

Daniëlle van der Klein-Driesen

Als je maar wint

Sportouders in perspectief



UITGEVERIJ LUCHT BV, AMSTERDAM

Voor mijn ouders Cas en Laurie Driesen,
die mij de liefde voor sport met de paplepel hebben ingegoten.

8 **Voorwoord** Peter Blangé

10 **Inleiding**

14 **Leeswijzer** *Als je maar wint*

1 **Rol: Hoe kan ik het beste bijdragen?**

20 **Sportbeleving** *train je samen*

30 Hockeyvader en hockeymoeder

34 **Mijn sportende kind is prepuber (9-12 jaar)**

42 Judoka Mark Huizinga

46 **Het wordt een enorme puber (13-16 jaar)**

52 Tennisser Raemon Sluiter

2 **Verwachtingen: Hoe blijf ik oordeelvrij?**

58 **De nieuwe Messi. Opvoeden van talent**

65 Volleyballer Peter Blangé

70 **We are the champions. (On)zichtbare druk**

79 BMX-vader Jan van Yvette de Waard

83 **Hij wil het zélf zo graag. Intrinsieke motivatie**

87 Voetbalmoeder

91 Profvoetballer bij Excelsior Luigi Bruins

3 **Communicatie: Hoe geef ik positieve signalen?**

96 **Sportouders, je kan niet met en zonder ze**

103 Turnmoeder

107 Atlete Marjan Olyslager

110 **Pedagogisch sterk coachen, zo doe je dat**

119 Atlete Diane van Es en haar ouders

122 **Dat stoort mij mateloos. Het spanningsveld
tussen de ouder(s), de sporter en de trainer**

131 Karatevader

4 **Blik & handelen: Hoe kijk en doe ik?**

136 **Ik geloof in jou. Stimuleren en loslaten**

145 Hockeyer Jeroen Hertzberger

148 **Beter zijn of beter worden. Taak en ego**

158 Honkballer Adonis Kemp

162 **De beste stuurlied staan langs de lijn. GAS en REM**

174 Karatetrainers Virgil Fisser en Patrick van Daalen

5 **Plezier: Hoe houd ik het leuk?**

180 **Presteren met plezier**

182 Judoka Naomi van Kreveld en haar ouders

198 Skimoeder Susanne Buter

202 **Succes in sport en school. Plannen en organiseren**

211 Ouders van Oranjeleeuw Tessel Middag

214 **Ik vind het prachtig je te zien sporten**

218 Schaatster Yvonne van Gennip

222 **Kijk in Perspectief: je weet nu hoe je oordeelvrij
kijkt in plaats van adviseert**

233 **Epiloog**

235 **Bijlage 1: De methode van Sport in Perspectief**

236 **Bijlage 2: Wetenschappelijke onderbouwing
Sport in Perspectief**

239 **Dankwoord**

244 **Literatuurlijst**

249 **Boeken en handleidingen**

250 **Websites**

Voorwoord Peter Blangé

Peter Blangé is directeur van Rotterdam Topsport. Hij maakte deel uit van ‘de lange mannen’, die in Barcelona 1992 zilver wonnen en in 1996 in Atlanta Olympisch kampioen werden. Tussen 2006 en 2010 was hij bondscoach van het Nederlands volleybalteam. Hij is sportvader van een dochter (21) en twee zoons (17, tweeling).

Nederland heeft een uniek sportklimaat, waar de sportvereniging een belangrijke rol in vertolkt. Geen enkel ander land kent een structuur waar in elke stad of dorp via verenigingen zo’n divers sportaanbod wordt aangeboden. Net als bijna ieder opgroeiend kind kwam ook ik in contact met sport. In mijn geval was dat volleybalvereniging Tnegido in Voorburg. Na een advertentie in de lokale krant van Groot Voorburg voor gratis mini-volleybaltraining kreeg ik al snel de smaak te pakken.

Geen training sloeg ik over. Ik wilde het liefst iedere dag met een balletje bezig zijn. En wanneer er een spelletje met puntentelling werd gedaan, was ik niet meer te houden. Ieder kind wil tenslotte winnen en juichen om een score is nou eenmaal leuker dan een punt tegen krijgen. Met een oudere broer en zus die al een eind op weg waren in hun topsportcarrière werd ik al snel een nog grotere sportliefhebber en ik volgde hun trainingen en wedstrijden op de voet. Terugkijkend op mijn sportcarrière kan ik niet anders concluderen dan dat ik geluk heb gehad. De meeste van mijn vroegere trainers

waren inspirerend en voldoende pedagogisch en didactisch onderlegd. Winnen was geen vies woord en mijn bovengemiddelde competitieve gedrag werd meestal gedoogd. Mijn ouders genoten van ons sportplezier en hielpen met vervoer en afwijkende eettijden. Feedback op mijn gedrag binnen de lijnen kreeg ik voldoende, meestal positief kritisch.

Helaas zie ik ook andere situaties, zeker nu ik zelf drie sportende kinderen heb. Het gedrag van ouders langs de lijn, het lijkt soms wel of hun kind in de finale van de NBA play-offs zit. Selectiebeleid van verenigingen waar geen enkele visie achter zit en dat vooral op de korte termijn gericht is, waardoor de keuze vaak valt op kinderen met een fysieke ontwikkelingsvoorsprong. Talentvolle kinderen die op jonge leeftijd een verkeerd verwachtingsperspectief krijgen voorgeschoteld en niet goed weten om te gaan met meer weerstand op latere leeftijd. Coaches die als een wezenloze staan te schreeuwen of te gebaren tijdens het spel en te vaak het woordje ‘niet’ gebruiken. Goedwillende ouders die zich aanbieden als coach, zonder enig idee te hebben wat er van ze wordt verwacht. En wat wellicht nog erger is: die geen enkele begeleiding krijgen vanuit de club.

Helaas worden door dit soort situaties veel jeugdige sportliefhebbers ontmoedigd waardoor zij vroegtijdig afhaken. Terwijl we allemaal weten dat succes als een marathon is: het vergt veel inspanning en doorzettingsvermogen. Daarbij zijn plezier, intrinsieke motivatie en een inspirerende context basisvoorwaarden voor een langdurige actieve sportbeoefening – van kind tot volwassene.

Sport in Perspectief biedt heldere toepassingen en inzichten om tot zo’n inspirerend sportklimaat te komen, waarbij iedereen zijn rol en zijn bijpassend gedrag leert inzien. Hoe mooi zou het zijn als we met z’n allen kunnen bijdragen aan een positief sportklimaat waarin ieder kind tot op volwassen leeftijd actief betrokken is bij een sportvereniging? En wie weet levert het nog een paar succesvolle topsporters op ook!

Peter Blangé

‘Iets leuk vinden, is de basis van iets zo goed mogelijk doen.’

Tennisser Raemon Sluiter

Inleiding

Sportouders worden vaak als probleem gezien, terwijl ik vooral ouders zie die veel voor hun kinderen over hebben. Ouders willen het graag goed doen. Ze zeggen eerlijk dat ze geen idee hebben hoe ze het soms aan moeten pakken met hun puberende sportende kind. Het is moeilijk alle ballen hoog te houden door de eisen van de school, de club, de bond, in combinatie met wat het eigen werk en gezin van hen vragen. Bovendien zijn ouders niet als enige verantwoordelijk voor de sfeer op de sportplek.

Trainers willen de passie voor hun sport overbrengen, maar doen dit door gebrek aan pedagogische en didactische kennis soms op een niet-effectieve manier. Dat is logisch, want vaak hebben zij hierin geen scholing gekregen. Bijvoorbeeld in de breedtesport (amateurniveau): daar zijn veel vrijwilligers die training geven. In de topsport zijn de coaches misschien door hun coachopleidingen beter voorbereid, maar daar ligt het zwaartepunt nog vooral op de fysieke training. De visie op het aanleren van mentale vaardigheden op de sportplek en verbinding maken met kinderen én met hun ouders ontbreekt.

Presteren en plezier lijken daardoor los van elkaar te staan. Kinderen laten als gevolg daarvan hun koppies hangen na een fout of tegenslag, tonen te weinig inzet, geven anderen de schuld, zijn onbesuisd of agressief, waarop de ouders en coaches weer reageren. Kinderen vertellen dat ze houden van hun sport en

met plezier trainen of naar een wedstrijd gaan. Het is de totale context waarin het gebeurt die jonge sporters soms als onprettig en stressvol ervaren. De grens tussen stimuleren en pushen is snel overschreden. Wanneer kinderen een jaar of vijftien, zestien zijn en er komen andere dingen zoals uitgaan, bijbaantjes, examens en vriendschappen op hun pad, dan stopt een groot deel.

Hoe kunnen we dat voorkomen?

Elke sport (topsport, breedtesport en elke soort sport) heeft z'n eigen mentale aandachtspunten en bijzonderheden. We kunnen met z'n allen (bonden, bestuurders, clubs, (para)medici, coaches, ouders, sporters) de sportwereld plezieriger en veiliger maken. Daarvoor is verbinding nodig, waarbij we de ander vriendelijk benaderen, elkaar durven aanspreken en van elkaar willen leren ongeacht je positie binnen de sportwereld.

En jij als sportouder?

Vanuit jouw rol als sportouder lever jij een hele belangrijke bijdrage, zo niet de belangrijkste. Als ouder kan je een veilige basis bieden, waarbij je jouw kind beschermt, begrenst en bijstuurt als dat nodig is. Maar durf jij je kind ook los te laten tijdens het sporten? En hoe leuk is sport voor jou? In *Als je maar wint* lees je vanuit praktische voorbeelden hoe je jouw kind het gevoel geeft:

IK GELOOF IN JOU JE KUNT HET ZELF JE WORDT GEWAARDEERD

Hierdoor ontwikkelt je kind zelfvertrouwen en houdt het plezier in de sport, bij winst én verlies. Dit legt de basis van een leven lang willen blijven sporten. En voor jou wordt sport relaxter, zodat je ervan kunt genieten.

Daniëlle: Ruim vijftientig jaar werk ik met kinderen en jeugdigen, ouders en trainers in onderwijs en sport. Ik studeerde af aan de PABO en Pedagogische wetenschappen (orthopedagogiek) en ben geaccrediteerd SPORTPSYCHOLOOG VSPN® en docent Sportpsychologie VSPN. Vanuit mijn praktijk Flow Mentale Training geef ik individuele begeleiding en teambegeleiding aan topsporters, talenten, coaches en ouders. Ik ben vaak op het sportveld, op de baan of op de mat te vinden. Ik heb de GAS en REM-methode ontwikkeld die wordt toegepast bij S.B.V. Excelsior, Intime Tennis Academy en Defensie. Er hoort een boek bij: *GAS en REM in de sport. Mentaal sterk coachen*. Met Sport in Perspectief lijkt alles wat ik deed en doe op z'n plek te vallen. Mijn ambities zijn hoog: ik wil de jeugdsport positief veranderen, zodat presteren en plezier hand in hand gaan. Mijn missie is om coaches pedagogische en didactische vaardigheden te leren, waardoor zij verbinding maken met de kinderen en de ouders. En dat het normaal wordt om bij kinderen mentale vaardigheden als zelfvertrouwen, concentratie en motivatie te trainen tijdens de fysieke training. Hierdoor worden kinderen weerbaarder, waardoor ze meer plezier ervaren en hun prestaties verbeteren in de sport – en ook op school en in het dagelijks leven.

Sport in Perspectief

Dit boek is geschreven voor sportvaders en sportmoeders en voor iedereen die meer wil weten van sportouders en jonge sporters. Het bevat eerlijke verhalen en adviezen uit de praktijk. Je leert hoe je jouw sportende kind positief steunt, thuis en langs de lijn. Je gaat de dilemma's van sportouders herkennen, zoals die kunnen optreden bij pubergedrag, selectiebeleid, missers van scheidsrechters, storend gedrag van andere ouders, een conflict met de trainer of met de club. Je ontdekt waardoor je kind soms druk en spanning voelt bij wedstrijden. Je krijgt tools aangereikt om hiermee om te gaan. Hierdoor blijf je winst en verlies in perspectief zien en leer je jouw kind er op een gezonde manier mee om te gaan.

- Wanneer onze zoon voor de zoveelste keer uit z'n pan gaat
- tijdens een potje tafeltennis, vraagt ons buurmeisje: 'Wat vind je belangrijker: Gezellig spelen of ongezellig winnen?' Hij
- antwoordt: 'Ongezellig winnen natuurlijk!'

'Winnen of verliezen is bij jonge kinderen echt onbelangrijk. Het gaat om de motivatie op de lange termijn. Gewoon elke keer stapjes zetten, ontwikkelen en leren.'

Judoka Mark Huizinga

Leeswijzer *Als je maar wint*

In *Als je maar wint* lees je wat je kunt doen om je kind positief te steunen bij trainingen en wedstrijden en waarom. Hopelijk heb je na het lezen van dit boek ook de motivatie om dat te doen. De titel komt van de vader van topjudoka Naomi van Krevel. Naomi's vader grapt weleens voor een wedstrijd: 'Geen druk,' waarna zijn dochter aanvult: 'Je hoeft alleen maar te winnen.'

Dit boek gaat over breedte- en topsport voor kinderen tussen de negen en zestien jaar. Ik hoop dat je je tijdens het lezen verwondert en afvraagt: hoe doe ik dat? Alleen jij kunt de verandering in gang zetten. Ik neem je mee met vijf Sport in Perspectief-thema's:

- 1 **Rol.** Hoe kan ik het beste bijdragen?
- 2 **Verwachtingen.** Hoe blijf ik oordeelvrij?
- 3 **Communicatie.** Hoe geef ik positieve signalen?
- 4 **Blik & handelen.** Hoe kijk en doe ik?
- 5 **Plezier.** Hoe houd ik het leuk?

Dit boek is geschreven vanuit het perspectief van sportouders, maar je leert ook te kijken vanuit het perspectief van je kind en de trainer. De trainer krijgt dezelfde thema's vanuit zijn rol als sportcoach in het online trainingsprogramma (Sportcoaches in Perspectief). Je kunt dit boek in zijn geheel lezen, maar ook kriskras door elkaar, waarbij je een thema kiest waar je nieuwsgierig naar bent.

Wetenschappelijke theorie is in begrijpelijke taal herkenbaar beschreven en toegepast op het dagelijks leven van ouders, sporters en coaches in verschillende sporten. De sporter wordt voor de leesbaarheid afwisselend aangeduid met hij of zij. Het woord coach en trainer gebruiken we door elkaar. Door het gehele boek staan korte belevingen, kreten en tips van sporters, jonge sporters, ouders en trainers uit verschillende disciplines in top- en breedtesport. Een aantal gesprekken met topsporters en ouders is in z'n geheel uitgewerkt. Alles bij elkaar geeft dit een prachtige inkijk in hoe de weg naar succes behoorlijk hobbelig kan zijn.

Zelf beschrijf ik mijn belevingen als sportmoeder in de breedtesport. Mijn zoon (11) zit op atletiek en mijn dochter (13) op wedstrijdzwemmen. Als pedagoog weet ik precies hoe het hoort en ik heb heel leuke kinderen. Toch ben ik soms onzeker of loop ik te stressen aan de zijlijn. Ik hoop dat dit boek je bewust maakt van jouw (sport)oudergedrag. Dat je in plaats van naar de ander te wijzen: 'Die ouder is echt erg,' jezelf eerlijk onder de loep neemt. Glimlach om wat je zelf doet, maar stuur ook bij als dat nodig is. Gebruik de adviezen waarvan jij de meerwaarde inziet. Het woord 'sportplezier' hoort ook op ons als ouders van toepassing te zijn. Elk hoofdstuk bevat opdrachten. Dit zijn:

- **Kijk in Perspectief.** Zelfreflectie: wie ben ik in relatie tot de ander?
Je leert oordeelvrij kijken naar jezelf en de ander. Je krijgt oefeningen en opdrachten waarbij je gaat observeren in plaats van adviseren. Je wordt je bewust van je eigen gedrag thuis en langs de lijn bij trainingen en wedstrijden.
- **Handel in Perspectief.** Sportopvoeden: hoe steun ik mijn kind positief?
Je gaat samen met je kind aan de slag. Ieder kind is uniek, maar jij als ouder ook. Jullie leren elkaars (sport)behoefte kennen. Je oefent met het vrij laten van je kind tijdens het sporten, waarbij je het welzijn van je kind boven winst stelt. Je traint jouw eigen stressreductie.

Deze oefeningen helpen je sport te bekijken vanuit verschillende perspectieven, zoals: jezelf, je kind, de trainer en andere ouders. Maar ook vanuit winst (resultaat) of welzijn (zelfvertrouwen en plezier). Samen kunnen we zorgen voor een positieve beleving van sport, waarbij we:

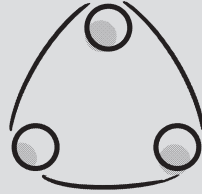
- Observeren in plaats van adviseren.
- Ontwikkelen en leren op de voorgrond zetten.
- Actief investeren in zelfvertrouwen en plezier van onze kinderen.

Die betere resultaten volgen daarna vanzelf.

Veel plezier met het lezen en het toepassen van dit boek, Daniëlle



Nationaal Junioren Kampioen 2020 – Tennisser Anouk Koevermans en haar moeder

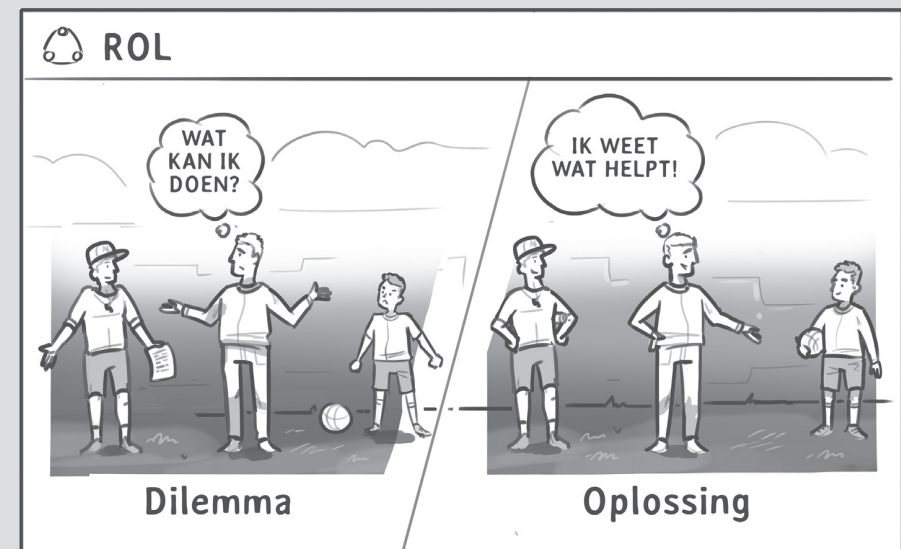


1

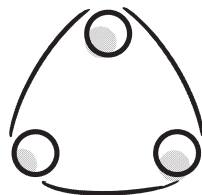
ROL

Hoe kan ik het beste bijdragen?

'Ouders, blijf in de buurt van je kind. Je gaat ervan uit dat de trainer voldoende weet, maar zorg dat je zelf als ouder op de hoogte bent en vragen kunt stellen. Je mag als sportouder kritisch zijn. Als een trainer je aan de kant laat staan en niet met je in gesprek gaat, is het geen goede trainer. Zorg dat er ruimte is voor jou en maak dat driehoekje: ouders-sporter-coach.' **Voormalig Chef de Mission Jeugd Olympische Spelen Marjan Olyslager**



Je bent als ouder een belangrijke schakel in de driehoek ouders-sporter-coach. Toch is het onduidelijk waar de grens van jouw inbreng ligt. De regel is: geen spelbemoeienis, maar je wordt wel gevraagd als jurylid of teammanager bij wedstrijden. Jij mag niet schreeuwen, maar je ziet wel jouw kind stampvoeten of de trainer brullen omdat de scheidsrechter een fout maakt. Jij kent je kind het beste, maar je durft niets tegen de trainer te zeggen. Een positieve sportbeleving creëer je samen. Dan is het handig als je weet wat je mag doen en wat je beter kunt laten.



Sportbeleving train je samen

Elke zaterdag rijden duizenden ouders op hun vrije dag, soms al om half acht 's morgens, met hun kinderen naar een wedstrijd of training. Deze ouders hebben veel over voor de sport van hun kinderen. Hele dagen staan ze op een regenachtig sportveld of wachten in de kantine tot hun zoon of dochter klaar is. Ze zijn materiaalcoördinator, teammanager, jury of gewoon vader of moeder langs de kant. Wanneer die hoge inzet en betrokkenheid over het randje gaat, dan wordt het storende bemoeienis. Sportplezier komt in gevaar als sporters te veel druk ervaren en hun zelfvertrouwen naar beneden gaat. De kinderen stoppen met hun sport als ze het minder leuk gaan vinden en hun vrienden interessanter worden. Maar plezier in sport maken wij ouders, sporters en trainers samen. Met z'n allen kunnen we zorgen voor een stimulerende en motiverende omgeving. Zodat onze kinderen ook op de lange termijn graag blijven sporten.

Zelfvertrouwen (beoordeelt je kind zichzelf positief of negatief?) en plezierbeleving (sport leuk vinden) zijn belangrijke voorspellers of jouw kind de zin houdt te blijven sporten. Heb je meer zelfvertrouwen, dan bevordert dat sportprestaties.

Karateka Tatyana Izelaar (19): 'Ondanks dat ik steeds ouder en zelfstandiger word, heb ik nog altijd behoefte aan vertrouwen en support van mijn ouders. Tijdens de warming-up denk ik aan ze. Ik denk hoe hard ik ervoor heb getraind, dat mijn ouders achter mij staan en in mij geloven. Automatisch voel ik me dan sterker. Wanneer mijn ouders meegaan, kijk ik voor de wedstrijd nog naar de tribune. Dan kijk ik mama aan die op dat moment haar ogen serieus en fel laat stralen, haar vuist laat zien en zegt: "Davai! Silno i bistro!" Russisch voor: "Kom op! Hard en snel!" Dan knik ik en maak ik me klaar voor mijn partij.'

Druk

Een beetje druk helpt je als sporter om het uiterste te geven, doordat je net extra je best doet. Wanneer je best doen onvoldoende werkt, wordt het lastig. Wanneer je kind het gevoel heeft dat het onvoldoende kan voldoen aan de eisen, ontstaat stress. Sport is competitief en wordt gemeten vanuit resultaat, door scores, tijden en soms door minder duidelijke criteria zoals het beheersen van mentale, technische of tactische vaardigheden. De sporter kan de schuld bij zichzelf leggen en twijfelen: ben ik wel goed genoeg? Of buiten zichzelf: ik krijg de bal nooit, de trainer trekt de ander voor. Ook de ouders en trainers hebben hier hun mening over.

Hockeyster Belle (11): 'Er is een meisje dat soms met haar stick op de grond slaat als ze mist. Dan zegt ze: "Nee, nee!" Ik roep dan: "Snel schakelen, we kunnen het nog een keer proberen."'

Juul (11): 'Ze is gewoon een beetje onzeker en wil alles perfect hebben. Ik vind dat ze zich aanstelt. Je kunt niet altijd alles goed doen.'

Belle: 'Ze wil gewoon heel erg haar best doen.'

Wie zorgen er voor die druk?

Sommige jonge sporters leggen voor zichzelf de lat heel hoog. Zij vinden het heel moeilijk fouten te maken, het moet perfect of ze worden onzeker van de reacties van anderen. Ouders willen het beste uit hun kind halen: als je het kan, dan moet je het ook laten zien – zowel op school als in sport. Vanuit loyaliteit willen kinderen het heel graag goed doen voor hun ouders. Clubs hebben selectiesystemen, waardoor kinderen bij het team van de besten willen behoren.

De druk is vaak een combinatie van alles een beetje. Je kind is bijvoorbeeld die jongen die bij een Betaald Voetbal Organisatie (BVO) voetbalt. Op verjaardagen wordt hierover gesproken. Hij zit mogelijk in een (speciale) klas met veel voetballers. Dat heeft veel impact: zijn hele 'zijn' is hieraan gekoppeld. Hij is voetballer. Het is zijn droom prof te worden.

Tennismoeder: 'Mijn zoon (13) zegt dingen als: "Misschien moet ik stoppen." Soms ben ik dan een luisterend oor, soms word ik boos en zeg ik: "Ik betaal veel geld en kan mijn geld beter ergens anders in stoppen." Of ik vertel dat hij er zelf al te veel in geïnvesteerd heeft om nu te stoppen. Ik zie gewoon dat hij heel veel plezier in het spelletje heeft. Ik heb laatst de knoop voor hem doorgehakt. "Zolang je in mijn huis woont en nog geen achttien bent, ga je door met tennis." Ik twijfel of ik daar goed aan doe.'

Unieke driehoek

Wanneer we over sportplezier praten, hebben ouders, maar ook sporters en trainers, hun verantwoordelijkheid. Wanneer een trainer veel schreeuwt, beïnvloedt dat de sfeer in het team. Wanneer kinderen elkaar onderling treiteren in de kleedkamer ook. Bij sport wordt alles en iedereen bij elkaar gezet. Dat maakt sport mooi en complex. Een tennismoeder vertelde mij in tranen: 'Ik vind al die

andere ouders stomvervelend. Dan zit ik daar de hele dag. Het is ook mijn zaterdag.' Eerlijk gezegd herken ik dit wel, soms zit je een hele wedstrijddag met mensen met wie je heel weinig gespreksstof hebt.

Hockeytrainer <11 jaar: 'Wanneer elk team dezelfde afspraken heeft, dan kan ik als trainer van welk team dan ook zeggen: "Jongens we hadden toch die afspraak."

Wanneer je kind een teamsport doet, vorm je ook met een groep ouders jarenlang een team. Dat kan heel gezellig uitpakken, maar het kan ook voor conflicten zorgen (zie hoofdstuk 3.3). In de groepsapp heb ik heftige discussies tussen ouders langs zien komen. Dan worden er lange epistels geschreven, waar iedereen van mee kan genieten. Dat werkt eigenlijk vooral op mijn lachspieren. Doe toch effe lekker normaal met z'n allen, denk ik dan.

Wanneer we meer verbinding tussen ouders-sporters-trainers willen, moeten we er rekening mee houden dat iedere driehoek uniek is en mensen sport allemaal op hun eigen manier beleven. Dat is ook waarom de algemene regels in de sport onvoldoende werken, want het is echt voor ieder gezin anders:

- **Kunstrijder Joyce (10).** Haar moeder heeft op hoog niveau aan kunstschaatsen gedaan. Haar vader is voetbalcoach van het team van haar broertje. Vader kan daardoor nooit bij haar trainingen en wedstrijden zijn. Hij spreekt thuis de wedstrijd wel altijd door met zijn dochter. Joyce is net als haar moeder heel perfectionistisch. Haar moeder wil zich er weinig mee bemoeien, omdat ze weet hoe lastig zij dit zelf vroeger vond. Toch wil ze wel aanwijzingen geven voor verbetering, ze ziet precies wat fout gaat bij wedstrijden. Joyce' trainster is van mening dat ouders geen technische tips mogen geven.
- **Voetballer Jason (14).** De sportclub heeft zijn ouders nog nooit gezien (waardoor een schakel in de driehoek ontbreekt). Hij wordt meestal gebracht door zijn oudste zus. Soms heeft Jason niet ontbeten voor de wedstrijd. Zijn trainer is de vader van een teamgenoot.