

5 JUNI 2017

MINDSET BIJ DE SPELERS VAN JONG ORANJE KNBSB

PRAKTIJKONDERZOEK FONTYS SPORTHOGESCHOOL

CLAIRE VAN DIJCK

2183900

Begeleidend docent: Wilko van Dijk



Titelblad

Algemeen

HBO afstudeeronderzoek Fontys Sporthogeschool

Inleverdatum: 5-6-2017

Fontys Sporthogeschool

Afstudeerrichting Sportkunde

Theo Koomenlaan 3, 5466 HZ – postbus 347, 5600 AH Eindhoven

Begeleidend docent: Wilko van Dijk

Student

Claire van Dijck

2183900

C.vanDijck@student.fontys.nl

Werkplek

KNBSB, Nieuwegein

Wattbaan 49, 3439 ML Nieuwegein

Begeleider: Martijn Nijhoff

Samenvatting

In dit onderzoek is onderzocht wat de verdeling is van de sporters van de AAA van de KNBSB op het gebied van growth en fixed mindset in aanloop naar het WK onder 18 in 2017. Dit is een belangrijke parameter voor de KNBSB om 'sterspelers' die niet meer met de rest mee willen spelen er uit te halen. Dit onderzoek zal zich richten op de pijler: geleverde inspanning en zal gebruik maken van de TEOSQ om de achterliggende gedachte van de inspanning te meten. Volgens de TEOSQ kunnen de sporters worden onderverdeeld in de volgende profielen: high task/high ego, high task/low ego, low task/high ego en low task/low ego.

Methode

43 sporters van de AAA van de KNBSB in 2017 hebben de TEOSQ ingevuld, waarna de 28 geselecteerde sporters ook een sport-specifieke test hebben uitgevoerd om te kijken of de sporters hetzelfde gedrag vertonen in de training als zij aangeven in de uitgevoerde enquête.

Resultaten

Uit de resultaten komt dat de hele populatie een gemiddelde task orientation van 4,15 heeft en een gemiddelde ego orientation van 2,82. De geselecteerde groep van 28 sporters heeft een gemiddelde task orientation van 4,21 en een ego orientation van 2,74. Alle positiepelers hebben een gemiddelde task orientation van 3,97 en een ego orientation van 2,88. Alle pitchers hebben een gemiddelde task orientation van 4,39 en een ego orientation van 2,73. Het gemiddelde van de sportspecifieke test was 5,76 met een standaarddeviatie van 7,2. De positiepelers hadden een gemiddelde van 10,77 en de pitchers een gemiddelde van 1,63.

Discussie

De TEOSQ laat zien dat de pitchers een hogere task orientation hebben dan positiepelers, dit kan komen omdat pitchen meer een closed skill is dan het positiepel. Daarnaast hebben sporters die in de winter trainden een lagere task orientation en een hogere ego orientation dan de sporters die ook in de zomer meetrainden. Oorzaak hiervan kan zijn dat er is geselecteerd op leervermogen en wil om te leren. Daarnaast weten sporters dat ze beter moeten zijn dan anderen op selectiemomenten. Dit kan gezorgd hebben voor een hogere ego orientation bij de sporters die zijn afgevallen.

De betrouwbaarheid van de sportspecifieke test kwam in het geding doordat de steekproef klein was en de sporters zich lieten leiden door peer pressure. De pitchers gooiden aanzienlijk vaker op het grote doel dan de positiepelers, dit kan liggen aan het feit dat de pitchers op een grotere zone gooien tijdens de wedstrijd. Het grote doel was kleiner dan deze zone, waardoor deze alsnog als uitdagend gezien kon worden. Daarnaast hadden de jongens geen motivatie voor deze test omdat er geen puntentelling was en daarmee geen wedstrijd. Al deze argumenten zorgden ervoor dat de test niet valide is gebleken.

Conclusie en aanbevelingen

Concluderend is de AAA van de KNBSB erg goed verdeeld over de profielen van de TEOSQ. De sportspecifieke test bleek niet betrouwbaar of valide te zijn voor het meten van de task en ego orientations van de sporters van de AAA. De aanbevelingen zijn gericht op het vergroten van de task orientation van de sporters.

Voorwoord

Voor u ligt het praktijkonderzoek 'Mindset in jong oranje KNBSB'. Dit praktijkonderzoek is geschreven in het kader van afstuderen van de opleiding Sportkunde, aan de Fontys Sporthogeschool te Eindhoven. In 2013 kwam ik tijdens de lessen motorisch leren in contact met Martijn Nijhoff, de trainer van jong oranje van de KNBSB. Hij heeft mij altijd de mogelijkheid gegeven om te onderzoeken wat ik wilde onderzoeken en geprobeerd antwoord te geven op alle vragen die ik aan hem stelde. Ik ben hem erg dankbaar voor alle mogelijkheden die hij mij heeft gegeven. Ook wil ik Janneke Wikkerink en Mara Goedegebuure bedanken dat ik in hun programma mee mocht lopen.

Ik wil graag Wilko van Dijk bedanken voor de begeleiding en de sturing van mijn afstudeerwerk. Hij heeft nooit de moed opgegeven wanneer ik de moed wel kwijt was.

De sporters van het AAA team van de KNBSB zijn speciale mannen die mij keer op keer hebben kunnen verbazen. Zij waren allemaal bereid om deel te nemen aan het onderzoek en waren ook gemotiveerd om te weten waar het over ging en wat ik poogde te meten. Zonder hen had ik dit onderzoek niet kunnen uitvoeren.

Tot slot wil ik de medestagiaires bij de KNBSB, klasgenoten en vrienden bedanken voor het helpen met dit praktijkonderzoek wanneer ik weer eens door de bomen het bos niet meer zag. Allen, bedankt!

Ik wens u veel leesplezier.

Inhoud

Titelblad.....	2
Samenvatting.....	3
Methode.....	3
Resultaten	3
Discussie	3
Conclusie en aanbevelingen.....	3
Voorwoord	4
Inleiding.....	7
Leeswijzer	8
Literatuurstudie.....	9
Inleiding en relevantie.....	9
Growth en fixed mindset.....	9
Mindset in sport	10
Achievement Goal Theory	11
Meetinstrumenten	12
Task and Ego Goal Orientation in Sport Questionnaire	14
Sportspecifiek gedrag.....	16
ASE-model	16
Onderzoeksvraag.....	17
Methode.....	18
Onderzoeks ontwerp.....	18
Populatie en steekproef	18
Test protocol	18
Betrouwbaarheid.....	19
TEOSQ.....	19
Sportspecifieke test.....	19
Validiteit	19
TEOSQ.....	19
Sportspecifieke test.....	20
Ethiek.....	20
Data analyse	21
Resultaten	22
TEOSQ.....	22
Sportspecifieke test.....	23
Discussie	24

TEOSQ.....	24
Kritische weergave resultaten.....	24
ASE-model	24
Attitude.....	24
Beperkingen.....	25
sportspecifieke test	26
kritische weergave resultaten	26
ASE-model	26
Beperkingen.....	27
Conclusie	29
Aanbevelingen.....	30
Attituden	30
Sociale invloed.....	30
Eigen effectiviteit.....	31
Vervolg onderzoek.....	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Bronnenlijst	33
Bijlagen	38
Bijlage 1: informatie brief.....	39
Bijlage 2: Toestemmingsformulier 18+	42
bijlage 3: Toestemmingsformulier 18-	43
bijlage 4: testprotocol	44
Bijlage 5: testbatterij.....	46
Task and ego goal orientation	47
Gritscale.....	48
Perception of success questionnaire.....	49
Task-choice goal measure	50
Bijlage 6: vertalingen TEOSQ.....	51
Bijlage 7: operationalisatie schema.....	0

Inleiding

“Als alles perfect is, vragen we ons niet af hoe dit heeft kunnen gebeuren. In plaats daarvan genieten we van het huidige feit alsof het iets magisch aan de aarde is ontspoten.

Vergeet dat praten over begaafdheid, aangeboren talenten! Er zijn talloze voorbeelden van grote mannen die maar weinig getalenteerd waren. Zij vergaarden grootsheid, werden genieën (zoals wij dat noemen). Ze bezaten allemaal de ernst van de efficiënte werker die eerst leert de onderdelen op de juiste manier in elkaar te zetten alvorens zich te wagen aan een grootser iets: ze gaven zichzelf daar de tijd voor, want ze putten meer plezier uit het goed construeren van de kleine, secundaire zaken, dan uit het effect van een oogverblindend totaalconcept.”

(Nietsche, 1925)

De Koninklijke Nederlandse Baseball en Softbalbond (KNSBS) heeft verschillende ambities beschreven in het meerjarenplan (2017). Waaronder de ambitie van het NOC*NSF voor excellente topsportprestaties, waarin Nederlandse talenten acteren en presteren op wereldniveau, hetgeen bijdraagt aan de positionering en innovatiekracht van Nederland (binnen de wereld) en de Nederlandse bevolking inspireert. De KNBSB heeft als hoofdambitie om een top 3-5 positie op wereldniveau te hebben voor zowel honkbal als softbal. Dit willen ze bereiken door bijvoorbeeld het (door)ontwikkelen van het kader binnen de topsportlijn naar een hoger competentieniveau, volgens het Meerjaren Opleidingsplan 2017+ en opleidingsvisie ‘Motorisch Leren en Controle’ en het (tijdig) (h)erkennen van talent, volgens het Talentidentificatie Rapport, voor een structurele instroom van talent via de Baseball Academies, Curaçao Academy en Aruba Academy naar Baseball CTO Academy.

Het team AAA (jong oranje onder 18 jaar) is een van de teams die doorontwikkeld wordt binnen het kader van de topsportlijn en naar een hoger competentieniveau gebracht wordt. Dit doen ze door veel te innoveren. Elke training wordt gezocht naar een manier om de volgende training beter te maken. Zo wordt er in januari gewerkt met een Synaptic Synchrony die in maart pas op de markt komt. Ook heeft sportpsychologie een prominente plek ingenomen in het programma van de KNBSB. Dit betekent dat er tijdens de trainingen altijd een psycholoog aanwezig is om de sporters optimaal te kunnen begeleiden. Deze psycholoog is aanwezig omdat de psychische vaardigheden van sporters maakbaar is. Het is echter van belang dat de sporter zelf ook gelooft dat zijn vaardigheden te trainen zijn. Hiervoor zijn verschillende namen, zo heb je de entity vs incremental theory, nature vs nurture en growth en fixed mindset (Dweck, 2008). De uitleg van de fixed en growth mindset is zo opgebouwd dat de lezer weet dat hij of zij een keus heeft. Niet alles staat vast en een individu kan veel veranderen, als je maar hard werkt. Ook zorgt deze visie er niet voor dat je gedwongen wordt om een keus te maken, de keuze bestaat simpelweg.

Om het meerjarentraject van de KNBSB te laten slagen is het van belang dat de sporters weten dat ze kunnen veranderen. Hun vaardigheden staan niet vast, er is altijd mogelijkheid tot groei. Maar het is belangrijk dat de sporters dit ook uiten. Op het moment dat een sporter niet verder wil leren omdat dit zijn manier is van dingen doen, dan maakt het niet uit hoe de trainingen geïnnoveerd worden; de sporter zal zich niet open stellen voor deze nieuwe mogelijkheden. De tijd die in deze sporter geïnvesteerd wordt, kan wellicht beter aan een andere speler besteed worden die wel graag wil leren en die door dit vermogen om te leren beter kan worden dan degene die niet wil leren.

Leeswijzer

Het antwoord op de vraag: wat is de huidige verdeling van de mindset van de AAA sporters van de KNBSB, zal gegeven worden in 6 hoofdstukken en bijlagen. Het eerste hoofdstuk is de literatuurstudie, waarin zal worden ingegaan op de betekenis van growth en fixed mindset en wat dit betekent voor sporters. Daarna zullen er voorbeelden gegeven worden van de Achievement Goal Theory waar de growth en fixed mindset deel van uitmaken. Vanuit deze paragraaf zullen verschillende testen beschreven worden om de achievement goal theory te meten. Als laatste wordt de task en ego goal orientation uiteengezet.

In de methode zal de opzet van het onderzoek beschreven worden, met daarin de populatie, steekproef, protocol, betrouwbaarheid, validiteit, ethische verantwoording en data-analyse. Hierna zullen de resultaten worden beschreven. In het hoofdstuk discussie zullen deze resultaten kritisch worden bekeken en zullen aan de hand van het ASE-model mogelijke verklaringen worden gegeven. Als laatste worden de beperkingen van het onderzoek benoemd.

Er zal afgesloten worden met een conclusie, waarna aan de hand van het ASE-model aanbevelingen zullen worden gedaan richting de KNBSB voor het vergroten van de task orientation.

Literatuurstudie

Inleiding en relevantie

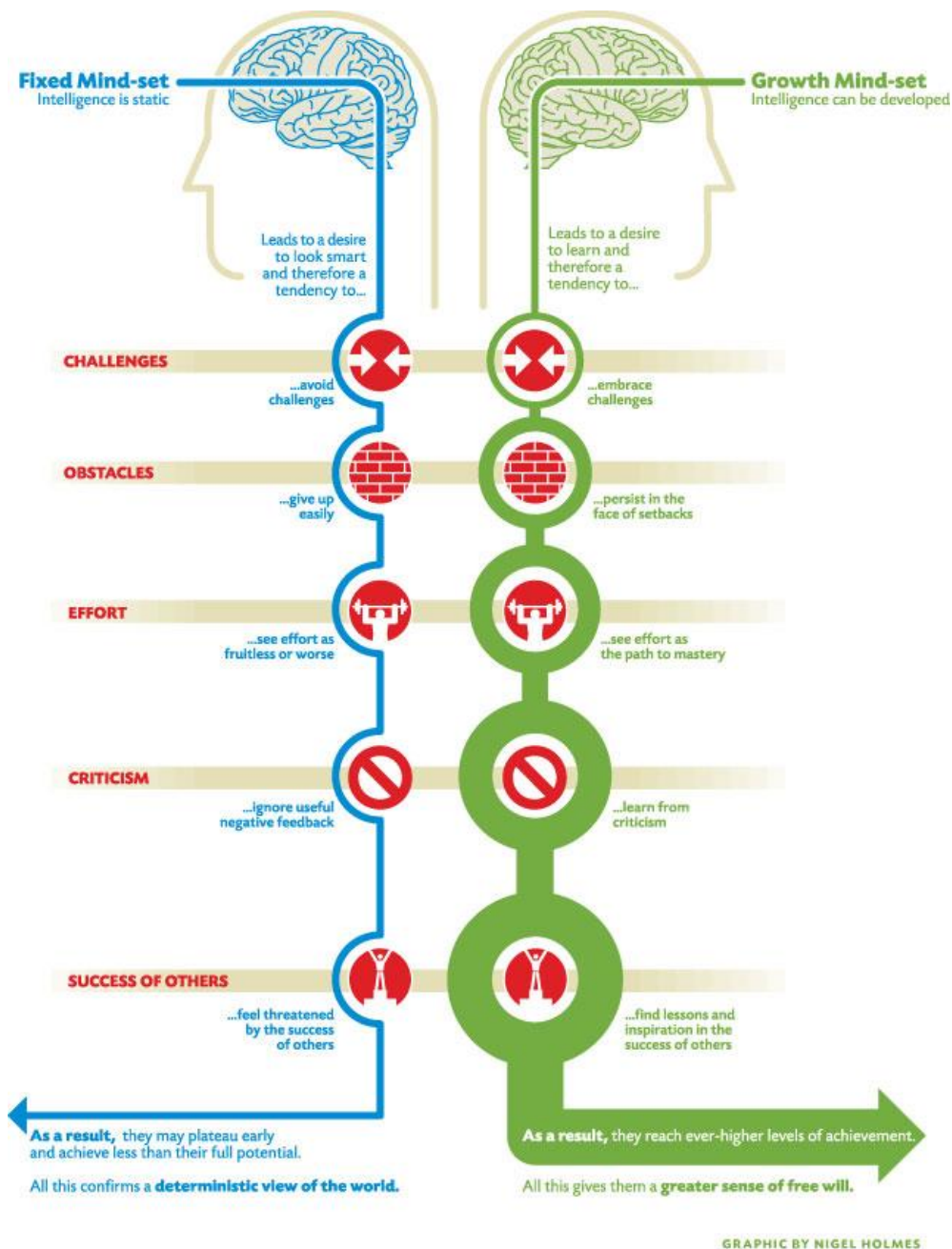
Wat zorgt ervoor dat een sporter succesvol gaat worden? Volgens Ericsson et al. (1993) zijn het 10.000 trainingsuren, volgens Daniel Coyle (2009) is het deep practice, volgens Angela Duckworth (2016) is het grit en volgens Carol Dweck (2008) is het mindset.

Het Nederlandse AAA team baseball, het jong oranje van de Koninklijke Nederlandse Baseball (en Softball) Bond, was in 2016 met een selectie afgereisd naar het EK. Tijdens dit EK was er een speler die niet meer ingezet wilde worden in het team, omdat hij vond dat zijn talenten niet ten volle werden benut. Tegelijkertijd was er last minute een andere speler uit de selectie gehaald, omdat zijn positie al gevuld was. Hij had echter meer van deze wedstrijd kunnen leren dan de speler die niet meer opgesteld wilde worden. Om dit niet meer te laten gebeuren is in het beleid van de KNBSB de growth mindset opgenomen. Spelers die zich willen kwalificeren voor titeltoernooien en trainingskampen moeten een bepaalde mate van growth mindset laten zien.

Growth en fixed mindset

De begrippen growth en fixed mindset komen van onderzoekster Carol Dweck (2008). In onderzoeken naar hulpeloosheid en tegenslag kwam ze erachter dat kinderen in twee groepen verdeeld zouden kunnen worden, kinderen die het niet leuk vinden als iets niet meteen lukt, en kinderen die het wel leuk vinden als iets niet meteen lukt (Dweck, 1988). De eerste groep kinderen zou volgens Dweck een fixed mindset hebben, zij vinden het niet leuk om te falen en geloven erin dat persoonlijke eigenschappen en kwaliteiten vast staan vanaf de geboorte. De tweede groep kinderen zou volgens Dweck een growth mindset hebben, zij gebruiken falen om beter te worden en te groeien als persoon, zij geloven dat persoonlijke eigenschappen en kwaliteiten altijd verbeterd kunnen worden (Dweck, 1988; Dweck & Legget, 1988). Deze mindsets komen volgens Dweck voort uit persoonlijke verhalen over succes en mislukking van mensen en hoe invloed hebbende anderen in hun omgeving daarop hebben gereageerd (Duckworth, 2016).

Dweck schreef in 2008, naar aanleiding van de steeds groter wordende interesse in mindset, een boek getiteld 'Mindset: The New Psychology of Success'. In dit boek worden verschillende contexten aangehaald waarin mindset naar voren komt. Als samenvatting van deze contexten heeft Dweck mindset verdeeld in 5 pijlers, zoals te zien in figuur 1: uitdaging, obstakels, kritiek, succes van anderen en geleverde inspanning (Dweck, 2008). Fixed mindset wordt omschreven als: "leads to a desire to look smart and therefor a tendency to: avoid challenges, get defensive or give up easily, see effort as fruitless or worse, ignore useful negative feedback and feel threatened by the success of others" (p. 245). De growth mindset wordt beschreven als: "leads to a desire to learn and therefor a tendency to embrace challenges, persist in the face of setbacks, see effort as a path to mastery, learn from criticism and find lessons and inspiration in the success of others" (p. 245). In dit onderzoek zal de pijler effort, geleverde inspanning, gebruikt worden voor verdere analyse. Een onderzoek naar succes van Duckworth (2016) concludeerde dat inspanning dubbel telt ten opzichte van talent en vaardigheid. Voor haar geldt de formule: Talent x inspanning = vaardigheid
Vaardigheid x inspanning = succes.



Figuur 1: Graphic summary of two mindsets. Reprinted from *Mindset The New Psychology of Success* (p. 245), by C. S. Dweck, 2008, New York: Random House.

Mindset in sport

Dweck (2008) omschrijft sporters met een fixed mindset als sporters die zichzelf als superster gedragen op het veld en minder als teamspeler, zoals het voorbeeld in de inleiding. In de visie van fixed mindset zullen zij zichzelf elke keer willen bewijzen ten opzichte van zichzelf en van anderen. Op het moment dat zij een setback ervaren concludeerden ze dat ze daar niet voor geboren zijn. Sporters met een growth mindset zien een setback niet als iets blijvends, zij zoeken de dingen die ze kunnen verbeteren zodat het de volgende keer beter gaat (Dweck, 2006). Sporters met een growth mindset

zien falen als het niet genoeg gebruiken van strategie en inspanning, met de aspiratie om het de volgende keer beter te doen (Dweck & Legget, 1988), zoals uitgebeeld in tabel 1.

Tabel 1

Verdeling succes en falen in growth en fixed mindset

	Growth mindset	Fixed mindset
Succes	Iets kunnen wat men daarvoor niet kon, door middel van inzet.	Iets in een keer goed doen, zonder dat daar inzet voor nodig was.
Falen	Niet leren van de fouten die je hebt gemaakt, jezelf niet inzetten zoals je had kunnen doen.	Iets niet in een keer goed doen, je ergens voor moeten inspannen voor het lukt.

Achievement Goal Theory

Het meten van succes hangt af van het behalen van de doelen die de sporter zichzelf stelt (Dweck & Legget, 1988). Doelen hebben een belangrijke rol in het voorspellen van cognities, invloed en gedrag in de prestatieomgeving (Dweck & Legget, 1988; Nicholls, 1989; Ames & Archer, 1998) en zijn een raamwerk voor mensen om te reageren op en om te gaan met gebeurtenissen in het leven (Dweck, 1988; Lochbaum, 2016a). Het doel dat iemand zich stelt is de grond van de inspanning die iemand (niet) levert.

Achievement Goal Theory (AGT) is een paraplubegrip dat later is toegepast op een raamwerk voor sociaal-cognitieve modellen in achievement motivation research (Lochbaum et al. 2016a). Dit raamwerk gaat uit van het feit dat doelen te verdelen zijn tussen 2 sub-schalen, zoals: Learning en Performance doelen (Dweck, 1988), Mastery en Competitive Goal Orientations van Roberts (1992) en Task en Ego Goal Orientation van Duda (1992). Deze twee sub-schalen staan niet lijnrecht tegenover elkaar, ze hebben een samenwerkend karakter. Waarbij iemand bijvoorbeeld hoog scoort op de ene schaal, het hem op de andere schaal helpt. Dat deze verschillende theorieën overeenkomen met elkaar wordt ondersteund door een onderzoek naar atletisch vermogen en goal orientations van Sarrazin (1996), waaruit blijkt dat de incremental en entity beliefs waar Dweck haar doelen op heeft gebaseerd overeen komen met task en ego orientations. Ook blijkt dit uit een onderzoek van Wang en Lui (2007), dat concludeert dat sporters met incremental beliefs eerder geneigd zijn om een task orientation aan te nemen.

In mindset worden de sub-schalen learning en performance goals gebruikt. Deze zijn gebaseerd op de implicit theories of intelligence (Dweck, 1988). De implicit theories of intelligence is de voorloper van growth en fixed mindset waarbij de entity theory overeenkomt met de fixed mindset en performance doelen. De incremental theory komt overeen met de growth mindset en learning doelen (Dweck, 1988). De test die hiervoor gebruikt wordt is de Task-Choice Goal Measure (TCGM).

De Achievement Goal Theory van Nicholls (1989) heeft twee sub-schalen, de task orientation en de ego orientation. Bij een hoge task orientation geloven sporters in het maakbare van ability, ze geloven in de groei en ontwikkeling door training en inspanning. Hierdoor zijn mensen met een hoge task orientation gemotiveerd door persoonlijke beheersing van skills, verbetering en behalen van hogere ability (Lochbaum, 2016a). Dat zorgt ervoor dat sporters met een hoge task orientation een hoge motivatie hebben, langer volharden, tevredener en gelukkiger zijn, betere vriendschappen hebben en

minder valsspelen dan mensen met een lage task orientation (Roberts & Ommudsen, 2007; Lochbaum et al., 2016). Daarnaast komt succes volgens hen voort uit inspanning en samenwerking met anderen (Smith, 2006). Bij een hoge ego orientation geloven sporters dat ability, bekwaamheid, en misleidende strategieën zorgen voor succes (Smith, 2006; Lochbaum et al., 2016). Ze zijn gemotiveerd om competentie te laten zien door het verslaan van anderen, superioriteit te laten zien en showing off (Lochbaum, 2016a). Voor hen is het doel van sport verbetering van eigenbelang en sociale status. Door deze visie hebben ze eerder last van angst en hechten ze minder belang aan training (Smith, 2006). Zoals Williams (2015) het omschrijft zijn ze meer bezig met zichzelf te bewijzen in plaats van zichzelf te verbeteren. De test die hiervoor wordt gebruikt is de Task and Ego Goal Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ) en de Perception of Success Questionnaire (POSQ) (Lochbaum, 2016ab).

Het doel dat een sporter aanneemt is volgens Baric (2006) het doel dat het dichtst ligt bij de cognitieve overtuigingen wat nodig is om de beste prestatie te leveren in een afgezonderde sportomgeving.

Meetinstrumenten

Zoals eerder benoemd zijn er verschillende testen om doelen te meten: Task-Choice Goal Measure (TCGM) , Perception of Success in Sport Questionnaire (POSQ) en de Task and Ego Goal Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ). Deze testen zijn overzichtelijk weergegeven in tabel 2.

De TCGM is ontworpen door Dweck (2000) voor het klaslokaal. Na enkele aanpassingen is deze ook uit te voeren in een sportsetting. In deze vragenlijst wordt de vraag gesteld: “Als ik nog 5 minuten over heb om aan een oefening te werken, dan werk ik het liefst aan...” de sporters mogen hierbij 1 van de 4 stellingen aankruisen. Er is voor gekozen voor 3 ego oriented stellingen en 1 task oriented stelling, zodat er minder sociaal wenselijke antwoorden gegeven zouden worden (Sarrazin, 1996; Atwood, 2010).

Een nadeel van deze vragenlijst is dat verschillende onderzoekers concludeerden dat het onderzoek van Dweck beter kan (Nicholls, 1992; Sarrazin et al., 1996). Dweck laat in haar onderzoeken de sporters en leerlingen 1 keus maken tussen doelen, terwijl het voor doelen beter werkt om een likkertschaal in te zetten (Duda, 1992). Daarnaast hangt ability niet alleen samen met trainbaarheid, maar ook met bijvoorbeeld: potentie, gerealiseerde potentie en competentie (Nicholls, 1992). De conclusie van het onderzoek van Sarrazin et al. (1996) was dat de onderzoeksmethode van Dweck, de Task-Choice Goal Measure niet overeen kwam met de Task Goal Orientation in Sport Questionnaire van Duda, maar heeft wel een kleine correlatie met de Ego Goal Orientation. Ook zijn er andere onderzoekers die het werk van Dweck onderuit halen. In een van de onderzoeken van Dweck zijn bevindingen als significant bestempeld, terwijl deze niet als zodanig mogen worden bestempeld (Chivers, 2017).

Op de Achievement Goal Theory van Nicholls zijn twee testen gebaseerd, ten eerste de Task and Ego Goal Orientation in Sport Questionnaire van Duda en Nicholls (1989) en ten tweede de Perception of Success Questionnaire van Roberts (1989).

De TEOSQ is initeel gemaakt voor het klaslokaal, maar na aanpassingen is deze uit te voeren in een sportsetting. Duda heeft in zijn vragenlijst meer gebruik gemaakt van de eigenschappen van doelen door een likkertschaal te gebruiken voor 13 stellingen op de vraag: “Ik voel mij succesvol in sport als...”. De stellingen zijn verdeeld over twee sub-schalen, 7 stellingen voor de task orientation, zoals “als ik

iets nieuws leer door mijn best te doen”, en 6 stellingen voor de ego orientation, zoals “als ik de beste ben”. Deze test is betrouwbaar volgens de volgende meta-analyses: Tenenbaum et al. (2012), Lochbaum (2016ab) en heeft een acceptabele factorvaliditeit en interne consistentie voor de twee onafhankelijke schalen (Tenenbaum et al., 2012). Deze test is vertaald naar verschillende talen en deze testen zijn allemaal valide aangetoond (Baric, 2006; Lochbaum, 2016ab).

De POSQ door Roberts & Balagué (1989) is gebaseerd op de TEOSQ, maar gemaakt voor de sportsetting. Ook deze maakt gebruik van een likkertschaal voor 12 stellingen in de twee sub-schalen task en ego orientation. Deze test is betrouwbaar volgens de volgende meta-analyses: Tenenbaum et al. (2012), Lochbaum (2016ab), en heeft een acceptabele factorvaliditeit en interne consistentie voor de twee onafhankelijke schalen (Tenenbaum et al., 2012). Deze test is vertaald naar verschillende talen en deze testen zijn allemaal valide aangetoond (Baric, 2006; Lochbaum, 2016ab).

Onderzoek van Duda en Whitehead (1998) concludeert dat de POSQ correleert met de TEOSQ, terwijl een ander onderzoek van Lochbaum (2006) concludeert dat de POSQ en de TEOSQ verschillende dingen meten en maar deels overeenkomen. Zo was de POSQ significant beter voor het meten van de eigenschap self-esteem, maar was de TEOSQ significant beter voor het meten van desirable behaviours en interne regulaties. Elitesporters zouden bij de POSQ eerder een ego orientation aannemen dan bij de TEOSQ (Lochbaum, 2016a). Dit is een nadeel voor het gebruik van de POSQ (Lochbaum, 2016a).

Harwood & Swain (2000) concludeerden dat onderzoek naar task en ego goal orientation in competitieve sporten ongegrond zijn. Zij halen aan dat een sporter die het fijn vindt om erg hard te werken om zo zijn doelen te bereiken niet noodzakelijk een task orientation hoeft te hebben.

De TEOSQ is het meest gebruikte meetinstrument in de achievement goal theory (Lochbaum, 2016ab). Hanrahan & Biddle (2002) stellen dat in de factoranalyse het beter is om de TEOSQ te gebruiken dan de POSQ. Daarnaast is in de TEOSQ specifiek gebruik gemaakt van woorden die voor kinderen gemakkelijker te begrijpen zijn, zoals “het beter doen dan vrienden” in plaats van “het overtreffen van tegenstanders” (Lochbaum, 2016a). Om deze redenen zal de TEOSQ als meetinstrument gebruikt worden.

Tabel 2

Weergave testen TCGM, POSQ en TEOSQ

	TCGM	POSQ	TEOSQ
Maker	Dweck	Roberts & Balagué 1989	Duda & Nicholls, 1989
Uitleg	Stelling: als ik nog 5 minuten over heb om aan een oefening te werken, dan werk ik het liefst aan...	Ik voel mij het meest succesvol in sport wanneer	Ik voel mij succesvol in sport als
	1 antwoord aankruisen	Likkert schaal van 1-5, helemaal niet mee eens, beetje niet mee eens,	Likkert schaal van 1-5, helemaal niet mee eens, beetje niet mee eens,

		neutraal, beetje mee eens, helemaal mee eens	neutraal, beetje mee eens, helemaal mee eens
	Keuze gemaakt voor 3 ego stellingen en 1 task stelling, op deze manier zouden er minder sociaal wenselijke antwoorden gegeven worden.	2 onafhankelijke sub-schalen -Sociale vergelijking ego: als ik het beter doe dan anderen - task mastery en learning in sport: als ik moeilijkheden overkom en dingen leer	2 onafhankelijke sub-schalen - Sociale vergelijking ego: als ik het beter doe dan anderen - task mastery en learning in sport: als ik moeilijkheden overkom en dingen leer
Betrouwbaarheid	Niet erg betrouwbaar literatuur schrift	Betrouwbaar (Lochbaum, 2016ab) Acceptabele test-hertest betrouwbaarheid (Tenenbaum et al., 2012).	Betrouwbaar (Lochbaum, 2016ab)
Specificiteit	Initieel gemaakt voor het klaslokaal, maar veranderd naar de sportsetting (Atwood, 2010)	Specifiek gemaakt voor de sportbeoefening. (Lochbaum, 2016ab) Minder specifiek gekozen woorden dan de TEOSQ (Lochbaum, 2016)	Niet specifiek gemaakt voor de sportsetting. Is gemaakt voor het klaslokaal. Door verschillende woorden te veranderen is hij toe te passen in een sportsetting. (lochbaum, 2016ab)
Validiteit	Correleert niet met de task goal orientation, wel een kleine correlatie met de ego goal orientation (Sarrazin, 1996).	Acceptabele factorvaliditeit en interne consistentie voor de twee onafhankelijke schalen (Tenenbaum et al., 2012) Vertaald naar verschillende talen en deze testen zijn allemaal valide aangetoond. (Baric, 2006; Lochbaum, 2016ab)	Acceptabele factor validiteit en interne consistentie voor de twee onafhankelijke schalen (Tenenbaum et al., 2012) Vertaald naar verschillende talen en deze testen zijn allemaal valide aangetoond. (Baric, 2006; Lochbaum, 2016ab)

Voor de volledigheid van het onderzoek zullen alle bovengenoemde enquêtes uitgevoerd worden. Daarnaast was er een verzoek van de assistent-coach om ook de gritscale van Duckworth (2016) te testen. Ook deze zal in de testbatterij worden opgenomen.

Task and Ego Goal Orientation in Sport Questionnaire

De Task en Ego orientation zijn twee op zichzelf staande sub-schalen, wat wil zeggen dat op beide schalen onafhankelijk hoog en laag gescoord kan worden (Fox, Goudas, Biddle, Duda & Armstrong, 1994; Duda, 2001). De resultaten zijn te verdelen in 4 verschillende clusters (Nicholls, 1989):

- Hoge task/hoge ego
- Hoge task/lage ego
- Lage task/hoge ego
- Lage task/lage ego

Voordelen van het gebruik van deze clusteranalyse is dat de data gestructureerd kan worden en het de onderzoeker de mogelijkheid biedt om de oplossing te kiezen die het best past bij de gegevens. Het tweede voordeel is dat de individuen die in dezelfde groep worden geplaatst vergelijkbaar zijn in de vooraf bepaalde selectiecriteria (Harwood, 2004). Een nadeel van het gebruik van clusteranalyses is dat er geen rekening gehouden zal worden een gemiddelde task of ego orientation en een gemiddelde score op de sportspecifieke test (Rottensteiner, 2015).

Van deze vier groepen is volgens Nicholls (1989) hoge task/hoge ego het meest adaptief. Een hoge task orientation kan de negatieve consequenties van een lage perceived ability als het ware onderdrukken op het moment van tegenslag (Wang & Biddle, 2001; Wang, 2002; Cumming et al, 2002; Harwood et al, 2003; Smith, 2006). Daarnaast schreef Duda in 2001 dat mensen met een hoge task en hoge ego orientation een gevoel van succes en competentie kunnen halen uit verschillende ervaringen, waardoor hun motivatie op verschillende manieren gevoed wordt. Ook Perts, Stanford University's center on learning mindsets (2016), en Dweck (1988) stellen dat iedereen een beetje incremental en een beetje entity belief in zich heeft. Dit is ook van belang voor het ontwikkelingsproces. Zo is het kunnen maken van een objectieve diagnose over de sterke en zwakke punten van een sporter belangrijk om hogerop te komen. Maar ook het verkrijgen van een positieve waardering van mensen met veel invloed in de sport kan de sporter verder helpen, zoals het geselecteerd worden voor een nationaal team (Dweck & Legget, 1988). Een nationaal team heeft over het algemeen meer mogelijkheden tot verbetering dan een clubteam. Het wordt echter onvruchtbaar op het moment dat de sporter te gefocust is op laten zien hoe goed hij is (Dweck & Legget, 1988), waardoor hij niet meer wil verbeteren.

Er is onderzoek gedaan naar wat task en ego orientation zeggen over het gebruik van mentale vaardigheden en gedrag. Ntoumanis et al. (1999) deden onderzoek naar coping strategies en de relatie met task en ego orientation. Hieruit kwam dat sporters met een hoge task orientation (boven de 4,17) meer inspanning leveren en stressvolle situaties zien als controleerbaar. Ook Kristiansen deed onderzoek naar coping strategies, bij elite worstelaars. Hij kwam tot de conclusie dat worstelaars met een hoge task orientation beter omgaan met competitieve situaties door hun gebruik van adaptieve strategieën. De task orientation die zij hierbij hadden was 4,54 en ego orientation van 3,82. Kuvassanu deed onderzoek naar het verschil tussen mannen en vrouwen in moraal functioneren in de teamsport basketbal. De mannen scoorden hier 4,4 op task orientation en 3,95 op ego orientation, dit was een lagere task orientation en hogere ego orientation dan de vrouwen.

Tabel 3 is een overzicht van de verschillende onderzoeken naar de TEOSQ. In deze tabel zijn enkel Europese landen opgenomen met sporters op nationaal niveau. Onderzoek gedaan door Asghar et al. (2013) liet zien dat de task en ego orientations tussen aziaten en Duitsers dermate verschillend was dat deze twee niet met elkaar te vergelijken zijn. Daarnaast komt uit verschillende onderzoeken, zoals: Treasure et al. (2000) en Koumpoula et al. (2011), dat er een verschil is tussen de hoogte van de orientations tussen elite en non-elite sporters. In tabel 3 is te zien dat teamsporters een lagere ego

orientation hebben dan individuele sporters. Volgens Hanrahan en Cerin (2008) kan dit liggen aan het feit dat het voor individuele sporters gemakkelijker is om een lijst te maken van performances dan voor teamsporters, waardoor het gemakkelijker is om een ego orientation aan te nemen.

Tabel 3

Resultaten van onderzoeken uit Europa

Schrijver	Land	Geslacht	Individueel of team	Niveau	Task	Ego
Ntoumanis, 1999	UK	Mix	Mix	Nationaal	4,17	3,21
Ntoumanis, 2001	UK	Mix	Mix	Regionaal en nationaal	4,07	3,13
Kristiansen, 2008	Scandinavië	Mix	Individueel (worstelen)	Nationaal	4,54	3,82
Kavussanu, 2001	UK	Man	Team (basketbal)	Nationaal	4,4	3,95
McArdle, 2004	Italië	Mix	Individueel	Nationaal	4,3	3,36
Rottensteiner, 2015	Finland	Mix	Team	Nationaal	4,13	3,33
Carpenter, 1997	UK	Man	Team (voetbal)	Nationaal	3,26	2,61
Gomez-Lopez, 2014	Spanje	Vrouw	Team (handbal)	Nationaal	4,47	3,12
Baric, 2006	Kroatië	Man	Team (handbal)	Nationaal	4,13	2,64
Baric, 2006	Kroatië	Man	Team (voetbal)	Nationaal	4,2	2,99
Gemiddelde					4,167	3,216

Naar aanleiding van de trend van deze resultaten is de hypothese dat de sporters van de AAA een hoge task orientation en een lage ego orientation hebben.

Sportspecifiek gedrag

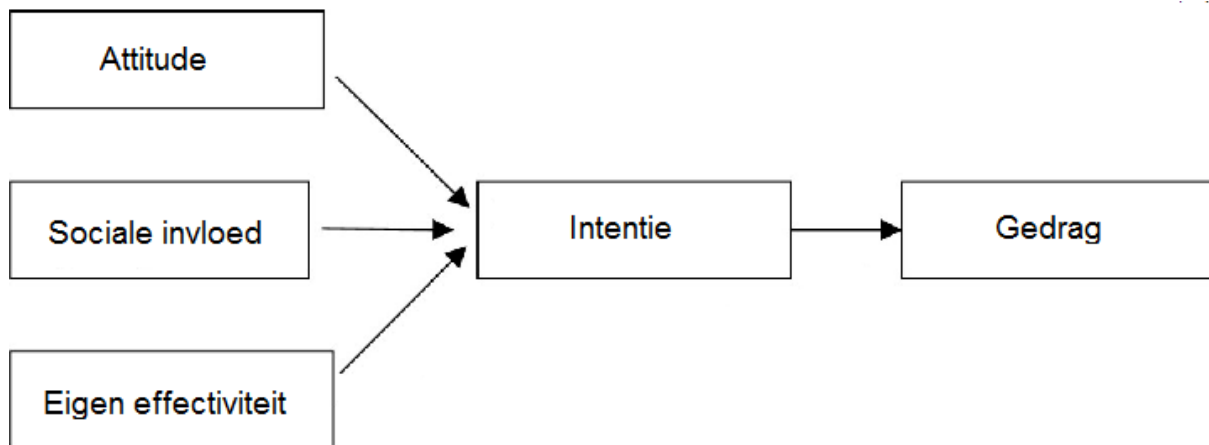
In de literatuur zijn geen testen gevonden voor het meten van een growth of fixed mindset of voor het meten van een task of ego goal orientation in de sportspecifieke setting. Toch is het interessant om te kijken of de antwoorden die de sporters geven op de enquête ook overeenkomen met het gedrag dat ze laten zien in de training.

Het doel van de KNBSB is dat de sporters een zo hoog mogelijke growth mindset laten zien. Met gebruik van het ASE-model zouden de achterliggende gedachten van het gedrag beredeneerd kunnen worden. Om die reden zal het ASE-model gebruikt worden in de discussie. Later zullen er aan de hand van de bevindingen uit het ASE-model aanbevelingen geschreven worden.

ASE-model

Het ASE-model is een model wat ervan uitgaat dat de intentie van mensen om een bepaald gedrag te vertonen voort komt uit drie verschillende determinanten: attituden die mensen hebben over het gedrag, de sociale invloed van buitenaf en de eigen effectiviteit die mensen hebben in het uit te voeren gedrag. Het ASE-model is gebaseerd op de theorie van gepland gedrag van Ajzen (2005). Attituden staan voor de houding die mensen hebben ten aanzien van verschillende onderwerpen (Brug et al.,

2007). Attituden kunnen het gedrag niet altijd voorspellen, maar kunnen er wel invloed op hebben. De sociale invloed staat voor wat de sporter denkt dat de andere sporters of coaches van hem verwachten (Brug et al., 2007). Wanneer de sporter niet naar deze invloeden zou luisteren, zou er een mogelijkheid zijn voor sociale sancties vanuit de omgeving. Eigen effectiviteit is de verwachting die mensen hebben over het uitvoeren van het gedrag (Brug et al., 2007). Deze eigen effectiviteit hangt af van drie dimensies: de grootte, of het belang van het gedrag, de algemeenheid van het gedrag om dit specifieke gedrag in andere situaties te kunnen toepassen en de mate waarin men vertrouwen heeft het gedrag te kunnen uitvoeren (Brug et al., 2007).



Figuur 2: ASE-model. Overgenomen van *Fountain of Yooth*, 2017 (<http://fountainofyooth.nl/het-ase-model/>). Copyright 2017, Fountain of Yooth.

Onderzoeksvraag

De onderzoeksvraag luidt: Wat is de huidige situatie van het team AAA (jong oranje onder 18 jaar) van de KNBSB op het gebied van growth en fixed mindset in aanloop naar het WK onder 18 in 2017 gemeten door de TEOSQ?

Het paraplubegrip mindset is niet in één onderzoek te interpreteren. Hiervoor zijn verschillende onderzoeken nodig op verschillende pijlers. Binnen dit onderzoek zal er gelet worden op de pijler effort waar de TEOSQ en sportspecifieke test onderdelen van zullen zijn.

De sub-onderzoeksvraag is: In hoeverre is een sportspecifieke test betrouwbaar voor het meten van growth mindset bij het AAA team van de KNBSB in aanloop naar het WK onder 18 in 2017? De hypothese voor deze vraag is dat de sportspecifieke test valide is. De test is gebaseerd op sportspecifieke kenmerken van de baseball. Daarnaast zal er bij BIXIE, een van de baseball academies van de KNBSB, een testronde opgezet worden. De test zal uitgevoerd worden voor drie spelers van BIXIE die 30 ballen krijgen om te gooien op de doelen. Er wordt bijgehouden hoeveel de jongens raak gooien, waarna gevraagd zal worden hoe uitdagend en haalbaar ze de test vonden.

Methode

In dit hoofdstuk wordt de methode uiteengezet die tijdens het onderzoek zal worden toegepast.

Onderzoeks ontwerp

Het onderzoek was verklarend kwantitatief met een schriftelijke enquête en een sportspecifieke test. Aan de hand van de enquête zullen de sporters verdeeld worden over de vier profielen van goal orientation. Daarna zal er met de enquête gekeken worden of de sportspecifieke test te valideren is voor de verdeling tussen task en ego orientation en zal er gekeken worden of de jongens op papier hetzelfde gedrag vertonen als op het veld.

Populatie en steekproef

De totale populatie was de 44 spelers van de AAA van de KNBSB. AAA betekent dat de spelers tussen de 15 en 18 jaar zijn en de groep sporters die in het desbetreffende team hebben de leeftijd van 16 tot 18 jaar. De steekproef voor de TEOSQ was net zo groot als de populatie. De steekproef is onder te verdelen in 19 pitchers en 25 positiespelers. De sportspecifieke test wordt alleen uitgevoerd met de spelers die de eerste selectieronde hebben doorstaan, waardoor de steekproef uit 28 spelers van het AAA team van de KNBSB bestond, 15 pitchers en 13 positiespelers. Deze jongens zijn geselecteerd op basis van het talentidentificatie model dat wordt gebruikt door de KNBSB.

Alle spelers hadden een 3-jarig contract getekend waarin ze aangaven dat ze meedoen aan de onderzoeken binnen het jong oranje programma. De steekproef was minderjarig, waardoor er middels een brief (zie bijlage 1) toestemming is gevraagd aan de ouders voor het onderzoek. In deze brief werd de toestemming tot anonieme publicatie opgenomen.

De data afkomstig van het onderzoek werd alleen besproken met het begeleidingsteam van de AAA. De spelers werden hiervan, middels een brief, op de hoogte gesteld. De data had geen invloed op de definitieve samenstelling van het team.

Tabel 4

Tijdsbestek onderzoek

	Pitchers	Positiespelers
Enquête	3 maart (tijdens mentale training)	3 maart (tijdens mentale training)
Sportspecifieke test	20 maart, na longtoss	13 maart na losgooien

Test protocol

De TEOSQ is een 13-item vragenlijst voor task en ego goal orientation, met 6 of 7 items voor elke subschaal. Elke deelnemer zal reageren op de stelling: "ik voel mij succesvol als..."

Voorbeelden op de task schaal zijn:

- Ik iets leer dat leuk is om te doen
- Ik een nieuwe vaardigheid leer door veel te oefenen

Voorbeelden op de ego schaal zijn:

- Ik beter presteer dan mijn vrienden

- Anderen fouten maken, maar ik niet

Deelnemers reageerden op een ordinale 5 punt Likertschaal met de verdeling van “1 helemaal mee oneens” tot “5 helemaal mee eens”. Deze enquête werd afgenomen voorafgaand aan de mentale training in de strikezone. Hierin kregen ze 10 minuten de tijd om enquête in te vullen (zie bijlage 5).

Task and ego goal orientation

De jongens kwamen in groepjes van 5 tot 9 man in de mentale ruimte van de strike zone. De test duurde ongeveer 10 minuten en daarna zou verder gegaan worden met de reguliere mentale training.

Sportspecifieke test

Naast een schriftelijke enquête werd er ook een sportspecifieke test uitgevoerd. Dit was een experimentele observatie waarbij de sporters 20 ballen gooiden op doelen van verschillende groottes. De test wordt uitgevoerd over 2 dagen waarin de groep verdeeld werd in pitchers en positiespelers.

De spelers begonnen de training om half 7, waarna ze een half uur warming up en losgooien hadden. Na de warming up kwamen steeds groepjes van drie sporters naar de test toe. De drie sporters hadden 10 minuten om elk 20 ballen te gooien waarna de volgende kon beginnen.

De speler stond tussen twee pionnen in, deze pionnen gaven de lijn aan waar de achterste voet van de speler stond (zoals de pitchingplaat). Tegenover hen stonden twee stellages met plastic zeilen van 29 bij 26 cm en 40 bij 33 cm. Deze stellages stonden op 12 meter, zoals uit de testronde met BIXIE kwam.

Het doel van deze test was om te kijken welk doel de jongens zichzelf stellen. Gingen ze voor de makkelijke optie, of de moeilijke optie?

Betrouwbaarheid

TEOSQ

Om de betrouwbaarheid te waarborgen zal de onderzoeker zelf alle testen afnemen. De onderzoeker zal tegen elke deelnemer hetzelfde zeggen, zoals beschreven in het testprotocol. Om subject-error zoveel mogelijk te voorkomen, zullen de sporters een plaatsje zoeken in de ruimte, waarbij ze elkaar niet kunnen afleiden.

Sportspecifieke test

Om de betrouwbaarheid van de sportspecifieke test te waarborgen heeft de hele steekproef na de selectie deelgenomen aan deze test, met een extra dag voor sporters die op de testdagen niet aanwezig waren. De geblesseerde spelers die van de fysiotherapeut niet mogen gooien, hebben niet deelgenomen aan deze test. De onderzoeker heeft zelf alle testen afgenomen.

Validiteit

TEOSQ

De TEOSQ is een gevalideerde test in het Engels. Omdat het Engelse niveau van de sporters niet allemaal goed is, wordt deze test vertaald naar het Nederlands. Om de validiteit van de vertaling te waarborgen is deze door verschillende mensen vertaald (zie bijlage 6) en zijn de meest overeenkomende stellingen gekozen.

Interne validiteit:

In de literatuur is beschreven dat er consistentie te zien is tussen de Engelse versie en de vertalingen van de TEOSQ. Een gevaar voor de interne validiteit van de TEOSQ was dat de sporters weten wat de sociaal wenselijke antwoorden zijn van deze test en daarop anticipeerden. Hier wordt mee omgegaan door te zeggen dat er geen goede of foute antwoorden zijn en dat het vooral gaat om de mening van de sporters over hoe zij succes ervaren.

Externe validiteit :

Zoals in de literatuur is beschreven is er een goede externe validiteit voor de TEOSQ en een acceptabele factor validiteit en interne consistentie voor de twee onafhankelijke sub-schalen.

Sportspecifieke test

De validatie van de sportspecifieke test blijkt uit het operationalisatieschema (zie bijlage 7) en proeven door de aanwezige sportpsycholoog en begeleidend docent op Fontys. De onderzoeker wilde meten of de sporters een gemakkelijk doel of moeilijker doel aan zichzelf stellen. Om dit te meten was er een opstelling met een uitdagend en makkelijk doel en konden de sporters zelf kiezen welk doel ze wilden behalen.

Interne validiteit:

De interne validiteit was nog niet aanwezig toen de metingen begonnen. Uit de resultaten in vergelijking met de TEOSQ moest blijken of de test intern valide was. Door geen punten te verbinden aan de test was de bedoeling dat de sporters vooral op hun eigen vaardigheden zouden trainen in plaats van meer punten te scoren dan de rest. Op het moment dat punten scoren de bedoeling was, zouden de sporters eerder richting de ego goal orientation gaan. Een gevaar voor de interne validiteit was dat de sporters graag zouden willen laten zien hoeveel atletisch vermogen ze hebben en een hoge verwachte vermogen hadden, waardoor ze eerder voor het uitdagende doel zouden kiezen.

Externe validiteit:

De externe validiteit van de werptest werd gemeten door een proefsessie te draaien met het academieteam van BIXIE (opleidingsteam van de KNBSB). Hierin werd gevraagd wat de jongens van de test vonden, wat uitdagend was en wat niet. Er werd gekeken hoeveel ballen zij raak gooiden en wat voor hen het beste werkte. In overleg met de assistent-coach van de AAA is besloten om de waardes van de test met het academieteam te pakken en de doelen twee meter verder weg te zetten.

Ethiek

Om het welzijn te beschermen van de sporters die deelnamen, is er rekening gehouden met verschillende ethische aspecten. Er is schriftelijk toestemming gevraagd aan de populatie (en hun ouders wanneer zij minderjarig waren) middels een informatiebrief. In deze informatiebrief werden het doel en de procedures beschreven van de testen. Op deze manier had de populatie voldoende inzicht om een beslissing te nemen of ze wel of niet deel wilden nemen aan deze test. Wanneer de sporter aangaf hier niet aan te willen deelnemen, is dit niet gebeurd. Mocht de sporter meer informatie willen over de testen, zal dit altijd mogelijk zijn bij de onderzoeker. Daarnaast zal de sporter ook uitleg kunnen krijgen van de begeleidende docent van Fontys en Martijn Nijhoff, trainer van het team.

Data analyse

Data analyse wordt uitgevoerd via Microsoft Excel. In dit bestand wordt beschreven hoe de spelers hebben geantwoord op de enquête en worden de punten voor ego orientation en de punten voor task orientation bij elkaar opgeteld. Daarna zal er een gemiddelde genomen worden van task en ego orientation en zullen de sporters verdeeld worden over high task/high ego, high task/low ego, low task/high ego en low task/low ego profielen.

In hetzelfde bestand zal worden aangegeven wat de uitslag is van de sportspecifieke test. Wanneer een sporter op het kleine doel gooit, zal hij 1 krijgen en wanneer een sporter op het grote doel gooit, zal hij 0 krijgen. De punten worden bij elkaar opgeteld en er zal een gemiddelde genomen worden. De sporters die boven en onder het gemiddelde zitten zullen van elkaar gescheiden worden en verdeeld worden over dezelfde profielen: high task/high ego, high task/low ego, low task/high ego en low task/low ego.

Resultaten

In dit hoofdstuk worden de meest opvallende resultaten van het onderzoek beschreven. Eerst zal er een weergave zijn van de steekproef, gevolgd door de resultaten van de TEOSQ en de sportspecifieke test. De belangrijkste resultaten worden beschreven en weergegeven in een tabel.

De totale groep spelers van de AAA van de KNBSB die de testen uitvoerde hadden een gemiddelde leertijd van 16,72 jaar met een standaarddeviatie van 1,14.

Voor 25 sporters was dit het eerste jaar,

Voor 9 sporters was dit het tweede jaar,

Voor 10 sporters was dit het derde jaar.

Van de totale groep sporters die met de wintertraining is begonnen (N=44) zijn er 28 door gegaan naar de zomertraining en zijn er 16 sporters aan het eind van de winter afgevallen. Van de 28 sporters die de zomertrainingen zijn ingegaan, zullen er 20 geselecteerd worden voor het WK in Canada.

TEOSQ

Het gemiddelde van de task orientation (TO) is 4,15. Het gemiddelde van de sporters die enkel de wintertrainingen meededen was 4,03 en het gemiddelde van de sporters die ook de zomertrainingen meededen was 4,21. Het gemiddelde van de Ego Orientation (EO) van alle sporters is 2,82. Het gemiddelde van de sporters die enkel de wintertraining meededen was 2,97 en het gemiddelde van de sporters die ook de zomertraining meededen was 2,74.

De sporters die de zomer meetrainden hebben een hogere TO (4,21) en een lagere EO (2,74) dan de sporters die alleen de winter meetrainden (TO=4,03 en EO=2,97). Daarnaast hebben de positie spelers een lagere TO (3,97) dan de pitchers (4,39) en hebben de positie spelers een hogere EO (2,88) dan de pitchers (2,73). Sporters die in hun eerste jaar in het AAA trainen hebben een gemiddeld TO van 4,13 en een gemiddeld EO van 2,88. Sporters die voor het tweede jaar met de AAA meetrainen hebben gemiddeld een TO van 3,95 en EO van 2,39. Sporters die in hun laatste jaar van de AAA zitten hebben gemiddeld een TO van 4,46 en een EO van 3,21.

Tabel 5

Gemiddelden en standaarddeviaties TEOSQ en SST

	T0 mean	T0 SD	EO mean	EO SD	SST mean	SST SD
Totaal	4,15	0,61	2,82	0,81	5,76	7,2
winter	4,03	0,63	2,97	0,74	-	-
Zomer	4,21	0,6	2,74	0,84	5,76	7,2
Positie totaal	3,97	0,67	2,88	0,73	10,77	7,78
Pitchers totaal	4,39	0,42	2,73	0,91	1,63	3,08
Positie zomer	4,08	0,76	2,71	0,68	10,77	7,78
Pitchers zomer	4,32	0,42	2,77	0,98	1,63	3,08
1 jaar	4,13	0,58	2,88	0,71	7,15	7,44
2 jaar	3,95	0,73	2,39	1,04	0,66	0,82
3 jaar	4,46	0,58	3,21	0,69	7	8,08

Van alle sporters die het winterprogramma van de AAA in zijn gegaan, hebben er 9 een high task/high ego, 12 een high task/low ego, 10 een low task/high ego en 12 een low task/low ego. Van de sporters die de zomer meetrainden met de AAA, hebben 7 (25%) sporters een high tas/high ego orientation, 7 (25%) sporters een high task/low ego orientation, 5 (17,9%) sporters een low task/high ego orientation en 9 (32,1%) sporters een low task/low ego orientation.

Tabel 6

Clusterverdeling TEOSQ van alle sporters

		High task	Low task	P high task	P low task
Totaal	High ego	9	10	20,9%	23,3%
	Low ego	12	12	27,9%	27,9%
Winter	High ego	2	5	13,3%	33,3%
	Low ego	5	3	33,3%	20%
Zomer	High ego	7	5	25%	17,9%
	Low ego	7	9	25%	32,1%
SST boven gem.	High ego	1	2	11,1%	22,2%
	Low ego	2	4	22,2%	44,4%
SST onder gem.	High ego	6	3	31,6%	15,8%
	Low ego	5	5	26,3%	26,3%

In de totale groep zit er nagenoeg geen verschil tussen de verdeling van de high task en low task orientations, in de groep die meeding naar de zomertrainingen is dit verschil zelfs weg. De algemene tendens van de sporters is dat ze een low ego orientation hebben, zowel in de totale groep als in de winter en zomer groep. Van de sporters die de zomertraining hebben gedaan is de grootste groep 32,1% met een low task/low ego verhouding.

Sportspecifieke test

Het gemiddelde van deze test was 5,76 met een standaarddeviatie van 7,2. Van de sporters die de sportspecifieke test hebben uitgevoerd, hebben er 3 sporters alle 20 gegooide ballen op het kleine doel gegooid en hebben er 7 sporters enkel op het grote doel gegooid. Pitchers hebben gemiddeld 1,67 ballen op het kleine doel hebben gegooid, terwijl de positie-spelers gemiddeld 10,77 op het kleine doel hebben gegooid.

Sporters met een hoog gemiddelde op de sportspecifieke test hebben een gemiddelde TO van 4,1 en een gemiddelde EO van 2,8. Sporters met een laag gemiddelde op de sportspecifieke test hebben een gemiddelde TO van 4,26 en een EO van 2,71. Sporters die een hoog gemiddelde hebben op de SST, hebben gemiddeld gezien (66,6%) een lage TO. Bij de sporters die een laag gemiddelde hebben op de SST, heeft 57,9% een hoge TO.

Discussie

In dit hoofdstuk zal er met een kritische blik gekeken worden naar de gebruikte testen (TEOSQ en sportspecifieke test) en de gevonden resultaten. Als eerst worden de resultaten per test gekoppeld aan de theorie waarna deze uiteengezet worden aan de hand van het ASE-model. Als laatste zullen de beperkingen per test besproken worden.

TEOSQ

Kritische weergave resultaten

De hypothese voor de TEOSQ was dat de AAA sporters een hoge task orientation en een lage ego orientation zouden hebben. Uit de resultaten blijkt dat de task orientation de AAA sporters een gemiddelde hebben van 4,15. Dit is iets onder het gemiddelde van de gevonden literatuur in tabel 3, waar de gemiddelde task orientation 4,17 is. De ego orientation komt redelijk overeen met de gevonden literatuur in tabel 3, als er enkel wordt gekeken naar mannelijke teamsporten. Uit onderzoek blijkt dat individuele sporten een hogere ego orientation hebben dan teamsporten (Kuvassanu, 2001; Hanrahan & Cerin, 2009).

De verdeling van de sporters die in de zomer meetrainden hebben bijna een gelijke verdeling over task en ego orientation. 7 sporters hadden een high task/high ego orientation, 7 sporters een high task/low ego orientation, 5 sporters een low task/high ego orientation en 9 sporters een low task/low ego orientation.

ASE-model

Attitude:

Een van de attitudes die ten grondslag zou kunnen liggen aan de hoge ego orientation van de sporters die zijn afgefallen in de eerste selectieronde, is dat de spelers heel graag in het team willen blijven. Op het moment dat ze in het team blijven, blijft de mogelijkheid om naar toernooien in het buitenland te gaan en training te krijgen van de beste trainers van Nederland. Ook Dweck en Legget (1988) geven aan dat het hebben van performance goals een toegevoegde waarde kan hebben in een topsport-carrière. Om die reden hebben de sporters wellicht de neiging om te laten zien dat ze beter zijn dan anderen, om op die manier geselecteerd te worden.

Sociale invloed:

Dat 53,3% van de jongens die alleen de winter meetrainden een low task orientation hebben ligt volgens Lochbaum (2016b) niet aan het feit dat elitesporters een hogere task orientation zouden hebben dan niet-elitesporters en volgens Duda & Nicholls (1992) ook niet aan de hogere perceived ability. Wel zou het kunnen liggen aan de invloed van de bondscoach die de selectie maakte. De bondscoach heeft geselecteerd op leervermogen en wil om te leren (persoonlijke mededeling, 20 februari 2017). Hierdoor zouden de sporters die de zomer meetrainden een hogere task orientation kunnen hebben dan de sporters die alleen de winter meetrainden. Het is een soort athletisch darwinisme (Cox, 1994) waar sporters afvallen door selectie wanneer zij niet het gewenste gedrag tonen.

In de resultaten is te zien dat de sporters die nu 3 jaar in het AAA team zitten een hogere TO en hogere EO hebben dan sporters die 1 of 2 jaar in het team zitten. Dit komt niet overeen met de literatuur van

Baser et al. (2013) en Theodosiou et al. (2008) die stellen dat de task orientation van sporters naar beneden gaat naarmate sporters ouder worden. Andere onderzoeken van Steinberg et al. (2001) en Kent (2006) concluderen dat de task orientation weinig verandert naarmate mensen ouder worden, wel zou de ego orientation omhoog gaan. Dit wordt ook onderbouwt door onderzoek van Duda et al. (2005) waaruit blijkt dat sporters voor wie vaardigheden automatisch zijn geworden, zich meer gaan richten op performance outcomes dan op het proces van de performance. Dit zou een reden kunnen zijn waarom sporters die 3 jaar in het team zitten een hogere ego orientation hebben dan sporters die korter in het team zitten. Daarnaast blijkt uit onderzoek van Kim & Grill (1997) dat jonge sporters geen onderscheid maken tussen waar zij succesbelevingen uit halen, waar ouderen dit meer doen.

Eigen effectiviteit:

Pitchers hebben over het algemeen een hogere task orientation dan positie spelers. Voor pitcher is het gemakkelijker om doelen te stellen, zoals harder gooien, dan bij het positie spel (Hanrahan & Cerin, 2009), dat komt doordat pitchers meer neigt naar een gesloten vaardigheid waardoor er volgens Hanrahan & Biddle (2002) eerder een hoge task orientation aangenomen kan worden. De mogelijkheid tot het gemakkelijk stellen van doelen kan leiden tot een hogere eigen effectiviteit. Hier heb ik echter geen resultaten van.

Beperkingen

Er zijn een aantal factoren die de subject bias error van het onderzoek negatief hebben beïnvloed. Ten eerste is er voor aanvang van het onderzoek een e-mail verzonden waarin de start van het onderzoek naar de mindset van sporters werd aangekondigd. Ten tweede is de test afgenomen door iemand die vaker aanwezig was tijdens de mentale trainingen. Als laatste is de enquête afgenomen tijdens de mentale training. Dit kan ervoor hebben gezorgd dat de sporters weten waarnaar gevraagd wordt en in die richting antwoord geven.

Er is gekozen om de TEOSQ te meten in een testbatterij met andere testen. Met deze testen is later niets gedaan. Door het toevoegen van de testen aan de testbatterij kunnen de sporters anders gereageerd hebben op de testen dan wanneer zij enkel de TEOSQ zouden invullen. Dit kan de betrouwbaarheid van de test hebben aangetast.

De TEOSQ is afgenomen enkele dagen nadat de selectie is bekendgemaakt. Tijdens de laatste trainingen zijn er een paar sporters niet komen opdagen. Ze hadden de resultaten kunnen beïnvloeden en een volledig beeld kunnen geven over de task en ego goal orientation-verdeling van het team op dat moment.

Zoals genoemd in de methode is er bij de resultatenanalyse geen rekening gehouden met matige task en ego orientations die volgens Roberts et al. (1996) alsnog voor interessante data kunnen zorgen. Zo is bijvoorbeeld het gemiddelde van de task orientation uit dit onderzoek 4,15 en zal 4,14 van een speler in dit onderzoek bestempeld worden als een low task orientation. Terwijl hetzelfde getal in een ander onderzoek, van bijvoorbeeld Rottensteiner (2015) waar het gemiddelde 4,13 was, benoemd wordt als high task. Dit is een nadeel van het gebruik van clusteranalyses (Smith, 2006).

sportspecifieke test

kritische weergave resultaten

De hypothese voor de sportspecifieke test was dat de sporters met een hogere task orientation eerder voor het moeilijkere doel zouden kiezen dan sporters met een lage task orientation. Uit de resultaten blijkt dat dit niet het geval is. Van de 14 sporters met een hoge task orientation kozen 3 sporters voor het kleine doel en 11 voor het grote. Van de 12 sporters met een hoge ego orientation kozen 3 voor het kleine doel en 9 voor het grote doel. Deze resultaten komen niet overeen met de literatuur waarin waargenomen wordt dat sporters met een hoge task orientation eerder geneigd zijn om uitdagingen aan te gaan en leergieriger zijn dan sporters met een lage task orientation (Duda & Nicholls, 1992; Smith, 2006; Roberts & Ommundsen, 2007; Lochbaum, 2016ab).

ASE-model

Attituden:

Tegen de jongens was gezegd dat het niet uit zou maken op welk doel ze gooiden en dat er geen punten verbonden zijn aan de doelen; het was geen wedstrijd. Door er geen wedstrijd van te maken, wordt er echter een kenmerk van sport weggehaald (Williams, 1993). Hierdoor hadden de sporters wellicht weinig motivatie om de test uit te voeren en gingen ze wellicht eerder naar het grotere doel dan naar het kleine doel. Daarnaast werden er vragen gesteld als: “dus ik hoef niet hard te gooien?” en “De coach zal niet weten hoeveel we er raak gooien?” Daarnaast zijn elitesporters volgens Williams (1993) ten eerste gemotiveerd door te winnen en beter te presteren dan anderen. Dit is ook naar voren gekomen in de resultaten waarbij het steeds een wedstrijd werd in de groepjes wie de meeste ballen raak had gegoooid.

Sociale invloed:

In de resultaten is te zien dat de gemiddelde hoeveelheid ballen die de pitchers naar het kleine doel gooide 1,63 was, terwijl het gemiddelde van de positie spelers 10,77 was. Dit zou wellicht kunnen liggen aan peer pressure. De testen werden uitgevoerd in groepjes van drie sporters, waarbij één sporter werpt, één sporter de doelen recht zet wanneer deze geraakt zijn en de derde sporter ervoor zorgt dat de gegooide ballen terug komen bij de gooiende speler. Wat te zien was in de test, was dat de sporters die als tweede en derde de testen uitvoerden, meegingen in de trend die de eerste sporter had ingezet. Wanneer de eerste sporter vooral veel ballen gooide op het kleine doel, deden de andere twee sporters dat ook. De tweede testdag regende het erg hard, dit zorgde ervoor dat de ballen nat zouden worden en niet goed gegooid konden worden. Er was voor gekozen om deze testdag in een slagkooi voort te zetten, tijdens de reguliere training van de andere pitchers. Dit zorgde ervoor dat er in een ruimte van 30 vierkante meter er een extra groep van 9 pitchers aanwezig was bij de test. De testgroep en de extra groep die aanwezig waren in de ruimte vroegen tijdens de test aan elkaar hoeveel ballen ze raak hadden gegooid. Dit zorgde ervoor dat de hele groep de eerste pitcher volgde die als het ware de lat had gelegd voor de andere pitchers.

Eigen effectiviteit:

Zoals in de literatuurstudie naar voren komt, wordt de high task/high ego orientation gezien als het meest effectieve profiel. Uit de resultaten blijkt echter dat er maar 1 sporter met een high task/high ego profiel heeft gekozen voor het moeilijkere doel en 6 sporters in deze categorie kozen voor het grote doel. In onderzoek van Dweck & Legget (1988) komt naar voren dat sporters met een hoge task

orientation beter weten wat ze wel en niet kunnen, hun perceived ability is beter dan sporters met een hoge ego orientation. Dit zou kunnen verklaren waarom sporters met een hogere task orientation het grote doel pakken. Zij willen graag alles raken, maar weten dat het wellicht te lastig is voor hen.

Beperkingen

Het tweede doel van dit onderzoek was er achter komen of de sportspecifieke test een goed middel was om de goal orientation van de honkballers te meten. Het resultaat van dit onderzoek laat zien dat de test niet valide of betrouwbaar bleek te zijn.

In onderzoek van Elliot en Conroy (2005) wordt beschreven dat task orientation, of mastery orientation zoals zij het noemen, verdeeld kan worden tussen mastery-approach en mastery-avoidance orientation. Dit wil zeggen dat beide orientations, beschreven voor het leren van skills, verdeeld kunnen worden tussen het aangaan van falen of het afhouden van falen tijdens het leren van nieuwe skills. Een mogelijkheid is dat de sporters de sportspecifieke test zagen als een lastige oefening en zichzelf wel wilden uitdagen, maar in mindere mate. Wanneer ego en task approach en avoidance waren opgenomen in de testen, was hier meer over te zeggen geweest.

Betrouwbaarheid

In de methode was beschreven dat de betrouwbaarheid gewaarborgd zou worden door de aanwezigheid van alle deelnemers, zodat de steekproef zo groot mogelijk was. De doelgroep was echter alsnog redelijk klein. Er was meer informatie te halen uit de data wanneer deze test ook uitgevoerd was door de groep die enkel in de winter meetrainden, het tijdsbestek liet dit echter niet toe.

Een risico was dat de sporters snel door zouden hebben wat de achterliggende gedachte van de sportspecifieke test was. Tijdens de enquête die was afgenomen, was aan het eind gezegd dat het een onderzoek was naar growth en fixed mindset. Er was echter maar 1 sporter die van te voren zei "ik moet zeker op het kleine vlak gooien want dan ben je 'meer een winnaar' dan wanneer je vaker raak gooit op de grotere" (sporter 11, 13 maart 2017). De rest van de spelers vroegen meerdere malen naar het nut van de test en wat eruit zou komen, waardoor mijn aanname is dat zij niet door hadden wat de achterliggende gedachte van de test was.

Validiteit

In de methode was beschreven dat de validiteit zou komen uit de testen die gedaan zouden worden bij BIXIE. De sporters van BIXIE gaven aan dat beide doelen uitdagend, maar haalbaar waren.

Vanuit de methode was ook beschreven dat er een gevaar zou zijn dat de perceived ability van de spelers niet overeen zou komen met elkaar, wat ervoor zou kunnen zorgen dat sommige sporters het grote doel al uitdagend genoeg zouden vinden. Uit de test bleek dat de pitchers meer op het grote doel gooiden en de positiepelers meer op het moeilijke doel. De zone waar pitchers op gooien tijdens de wedstrijd is echter groter dan het grote doel. Positiespelers gooiden meer op het moeilijke doel, het moeilijke doel was dan ook gemaakt op de handschoengrootte van de eerste honkman. Hierdoor kan het zijn dat de test voor positiepelers en pitchers niet overeen komt omdat hun doelen van worpen in de wedstrijd verschillen. Zo meet de test niet wat hij zou moeten meten en is hij niet valide.

Als laatste is de test is niet voorspellend valide. Er is vanuit de test, het meetinstrument, niet de mogelijkheid om een voorspelling te doen aan de hand van de theorie over task en ego goal orientation.

Conclusie

De onderzoeksvraag was: wat is de huidige situatie van het team AAA (jong oranje onder 18 jaar) van de KNBSB op het gebied van growth en fixed mindset in aanloop naar het WK onder 18 in 2017 gemeten door de TEOSQ? De hypothese was dat de sporters een hoge task orientation en een lage ego orientation zouden hebben en deze klopte. De task orientation van de sporters die de winter en de zomer hebben meegetraind is 4,15, dit is minimaal kleiner dan de task orientation van 4,17 die is gevonden in de literatuur. De ego orientation is 2,82, wat in vergelijking met voorgaande onderzoeken met mannelijke teamsporters een lage ego orientation is. Na de eerste selectie, waarbij 15 sporters niet werden geselecteerd was de task orientation 4,21 en de ego orientation 2,74.

De task orientation van de positiespelers bleek lager te zijn dan die van de pitchers, dit kan liggen aan de aard van de sport waarbij pitchers een meer gesloten vaardigheid is dan het positiespel. Daarnaast hebben sporters die 3 jaar in het team zitten een aanzienlijk hogere ego orientation dan sporters die 1 of 2 jaar in het team zitten. Dit kan de reden hebben dat sporters meer op performance outcomes georiënteerd zijn op het moment dat zij onbewust bekwaam zijn in sommige vaardigheden.

De clusterverdeling laat zien dat van het team in de winter (zomer en winter bij elkaar) 20,9% een high task/high ego orientation had, 27,9% een high task/low ego orientation, 23,3% een low task/high ego orientation en 27,9% een low task/low ego orientation. Van de selectie die is gemaakt in de zomer had 25% een high task/high ego orientation, 25% een high task/low ego orientation, 17,9% een low task/high ego orientation en 32,1% een low task/low ego orientation.

De onderzoeksvraag voor de sportspecifieke test was: in hoeverre is een sportspecifieke test betrouwbaar voor het meten van growth en fixed mindset bij het AAA team van de KNBSB in aanloop naar het WK onder 18 in 2017? De hypothese hiervoor was dat de test een redelijke betrouwbaarheid en validiteit zou hebben ten opzichte van de TEOSQ omdat er rekening gehouden zou worden met sportspecifieke kenmerken van baseball. De test bleek echter niet betrouwbaar te zijn, dit kwam door de kleine steekproef en omdat de sporters enige mate van peer pressure voelden. Daarnaast was het competitieverband uit de test gehaald, waardoor de test een kenmerk van sport miste. De test is niet valide omdat de pitchers vanuit hun aard van sport de test anders benaderen dan positiespelers en omdat het grote doel wellicht al uitdagend genoeg was voor de sporters.

Aanbevelingen

Het doel van de KNBSB is dat de sporters een grotere mate van growth mindset gaan ervaren. Uit dit onderzoek komt echter naar voren dat de verdeling van de sporters van de AAA divers is. Na de eerste selectie zijn er net zoveel sporters met een hoge als lage task orientation. Ook Duda (2001) sluit zich aan bij het feit dat er gestreefd moet worden naar een zo hoog mogelijke task orientation. Zoals eerder beschreven kan dit voor een balans zorgen waarbij de verlangens om anderen te verslaan wordt aangevuld met het verlangen om zichzelf als sporter te ontwikkelen. Zolang de ego orientation is gecombineerd met een sterke task orientation, hoeft de ego orientation niet negatief te werken. Vanuit het ASE-model dat is gebruikt voor de discussie van dit onderzoek zijn er verschillende manieren om de attituden, sociale invloeden en eigen effectiviteit te veranderen.

Attituden

Bij de attituden was genoemd dat de sporters graag in de AAA wilden blijven omdat dit zou zorgen voor optimale trainingsmogelijkheden wat de sporters verder zou kunnen helpen in hun topsport-carrière en dat de jongens weinig motivatie hadden voor het uitvoeren van de sportspecifieke test.

Een van de selectiecriteria was het leervermogen en de wil om te leren van de sporters. Op het moment dat sporters een fixed mindset hebben, geloven zij niet in de veranderbaarheid van hun spel, techniek en mentaliteit.

Er is de mogelijkheid dat sporters angst hebben gevoeld voor de selectie. Sporters zouden niet meer de optimale trainingsmogelijkheden hebben en hiermee wellicht minder snel beter worden dan de sporters die nog wel in het team zitten. Hier zou mee om gegaan kunnen worden door te vertellen dat de academies, waar de sporters trainen op het moment dat ze niet geselecteerd zijn voor de AAA opgebouwd zijn naar hetzelfde principe als de AAA en met dezelfde trainingsprincipes. Daarnaast zijn er veel trainers van de AAA die ook training geven bij de academies. Er zijn voor sporters meerdere wegen om te komen waar ze willen komen.

Daarnaast zou de attitude van de sporters richting growth en task orientation verbeterd kunnen worden door bijvoorbeeld het geven van een workshop over de plasticiteit van het brein, de werking van neuronen en myeline. Dit komt overeen met de cursus die Dweck (2008) aanbiedt op scholen voor het aanleren van een growth mindset. Op deze manier wordt er ingegaan op nieuwe voordelen die nog niet bekend waren bij de doelgroep (Brug et al., 2007). Belangrijk om deze workshop te laten slagen is dat de argumenten die gebruikt worden vernieuwend zijn, refereren aan belangrijke korte termijnuitskomsten, aansluiten bij de leefstijl van de sporters en gebaseerd zijn op duidelijke, causale verbanden tussen het gedrag en de voordelen (Brug et al., 2007).

Sociale invloed

Bij sociale invloed was genoemd er is geselecteerd op leervermogen en wil om te leren. Ook was benoemd dat de sporters tijdens het uitvoeren van de sportspecifieke test last hadden van peerpressure.

Om de sociale invloed van de sporters te beïnvloeden richting een growth mindset zijn er twee aanbevelingen. Voor omgang met de peerpressure die de sporters voelden tijdens de sportspecifieke test zouden er twee team captains aangesteld kunnen worden. De pitchers en positiepelers hebben sporters waar de hele groep naar opkijkt, rolmodellen. Deze rolmodellen zouden het voorbeeld kunnen geven om serieus en geconcentreerd bezig te zijn met hun mentaliteit, het veldspel en de trainingen. Ook zouden deze rolmodellen de anderen kunnen vragen of ze het voorbereidings- en evaluatieformulier hebben ingevuld (zie eigen effectiviteit). Daarnaast zouden deze teamcaptains duidelijk kunnen maken dat winst of verlies in alle wedstrijden die ze als team spelen, voortkomt uit de samenwerking van alle teamleden. Dus wanneer een speler zich niet houdt aan de afspraken die gemaakt zijn, zou dit effect kunnen hebben op het gehele team. Op deze manier kan er een omgeving geschept worden waarin het goed is om hard te werken, je best te doen en buiten je comfort zone te treden. Wat belangrijk is bij de aanstelling van deze teamcaptains is dat de spelers deze sporter zelf kiezen zodat er geen onenigheid ontstaat in het team waarin de sporters het gevoel krijgen dat de coach de ene sporter beter lijkt te vinden dan een andere sporter.

Voor het verkrijgen van een growth mindset moet de omgeving op een growth mindset zijn ingericht. Volgens Duckworth (2016) hangt het hebben van een fixed of growth mindset af van ervaringen uit het verleden en dingen die belangrijke mensen gezegd hebben. Een van de dingen die gedaan kan worden om de mindsets van de sporters te verbeteren is de manier van het geven van feedback door trainers, begeleiders en stagiaires. De meeste stafleden van het AAA team weten al veel van mindset en hoe ze het best feedback kunnen geven, maar ook stagiaires moeten hiervan op de hoogte worden gesteld. Het is van belang dat de trainers en stagiaires dit echter op een manier doen die de echte growth mindset bevorderen, zoals:

- Feedback geven over het proces, dus ook de strategieën die zijn gebruikt en de volharding om iets te leren, die een sporter heeft laten zien. Maar alleen als er een leereffect heeft opgetreden.
- Eerlijk zijn in het geven van feedback. Niet alleen positief zijn om het positief zijn. Op het moment dat sporters niet verbeteren, moet de trainer met de sporter samen kijken naar welke andere strategieën ze kunnen toepassen (Dweck, 2016).

Op het moment dat de sporter positieve feedback krijgt over de geleverde inspanning, maar niet heeft geleerd in het proces, kan er een false growth mindset optreden (Dweck, 2016). Dit is een mindset waarbij de sporter gelooft dat hij een growth mindset heeft, maar niet vooruit gaat. Hiervoor moet gewaakt worden bij het geven van feedback door de trainers en stagiaires.

Eigen effectiviteit

Bij de eigen effectiviteit was benoemd dat het voor pitchers gemakkelijker is om doelen te stellen dan voor positiepelers. Daarnaast zouden sporters met een hoge task orientation beter weten wat ze kunnen en wat ze niet kunnen.

Omdat het voor pitchers gemakkelijker zou zijn om doelen te stellen, zouden ook de positiepelers geleerd kunnen worden hoe ze gemakkelijk doelen kunnen stellen. De sporters van de AAA zijn hier in de trainingsperiode al mee bezig geweest, maar minder in het wedstrijdseizoen. Een aanbeveling is om tijdens de wedstrijdperiode de doelen te richten op tactisch en mentaal gebied. Belangrijk voor de werking van dit programma is dat er de mogelijkheid bestaat om onder begeleiding (met feedback) hieraan te werken met de sporters, gebruik te maken van modelleren en de vaardigheden op te delen

in sub-vaardigheden. Ook is het belangrijk om feedback te blijven geven over de doelen die de sporters gezet hebben. Uit onderzoek van Stretcher et al. (1995) blijkt dat sporters op die manier een betere analyse maken om hun doel te bereiken, zich meer inspannen en dit langer volhouden en minder afgeleid raken.

Een eerste idee hiervoor is al geïmplementeerd in het voorbereidings- en evaluatieformulier voor de wedstrijden. Sommige jongens zien deze doelen echter niet als iets wat hen helpt om beter te spelen, maar als randzaken omdat het begeleidingsteam dat graag wil. Een teamcaptain zou hier verandering in kunnen brengen. Daarnaast zouden er tijdens persoonlijke gesprekken erop ingegaan kunnen worden waarom het stellen van doelen zo belangrijk is en hoe de sporters de doelen SMART kunnen maken. Waarbij ze eerst kunnen leren met het stellen van doelen en daarna met de evaluatie van hun gestelde doelen.

Daarnaast is het goed om tijdens de trainingsperiode terug te komen op het stellen van doelen tijdens de trainingen. Tijdens deze trainingen kan er ook teruggevallen worden op de manier waarop spelers hun spel willen verbeteren, de strategieën die ze gebruiken en voelen hoe myeline werkt. Ook zorgen doelen ervoor dat sporters zich niet hulpeloos gaan gedragen (Dweck & Legget, 1988).

Vervolgonderzoek

Zoals is beschreven in de literatuurstudie is het paraplubegrip growth en fixed mindset te groot om in één onderzoek te meten. Daarom is het van belang om vervolg onderzoeken op te stellen. Van de vijf pijlers die Dweck aanhaalt in haar boek (2008) is in dit onderzoek effort, geleverde inspanning, opgenomen. Dit betekent dat de vier andere pijlers: uitdaging, obstakels, kritiek en succes van anderen niet gemeten zijn en opgenomen moeten worden in een vervolgonderzoek om een sterke uitspraak te kunnen doen over de mindset van de spelers.

Wanneer er in de volgende jaren nog een verklarend onderzoek wordt gedaan naar task en ego goal orientation bij de sporters van de KNBSB wordt ook aanbevolen om ook de task-approach en task-avoidance en ego-approach en ego-avoidance mee te nemen in de testen. Op die manier wordt er een duidelijker beeld geschept over de keuzes die de sporters maken (Elliot & Conroy, 2005).

Bronnenlijst

- Ames, C., & Archer, J. (1988). Achievement goals in the classroom: Student's learning strategies and motivation processes. *Journal of Educational Psychology*, 80, 260-276.
- Asghar, E., Wang, X., Linde, K., & Alfermann, D. (2013). Comparisons between Asian and German male adolescent athletes on goal orientation, physical self-concept, and competitive anxiety. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(3), 229-243. doi:10.1080/1612197X.2013.748999
- Atwood, J. R. (2010). Mindset, Motivation and Metaphor in School and Sport: Bifurcated Beliefs and Behavior in Two Different Achievement Domains. *Online Submission*.
- Barić, R., & Horga, S. (2007). Psychometric properties of the croatian version of task and ego orientation in sport questionnaire (CTEOSQ). *Kineziologija*, 38(2), 135-1
- Baser, B., Bayar, P., & Ghorbanzadeh, B. (2013). A determination of goal orientation in respect to the age categories and gender volleyball players in relation to their success. *European Journal of Experimental Biology*, 3(1), 81-84.
- Biddle, S. J. (2003). Motivation for physical activity in young people: entity and incremental beliefs about athletic ability. *J Sports Sci.*, 973 - 89.
- Brodkin, P., & Weiss, M. R. (1990). Developmental differences in motivation for participating in competitive swimming. *Journal of Sport & Exercise Psychology* 12, 248-263.
- Brug, J., Assema, P., Lechner, L. (2007). *Gezondheidsvoorlichting en gedragsverandering*. Assen, van Gorcum.
- Burton, D., Gillham, A., Weinberg, R., Ukelson, D. & Weigand, D. (2013). *Journal of Sport Behavior*, 36, 23-44.
- Carpenter, P. J., & Yates, B. (1997). Relationship between achievement goals and the perceived purposes of soccer for semiprofessional and amateur players. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(3), 302-311.
- Chi, L. D. (1995). Multi-sample Confirmatory Factor Analysis of the Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire. *American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance*, 91-99.
- Chives, T. (2017, January 14). A Mindset "Revolution" Sweeping Britain's Classrooms May Be Based On Shaky Science. Opgehaald van Buzzfeed: https://www.buzzfeed.com/tomchivers/what-is-your-mindset?utm_term=.uv4KOZqwd#.yerjD2eEk verkregen op 5-5-2017
- Coyle, D. (2009). *The Talent Code Greatness Isn't Born. It's Grown. Here's How*. New York: Bantam Dell.
- Cox, R.H. (1994). *Sport Psychology. Concepts and Applications*. Dubuque, IA: Brown & Benchmark.

Duckworth, A. (2016). *The Grit*. Amsterdam : A.W. Bruna Uitgevers B.V.

Duda, J.L. (1989). Relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among high school athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(3), 318-335.

Duda, J. L. (1992). Dimensions of Achievement Motivation in Schoolwork and Sport. *Journal of Educational Psychology*, 290-299..

Duda, J.L. (2001). Achievement goal research in sport: pushing boundaries and clarifying some misunderstandings. In G. C. Roberts (Ed.), *Advances in Motivation in Sport and Exercise* (pp. 129-183). Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.

Duda JL, Cumming J, Balaguer I (2005). Enhancing athletes' self regulation, task involvement, and self determination via psychological skills training. In: Hackfort D, Duda J, Lidor R. (eds) *Handbook of applied sport psychology research: international perspectives*, Fitness information technology: Morgantown WV, pp. 143-165

Dweck, C. (2008). *Mindset: The New Psychology of Success*. New York : Random House.

Dweck, C. S. (1988). A Social Cognitive Approach to Motivation and Personality . *Psychological Review*, 256-273.

Dweck, C. S. (2000). *Their Role in Motivation, Personality, and Development*. New York: Psychology Press.

Dweck, C. S. (2016, january 11). *Recognizing and Overcoming False Growth Mindset*. Opgehaald van edutopia: <https://www.edutopia.org/blog/recognizing-overcoming-false-growth-mindset-carol-dweck> verkregen op 30-5-2017

Elliot, A. J., & Conroy, D. E. (2005) Beyond the dichotomous model of achievement goals in sport and exercise psychology. *Sport Exerc Psychol Rev*, 2005, 1, (1), 17-26.

Ericsson, K. A., Krampe, R. T., & Tesch-Römer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological review*, 100(3), 363.

Fountain of Yooth (2017) *ASE-model* [figuur]. Geraadpleegd op 2-6-2017, van <http://fountainofyooth.nl/het-ase-model/>

Fox, K. R., Goudas, M., Biddle, S. J. H., Duda, J. L., & Armstrong, N. (1994). Children's task and ego goal profiles in sport. *British Journal of Educational Psychology*, 64, 253-261

Gómez-López, M., Granero-Gallegos, A., Baena-Extremuera, A., & Abrales, J. A. (2014). Goal orientation effects on elite handball players motivation and motivational climate. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 132, 434-440.

Gratton, C., Jones, I., Robinson, T. (2011) *Onderzoeksmethoden voor sportstudies* (2nd ed.). Utrecht: uitgeverij Routledge.

Hanrahan, S.J., & Biddle, S.H. (2002). Measurement of achievement orientations: Psychometric measures, gender, and sport differences. *European Journal of Sport Science*, 2(5), 1-12. doi:10.1080/17461390200072502

Hanrahan, S. J., & Cerin, E. (2009). Gender, level of participation, and type of sport: Differences in achievement goal orientation and attributional style. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 12(4), 508-512.

Hardy L., Jones G., Gould, D. (1996). *Understanding Psychological Preparation for Sport. Theory and Practice of Elite Performers*. Wiley, Chichester.

Harwood, C. G., & Swain, A. (2000). Achievement goals in sport: A critique of conceptual measurement issues. *J Sport Exerc Psychol*, 2000, 22 (3), 235-255

Kavussanu, M., & Roberts, G.C. (2001). Moral functioning in sport: An achievement goal perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23(1), 37-54.

Kent, A. S. (2006). Achievement goal orientation of adolescent basketball players: differences in age, ethnicity, and gender.

Kim, B. J., & Gill, D. L. (1997). A cross-cultural extension of goal perspective theory to Korean youth sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19, 142-155.

KNBSB. (2017). *Meerjaren beleidsplan 2017+* . Nieuwegein. Verkregen op: <https://www.knbsb.nl/media/downloads-bondsraad/bondsraad-161003/04-Beleidsplan2017v2.3opgemaakt.pdf>

Kristiansen, E., Roberts, G. C., & Abrahamsen, F. E. (2008). Achievement involvement and stress coping in elite wrestling. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 18(4), 526-538.

Kuczek, P. (2013). On the possibility of applying achievement goal theory in competitive sports. *Human Movement*, 14(2), 129-137.

Lochbaum, M. K. (2016). Task and Ego Goal Orientations in Competitive Sport: a Quantitative Review or the Literature from 1989 to 2016. *Task and Ego Goal Orientations in Competitive Sport: a Quantitative Review or the Literature from 1989 to 2016*. Bucharest : 6th International Congress of Physical Education, Sports and Kinetotherapy .

Lochbaum, M., Kazak Çetinkalp, Z., Graham, K. A., Wright, T., & Zazo, R. (2016a). Task and ego goal orientations in competitive sport: A quantitative review of the literature from 1989 to 2016. *Kineziologija*, 48(1), 3-29.

Lochbaum, M., Zazo, R., Kazak Çetinkalp, Z., Wright, T., Graham, K. A., & Konttinen, N. (2016b). A META-ANALYTIC REVIEW OF ACHIEVEMENT GOAL ORIENTATION CORRELATES IN COMPETITIVE SPORT: A FOLLOW-UP TO LOCHBAUM ET AL.(2016). *Kineziologija*, 48(2), 13-14.

McArdle, S., & Duda, J.L. (2004). Exploring social-contextual correlates of perfectionism in adolescents: A multivariate perspective. *Cognitive Therapy and Research*, 28(6), 765-788. doi:10.1007/s10608-004-0665-4

Nicholls, J. G. (1992) the general and the specific in the development and expression of achievement motivation. In G. C. Roberts (Ed.), *Motivation in Sport and Exercise*, pp. 31-56. Champaign, IL: Human Kinetics.

Ntoumanis, N., Biddle, S. J., & Haddock, G. (1999). The mediating role of coping strategies on the relationship between achievement motivation and affect in sport. *Anxiety, Stress, and Coping*, 12(3), 299-327.

PERTS. (2016, mei 10). *Is it enough for teachers to have a growth mindset?* Opgehaald van Medium: <https://medium.com/learning-mindset/is-it-enough-for-teachers-to-have-a-growth-mindset-9093103d0f24> verkregen op 5-5-17

Rasclé, O., & Coulomb, G. (2003). Aggression in youth handball: Relationships between goal orientations and induced motivational context. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 31(1), 21-33.

Roberts, G.C., & Balagué, G. (1989). The development of a social-cognitive scale of motivation. Paper presented at the *Seventh World Congress of Sport Psychology*, Singapore, July, 1989.

Roberts, G. C., Treasure, D. C., and Kavussanu, M. (1996). Orthogonality of achievement goals and its relationship to beliefs about success and satisfaction in sport. *The Sport Psychologist*, 10, 398-408.

Roberts, G. C., & Ommundsen, Y. (2007). Motivational climate and coaching behaviours: Lessons learned from Norwegian studies. Book of abstracts: 12th European Congress of Sport Psychology, Halkidiki, Greece.

Rottensteiner, C., Tolvanen, A., Laakso, L., & Konttinen, N. (2015). Youth athletes' motivation, perceived competence, and persistence in organized team sports. *Journal of Sport Behavior*, 38(4), 1-18.

Sarrazin, P., Biddle, S., Famose, J. P., Cury, F., Fox, K., & Durand, M. (1996). Goal orientations and conceptions of the nature of sport ability in children: A social cognitive approach. *British Journal of Social Psychology*, 35(3), 399-414.

- Smith, A. L., Balaguer, I., & Duda, J. L. (2006). Goal orientation profile differences on perceived motivational climate, perceived peer relationships, and motivation-related responses of youth athletes. *Journal of Sports Sciences*, 24(12), 1315-1327.
- Steinberg, G., Grieve, F. G., & Glass, B. (2001). Achievement goals across the lifespan. *Journal of Sport Behavior*, 24(3), 298.
- Strecher, V.J., Seijts, G.H., Kok, G.J., Latham, G.P., Glasgow, R., DeVellis, B., e.a. (1995). Goal setting as a strategy for health behavior change. *Health Education Quarterly*, 22, 190-220.
- Tenenbaum, G., Eklund, R., Kamata, A. (2012). *Measurement in Sport and Exercise Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Theodosiou, A., Mantis, K., & Papaioannou, A. (2008). Student self-reports of metacognitive activity in physical education classes. Age-group differences and the effect of goal orientations and perceived motivational climate. *Educational Research and Reviews*, 3(12), 353-364.
- Treasure, D. C., Carpenter, P. J., & Power, K. T. (2000). Relationship between achievement goal orientations and the perceived purposes of playing rugby union for professional and amateur players. *Journal of sports sciences*, 18(8), 571-577.
- Tuyckom, C. van, Vos, S., & Scheerder, J. (2011). *Meten en weten over zweten, methoden van sociaalwetenschappelijk sportonderzoek*. Gent: Academia Press
- Vrije vertaling van Friedrich Nietzsche, Menschlichers, Allzumenschliches: Ein Buch für Freie Geister (Leipzig: Alfred Kröner Verlag, 1925), 135.
- Wang, C. J., & Liu, W. C. (2007). Promoting enjoyment in girls' physical education: The impact of goals, beliefs, and self-determination. *European Physical Education Review*, 13(2), 145-164.
- Williams, J. M. E. (1993). *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*. Mayfield Publishing Co.

Bijlagen

Bijlage 1:	informatiebrief testen
Bijlage 2:	toestemmingsformulier 18+
Bijlage 3:	toestemmingformulier 18-
Bijlage 4:	testprotocol
Bijlage 5:	testbatterij
Bijlage 6:	vertalingen TEOSQ
Bijlage 7:	operationalisatieschema

Bijlage 1: informatie brief

Onderzoek naar mindset bij de spelers van de AAA.

Beste speler, beste ouder of verzorger,

Ik vraag u vriendelijk mee te doen aan dit onderzoek naar mindset. U beslist zelf of u wilt meedoen. Voordat u de beslissing neemt, is het belangrijk om meer te weten over het onderzoek. Lees deze informatiebrief rustig door en bespreek het met uw ouders. Hebt u na het lezen van deze brief nog vragen, dan kunt u terecht bij de onderzoeker. Op bladzijde 3 vindt u zijn contactgegevens.

1. Wat is het doel van het onderzoek?

Het doel van het onderzoek is het meten van de mindset, groei of fixed, van de spelers. Hieruit kunnen we een beginsituatie maken voor verdere trainingen.

2. Hoe wordt het onderzoek uitgevoerd?

Het onderzoek zal worden uitgevoerd door middel van een enquête en een sportspecifieke test. De enquête zal worden afgenomen op 3 maart. De sportspecifieke test zal voor de pitchers ook op 3 maart worden afgenomen, voor de veldspelers op 6 maart. Alle metingen zullen plaats vinden in de strikezone.

De enquête zal worden afgenomen bij de mentale training en zal ongeveer 10 minuten duren. Deze vragenlijst zal 4 onderdelen kennen van elk tussen de 10-16 vragen.

De sportspecifieke test zal bestaan uit het gooien van 20 ballen op een zelf gekozen doel in groepjes van 2. Deze test zal ongeveer 10 minuten duren.

	Pitchers	Positiespelers
Enquête	3 maart (tijdens de mentale training)	3 maart (tijdens de mentale training)
Sportspecifieke test	13 maart (voor de live sessies)	20 maart

Sporters die geblesseerd zijn aan werparm zullen niet meedoen aan de sportspecifieke test.

3. Wat wordt er van u verwacht?

Van jou als sporter wordt verwacht dat je aanwezig zal zijn bij de trainingen van de AAA honkbal. Hiervoor neem je je sportkleden en een pen mee.

4. Wat zijn mogelijke voor- en nadelen van deelname aan dit onderzoek?

De voordelen van dit onderzoek zullen op het moment zelf niet aanwezig zijn. Voor de trainingen die erop volgen, kunnen de antwoorden van de vragen meegenomen worden om jou als sporter te helpen.

Nadelen van dit onderzoek kunnen zijn de tijdsinvestering, mogelijk confronterende vragen over de aard van jou als sporter.

5. Wat gebeurt er bij verzet van uw kind bij deelname aan het onderzoek?

Het kan zijn dat uw kind tijdens het onderzoek niet meewerkt. De onderzoeker moet dan het onderzoek direct stoppen.

6. Wat gebeurt er als u niet wenst deel te nemen aan dit onderzoek?

U beslist zelf of u meedoet aan het onderzoek. Deelname is vrijwillig. Als u besluit niet mee te doen, hoeft u verder niets te doen. U hoeft niets te tekenen. U hoeft ook niet te zeggen waarom u niet mee wilt doen. Als sporter krijgt u gewoon de behandeling die u anders ook zou krijgen. Als u wel meedoet, kunt u zich altijd bedenken en toch stoppen. Ook tijdens het onderzoek.

7. Wat gebeurt er als het onderzoek is afgelopen?

Na afronding van het onderzoek zullen de resultaten beschreven worden. De sporters zijn hun eigen controle groep.

De deelnemer zal persoonlijk de terugkoppeling van de onderzoeksresultaten ontvangen in de vorm van een rapportage.

8. Wordt u geïnformeerd als er tussentijds voor u relevante informatie over de studie bekend wordt?

Het onderzoek zal zo nauwkeurig mogelijk volgens plan verlopen. Maar de situatie kan veranderen. Als dat zo is, bespreken we dit direct met u. U beslist dan zelf of u met het onderzoek wilt stoppen of doorgaan. Als uw veiligheid of welbevinden in gevaar is, wordt er direct gestopt met het onderzoek.

9. Wat gebeurt er met uw gegevens?

De resultaten van het onderzoek zullen anoniem in het verslag terug komen. Hiervoor zullen coderingen gebruikt worden zoals sporter1, sporter2, etc. Echter zullen de persoonlijke resultaten wel met het begeleidingsteam besproken worden. Enkel het begeleidingsteam van de AAA en stagebegeleider op school zullen de mogelijkheid krijgen tot inzage. De gegevens worden na het afronden van het onderzoek verwijderd. De sporter heeft het recht om zijn persoonsgegevens te verwijderen of af te schermen. Mocht de sporter dit willen, kan hij dit aangeven onderaan de brief.

10. Wilt u verder nog iets weten?

De sporter wordt gevraagd om binnen een week toestemming te verlenen voor dit onderzoek. Voor het stellen van vragen kunt u bij de onderzoeker terecht.

Nr. +316 55166276

Email: C.vandijck@student.fontys.nl

Onderzoeksbegeleider:

Wilko van Dijk

Email: W.vanDijk@fontys.nl

Bijlage 2: Toestemmingsformulier 18+

Onderzoek naar mindset bij de spelers van de AAA.

Ik heb de informatiebrief voor de deelnemer gelezen. Ik kon aanvullende vragen stellen. Mijn vragen zijn genoeg beantwoord. Ik had genoeg tijd om te beslissen of ik meedoe.

Ik weet dat meedoen helemaal vrijwillig is. Ik weet dat ik op ieder moment kan beslissen om toch niet mee te doen. Daarvoor hoef ik geen reden te geven.

Ik weet dat sommige mensen mijn gegevens kunnen zien. Die mensen staan vermeld in de informatiebrief.

Ik geef toestemming om mijn gegevens te gebruiken, voor de doelen die in de informatiebrief staan.

Ik geef toestemming om mijn onderzoeksgegevens 1 jaar na afloop van dit onderzoek te bewaren.

Ik wil meedoen aan dit onderzoek.

Naam deelnemer:

Handtekening:

Datum : __ / __ / __

Ik verklaar hierbij dat ik deze deelnemer volledig heb geïnformeerd over het genoemde onderzoek. Ik heb de deelnemer de gelegenheid gegeven om vragen te stellen. Ik verklaar dat ik vertrouwelijk met de aan mij beschikbaar gestelde gegevens integer en vertrouwelijk zal omgaan, zoals in de informatiebrief staat beschreven.

Als er tijdens het onderzoek informatie bekend wordt die de toestemming van de deelnemer zou kunnen beïnvloeden, dan breng ik hem/haar daarvan tijdig op de hoogte.

Naam onderzoeker (of diens vertegenwoordiger):

Handtekening:

Datum: __ / __ / __

bijlage 3: Toestemmingsformulier 18-

Onderzoek naar mindset bij de spelers van de AAA.

Ik ben gevraagd om toestemming te geven voor de volgende persoon, zodat hij meedoet aan dit onderzoek:

Naam deelnemer:

Geboortedatum: __ / __ / __

Ik heb de informatiebrief voor de deelnemer gelezen. Ik kon aanvullende vragen stellen. Deze vragen zijn naar tevredenheid beantwoord. Ik heb voldoende tijd gehad om te beslissen of deze persoon meedoet.

Ik weet dat meedoen helemaal vrijwillig is. Ik weet dat ik op ieder moment kan beslissen dat deze persoon toch niet meedoet. Daarvoor hoef ik geen reden te geven.

Ik weet dat sommige mensen de gegevens van deze persoon kunnen zien. Die mensen staan vermeld in de informatiebrief.

Ik geef toestemming om de gegevens te gebruiken voor de doelen die in de informatiebrief staan.

Ik geef toestemming om de onderzoeksgegevens van deze persoon 1 jaar na afloop van dit onderzoek te bewaren.

Ik vind het goed dat deze persoon meedoet aan dit onderzoek.

Naam wettelijk vertegenwoordiger:

Relatie tot deelnemer:

Handtekening:

Datum: __ / __ / __

Ik verklaar hierbij dat ik deze persoon/personen volledig heb geïnformeerd over het genoemde onderzoek. Ik heb de deelnemer de gelegenheid gegeven om vragen te stellen. Ik verklaar dat ik vertrouwelijk met de aan mij beschikbaar gestelde gegevens integer en vertrouwelijk zal omgaan, zoals in de informatiebrief staat beschreven.

Als er tijdens het onderzoek informatie bekend wordt die de toestemming van de wettelijk vertegenwoordiger zou kunnen beïnvloeden, dan breng ik hem/haar daarvan tijdig op de hoogte.

Naam onderzoeker (of diens vertegenwoordiger):

Handtekening:

Datum: __ / __ / __

bijlage 4: testprotocol

Task and ego goal orientation

De jongens kwamen in groepjes van 5 tot 9 man in de mentale ruimte van de strike zone.

Communicatie met de spelers:

Dit is het afstudeeronderzoek van Claire. Zorg ervoor dat je een plekje in de ruimte zoekt zodat je anderen niet in de weg zit. Het is een enquête over succes en wat succes voor jou betekent. Vul de test zo eerlijk mogelijk in. Het zal ongeveer 10 minuten duren en daarna zal verder gegaan worden met de mentale training. Als je klaar bent, leg de enquête met de achterkant omhoog op tafel.

Nadat de enquête is afgenomen worden alle formulieren gecontroleerd of alle vragen beantwoord zijn.

Benodigdheden:

- 55 enquetes
- Voorblad met naam en uitleg
- 10 pennen
- 55x informatie brief

Sportspecifieke test

Naast een schriftelijke enquête werd er ook een sportspecifieke test uitgevoerd. Dit was een experimentele observatie zijn waarbij de sporters 20 ballen gooiden op een doel zo groot als een a4. De test wordt uitgevoerd over 2 dagen waarin de groep verdeeld werd in pitchers en positiespelers.

	Pitchers	Positiespelers
Enquête	3 maart (tijdens mentale training)	3 maart (tijdens mentale training)
Sportspecifieke test	20 maart, na longtoss	13 maart na losgooien

De spelers begonnen de training om half 7, waarna ze een half uur warming up hadden. In de warming up was losgooien opgenomen. Na de warming up kwamen steeds groepjes van 3 spelers naar de test toe.

De 3 spelers hadden 10 minuten om elk 20 ballen te gooien en deze daarna op te rapen waarna de volgende kan beginnen.

De speler stond tussen 2 pionnen in, deze pionnen gaven de lijn aan waar de achterste voet van de speler stond (zoals de pitchingplaat). Tegenover hen stonden twee stellages met plastic zeilen van 26 bij 29 cm en 40 bij 33cm. Met een perforator zijn er gaatjes in het zeil gemaakt waar een paperclip doorheen ging. Deze paperclip zat vast aan een postelastiek rond de vlaggenmast. Op deze manier schoot het doel terug wanneer deze geraakt was. De stellages stonden op 12 meter (uit de test gekomen).

Communicatie met de spelers:

Dit is het tweede onderdeel van het afstudeeronderzoek van Claire. Je krijgt 20 ballen om te gooien, je mag zelf kiezen welk doel je pakt. Het maakt niet uit welk doel je pakt, er zijn geen punten aan verbonden. Het is ook geen wedstrijdje en er is niets mee te winnen. Je mag de ballen zo snel na elkaar gooien als je wil, maar je krijgt maximaal 5 minuten.

Je achterste voet staat tussen de pionnen, zoals de pitchingplaat.

Als de spelers klaar zijn, worden ze bedankt voor hun deelname en wordt hen verteld dat er aan het eind van alle testen en resultaatbeschrijvingen, zal worden uitgelegd wat de conclusie is van deze test.

Benodigdheden:

Benodigdheden:

- Atec Catch Net Batting Tee
- Vlaggenmast
- Schroefdraad van de gamma
- Gamma zeil 2 bij 3 in stukken van 2x 29x26cm en 2x 40x33cm
- 2 postelastieken en 5 paperclips
- 20 pitching balls
- Meetlint
- Stopwatch

Bijlage 5: testbatterij

Beste spelers,

Zoek een plek uit in de ruimte waar je deze vragenlijst in kunt vullen zonder anderen in de weg te zitten.

In dit boekje vinden jullie vragenlijsten over succes. Wat betekent succes voor jou? Er zijn geen goede of foute antwoorden. Zet een kruisje in het vak dat het beste laat zien hoe jij jouw voelt.

Naam sporter:

Datum afname:

Task and ego goal orientation

Ik voel mij succesvol in sport wanneer...

	Helemaal niet mee eens	Niet mee eens	Een beetje mee eens	Mee eens	Heel erg mee eens
1. Ik de enige ben die de vaardigheid en het spel beheerst					
2. Ik een nieuwe vaardigheid leer en daardoor meer wil trainen					
3. Ik beter presteer dan mijn vrienden					
4. Anderen het niet zo goed kunnen als ik					
5. Ik iets leer dat leuk is om te doen					
6. Anderen fouten maken, maar ik niet					
7. Ik een nieuwe vaardigheid leer door veel te oefenen					
8. Ik erg hard werk					
9. Ik de meeste punten/goals/hits/etc scoor					
10. Ik iets nieuws leer waardoor ik meer wil trainen					
11. Ik de beste ben					
12. Ik een vaardigheid leer die heel goed voelt					
13. Ik mijn uiterste best doe					

Gritscale

Hoe gritty ben jij?

	Klopt helemaal niet	Klopt niet echt	Klopt wel een beetje	Klopt grotendeels	Klopt heel erg
1. Nieuwe en ideeën en projecten leiden me soms af van vorige					
2. Tegenslagen ontmoedigen me niet. Ik geef niet gauw op					
3. Ik stem mezelf vaak een doel, maar kies later voor een ander doel					
4. Ik ben een harde werker					
5. Ik heb moeite me te blijven concentreren op projecten die langer dan een paar maanden duren					
6. Ik maak af waar ik aan begin					
7. Mijn interesses verschillen van jaar tot jaar					
8. Ik ben toegewijd. Ik geef nooit op					
9. Ik ben een korte tijd geobsedeerd door een bepaald idee of project, maar verlies later mijn belangstelling					
10. Ik heb tegenslagen overwonnen bij het aangaan van een belangrijke uitdaging.					

Perception of success questionnaire

Als ik aan het sporten ben, voel ik mij het meest succesvol als:

	Klopt helemaal niet	Klopt niet echt	Neutraal	Klopt grotendeels	Klopt heel erg
1. Ik andere mensen versla					
2. Ik duidelijk beter ben					
3. Ik de beste ben					
4. Ik hard mijn best doe					
5. Ik mezelf aan het verbeteren ben					
6. Ik het beter doe dan anderen					
7. Ik het doel haal dat ik voor mezelf heb gezet					
8. Ik moeilijkheden overkom					
9. Ik iets beheers, wat ik eerst niet beheerste					
10. Ik iets bereik dat anderen niet bereiken					
11. Ik anderen laat zien dat ik de beste ben					
12. Ik het beste van mijn vermogen laat zien					

Task-choice goal measure

Kruis 1 antwoord aan.

Als ik nog 5 minuten heb om een oefening te doen, werk ik het liefst aan een oefening die:

1. Niet te moeilijk is, waardoor ik niet faal	
2. Ik veel van leer, zelfs als ik er niet erg goed in ben	
3. Redelijk makkelijk is, zodat ik het goed doe	
4. Ik best goed in ben, zodat ik mijn atletische vermogen kan laten zien	

Bijlage 6: vertalingen TEOSQ

Engelse testen:

Task and ego:

I feel successful in sport when:

- I am the only one who can do the play or skill
- I learn a new skill and it makes me want to practice more
- I can do better than my friends
- The others cannot do as well as me
- I learn something that is fun to do
- Others mess up but I do not
- I learn a new skill by trying very hard
- I work really hard
- I score the most points/goals/hits, etc
- Something I learn makes me want to go practice more
- I am the best
- A skill I learn really feels right
- I do my very best

Perception of success questionnaire

Children:

When playing sport, I feel most successful when:

- I beat other people
- I am clearly better
- I am the best
- I try very hard
- I really improve
- I do better than others
- I reach a target I set for myself
- I overcome difficulties
- I succeed at something I could not do before
- I accomplish something others cannot do
- I show other people I am the best
- I perform to the best of my ability

Task-choice goal measure

When practicing or playing sports, i would most like to work on exercises and drills that:

- Are not too hard, so I don't fail (ego avoid)
- I'll learn a lot from, even if im not very good (mastery goal)

- Are pretty easy, so I will do well (ego avoid)
- Im pretty good at, so I can show im athletic (ego avoid/ego approach)

I feel successful in sport when:	Ik voel me succesvol in sport als
- I am the only one who can do the play or skill	Ik de enige ben die het spelsituatie of de vaardigheid kan Ik heb als enige het spelinzicht
- I learn a new skill and it makes me want to practice more	Ik een nieuwe vaardigheid leer en ik daardoor meer wil oefenen
- I can do better than my friends	Ik het beter kan dan mijn teamgenoten.
- The others cannot do as well as me	De anderen niet zo goed zijn als ik
- I learn something that is fun to do	Ik iets nieuws leer wat ik leuk vind
- Others mess up but I do not	Anderen falen en ik niet
- I learn a new skill by trying very hard	Ik iets nieuws leer door vaak te oefenen
- I work really hard	Ik erg hard werk
- I score the most points/goals/hits, etc	Ik de meeste punten/goals/hits scoor
- Something I learn makes me want to go practice more	Ik leer iets waardoor ik meer wil oefenen
- I am the best	Ik de beste ben
- A skill I learn really feels right	Een vaardigheid leer die goed voelt
- I do my very best	Ik erg mijn best doe

I feel successful in sport when:	Ik voel me succesvol wanneer
- I am the only one who can do the play or skill	- Ik de enige ben met het spelinzicht
- I learn a new skill and it makes me want to practice more	- Ik iets nieuws leer en ik daardoor meer wil trainen
- I can do better than my friends	- Ik beter ben dan mijn vrienden
- The others cannot do as well as me	- Anderen niet zo goed als ik zijn
- I learn something that is fun to do	- Ik iets leuks leer
- Others mess up but I do not	- Anderen het verpesten maar ik niet
- I learn a new skill by trying very hard	- Ik iets nieuws leer door hard werken
- I work really hard	- Ik er hard voor werk
- I score the most points/goals/hits, etc	- Ik de meeste punten scoor
- Something I learn makes me want to go practice more	- Ik iets leer en daardoor meer wil trainen
- I am the best	- Ik de beste ben
- A skill I learn really feels right	- Ik iets leer en het heel goed voelt
- I do my very best	- Ik mijn uiterste best doe

I feel successful in sport when:	Ik voel me succesvol in sport als
- I am the only one who can do the play or skill	- Ik de enige ben die de beweging of vaardigheid uit kan voeren
- I learn a new skill and it makes me want to practice more	- Ik een nieuwe vaardigheid leer en ik meer wil gaan trainen
- I can do better than my friends	- Ik beter presteer dan mijn vrienden
- The others cannot do as well as me	- Anderen slechter presteren dan ik
- I learn something that is fun to do	- Ik iets leer dat ik leuk vind om te doen
- Others mess up but I do not	- Anderen fouten maken, maar ik niet
- I learn a new skill by trying very hard	- Ik een nieuwe vaardigheid leer door mijn best te doen
- I work really hard	- Ik hard werk
- I score the most points/goals/hits, etc	- Ik het meeste scoor
- Something I learn makes me want to go practice more	- Ik iets leer waardoor ik meer wil gaan trainen
- I am the best	- Ik de beste ben
- A skill I learn really feels right	- Ik een vaardigheid aanleer die goed voelt
- I do my very best	- Ik mijn uiterste best doe

I feel successful in sport when:	Ik voel me het meest succesvol in een sport wanneer
- I am the only one who can do the play or skill	- Ik de enige ben die behendig is in het spel en het spel beheerst
- I learn a new skill and it makes me want to practice more	- Ik iets nieuws leer, dat zorgt ervoor dat ik meer wil oefenen
- I can do better than my friends	- Ik beter kan zijn dan mijn vrienden
- The others cannot do as well as me	- Anderen minder goed zijn dan ik ben
- I learn something that is fun to do	- Ik iets leer wat leuk is om te doen
- Others mess up but I do not	- Anderen het verprutsen en ik niet
- I learn a new skill by trying very hard	- Ik iets nieuws leer door hard mijn best te doen
- I work really hard	- Ik erg hard werk
- I score the most points/goals/hits, etc	- Ik de meeste punten/goals/hits etc behaal
- Something I learn makes me want to go practice more	- Iets wat ik aan het leren ben ervoor zorgt dat ik meer wil oefenen
- I am the best	- Ik de beste ben

- A skill I learn really feels right	- Een nieuwe skill die ik geleerd heb helemaal goed voelt
- I do my very best	- Ik mijn uiterste best doe

I feel successful in sport when:	Ik voel mij succesvol in sport als
- I am the only one who can do the play or skill	- Ik de enige ben die deze vaardigheid heft/ik de enige ben die dit kan
- I learn a new skill and it makes me want to practice more	- Ik een nieuwe vaardigheid leer en daardoor meer wil oefenen
- I can do better than my friends	- Ik beter kan presteren dan mijn vrienden
- The others cannot do as well as me	- Anderen dit niet zo goed kunnen als ik Anderen zijn niet zo goed als ik
- I learn something that is fun to do	- Ik iets leer dat leuk is om te doen
- Others mess up but I do not	- Anderen fouten maken, ik niet
- I learn a new skill by trying very hard	- Ik een nieuwe vaardigheid leer door er veel moeite in te stoppen
- I work really hard	- Ik heel hard werk
- I score the most points/goals/hits, etc	- Ik de meeste punten/goals/hits etc scoor
- Something I learn makes me want to go practice more	- Ik iets nieuws leer dat maakt dat ik meer wil oefenen
- I am the best	- Ik de beste ben
- A skill I learn really feels right	- een ik een vaardigheid leer die echt voelt zoals het hoort
- I do my very best	- Ik doe echt mijn best

I feel successful in sport when:	Ik voel me het meest succesvol in sport wanneer
- I am the only one who can do the play or skill	- Ik de enige ben die het spel of de vaardigheid kan doen
- I learn a new skill and it makes me want to practice more	- Ik een nieuwe vaardigheid leer en het motiveert me om meer te oefenen
- I can do better than my friends	- Ik het beter kan doen dan mijn vrienden
- The others cannot do as well as me	- De anderen het niet zo goed kunnen doen als ik
- I learn something that is fun to do	- Ik iets leer dat leuk is om te doen
- Others mess up but I do not	- Anderen het verknoeien maar ik niet
- I learn a new skill by trying very hard	- Ik een nieuwe vaardigheid leer door hard te oefenen
- I work really hard	- Ik erg hard werk

- I score the most points/goals/hits, etc	- Ik de meesten punten/doelpunten/teffers, etc scoor
- Something I learn makes me want to go practice more	- Iets wat ik leer me motiveert om meer te oefenen
- I am the best	- Ik de beste ben
- A skill I learn really feels right	- Een vaardigheid dat ik leer echt goed voelt
- I do my very best	- Ik erg mijn best doe

I feel successful in sport when:	Ik voel mij het meest succesvol in mijn sport als
- I am the only one who can do the play or skill	- Ik de enige ben die deze truc of vaardigheid beheerst
- I learn a new skill and it makes me want to practice more	- Ik beter ben dan mijn team/trainingsgenoten
- I can do better than my friends	- Ik beter ben dan anderen
- The others cannot do as well as me	- Anderen niet zo goed zijn als ik
- I learn something that is fun to do	- Ik iets leer dat leuk is
- Others mess up but I do not	- Bij anderen iets misgaat dat bij mij wel lukt
- I learn a new skill by trying very hard	- Hard train om een nieuwe vaardigheid te beheersen
- I work really hard	- Ik heel hard train
- I score the most points/goals/hits, etc	- Ik degene ben met de meeste punten/doelpunten/scores
- Something I learn makes me want to go practice more	- Ik gemotiveerd raak door mijn progressive
- I am the best	- Ik de beste ben
- A skill I learn really feels right	- Het me lukt een vaardigheid goed te beheersen
- I do my very best	- Ik mijn uiterste best doe

Bijlage 7: operationalisatie schema

Definitie van begrip/concept uit onderzoeksvraag	Dimensie (begrippen uit de definitie)	Indicator (manier om begrip te meten)	Vragen of meetwaarden of observatiecategorie	Antwoord categorieën
Mindset The growth mindset is the belief that you can cultivate and improve upon your abilities through practice and effort. Someone with a fixed mindset believes these abilities are predetermined and largely unchangeable. 5 pijlers waarin mindset naar voren komt: - Obstakels - Kritiek - Uitdagingen - Succes van anderen - Geleverde inspanning In dit onderzoek zal alleen gelet worden op geleverde inspanning	Geleverde inspanning	Task orientatien Ego orientation	Als ik vijf minuten tijd over heb in de training, werk ik graag aan iets waar ik veel van leer Als ik vijf minuten tijd over heb in de training, werk ik graag aan iets zodat ik kan laten zien hoe goed ik ben.	Klein doel Groot doel