbeekrebels.be</i> 0489 35 28 50	<i>coördinator SCORE sport</i> <b>Catriona Byl</b> <i>catriona@molenbeekrebels.be</i> 0484 66 75 94
<i>coördinator shoot &amp; play jeugd</i> <b>Meriam Tahrioui</b> <i>Meriam@molenbeekrebels.be</i>	<i>jongerencoach welzijn</i> <b>Birte Verhaegen</b> <i>Birte@molenbeekrebels.be</i>	<i>jongerencoach welzijn</i> <b>Yannick Wouters</b> <i>start januari 2026</i>
<i>(sport)psycholoog welzijn</i> <b>Joy Jouret</b> <i>joy@smart-mind.be</i>	<i>coach gedeeld leiderschap</i> <b>Karen Wouters</b> <i>karen.wouters@ams.ac.be</i>	

#### COACHES

<b>COACHES PLAY</b> Mariame Sylla Malak Benalla Hanna-Lynn Oylad Haj Nora Abouelouyoune Divine Osongo Irene Avraamidou Janne Borremans Saran Cissé	<b>COACHES SHOOT</b> Nissrin Hamza Rougui Diallo Divina Rebelo
<b>COACHES SCORE</b> Wissal Dakkon Meriam Tahrioui Bintou Barrie Anabelle Okende Nye-Pungu Laura Vlayen Warda Masoudi	<b>COACHES SHOOT</b> Catriona Byl Lina Qamh Wenke Thewis Nabil Fallah Lina Dahmani Lina Ajarchouh Sofia Ouassari Elena Ponomarev

## SCHEIDSRECHTERS

<b>REFS CAT A</b> Lina Dahmani Jan Denecker Rougui Diallo Nisrine El Boujattouyi Nabil Fallah Anabelle Okende Nye-Pungu Sofia Ouassari Eric Sonnet Kurt Ahmet Zita Vandensande Jaad El Akel Mohamed Mtioui Ahali	<b>REFS CAT B</b> Bintou Barrie Divina Rebelo Meriam Thariou Ines Bensliman Mariam Kante Dana Vulpe Manal Ahakkam Fatoumata Balde	<b>ASSISTENTEN</b> Aissatou Diallo Salimatou Diallo Lawra Camara Soumaya Moussa Marilyou Cattebeke Salma Rghiui Meryam Kais-Mediari Jaad El Akel Aya R'Zini
<b>REFS CAT C</b> Warda Masoudi Mamienne Oya Fati Chloé Mateus Zeyneb Ayaou Aissata Bah Safiatou Bah Lina El Ouahabi Marwa Maach Rosie Onyuumbe Aissatou Sow	<b>JUNIORS</b> Divine Osongo Israe El Azzaoui Amira Amadou	

Cluborganigram Molenbeek Rebels Basketball seizoen 2024 – 2025

## TERMINOLOGIE

**Sportcoördinator:** De spil tussen coaches, spelers en bestuur. Stuurt de sportieve lijn van de club aan, zorgt dat trainingen op elkaar aansluiten, ondersteunt coaches en waakt over de kwaliteit en visie van de werking.

**Talentencoach:** Speurneus en motivator in één. Ziet talent bij jongeren, benoemt het, geeft kansen en begeleidt hen in hun groei tot jeugdtrainer. Werkt niet vanuit hiërarchie, maar vanuit nabijheid en vertrouwen.

**Welzijnscoach:** Het luisterend oor van de club. Zorgt dat spelers zich goed voelen, helpt bij persoonlijke uitdagingen en verbindt indien nodig met extra ondersteuning.

**Gedeeld leiderschap:** Samen verantwoordelijkheid dragen. Iedereen heeft een stem, iedereen draagt bij, zowel op als naast het veld.

**Teamrollen:** Specifieke verantwoordelijkheden in een team, zoals taakleider, motivatieleider, sociale leider of externe leider. Dit maakt gedeeld leiderschap concreet.

**Eigenaarschap:** Betrokkenheid, verantwoordelijkheid en het vermogen om zelfstandig beslissingen te nemen en initiatief te tonen voor het succes van de club. “De club is van jou” en daarom draag je er zorg voor. Jongeren nemen initiatief, lossen problemen op en bouwen mee aan de toekomst van Molenbeek Rebels.

**Peer teaching/coaching:** Een vorm van leren waarbij jongeren elkaar begeleiden en ondersteunen. In plaats van alleen te leren van oudere of ervaren coaches, leren jongeren ook van leeftijdsgenoten die dicht bij hun eigen belevingswereld staan.

## ER ZIJN VOLDOENDE JEUGDTRAINERS BIJ MOLENBEEK REBELS

### Niet toevallig.

Het is geen toeval dat er voldoende jeugdtrainers zijn. Het is het gevolg van een doordachte cultuur. Jongeren groeien op in een klimaat van vertrouwen, gelijkwaardigheid en kansen.

*Sport werkt als hefboom voor positieve jeugdontwikkeling wanneer jongeren verantwoordelijkheid krijgen in een veilige omgeving. Dat is precies wat we doen: eigenaarschap en zorg voor elkaar, staan even centraal als techniek (Hellison, 2011). Zo groeit niet alleen het spel, maar ook zelfvertrouwen en sociale vaardigheden (Fraser-Thomas, Côté, & Deakin, 2005).*

*“DE JONGEREN WORDEN NIET PAS BETROKKEN ALS ZE ‘KLAAR’ ZIJN. ZE WORDEN KLAAR DOOR BETROKKEN TE WORDEN.”*

### De volgende generatie coaches? Ze staan al op het veld.

De jeugdtrainers bij Molenbeek Rebels zijn niet extern gerekruteerd. Ze groeien op binnen de club. Ze spelen bij de Rebels, vinden daar hun kracht en geven die kracht door.

Bij Molenbeek Rebels zoeken we onze coaches niet buiten de club. We leiden ze zelf op. Jongeren die ooit zelf bij Rebels begonnen, vinden hier hun kracht, hun stem en hun verantwoordelijkheid — en geven die door aan de volgende generatie.

## JONG LEIDERSCHAP IN ACTIE

- **14 actieve jongeren onder de 25 jaar** staan vandaag in een coachende of ondersteunende rol.
- **Elke jeugd ploeg heeft minstens één jonge assistent** (duo-coach) of junior coach. Dat heeft niets te maken met leeftijd of ervaring, maar met houding en bereidheid om bij te dragen. Een coach ondersteunt niet alleen speelsters, maar ook minder ervaren coaches.
- **Meer dan 100 betrokken meisjes** van de 300 leden vormen een brede vijver aan toekomstige trainers. Dankzij onze PLAY-, SHOOT- en SCORE-werking bouwen ze stapsgewijs de skills, het inzicht en het zelfvertrouwen op om later zelf training te geven.
- **Gemiddeld 5 jongeren per jaar** stromen door naar een officiële trainersopleiding van de Vlaamse Trainersschool (Start2Coach, initiator) of nemen een structurele rol op binnen de club.

### Waarom werkt dit?

We geloven dat leiderschap ontstaat wanneer jongeren verantwoordelijkheid krijgen én nemen. Door hen al vroeg een rol te geven in trainingen en wedstrijden, ontwikkelen ze niet alleen technische kennis, maar ook communicatieve vaardigheden, zelfvertrouwen en eigenaarschap. Het resultaat: coaches die het DNA van de club ademen en doorgeven.



## CLUB-DNA ALS SUCCESFACTOR VOOR MEER JEUGDTRAINERS

Bij Molenbeek Rebels ontstaat jeugdtrainerschap niet toevallig. Jongeren worden er niet gevraagd om 'te helpen', maar groeien stap voor stap toe naar verantwoordelijkheid: op hun tempo, vanuit hun kracht (zie rolmodellen).

Die doorgroei is mogelijk dankzij een clubcultuur die gebouwd is op drie fundamentele kernwaarden:

1. **Gelijk(waardig)heid**
2. **Gedeeld leiderschap**
3. **Eigenaarschap**

Samen vormen deze principes het fundament van een werking waarin jongeren niet alleen meedoen, maar ook mee vormgeven. Het jeugdtrainerschap wordt zo geen plicht, maar een natuurlijk gevolg van vertrouwen en verbondenheid.

### GELIJK(WAARDIG)HEID: IEDEREEN TELT, IEDEREEN GROEIT

Molenbeek Rebels hanteert een 100% inclusieve visie: elk meisje is welkom en waardevol, ongeacht leeftijd, ervaring of achtergrond. Jongeren worden niet gezien als 'helpers', maar als volwaardige leden met stem en invloed.

- Engagement is mogelijk vanaf jonge leeftijd, in rollen die passen bij iemands talenten en tempo
- Besluitvorming verloopt horizontaal en transparant, met ruimte voor inspraak
- Er is expliciete aandacht voor groeikansen en begeleiding op maat

Gelijkwaardigheid is bij Rebels geen slogan, maar dagelijkse realiteit. De club zet actief in op erkenning, participatie en ontwikkeling, op én naast het veld.

*Meisjes met verschillende achtergrond, godsdienst, huidskleur, leeftijd en taal op internationaal toernooi. Ondanks alle verschillen toch gelijk(waardig) en verbonden dankzij hun passie voor basketbal.*



## GEDEELD LEIDERSCHAP: SAMEN VERANTWOORDELIJKHEID DRAGEN

Teams bloeien wanneer leiderschap gedeeld wordt en iedereen veilig kan spreken, proberen en fouten maken. Gedeeld leiderschap versterkt teamcohesie en zelfvertrouwen (Fransen et al., 2020), terwijl psychologische veiligheid de motor is van leren en groei (Edmondson, 1999). Dat is het fundament van onze clubcultuur.

Bij Molenbeek Rebels passen we gedeeld leiderschap concreet toe door al vanaf jonge leeftijd teamrollen te introduceren. Zo leren jongeren niet alleen technische basketbalvaardigheden, maar ook leiderschapscompetenties die hen voorbereiden op een rol als coach of mentor.

Binnen de werking van Molenbeek Rebels wordt **leiderschap niet gecentraliseerd, maar gedeeld**. Jongeren, coaches, ouders en vrijwilligers bouwen samen aan de club.

Op **verschillende niveaus** krijgt gedeeld leiderschap vorm:

- In basketbalteams wordt gewerkt met teamrollen en gedeelde verantwoordelijkheid
- Vanaf 11 jaar kunnen meisjes engagement opnemen als trainer, animator, vrijwilliger of mentor
- Via peer teaching en coaching worden kennis en waarden generatie op generatie doorgegeven



*"WE GEVEN JONGEREN  
GEEN PLEK AAN TAFEL.  
ZE BOUWEN DE TAFEL MEE."*

*De M12 A meisjes stellen trots hun teamreglement voor. Ze leggen heel duidelijk in twee (en soms drie) talen uit welk gedrag ze van hun ouders verwachten dit seizoen.*





PLAY	SHOOT	SCORE
<p><b>De eerste stapjes (ontdekken &amp; proeven)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spelend leren basketten</li> <li>• Er is geen competitie.</li> <li>• Aanwezigheid is minder noodzakelijk dan bij SHOOT en SCORE.</li> </ul>	<p><b>Groeiende betrokkenheid (meedoen &amp; leren)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recreatief niveau: Meisjes trainen één keer per week.</li> <li>• Er is geen competitie.</li> <li>• Aanwezigheid is minder vrijblijvend dan bij PLAY.</li> </ul>	<p><b>Eigenaarschap &amp; competitie (leiden &amp; inspireren)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Competitieniveau: Meisjes trainen 2 of 3 keer per week en nemen deel aan officiële wedstrijden.</li> <li>• Aanwezigheid is cruciaal.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jongeren worden op een vrijblijvende, veilige en speelse manier betrokken bij activiteiten (helpen bij een oefening, mini-opwarming begeleiden, mee animeren op kamp, ...)</li> <li>• Zo leren ze voor het eerst kleine verantwoordelijkheden op te nemen, op weg naar eigenaarschap.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Speelsters die het potentieel hebben om trainer te worden, begeleiden oefeningen, helpen bij de planning of nemen kleine coördinerende taken op.</li> <li>• Begeleiding gebeurt via peer coaching met ondersteuning van de sportcoördinator.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jongeren ontwikkelen zowel hun sportieve als persoonlijke vaardigheden om later jeugdtrainer te kunnen worden.</li> <li>• De rol van coach opnemen</li> <li>• Onderdelen van trainingen leiden</li> <li>• Het DNA van de club uitdragen en versterken</li> <li>• Rolmodel zijn voor jongere speelsters</li> </ul>
<p><i>"Ik vind het leuk om anderen te helpen. Zo wordt het voor iedereen fun."</i></p>	<p><i>"Soms help ik de coach met een oefening. Dat vind ik echt cool."</i></p>	<p><i>"Ik was vroeger dat meisje dat opkeek naar de jonge coaches. Nu ben ik zelf op weg om coach te worden."</i></p>

Deze structuur maakt het mogelijk om **geleidelijk, laagdrempelig én doelgericht** te groeien binnen een warme en veilige clubcontext.

**COACH ANABELLE MOEDIGT DE JONGE SPEELSTERS VAN DE M10 PLOEG AAN EN FUNGEERT HIER ALS ROLMODEL.**



Waarom blijven sommige jongeren jarenlang betrokken als trainer en haken anderen snel af? Volgens de Self-Determination Theory (Vansteenkiste, Deci & Ryan) heeft dat te maken met drie psychologische basisbehoeften:

- **Autonomie** – zelf keuzes kunnen maken en invloed hebben op hoe je dingen doet
- **Competentie** – het gevoel hebben dat je ergens goed in bent en vooruitgang boekt
- **Verbondenheid** – je deel voelen van een team of gemeenschap

Wanneer deze drie behoeften worden vervuld, ontstaat er duurzame, intrinsieke motivatie. Jongeren blijven dan niet enkel omdat het “moet”, maar omdat ze het willen. In onze PLAY-SHOOT-SCORE-werking zorgen we er bewust voor dat jongeren stap voor stap autonomie krijgen, hun competenties ontwikkelen en sterke banden opbouwen met de club. Dat maakt het verschil tussen tijdelijk helpen en blijvend coachen.



*“VANDAAG PROBEER JE IETS  
KLEINS. MORGEN LEID JE  
HET HELE TEAM.”*

*Examen van de opleiding ‘Initiator Basketbal’ van de Vlaamse Trainersschool in Brussel, met niet minder dan 14 jonge Rebels-coaches onder de deelnemers. Extra pluim voor de 5 Franstalige meisjes die Nederlands leren en oefenen in de club en het lef hadden om de module Start2Coach of zelfs de hele cursus in het Nederlands te volgen.*



*“Wie durft het eens proberen?” Coach Anabelle daagt de jonge speelsters (M10) uit om buiten hun comfortzone te stappen.*

*“WIE WIL GROEIEN,  
KRIJGT DE RUIMTE.  
WIE DURFT PROBEREN,  
KRIJGT VERTROUWEN.”*



## 9 + 1 METHODIEKEN OM JONGEREN ALLE KANSEN TE GEVEN OM JEUGDTRAINER TE WORDEN.

### ZICHTBARE ERKENNING VAN INZET

1-1 ONDERSTEUNING	PERSOONLIJKE ONTWIKKELING	IDENTIFICATIE EN DETECTIE
1. Individuele talentgesprekken (9 methodieken in 3 clusters) 2. Peer coaching en mentoring 3. Individuele begeleiding	4. Ervaringsgericht leren 5. Toegang tot opleiding en trajectbegeleiding 6. Feedbackcultuur & reflectiemomenten	7. Doelgerichte observatie 8. Teamrollenspel om de minder zichtbare talenten te identificeren 9. Betekenisvolle verantwoordelijkheden in verschillende rollen die op termijn leiden tot coach

### ZICHTBARE ERKENNING VAN INZET

*Schematische weergave van de 9+1 methodieken bij Molenbeek Rebels die jongeren alle kansen geven om jeugdtrainers te worden.*

Molenbeek Rebels kiest resoluut voor een werking die jongeren versterkt in hun potentieel. Jeugdtrainerschap is daarbij geen einddoel, maar een logisch gevolg van **actieve betrokkenheid, groeiend zelfvertrouwen en gedeeld eigenaarschap.**

Om dat mogelijk te maken, hanteert de club 9+1 doordachte en structureel ingebede methodieken, gericht op talentontwikkeling, begeleiding, vertrouwen en erkenning.

Deze methodieken vormen samen een ecosysteem waarin jongeren hun weg vinden als trainer — niet door te moeten, maar door te mogen.

#### INDIVIDUELE TALENTGESPREKKEN

- Gesprekken 1 op 1 zoals: “Ik zag dat jij dat goed uitlegde — heb je al gedacht aan training geven?”
- Dit maakt talent zichtbaar, geeft jongeren erkenning en bouwt aan hun zelfvertrouwen. Zo ontstaat het eerste zaadje van leiderschap.

#### PEER COACHING EN MENTORING

- Jongeren worden 1 op 1 begeleid door meer ervaren leeftijdsgenoten
- Dit verlaagt drempels en versterkt vertrouwen en herkenning
- Duo-coaching en intervisie zijn structureel ingebouwd

#### INDIVIDUELE BEGELEIDING

- Alle sporters worden 1 op 1 begeleid door hun coaches
- De coaches zijn het eerste aanspreekpunt en de “bewakers” van het welzijn
- Niet enkel begeleiding op sportief vlak, maar ook op vlak van sociale ontwikkeling
- Het volledige coachsteam wordt zelf individueel begeleid door de sportcoördinator

## ERVARINGSGERICHT LEREN

- Jongeren leren zichzelf persoonlijk te ontwikkelen door praktijkervaring in realistische contexten:
  - ◇ Assistent-coach (duo-coach) bij trainingen
  - ◇ Animator op sportkampen
  - ◇ Meehelpen tijdens stages of toernooien
- Theorie wordt pas aangereikt als het aansluit op hun ervaring

## TOEGANG TOT OPLEIDING EN TRAJECTBEGELEIDING

Naast informele leerervaringen krijgen jongeren toegang tot formele leerkansen om zichzelf persoonlijk te ontwikkelen via officiële opleidingen bij de Vlaamse Trainersschool.

Bovendien organiseert de club zelf interne vormingsmomenten:

- Deelname aan externe bijscholingen en cursussen
- Begeleiding bij inschrijving voor een trainersopleiding
- Opvolging tijdens en na het volgen van de cursus

## FEEDBACKCULTUUR & REFLECTIEMOMENTEN

- Regelmatige momenten om stil te staan bij:
  - ◇ Wat ging goed?
  - ◇ Wat wil je nog leren?
  - ◇ Wat motiveerde je?
- Speelse evaluatievormen: complimentenkaarten, buddy-systemen, stickers

## DOELGERICHTE OBSERVATIE VAN POTENTIËLE COACHES

- Tijdens trainingen, wedstrijden en activiteiten observeren onze coaches doelgericht om potentieel trainers- en leiderschapstalent te spotten.
- Dat doen ze niet op toeval, maar met aandacht voor gedrag, houding en interactie.

## TEAMROLLENSPEL OM TALENTEN TE IDENTIFICEREN

- Via het teamrollenspel ontdekken jongeren hun talenten in verschillende rollen — ook buiten de traditionele rol van bv. kapitein.
- Dit spel is ontwikkeld door en voor de meisjes van Molenbeek Rebels
- Illustraties voor het spel werden ontworpen door Agnésa Sinani, M19 speelster (2024-2025)

## BETEKENISVOLLE VERANTWOORDELIJKHEDEN VOOR POTENTIËLE TRAINERS

- Jongeren worden ingezet uit verschillende rollen: coach, animator, welzijnsverantwoordelijke, organisator, enz.
- Elke rol is erkend en waardevol, niemand is zomaar ‘helper’

## + 1 RODE DRAAD: ZICHTBARE ERKENNING VAN INZET

- Engagement wordt gevierd:
  - ◇ Shout-outs op sociale media
  - ◇ Certificaten
  - ◇ Bedankkaartjes
  - ◇ Kleine attenties
- Versterkt de waardering en motivatie



Wanneer jongeren echte stem én verantwoordelijkheid krijgen, stijgt hun eigenaarschap en de kwaliteit van beslissingen. Youth-adult partnerships maken betrokkenheid duurzaam (Zeldin et al., 2013). Youth voice is geen randversiering maar een voorwaarde om samen te bouwen (Wong, Zimmerman, & Parker, 2010).

Kortom: Bij Molenbeek Rebels wordt het jeugdtrainerschap niet afgedwongen of verwacht, maar ontdekt, gefaciliteerd en ondersteund. Jongeren krijgen tijd, ruimte en vertrouwen om te groeien en dat maakt het verschil.

*“JONGEREN WORDEN NIET AAN DE MOUW GETROKKEN OM TRAINER TE WORDEN, ZE STAAN ZELF TE POPELEN.”*

*Een groep Rebels keert onder begeleiding van een Rebels-animatorenteam terug van een spannend avonturenkamp.*



# TALENTENCOACH

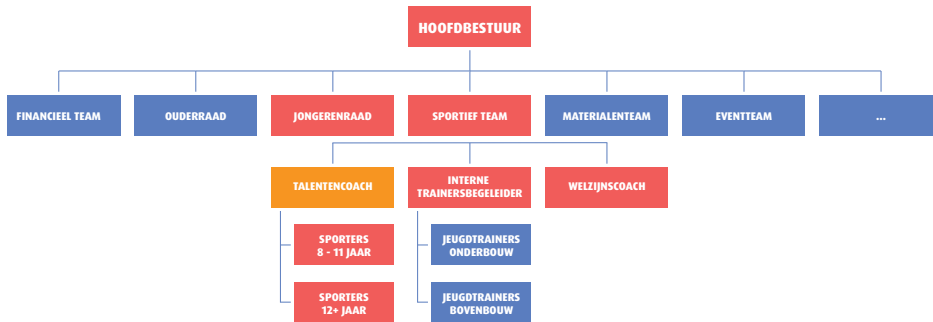
## VIA PRÉ-REKRUTEREN EN REKRUTEREN NAAR MEER JEUGDTRAINERS

### DE TALENTENCOACH IN HET CLUBORGANIGRAM

De talentencoach speelt een cruciale rol in het ontdekken, begeleiden en ondersteunen van jongeren op weg naar jeugdtrainerschap. Deze rol is structureel verankerd in de clubwerking.

De talentencoach staat in verbinding met:

- het sportieve team en hierdoor ook met het hoofdbestuur en de jongerenraad
- de jongeren zelf



### ATTITUDE VAN DE TALENTENCOACH

Het geloof dat er potentiële trainers in elke groep jongeren zitten en dat je ze kan ontdekken, begeleiden en ondersteunen om trainer te worden is een essentiële basishouding.

#### Een open mindset op en naast het sportveld

- "Ik ga naar wedstrijden en trainingen en kijk of ik kinderen zie die trainer zouden kunnen worden."
- "Elk kind heeft een talent/sterkte en er zijn zeker ook kinderen die talent hebben om trainer te worden."
- "Als je geduld hebt en open blijft staan, ontdek je op een dag weer nieuwe potentiële trainers."
- "Het is leuk als elk kind zijn/haar talent kan ontdekken."
- "Ik ben écht benieuwd wie er later trainer zal worden."

Door een open mindset te hebben, maken we ruimte voor de volgende generatie coaches en bouwen we aan een club die sterker wordt met elke nieuwe stem.

## ROLLEN EN TAKEN VAN DE TALENTENCOACH

De talentencoach heeft een overkoepelende rol met bijbehorende taken.

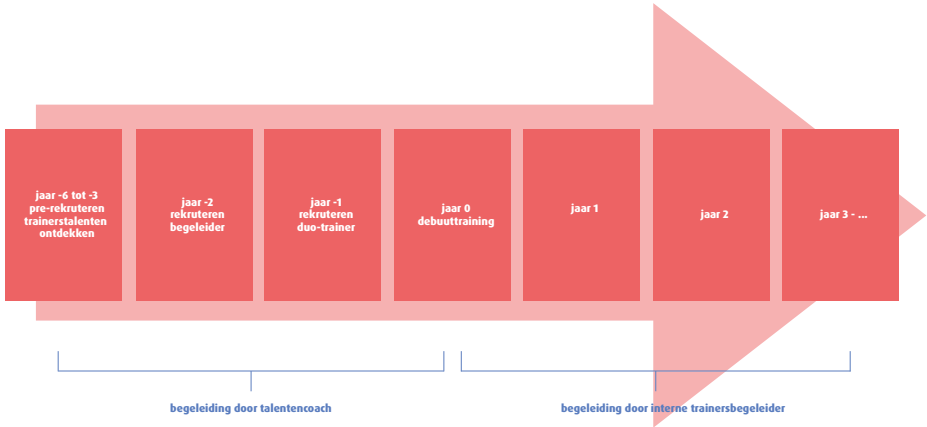
ROL	TAAK
Talentontdekker	<p>Opmerken van interesse en talent bij jongeren en hen stimuleren om kansen te benutten. Jongeren de kans geven om het trainerstalent bij zichzelf te ontdekken.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>“Ze zei dat ik goed met teamgenoten kon omgaan en dat ik dat als trainer kon gebruiken.”</i></li> <li>• <i>“Hij gaf me de kans om een oefening voor te bereiden, dat vond ik tof.”</i></li> <li>• <i>“Ze vroeg of ik het leuk vond om te helpen bij trainingen, dat had ik zelf niet durven voorstellen.”</i></li> </ul>
Vertrouwenspersoon	<p>Een vertrouwensband ontwikkelen zodat jongeren zich veilig voelen om te leren en initiatief te nemen om jeugdtrainer te worden.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>“Hij luistert echt naar wat ik vind en denkt met me mee.”</i></li> <li>• <i>“Ze weet mijn naam en vraagt hoe het gaat, dat maakt het makkelijker om te praten.”</i></li> <li>• <i>“Hij moedigt me aan en zegt dat het oké is om fouten te maken.”</i></li> </ul>
Kansengever	<p>Jongeren de kans geven om praktische ervaring op te doen door rollen op maat aan te bieden in het team.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>“Ik mocht een oefening uitleggen aan de jongste groep, dat was spannend maar leuk.”</i></li> <li>• <i>“Ze vroeg of ik buddy wilde zijn voor nieuwe kinderen.”</i></li> <li>• <i>“Ik kreeg een kleine groep om zelf te begeleiden, dat gaf me veel vertrouwen.”</i></li> </ul>
Onderzoeker	<p>Praten met jongeren over hun ervaringen, successen en ontwikkelingspunten.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>“Ze liet me nadenken over hoe ik de training beter kon maken.”</i></li> <li>• <i>“Hij vroeg me wat ik geleerd had deze week als trainer.”</i></li> <li>• <i>“Ze hielp me zien waar ik sterker in werd en waar ik nog hulp nodig had.”</i></li> </ul>
Groeibegeleider	<p>De ontwikkeling van de jongere als jeugdtrainer volgen en nieuwe uitdagingen aanbieden in lijn met groei.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>“Ze hield bij wat ik al kon en wat ik nog kan oefenen.”</i></li> <li>• <i>“Hij zorgde ervoor dat ik eerst klein begon en daarna steeds meer taken kreeg.”</i></li> <li>• <i>“Ze gaf me nieuwe opdrachten toen ze zag dat ik er klaar voor was.”</i></li> </ul>
Bruggenbouwer	<p>Contact onderhouden met alle betrokkenen en zorgen dat jongeren kansen krijgen als jeugdtrainer binnen de club.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>“Ze legde uit aan de club waarom wij als jongeren deze rol konden krijgen.”</i></li> <li>• <i>“Hij hielp ons contact te maken met andere trainers voor advies.”</i></li> <li>• <i>“Ze zorgde ervoor dat mijn ouders begrepen wat ik deed als trainer in spé.”</i></li> </ul>

De talentencoach ziet potentieel, benoemt het en opent deuren. Dit sluit aan bij youth mentoring: een vertrouwensrelatie die zelfvertrouwen vergroot en duurzame betrokkenheid versterkt (Rhodes, 2005). Geen checklist, wel maatwerk en nabijheid—stap voor stap vooruit.

# DE TALENCOACH IS CONTINU OP ZOEK NAAR POTENTIËLE JEUGDTRAINERS



## SCHEMATISCH OVERZICHT: VAN SPELER TOT JEUGDTRAINER



## KENMERKEN VAN POTENTIËLE JEUGDTRAINERS

### Spelers met cognitieve en communicatieve vaardigheden

- "Deze speler legt spontaan een oefening uit aan een teamgenoot."
- "Ik hoor dat deze speler duidelijke uitleg geeft aan een medespeler."
- "Deze speler is snel weg met ploegtaktiek"
- "Deze jongere denkt al vooruit en helpt anderen."

### Spelers met sociale en leiderschapskwaliteiten

- "Hij stelt anderen gerust."
- "Teamgenoten luisteren naar hem en volgen zijn voorbeeld."
- "Hij neemt initiatief, ook zonder dat hij 'kapitein' is."
- "Hij stimuleert de teamspirit en moedigt spontaan aan."

### Spelers met een reflectieve houding

- "Deze speler is geïnteresseerd om zichzelf in vraag te stellen en te verbeteren."
- "Deze speler is nieuwsgierig."
- "Hij vraagt feedback en uitleg aan de coach."
- "Hij kijkt niet alleen naar wat de trainer zegt, maar lijkt ook te willen begrijpen waarom."

### Spelers met verantwoordelijk gedrag

- "Deze speler neemt verantwoordelijk op in het team (op tijd zijn, materiaal opruimen, ...)"
- "Hij is een voorbeeld voor anderen om zich aan de regels te houden."
- "Hij heeft geduld en focus."
- "Hij straalt plezier uit en dit is besmettelijk naar anderen in het team."

## DE TALENCOACH PRÉ-REKRUTEERT NIEUWE JEUGDTRAINERS (JAAR-6 TOT EN MET JAAR -3)

Het is mogelijk om kinderen vanaf 9 jaar in hun eigen team/groep prikkels te geven om zichzelf beter te leren kennen, mogelijks ook als potentiële trainer. Als talentencoach wil je bij kinderen en jongeren op een speelse, veilige en motiverende manier hun aanleg voor het trainerschap aanwakkeren. Je doel is bewustzijn wekken, interesse aanmoedigen en kleine stapjes aanbieden.

- VÓÓR de training/wedstrijd kan je kinderen taken laten doen die een trainer normaal doet: materiaal klaarzetten
- TIJDENS de training/wedstrijd kan je kinderen een coachende of ondersteunende rol laten innemen, zonder de training te verstoren: extra uitleg geven bij een oefening, een klein groepje medespelers begeleiden
- NA de training/wedstrijd kan je kinderen laten reflecteren, evalueren en mee nadenken over het vervolg: “Wat ging goed? Wat zou jij volgende keer anders doen als trainer?”

## DE TALENCOACH REKRUTEERT NIEUWE JEUGDTRAINERS (JAAR -2 EN JAAR -1)

Jongeren die het talent hebben om trainer te worden kan je prikkelen door hen een gepaste uitdaging te geven in een andere groep/team dan waar ze zelf in sporten. Nog niet coachen of trainen, maar leren begeleiden, ondersteunen, observeren en communiceren in kleine, concrete rollen.

**Stap 1:** Als talentencoach begeleid je de eerste stappen van de toekomstige trainer in zijn rol van praktische ondersteuner (jaar -2)

- VÓÓR de training/wedstrijd: Kinderen opvangen, brainstormen over de opwarming
- TIJDENS de training/wedstrijd: Helpen bij doorschrijven, aanmoedigen
- NA de training/wedstrijd: Mee opruimen, met kinderen praten, zelf reflecteren

**Stap 2:** Als talentencoach stimuleer je de groei van de toekomstige trainer richting trainerschap in zijn rol als assistent-trainer (duo-coach). (jaar -1)

Jongeren nemen hun eerste echte ‘coachrol’ op, binnen veilige grenzen.

- VÓÓR de training/wedstrijd: Leren plannen, nadenken over didactiek en doelgroepgericht uitleggen
- TIJDENS de training/wedstrijd: Oefeningen begeleiden bij een groepje, individuele spelers coachen
- NA de training/wedstrijd: Leren evalueren – niet enkel op inzet, maar ook op leerresultaat en sfeer

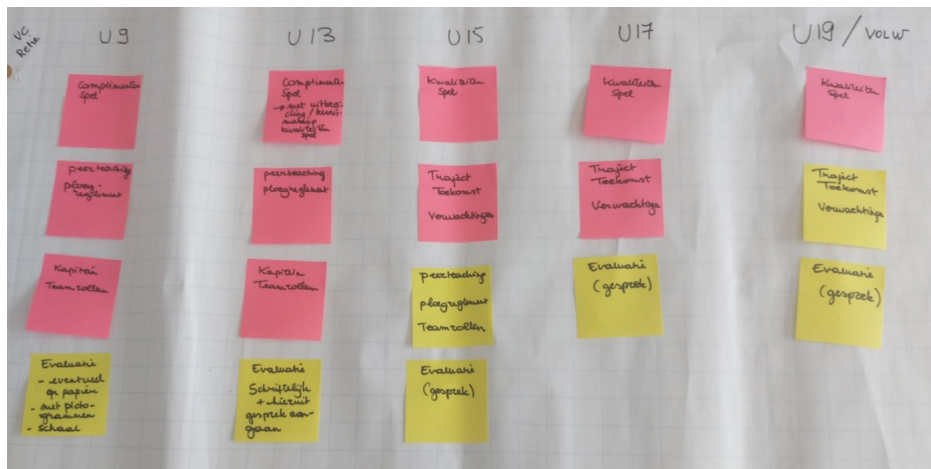
## DE TALENTENCOACH BEGELEIDT HET DEBUUT VAN DE NIEUWE JEUGDTRAINERS (JAAR 0)

Voor jongeren die trainer gaan worden, begeleidt de talentencoach de jongere om samen met de interne trainersbegeleider een eerste zelfstandige training te organiseren. Dit is de debuuttraining/wedstrijd en voor de meeste jongeren een enorm spannende stap.

Je biedt vertrouwen, coaching en opvolging en blijft een klankbord en motivator.

- "Ik geloof in jou."
- "Je kan dit."
- "Als je de oefeningen samen nog eens wil doornemen vóór de training, ben ik beschikbaar maar ik ben ervan overtuigd dat het zo ook wel zal lukken dus aan jou de keuze."

Je stelt de nieuwe jeugdtrainers gerust. Je laat hen weten dat ze er niet alleen voorstaan maar laat ze zelf beslissen of ze extra hulp/begeleiding nodig hebben. Vanaf deze debuuttraining/wedstrijd geef je als talentencoach het stokje door aan de interne trainersbegeleider.



Meerjarenplan 'Groeipad jeugdtrainers' met methodieken voor verschillende leeftijdscategorieën. ontwikkeld door VC Retie tijdens het begeleidingstraject 'talentencoach.'



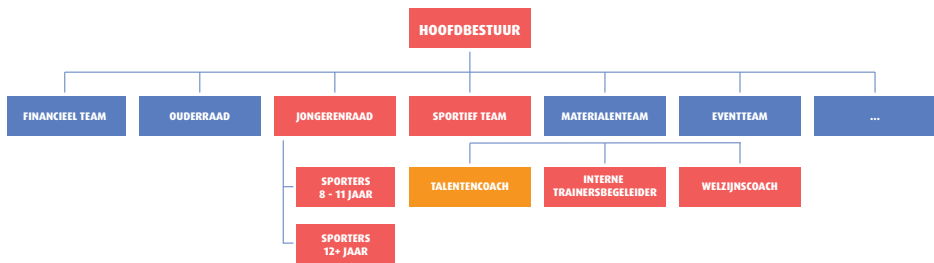
# JONGERENRAAD

## STRUCTURELE PARTICIPATIE VAN JONGEREN OP BELEIDS- EN ACTIENIVEAU VOOR MEER JEUGDTRAINERS

### DE JONGERENRAAD IN HET CLUBORGANIGRAM

De jongerenraad is samengesteld door jongeren en is veel meer dan een symbolisch participatie-orgaan. Ze vormt een structureel onderdeel van de clubwerking, met echte invloed, verantwoordelijkheid en impact, vooral op het vlak van het vinden en begeleiden van nieuwe jeugdtrainers.

De jongerenraad staat in nauw contact met jeugdige sporters, het sportief team (talentencoach, interne trainersbegeleider, welzijnscoach) en het hoofdbestuur.



### DE JONGERENRAAD WORDT GEÏNSTALLEERD DOOR HET HOOFDBESTUUR

#### DRAAGVLAK CREËREN EN OPEN INFOSESSIE ORGANISEREN

Het hoofdbestuur maakt duidelijk waarom jongeren een vaste en betekenisvolle plek krijgen en organiseert een open infosessie voor alle geïnteresseerden waarin doelen, rollen en verwachtingen worden toegelicht.

- “We willen dat jongeren mee aan het roer staan, niet alleen meevaren.”
- “Jullie kennen de jeugd het best, dus jullie inbreng is onmisbaar.”
- “We gaan samen bouwen aan een club waarvan iedereen zich eigenaar voelt en waar er permanent voldoende jeugdtrainers zijn.”

Jongeren reageren enthousiast en zijn blij met het initiatief van het hoofdbestuur.

- “Eindelijk krijgen we echt een stem in hoe dingen gaan.”
- “Ik wist niet dat we zoveel invloed konden hebben.”
- “Ik heb meteen ideeën over hoe we meer jeugdtrainers kunnen vinden.”

## INSTALLATIEVERGADERING EN CHARTER ONDERTEKENEN

Het hoofdbestuur organiseert de officiële installatie van de jongerenraad. Verder wordt een charter opgesteld en ondertekend met afspraken, rollen, verantwoordelijkheden en werkdoelen voor een wederzijds commitment en vertrouwen én een duurzame en stabiele werking van de jongerenraad.

- “Met dit charter geven we jullie niet alleen een rol, maar ook verantwoordelijkheid.”
- “Jullie plannen en onze middelen versterken elkaar.”
- “We zetten vandaag een belangrijke stap in de toekomst van onze jeugdwerking.”

Jongeren zijn nu een officieel onderdeel van de clubwerking en versterken hiermee hun positie in de club.

- “Nu voelt het officieel, we horen er echt bij.”
- “Het is fijn dat onze ideeën nu ook zwart op wit staan.”
- “Met deze afspraken weten we waar we aan toe zijn.”

## 1<sup>STE</sup> QUICK WIN EN CLUB-DNA VERSTERKEN

De jongerenraad realiseert een eerste zichtbaar succes (quick win) dat bijdraagt aan het vinden of begeleiden van jeugdtrainers. Daarnaast vertalen de jongeren vanuit hun standpunt het club-DNA.

Het hoofdbestuur is enthousiast.

- “Jullie hebben laten zien dat jullie méér zijn dan alleen een adviesgroep.”
- “Dit project heeft ons écht vooruitgeholpen.”
- “Zo’n eerste succes geeft vertrouwen voor wat nog komt.”

En ook de jongeren zijn tevreden.

- “Het voelt goed dat we meteen iets concreets konden neerzetten.”
- “Dit bewijst dat onze ideeën werken in de praktijk.”
- “Nu hebben we zin om nog meer te doen.”

## JONGEREN MOTIVEREN MEKAAR OM JEUGDTRAINER TE WORDEN EN TE BLIJVEN

Een mogelijke taak van de leden van de jongerenraad is om het vinden en behouden van jeugdtrainers vlotter te laten verlopen. Jongeren kunnen effectief mee het verschil maken.

ROL	TAAK
Bedenker	<p><i>Bedenkt nieuwe projecten of ideeën die de club vooruithelpen, bijvoorbeeld een wervingsactie voor trainers of een promotiecampagne. Denkt creatief en durft risico's te nemen.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>"Wat als we een TikTok-challenge doen om jongeren enthousiast te maken om jeugdtrainer te worden?"</i></li> <li>• <i>"Ik heb een idee voor een 'coach-the-coach'-dag met spelletjes en workshops!"</i></li> <li>• <i>"Kunnen we niet samenwerken met de sportopleiding van de middelbare school om een sportstage te organiseren?"</i></li> </ul>
Jonge bestuurder	<p>Neemt besluiten, trekt conclusies en neemt beslissingen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>"We gaan ervoor: we willen drie extra jeugdtrainers voor het zomerkamp."</i></li> <li>• <i>"Na alles gehoord te hebben, kiezen we voor optie B."</i></li> <li>• <i>"We zetten deze actie door, ook al is het spannend."</i></li> </ul>
Ontdekker/spotter	<p>Signaleert talentvolle of enthousiaste jongeren die potentieel hebben om trainer te worden. Let op skills, inzet en motivatie bij jeugdleden en tipt ze bij de talentencoach.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>"Heb je gezien hoe goed Sam zijn medespelers uitleg geeft? Hij wil misschien wel trainer worden!"</i></li> <li>• <i>"Lisa neemt altijd het voortouw, die heeft echt potentieel om jeugdtrainer te worden."</i></li> <li>• <i>"Tijdens het toernooi viel mij op hoe geduldig Ahmed met de jongste spelers omgaat."</i></li> </ul>
Begeleider/buddy	<p>Ondersteunt potentiële jeugdtrainers en assistent-trainers (duo-coaches), helpt met praktische zaken en zorgt dat ze zich goed voelen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>"Geen zorgen, ik heb ook ooit voor het eerst voor een groep gestaan."</i></li> <li>• <i>"Ik bel je even voor je de opwarming begeleidt."</i></li> <li>• <i>"Als je wil, ben ik aanwezig op jouw training ter voorbereiding van die moeilijkere wedstrijd."</i></li> </ul>
Vertrouwenspersoon	<p>Is aanspreekpunt voor jongeren die ergens mee zitten, of het nu gaat om onzekerheid, groepsproblemen of vragen over hun rol als jeugdtrainer. Houdt gesprekken vertrouwelijk.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>"Je mag me alles vertellen, en ik zorg dat we samen kijken hoe we het oplossen."</i></li> <li>• <i>"Wat je me nu vertelt, blijft tussen ons."</i></li> <li>• <i>"Ik begrijp dat het lastig is, laten we samen een oplossing zoeken."</i></li> </ul>

Rolmodel	<p>Laat door eigen gedrag zien hoe een goede jeugdtrainer en clubgenoot zich gedraagt. Inspireert anderen om ook die stap te zetten.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>“Ik wil laten zien dat je als jonge trainer echt het verschil kunt maken, gewoon door plezier en respect voorop te zetten.”</i></li> <li>• <i>“Als ik op tijd en voorbereid ben, volgen anderen dat voorbeeld.”</i></li> <li>• <i>“Door zelf positief te blijven, laat ik zien hoe je met tegenslagen omgaat.”</i></li> </ul>
Organisator	<p>Plant activiteiten voor (potentiële) jeugdtrainers, assistent-trainers (duo-coaches), regelt materiaal, maakt roosters en zorgt dat alles op tijd en gestructureerd verloopt.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>“Het schema is rond, iedereen weet waar hij moet zijn.”</i></li> <li>• <i>“Ik reserveer alvast de zaal voor het volgende trainersoverleg.”</i></li> <li>• <i>“Ik zorg dat er voor elke groep genoeg kegels en hesjes klaarliggen.”</i></li> </ul>
Communicator	<p>Maakt social media posts, schrijft nieuwsbrieven of maakt flyers.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>“Ik zet die foto van de trainersclinic meteen op Insta!”</i></li> <li>• <i>“We moeten dit succes delen in de nieuwsbrief.”</i></li> <li>• <i>“Zal ik een flyer maken voor de volgende interne trainersbijscholing?”</i></li> </ul>

- Jongeren motiveren elkaar om jeugdtrainer te worden en te blijven doordat ze elkaar autonomie, competentie en verbondenheid bieden (Self-Determination Theory (Deci & Ryan, 1985; 2000).
- Via voorbeeldgedrag en observatie leren ze van elkaar (Sociaal-leren-theorie (Bandura, 1977) wat het zelfvertrouwen vergroot om trainer te worden.
- De positieve invloed van leeftijdsgenoten (Peer Influence & Positive Youth Development (PYD), Lerner et al. (2005)) en erkenning voor inzet (vrijwilligersmotivatieonderzoek), vrijwilligersbehoud en motivatie, Clary et al. (1998) dragen bij aan langdurige betrokkenheid.
- Bovendien versterkt de jongerenraad de groepsidentiteit (Social Identity Theory (Tajfel & Turner, 1979)), waardoor leden zich verantwoordelijk voelen om bij te dragen aan het succes van de club.





# BRONVERMELDING

- Balyi, I., & Hamilton, A. (2004). *Long-term athlete development: Trainability in childhood and adolescence*. Windows of opportunity. National Coaching Institute British Columbia & Advanced Training and Performance Ltd.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Edmondson, A. C. (1999). Psychological safety and learning behavior in work teams. *Administrative Science Quarterly*, 44(2), 350–383.
- Fransen, K., Vanbeselaere, N., De Cuyper, B., Vande Broek, G., & Boen, F. (2020). When is a leader considered a good leader? Perceived impact on team confidence and cohesion. *Journal of Sports Sciences*, 38(3), 270–279. <https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1691967>
- Vansteenkiste, M., Sierens, E., Soenens, B., & Lens, W. (2007). Nieuwe uitdagingen voor motivatieonderzoek in het onderwijs: naar een geïntegreerde benadering. *Tijdschrift voor Onderwijsresearch*, 32(3), 295–307.
- Vansteenkiste, M., Ryan, R. M., & Soenens, B. (2020). *Basic psychological need theory: Advancements, critical themes, and future directions*. *Motivation and Emotion*, 44, 1195–1229.
- Fraser-Thomas, J., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10(1), 19–40. <https://doi.org/10.1080/1740898042000334890>
- Hellison, D. (2011). *Teaching personal and social responsibility through physical activity* (3rd ed.). Human Kinetics.
- Rhodes, J. E. (2005). A model of youth mentoring. In D. L. DuBois & M. J. Karcher (Eds.), *Handbook of youth mentoring* (pp. 30–43). SAGE Publications. <https://doi.org/10.4135/9781412976664.n3>
- Topping, K. J. (2005). Trends in peer learning. *Educational Psychology*, 25(6), 631–645.
- Vaeyens, R., Lenoir, M., Williams, A. M., & Philippaerts, R. (2008). Talent identification and development programmes in sport: Current models and future directions. *Sports Medicine*, 38(9), 703–714.
- Wong, N. T., Zimmerman, M. A., & Parker, E. A. (2010). A typology of youth participation and empowerment for child and adolescent health promotion. *American Journal of Community Psychology*, 46(1–2), 100–114.
- Zeldin, S., Krauss, S. E., Collura, J., Lucchesi, M., & Sulaiman, A. H. (2013). Conceptualizing and measuring youth–adult partnership in community programs: A cross national study. *American Journal of Community Psychology*, 52(1–2), 51–63. <https://doi.org/10.1007/s10464-013-9588-3>
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice-Hall.
- Clary, E. G., Snyder, M., Ridge, R. D., Copeland, J., Stukas, A. A., Haugen, J., & Miene, P. (1998). Understanding and assessing the motivations of volunteers: A functional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(6), 1516–1530. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.6.1516>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Plenum.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Lerner, R. M., Almerigi, J. B., Theokas, C., & Lerner, J. V. (2005). Positive youth development: A view of the issues. *The Journal of Early Adolescence*, 25(1), 10–16. <https://doi.org/10.1177/0272431604273211>
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp. 33–47). Brooks/Cole.

## GRAFISCHE VORMGEVING

Design: SVH Diezain

Illustraties: Agnesa Sinani, Molenbeek Rebels

Fotografie: Birte Verhaegen, Molenbeek Rebels, Jeugdsportnet Zuiderkempen





