

Rapportage Mattietrainingen 2018



1. Inleiding

Stichting Rotterdam Mattie (SRM, voorheen stichting Rotterdam Boxing) is in 2014 gestart met het inzetten van de bokssport als middel om een aantal gesignaleerde problemen onder Rotterdamse jongeren aan te pakken. Na een pilotfase hebben wij sinds 2014 dan ook onder de naam Mattietrainingen verschillende programma's opgezet en uitgevoerd om te werken aan gedragsverandering bij jongeren op het gebied van onaangepast/agressief gedrag, onvoldoende weerbaar gedrag en overgewicht.

In 2017 vulden wij onze inzet aan met een gebiedsgerichte aanpak om op wijk/buurniveau jongeren te ondersteunen die zich ofwel in negatieve zin in de openbare ruimte manifesteren of die juist teruggetrokken gedrag vertonen. Ook gingen wij de (boks)sport inzetten om volwassenen met afstand tot de arbeidsmarkt te begeleiden in het opdoen van dagritme en oriëntatie op de arbeidsmarkt met aandacht voor benodigde vaardigheden om meer kans te maken op toetreding. Deze activiteiten vonden plaats binnen het project Boksen naar werk en is in 2018 voortgezet. Er is tevens een traject gestart waarbij leerkrachten een bokstraject volgen waarmee zij beter kunnen invoelen wat de betekenis van de bokssport kan zijn op de persoonlijke situatie. Zij vertalen hun eigen ervaringen met de trainingen bijvoorbeeld naar hun situatie als docent en doen hier positieve ervaringen mee op.

Zowel ervaren bokstrainers als jonge bokkers uit ons talententeam verzorgen de verschillende trajecten die veelal op basisscholen en middelbare scholen plaatsvinden. Leerkrachten van deze scholen spelen een steeds belangrijkere rol in de monitoring van onze bokstrajecten en tekenen de effecten op hun leerlingen buiten de bokstrainingen op.

In deze rapportage schetsen wij wat aanvankelijk onze plannen waren voor 2018 om vervolgens te laten zien in welk mate wij deze plannen hebben uitgevoerd en welke resultaten hiermee zijn behaald.

2. Plan programma Lekker in je Vel, Mattietrainingen

2.1. Wat

Het plan dat SRM voor 2018 voor ogen had bestond uit de volgende activiteiten:

- Werving van tussen 120 en 180 deelnemers aan de Mattietrainingen 'Weerbaarheid, Agressiereductie en Obesitasbestrijding' van af 10 t/m 18 jaar via basis- en middelbare scholen en via andere samenwerkingspartners zoals Flexus Jeugdplein en Thuis Op Straat;
- Werving van tussen 8 en 12 jongeren voor het deelproject Gebiedsgerichte Aanpak;
- Werving van tussen 20 en 25 personen voor het deelproject Boksen naar Werk;
- Het voeren van intakegesprekken met de jongeren voor deelname aan de Mattietrainingen;
- Het trainen van jong talent in het ontwikkelen van pedagogische vaardigheden om Mattietrainingen te kunnen verzorgen.

Bovenstaande komt neer op een deelname van 148 tot 212 personen verdeeld over 19 groepen. Het jaarprogramma kende de volgende planning:

Programma Weerbaarheid en Agressiereductie

Traject	Looptijd	Inzet	Groepen
1.	April t/m juni 2018	Intake, 12 trainingen, observatie, evaluatie	4
2.	September t/m november 2017	Intake, 12 trainingen, observatie, evaluatie	5

Traject	Looptijd	Inzet	Groepen
1.	April t/m juni 2018	Intake, 12 trainingen met uitloopmogelijkheid, observatie, evaluatie	3
2.	September t/m december 2018	Intake, 12 trainingen met uitloopmogelijkheid, observatie, evaluatie	3

Programma Obesitasbestrijding

Traject	Looptijd	Inzet	Groepen
1.	Maart t/m juni 2018	Intake, 20 trainingen, begeleiding diëtist, evaluatie	1
2.	September t/m december 2018	Intake, 20 trainingen, begeleiding diëtist, evaluatie	1

Programma gebiedsgerichte aanpak

Traject	Looptijd	Inzet	Groepen
1.	September t/m November 2018	Intake, 12 trainingen, observatie, evaluatie	1

Programma Boksen naar werk

Traject	Looptijd	Inzet	Groepen
1.	Januari t/m december 2017	Intake, 45 trainingen, 45 weken aanvullende begeleiding	1

2.2. Voor wie

Mattietrainingen

SRM signaleerde dat een deel van de Rotterdamse jongeren problemen kent, die hen belemmeren in hun ontwikkeling en voor wie het deelnemen aan bokstrainingen mogelijkheden biedt om de bij hen spelende problemen het hoofd te bieden. Aanvankelijk richtten wij ons op jongeren vanaf 12 jaar. Aangezien bleek dat ook op jongere leeftijd problematisch gedrag bij kinderen/jongeren voorkomt, hebben wij de mogelijkheid voor deelname aan Mattietrainingen verruimd en kan er sinds 2015 vanaf 10 jaar deelgenomen worden. Met de Mattietrainingen richten wij ons specifiek op jongeren bij wie sprake is van:

- Agressief/onaangepast gedrag
- Onvoldoende weerbaar gedrag

- Toename in lichaamsgewicht uitmondend in obesitas

Gebiedsgerichte aanpak

In diverse Rotterdamse wijken en buurten komt het voor dat er spanningen ontstaan tussen jongeren en hun omgeving of dat er jongeren wonen die zich terugtrekken en om wie zorg bestaat bij de in de buurten en wijken werkzame professionals. Hier zetten wij onze methodiek in op jongeren van 12 t/m 18 jaar woonachtig in een zelfde buurt/wijk als groep deel te laten nemen en in samenwerking met overige professionals aandacht te hebben voor hun gedrag in relatie tot de omgeving.

Boksen naar Werk

Voor Rotterdammers van 18 jaar en ouder die een grote afstand hebben tot de arbeidsmarkt. Het ontbreekt bij hen aan dagritme en de nodige (sociale) vaardigheden om volledig te kunnen participeren in de samenleving. Met fysieke training op gezette tijden en het hebben van aandacht voor de ontwikkeling van basale vaardigheden introduceren wij bij hen een meer geregeld dagritme en de ontwikkeling van zelfvertrouwen om beter maatschappelijk actief te kunnen worden.



2.3. Met welk doel

Doelstellingen:

- Door het inzetten van de bokssport als middel bij jongeren met onaangepast/agressief gedrag en jongeren die onvoldoende weerbaar zijn een positieve gedragsverandering teweeg brengen.
- Met het veranderen van gedrag voorkomen van schooluitval, waardoor de betreffende jongeren zich kunnen ontwikkelen en kunnen deelnemen aan het maatschappelijk leven.

- Door het inzetten van de bokssport als middel bij jongeren die kampen met overgewicht bewustwording creëren en een positieve gedragsverandering teweeg brengen op het gebied van voeding en beweging.
- Versterken van het effect bij de jongeren door het nauw betrekken van professionals en ouders/verzorgers bij de Mattietrainingen.
- Het ondersteunen van jong talent in het ontwikkelen van pedagogische vaardigheden waarmee wij het team aan bokstrainers voor de Mattietrainingen verbreden.

Specifiek voor Boksen naar Werk:

- Het stimuleren van fysieke inspanning, (dag)ritme, en het ontwikkelen van vaardigheden die (langdurig) werkelozen dichterbij de arbeidsmarkt brengen.

2.4. Waar

De jongeren op wie wij ons richten wonen en leven veelal in aandachtswijken in Rotterdam. Onze inzet richt zich op de Rotterdamse gebieden Crooswijk, Oud-Charlois, Oude Noorden, Rubroek en de Tarwewijk. Ook zijn wij dit jaar voor het eerst actief geweest in Schiedam. Boksen naar werk betreft een stedelijk project en kent deelnemers vanuit heel Rotterdam.

3. Uitvoer Lekker in je Vel, Mattietrainingen 2018 & Boksen naar Werk

3.1. Wat hebben we gedaan?

Vanaf 2014 bouwde stichting Rotterdam Boxing een uitgebreid netwerk op met basisscholen, middelbare scholen, jeugdhulpverlenende organisaties en welzijnsinstellingen. De werving voor deelname van kinderen en jongeren die binnen de doelgroep vallen, is dan ook grotendeels in overleg gegaan. Op verzoek was het mogelijk om een introductie te verzorgen. Er zijn 5 introductie momenten geweest op de locatie van 't Hof in Crooswijk. Hiermee wilden we jongeren uit de wijk die onder de radar van de buurtcoaches vallen, kennis laten maken met de bokssport.

Uiteindelijk hebben er in de periode januari 2018 t/m maart 2019 133 jongeren in de leeftijd van 10 t/m 18 jaar deelgenomen aan de Mattietrainingen op het gebied van weerbaarheid en agressieregulatie en 17 jongeren hebben deelgenomen aan de obesitas trainingen. Bij elkaar dus 150 jongeren die de reguliere Mattietrainingen hebben gevolgd. De programma's Gebiedsgerichte Aanpak en Boksen naar Werk kenden respectievelijk 10 en 16 deelnemers.

<u>Weerbaarheid</u>			
Periode	aantal trainingen	doelgroep	aantal leerlingen
5-3 / 28-5	11	Melanchton 12-14 jaar	12
3-4-10-7	14	Hoge Brug 12-16 jaar	14
13-4/1-17	20	Pierre Bayle 10-12 jaar	9
13-4/1-17	20	Pierre Bayle 10-12 jaar	8
16-4/22-6	10	Schreuder 10-12 jaar	10

16-4/22-6	10	Schreuder 10-12 jaar	12
26-9/7-11	<u>8</u>	Gelinck 14-16 jaar	<u>10</u>
	93		75
<u>Agressie reductie</u>			
Periode			
	aantal trainingen	doelgroep	aantal leerlingen
7-3/30-5	12	Melanchton 12-14 jaar	12
4-4/30-5	10	Sted. Gymnas. 14-16 jaar	8
13-4/22-6	10	Pierre Bayle 10-12 jaar	10
13-4/22-6	10	Pierre Bayle 10-12 jaar	10
27-9/22-11	12	Schreuder 14-16 jaar	12
26-9/ 31-10	<u>6</u>	Zuiderpark College 14-16 jaar	<u>6</u>
	60		58
<u>Obesitas</u>			
Periode			
	aantal trainingen	doelgroep	aantal leerlingen
9-3/9-6	18	Pierre Bayle 10-12jaar	17
<u>Gebiedsgerichte aanpak</u>			
Periode			
	aantal trainingen	doelgroep	aantal leerlingen
28-9/ 24-10	10	JOZ directie veiligheid	10
<u>Boksen naar werk</u>			
Periode			
	aantal trainingen	doelgroep	aantal leerlingen
6-3/29-5	40	Vrijwilligerswinkel	16

Totaal aantal trainingen	Totaal aantal leerlingen
181	176

Conclusie is dat de resultaten/deelnemersaantallen van de Mattietrainingen Weerbaarheid en Aggressieregulatie en Obesitas redelijk volgens verwachting hebben plaatsgevonden en hetzelfde geldt voor de Gebiedsgerichte Aanpak. Alleen het programma Boksen naar Werk is iets achtergebleven bij de gehoopte aantallen.

Het aantal trainingsactiviteiten is iets achtergebleven bij het oorspronkelijk bedachte aantal. Dit is te verklaren doordat een flink aantal trainingen in trainingstijd uiteindelijk langer hebben geduurd per les (vaak was dit 2 uur i.p.v. 1,5) of dat de groepsgrootte sterk was verhoogd (zoals in geval van Obesitas, waarbij wij dan 2 trainers hebben ingezet).

Voor het totale overzicht nog even de resultaten op een rij t.o.v. de oorspronkelijk gestelde doelen:

	Deelnemers doel	Deelnemers realisatie	Doel aantal trainingen	Realisatie aantal trainingen
Weerbaarheid, Agressiereductie	105-159	123	180	153
Obesitas	14-21	17	40	18
Gebiedsgericht	8-12	10	12	10
Boksen naar Werk	20-25	16	45	40

3.2. *Wat hebben we bereikt en geleerd?*

In 2018 begonnen we met een groot aantal aanvragen vanuit ons bestaande netwerk. De aanvragen waren redelijk evenwichtig in zowel agressiereductie- als weerbaarheidstrainingen. We deden een intake in groepsverband en met de leerling individueel, waarbij we een begin situatie vaststelden, daaraan een aantal (tussen- en eind)doelen koppelden en aan het eind van het traject volgde er een eindconclusie.

Het Zuiderpark College had bijvoorbeeld een aantal leerlingen die als laatste kans om het diploma te halen een mattie training moesten volgen. De jongens waren in de leeftijd van 14 tot 16 jaar en kwamen in aanmerking voor agressie reductietraining. Deze groep hielden we met maximaal 6 jongeren klein i.v.m. de grote problematiek waar deze jongens mee kampten. Docenten wilden zelfs geen lessen meer geven aan de deze jongeren. Door in 6 intensieve trainingsweken met hen aan de slag te gaan kwam er een verandering in het gedrag. De jongens konden hun energie kwijt in de les en begonnen te beseffen dat dit hun laatste kans was. Door met fysieke oefeningen aan de slag te gaan konden we ze vervolgens leren hoe om te gaan met zaken als teleurstellingen, doorzettingsvermogen en omgaan met autoriteit.

Agressiereductie

We zien ook dit jaar weer een paar herkenningspunten die samenhangen met deze jongeren. Moeite met motivatie, slecht leefpatroon (roken en drinken) en geen zinvolle tijdsbesteding. Om dit te doorbreken gebruikten we vooral fysieke oefeningen met deze jongeren. Op een militante manier. Fysiek uitputten en vanaf daar leren om anders te reageren op situaties. Elementen die aan bod kwamen:

- Minder letten op elkaar in de klas of op het schoolplein.
- Omgaan met autoriteit (docent)
- Zinvolle tijdsbesteding (activeren om te gaan sporten)
- Gevoelens van onmacht en woede herkennen en daarop op de juiste wijze handelen
- Wat doe je als je voelt dat je boos wordt, hoe reageer je?
- Wat doe je als een medeleerling jou aanspreekt op je gedrag (feedback)?

Bij ongeveer 60 % van de deelnemers is er een duidelijke verbetering in gedrag waarneembaar. Bij hen gaat onder andere het op een rustige manier iemand anders kunnen aanspreken en op een rustige manier met elkaar het gesprek kunnen voeren veel beter. Bij 20 % is er wel verbetering zichtbaar, maar lukt dat niet altijd.

Individueel wordt de ontwikkeling bijgehouden en het gedrag beschreven. Hieruit komen onder meer de volgende observaties naar voren:

- Motivatie om mee te doen aan de les wordt beter;
- In eerste instantie veel weerstand naar de boksdocent maar verbetering is waarneembaar;
- Niet aanspreekbaar en ongevoelig voor opmerkingen of opdrachten;
- Mooi om te zien dat de groep ook daadwerkelijk samen kan werken aan bepaalde opdrachten.



Obesitas

Net als in voorgaande jaren is er een toename van kinderen met overgewicht. Wij wilden ons dit jaar vooral richten op jongeren van 8 tot 12 jaar. Dit omdat we dan meer in de preventieve fase zitten en kinderen “op tijd” kunnen sturen. Onze diëtist betrok niet alleen de ouders erbij maar ook de schooljuf. Dit om ook te monitoren hoe het eetgedrag van het kind gedurende de dag is.

Jongeren kregen een vragenlijst die ze in moesten vullen, werden gewogen en hun vetpercentage werd gemeten. De ouders werden intensief gestimuleerd om goede voeding

mee te geven naar school. Ook hadden we een eerste bijeenkomst met alle ouders om ze te vertellen over voeding en de gevaren van obesitas.

Bij 80% zagen we een afname van gewicht en vet %. Ongelooflijk om te zien wat een paar weken letten op je voeding en meer bewegen met kinderen doet. Ook hadden we met school de afspraak dat de deelnemers een extra 30 minuten speelmoment kregen per week.

Gebiedsgerichte aanpak

De jongeren die we voor dit traject voor ogen hadden waren in beeld bij de Gemeente Rotterdam, Directie Veiligheid. In samenwerking met Stichting Buurtwerk en het Stedelijk Team. Dit was veruit de lastigste groep van de mattie trainingen. Dit komt voornamelijk doordat de jongeren wat ouder zijn en vaak onbewust al een bepaalde keuze hebben gemaakt in hun gedrag en vriendenkring.

Ons doel was voornamelijk om de jongens te motiveren tot een zinvolle tijdsbesteding. We hebben zelfs twee jongens opgeleid tot assistenttrainer op de bokswereniging. Jongens die goed kunnen boksen willen we graag de mogelijkheid bieden om een sportopleiding te gaan volgen en zodoende lessen te gaan verzorgen aan 8-10 jarigen. 2 deelnemers hebben inmiddels een 2 daagse opleiding gevolgd bij de Nederlandse boksbond.

Boksen naar Werk

Het programma werd wederom opgezet met mensen vanuit de vrijwilligerswinkel en de buurtcoaches van Kralingen-Crooswijk. Er was veel diversiteit in leeftijd en afkomst dit jaar. Deelnemers probeerden we fitter te maken en met de lifestyle coach erbij ervan te overtuigen dat het loont om wat gezonder te gaan leven. Dit met als doel dat de deelnemers zich beter en fitter gaan voelen om zodoende meer energie te krijgen, zich verder te ontwikkelen en vooral op zoek te gaan naar werk.

Jasper Dierx, coördinator vanuit de gemeente Rotterdam en de buurtcoach observeerden de groep en maakte enkele aantekeningen, waaronder:

- W. is soms afwezig. W. zit in de overgang en heeft daar erg veel last van. Als ze geen last heeft is ze er altijd.
- R. spreekt geen woord Nederlands, alleen Spaans. R. komt meestal alleen als N. ook komt. R. vindt het moeilijk dat ze niemand begrijpt.
- Met S. afgesproken voorlopig even alleen gezeten vrijdag. Doet inmiddels al 32 uur vrijwilligerswerk bij Stichting Pameijer en heeft binnenkort zijn rechtszaak over zijn schulden. S. heeft nu iets teveel op zijn bord om twee keer per week sport aan te kunnen. Zijn hoofd loopt over en met hem moeten we rustig opbouwen.

3.3. Conclusies en aanbevelingen m.b.t. het plan en de daadwerkelijke uitvoer

Wat met name goed verlopen is, is de samenwerking met de vaste partners. Men weet wat er gevraagd wordt van elkaar en er zijn korte lijntjes met de buurtcoaches of school maatschappelijk werk. Zorgelijk is het aantal leerlingen die te zwaar zijn. Obesitas gaat echt een probleem worden. Dit valt vaak samen met schaamte waarbij kinderen zich gaan schamen en zich terugtrekken. Deze leerlingen moeten vaak niet alleen meer bewegen maar ook een combinatie met agressie reductie of weerbaarheidstraining volgen.

M.b.t. de gebiedsgerichte aanpak proberen we volgend jaar de jongens te enthousiasmeren om bijvoorbeeld een korte sportopleiding te volgen. Alleen op het gedrag zitten is niet voldoende voor ze. Er moet een perspectief zijn om ze te motiveren om aan zichzelf te werken. Hierdoor houden ze het langer vol en raken zij meer gemotiveerd om het vol te houden.

Verder zijn we zeer tevreden over de behaalde resultaten. Zeker in de weerbaarheidstrainingen kunnen we spreken van een geslaagd jaar. Na terugkoppeling met docenten en ouders kwamen wij tot de conclusie dat 65% een aanzienlijke tot sterke verbetering in gedrag liet zien. Bij 35% was dit nauwelijks of niet waarneembaar.

Nieuw voor ons was dit jaar een sterke toename van leerlingen met autisme of andere gedragsstoornissen. Met name deze doelgroep is enorm gevoelig en je ziet snel resultaat als je fysiek met ze aan de slag gaat. De fysieke oefeningen wat te doen in bepaalde situaties op school of thuis hielpen de leerlingen echt om een verstandige keuze te maken hierin. Ons voornemen is dan ook om deze kwetsbare doelgroep meer te betrekken in onze nieuwe doelstellingen voor de toekomst. Dit kan op het gebied van obesitas (jongeren leven vaak in een isolement) en ook in weerbaarheidstrainingen.

