


Marc Lammers

# Coachen doe je samen



'Winnaars hebben een plan,  
verliezers een excuus'

TIRION SPORT

Coachen doe je samen

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

*Deze bladzijde is met opzet leeg gelaten*

M a r c L a m m e r s

Coachen doe je samen

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Dit boek is gepubliceerd door

Tirion Uitgevers BV

Postbus 3740 AH Baarn

www.tirionuitgevers.nl

Omslagontwerp: Impulse

Omslagfoto: Ben Haeck

Vormgeving binnenwerk: Prepress, Zeist

Foto's binnenwerk: Marc Lammers, Jeroen van Bergen en Ben Haeck Met medewerking van: Mark Hoogstad

ISBN 978 90 4391 NUR Eerste druk oktober Tweede druk oktober Ó 2007 Tirion Uitgevers BV, Baarn

Uitgever en auteur hebben ernaar gestreefd alle rechthebbenden van de gebruikte illustraties te achterhalen. Degene die meent zekere rechten te kunnen doen gelden, kan zich alsnog tot de uitgever wenden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. No part of this book may be reproduced in any form by print, photocopy, micro-film or any other means without prior written permission from the publisher. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

In h o u d

Voorwoord

Woelige jaren

Excelleren en enthousiasmeren

Het goede voorbeeld

Niet lijden maar Leiden

Willen is doen

Duwen en trekken

Roze olifant

Het heilige schrift

Dyslexie is een gave

Dankwoord

CV Marc Lammers

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

V o o r w o o r d

‘Kijk over de eigen schutting heen’ of ‘Bekijk het eens door een andere bril’ dat zijn zowel in de topsport als het bedrijfsleven vaak verkondigde oneliners. Mooie woorden, dat zeker. Maar hoe breng je die in praktijk? Wat komt daarbij kijken? Wie of wat kan je daarbij van dienst zijn? Het zijn vragen die alle trainer-coaches zichzelf stellen en zij niet alleen. Directeuren, managers, werknemers, ja, wie eigenlijk niet? Het is, zonder overdrijven, een vraag die iedereen vrijwel dagelijks op de een of andere manier bezighoudt.

Een vraag die mij de laatste maanden vaak is gesteld, is deze: waarom heb jij succes als trainer-coach? En, in het verlengde daarvan: waar is dat succes op gestoeld? Waarom jarenlang vooral de tweede viool gespeeld en nu ineens wel de eerste? Geluk? Wijsheid? Ook dat zijn vragen die niet zomaar even te beantwoorden zijn. Daar ligt het nodige aan ten grondslag. In dit boek hoop ik een en ander nader uiteen te zetten, waarbij gaandeweg duidelijk zal worden dat het verschil tussen de nummer een en twee vaak veel groter is dan op het eerste gezicht lijkt.

Zoals ik op mijn beurt altijd nieuwsgierig ben naar de werkwijze en de inzichten van anderen, geldt dat andersom evenzeer. En dat juich ik toe. Dus ook daarom dit boek. Ik heb geen geheimen. Als die er al zijn, dan geef ik ze in de navolgende pagina's prijs. Jezelf verbeteren en daarmee ook je naaste omgeving, in mijn geval voor- al gesymboliseerd door mijn team, is mijn ultieme uitdaging. 'Elke keer opnieuw twee procent verbeteren' luidt daarbij mijn motto, want vijftig keer twee procent is ook honderd procent. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Het opschrijven van mijn gedachten en ervaringen verschaft mij ook weer nieuwe ideeën en dus nieuwe brandstof. Topsport en bedrijfsleven hebben veel raakvlakken. Voor zover ik dat nog niet wist, heb ik dat de voorbije jaren wel geleerd in de contacten met mensen uit het zakelijke verkeer of uit andere takken van sport. Zulke gesprekken inspireren mij in hoge mate, omdat ze mij 'dwingen' vanuit een ander perspectief te kijken, waar ik binnen mijn eigen sport nog maar al te vaak stuit op moeilijkheden in plaats van mogelijkheden.

En om die vernieuwing draait mijn vak. Een coach moet niet alleen durven dromen, hij of zij moet vooral openstaan voor nieuwe gezichtspunten en te allen tijde bedrijfsblindheid zien te voorkomen. Mogelijkheden te over, alleen moet je ze wel (kunnen en durven) herkennen. Kopieren kan iedereen, dat is de kunst niet. Door middel van dit boek hoop ik de lezer te enthousiasmeren om vooral de eigen weg te bewandelen. Centraal staan daarbij de sterke punten. Bij mijn weten heeft namelijk nog nooit iemand een wedstrijd gewonnen op zijn of haar zwakke punten. Mijn visie op talentontwikkeling wordt in hoge mate bepaald door mijn eigen ontwikkeling als trainer-coach. Laat ik er niet omheen draaien: ook ik heb me jarenlang schuldig gemaakt aan wat ik voor het gemak maar even 'eenrichtingsverkeer' noem: zo moet het en niet anders, punt uit. Mijn speelsters behandelde ik – zwart-wit gesteld – als brave, makke schapen, die maar te doen hadden wat hun coach hun opdroeg. Gaandeweg heb ik geleerd dat communicatie een waardevol instrument is om tot een beter onderling begrip en dus betere prestaties te komen. Mijn adagium is dan ook: laat spelers zelf naar oplossingen zoeken, geef ze daarvoor de ruimte en bespreek de door hen aangedragen opties vervolgens. Dan beklijft de theorie pas echt goed en is de kans op succes in de praktijk vele malen groter.

In eerste aanleg verzette ik mij tegen de gedachte om zelf een boek te gaan schrijven. Waarom zou ik? Ik kom net kijken, ik beschouw mezelf nog allerminst als een zogeheten 'topcoach'. Een boek is Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

voorbehouden aan oudere, gelouterde coaches die, meestal met enige trots, kunnen terugkijken op een over het algemeen succesvolle loopbaan en op basis daarvan recht van spreken hebben. Maar ik mag graag breken met ingeroeste opvattingen. Bovendien: ook als relatief jonge coach heb ik wat te vertellen. Over mijn worstelingen met mijn eigen onzekerheden, de botsingen met mijn speelsters en, niet in de laatste plaats, de innerlijke strijd met mezelf. Want ik ben veeleisend en van nature redelijk drammerig ingesteld, waardoor ik geregeld met mezelf in conflict kom. Ook ik maak fouten, zoals zovelen, maar van fouten kan ik leren. En niet alleen ik, ook mijn omgeving.

Dat ik mezelf kwetsbaar opstel met dit boek, besef ik. Maar wie zich kwetsbaar durft op te stellen, krijgt weerwoord en dat komt niet alleen de eigen ontwikkeling maar ook die van de direct betrokkenen uiteindelijk alleen maar ten goede, zo is mijn stellige overtuiging. In die zin ben ik dan ook een open boek, zonder me overigens te willen opwerpen als alwetende. Want mijn mening is niet heilig, verre van dat zelfs. Met deze weerslag van mijn achtergronden, mijn inzichten en mijn overtuigingen hoop ik echter geïnteresseerden, uit zowel de sport als het bedrijfsleven, een aantal

richtsnoeren aan te reiken, waar eenieder zijn of haar voordeel mee kan doen. Want wees vooral niet bang te excelleren. Marc Lammers

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Hoofdstuk Woelige jaren

‘Mar-rucccc!!!!’ Het was, zeker voor Italiaanse begrippen, druk die middag op het hockeycomplex van Cernusco, even buiten Milaan. Zo’n tweeduizend bezoekers hadden zich verzameld voor onze kampioenswedstrijd, maar de stem van mijn moeder leek alles en iedereen te overstemmen. Ik schrok, terwijl ik op het veld stond en de wedstrijd net begonnen was. Wat krijgen we nou? Bezoek uit Nederland? Even verderop zag ik ze zitten, druk zwaaiend en gebarend tussen het Italiaanse publiek: pa en ma, net uit Nederland gearriveerd, schreeuwend en zwaaiend. Waren ze gek geworden? ‘We wilden je verrassen’, zei mijn moeder nadat we de wedstrijd winnend hadden afgesloten en de kampioensschaal in ontvangst hadden genomen. Nou, dat was ze gelukt. Al bijna tien jaar gescheiden en sindsdien weinig tot geen contact met elkaar onderhouden, en dan nu ineens, vanuit het niets, ‘gezellig’ met z’n tweeën op pad. Urenlang samen in de auto gezeten als een gelukkig echtpaar dat zoonlief in Italië kwam vereren met een bezoekje. Ik kon mijn ogen niet geloven. In plaats van vreugde over het behalen van de landstitel in mijn eerste – en tegelijkertijd laatste – jaar als speler-coach voelde ik vooral pijn en woede opborrelen. Pijn, omdat hun gezamenlijke aanwezigheid mij in één klap weer herinnerde aan het verleden, en dat uitgerekend op wat voor mij een van de opwindendste dagen ooit had moeten worden. Woede, omdat ik het een schijnheilige vertoning vond. Als je samen zo lang in de auto kunt zitten, dan had je ook samen wat van je huwelijk kunnen maken. Goedbedoeld of niet, maar met hun onaangekondigde bliksembe-

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

zoek onderstreepten mijn ouders voor mijn gevoel slechts dat ze geen vechters waren, geen doorzetters. Te snel en te makkelijk hadden ze destijds het bijltje erbij neergegooid. Dat vond ik toen al, als kind, en die gedachten dreunden opnieuw door mijn hoofd op het moment dat wij elkaar na afloop begroetten. Uit fatsoen heb ik me ingehouden. Ik wilde geen scene maken daar langs de rand van het veld, ten overstaan van alles en iedereen. ‘Leuk dat jullie er zijn, maar ik ga met de jongens de stad in om het kampioenschap te vieren’, heb ik gezegd. Ik heb ze de sleutels van mijn appartement gegeven en ben weggegaan. Pas toen het licht werd, kwam ik thuis. Tien jaar later, op het sterfbed van mijn moeder, heb ik die dag met haar besproken en verteld wat ik toen werkelijk voelde. Ze begreep het.

Mijn ouders gingen uit elkaar toen ik tien jaar was. De aankondiging kwam als een schok, zowel voor mij als voor mijn twee jaar jongere zusje Linda. Ik zat tv te kijken, naar een programma dat toevalligerwijs over scheiden ging en opeens zegt mijn moeder: ‘Wat zou jij ervan vinden als je vader en ik zouden gaan scheiden?’ Het antwoord liet zich raden. Ik viel van mijn stoel van verbazing. Scheiden? Mijn ouders? Ik kon het niet geloven. Een deel van de problemen tussen mijn ouders was terug te voeren op de mislukte poging van mijn vader om een eigen zaak op te zetten. Zijn zakenpartner ging failliet, waarna hij psychisch in een gat viel. Zijn droom, en daarmee die van ons, was altijd geweest om een eigen huis te bouwen op een speciale locatie die hij daarvoor op het oog had. Toen zijn bedrijf over de kop ging, spatte die droom wreed uiteen. Dat gedroomde huis is er nooit gekomen. Uiteindelijk heeft zijn broer op die beoogde plek een huis uit de grond gestampt, hetgeen mijn vader – terecht of niet – heeft ervaren als een pijnlijke nederlaag.

Mijn vader is van nature geen prater. Dat is geen verwijt, dat is een constatering. Hij heeft het beste

met ons voorgehad, daar geen misverstand over. Maar praten over zijn ware gevoelens zit nu eenmaal niet in zijn karakter. Mijn moeder daarentegen was een open Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist  
22/10/2007 Pg.

boek. Ze was – in de goede zin van het woord – een beetje een zweverig, licht filosofisch ingesteld type, dat zichzelf voortdurend vragen stelde en naarstig op zoek was naar antwoorden. Qua karakter waren mijn vader en mijn moeder elkaars tegenpolen. Bovendien betaalden ze de tol voor het feit dat ze achteraf gezien veel te jong – mijn moeder was tweeëntwintig toen ik werd geboren – met elkaar waren getrouwd.

Die scheiding hakte er stevig in, maar wat wil je? Ik was tien zoals gezegd: een voorzichtig beginnende puber die de grote wereld langzaam maar zeker begon te ontdekken. Van het ene op het andere moment werd ik geconfronteerd met een van de pijnlijkste ervaringen die je als kind kunt hebben. Mijn vader liet ons achter in het rijtjeshuis in Den Bosch en ging op zichzelf wonen. Frustrerend is achteraf bezien vooral het besef dat hun huwelijk meer kans van slagen had gehad als mijn ouders meer met elkaar hadden gesproken en meer energie in elkaar hadden gestoken. Zelf heb ik van die periode geleerd om vooral door te zetten en juist niet bij de pakken neer te gaan zitten, want mensen die verschillend zijn, kunnen elkaar juist heel goed aanvullen. Hoe dan ook, zijn vertrek was voor mijn moeder het sein om, meer dan ooit tevoren, op zoek te gaan naar zichzelf. Wie was ze? Wat had het leven haar nog meer te bieden dan alleen maar moeder en huisvrouw zijn? Tot dat moment had ze maar zelden genoten van het leven en zich volledig weggecijferd voor mijn vader en voor haar twee kinderen. De scheiding was het moment om haar eigen ik in al zijn facetten te leren kennen. Niet veel later kwam ze in contact met een spiritueel-religieuze beweging die begin jaren tachtig een zekere mate van populariteit genoot in Nederland: de Bhagwanbeweging. Laat ik, om misverstanden te voorkomen, vooropstellen dat ik mijn moeder niets kwalijk neem. Integendeel zelfs: ze heeft altijd het beste met mijn zus en mij voorgehad en gehandeld naar haar mogelijkheden. Haar keuze om zich uiteindelijk aan te sluiten bij de Bhagwan was geen eenvoudige. Verre van dat, want mijn moeder beseftte maar al te goed dat die beslissing verstrekkende gevolgen zou kunnen hebben: ze had mij kunnen verliezen. Ik was een puber, ik was tegen, zoveel was wel duidelijk. Maar ze wist ook dat Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

ze zonder die keuze nooit een goede moeder kon zijn. En dus ging ze. Toen heb ik die stap gezien als een vorm van verraad. Nu denk ik: ondanks alles was het een dappere zet, die paste in de levensfase waarin mijn moeder op dat moment verkeerde. De keuze voor de gemeenschapszin van Bhagwan was voor mijn moeder geen middel, maar een doel. Toetreding versterkte haar zelfvertrouwen. Ze stapte er jaren later ook weer heel makkelijk uit, omdat ze haar doel bereikt had: ze was een heel sterk mens geworden met een sterk ontwikkeld sociaal gevoel. Samen delen, dat was haar motto. Dat heb ik onder meer van haar geleerd.

Maar wat doe je als kind als je moeder is toetreden tot de Bhagwan en zich van de ene op de andere dag in rode kleding over straat beweegt? Je schaamt je natuurlijk. En niet zo'n beetje ook. Op school werden er grapjes over gemaakt, geregeld werd ik door klasgenoten herinnerd aan mijn 'gekke' moeder. Zodra ze zich op de hockeyclub vertoonde, kon ik wel door de grond gaan. Als we kleren gingen kopen in de stad, liep ik soms wel tien meter achter haar en mijn zusje. Ik wilde er niet bij horen, ik zette me af. Status was belangrijk voor mij, zoals voor zoveel kinderen van die leeftijd, dus was haar keuze dodelijk. In haar persoonlijke zoektocht was mijn moeder in de eerste maanden die volgden op de scheiding veel van huis. Ze kwam vaak laat thuis en leidde een soort dubbelleven,

dat ze overigens lange tijd verborgen wist te houden voor mijn zusje en mij. Achteraf denk ik: hoe is het mogelijk? Soms was ze tot diep in de nacht op pad, maar 's ochtends zat ze wel weer als eerste aan de keukentafel voor het ontbijt. Ondanks alles mocht het Linda en mij aan niets ontbreken.

Als e'én thema centraal staat in het Bhagwangeloof, dan is het wel de gemeenschapszin. Vrienden en vriendinnen van mijn moeder deden, omwille van het grotere geheel, vrijwillig afstand van hun bezittingen. Zover kwam het in ons geval niet. Die 'prijs' weigerde mijn moeder te betalen. Al was het maar voor ons. Daartegenover stond een vrije seksuele moraal. Het kost mij nu, jaren later, moeite om toe te geven, maar thuis bij ons gebeurde van alles en nog wat. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Als kind besepte ik het niet of nauwelijks. Of misschien wilde ik het wel niet beseffen, maar feit was dat er geregeld vreemde mannen over de vloer kwamen. Op zulke momenten was het ons verboden naar binnen te gaan. We moesten buiten blijven spelen. Ook op school wilde het maar niet vlotten. Natuurlijk had dat grotendeels te maken met de problemen thuis. Daarbij kwam dat ik last had van leesblindheid (dyslexie), hoewel dat probleem pas jaren later aan het licht kwam. Mijn zoontje Jurre worstelt met hetzelfde probleem. Maar goed, mede daardoor was ik als jonge tiener een trage leerling, hetgeen ik van sommige leraren tot ver- velens toe te horen kreeg. Ook die neerbuigende woorden hebben mij gevormd.

Alle ingredie"nten waren destijds aanwezig om te vluchten of van het rechte pad af te geraken. Dat is niet gebeurd en daar ben ik trots op. Dat was niet alleen mijn eigen verdienste, maar ook die van mijn ouders. 'Niet vluchten, maar vechten' werd mijn credo. Ik hield mezelf voor: ik zal het ze laten zien. Een docent Engels zei tegen mij: 'Man, jij kunt er echt helemaal niks van. Weet jij wat jij moet doen? Lekker hockeyen, dan vind je later vast een goede baan.' Als ik nu terugdenk aan die cynische woorden, denk ik: hartelijk dank voor deze aansporing, want dat ene denigrerende zinnetje heeft me al die jaren enorm geprikkeld. Niet voor niets kan ik zijn plaagstoot zoveel jaar na dato nog letterlijk reproduce- ren. Helaas is de man inmiddels overleden, maar anders had ik hem vorig najaar, na het behalen van de wereldtitel in Madrid, hoogst- persoonlijk een fles wijn cadeau gedaan. Thuis bleek de situatie na verloop van tijd niet langer houdbaar. Alles kwam in een stroomversnelling op het moment dat mijn moe- der voor twee maanden naar Amerika vertrok in een poging nader tot zichzelf te komen. Bij terugkomst adviseerde mijn moeder me om eens met een vriend, geen Bhagwanvolgeling overigens, van haar van gedachten te gaan wisselen. In al die jaren had ik geen traan gelaten, maar op het moment dat ik tegenover hem zat en begon te praten, kwam al die opgekropte onmacht in e'én grote, lange huilbui uiteindelijk tot ontlading. Mede op zijn advies ben Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

ik toen rond mijn veertiende bij mijn vader ingetrokken, die toen een vriendin had in Nuland en daar woonde met twee jonge jon- gens (zeven en acht jaar) uit een eerder huwelijk. Anderhalf jaar heb ik bij hen ingewoond, wat betekende dat ik elke dag twee uur op de fiets zat van en naar Den Bosch. Weer of geen weer, ik had geen keuze. Ik moest, punt uit. Ook dat heeft me gehard. Nuland kwam als geroepen, maar de plek waar ik me verreweg het beste thuis voelde was de hockeyclub in Den Bosch, waarvan mijn vader al jaren een trouw en actief lid was. Da'a'r was ik iemand, dat wil zeggen: ik beheerste het spelletje redelijk tot goed en kreeg dan ook van deze en gene zijde complimenten, terwijl ik op school geregeld werd gepest en in Nuland, of ik nu wilde of niet, toch vaak werd overvallen door verdriet en mijn moeder miste. Op het hockeyveld vervlogen alle zorgen. Daar zocht en vond ik het zelfrespect, zoals mijn moeder dat op haar manier

ook had gedaan maar dan langs de weg van het geloof. Mijn zoektocht eindigde op het hockeyveld. Dat was mijn baken van rust, daar hield ik mij staande in wat, nu terugkijkend, woelige jaren waren.

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Hoofdstuk Excelleren en enthousiasmeren

Je mag het niet al te hard roepen, zeker in het nuchtere Nederland niet, maar als jochie van een jaar of veertien, vijftien kon ik een aardig balletje slaan. Vreemd was dat niet, want ik was niet van het veld te branden. Als het maar even kon, dan was ik op de hockey-club, zeker in het weekeinde wanneer mijn vader ook altijd aan de Oosterplas te vinden was. Oefening baart kunst, zo wil een aloude wijsheid. In mijn geval gingen die wijze woorden zeker op. Ein-delooos was ik bezig met bal en stick, daarin aangemoedigd door de verantwoordelijke jeugdcoaches van Den Bosch voor wie het uiteraard zeer bevredigend was om te zien dat hun op- en aanmer-kingen in vruchtbare aarde vielen. Hun enthousiasme werkte als een katalysator, maar andersom was dat evengoed het geval. Zij voedden mij, maar ik voedde hen net zo goed. Nu ik zelf langs de lijn sta, moet ik regelmatig denken aan die periode, in het besef dat een coach een belangrijke – om niet te zeggen de ‘belangrijkste’ – inspirator is voor zijn spelers of speelsters. Zo ‘lui’ als ik op school was – of beter: zo lui als ik in de ogen van de leraren was – zo gedreven en leergierig was ik op het hockeyveld. Dat was enerzijds het gevolg van compensatiedrang, anderzijds het gevolg van pure nieuwsgierigheid. Die laatste karaktertrek heb ik van m’n moeder. Die ging op zoek naar zichzelf, zij het langs de filosofische weg. Ik ook, maar dan op het hockeyveld. Onder de bezielende leiding van jeugdtrainers als Miep Voets, Theo Baten, Harrie Sterk en Bart van Lith.

Bart van Lith was midden jaren tachtig een centrale figuur bin-nen HC Den Bosch. Behalve trainer-coach van heren-1 verzorgde Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

hij ook trainingen voor de jeugd. Als jonge, leergierige hond hing ik

aan zijn lippen. Bart was meer dan zomaar een coach. Gaandeweg werd hij een soort tweede vader, die zich liefdevol over mij ont-fermde. Zo mocht ik in de weekeinden vaak bij hem en zijn gezin logeren in Rosmalen. Bij de Van Liths belandde ik in een gespreid bedje. Zij hadden alles wat ik miste, zo voelde het althans: een hecht gezin met vijf kinderen, een open haard, noem maar op. Warmte en gezelligheid stonden voorop. Het leek wel alsof alles daar kon.

Mijn debuut op het hoogste niveau maakte ik op zondag 19 mei 1985, ruim twee maanden na mijn vijftiende verjaardag, nadat ik als midden-midden eerder al mijn opwachting had mogen maken in de regionale jeugdselectie (Zuid-District B). Den Bosch was op dat moment formeel al gedegradeerd uit de hoofdklasse. Onze latere en succesvolle voorzitter Rob Campbell speelde die hockey-jaargang (1984-1985) zijn laatste seizoen als laatste man. Op de slotdag speelden we uit tegen Laren, dat destijds beschikte over ‘grote namen’ als Patrick Faber, Taco van den Honert en Pieter van Ede. Laren won met 1-0, door een doelpunt van Faber, maar de club uit ’t Gooi keerde desondanks eveneens terug naar de over-gangsklasse. Drie jaar heb ik in de overgangsklasse gespeeld voor Den Bosch, tot de zomer van 1988. Op dat moment maakte ik deel uit van Jong Oranje en om daarvoor in aanmerking te komen was spelen op het hoogste niveau min of meer een vereiste. Zowel Oranje Zwart als Tilburg vroeg me. Mijn keuze viel uiteindelijk op de laatste club. Tilburg gold destijds als een meer dan gedegen middenmoter, waarvoor de andere hoofdklassers altijd enige schrik hadden. Bovendien beschikte de club over een in Brabant veelgeroemde trainer-coach, in de persoon van Pierre Visschers, plus een aantal gelouterde spelers, onder wie international-doel-man Frank Leistra,

verdediger Fred Bierens en – de eerder dit jaar helaas overleden – aanvaller Erik Parlevliet. Den Bosch was en bleef mijn club, maar als speler – en ook als coach, al beseftte ik dat later pas – moet je af en toe aan jezelf durven denken. Noem het egoïstisch, maar wie zich te veel om anderen bekommert, haalt de top uiteindelijk niet. Waarmee ik overigens niet wil betogen dat je Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

per definitie je ellebogen moet gebruiken in de topsport. Integen-

deel, een al te egocentrische houding is dodelijk, zeker in een team- sport als hockey.

Het was toch al een hectische tijd, mede door mijn studie aan het CIOS in Arnhem. Vooral het eerste jaar ging mij niet in de koude kleren zitten. Elke dag ging ik op en neer met m'n eigen autootje, waarbij ik 's ochtends om half zeven drie medestudenten ophaalde, onder wie mijn Den Boschploeggenoten Luc Coertjens en Cas Wolbert. Het waren lange, zware maar boeiende dagen, die negen van de tien keer eindigden met een hockeytraining. De keuze voor het CIOS was een logische, hoewel de sportacademie mijn voor- keur genoot. Sport was wat mij dreef, sport was wat mij het plezier en de afleiding verschafte, die ik toentertijd nodig had. Twee jaar daarvoor was ik noodgedwongen weer bij mijn moeder ingetrok- ken, op het moment dat mijn vader op zichzelf ging wonen na de breuk met zijn vriendin in Nuland en mijn moeder zichzelf had losgemaakt van de Bhagwanbeweging en een nieuwe vriend ge- vonden had. Met hem werk ik overigens tot op de dag van van- daag: videoman Lars Gillhaus. Een paar maanden heb ik nog bij hen ingewoond, totdat ik mijn eigen etage ging bewonen in het centrum van Den Bosch.

Na de mavo te hebben afgerond had ik eigenlijk slechts e' e'n doel: ook het havo-diploma in de wacht slepen. Dat papiertje had ik immers nodig om toegelaten te worden tot de sportacademie. Maar, mede door mijn slechte verstandhouding met enkele docen- ten e'n mijn dyslexiehandicap, slaagde ik niet in die opdracht. Tot overmaat van ramp werd ik tot twee keer toe uitgeloot voor het CIOS. Opgeven lag voor de hand, maar niet in mijn geval. De aan- houder wint, hield ik mezelf voor en de derde keer bleek ik inder- daad wel welkom in Arnhem. Vooral de praktijklessen vergden veel in dat eerste jaar. Een beetje tot mijn eigen verbazing bleef ik echter wonderwel op de been, vooral bij het lesgeven aan een groep. Zowel mijn houding als mijn uitstraling werd door de do- centen positief beoordeeld. Dat schraagde mijn zelfvertrouwen, dat ik tot dan toe vooral had opgedaan op het hockeyveld en niet Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

daarbuiten. Baat had ik vooral bij het feit dat ik kort daarvoor –

eerst spelenderwijs, later meer gestructureerd – trainingen was gaan geven aan de allerjongste hockeyjeugd van Den Bosch. Hoe dat zo was gekomen, laat zich raden. Ik was helemaal gek van het spelletje en Den Bosch zat verlegen om jonge, enthousiaste jeugdtrainers. Een zakcentje kon ik bovendien wel gebruiken toen ik op kamers woonde. Bart van Lith heeft me destijds aanbevolen bij het bestuur. En zo was ik van het ene op het andere moment ineens verantwoordelijk voor de zogeheten mini's, de leeftijdscate- gorie van zeven tot en met tien jaar. Die leeftijdsgroep is, terug- kijkend, de best denkbare leerschool geweest. Wie langs de zijlijn met de handen in de zakken gaat staan, die is gezien. Zonder cre- ativiteit red je het namelijk niet bij die groep. Ze zijn zo jong en zo snel afgeleid, dat je als trainer gedwongen bent om actief mee te doen. Je moet ze, zo leerde ik al snel, gek zien te krijgen van het spelletje en dus op een enthousiaste manier het ene na het andere wedstrijdvormpje zien te verzinnen. Anders verslapt de aandacht vrijwel onmiddellijk en kun je als trainer helemaal opnieuw begin- nen. Mijn advies aan eenieder die zich wil bekwamen in het vak van trainer-coach luidt dan ook: begin bij de allerjongsten, want daar leer je het meest. Daar leg je de



best denkbare basis voor je latere carrière. Wie daar overeind blijft, die redt het meestal wel. Wie die bagage daarentegen niet heeft, loopt eerder tegen de muur. Kijk maar naar al die oud-spelers die, meestal vrij kort na het beëindigen van hun actieve loopbaan, meteen doorstromen als technisch eindverantwoordelijke van het eerste. Het merendeel komt niet voor niets in de problemen, met name door gebrek aan elementaire basiservaring, hoe hoog ze zelf ook gespeeld mogen hebben.

Al vrij snel na mijn debuut als trainer-coach raakte een en ander in een stroomversnelling. Den Bosch had een probleem met de meisjes A-1 (tot achttien jaar). Mijn enthousiasme en vorderingen met de allerjongsten waren kennelijk niet onopgemerkt gebleven en dus kwam het bestuur uit bij mij. Ik speelde echter op dat moment zelf bij Tilburg. Bovendien waren er zo links en rechts wat twijfels.

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Ik was achttien jaar en dus amper ouder dan die speelsters, waardoor de vraag rees of ik ‘niet met m’n handen aan die meiden’ zou zitten. Ik kreeg het voordeel van de twijfel, nadat de club had besloten een manager aan te stellen, die nauwlettend erop zou toezien dat ik me aan de regels hield. Al die al dan niet begrijpelijke zorgen bleken misplaatst, want ik was vooral bezig met de vraag hoe ik het aanwezige talent binnen de ploeg tot wasdom kon brengen. Heel erg moeilijk bleek dat niet te zijn. In feite deed ik hetzelfde als bij de mini’s. Enthousiasmeren, zelf meedoen en veel variatie in de trainingen leggen, daar kwam het kortweg op neer. Al in ons eerste jaar wonnen we de landstitel. Met een ploeg waarvan mijn latere vrouw Karin aanvoerster was – al zou het nog jaren duren voordat wij elkaar vonden – en die verder bestond uit speelsters die later zouden uitgroeien tot de boegbeelden van de Bossche vrouwenploeg: Mijntje Donners, Dillianne van den Boogaard en Ageeth Boomgaardt. Later kwam ook Minke Booij bij de selectie. Drie jaar heb ik uiteindelijk leiding mogen geven aan die ploeg en opnieuw bleven de prestaties niet onopgemerkt. Gijs van Heumen, destijds technisch directeur bij de Nederlandse hockeybond (KNHB), vroeg me na het eerste kampioensjaar of ik wellicht zin had om trainingen te gaan geven bij de landelijke B-jeugd van de jongens (tot en met vijftien jaar). Daarin zaten spelers die later een voor een zouden doordringen tot het ‘grote’ Oranje: Taeke Taeke, Rob en Geert-Jan Derikx, Mathijs Brouwer en Floris Evers. ‘Waarom niet?’ was mijn antwoord op de door Gijs opgeworpen vraag. Zo leerde ik ook al snel het verschil kennen tussen het werken met jongens en met meisjes, ook al draag ik tot op de dag van vandaag het – onterechte – stempel van vrouwencoach. Maar jarenlang heb ik met beiden gewerkt, en wat mij altijd is bijgebleven is dat meiden in eerste aanleg veel afwachtender zijn. Die stonden destijds bij Den Bosch voorafgaand aan de training langs de lijn een beetje te giebelen over jongens en dat soort dingen, terwijl de jongens al op het veld stonden en aan het afwerken waren op doel. Als trainer-coach moet je meiden meer vragen; maar als ze eenmaal aan de gang zijn, zijn ze over het algemeen enthousiaster dan jongens.

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

gens, en kun je veel gestructureerder met hen werken dan met jongens. Die stellen niet alleen sneller maar ook vaker de waarom-vraag. Met meiden valt dan ook vaak wat sneller winst te behalen, op voorwaarde dat je je huiswerk als trainer hebt gedaan, want alleen dan ben je in staat om langer de aandacht vast te houden. Jongens zijn doorgaans ook wat vatbaarder voor externe prikkels dan meisjes. Dat was een van de redenen waarom ik Taco van den Honert destijds heb gevraagd af en toe een gasttraining te verzorgen bij de landelijke B-selectie. Die jonge jongens keken enorm tegen hem op en dat was geen wonder, want zeker toentertijd was Taco de meest begenadigde hockeyer op de Nederlandse velden. Dat uitgerekend hij zich met hen

bemoeide, vormde een enorme stimulans voor die jongens. Het was dus niet alleen Taco's kennis die ik gebruikte, maar ook zijn populariteit. Zo kwam ik elk jaar, zonder dat daar een uitgekiend carrièrepad aan ten grondslag lag, een stapje verder en was mij al snel duidelijk dat mijn toekomst in de sport lag. Mijn eigen loopbaan als speler had op dat moment nog de hoogste prioriteit. Daar moest ik sla- gen, als trainer mocht ik slagen. Zo dacht ik toen. Inmiddels weet ik beter. Pin je vooral niet vast op resultaatdoelen, want daar word je uiteindelijk niet gelukkiger van. De kans op falen is groter dan de kans op slagen. Denk stap voor stap en laat je vooral niet leiden door het eindresultaat, want dat is het najagen van een schijnwer- kelijkheid.

Plezier was (en is) mijn drijfveer. Eindelijk bleek ik goed in iets te zijn, eindelijk kon ik excelleren. Die constatering stimuleerde mij toen enorm, zeker toen ik op het CIOS zat. Dit vak beheerste ik, voorlopig althans, hier lagen mijn mogelijkheden. Dat besef leefde heel sterk. Daarbij had ik het geluk – eerlijk is eerlijk – om te mogen werken met een talentvolle ploeg, waarin zoveel prestatiedrang en bereidwilligheid zaten dat ook het team mij naar een hoger niveau tilde. We hadden een idee, voerden dat uit en de goede resultaten die volgden, bleken een min of meer logisch gevolg van al die daar- aan voorafgegane handelingen. Die volgorde, zo moet het en niet anders, leerde ik.

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Vertrouwen putte ik ook uit de complimenten van ouders. Niet alleen in de aanloop naar, maar ook tijdens het seizoen organi- seerde ik van alles en nog wat, ook buiten het veld met de bedoeling de ouders er vooral bij te betrekken. Vaste prik was na verloop van tijd de seizoenspresentatie in het clubhuis, waarin ik de doelen voor het komende seizoen uiteenzette. Ik vertelde wat ik wilde, waarom ik dat wilde en hoe ik dat vervolgens dacht te realiseren vanuit het besef dat je de ouders inzicht moet verschaffen over de keuzes van hun kinderen. Waarom ik drie keer in de week wilde trainen en waarom hun dochter daarmee akkoord was gegaan. Die betrok- kenheid creeerde ik, ook om later eventuele misverstanden te voor- komen. Je gaat toch een soort verbond aan en tot hun achttiende is in mijn ogen sprake van gedeelde verantwoordelijkheden. Tegen het einde van zo'n presentatie stelde ik ook altijd vraag: wie zou ons willen sponsoren, zodat we een beetje financieële armslag heb- ben? Dan waren er altijd wel een paar die hun hand opstaken, al was het maar omdat ze zich niet wilden laten kennen. De een sponsorde de ballen, de ander de trainingspakken. Het ging om relatief kleine bedragen, maar al die kleine beetjes betekenden wel dat we af en toe wat extra's konden doen. Je hoort begeleiders vaak klagen dat ouders zo weinig betrokkenheid tonen. Als dat al zo is, dan zeg ik: stimuleer die betrokkenheid dan. Daag de ouders uit, laat ze niet alleen maar langs de kant staan koukleumen. Klagen is geen kunst, klagen kan iedereen. Zorg dat je je zaakjes op orde hebt, ook op dat vlak. In ons geval was het dan ook geen toeval dat we niet te weinig, maar juist te veel vervoer hadden voor onze uitwedstrijden. Ik moest ouders teleurstellen. Zelf kreeg ik op dat moment flink wat teleurstellingen te verwer- ken in Tilburg, waar ik al vrij snel verwikkeld raakte in de oplaai- ende strijd tussen jong en oud. Beide kampen bestreden elkaar op leven en dood. Topsport hoeft niet gezellig te zijn, maar deze con- troverse ging wel heel ver. Oud ergerde zich aan jong en vice versa. Tijdens trainingen ging het er hard aan toe. Het is in dat seizoen wel eens voorgekomen dat ik huilend van ellende thuiskwam. Bij Den Bosch was ik iemand, in Tilburg was ik niemand. Als ik dat zelf nog niet besepte, dan herinnerde de ouwe kliek mij wel aan die Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

nederige status. Achteraf zeg ik: dat ene jaar heeft me gehard. Maar dat het bij e'én seizoen zou blijven, was me al snel duidelijk. Ik ben niet het type dat op de loop gaat

voor problemen. Maar in zo'n ronduit vijandige sfeer gedij ik niet. Wie wel? Ik zag er in elk geval geen heil meer in. Ik heb in mijn leven altijd zaken aangepakt waar verbetering in zat. Of waarvan ik dacht dat daar verbetering in zou kunnen zitten. Maar een zinkend schip moet je verlaten. Zo simpel is het. Wat dat betreft was ik op jonge leeftijd al een pragmaticus. Tilburg was, zo bleek gaandeweg het seizoen 1988-1989 (uiteindelijk besloten met de achtste plaats), een voorbeeld van een club die, vooral gelet op de onevenwichtige samenstelling van de spelers-groep, langzaam maar zeker in de neerwaartse spiraal was terechtgekomen. Of zou daar vroeg of laat in terecht komen. Daarvan was ik overtuigd. Ik wilde en ik moest verder. Dus koos ik voor Oranje Zwart dat, in tegenstelling tot Tilburg, juist de stijgende lijn te pakken leek te hebben. Een aantal jongens met wie ik in Jong Oranje speelde, onder wie Sander van Heeswijk, speelde daar ook, dus dat maakte de keuze eenvoudiger. Je moet, als coach én als speler, soms een tikje opportunistisch durven te zijn. Ik ben een vechter, althans zo beschouw ik mezelf, maar als je het gevecht niet kunt winnen, dan moet je ook je conclusies (durven) trekken. Verkassen was in dit geval verreweg de beste optie.

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Hoofdstuk Het goede voorbeeld

Stilletjes was mijn hoop in het preolympisch seizoen gevestigd op een uitverkiezing in het Nederlands elftal dat, twee jaar na het behalen van de wereldtitel in Lahore, hoge ogen zou gooien bij de Olympische Spelen van Barcelona (1992). Maar alles liep – helaas – anders. Niet alleen voor mij, maar ook voor de selectie zelf. Een aantal spelers zag eerstejaars bondscoach Rob Bianchi niet (meer) zitten en dus moest de oud-profvoetballer van onder meer FC Amsterdam uiteindelijk het veld ruimen. Zijn vervanger was een oude bekende: Hans Jorritsma, de coach die de Nederlandse hockeyploeg kort daarvoor in Pakistan (1990) naar zijn eerste wereldtitel in zeventien jaar had geleid.

Jorritsma, zelf oud-international, stond en staat bekend als een vernieuwer. Mede daarop baseerde ik mijn hoop, al was ik realistisch genoeg om te beseffen dat, mocht ik überhaupt in aanmerking komen voor een plaats in het Nederlands elftal, het kantje boord zou worden. Bij Den Bosch had ik altijd op het middenveld gespeeld. Bij Tilburg echter moest ik op last van toenmalig trainer-coach Pierre Visschers opdraven als 'valse spits'. Die positie lag mij niet, want scoren was niet aan mij besteed. Een balletje afpakken, stug verdedigen, spelinzicht, timing en passes geven – dat waren mijn sterke punten. En die kwamen bij Tilburg niet of nauwelijks uit de verf, vooral vanwege de positie die ik noodgedwongen moest innemen in het elftal. Daar leerde ik dan ook vooral wat mijn zwakke punten waren. Vervelend of niet, maar ook dat was leerzaam. Wie zijn zwakke punten niet kent, leert zijn sterke punten

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

nooit (er)kennen. Van een sterke generale repetitie kwam het ook

al niet, want met Jong Oranje presteerden we ver onder de maat bij het wereldkampioenschap in Maleisië. Een achtste plaats, meer zat er niet in. Het was dan ook geen wonder dat Jorritsma in de aanloop naar 'Barcelona' voorbijging aan de jonge garde. Mijn olympische ambities kon ik uit mijn hoofd zetten. Jorritsma koos voor enkele oudgedienden in zijn selectie.

Intussen stond ik ook maatschappelijk gezien met lege handen. Mijn studie aan het CIOS in Arnhem had ik in de voorgeschreven vier jaar met goed gevolg afgerond. Maar in plaats van me te kunnen oriënteren op een maatschappelijke loopbaan, stond het Ministerie van Defensie op de stoep. De dienstplicht bestond nog. Ik maakte deel uit van een van de laatste lichten, die gedurende twaalf maanden de Nederlandse krijgsmacht moesten dienen. Ik stond niet te trappelen om mezelf in

gevechtstenuw te hijsen, en wie wel? Maar ik had het geluk aan mijn zijde. Wim Kemps, trainingscoach bij Den Bosch, was in het dagelijks leven majoor in het leger. Hij kreeg het gedaan dat ik dicht bij huis kon blijven: op de legerplaats in Vught. Zo kon ik tussen de bedrijven door mijn hobby blijven bedrijven: trainingen verzorgen bij Den Bosch, en spelen en trainen bij Oranje Zwart in Eindhoven. Het was dat jaar – opnieuw – rennen en vliegen om aan alle verplichtingen te voldoen. Discipline hield me op de been. Tegen het einde van het seizoen 1991-1992 kreeg ik een telefoontje van mijn trainer bij Oranje Zwart, Carel van der Staak, met de vraag of ik in het daaropvolgende jaar aan de slag zou willen als speler-coach in Italië. Zelf had ik via mijn vader, jarenlang de Nederlandse agent-vertegenwoordiger van een Italiaanse meubelfabrikant, al links en rechts wat contacten met dat land. Maar om daar nu aan de slag te gaan? In een tak van sport die daar niet of nauwelijks tot de verbeelding sprak? De gedachte was nooit en te nimmer bij me opgekomen. Maar wat had ik te verliezen? Nog een paar maanden en dan was ik ‘verlost’ van de dienstplicht. In mijn privéleven had ik dan weliswaar stabiliteit gevonden nu ik op mezelf woonde, maar daarmee was alles ook wel zo’n beetje gezegd. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist 22/10/2007 Pg.

Het grootste knelpunt betrof mijn toenmalige vriendin. Of beter: haar ouders. Die zagen mij overduidelijk niet zitten. Ik was niet uit hetzelfde hout gesneden als hun dochter, meenden zij. Maar wat vooral een rol speelde, was mijn getekende verleden. Dat droeg ik, een kind van gescheiden ouders, met me mee. Botweg werd ik afgewezen. Dat laatste was voor mij de druppel. Niet geselecteerd voor het Nederlands elftal was e’én, maar ook nog eens worden ‘verketterd’ deed de deur dicht. Carel belde op het juiste moment. Na een paar dagen van wikken en wegen stemde ik toe. Ik was klaar met mijn opleiding, ik was klaar voor het avontuur. In Nederland had ik weinig tot niets meer. Althans, zo voelde het. Hockey was een vlucht, maar in dit geval een beredeneerde vlucht. Ik wist wat ik deed.

Cernusco was (en is) een klein clubje met ongeveer tweehonderd leden, gesitueerd in een voorstadsje van Milaan. Op het moment dat de club mij benaderde, speelde Cernusco in de op e’én na hoogste divisie. Promotie was aanstaande, vernam ik onder meer van een Nederlander, Roger van Bussel, die toentertijd woonde en speelde bij Cernusco. Van hem kreeg ik alle ins and outs over de club te horen. Met hem deelde ik ook een appartement, op kosten van de club. Want hockey mag dan geen grote sport zijn in het land waar Koning Voetbal regeert, geld had de club wel. Niet dat het een vetpot was, maar aan alle basis- en randvoorwaarden voldeed het bestuur. In Italië bloeide ik op, ook al sprak ik de taal niet die eerste paar maanden en werd ik in die eerste paar weken af en toe overmand door een vleugje heimwee. Maar Roger hielp mij voortreffelijk. Het vertrouwen dat de club in mij – hoewel piepjong – had, was bovendien groot. Ook die wetenschap schraagde mijn zelfvertrouwen. En Italië, en dan vooral Noord-Italië, is een plek waar het goed toeven is. Vervelen deed ik mij niet, toen ik de weg eenmaal een beetje had leren kennen. Zo ging ik geregeld een kijkje nemen op Milanello, het wereldberoemde trainingscomplex van AC Milan waar Marco van Basten, Ruud Gullit en Frank Rijkaard destijds speelden. Ook dat was een verademing. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist 22/10/2007 Pg.

Sportief ging het de club voor de wind in dat eerste jaar. Ook al bleek de combinatie van speler e’n coach een lastige. Ik moest maatwerk leveren, al was het maar omdat ik zelf o’o’k in het veld stond en vanuit die voor een coach ongebruikelijke positie moest bepalen wie erin en wie eruit moest. Dat was niet altijd even makkelijk. Zeker niet op de momenten dat ik zelf niet al te best stond te spelen. In die gevallen bleek de weerstand het grootst. Dat is nu nog

zo, als coach. Als ik ongeïnteresseerd langs de lijn sta met mijn handen in de zakken en ik roep wat, dan wordt dat minder snel geaccepteerd dan wanneer ik vol enthousiasme training sta te geven. Als iets me al snel duidelijk werd in dat Italiaanse jaar, dan was het wel dat ik te allen tijde het goede voorbeeld moest geven. Een zeer waardevolle les, die mij nu nog dagelijks van pas komt. Ik eis van mijn speelsters immers dat ze hockey op de eerste plaats zetten in hun leven, een alleszins redelijke eis als het gaat om topsport. Maar dat betekent wel dat ik dat zelf uiteraard ook moet doen. Zo kan ik het mij simpelweg niet veroorloven om mijn gezicht niet te laten zien tijdens de competitie.

Voor het eerst in mijn leven stond ik in Italië daadwerkelijk op eigen benen. In Milaan, in een nieuwe omgeving, ver weg van het gezeur met mijn 'schoonouders' en mijn eigen ouders, met een niet-alledaagse groep van spelers. Want ga maar na: mijn selectie telde een paar bouwvakkers, een brandweerman, een automonteur en een vertegenwoordiger in kazen. Van een elitaire sport was geen sprake. We trinden op mijn verzoek vier à vijf keer in de week en die trainingsvoorsprong zorgde ervoor dat we dat jaar, als promovendus nota bene, meteen landskampioen werden. Het betekende mijn eerste grote prijs, ook al was dat 'maar' in Italië. Dat deed in mijn ogen echter niets af aan de prestatie. Ondanks de wat stroeve aanloop, vooral veroorzaakt door het feit dat ik de taal aanvankelijk niet sprak, heb ik doorgezet. In een land en een cultuur die ik niet kende, maar heb leren doorgronden, en met spelers van wie de meesten ouder waren dan ik en die ik ondanks hun technische beperkingen toch een bepaalde richting in wist te duwen. Dat alles bij elkaar maakte die landstitel zo bijzonder en zo waar- Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist 22/10/2007 Pg.

devol. Mijn louter positieve ervaringen in Italië waren een voorname reden om, jaren later, 'ja' te zeggen tegen Spanje. Ook als coach maakte ik dat jaar een enorme ontwikkeling door, realiseerde ik me in de dagen volgend op het behalen van de landstitel. Van mijn vroegere trainer bij Tilburg, Pierre Visschers, had ik geleerd om veelvuldig stil te staan bij de techniek. Hockey is in eerste aanleg vooral een behendigheidssport. De basis is dan ook gelegen in de beheersing van de verschillende slag- en stoptechnieken. Pas zodra een speler of speelster die basiskennis enigszins onder de knie heeft, kun je hem of haar als coach tactisch gaan vormen. Techniek dus, gevolgd door tactiek, dat is de enig juiste volgorde. Een andere grote bron van inspiratie was Roger van Gent, een oud-speler van MEP uit Boxtel die zich al vroeg bekwam in het vak van trainer-coach en zo bij Den Bosch terecht kwam. Van hem heb ik vooral geleerd om open vragen te stellen en spelers uit te dagen om zelf met een strijdplan op de proppen te komen. Als speler was ik daar heel gretig in meegegaan en natuurlijk degene geweest die vooropliep om te zorgen dat een mede door mij bepaalde tactiek zou slagen. Wie zelf een bepaalde oplossing verzint, is veel gretiger om die goed ten uitvoer te brengen dan wie de oplossing van hogerhand krijgt 'opgedrongen'. Die aanpak, het uitdagen van de eigen spelersgroep, vormt tot op de dag van vandaag de grondslag van mijn trainersfilosofie. Als speler was ik niet eigenwijs, maar ik stelde wel vragen. Veel vragen soms. In z'n zin was ik vooral kritisch ingesteld, ook al werd die houding door sommige medespelers wel eens uitgelegd als gezeur. 'Daar heb je hem we'er!' In hun ogen was ik een wijsneus, die het altijd beter meende te weten, ook al gaven de meesten mij naderhand gelijk. Maar ik had zo mijn eigen gedachten over het spelletje en die droeg ik ook uit. Juist om een discussie uit te lokken, om zodoende nog scherper het een of het ander te achterhalen. Van vragen stellen is nog nooit iemand slechter geworden, is mijn stelling. Daarin was ik dan ook tamelijk vasthoudend, waarbij ik mijn eigen onzekerheid achter een zelfverzekerde houding verborg. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist 22/10/2007 Pg.

Terug naar Italië", of beter: terug naar Nederland. Want dat ik naar Nederland terug zou keren, stond vast. Italië" had me veel gebracht, maar de vraag was of ik in die omgeving nog meer zou leren. Ik had externe prikkels nodig om mezelf verder te ontwikkelen, als speler e´n als coach. Mijn toekomst lag dan ook in 'Holland Hockeyland'. Den Bosch was bovendien teruggekeerd in de hoofdklasse en sui- keroom Jan van Drunen vroeg mij hoogstpersoonlijk om me weer bij Den Bosch te voegen. Als tegenprestatie zou ik een stereo-in- stallatie van hem krijgen, zo beloofde hij toen we in de bus zaten op weg naar de kampioenswedstrijd in en tegen Groningen. Van Dru- nen hield woord. Maar de contributie van een paar honderd gul- den zou ik wel gewoon uit eigen zak moeten betalen, net als ieder ander lid van Den Bosch. Dat is vandaag de dag nauwelijks nog voor te stellen. Onder druk van de voortschrijdende professionali- sering zijn vrijwel alle spelers en speelsters uit de hoofdklasse de laatste jaren vrijgesteld van het betalen van het clublidmaatschap. In dat eerste seizoen (1993-1994) wisten we ons, zij het met hangen en wurgen, te handhaven in de hoofdklasse, ten koste on- der meer van het 'grote' Kampong dat net onder de streep (elfde plaats) eindigde. Wij daarentegen kwamen uit op de tiende plaats, onder meer dankzij een gelijkspel (1-1) in de laatste speelronde tegen oud-kampioen HDM. Vrijwel elke wedstrijd was een strijd op leven en dood. Als ploeg kregen we niets cadeau. Mijn incasse- ringsvermogen was al redelijk ontwikkeld, maar dat ene jaar de- gradatiehockey onder leiding van coach Wim Kemps sterkte me nog verder. Ook bij 'slecht weer' wist ik aardig op de been te blijven. In datzelfde jaar kwam het Nederlands elftal plotseling weer om de hoek kijken. Roelant Oltmans had na de Olympische Spelen in Barcelona de vrouwen- verruild voor de mannenploeg en nodigde mij in het kader van de voorbereidingen op het wereld- kampioenschap in Sydney uit voor een testserie tegen India. Ik keek in die tijd enorm op tegen de grote gezichtsbepalende spelers uit de selectie, jongens als Floris-Jan Boveland, Taco van den Honert en Marc Delissen. Dat waren de mannen die de lijnen uitzetten. Ik was maar 'een boertje uit het zuiden', dat van geluk mocht spreken dat hij u"berhaupt uitgenodigd was. Het verschil tussen het westen en Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

het zuiden was destijds vele malen groter dan nu het geval is. Het had vooral met bluf en branie te maken. Doelman Ronald Jansen, zelf ook een Brabander, was degene die de strijd aanbond met dat minderwaardigheidscomplex. 'Wat zij kunnen, kunnen wij ook en misschien nog wel beter ook', was zijn motto. Dat bleek, want een paar jaar later – we schrijven het voorjaar van 1998 – werden wij met Den Bosch kampioen ten koste van uitgerekend Amsterdam. Na die titel heb ik het laatste restje minderwaardigheidscomplex voorgoed van me afgeworpen, en ik was toen niet de enige. Mijn debuut maakte ik dicht bij huis, in Vught. Van die wedstrijd tegen India zelf weet ik niet zo veel meer. Het enige wat mij nog bijstaat is dat ik, onzekere nieuwkomer als ik was, vooral bezig was met de vraag: wat zou de coach denken? Van Roelant kreeg ik weinig hoogte, want hij was redelijk gesloten in die tijd. In de wandelgangen werd gefluisterd dat Marc Lammers vooral goed was in thuiswedstrijden, maar buiten Den Bosch nooit op dreef was. Die stelling klopte overigens wel een beetje, want wij hadden destijds een zandwaterveld en ik was vooral goed 'in het laag bij de grond zitten'. Op die stroeve zandondergrond kon je de bal niet of nauwelijks opwippen als aanvaller, wat in mijn voordeel was als verdediger en middenvelder. Punt was dat ik uiteindelijk te veel aan het rekenen was, te veel bezig met mijn concurrenten, en veel te weinig met mezelf. Als coach heb ik die houding later meer dan eens bespeurd bij mijn speelsters, die ik mede daarom meer kansen gaf dan ik zelf indertijd kreeg. Spelers, en zeker jonge spelers, zijn van nature onzeker. Dat is niet erg, dat is begrijpelijk. In plaats van die onzekerheid te vergroten is het zaak ze zelfvertrouwen te

geven en dus veel oefenwedstrijden te spelen, die zich bij uitstek lenen voor het opdoen van zelfvertrouwen.

Uiteindelijk heb ik het tot vijf interlands geschopt. Dat is niet veel, al moet daarbij aangetekend worden dat het onbeperkt doorwisselen van spelers, de zogeheten interchange-regel, destijds nog niet bestond. Een coach mocht slechts twee keer wisselen, en dus duurde het vaak wel even voordat je als neo-international een respectabel aantal caps had verzameld. Na voor het WK in Sydney

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

(1994) al te zijn afgefallen, had ik de pech om in de aanloop naar

de Olympische Spelen van Atlanta (1996) mijn enkelbanden te scheuren. Dat is, nu terugkijkend, altijd een beetje mijn tragiek geweest: ik deed gewoon te veel. Training geven en dan in e'e'n ruk door om zelf te gaan trainen. Van een goede warming-up kwam het vaak niet. Ik gaf mijn lichaam domweg te weinig rust als twintiger en raakte daardoor gaandeweg steeds blessuregevoeliger. Roofbouw, een ander woord heb ik er niet voor. Oltmans' beslissing mij niet mee te nemen naar het toernooi, waar Nederland uiteindelijk Olympisch goud zou winnen, begreep ik wel. Maar diep in mijn hart was ik van mening dat ik wel degelijk bij de besten behoorde, ook al heb ik dat destijds niet laten zien in die vijf wedstrijden. Toen bekroop mij langzaam maar zeker wel het gevoel: wat me als speler niet gelukt is, zal me als coach wel lukken. Dat was wel de motivatie die ik uit dat mislukte avontuur bij Oranje heb overgehouden. Bovendien drong gaandeweg bij mij het besef door dat ik als coach wellicht meer in mijn mars had dan als speler. Stiekem had ik al wel het gevoel dat ik het als speler niet zou halen. Ik dacht immers altijd als trainer, zelden of nooit als speler. Spijt van de roofbouw die ik op mijn eigen lichaam heb gepleegd, heb ik niet. Ik had geen keuze; ik moest wel veel training geven, want ik was destijds net een eigen zaak begonnen en moest dus investeren. De aanloopkosten waren pittig. Daarbij kwam dat ik ook moeilijk 'nee' kon zeggen. Dat is vandaag de dag trouwens nog altijd zo.

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Hoofdstuk Niet lijden maar Leiden

Mijn vader was halverwege de jaren negentig vertegenwoordiger van een Duitse meubelfabriek en in die hoedanigheid verantwoordelijk voor de regio Zuid-Nederland. Met het geven van hockeytrainingen verdiende ik destijds een aardig zakcentje, maar meer dan een zakcentje was het ook niet. Wilde ik financieel rond kunnen komen, dan moest ik 'serieus' aan de bak. Via mijn vader kon ik aan de slag als vertegenwoordiger in houten meubelen, net als hij. Zo reisde ik het hele land door. Het werk ging me redelijk af, ook al ontbrak het me – eerlijk is eerlijk – aan passie voor het product. Het grootste plezier beleefde ik aan de onvermijdelijke en soms spijkerharde onderhandelingen met deze en gene geslepen eigenaar van een meubelzaak. Klantenbinding stond vanzelfsprekend voorop, maar alles had natuurlijk zijn grenzen. Ik kon en mocht geen dief van mijn eigen portemonnee zijn, want ik werkte op commissiebasis.

Na ongeveer een jaar in de weer te zijn geweest als vertegenwoordiger in meubelen, werd ik benaderd door iemand van de van huis uit Pakistaanse hockeyfabrikant Malik. Het bedrijf was op zoek naar een nieuwe importeur in Nederland en vroeg of ik wat voelde voor die functie. Tijd had ik op dat moment genoeg, want ik was weer eens geblesseerd: een beschadigde spier in de rechterknie. Mede daarom hapte ik toe, vanuit de gedachte: ik trek toch al het hele land door om meubels aan de man te brengen, dan kan ik die sticks er net zo goed bij doen. Zo gezegd, zo gedaan. Daarbij kon ik uiteraard handig gebruikmaken van de contacten die ik in de loop

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

der jaren had opgedaan in en rondom de hockeyvelden. Zodoende vond ik in een mum van tijd tien à twintig grote winkeliers die bereid bleken mijn Malik-producten af te nemen. Al snel liepen de zaken zo voorspoedig dat de sticks gaandeweg de meubels overvleugelden. Bovendien was de uitdaging ook groter; deze handel was van mezelf en dan doe je bijna als vanzelf een stapje extra. In 1996 ben ik toen mijn eigen zaak begonnen. Mijn vader had alle begrip voor die stap. Ik wilde op eigen benen staan. Dat begreep hij maar al te goed. Being master of one's own destiny, zoals het Engels dat zo mooi zegt. Wie wil dat niet? Als kleine zelfstandige wilde ik mezelf vanaf dag e'én voorgoed op de kaart zetten. Ik zat dan ook te springen om free publicity. Maar hoe krijg je die als startend ondernemer? Dat was de prikkelende vraag waar ik mezelf voor geplaatst zag. Op mijn naamsbekendheid, voor zover daar al sprake van was, zou ik het niet redden, zoveel was zeker. Als de naam Marc Lammers al een belletje deed rinkelen, dan hooguit in de regio-Den Bosch. Toen ben ik gaan zitten en hardop gaan nadenken. Hockey draait in hoge mate om controle. Of beter: om controle over de bal. Een goede hockeyer of hockeyster onderscheidt zich van de mindere door zijn of haar vermogen de bal 'vastgeplakt' aan de stick te houden. Dat is de kunst, dat is de uitdaging. Ik moest dus op zoek naar een middel om de balcontrole te vereenvoudigen. Samen met een Britse ontwerper kwam ik toen begin 1997 op het idee van wat later, vanwege de gelijkenis met de (omgekeerde) staf van Sinterklaas, de 'Sinterklaasstick' ging heten: een stick met een extreem grote ronding, waar je de bal als het ware in kon vasthouden. De voordelen van die vele malen grotere 'krul' waren legio. Ten eerste bood hij meer controle, ook door het grotere stopvlak, ten tweede meer slagkracht, ideaal voor het geven van een lange pass of bij een strafcorner, en ten derde meer balbezit, omdat de tegenstander de bal moeilijker kon achterhalen. Natuurlijk was het een grap, een heel grote grap zelfs, louter en alleen bedoeld om aandacht te genereren. Dat lukte. Met dank vooral aan de, zeker op dat moment, nog weinig heldere regelgeving van de internationale hockeyfederatie (FIH). In Pakistan liet ik een prototype maken, dat ik op zondag 2 november uit mijn tas Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

tevoorschijn toverde, voorafgaand aan de competitiewedstrijd tegen HDM. Zowel medespelers als tegenstanders waren verbaasd, om over de toeschouwers nog maar te zwijgen. Na twintig minuten borg ik de stick weer op. Spelen met dat ding was eerder een nadeel, maar dat hoefde niemand toen nog te weten. Een dag later belde een verslaggever van het Nederlandse persbureau ANP. Hij wilde het fijne weten van die stick. Nog diezelfde avond zette hij een uitvoerig bericht op het net. Een aantal kranten nam dat bericht de volgende dag mee, waaronder het Algemeen Dagblad (Hockey met staf van Sinterklaas) en Het Parool ('Staf van Sinterklaas' heeft veel voordelen). Mijn missie was – nu al – geslaagd. Zeker toen naar aanleiding van die publicaties ook tal van tv-programma's ineens interesse toonden voor die niet-alledaagse stick. Zo mocht ik mijn vondst onder meer laten zien in een goedbekeken show van Peter-Jan Rens. Vanaf dat moment wisten ook niet-hockeyingewijden wie Marc Lammers was, dat hij onder meer sticks verkocht en onorthodoxe maatregelen niet schuwde. Die Sinterklaasstick zelf was geen lang leven beschoren, maar dat was ook geen moment mijn intentie. Al een paar weken later kwam de FIH met een dik rapport met daarin allerlei eisen waaraan een stick moest voldoen. Dat leverde me opnieuw de nodige publiciteit op. En mijn sticks vlogen de deur uit; in e'én jaar verkocht ik er bijna tienduizend. Die Sinterklaasstick heb ik ergens in de schuur opgeborgen, als een dierbaar aandenken. Vraag is natuurlijk of het doel te allen tijde de middelen heiligt, zoals in de (top)sport regelmatig wordt beweerd. Mijn antwoord klinkt een beetje flauw wellicht, maar luidt: 'ja en nee'. Je moet je



hand niet overspelen door bijvoorbeeld maandelijks met zo'n geintje op de proppen te komen net als James Bond, want dan ben je snel klaar, zeker in het nuchtere Nederland. 'Daar heb je hem weer, de Willie Wortel van het hockey', zal in dat geval snel te horen zijn. Maar zo af en toe de geesten prikkelen en uitdagen, inclusief die van jezelf? Ik juich dat van harte toe. Wie zich wil verbeteren, moet zoeken naar nieuwe wegen en die vind je alleen door actief de grenzen te durven verkennen. Ik had met die Sintstick ook 'nat' Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist 22/10/2007 Pg.

kunnen gaan, al schatte ik die kans vooraf in als zeer klein. Maar dan nog: wat had ik te verliezen? En wie deed ik kwaad? Niemand toch zeker? Bovendien moet en mag je af en toe gebruikmaken van wat ik gemakshalve 'de mogelijkheden' noem. Journalisten, en dan met name die van de populaire media, zijn verzot op opmerkelijke nieuwtjes, zeker als die ook nog eens fotografisch aardig in beeld zijn te brengen. Een groot mediakenner ben ik niet, maar ik had toentertijd genoeg gezond verstand om te beseffen dat die stick in de aanloop naar Sinterklaas zo links en rechts wel op wat belangstelling zou kunnen rekenen. Zoals gezegd, je moet zo nu en dan de grenzen op durven zoeken, en af en toe zelfs een teen over die grens heen zetten. Pas dan herken je nieuwe mogelijkheden. Zo was dat ook met die strategische strafcornervondst, die later mijn naam meekreeg in de vorm van een werkwoord: het lammeren. Mij is wel eens verweten dat ik die tactiek heb 'gejat' van Toon Siepman, de toenmalige trainer-coach van Push, waar de later befaamde strafcornerschutter Bram Lomans zijn hoofdklassedebut (1994-1995) maakte. Siepman komt de eer toe dat hij als eerste op het idee kwam, met het oog op een optimaal rendement van Lomans' corner, om een medespeler voor Lomans langs te laten lopen, zodra die aanlegde vanaf de rand van de cirkel. Dit om de doelman van de tegenpartij op het verkeerde been te zetten, hetgeen ook geregeld gebeurde. Maar ik ging een stap verder dan wat Toon Siepman had verzonnen. De wat sleetse wijsheid 'Beter goed gejat dan slecht bedacht' ging dan ook niet op in mijn ogen. Den Bosch was in het voorafgaande seizoen ternauwernood in de hoofdklasse gebleven. In de zomer kwam doelman en international Ronald Jansen onze gelederen versterken, mede op mijn verzoek, en hij bleek een enorme aanwinst. Ook in mentaal opzicht. Het punt was alleen dat Den Bosch toentertijd niet over een doeltreffende strafcorner beschikte. Later zou mijn oud-studiegenoot Cas Wolbert zich bekwamen in de discipline, maar aan de vooravond van het seizoen 1994-1995 was hij nog niet zover. Wij waren gedwongen andere wegen te bewandelen om toch zo effectief mogelijk te zijn, zodra we aan mochten leggen voor een korte hoekslag. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Met de vondst van Siepman in het achterhoofd heb ik toen, met succes, bij onze technische staf gepleit voor wat in eerste instantie een radicale oplossing leek te zijn. Waarom niet een van ons recht op de doelman laten aflopen, zodra wij een strafcorner mochten nemen? Die aanstormende man zou het zicht van de doelman ernstig belemmeren en daarmee onze scoringskans fors vergroten. De spelregels stonden het toe, dus waarom niet? Nood breekt wet, was de gedachte bij Den Bosch. En met een secure schutter op de kop van de cirkel was het risico van mogelijk letstel (bal op het achterhoofd) in onze ogen te verwaarlozen. Dat andere – en vooral ook lagere – teams al vrij snel het tactische foefje gingen kopieren en er wel gevaarlijke situaties ontstonden op de velden, kon mij onmogelijk worden aangerekend. Dat die tactiek later zelfs navolging kreeg bij het Nederlands elftal had ik uiteraard nooit kunnen voorzien. Maar het was vanzelfsprekend ook bondscoach Roelant Oltmans en zijn assistent Maurits Hendriks niet ontgaan dat 'het lammeren' borg stond voor een hoger strafcornerrendement. In de halve finale van de

Olympische Spelen, met Angstgegner en titel- verdediger Duitsland als tegenstander, waagde Lomans zich tot tweemaal toe in de baan van het schot. Met succes. In de pers heette de winnende Atlanta-strategie toen ineens, ook tot mijn hilariteit, brammeren in plaats van lammeren. Na afloop van het door Ne- derland gewonnen toernooi was het overigens gedaan met het in- lopen op de doelman, zoals ik dat twee jaar eerder had geïntrodu- ceerd. In allerijl had de FIH de spelregels aangepast. Hetzelfde gebeurde jaren later met de zogeheten ‘oortjes’. Al duurde het even voordat de officials mijn truc met de oorzendertjes wisten te doorgronden. Het idee voor de ‘open communicatie’ met mijn speelsters deed ik op in 2002, toen ik als gast van de Rabo- bank een dagje mee mocht rijden in een van de volgwagens tijdens de Ronde van Frankrijk. Het was me al eerder opgevallen dat wielrenners via een oortje in contact stonden met hun ploegleiders. Zo hielden ze elkaar op de hoogte van de ontwikkelingen in de koers en waren ze in staat om snel te anticiperen. Toen ik de voor- delen van die directe communicatie van nabij zag, wist ik genoeg: Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

dat moest en wilde ik ook als bondscoach van de Nederlandse hockeysters. Langs de lijn schreeuwde ik vaak de longen uit mijn lijf, met als bijkomend en niet onbelangrijk nadeel dat de concur- rentie ook kon meeluisteren en vrijwel meteen kon reageren op mijn aanwijzingen. Met de introductie van zo’n ‘wielerootje’ zou- den wij in e’én klap van dat euvel verlost zijn. Communiceren tij- dens een wedstrijd deed ik tot dan toe vooral met mijn assistenten, die zich meestal boven op de videotoren bevonden, achter een van beide doelen. Mede op basis van hun bevindingen instrueerde ik mijn speelsters welke variant ze moesten spelen bij een strafcorner. Wij hadden gezien waar de ruimte lag en hoe de keepster en de lijnverdedigsters uitliepen, mijn speelsters niet. Voor een optimale uitvoering van de strafcorner zijn zij immers gedwongen hun ogen voortdurend op de bal te houden.

Een strafcorner laat zich vergelijken met een schaakspel. Als coach kun je in korte tijd oplossingen aandragen voor specifieke situaties. Op andere facetten van het spel, zoals het benutten van scorings- kansen in het veld, heb je als coach tijdens een wedstrijd veel min- der invloed. Dat heeft vooral tijd en ervaring nodig. Voor elke van de in totaal 38 cornervarianten hadden we een bepaald teken afge- sproken, zoals honkballers dat ook doen. Het was de geheimtaal van coach en spelers. Maar ook hier keek de concurrentie uiteraard mee. Sterker nog: Argentinië bleek, zo ontdekte ik na verloop van tijd, een heuse studie te hebben gemaakt van mijn arsenaal aan tekens en gebaren met als gevolg dat hun keepster op een gegeven moment slechts naar de zijlijn hoefde te kijken om aan mijn hand- gebaar af te lezen welke strafcornervariant haar te wachten stond. Zo zouden we natuurlijk nooit wereldkampioen worden, besepte ik. Samen met videoman Lars Gillhaus heb ik toen contact opge- nomen met Phonak, een bedrijf dat gespecialiseerd is in gehoortoe- stellen. Zo kwamen we in het bezit van die later beruchte ‘oortjes’. In het diepste geheim zijn we met dat hulpmiddel gaan trainen en wedstrijden spelen in de aanloop naar het wereldkampioenschap dat eind november, begin december 2002 in Perth zou worden ge- houden. Met een aantal ‘dragende’ speelsters, onder wie onze aan- Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

voerster Mijntje Donners en strafcornerspecialiste Ageeth Boom- gaardt, stond ik rechtstreeks in contact. Van belang was dat ik op de bank niet al te openlijk blij gaf van het feit dat dit contact er was. Ik moest dus een beetje murmelen en af en toe mijn hand voor mijn mond houden. Het systeem werkte, wonderwel zelfs. Vooral in het geval van wat in hockeytermen ‘standaardsituaties’ worden genoemd, zoals strafcorners en vrije slagen, kon ik mijn ploeg at-

tenderen op de ruimte en daarmee op de mogelijkheden. Het ge-avanceerde systeem verschaftte ons een voorsprong op onze concurrentie. Dat is waar topsport om draait. Schuldig voelde ik mij niet, integendeel zelfs. Je doet, als coach en als speler, alles wat binnen de mogelijkheden ligt om de ander af te troeven. Dat is de essentie van topsport. En verboden waren die oortjes niet, blijkens het spelregelboek van de FIH. Nog niet, in elk geval. Na onze derde WK-wedstrijd kwam een Engelse journaliste, Cathy Harris van The Times, naar me toe met in haar hand een close-upfoto van Ageeth Boomgaardt. Het oortje was duidelijk zichtbaar. Het angstzweet brak me uit. 'Doof en toch zo goed kunnen hockeyen, dat is knap', zei ze. Ik verschoot bijna van kleur, maar hield me wijselijk in. Twee dagen later kwam Harris opnieuw op me af, grijnzend en wel. 'Ik heb jou door, vriend. Je bent de boel aan het belazeren. Acht dove speelsters, dat is onmogelijk.' Daarop heb ik haar het verhaal uit de doeken gedaan. Maar Harris was uiteraard niet de enige die argwaan had gekregen. Bij een WK wemelt het van de camera's en dus was het een kwestie van tijd voor ons geheim zou uitlekken. Toen dat uiteindelijk gebeurde, halverwege het toernooi, moest ik prompt op het matje komen bij de organisatie. Hoe had ik het in vredesnaam in mijn hoofd gehaald om zo een loopje te nemen met de regels? Met het gebruik van de oortjes bezoedelde ik de goede naam van de sport, beten ze mij toe. Het getuigde volgens de officials bovendien van een schrijnend gebrek aan sportiviteit. En zij waren niet de enigen die er zo over dachten, zo werd daar dreigend aan toegevoegd. Onder de indruk was ik niet. Voor zover de officials überhaupt bereid waren om naar mijn verhaal te luisteren, heb ik uiteengezet

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

waarom ik voor deze oplossing had gekozen. Topsport is balanceren op het randje, maar die woorden vonden geen enkel gehoor bij de hoogwaardigheidsbekleders. Ik was in hun ogen een valsspeler en mocht van geluk spreken dat ze mij en mijn ploeg niet met onmiddellijke ingang uit het toernooi gooiden. Dat klonk als een vals dreigement. Ik maakte slechts gebruik van de mogelijkheden en zij liepen achter met hun regelgeving. Dat was het enig juiste verhaal en beslist niet anders. Wie had zijn huiswerk hier nu wel gedaan en wie niet? De vraag stellen is 'm beantwoorden. Maar ik wilde op dat moment geen olie op het vuur gooien. We waren bezig met een toernooi, en niet zomaar een toernooi maar het wereldkampioenschap. Alle kritische op- en aanmerkingen heb ik over me heen laten komen en vervolgens weer even snel en gemakkelijk van me af laten glijden. Het feit dat we voor de overige deelnemende landen nu ineens de gebeten hond waren, maakte ons alleen maar sterker. Elk nadeel heeft z'n voordeel, om met Johan Cruijff te spreken. Een al te beste naam hadden we op dat moment toch al niet bij onze concurrenten. Een jaar eerder, bij de strijd om de Champions Trophy in Amstelveen, hadden we de nodige verbazing e'n irritatie gewekt met de introductie van de zogeheten videobril. Het was mijn eerste grote toernooi als bondscoach van Nederland en dat ook nog eens voor eigen publiek. Niet dat Lars en ik daarom kozen voor dat moment voor de lancering van 'de bril'. Het ding was in mijn ogen simpelweg een onmisbaar hulpmiddel voor de moderne hockeycoach.

Hockey is, meer dan enige andere sport wellicht, een sport waar de eerder gememoreerde standaardsituaties een vaak doorslaggevende rol spelen. Neem alleen het belang van de strafcorner. Die betekent in veel gevallen het verschil tussen winst en verlies. Maar als coach ben je in de wedstrijd relatief machteloos, zodra je ploeg mag aanleggen voor een corner. Goed, je hebt in de voorafgaande weken hard getraind op tal van varianten en kunt vanaf de zijlijn wat aanwijzingen geven op basis van hetgeen je weet van de bewuste tegenstander. Of beter: van wat je weet of denkt te weten van de zwakke plek of plekken van de 'vijandelijke' keepster. Maar aan Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

# Videobril nieuw snufje in hockeysport

Van onze verslaggeefster  
Tynke Landsmeer  
AMSTELVEEN

Marc Lammers maakte als speler van Den Bosch al naam in de hockeyswereld met nieuwe snufjes als de zogenoemde sinterklaasstick en het lammeren. Het afgelopen weekeinde voegde de innovatieve bondscoach van de Nederlandse hockeysters de videobril aan zijn imponerende rijtje uitvindingen toe.

Opletende toeschouwers zagen Lammers tijdens de Champions Trophy met een futuristisch ogende zonnebril langs het veld staan. De bril is echter niet bedoeld om de ogen te bescher-

men tegen fel zonlicht, maar om beter zicht op de strafcorner te krijgen.

Voor zijn ogen kunnen op een klein videoscherm, dat in draadloze verbinding staat met een camera, alle beelden van de wedstrijd worden afgespeeld. Op verzoek kunnen spelsituaties in slow motion worden herhaald. Vooral nog gebruikt Lammers de bril alleen bij strafcorners.

Het geavanceerde apparaat wordt vanaf een stelling boven het doel van de tegenstander door video-operator Lars Gillhaus bediend. Met een draadloze telefoonverbinding houdt hij bovendien contact met de spelersbank zodat de beelden op gezag

van de bondscoach kunnen worden herhaald en stopgezet.

Volgens Lammers zal de strafcorner in het internationale vrouwenhockey een steeds belangrijker rol gaan spelen. Tegen Argentinië bleek het effect. Na elke variant bekeek hij snel de videobeelden om bij een volgende situatie zijn speelsters te instrueren aan welke kant de verdediging het best omspeeld kon worden. Nederland scoorde in de eerste helft twee keer uit vijf corners en won de wedstrijd met 2-1.

Lammers: 'De strafcorner is net een schaakspel. Hiermee kan ik in korte tijd oplossingen aandragen voor specifieke situaties.

Op het benutten van veldgoals heb ik tijdens een wedstrijd veel minder invloed. Dat heeft vooral tijd en ervaring nodig.'

Gillhaus, in het Nederlands team de opvolger van Roberto Tolentino en werkzaam bij een fotodetailhandel, ontdekte het apparaat op internet. In de toekomst hoopt hij de bril te kunnen vervangen door een driedimensionale variant, zodat Lammers vanaf zijn positie op de bank ook diepteverschil kan onderscheiden. Het onderzoeksinstituut TNO is ook al gevraagd om mee te denken in die ontwikkeling.

Zie ook pagina 5

Uit: De Volkskrant, 20 augustus harde, betrouwbare informatie ontbreekt het. Vandaar dat Lars en ik op zoek gingen naar een middel om de kennis nog tijdens een wedstrijd te optimaliseren. Lars werkte toentertijd nog bij een foto- speciaalzaak en kwam zodoende via internet op het spoor van een bril, die ons in staat zou kunnen stellen om razendsnel beelden terug te zien van bepaalde situaties uit diezelfde wedstrijd. Snel en accuraat dus, al ontbrak in eerste instantie het driedimensionale perspectief. Maar het apparaat werkte, net als later de 'oortjes', met dank aan een rechtstreekse verbinding met Lars' camera. Het onderzoeksinstituut TNO hielp mee met de verdere ontwikkeling, zodat we de videobril in Amstelveen ten doop konden houden. Voor een groot deel van de Nederlandse pers was die bril he't thema van dat toernooi. Dat ging me wat te ver. Over de prestaties op het veld werd amper meer geschreven. Terwijl daar een grotendeels vernieuwde ploeg stond, die bekwaam van zich afbeet en uiteinde- lijk als tweede eindigde bij het jaarlijkse toernooi tussen de zes sterkste hockeynaties ter wereld. Ik heb het sindsdien vaker gezegd en herhaal het op deze plek nog maar eens: die bril scoort niet, die bril is slechts een middel om 'het schaakspel hockey' beter te door- gronden. Met andere woorden: innovatie is geen doel op zich, in- novatie is slechts een middel om hogerop te komen. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Behalve de pers was ook de concurrentie gealarmeerd. De collega's wilden een voor een het fijne weten van dit apparaat. Dat ging zover dat ik me realiseerde dat het grootste pluspunt van de bril wellicht nog wel gelegen was op mentaal vlak. Alle concurrenten hadden het gevoel dat ze op achterstand stonden en zo gedroegen ze zich ook. Die wetenschap sterkte niet alleen mij, maar vooral ook mijn speelsters. Wij sloegen nieuwe wegen in, verkenden de mogelijkheden en de concurrentie leek zich op voorhand gewon- nen te geven. Dat maakte ons groter en sterker, ook op het veld. En daar moest het gebeuren, niet in de dug-out. Maar opmerkelijk genoeg richtte alle aandacht zich dus op mij en op onze bank. Ge- fascineerd bleken de collega's vooral door de geheimtaal die ik met mijn handen sprak, nadat ik wat beelden had bekeken. Welk teken stond voor welke opdracht? Die vraag intrigeerde de concurrentie in hoge mate. Dat gold, zoals gezegd, met name voor mijn collega Sergio Vigil van Argentinië". Toen ik op een zeker moment het sterke vermoeden had dat zijn assistenten en hij een studie aan het maken waren van mijn gebarentaal, was dat het sein om andere wegen in te slaan. Zo kwam ik op die reeds eerder beschreven oortjes. Het was echter ook het moment om een listig rookgordijn te leggen. Ik verzoon allerlei onzintekens en deed maar wat langs de zijlijn, zodra wij aan mochten leggen voor een strafcorner en de cameraman van de

Argentijnen overuren maakte. En hij niet alleen. Maanden later biechtte Sergio op dat zijn assistenten en hij vaak tot diep in de nacht achter het beeldscherm hadden gezeten om mijn tekens en gebaren te doorgronden! Van pure ellende hadden ze de moed uiteindelijk opgegeven. Ze konden domweg geen patroon herkennen. Toen ik dat hoorde, kon ik mijn lol al helemaal niet op. Ook mijn speelsters bescheurden het, toen ik hun vertelde over de radeloze Argentijnen. We bleken niet alleen vele malen slimmer dan de concurrentie, indirect zorgden we er ook nog eens voor dat de Argentijnen gedesoriënteerd raakten. Want hoe scherp en hoe fris was mijn vriend Sergio nog tijdens een toernooi, als hij in voorafgaande weken geregeld pas om vier uur zijn bed was ingedoken? En: hoe sterk en hoe scherp is een ploeg of een coach Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

u überhaupt als de aandacht volledig wordt gericht op het gedrag van de tegenstander?

Een en ander sterkte mij slechts in het besef dat je als coach moet ageren en niet moet reageren. Zorgen dat je te allen tijde leidend bent en niet, zoals Vigil, lijdend. Alleen dan behoud je de gewenste voorsprong, alleen dan ligt succes in het verschiet. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Hoofdstuk Willen is doen

Het aanbod klonk bijna te mooi om waar te zijn en de stem was een nagenoeg perfecte imitatie van een Engelssprekende Spanjaard. Maar Leandro Negre? Die kende ik niet. Of ik bondscoach van de Spaanse vrouwenselectie wilde worden, vroeg hij. En of ik serieus over die vraag wilde nadenken. Hij was de vice-voorzitter van de Spaanse hockeybond. Zei hij. Nu mag ik af en toe een tikkeltje naïef zijn en soms misschien ook zo overkomen, maar ik ben niet op mijn achterhoofd gevallen. Wie vraagt nu een jongen van jaar, die net een eigen bedrijfje is begonnen en bovendien zelf nog actief is in de hoofdklasse, als bondscoach? Dit was, dat kon niet anders, een of andere lolbroek uit mijn vriendenkring, die mij bij de neus wilde nemen. Maar als ik hem niet geloofde, zei deze mij onbekende Leandro Negre, dan moest ik maar contact opnemen met zijn goede vriend en voormalig vrouwenbondscoach Gijs van Heumen. Die wist van de hoed en de rand. Ik twijfelde. Stel dat de Spaanse belangstelling inderdaad een grap was, dan zou ik toch een beetje een modderfiguur slaan. Maar tegelijkertijd: wat had ik te verliezen? Tot mijn stomme verbazing bevestigde Gijs echter het verhaal van wat inderdaad de vice-voorzitter van de Spaanse hockeybond bleek te zijn. ‘Ze willen je dolgraag hebben, en snel ook’, zei hij door de telefoon. Ik had maar een paar dagen bedenktijd. Voór 1 januari moest het contract getekend zijn, want anders zou de Spaanse hockeybond geen subsidie ontvangen van de overheid om mijn salaris te kunnen betalen.

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Daar zat ik dan, net vader geworden van een dochter, terwijl Karin een goede baan had bij een marketingkantoor. Zelf was ik een paar maanden eerder vol enthousiasme aan de slag gegaan als assistent van Tom van 't Hek bij de Nederlandse vrouwenselectie. Daarmee was voor mij al een soort droom in vervulling gegaan. Het klikte wonderwel tussen ons beiden. Ook met de speelsters kon ik goed overweg. Over ruim een half jaar zou het wereldkampioenschap in eigen land (Utrecht) beginnen. De verwachtingen waren hooggespannen. En niet alleen bij mij. Maar ineens kwam daar het Spaanse aanbod tussendoor ‘fietsen’. Tom gaf mij als assistent volop de ruimte mezelf te ontplooien. Hij was vooral de coach, de man met de grote communicatieve

vaardigheden die zelf weliswaar op het allerhoogste niveau (221 interlands, 106 doelpunten) had gespeeld, maar die wist dat zijn grootste kracht in eerste instantie niet gelegen was op het technisch-tactische vlak. Samen vormden we een hecht team. De voorbereiding op het WK stond als een huis. Enerzijds vond ik dat ik het niet kon maken om al na een paar maanden op te stappen. Bovendien had ik een contract, met mijn volle verstand getekend. Anderzijds: dit was mijn droombaan. Bondscoach van een land dat zich weliswaar niet had geplaatst voor het WK, maar in potentie nog altijd tot de top van Europa behoorde. En dat op m'n achtentwintigste. Ik moest het doen, vond ik. Zo'n kans zou ik niet zo snel meer krijgen. Karin stelde zich op hetzelfde standpunt, ook al betekende die stap nogal wat voor ons prive'-leven.

Gespannen belde ik Tom op. Hij hoorde mijn verhaal aan en reageerde, tot mijn opluchting, zeer realistisch. 'Dit moet je doen, dit is je kans', zei hij. 'Je moet niet voor mij kiezen of voor de ploeg, je moet in dit geval voor jezelf kiezen.' Hij zou wel contact opnemen met de commissaris tophockey van de bond, zijn oud-ploeggenoot Andre' Bolhuis. Tom was akkoord, maar het was nog maar de vraag of Bolhuis zich ook zo makkelijk gewonnen zou geven. Met knikkende knieën stapte ik een paar dagen later het ziekenhuis binnen, waar Bolhuis op dat moment werkzaam was. Of Tom hem had omgepraat of dat hij daadwerkelijk hetzelfde vond, weet ik Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

nog altijd niet, maar feit was dat ook hij geen punt maakte van het doorlopende contract. Ik mocht gaan als ik wilde, het was goed voor mijn algehele vorming, zei hij. Op de weg terug naar huis be kroop mij het gevoel dat ze me wel heel makkelijk hadden laten gaan. Moest ik daar wat achter zoeken? Nee, ook al hoorde ik en besepte ik pas jaren later dat de bond een bewuste 'diepte-investering' had gedaan door mij te laten gaan. Spanje had op dat moment inderdaad een probleem, precies zoals Gijs had verteld, en dat probleem luisterde naar de naam Jose ' Manuel Brasa. Hij was de man die het Spaanse vrouwenhockey in 1992 'vanuit het niets' naar de Olympische titel in eigen land (Barcelona) had geleid, dankzij een bijna Spartaanse voorbereiding. Daarmee had Brasa vriend en vijand verrast en veel krediet opgebouwd. Maar na 'Barcelona' haakten vele speelsters af en moest hij als het ware helemaal opnieuw beginnen. Dat proces van wederopbouw verliep moeizamer dan gedacht en gehoopt, en in de loop van 1997, nadat Spanje als achtste en laatste was geëindigd bij de Olympische Spelen van Atlanta, bleek de samenwerking failliet. Maar Brasa weigerde op te stappen. Intussen had een aloude kwaal de kop weer opgestoken: de eeuwige strijd tussen Catalonië (Barcelona) enerzijds en de rest van Spanje (Madrid) anderzijds. Later hoorde ik van de misstanden. Zo hield Brasa elke vrijdag een fitheidstest. Speelsters die minder fit bleken te zijn dan de week ervoor moesten een X-bedrag in de pot stoppen. Aan het einde van het jaar bepaalde hij naar wie het eindbedrag zou gaan. Die eer was meer dan eens te beurt gevallen aan een speelster, van wie de andere speelsters al lang wisten dat zij Brasa's vriendinnetje was. Dergelijke akkefietjes waren de sfeer uiteraard niet ten goede gekomen, net zoals het feit dat de bedraagde Brasa geregeld met een stevige slok op langs het veld stond. Spanje zat dus te springen om een neutrale coach; iemand die boven de Spaans-Catalaanse partijen stond. Een jonge jongen die weer heel hard ging trainen en niet met een fles whisky uit de kleedkamer zou stappen. In dat profiel paste ik, ook al was het voor mij – en voor Karin – een sprong in het diepe. Dit was toch wel even wat anders dan training geven aan Jongens B of Meisjes A.

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Van Tom van 't Hek had ik in die paar maanden onbewust toch

heel veel opgestoken, zo bleek toen ik eenmaal in Spanje was. Vooral op communicatief vlak. Zat het even tegen, in de training of in de wedstrijd, dan was hij de eerste die met e'én geslaagde grap of opmerking de stemming zo weer kon ombuigen. Een technisch- tactisch wonder was hij niet en daarvan was hij zich bewust. Als speler dreef hij indertijd vooral op zijn intuïtie, als coach verzamelde hij de mensen om zich heen waarmee hij zijn eigen tekort- komingen vakkundig wist te camoufleren. Tom kende niet alleen heel goed zijn sterke, maar ook zijn zwakke punten. Dat was zijn grote kracht. In Spanje had ik links en rechts wel wat hulp, maar in feite stond ik er alleen voor. Dat was lastig, zeker in die eerste maanden omdat ik de taal nog niet machtig was. Maar ik had krediet en het feit dat ik nog geen Spaans sprak, had ook voorde- len. We moesten werken, keihard werken zelfs, praten zou later komen.

De verwachtingen waren niet hooggespannen. Bij mijn aantreden bezette de ploeg de twintigste plaats op de wereldranglijst, dus ik kon het in feite alleen maar beter doen. Dieper kon Spanje niet zinken. Die ontspannen sfeer deed me denken aan de periode bij de jeugd van Den Bosch. Daar stond een enkele ouder of bestuur- der langs de lijn, maar meer ook niet. Als coach kon je relatief ongestoord je werk doen. In Spanje was dat exact hetzelfde. Alle bestuurders wisten: de ploeg heeft een bewogen periode achter de rug en komt van heel ver, dus de eis van het 'moeten' halen van de eerstvolgende Olympische Spelen in Sydney was niet realistisch. Het was geen absolute must, zoals later bij Nederland, waar ik als coach minimaal de eerste drie moest halen en, als het even kon, de opgelopen achterstand moest goedmaken. Ter voorberei- ding op het Spaanse avontuur had ik een aantal videobanden be- keken. Op basis daarvan wist ik: dat kan veel beter, hard trainen en met een beetje geluk zouden we ons misschien net kwalificeren voor de Spelen van Sydney (2000).

Zeker die eerste maanden waren hectisch. Terwijl ik voorname- lijk in Madrid zat, daar training gaf en de taal leerde, handelde Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist  
22/10/2007 Pg.

Karin alles af in Nederland. Ze deed mijn hockeystickhandel van de hand, verhuurde het huis waar we net een half jaar woonden, pakte alles in voor de verhuizing naar Sitges en zorgde ondertussen voor onze dochter Peppe. Mijn respect voor haar groeide met de dag. Zelf zat ik vooral heel veel in het vliegtuig; twee dagen per week gaf ik in Madrid training aan het ene deel van de selectie, de rest van de week zat ik in Terrassa, een voorstadsje van Barcelona, bij de Catalaanse meiden. In het weekeinde volgde steevast een bezoek aan een van de vijf competitiewedstrijden. Het niveau in de Primera Division liet over het algemeen te wensen over. E'én of twee bekwame speelsters per team: dat was het wel. Wat me nog het meest verbaasde, hoewel ik het vooraf wist, was het totale ge- brek aan een clubcultuur zoals wij dat in Nederland gewend zijn. In Spanje is het hockeyen 'tas inpakken en wegwezen'. Buiten Ca- talonie" kennen ze het fenomeen clubhuis niet eens. Ook de eerste ontmoetingen waren duidelijk even wennen, zowel voor mij als voor de speelsters. Brasa had zich opgesteld als een soort politie- agentje bij wie zij onderworpen werden aan een strak regime. Plot- seling kwam ik en mochten ze hun coach ineens met zijn voornaam aanspreken. Dat was voor de meesten een regelrechte cultuur- schok. Zeker toen ik ook nog eens bepaalde dat tijdens de trainingen slechts Spaans gesproken mocht worden en dus onder geen beding Catalaans. Vooral in de eerste maanden voelde ik me een soort opbouwwerker. Het niveau viel me – hard maar waar – zwaar tegen. Het was lange-halen-snel-thuis, de bal naar voren rammen en dan maar hopen dat iemand er wat leuks mee zou doen. Er zat geen verhaal achter, geen idee, geen opbouw, geen techniek, helemaal niets. Om het tij te keren ben ik helemaal op- nieuw begonnen: balletje stoppen, aannemen en passen. Eindeloos heb ik die basisoefeningen herhaald, net zolang tot de boodschap begon door te dringen.

Zelf leerde ik in het voorjaar van 1998 ook een wijze les: ik kon ook winnen. Met het oog op de ontknoping van de competitie kwam ik terug naar Nederland, terug naar Den Bosch. Tegen alle verwachtingen in wonnen we, voor het eerst in de clubgeschiede- Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

nis, de landstitel door het vooraf vele malen hoger aangeslagen

Amsterdam in de finale te verslaan. Dat was niet alleen een vreugdevol, maar vooral ook een leerzaam moment. Daarvoor was ik altijd een tikje bescheiden geweest en namen mijn gedachten wel eens een negatieve vlucht. Door die landstitel beseftte ik ineens dat alles mogelijk is voor wie een beetje bluf aan de dag legt en wat positiever in het leven staat. Dat hield ik mijn speelsters in Spanje ook voor. Van de gouden ploeg uit 'Barcelona 1992' waren nog twee oudgedienden over. Niet alleen hun ervaringen koesterde ik, vooral ook hun discipline. De rest kon daar veel van leren. Vooral de jongere generatie bleek verwend, en dan met name de Catalaanse speelsters. Je kon ze het nauwelijks kwalijk nemen, want ze kwamen stuk voor stuk uit een goed gezin, waar moeder alles voor ze regelde: de was, het eten, de boodschappen, alles. In Nederland noemen ze dat de patatgeneratie, in Spanje hadden ze het over de pae'llageneratie.

Toch maakten we vorderingen, getuige de vijfde plaats die we behaalden bij het Europees kampioenschap in de zomer van 1999 in Keulen. Langzaam maar zeker klampten we weer aan bij de (sub)-top. Persoonlijk maakten mijn gezin en ik ook vorderingen. Een andere cultuur, andere mensen; Spanje verrijkte ons leven, zoals Italië dat eerder al bij mij had gedaan. Het was geen straf om daar te zijn, ook sloeg af en toe het heimwee toe. Het einde kwam echter langzaam maar zeker in zicht. 'Sydney' was het eindpunt, zoveel was zeker. Om daar te komen moesten we ons kwalificeren via het plaatsingstoernooi in Milton Keynes, begin 2000. Maar op de achtergrond rommelde het: de Nederlandse hockeybond had me benaderd om na 'Sydney' de taken van Tom van 't Hek over te nemen. Vanzelfsprekend was ik verguld met dat aanbod. Ik stemde toe, op voorwaarde dat het nieuws pas na het toernooi in Engeland naar buiten gebracht zou worden. Onder geen beding wilde ik dat de aankondiging over mijn aanstaande vertrek mijn Spaanse speelsters ter ore zou komen. Het zou, in het ergste geval, tot demotivatie kunnen leiden en onze olympische missie kunnen ondermijnen. Samen waren we deze weg ingeslagen, Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

en nog voor 'Sydney' bereikt was, zou ik als coach al weer de benen

nemen – die gedachte mocht niet postvatten. Zover kwam het gelukkig ook niet, al kostte het me enige moeite om de hockeyjournalist van NRC Handelsblad van voortijdige publicatie te weerhouden. Hij had lucht gekregen van mijn mondelinge overeenkomst met de hockeybond en wilde het nieuws over mijn benoeming op zaterdag gaan brengen. Ik heb hem toegezegd dat hij op maandag de primeur zou krijgen, als hij nog even zijn pen zou laten rusten. Na veel mitsen en maren stemde hij toe. Damage-control, noemen ze dat met een mooi woord. Wat ik niet kon weten, was dat op zondag ook Studio Sport op de hoogte bleek van mijn deal met de hockeybond. Op zondagavond, na afloop van onze vierde plaats die goed was voor plaatsing, hingen ze aan de lijn en kwam ik live in de uitzending. Ontkennen kon niet meer, maar de journalist van NRC Handelsblad voelde zich – vanuit zijn perspectief bezien terecht – lelijk bij de neus genomen. Ik heb hem na de uitzending van Studio Sport meteen gebeld. Ook dat is damage-control. Vijf maanden later zaten we in Sydney. Uit voorzorg had ik, zoals dat in vakjargon zo fraai heet, 'veel defensieve zekerheden' ingebouwd. Dat is, zeker voor een Nederlandse coach, een beetje vloeken in de kerk, maar ik moest wel gelet op het spelersmateriaal. Een coach moet handelen op basis van hetgeen hij of zij voorhanden heeft.



Bovendien: deze behoudende strategie ligt Spanje van nature beter dan het roekeloze avontuur. Het bleek de juiste keuze. Vanaf het allereerste moment zaten we goed in ons vel, daarbij geholpen door de wetenschap dat we niets te verliezen hadden. Dat we u'berhaupt mochten deelnemen, was al een hoofdprijs. Of het door die bijna blijmoedige houding kwam, weet ik niet, maar feit was dat we met de minuut groeiden. Alles zat mee, alles lukte. We waren geconcentreerd op wat we moesten doen, verloren het hoofd geen moment en hadden daarbij het geluk dat onze keepster in een bloedvorm stak. Alles hield ze tegen, inclusief strafcorners. Zo wonnen we, dankzij een rake strafcorner in de laatste minuut, van een van de titelkandidaten, Argentinië". Daarna wachtte de titelverdediger, het ongenaakbare Australië", dat voor eigen publiek Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

geacht werd de titel van vier jaar eerder 'wel eventjes' te prolongeren. Tegen ons bleven ze, tot hun eigen verbazing, steken op 0-0. In onze derde wedstrijd herhaalden we het Argentinië"-scenario en versloegen we Zuid-Korea met 1-0. Het was duidelijk: we zaten in een flow. En waarom? Omdat we louter en alleen bezig waren met datgene wat we moesten doen. Dat is het optimum, voor iedere sporter.

We waren het veld bij wijze van spreken echter nog niet af of een buitenstaander verbrak de betovering. Want dat was het, een be- tovering. 'Weten jullie dat je met zeven punten een eind op weg bent en dat als je de volgende wedstrijd wint de finale wel heel erg dichtbij komt?' vroeg een Spaanse journalist. Vanaf dat mo- ment was het over. Mijn speelsters gingen rekenen; en dat is funest in de topsport. Van het ene op het andere moment ben je niet meer gefocust op datgene wat je moet doen, maar op het eindresultaat, op het winnen. Een van de speelsters hoorde ik na afloop van die derde wedstrijd zeggen: 'Eindelijk mogen we op bezoek bij de ko- ning.' Toen ik dat hoorde, wist ik: nu is het zo goed als zeker ge- daan. Dat bleek. Als coach ben je op zulke momenten machteloos. Wat je ook doet, je bent kansloos. Dat is Neuro-Lingui"stisch Pro- grammeren (NLP) ten voeten uit: mensen zijn of worden zich be- wust van een bepaalde trend of ontwikkeling, en dan is de ban gebroken. Ik was, voor zover ik nog iets kon uitrichten, ook te onervaren om het tij toen te keren, hoezeer ik nog mijn best heb gedaan. 'Meiden, hou je aan de opdrachten, sluit de ogen voor de buitenwereld', en meer van dat soort oproepen, maar de geest was uit de fles. Of ik nu wilde of niet. Uiteindelijk zijn we vierde ge- worden. Dat was, gezien de bescheiden plaats die Spanje kort daarvoor nog innam, een meer dan goede prestatie en ik was dan ook trots, net als die meiden. Maar het gevoel bleef knagen dat er toen meer in had gezeten. Als ik iets van dat toernooi heb geleerd, dan is het wel dat zowel coach als spelers tijdens een toernooi vooral niet bezig moeten zijn met het eindresultaat. Dat de buitenwacht, de pers voorop, dat wel doet, is te begrijpen. Maar leg het naast je neer. Zulke gedachten leiden slechts af en verstoren de missie. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Sindsdien probeer ik elke verwijzing naar het eindresultaat dan ook met nadruk te ontkrachten. Het gaat niet om straks, het gaat om nu. Wie zich concentreert op het heden krijgt de bijbehorende beloning. Alles wat ik nu doe en waar ik nu energie in steek, komt eruit omdat ik dat wil. Dat is de heilige stelregel, althans voor mij. 'Willen is kunnen', zo wordt vaak gezegd, maar willen in mijn beleving is vooral doen. Destijds met Spanje hebben we heel lang weten vast te houden aan 'het doen', totdat die ene Spaanse sport- journalist voorbij kwam zeilen en de ploeg van het ene op het andere moment bezig ging met 'willen'. Dat was doodzonde, want we zaten, ondanks onze beperkte middelen, in een enorme flow. Mijn collega Ric Charlesworth, de man die de

Australische vrouwen in de jaren negentig het ene na het andere succes bezorgde, heeft een ijzeren wet: verdedig nooit een voorsprong. 'It will kill you in the end', luidt zijn stelregel. Daar sluit ik me van harte bij aan. Een voorsprong verdedigen betekent dat je als speler of als coach in feite al bezig bent met de einduitslag, terwijl de wedstrijd nog gaande is. Die attitude is, of je nu wilt of niet, vragen om problemen.

Na die zege op Zuid-Korea was het toernooi voor ons in feite gedaan. We verloren van China en speelden gelijk tegen Nieuw-Zeeland. Toen mochten we op voor de strijd om de derde plaats, uitgerekend tegen mijn vaderland en toekomstige werkgever Nederland. Ik was natuurlijk gebrand op een overwinning, maar het was een kansloze missie gelet op de voorgeschiedenis. Nederland had, na een redelijk dramatisch verlopen toernooi, de kans het toernooi nog een beetje glans te geven, terwijl wij 'op' waren, zowel letterlijk als figuurlijk. We waren dus onze flow kwijt en tegelijkertijd moet je constateren dat dergelijk concentratieverlies karakteristiek is voor temperamentvolle teams als Spanje. Als ze in een opwaartse beweging zitten, kunnen ze naar ongekend grote hoogten stijgen, maar als 'het' even weg is, om wat voor reden dan ook, vallen ze vaak ook heel diep. Dat gebeurde in Sydney met Spanje, en dus met mij. De kunst is de opwaartse spiraalbeweging vast te houden. Maar hoe voorkom je dat de betovering wordt verbroken met zo-

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

veel belangstellenden en belanghebbenden die over je schouder meekijken?

Terugkijkend kan ik slechts constateren dat ik enorm veel geleerd heb van dat toernooi in Sydney. Als coach, maar zeker ook als speler, moet de focus vooral gericht zijn op datgene waar je daadwerkelijk invloed op hebt, niet op wat zich buiten de eigen invloedssfeer afspeelt: het veld, de scheidsrechter, de weersomstandigheden, noem maar op. Dat is verspilde energie.

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Hoofdstuk Duwen en trekken

'Ik zie niet veel perspectief meer, ik weet nog niet of ik aanblijf als bondscoach.' Die woorden sprak ik uit, kort nadat wij op strafballen hadden verloren van Argentinië in de finale van het wereldkampioenschap in Perth (2002). Ik was vanzelfsprekend teleurgesteld na die nederlaag en dat is nog eufemistisch uitgedrukt. Ontgoocheld is een beter woord. Hoe verstandig is het om vlak na een verloren eindstrijd je hart te laten spreken? Kun je in dergelijke gevallen niet beter op je tong bijten? Over die vragen valt lang te discussiëren. Ee'n ding is zeker: ik was in elk geval eerlijk. Ik was steenkapot na afloop, zowel fysiek als mentaal; helemaal leeg na twee slopende jaren die me zwaarder waren gevallen dan ik ooit voor mogelijk had gehouden. 'Perth' was voor mijn gevoel het sluitstuk van twee jaar duwen en trekken. Ik vroeg me in alle ernst af of ik dat nog twee jaar vol zou houden, tot en met de Olympische Spelen in Athene (2004). We hadden keihard gewerkt en nog was het niet genoeg, getuige die onbevredigende tweede plaats. Ik wist niet waar en hoe ik de verbeteringen aan moest brengen en of de speelsters het nog wel twee jaar vol zouden houden met zo'n gedreven vakidoot die hen vrijwel constant achter de broek aan zat. Als speler van Oranje Zwart had ik ooit van mijn toenmalige coach Carel van der Staak mijn sportieve ambities op papier moeten zetten. Jaren later drukte hij mij dat briefje onder ogen:

1. spelen in het Nederlands elftal
2. landskampioen worden met mijn club
3. bondscoach worden

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

Alle doelstellingen had ik gehaald, eerder dan ik ooit had durven dromen, maar aan die laatste wensdroom, coach van wat nota bene nog altijd werd beschouwd als het 'grote' Oranje, beleefde ik weinig tot geen plezier in de dagen, weken en maanden volgend op die strafballennederlaag in Perth. Al het werk leek voor niets te zijn geweest. We hadden ons strafcornerpercentage weten op te krikken tot maar liefst 28 procent. Met andere woorden: bijna e'én op de drie korte hoekslagen resulteerde tijdens het WK in een doelpunt. Dat was een ongekend hoog percentage, zeker in het vrouwenhockey. Ter vergelijking: in de jaren vo'ór 2002 schom- melde het scoringspercentage rond de tien procent. Maar die we- tenschap was kort na de gemiste strafbal van Fatima Moreira de Melo niet meer dan een doekje voor het bloeden. Wat de kater nog groter maakte, was het besef dat ik in de voorbije twee jaar het plezier had gemist, dat mij in de jaren daarvoor nooit en te nimmer in de steek had gelaten. En ja, hoe kwam dat? Ik had beslissingen moeten nemen die niet altijd even prettig waren of als zodanig overkwamen, maar die ik in het belang van het team domweg had moeten nemen. Dat gaf spanningen met als gevolg dat ik meer bezig was met het herstellen en het regelen van tal van rand- zaken dan met de kernactiviteiten waarvoor ik was aangenomen: training geven, de grote lijnen uitzetten, zorgen dat we hard werk- ten. Ik voelde me in die eerste twee jaar geregeld een soort Hansje Brinkers, dat wereldberoemde ventje dat zijn vinger in de dijk stak om te voorkomen dat het achterliggende land zou onderstromen. Na afloop van die zenuwslopende finale in Perth draaide ik de film bijna als vanzelf terug. Ik had mijn plek moeten vinden, zoveel was zeker. Wennen moest ik vooral aan mijn nieuwe rol. Als assistent van Tom van 't Hek was ik die leuke, gezellige jongen geweest die best aardig training kon geven en met wie ze af en toe een geintje konden uithalen. Nu was ik ineens de man die, zo beseften de speelsters, af en toe de harde beslissingen zou moeten nemen. Die wetenschap creeërde een afstand, die wat onwerkelijk aandeed, zeker in het geval van Mijntje Donners met wie ik als kind nog samen had gehockeyd op de velden van Den Bosch. Maar ook zij Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

nam een wat afstandelijke en afwachtende houding aan. Daarbij kwam dat ik ineens volop in de schijnwerpers stond. Ook dat was nieuw voor me. In de voorgaande jaren had ik in de betrekkelijke anonimiteit mijn werk kunnen doen. In Spanje was de vice-voor- zitter in feite mijn enige aanspreekpunt. Vanaf de allereerste werk- dag als bondscoach van Nederland becroop mij het gevoel dat iedereen constant over mijn schouders meekeek en in mijn nek stond te hijgen. En dat niet alleen: behalve het feit dat iedereen in Nederland een mening heeft, wordt die in dit land ook uitgespro- ken. Meestal niet recht in je gezicht, maar via het roddel- en fluis- tercircuit. Het hoort erbij, maar leuk is anders. En te roddelen en te fluisteren hadden de volgers voldoende. Want Marc Lammers was in zijn oneindige wijsheid bezig zijn meiden over de kling te jagen door ze te onderwerpen aan een bijna Spartaans trainingsregime. Was het de jeugdige bondscoach in zijn bol geslagen? Uiteraard niet. Bij mijn aanstelling had ik van het bondsbestuur de opdracht meegekregen om de aansluiting met de wereldtop te herstellen. De Nederlandse vrouwenploeg had in de jaren negentig gaandeweg steeds meer terrein moeten prijsgeven. Australie" was heer en meester, met dank vooral aan tomeloze trai- ningsarbeid en een vakbekwame, rechtlijnige coach in de persoon van Ric Charlesworth. Konden de fysieke tekortkomingen jaren- lang gemaskeerd worden door een surplus aan techniek, een van de pijlers van het Nederlandse hockey, bij de Olympische Spelen in Sydney was eens te meer duidelijk geworden dat het roer om moest. Het werken in blokken – intensieve trainingsperioden voor- afgaand aan een groot toernooi – volstond niet langer. Wilden de Nederlandse hockeysters weer structureel een rol van betekenis spelen, dan moesten we consequent

meer arbeid gaan verrichten. Ook de na 'Sydney' overgebleven speelsters zelf gaven aan dat we nieuwe wegen moesten inslaan.

Aan mij de schone taak die cultuuromslag vorm te geven met een selectie die nog slechts negen speelsters telde die in Sydney actief waren geweest bij het olympisch toernooi. Zeven internationals, onder wie routiniers Carole Thate en Suzan van der Wielen, waren Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

afgezwaaid na de zwaarbevochten bronzen medaille op Home-bush. De opengevallen plaatsen vielen toe aan jeugdige en voor het grote publiek relatief onbekende talenten als Florien Cornelis (22), Kirsten de Groot (22) en Maartje Scheepstra (21). Een van de eerste 'problemen' was het leiderschap. Daar was in en rondom 'Sydney' nogal wat heibel over geweest in de ploeg, zoals ik later van Tom van 't Hek begreep. Het had veel onnodige energie gekost, wat weer ten koste was gegaan van de 'instrumentele agressie' in het veld. Bij mijn eerste persconferentie kreeg ik de vraag voor- gelegd wie mijn nieuwe aanvoerster zou worden. Daar had ik nog niet over nagedacht. Een roulerende aanvoerster, daar voelde ik wel voor, zei ik. Maar tegen dat voorstel werd nogal vreemd aan- gekeken, hoewel Ric Charlesworth daar in Australië goede ervaringen mee had opgedaan. Mijn idee was echter de speelsters zelf te laten bepalen en dus te ondervinden, hoe de nieuwe gezagsverhou- dingen lagen. Al snel haakte de ene na de andere routinier af, want het aanvoerderschap bracht nogal wat verantwoordelijkheden met zich mee, ontdekten ze. Uiteindelijk bleef Mijntje Donners over, op voorspraak vooral van de rest van de selectie. Daarmee was een soort natuurlijk leiderschap gecree"erd, met als bijkomend voordeel aanscherping van het zelfbewustzijn.

Maar de grootste slag die we moesten slaan was, zoals gezegd, van zuiver fysieke aard. Ook een fitte(re) ploeg zou het zelfbewustzijn van de speelsters een krachtige impuls geven, meende ik. Een speel- ster die weet dat ze de slag in fysieke zin niet hoeft te verliezen, staat steviger in haar schoenen en stapt dus met aanmerkelijk meer zelf- vertrouwen het kunstgras op. Toen ik begon, heb ik bewust een risico genomen. Na samenspraak met de speelsters luidde de con- clusie als volgt: we doen het goed of we doen het niet. En goed betekende simpelweg meer trainen, want daar schortte het aan. In de basis schoten we te kort. Het was allemaal te vrijblijvend in mijn ogen. We zouden voortaan op dinsdag en op donderdag ook over- dag trainen. Dat betekende dat speelsters hun baan moesten opzeg- gen of hun studie op een laag pitje moesten zetten. Dat is een in- grijpende stap. Een aantal speelsters weigerde. Later haakten er Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist 22/10/2007 Pg.

meer af. Er waren speelsters voor wie ik de beslissing moest nemen.

Dan grijp je dus in als coach, maar in je achterhoofd spoken de vragen. Doe ik het wel goed? Is dit de juiste weg? Beroof ik die meiden niet van hun maatschappelijke toekomst, zoals links en rechts werd gesuggereerd? Om de onderlinge concurrentie te be- vorderen en daar waar nodig op te voeren, formeerde ik bovendien een zogeheten 'schaduwteam', zoals Australië" bijvoorbeeld ook al jaren kende. In navolging van de A-selectie zou ook de B-ploeg regelmatig internationale wedstrijden spelen. Met als bijkomend voordeel dat de overgang van hoofdklasse- naar internationaal hockey in de nabije toekomst soepeler zou verlopen, was daarbij mijn gedachte.

Ik had natuurlijk ook zo mijn onzekerheden, al verborg ik die voor de buitenwacht. Het laatste wat ik wilde, was mezelf kwetsbaar opstellen in deze roerige overgangperiode. Ik moest en zou vast- beradenheid uitstralen, had ik me voorgenomen. Dat eiste ik im- mers ook van mijn speelsters. Zodra ik ook maar even ruimte zou laten voor een andere mening, dan dreigde het gevaar van een

compromis en zou de hele missie verzanden in de sociaal wenselijke middenweg. Mijn 'dwingende' eis riep nogal wat verzet op, en niet alleen van de speelsters. Ook sommige ouders, bestuurders en hoofdklassencoaches plaatsten vraagtekens bij mijn werkwijze. Het verraste mij niet, want ik brak resoluut met de bestaande mo- res. Elke vernieuwing roept weerstand op. Dat is een klassiek gegeven. Toen ik de Sinterklaasstick introduceerde, maakte ik de sport kapot. Toen ik met de wieleroortjes op de proppen kwam, was ik een bedrieger. En zo kan ik nog wel even doorgaan. Maar door het 'botweg' opvoeren van de trainingsintensiteit zaagde ik aan de wortels van de Nederlandse topsport. Bovendien maakte ik inbreuk op de levens van mijn speelsters. In Nederland wil de ongeschreven regel dat je tot de drempel mag gaan, maar beslist niet verder. Die aanname heb ik nooit begrepen en wil ik ook niet be- grijpen.

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Ouders, trainers, coaches, spelers en bestuurders stelden zich al snel op het standpunt dat ik te hard trainde, dat het allemaal te zwaar was voor die meiden en dat ik hen behandelde als een soort hersenloze robots. Die houding strookt wat mij betreft niet met de wetten van de topsport. Robert Eenhoorn, de bondscoach van de Nederlandse honkbalploeg, schreef ooit eens: 'In Nederland word je opgevoed om lui te zijn.' Dat zijn zijn woorden, maar ik begrijp heel goed wat hij bedoelt. Topsport is grenzen opzoeken en af en toe bewust een been over die denkbeeldige grens heen zetten, want alleen dan gloort de vooruitgang. In Nederland is sport in de eerste plaats ontspanning, iets wat je naast je werk of studie doet. Dat is een groot verschil met landen als Spanje en Italië, waar sport ook maatschappelijk veel meer soortelijk gewicht heeft. Daar heeft men veel eerder gekozen voor een professionele benadering. Hier is de sportbeleving totaal anders. Mijn speelsters krijgen van hun fami- lie, vrienden en bekenden te horen dat ze er een saai leven op nahouden. Wie die boodschap maar vaak genoeg ingewreven krijgt, gaat daar na verloop van tijd nog in geloven ook. Zeven keer trainen in de week vergt echter enorm veel van sporters, zowel fysiek als mentaal. Dat besef e'n besepte ik. Hun lichamen protesteerden in volle hevigheid en toch moest het. Pas maanden later bleek dat al die investeringen de moeite waard waren geweest, want dankzij een groter incasseringsvermogen konden ze meer trainingsarbeid aan, en dus hun grenzen verleggen. Het was lange- termijnbeleid dat ik inzette en ik kon alleen maar hopen dat we op korte termijn al wat vruchten zouden kunnen plukken van onze nieuwe, gewijzigde aanpak. In de ogen van de meeste speelsters was ik gedurende die eerste twee jaar te veeleisend, ook al hadden we gezamenlijk besloten nieuwe wegen te bewandelen. Tom van 't Hek had het in zijn tijd als bondscoach vaak over zelfgenoegzaam- heid als de grootste vijand van de Nederlandse topsport. Daarin had hij groot gelijk; ook ik verzet me tegen die diepgewortelde knuffelcultuur. We moesten de hoogste berg beklimmen, niet een of ander simpel heuveltje. Dat vereiste toewijding, inspanning en een stevige voorbereiding, maar kom daar maar eens om in Neder- Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

land. Hier hebben topsporters snel de neiging om tevreden te zijn.

Zeker hockeyers en hockeysters vormen geen uitzondering op die regel. Ze hebben een groot internationaal toernooi naar behoren afgesloten en zakken dan weg in tevredenheid. Dat is dodelijk. Het is mijn taak om dat gevaar te bezweren, maar dat is vaak lastig. Dan ben je al snel een zeurpiet. 'Man, wat zeur je nou, het ging toch goed?' krijg je dan te horen. Vervolgens ben je uren kwijt om uit te leggen dat topsport zo niet werkt. Dat we in Nederland te vaak reageren in plaats van ageren. Dat we pas serieus aan de slag gaan met onze conditie als blijkt dat de tegenstander op het fysieke vlak

een voorsprong heeft genomen. Dat we het juist om moeten draaien, zodat de concurrentie achter ons aanloopt in plaats van andersom.

Mijn hang naar perfectie zat mij bovendien lelijk in de weg. Van een forse nederlaag in de voorbereiding, zoals de 2-6 tegen China in de zomer van 2002, kon ik twee nachten wakker liggen. Zonde van mijn nachtrust, maar in mijn hoofd bleef ik eindeloos piekeren en puzzelen. Sta open voor elke verandering die een verbetering kan zijn, is mijn motto. Maar dat Leitmotiv ontaardde zo nu en dan in een obsessie. In die zin was ik het slachtoffer van mijn eigen perfectionisme. Ik ben een gedreven mens, soms te', en eis diezelfde gedrevenheid van mijn speelsters. Gevangen zat ik in die eerste twee jaar bovendien in mijn gebrek aan ervaring en mijn ongeduld. Ik was weliswaar bondscoach van Spanje geweest, maar om een ploeg van de twintigste naar de vierde plaats te loodsen, was aanzienlijk eenvoudiger dan Nederland van plaats drie naar e'én te brengen. Dat had ik kunnen en misschien wel moeten weten, maar ik wist het (nog) niet. Hoe dan ook, gaandeweg ontstond het beeld van een compromisloze drillinstructor. Prima, liever zo neergezet worden dan als een Joris Goedbloed, die iedereen over de bol aait maar intussen nooit iets wint. Feit was dat Nederland op dat moment al geruime tijd geen grote prijs had gewonnen. Deze speelsters hadden gekozen voor het hockey. Ze wilden de hoogste berg beklimmen en ik zou hen daarbij helpen. Topsport heeft heel duidelijke spel- en huisregels. De belangrijkste is: keuzes maken en dan geen halve, maar hele. Samen hadden we afgesproken deze Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L)

Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

weg in te slaan. Als dan op een gegeven moment blijkt dat sommige speelsters zich niet aan de afspraken houden of simpelweg het niveau niet (meer) aankunnen, dan houdt het op. Dat is topsport. Ik ben geen bondscoach geworden om vrienden te maken. Dat doe ik wel in mijn vrije tijd. Ik ben aangesteld om prijzen te winnen. Een aantal speelsters, onder wie Florian Cornelis en Myrna Veenstra, besloot al vrij vlot zelf de handdoek in de ring te gooien. Dat was hun goed recht. Bij anderen moest ik de keuze maken, zoals in het geval van Hanneke Smabers, die in mijn ogen niet meer het vereiste niveau had. Maar het beste, want bekendste voorbeeld is – helaas – Dillianne van den Boogaard, al zijn in haar geval veel zaken uit hun verband gerukt. Het beeld dat ik haar op brute wijze buiten de ploeg heb gezet, klopt niet. En van een trap na was al helemaal geen sprake, ook al werd dat her en der geopperd. Ik heb juist heel veel respect voor haar carrière, ik ken haar al heel lang. Het laatste wat ik wilde was haar pijn doen of haar beschadigen. Maar tegelijkertijd vond ik haar niet goed genoeg meer. Ze was in mijn ogen te traag geworden voor het moderne hockey, niet meer explosief genoeg. Wat bovendien meespeelde was het feit dat Dillianne tijdens de training niet voorop, wat je zou hopen en zou verwachten van zo'n ervaren speelster, maar juist achterop liep. Daar ging een beroerd signaal vanuit naar de rest van de groep. Ik moest dus wel ingrijpen, om meerdere redenen. Ook dat is wat mij betreft een gouden regel, waar niet aan getornd mag en kan worden: in crisissituaties moet je hard zijn en doorzetten. Vooral de beruchte quote 'Dill is over the hill' werd mij door velen niet in dank afgenomen. Maar die vijf woorden heb ik letterlijk nooit zo uitgesproken. Een journalist van het ANP stelde, vlak na de bekendmaking van mijn selectie zonder 'vaste waarde' Dillianne van den Boogaard, de volgende vraag: 'Dus Dill is over the hill?' Een flauw en insinuerend rijmpje, vond ik. Maar goed, als hij het zo wilde stellen, zei ik, dan luidt het antwoord 'ja'. Vervolgens lees ik die quote de volgende dag in verschillende kranten terug als zijnde rechtstreeks afkomstig uit mijn mond. Zo werken sommige journalisten dus. Ik had beter op mijn hoede moeten zijn en was ook op dat punt weer een ervaring rijker. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

In de pers kreeg ik in de aanloop naar het wereldkampioenschap van 2002 toch al meer en meer het stempel van ‘de prediker van de revolutie in de van oudsher amateuristische hockeysport’. Prediker van de revolutie? Onzin. Ik liet mij leiden door realisme en de harde wetten van de topsport. Als wij met de beste zes landen ter wereld mee wilden doen – en dat wilden we blijkens onze gezamenlijke afspraak van een jaar daarvoor – dan moesten we minimaal net zo hard trainen als onze concurrenten, en het liefst nog wat meer. Dat betekende dus: twintig uur per week hockeyen. Ook overdag. Een baan of een studie daarnaast kan, maar dat is ieders eigen verantwoordelijkheid. Hockey staat op e’én, punt uit, dat is de afspraak waar iedereen zich aan dient te conformeren. Je kunt niet e’n topsport bedrijven e’n tot diep in de nacht in de studentensoos hangen. De speelsters hadden na ‘Sydney’ zelf aangegeven dat het roer om moest. Ik had begrip voor de maatschappelijke discussie, maar wie gek is van deze sport en aan topsport wil doen, die moet ook de bijbehorende keuzes maken. Doen spelers dat niet, prima, maar dan scheiden onze wegen. En als ze dat zelf niet inzien, maak ik die keuze voor hen. Daar ben ik bondscoach voor. Dat hoort ook bij mijn vak, al behoren die ‘slechtnieuwsgesprekken’ tot de minder vrolijke kanten van dat vak.

Ru’cksichtslos was ik bovendien niet. Een coach kan niet alles eisen, voor zover hij dat u’berhaupt zou willen. Zeker in onze westerse cultuur hebben sporters af en toe afleiding nodig. Wij zijn geen Aziaten, die zich ter voorbereiding op een toernooi volledig afsluiten van de buitenwereld in een hermetisch gesloten trainingskamp. Dat wil ik ook niet. Voor een optimale prestatie moet je mentaal fris zijn. Af en toe moet het hoofd even leeggemaakt worden, dan moeten de zinnen worden verzet, waarbij iedereen zijn eigen verantwoordelijkheid heeft. Afstand nemen moet zo nu en dan ook de coach trouwens, zeker in mijn geval. Dat deed ik dan ook, zij het noodgedwongen, in de maanden na ‘Perth’ toen ik langzaam maar zeker tot inkeer kwam. Door een en ander te (kunnen) relativieren merkte ik dat de werkelijkheid anders was dan ik vermoedde op het moment dat ik in Perth gedesillusionneerd van het veld stapte. Er was nog wel degelijk vooruitgang te behalen, en niet Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

zo’n beetje ook. Mijn speelsters namen het laatste restje van mijn twijfels weg. ‘We willen verder, we willen nog specifiekere trainen en we willen dat jij dat proces vorm geeft’, kreeg ik meer dan eens te horen.

Dat enthousiasme deed me enorm veel goed. Het besef dat we in feite nog maar net begonnen waren, drong ineens tot me door. We moesten afmaken waar we mee begonnen waren. Nu stoppen zou de domste en misschien ook wel de lafste beslissing zijn. We beschikten bovendien over een prachtige, uitgebalanceerde selectie. Een mooie mix van jong en oud, met daarin veel speelsters die ik als assistent al had begeleid, toen Jong Oranje in 1997 wereldkampioen werd in Zuid-Korea. Destijds was er sprake van een uitzonderlijke lichting, al geloof ik niet in toeval. Toen ik afgelopen najaar met mijn collega Roelant Oltmans om de tafel zat, kwamen we onherroepelijk tot dezelfde conclusie: als het om talentontwikkeling gaat, heeft de Nederlandse sport, en zeker ook het hockey, nog veel te winnen. Hoe eerder we talent ontdekken, hoe beter het is. Wij zijn vooral gericht op de groep zestien- tot achttienjarigen en zouden de accenten enigszins moeten verleggen. Mijn gedachten gaan dan uit naar de leeftijdscategorie negen tot en met dertien jaar. Jongeren die nog niet bevangen zijn door de examenkoorts, jongeren die nog geen verkering hebben en nog niet al te veel last hebben van de puberteit. Als jeugdtrainer bij Den Bosch heb ik indertijd zelf kunnen constateren dat juist die leeftijdscategorie zich de technische vaardigheden heel snel en heel makkelijk eigen weet te maken. Die jongeren trainen nu gemiddeld zo’n e’én a twee keer in de week. Waarom zouden ‘we’ – de

bond en de clubs – dat beperkte aantal bijeenkomsten niet opvoeren? Daarbij moet ‘trainen’ vooral niet te letterlijk worden opgevat, want wat ik bedoel is: laat ze spelen, geef ze de ruimte. Nu is het zo dat ze op straat niet meer terecht kunnen en vaak ook al niet meer op de clubs, zodra ze met hun vader en moeder meegaan, omdat alle velden simpelweg bezet zijn. Zelf weet ik nog hoe ik als kind elk weekeinde met mijn ouders meeging naar het hockeyveld. Daar waar plaats was, speelde ik urenlang partijtjes met leeftijdgenoten als Mijntje Don- Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

ners en later ook Jeroen Delmee – beiden de latere steunpilaren van het Nederlandse hockey. Tegenwoordig is dat niet of nauwelijks meer mogelijk. Ik merk het aan mijn eigen zontje. Hij is gek van hockey, maar gaat vaak al niet eens meer mee. ‘Er is toch geen ruimte’, zegt hij en hij heeft nog gelijk ook. Clubs zouden in feite de plicht moeten hebben om te zorgen voor speelveldjes. Duur hoeft dat niet te zijn en veel ruimte ‘vreten’ die veldjes niet. Met het oog op de toekomst ben ik daarnaast een groot voorstander van een wekelijkse ‘instuif’ voor vier- en vijfjarigen, georganiseerd door de clubs. Geef die kinderen een stick, laat ze lekker onbevangen hockeyen, vier tegen vier, zonder een trainer of een scheidsrechter. In de zomer, wanneer velden en clubhuizen vaak onnodig leeg staan, zouden de clubs kunnen denken aan het organiseren van hockeykampen. Simpel van opzet, zonder overnachting. Kleine moeite, groot plezier.

Met eigen ogen heb ik indertijd in Spanje gezien hoe vruchtbaar die aanpak is. Spelenderwijs maken kinderen daar kennis met hockey tijdens de zomerkampen. Hun ouders zijn al lang blij, want die hebben maar twee weken vakantie, terwijl hun kroost zes weken vrij is. Het mooie is: de goeden komen elke dag opnieuw terug. Het is dan ook geen toeval dat Spanje, een land met nog geen achtduizend hockeyers, zoveel talent voortbrengt dat vooral technisch heel goed is onderlegd. Ze beginnen gewoon al op zeer jonge leeftijd, terwijl wij ze hier in Nederland, als ze zeven zijn, nog moeten uitleggen hoe ze een stick vast moeten houden. Angst voor overbelastings is niet nodig, al begrijp ik best dat her en der die vrees leeft. We praten immers over jonge kinderen. Maar van spelen in de meest letterlijke zin van het woord heeft nog nooit iemand spierpijn gekregen. Onze inspanningsfysioloog Jos Geijssel zegt het ook altijd: van spelletjes wordt niemand slechter, alleen maar beter. Nog een stap verder – en ook daar ben ik fervent voorstander van – is de opzet van een trainingsschool, waar zestien- en zeventienjarigen sport en studie kunnen combineren. Zo heb ik destijds in Spanje ook gewerkt met sporters die van maandag tot en met vrijdag Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

intern verbleven in een soort Papendal-trainingcomplex in Madrid. Een van de grote voordelen is dat je ‘uitval’ voorkomt. Voor mij staat het begeleiden van jeugdig talent gelijk aan enthousiasmeren. Kinderen van zes tot en met tien moet je niet lastigvallen met drie trainingen in de week, die moet je gewoon lekker wedstrijdjes laten spelen. Spelenderwijs steken ze het meeste op, met plezier als voornaamste component. Zodra ze wat ouder worden, zeg maar de leeftijdscategorie twaalf tot en met zestien jaar, is het zaak dat jongeren vooral niet te eentonig worden begeleid. Ik geloof in en hecht aan diversiteit. Laat een spits ook eens verdedigen en andersom. Dat maakt spelers beter, dat houdt ze scherp. Verdedigen begint bovendien voorin. Het gebeurt echter zelden omdat resultaat op jonge leeftijd al veel te belangrijk wordt gemaakt door trainers en begeleiders. Met als gevolg dat ‘we’ later de boot missen, omdat we ons talent te eenzijdig hebben opgeleid. Ik heb daar niets mee. Specialiseren kan altijd nog, na hun zestienste. Mijn visie op talentontwikkeling wordt dan ook in hoge mate bepaald door mijn eigen ontwikkeling



als trainer-coach. Want ook ik heb me, zoals veel collega's trouwens, jarenlang 'schuldig' gemaakt aan wat ik voor het gemak maar even eenrichtingsverkeer noem: zo moet het en niet anders, punt uit. Zeker in mijn eerste twee jaar als bondscoach van Nederland dacht ik op die manier mijn boodschap uit te moeten dragen, net als ik in de voorafgaande jaren in Italië en Spanje had gedaan. Wat ik daarbij over het hoofd zag, was het feit dat zeker in Spanje veel hiërarchischer wordt gedacht en gehandeld. Een coach heeft daar van nature veel meer gezag, spelers hebben weinig tot geen inspraak. Gaandeweg heb ik geleerd dat communicatie een waardevol instrument is om tot een beter onderling begrip en dus betere prestaties te komen. Mijn adagium is dan ook: coachen doe je samen. Laat spelers en speelsters zelf naar oplossingen zoeken, geef ze daarvoor de ruimte en bespreek de door hen aangedragen opties vervolgens. Dan beklijft de theorie pas echt en is de kans op succes vele malen groter. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

kan in praktijk gebracht worden als je werkt met jeugdig talent. Ik

zag ooit een ouder langs de lijn staan schreeuwen en wijzen naar een spelertje: 'Hier moet jij gaan staan, rechtsbuiten!' Vervolgens ging dat jochie braaf op die plek staan. Bij het begin van de tweede helft zocht hij keurig dezelfde plek weer op terwijl de teams van helft gewisseld waren nota bene. In plaats daarvan is het verstandiger zo'n kind te vragen waar het denkt dat rechtsvoor op het veld is. Dan zie je het naar zijn handen kijken en denken: dat is rechts, dus moet ik aan die kant van het veld gaan staan. Natuurlijk moet je de jongste talenten meer input geven dan volwassen spelers, maar het principe blijft uiteindelijk hetzelfde: zelf nadenken, zelf doen, dan is het rendement, zeker op de langere termijn, vele malen groter.

Dergelijke overpeinzingen waren echter ver weg, op het moment dat ik na die strafballennederlaag in Perth van het veld stapte. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Hoofdstuk Roze olifant

Van de moeilijkste periodes leer je het meest. Dat is een dooddoener wellicht, maar daarom niet minder waar. Het is simpelweg een wetmatigheid. Terugkijkend op de door ons verloren olympische finale in Athene (2004) kan ik – hard maar waar – alleen maar constateren dat ik destijds een enorme inschattingsfout heb gemaakt. Voor zover ik dat nog niet wist, drong dat besef des te harder door na de door ons behaalde wereldtitel, vorig najaar in Madrid. Het grote verschil tussen die beide finales schuilt hierin: in Athene was ik als coach vooral bezig met het heilige 'moeten'. We moesten de finale winnen, daar hadden we immers vier jaar lang keihard voor gewerkt en alles voor gelaten. Dit was de uitgelezen kans. We hadden Duitsland in de voorronde van het olympisch toernooi met maar liefst 5-1 verslagen. Ma'a'r: we mochten in mijn ogen onder geen beding op achterstand komen, want dan zou het 'laffe' Duitsland het eigen geliefde en o zo verraderlijke counterspelletje kunnen spelen, met alle mogelijke gevolgen van dien. Op die boodschap heb ik in de teambespreking gehamerd. Tot vervelens toe, mag ik wel zeggen.

Het is, terugblikkend, een van de domste opmerkingen die ik ooit heb gemaakt in mijn loopbaan als trainer-coach. Wie ook maar een heel klein beetje verstand heeft van Neuro-Linguïstisch Programmeren (NLP), weet dat het menselijke brein het woordje 'niet' niet kent. Met andere woorden: als ik tegen iemand zeg 'denk niet aan een roze olifant', dan gaat diegene onherroepelijk juist wel aan een roze olifant denken. Onbewust ga je programmeren, dat is onvermijdelijk. Dat is in Athene ook gebeurd. Ik heb in de voorbe-

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

spreking te veel nadruk gelegd op het resultaat en wat er in mijn ogen vooral niet moest gebeuren, en dat was op een 1-0 achterstand komen. Uitgerekend dat 'doemscenario' voltrok zich, met als gevolg dat er nog meer druk ontstond op zowel de spelers als de begeleiding, ikzelf inclusief. In die zin ben ik in mijn eigen val getrapt. De spelers sleurde ik mee. Ik heb het vooraf te weinig gehad over de handelingen, over hoe wij dat beoogde resultaat zouden kunnen afdwingen. Die handelingen heb je zelf in de hand, het voorkomen van een achterstand slechts ten dele. Het is me overigens vaker gebeurd dat ik te veel focus heb gelegd op hetgeen wij in mijn ogen niet of in elk geval onvoldoende beheersten. Onze – inmiddels voormalige – spits Sylvia Karres is daar vermoedelijk het beste voorbeeld van. Een van haar mindere punten was al die jaren de zogeheten 'backhandaanname' oftewel de kunst de bal met de backhand aan te nemen. Om die leemte in haar technische bagage op te vullen, hebben we op mijn initiatief eindeloos lang getraind op dat specifieke spelonderdeel, terwijl we haar wapen – de tip-in – min of meer links lieten liggen. Dom, heel dom, mag ik wel zeggen. Juist omdat we in de voorbereiding zoveel nadruk op Sylvia's backhand hadden gelegd, gingen mijn spelers haar in de wedstrijd constant op haar backhand aanspelen. Met als gevolg dat Sylvia op grote toernooien vaak maar één of twee doelpunten maakte. Ze kon, kortom, niet excelleren simpelweg omdat haar sterke punten niet of nauwelijks werden aangesproken. Dat mocht ik mijzelf aanrekenen. Na 'Athene' hebben we het roer drastisch omgegooid. Voortaan gingen we ons vooral bezighouden met datgene waar we wel goed in waren. Waarom zou je je bekommeren om je zwakke punten en je sterke punten verwaarlozen? Die gewijzigde trainingsaanpak wierp al snel zijn vruchten af. Niet voor niets groeide Sylvia uit tot topscorer van het wereldkampioenschap in Madrid. Vijf van haar zes goals kwamen tot stand via – jawel – de tip-in.

Doelen stellen behoort tot het wezen van zowel de topsport als het bedrijfsleven. Alleen: de kunst voor een coach of een directeur is om die doelen ook los te kunnen laten (bij wijze van spreken op

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist  
22/10/2007 Pg.

het moment dat je de deur achter je hebt dichtgetrokken na een gesprek met het bondsbestuur of de raad van commissarissen) en je te richten op het heden. Alleen op die manier komt het uiteindelijke doel, een wereldtitel of verbeterde omzet, in zicht. In de topsport geldt voor mij het adagium: wat je de dag voor een finale zou willen beheersen, moet je een jaar van tevoren in beeld hebben. Niet uitstellen, omdat je resultaatdoelen nastreeft onder het mom van: de Olympische Spelen zijn pas over twee jaar, wat zou ik me nu druk maken. Dat is een pertinent foute gedachte, waar ik me als coach dan ook met al mijn vezels tegen verzet. Dat houd ik mijn spelers ook voor, al wil dat nog wel eens tot een conflict leiden. Want die meiden redeneren heel simpel, zoals zoveel topsporters en werknemers: ja hoor eens Marc, allemaal leuk en aardig wat jij voorstelt, maar straks moeten we pas op onze top zijn, niet nu. In dat licht heb ik al die jaren een haat-liefdeverhouding opgebouwd met Sylvia Karres. Ik zat haar vaak boven op de huid, zozeer dat ze af en toe knettergek van me werd. 'Man, laat me met rust, straks zal ik er staan, want straks moet ik er staan', zei ze meer dan eens, nadat ik haar weer eens had aangesproken op het een of ander. Begrijpelijk wellicht zo'n reactie, maar zo werkt het dus niet in mijn ogen. Wie tijdens de trainingen niet bereid of in staat is om grenzen te verleggen, zal straks ook geen grenzen kunnen verleggen. Als topsporter en als coach moet je elke dag een grens verleggen, hoe klein of onbenullig die soms ook lijkt. Alleen: vlak voor een toernooi moet een coach zijn spelers loslaten. Of beter: los kunnen laten. Ook dat heb ik geleerd de laatste jaren. Sylvia heeft dat na het wereldkampioenschap in Madrid ook prachtig verwoord in een interview met Sportweek, waarin ze zei: 'Marc heeft mij op tijd

losgelaten.’ Terwijl ze eveneens begrijpt waarom ik haar zo achter haar broek heb gezeten al die maanden voorafgaand aan dat toernooi. Dan moest ze van mij bijvoorbeeld weer ‘lager zitten’ om een bal af te kunnen pakken, waar zij weer mopperend op reageerde met: ‘Ik hoef geen ballen af te pakken, ik moet die bal erin schieten, dus wat zeur je nou?’ We voerden vaak eindeloze discussies, waarbij ik haar dan voortdurend voorhield dat ze pas kon scoren nadat ze de bal had veroverd. Dat was de enig juiste Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist 22/10/2007 Pg.

volgorde. In datzelfde vraaggesprek met Sportweek bekende Sylvia eveneens mij ‘soms te hebben gehaat’. Prima, dat woordje ‘soms’ maakt zo’n opmerking voor mij acceptabel. Sterker nog: speelsters die claimen mij de afgelopen jaren nooit te hebben gehaat, zijn niet beter geworden. Eerder slechter, want in dat geval heb ik ze klaar- blijkkelijk onvoldoende geprikkeld en uitgedaagd om over hun eigen horizon heen te kijken.

Het behoeft geen betoog dat mijn belangrijkste drijfveer winnen is. Als kind al wilde ik niets anders. Ik kan heel slecht tegen mijn verlies, nog altijd. Uiteraard probeer ik die instelling op mijn speelsters over te brengen. Maar ik kan en wil mezelf niet te veel als voorbeeld stellen. Dan dreigt het gevaar van een grote eenheids- worst. Het gaat erom binnen een team de juiste technische, tacti- sche en mentale eigenschappen te bundelen. Dat is een uitdagend proces voor een coach, maar ook voor de directeur van een grote onderneming. Het gaat daarbij om de ideale balans, het vinden en afstemmen van het juiste evenwicht. In Athene hadden wij te veel routiniers in onze selectie, moet ik terugblikkend constateren. Het waren er een stuk of negen: speelsters die al geruime tijd meeliepen en op basis van hun ancie- niteit een stempel drukten op de groep. Dat is op zich niet erg, maar wel als het er negen zijn. Dan kantelt het evenwicht en ontstaat tussen die negen kapiteins op het schip sluipenderwijs een soort competentiestrijd. Dat gebeurde in Athe- ne, waarbij de Amsterdam- en de Den Bosch-rutiniers opgingen in een eigen klikje. Dat heeft onze missie geen goed gedaan. Dat is wijsheid achteraf, zij het wel een wijsheid die mij heeft doen inzien dat ik voortaan, als het even kan, stug moet vasthouden aan een klassieke verdeling: zes routiniers, zes speelsters uit de midden- groep en zes jonge honden. Dat is de ideale combinatie. In al mijn nai- viteit dacht ik vroeger ook: ik moet zestien Marc Lammersen in mijn team hebben, want dan heb ik een surplus aan daadkracht in de gelederen, dus dan komt het wel goed. Later drong het pijnlijke besef door: Marc Lammers kan niet scoren, die bezwijkt onder de spanning zodra hij oog in oog met de doelman staat, dus van dat soort types moet ik er vooral niet te veel hebben. De kracht van een Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

team is dus gelegen in de diversiteit. Alleen: dan moet er wel sprake zijn van onderlinge acceptatie en dat kan slechts als daar herken- ning aan vooraf is gegaan. Ook dat is een ijzeren wet, in de sport en in het bedrijfsleven: ik herken, dus ik accepteer. Dat proces wordt vaak vergeten of onderschat. Of, erger nog, helemaal niet begre- pen. Maar wie een optimale samenwerking najaagt, ontkomt niet aan de stelregel: je kunt niet accepteren als je niet kunt herkennen. Een voorbeeld: onze huidige aanvoester Minke Booij is van nature een opgewonden standje. Die gaat tijdens een wedstrijd of een trai- ning wel eens ‘uit haar plaat’, zoals wij dat noemen. Dat gedrag moeten wij – speelsters en begeleiding – niet de kop in willen druk- ken, dat moeten we koesteren. Af en toe ontploffen is haar uitlaat- klep. Dat heeft Minke nodig om optimaal te kunnen presteren. Dat brengt mij bij het fenomeen typologie, nog zo’n waardevolle les die ik via NLP heb opgedaan. Twee speelsters uit mijn selectie stonden tot voor kort lijnrecht tegenover elkaar: Fatima Moreira de Melo en Miek van Geenhuizen. De eerste is een druktemaker, die voorafgaand aan

een wedstrijd luidkeels staat te zingen in de kleedkamer, daar waar 'de dromer' Miek zich vaak zwijgend terug- trekt in haar eigen wereld. Die twee botsten dan ook met grote regelmaat, zowel binnen als buiten de lijnen. Fatima begreep Miek niet en andersom idem dito. Dat kwam de saamhorigheid binnen de selectie niet ten goede en dan druk ik me nog voorzichtig uit. Onder meer met hulp van onze mental coach Bill Gillissen hebben we vanaf 2002 veel aandacht besteed aan herkenning. Hoe steek ik zelf in elkaar? Hoe steekt de ander in elkaar? We moesten elkaar, kortom, leren kennen en begrijpen. Dat was een lang, lastig en moeizaam proces, maar uiteindelijk zijn we erin ge- slaagd om de onderlinge kloven te overbruggen en uiteindelijk te dichten. Daar waar nodig heb ik de speelsters gestuurd en ge- steund. Zo moesten Fatima en Miek tijdens een trainingsstage of toernooi bewust met elkaar op een kamer. Die beslissing werd door beiden aanvankelijk niet met gejuich ontvangen, maar het moest. Deze twee steunpilaren, die qua karakter ver van elkaar afstaan, wilde ik per se nader tot elkaar brengen. Uiteindelijk is dat gelukt, Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

al zullen Fatima (gevoel) en Miek (ratio) vermoedelijk nooit el- kaars beste vriendin worden. Dat hoeft ook niet. Zolang ze elkaar maar begrijpen en beseffen waarom de ander af en toe reageert zoals ze reageert. Met gepaste trots stel ik dan ook vast dat de kracht van mijn team de laatste jaren vooral gelegen is in het on- derlinge en wederzijdse begrip. Stuk voor stuk hebben mijn speel- sters geaccepteerd dat anderen nu eenmaal anders in elkaar steken en zich zo nu en dan dus ook afwijkend gedragen. Maar het ware gesprek met elkaar aangaan, dat gebeurt over het algemeen veel te weinig in de topsport en in het bedrijfsleven. Men praat wel met elkaar, maar dan vooral over koetjes en kalfjes bang als men is om ruzie te krijgen en tweespalt te veroorzaken. Daarom is men vooral heel leuk, lief en aardig voor elkaar. Dat moet juist niet. Duidelijk- heid voor alles. Op dat punt valt veel winst te behalen. Na erken- ning volgt acceptatie, dan begrip en vervolgens samenwerking. Het laatste stadium, en daarin zitten we nu op weg naar de Olym- pische Spelen in Peking (2008), is respect en trots. Dat was een van de pijlers van het succes bij het wereldkampioenschap in Madrid. Al kunnen we ook op dat punt niet op onze lauweren rusten. De samenstelling van een team is immers voortdurend aan verande- ring onderhevig. Nieuwelingen moeten dus worden ingepast. Voordeel is nu dat tachtig procent van het team van de hoed en de rand weet. Nieuwkomers volgen vrijwel onmiddellijk de heer- sende mores. Maar je moet die normen en waarden wel keer op keer opnieuw blijven en durven uitspreken. Wat vinden wij belang- rijk? Wat moeten we accepteren, en wat niet? Om nieuwkomers soepel te laten instappen, heb je als coach het middel van de kamer- indeling, al vind ik dat je daarin niet moet doorslaan. Van belang is dat men zich lekker voelt. Wij verblijven gemiddeld zo'n honderd dagen per jaar in het buitenland, dus als ik dan telkens opnieuw de zaak door elkaar hussel, schiet ik mijn doel uiteindelijk voorbij. Er zijn tijdens dat soort trips genoeg momenten waarop mijn speel- sters ook buiten het hockeyveld met elkaar samenwerken. Rust is ook een belangrijk facet in de voorbereiding. Aan het einde van een lange, zware dag moeten ze zich terug kunnen trekken op hun Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

kamer, met degene met wie ze zich het prettigst voelen. In het geval van Fatima en Miek zag ik mezelf echter gedwongen een uitzonde- ring op die regel te maken. Al vrij snel na mijn aanstelling als bondscoach van Nederland ben ik voorzichtig begonnen met mentale trainingen. Hulp kreeg ik daarbij destijds van een oud-topsportster, die het klappen van de zweep kent en bij ons de rol van teamarts vervulde: oud-judoka Jessica Gal. Het aanscherpen van de

mentale vaardigheden was een van de lessen van de Olympische Spelen in Sydney. Mijn speelsters moesten mentaal harder worden: met tegenslagen om kunnen gaan en beseffen dat er eerst gewerkt moet worden, en pas dan de beloning volgt. Later volgde de aanstelling van Bill Gillissen. Zijn benoeming, in het voorjaar van 2002, leidde vooral tot fronsende wenkbrauwen en dan niet alleen bij de buitenwacht. Een oud-politieman als zielenknijper van de Nederlandse hockeysters? Als dat maar goed gaat, was zo ongeveer de teneur. Die scepsis had ik voorzien. Elke verandering roept weerstand op en zeker zodra het gaat om mentale begeleiding, want de resultaten daarvan zijn immers niet meetbaar. Dus wat hoor je? Zijn we ziek of zo? Maar op alle fronten valt, groot of niet, winst te halen, en zeker op het mentale vlak konden en moesten wij nog flink wat stappen maken, zoveel was duidelijk. Het is niet alleen maar hard kunnen rennen, maar ook slim hard kunnen rennen en elkaar kunnen accepteren. Vandaar de aanstelling van Gillissen, die ik had leren kennen tijdens mijn Mastercoach-opleiding van sportkoepel NOC\*NSF in 2001. Ik had behoefte aan een coach en Bill heeft mij gaandeweg steeds beter mezelf leren kennen. Daarbij ging het om de zogeheten 'kernkwadranten': wat zijn mijn sterke en mijn zwakke punten? Ik ben daadkrachtig, waarbij ik de neiging heb door te slaan. Ik kan mijn speelsters wel overtuigen van de noodzaak om harder te trainen, maar bij mij loert voortdurend het gevaar dat ik te drammerig word. Dat is het dus: daar waar je kracht ligt, ligt vaak ook je zwakke punt. Dat was bij mij in ieder geval zo en daar heeft Bill mij op geattendeerd. Bovendien heeft hij mij geleerd om meer ge-

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

duld op te brengen, dus het tegenovergestelde te doen van dat drammerige zodat ik met speelsters als Miek van Geenhuizen overweg kon en me niet zou verslikken in mijn eigen irritatie ten aanzien van passieve mensen. Hij heeft mij daarnaast ook duidelijk gemaakt dat het geen zin heeft om me constant te focussen op winnen, scoren en de wil om de beste te zijn. Dat is de kern van topsport, die wil moet je diep van binnen hebben. Je moet het echter vooral niet gaan accentueren, maar er juist op vertrouwen. Als je te veel nadruk op de wil om te winnen legt, ga je de speelsters nog meer onder druk zetten met alle gevolgen van dien. Dan ren je jezelf voorbij.

Dat ook ik af en toe hardleers kan zijn, bleek bij de Olympische Spelen in Athene, in de voorbereiding op de finale. Ik was, zoals eerder in dit hoofdstuk gememoreerd, te veel bezig met de gevolgen van het winnen of het verliezen. Daar gaat de ploeg niet beter van spelen. Integendeel zelfs. Als je iets doet, hockey in ons geval, dan ligt daar per definitie een motivatie aan ten grondslag. De kunst is om die drive te prikkelen en vooral niet dood te drukken. Dat geldt ook voor het bedrijfsleven. Een bedrijfsleider kan wel denken: mijn werknemers zitten er van negen tot vijf, puur voor de centen, maar wat doen ze verder? Het moet zijn uitdaging zijn om zijn personeel zodanig uit te dagen dat hun rendement vijf procent hoger komt te liggen dan bij de concurrent om de hoek, zonder dat hij dwangmatig gaat optreden. Makkelijk gezegd misschien, maar dat is wel de kunst.

Rico Schuijers heeft later de rol van Bill Gillissen overgenomen, maar mijn grootste en mijn belangrijkste coaches zijn, hoe vreemd dat ook mag klinken wellicht, mijn speelsters. Je moet je kwetsbaar durven op te stellen, je fouten durven erkennen ten overstaan van de groep, en vragen waar je als coach volgens je spelers steken hebt laten vallen. Toen ik dat voor het eerst deed werd er weinig gezegd, bang dat een stevig maar eerlijk antwoord onmiddellijk gevolgen zou hebben voor de eigen positie. Ik begrijp die afwachtende houding wel, want in Nederland bestaat de neiging om elke vorm van

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

kritiek steevast af te straffen. Zelf durfde ik tot dan toe ook geen vragen te stellen over mijn eigen functioneren, bang als ik was (een deel van) mijn gezag te verliezen. Tot 2004 dacht ik: ik weet hoe het moet, ik zet de lijnen uit, punt uit, verder niet zeuren. Het was, kortom, eenrichtingsverkeer waar ik me aan bezondigde. Het te- genovergestelde rendeert meer, weet ik inmiddels: wie zich als coach kwetsbaar durft op te stellen, wint juist aan gezag. Ik probeer dat om te draaien door speelsters te belonen voor hun kritiek. Waarmee niet gezegd is dat ik met alles wat zij aandragen ook wat doe. Maar al neem ik maar twee procent over, dan is het toch maar mooi weer twee procent winst. En elk procentje is er e'én, en twee is meer dan nul. Wij vragen sporters in de evaluatie vaak kritisch te zijn op zichzelf en wat blijkt dan in negen van de tien gevallen? Ze wijzen op externe oorzaken. Het lag aan de scheidsrechter, aan de medespeler, aan het veld en meer van dat soort externe factoren. Vanaf het moment dat ik me kwetsbaar durfde op te stellen, viel er voor de speelsters een drempel weg en gingen ook zij kritisch in de spiegel kijken. Dat betekende een enorme stap voorwaarts, zowel voor hen als voor mij, en daarbij dus voor de ploeg als geheel. Wel moet opgemerkt worden dat je jezelf als coach niet elke dag zo kunt en moet opstellen, want dan wordt het een repeterende breuk en hol je wel degelijk je eigen gezag uit. Maar eens in de zoveel tijd, dan moet ook de coach figuurlijk met de billen bloot. Je wint aan respect, want ja, de grote baas geeft ook een keer toe. Je neemt dagelijks duizend beslissingen, waarvan achthonderd goede en tweehonderd minder goede of domweg slechte. Dat moet je durven erkennen. Dat kwetsbaar opstellen kan alleen als je zelfvertrouwen hebt. Als coach heeft het mij daar lange tijd aan ontbroken, zonder dat ik het zelf besepte. Dus wat deed ik? Ik hield vast aan mijn eigen vermeende gelijk en gedroeg ik me in die zin als een schildpad: als het spannend werd, trok ik m'n kop in. Pas toen ik tegenover mezelf durfde te erkennen dat ik als coach zowel goede als foute beslissingen nam, drong het besef door. Door tegenover mijn speelsters de rol te spelen van de alwetende coach, was ik contraproductief bezig. 'Athene' was in dat opzicht een omslagpunt, waarbij ik Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

werd geholpen door, kort daarop, het winnen van de Champions

Trophy met een sterk verjongde ploeg. Ik kon het dus nog wel. Dezelfde interactie die ik met mijn speelsters heb, probeer ik ook te onderhouden met mijn begeleidingsstaf. Tijdens een toernooi of een trainingsstage staan wij elke dag een uur eerder op en praten we een klein half uurtje. In een groep met achttien meiden gebeurt veel en lang niet alles komt mij ter ore. Wat leeft er, wat speelt er, wat kan en wat moet beter, waar moeten we als begeleiding op letten? Dan wil ik feedback en die krijg ik meestal ook. Natuurlijk hoor ik niet alles, want ik ben en blijf toch degene die uiteindelijk de beslissingen neemt, en dan is het wel zo prettig dat een speelster buiten mij om haar hart kan luchten bij de fysiotherapeut of de manager. Zo moet het ook, daar moet ik niet tussen willen staan of gaan zitten. Tot voor een paar jaar wilde ik dat nog wel, control-freak die ik was. Maar dat werkt averechts. Dan wordt de brij aan informatie vrijwel niet meer te behappen en gaan bijzaken de hoofdzaken overvleugelen. Mijn collega's filteren de informatie en dat verwacht ik ook van hen. Onze fysiotherapeut Johannes Veen heeft in dat opzicht de afgelopen jaren een sleutelrol vervuld. Hij is niet alleen een uitstekend fysio, hij heeft ook nog eens zelf op redelijk niveau gehockeyd en beschikt over een prima luisterend oor. Een assistent hoort ook veel, maar de fysiotherapeut hoort verreweg het meest. Speelsters weten vaak ook dat ze aan het zeuren zijn, maar ze moeten het wel even kwijt. Ze hebben een uitlaat- klep nodig.

Zoals Sylvia Karres mij 'soms' haatte, zo kan ik een speelster zo nu en dan ook wel eens schieten en dan lucht ik net zo goed mijn hart bij Johannes bijvoorbeeld. Ik geloof heilig in de driehoek hockeyin-

houdelijk, fysiek en mentaal. Johannes bemoeit zich met de laatste twee, ik vooral met het eerste. Mijn valkuil is dat ik te zeer gericht ben op de inhoud en te weinig oog heb voor zaken als sfeer. Hij heeft dat wel en vult mij dan ook perfect aan. Hetzelfde geldt uiteraard voor de manager. Waar ik als coach lange tijd niet bij heb stilgestaan is het feit dat je over een uitgebalanceerd begeleidings-team moet beschikken. Dat wil dus zeggen: een staf met niet te veel Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist  
22/10/2007 Pg.

SPORT

## Nieuwe bondscoach ziet weer gretige hockeyers

Onder leiding van Marc Lammers, sinds 1 januari bondscoach van de Nederlandse hockeyers, begint de gerenoveerde nationale ploeg vandaag aan het toernooi om de Champions Trophy in Amstelveen.

**Door onze redacteur MARK HOOGSTAD**  
AMSTELVEEN, 18 AUG. Ooit haarde hij optien door zich bij een strafcorner met gevaar voor eigen leven ruggelings in de baan van het schot te begroeven. Het lustige kunsje, be- dacht door coach Toon Biegan, werkte wonderwel. Dankbaar pre- stitenden de schatters van het ge- breklijke zicht van de doelman en zijn lijfverdedigers. Het zogebeten lammers kneg, zowel natio- naal als internationaal, op grote schaal navolging.

Ook als trainer-coach ontpopt Marc Lammers (32) zich als een vernieuwer. Nog geen acht maanden is de oud-aanvoerder van Den Bosch in dienst als bondscoach van de Nederlandse hockeyers en nu al lijkt sprake van een cultuuromslag. Al gaat die conclusie hem zelf te ver. Met een zinnige glimlach: „Cultuuromslag vind ik een groot woord. Laten we het er maar op houden dat ik een aantal ideeën in praktijk heb gebracht.“

Een daarvan was het geleidelijk opvoeren van de trainingsintensiteit, van zes naar gemiddeld veertien uur per week. Ook het aantal

Bondscoach Marc Lammers heeft gisteren op het allerlaatste moment aanvalster Karlijn Petri opgeroepen als vervangster van Miek van Goenhuizen, die afviel wegens een oogblessure. Titelverdediger Nederland begint het toernooi om de Champions Trophy vandaag in Amstelveen met een wedstrijd tegen Spanje, de nummer vier van de Spelen in Sydney die sinds vier maanden onder leiding staat van de Nederlander Jacques Holtman. Argentinië (morgen),

Nieuw Zeeland (dinsdag), Australië (woensdag) en China (vrijdag) zijn de volgende tegenstanders. Na een halve competitie wordt het toernooi over acht dagen afgesloten met de strijd om de plaatsen één tot en met zes. Duitsland, Groot-Brittannië en Zuid-Korea vielen in Sydney buiten de top-zes en ontbreken daardoor bij de negende editie. Indien Nederland de titel prolongeert, ontvangt elke speler 1.000 gulden. Zilver belooft de hockeybond met 1.000 gulden.

Om de onderlinge concurrentie te bevorderen, formeerde Lammers daarnaast een 'shadowteam'. In navolging van de A-ploeg speelt ook de B-formatie regelmatig internationale wedstrijden. „Met als bijkomend voordeel dat de overgang van hoofdklasse naar internationaal hockey soepeler verloopt“, zo hoopt de vijfvoudig international.

Lammers' enthousiasme heeft een aanstekelijke werking, want het scheelde weinig of de opvolger van de vorig najaar uitgerangeerde Toon van 't Heck was met een ongeslagen staaf van dienst begonnen aan het toernooi om de Champions Trophy, dat vandaag in Amstelveen begint. Argentinië voorkwam dat twee weken geleden door met 2-1 te winnen in het voorlaatste oefen-duel. Lammers treunde niet, in

de wetenschap dat de selectie van de winnaar van de zilveren olympische medaille vrijwel intact is gebleven.

Dat kan van Nederland niet worden gezegd. Lammers' ploeg zit nog slechts negen spelers die in Sydney actief waren bij het olympisch toernooi op Homebush. Zeven internationals, onder wie aanjagers/voortitlers Carole Thaxt en Susan van der Wieden, rwaalden af na de zwaarbevochten bronzen medaille. De spengevallen plaatsen zijn ingenomen door jeugdige, relatief onbekende talenten als Floren Cornelis (22), Kirsten de Groot (22) en Maartje Scheepstra (22).

Maar van een terugval lijkt, ondanks de noodgedwongen verjougingskuur, geen sprake. Engeland (6-0), Verenigde Staten (4-0), Span-

je (3-0) en Duitsland (4-1) werden de afgelopen weken bijna achteloos terzijde geschoven. Zelfs wereld- en olympisch kampioen Australië, sinds 1993 heer en meester in het internationale vrouwenhockey, moest vorige week met 3-1 het hoofd buigen.

Belangrijker dan de uitslagen (Lammers: „Het blijft een post-olympisch jaar“) was de frisse indruk die zijn ploeg maakte, daar waar het elftal in Sydney nog uitzet plichtmatig over het kunstgras hobbelde. „Het zelfbevuist-zijn is gegroekt“, constateert Lammers. „Die meiden zijn gretig en agressief. Zelfs de routiniers waken de indruk alsof ze voor het eerst van hun leven een Champions Trophy gaan spelen.“

Met dank wellicht aan de individuele, mentale hulp die Lammers in samenspraak met teamarts en oud-judoïka Jessica Gal introduceerde. Het is, zo erkent hij na enige aandringen, een van de lessen van 'Sydney'. „Spelsters moesten mentaal sterker worden. Of beter: mentaal harder. Een sportpsycholoog kan ze daarbij helpen. Ze moeten met tegenslagen om kunnen gaan en beseffen dat er eerst gewerkt moet worden, en pas dan de beloning komt.“

Komende week neemt Lammers genoegen met een bijrol. Niet het resultaat, maar het verouwoede spel zelf. „Een overwinning is goed voor het zelfvertrouwen, maar ik hoop de Champions Trophy niet per se te winnen. Voor een team in ontwikkeling zou het beter als we niet meteen op de hoogste trede kwamen te staan.“

Uit: NRC Handelsblad, 18 augustus dezelfde karakters. Zeker in Athene en de aanloop daarnaartoe was de begeleiding niet in balans; we hadden te veel dezelfde types, mensen zoals ik: gericht op hockey en coaching, te weinig oog voor de sociale component. Tijdens de Spelen werd duidelijk dat het tussen sommige begeleiders niet klikte. Na afloop ging men elkaar de schuld geven, terwijl ik dacht: zoek eerst de schuld bij jezelf. Daarbij kwam dat een aantal begeleiders zelf de ambitie had om mij vroeg of laat op te volgen en dat niet onder stoelen of banken stak tegenover de spelsters. Dat leidde tot frictie en, in een enkel geval, tot onduidelijkheid, omdat mijn beslissingen niet voor de volle honderd procent werden gedeeld. Het is dodelijk als een collega, direct dan wel indirect, tegenover de spelsters laat doorschemen niet geheel achter jouw beslissing te staan. Het was voor mij reden om na 'Athene' aan voorzitter Andre' Bolhuis te vragen of hij, met alle kennis die hij op dat punt heeft, voor mij een begeleidings-team wilde samenstellen. Ee'n ding wist ik zeker: hij zou voldoende oog hebben voor de balans. Dat bleek, want Bolhuis kwam op de prop- pen met Jan Albers (manager), Johannes Veen (fysiotherapeut) en Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist  
22/10/2007 Pg.

Pieter Offerman (assistent-coach). Jan is een doorgewinterde zakenman en oud-international, die zich ontpopt als rustpunt en mij geregeld de spiegel voorhield. Johannes kende ik uit het verleden, als een loyale en rustgevende factor. Pieter ten slotte is een ervaren trainer, die zelf geen ambities heeft of had om mij op te volgen. Zijn rol werd later wegens drukke bezigheden overigens overgenomen door Rob Bianchi. Van cruciaal belang is het feit dat begeleiders begrijpen dat topsport per definitie een wat vreemde wereld is, met geheel eigen wetten,

en dat topsporters meestal geen normale mensen zijn. Ze zijn de besten in hun discipline en dat komt meestal ook in hun karakter tot uitdrukking. En dus hebben ze vrijwel allemaal een gebruiksaanwijzing. Als begeleider moet je ze in hun waarde laten, zonder ze te pampieren. Je moet begrijpen dat de meesten een ochtendhumeur hebben en dus niet elke ochtend 'goedemorgen' roepen, zodra ze aanschuiven voor het ontbijt. Dat moet je kunnen herkennen en accepteren bij mensen die honderd dagen per jaar van huis zijn omwille van hun sport.

Behalve de mentale moest ik in de maanden volgend op mijn aanstelling ook de fysieke weerbaarheid van mijn selectie aanscherpen. Hockey is in de loop der jaren harder geworden, zowel letterlijk als figuurlijk, onder druk van landen als Australië, China en Zuid-Korea. Om die reden besloot ik het aantal verplichte bezoeken aan het krachthonk te verdubbelen: van twee naar vier uur. Het moderne internationale tophockey vergt explosiviteit in de kleine ruimte. Fysieke kracht, gekoppeld aan techniek en coördinatie, is daarbij onontbeerlijk. Om mijn spelers versneld aan te passen aan de nieuwe realiteit besloot ik vlak na mijn aantreden om af en toe een oefenwedstrijd tegen een mannenteam te spelen. Niet tegen clubs uit de mannenhoofdklasse, want daarvoor zijn de verschillen in vooral kracht en handelingssnelheid te groot. Van zulke krachtmetingen zouden mijn spelers niet veel leren. Als tegenstander kozen wij voor A-junioren (tot achttien jaar) en voor clubs uit de eerste klasse. Het vrouwen-tegen-mannen-principe had veel weg van een onorthodoxe maatregel, maar was dat niet: Gijs van Heu-

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.  
men deed dat in de jaren tachtig al als coach van de Gouden Ge-

neratie. Ik wilde mijn spelers vooral wakker schudden. Mannen spelen doorgaans met minder angst dan vrouwen, en met meer bluf en branie. Door zulke 'ongelijke' wedstrijden werden mijn spelers gedwongen de fysieke strijd aan te gaan. Het waren dan weliswaar oefenwedstrijden, maar van mannen verliezen werd toch als een bittere nederlaag ervaren. Ze speelden, tot mijn vreugde, dan ook op het scherpst van de snede. Een soortgelijk experiment voerde ik in de zomer van 2002 uit door tijdens een oefentoernooi in Bremen met een zogeheten 'vliegende keep' te spelen. Onze voorstopper Janneke Schopman verving daarbij onze keepster, die plaats mocht nemen op de tribune. Het voordeel van die aanpak was evident en meteen zichtbaar: het vergrootte de druk op de ploeg en dus de vindingrijkheid van mijn spelers om met deze geheel nieuwe spelsituatie om te kunnen gaan. Deze niet-alledaagse manier van spelen zorgde ook voor de broodnodige afwisseling. Oefenwedstrijden zijn uitermate geschikt voor zulke experimenten, die spelers scherp en dus bij de les houden. Bij het wereldkampioenschap in Madrid (2006) speelden we uiteraard 'gewoon' met tien veldspelers en e'en keepster. Externe prikkels bleken daar niet nodig. Alle lessen uit het verleden brachten we daar in praktijk, alle puzzelstukjes vielen op hun plaats. Voorafgaand aan de finale tegen Australië heb ik de spelers gevraagd wat we een paar maanden eerder hadden gedaan, toen we datzelfde Australië versloegen. Die antwoorden plus wat videobeelden om een en ander te illustreren, vormden de kern van de voorbereiding. Verder heb ik ze vooral gewezen op hun kwaliteiten, en op het hart gedrukt te genieten. Dat deden ze; ze speelden frank en vrij, kwamen in een flow, maar raakten, opmerkelijk genoeg, uit die gemoedstoestand op het moment dat we op een 1-voorsprong kwamen. 'Vasthouden die voorsprong' was plotseling de gedachte, vooral bij onze laatste linie. Het tegenovergestelde gebeurde; Australië kreeg een onterechte strafbal en het werd 1-1. Normaal gesproken had Minke Booij – het vaatje buskruit van de ploeg – de scheidsrechter verbaal zwaar onder vuur genomen naar Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist



22/10/2007 Pg.

aanleiding van die onterecht toegekende strafbal. Nu hield ze zich koest en pakte ze de bal nadat Australië had gescoord, terwijl ze tegen de rest zei: 'Ik ben blij dat ie zat, dan kunnen we nu misschien weer gaan hockeyen.' Het was prachtig om te zien en te horen vanaf de zijlijn. Zo bracht Minke de ploeg eigenhandig terug in de flow. En we deden wat we twee jaar daarvoor in Athene hadden nagelaten te doen: winnen.

In Madrid bleek bovendien hoezeer wij mentaal waren gegroeid. Was er in het verleden nog wel eens sprake van jaloezie, nu bleef die spelbreker achterwege. Met dank aan een uitgebalanceerde hiërarchie en, als gevolg daarvan, een groot wederzijds respect. Het mooiste voorbeeld daarvan was Jiske Snoeks. Net terug van een knieblesure namen haar krachten gedurende het toernooi ziender-ogen af. Voorafgaand aan de halve finale zag ik mezelf gedwongen haar op de tribune te zetten. In plaats van te mokken accepteerde ze die voor haar pijnlijke beslissing en wenste ze de rest van de ploeg heel veel succes. Mijn oud-ploeggenoot Ronald Jansen stuurde na afloop van de gewonnen finale in Madrid een sms'je: 'Je kunt pas een finale winnen als je er ooit een verloren hebt.' Een waarheid als een koe. Ronald sprak uit ervaring.

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Hoofdstuk Het heilige schrift

Het vak van trainer-coach is, zeker in Nederland, door de buitenwacht jarenlang gezien en beschouwd als een soort veredelde hobby van mensen die, zogenaamd bij gebrek aan ambitie en vaardigheden, uit arren moede hun heil maar in de sport hadden gezocht. Zo werd je ook behandeld. Als jij zo graag in de topsport wilt werken, prima, maar dan mag je het verder zelf uitzoeken, was daarbij veelal de leidende gedachte. Je krijgt een contract, en aan het einde van de rit begin je 'gewoon' weer bij af, als je die kans al krijgt. Met een beetje pech sta je met lege handen. Aan iets opbouwen, in de vorm van een pensioen of wat dan ook, kwam je in de regel vaak niet toe, simpelweg omdat de regelingen daartoe ontbraken.

Bij gebrek aan perspectief zagen vele jonge, enthousiaste coaches-in-wording af van een bestaan in de sport. Te veel risico's, te weinig zekerheden. Daar kwam het zwart-wit gesteld op neer. Gelukkig is daar sinds enkele jaren verandering in gekomen met als voorlopige hoogtepunt de oprichting, nu een jaar geleden, van de vakbond NL.Coach, onder meer door de inspanningen van de voormalig technisch directeur van sportkoepel NOC\*NSF, Joop Alberda. Dat kon niet uitblijven. De topsport is inmiddels zo ge-professionaliseerd dat het vak van trainer-coach een fulltimebaan is geworden, en vaak meer dan dat. Ook de buitenwacht heeft dat inmiddels begrepen. Dat is winst, pure winst zelfs. Winst is ook het feit dat NL.Coach sindsdien een platform biedt voor coaches, die bereid zijn van elkaar te leren en elkaar, bewust dan wel onbewust, te stimuleren. Hoewel elke sport zijn eigen specifieke kenmerken

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

heeft, zijn de overeenkomsten over het algemeen groter dan de verschillen. Hoe stuur ik een groep aan? Hoe stel ik mijn begeleidingsteam samen? Hoe ga ik om met tegenslagen? Hoe ga ik om met de media? Het zijn vragen waar iedere coach vroeg of laat mee wordt geconfronteerd.

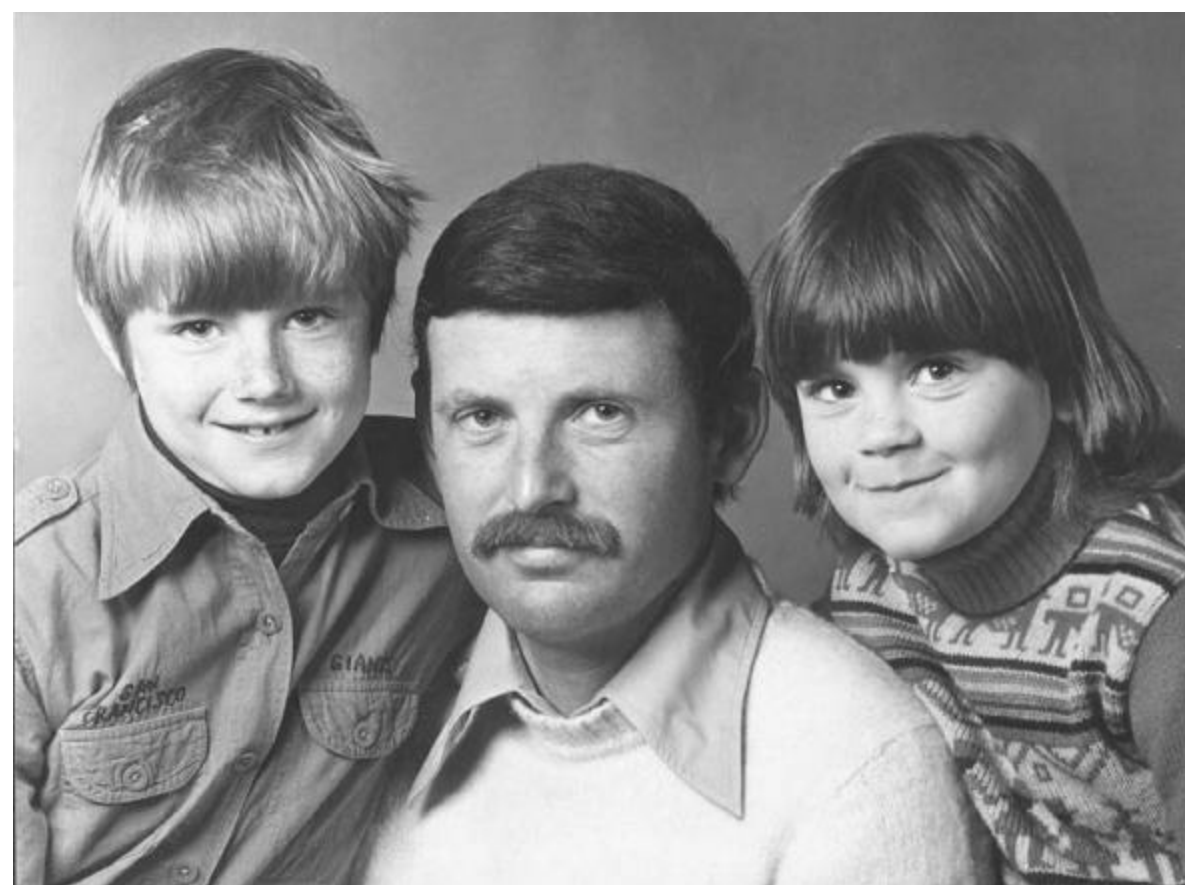
Ik ben van nature erg leergierig en mag dan ook graag mijn licht opsteken bij collega-coaches en dan bij voorkeur bij collega's die er een enigszins afwijkende stijl en denkwijze op nahouden. Neem basketbalcoach Ton Boot. Dat is iemand met een – zeker voor Nederlandse begrippen – wat autoritaire manier van denken en werken, iemand die het conflict eerder zoekt dan uit de weg gaat.

Het is niet mijn stijl. Het past ook niet zo bij mijn karakter. Dat wil echter niet zeggen dat ik niet kan leren van zijn aanpak. Integendeel zelfs: Boot heeft in de loop der jaren bewezen een top-coach te zijn. Als ik hem hoor praten, bevlogen als hij is, dan beseft ik dat zijn werkwijze ook voor mij de nodige aanknopingspunten biedt. Dat ik, als de situatie daarom vraagt, af en toe ook op mijn strepen moet staan. Ontmoetingen met vakbroeders als Boot, Guus Hiddink en Foppe de Haan (voetbal), Robert Eenhoorn (honkbal), Peter Bosz (voetbal) en Charles van Commene'e (atletiek en later technisch directeur NOC\*NSF) inspireren me; ze zetten me aan het denken en ze houden me aldus bij de les. Dat moet en dat is nodig, want nieuwe impulsen, daar vraagt en draait de topsport om. Niet alleen als sporter, maar juist ook als coach ben je verplicht om jezelf regelmatig kritisch tegen het licht houden. Een coach wordt niet beter door zichzelf op het standpunt te stellen: hou maar op, ik weet het beter, het zit zus en zo. Die houding werkt in mijn ogen contraproductief. Sterker nog: ze leidt tot tunnelvisie. In een evaluatie na afloop van een groot toernooi of ter afsluiting van een bepaalde periode, probeer ik mij als het even kan kwetsbaar op te stellen op het moment dat ik tegenover een van mijn speelsters zit. De vraag is namelijk: wie coacht de coach? In mijn optiek zijn dat zowel de speelsters als mijn assistenten, zoals ik in de voorgaande hoofdstukken al heb aangestipt. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist  
22/10/2007 Pg.





coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Met moeder Riet en zusje Linda



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Met vader Peter en zusje Linda  
Met moeder Riet (1991)



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina In militaire dienst (1992)





coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Den Bosch Jongens A1, met onder anderen coach Bart van Lith (tweede rechtsboven) en boezemvriend Luc Coertjens (derde linksonder)



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Geblesseerd op de bank



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Het zaalhockeyteam van Oranje Zwart, met doelman Ronald Jansen (zittend, geheel rechts) en coach Bart van Lith (staand, linksboven) Met de twee Harrie's van Oranje Zwart: Van Hout (midden) en Kwinten





coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Speler van Jong Oranje (1988)  
Foto: Jeroen van Bergen



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Debutant in de oefeninterland tegen India (1994)



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Aanvoerder van Den Bosch (1994)  
Foto: Jeroen van Bergen



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina In gesprek met de scheidsrechter  
Foto: Jeroen van Bergen







coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Landskampioen met Den Bosch (1998)  
Coach van Meisjes A1, met onder anderen zus Linda (keepster) en latere echtgenote Karin (staand, vierde van linksboven)





coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Landskampioen met Meisjes A1 in 1989, met vader Peter Lammers als manager (staand links- boven), latere echtgenote Karin (zittend, derde van links) en Mijntje Donners (zittend, tweede van rechts)

Coach van Nederland Jongens B (1994), met onder anderen de latere A-internationals Taeke Taekema (zittend, derde van rechts) en Geert-Jan Derikx (staand, derde van links)



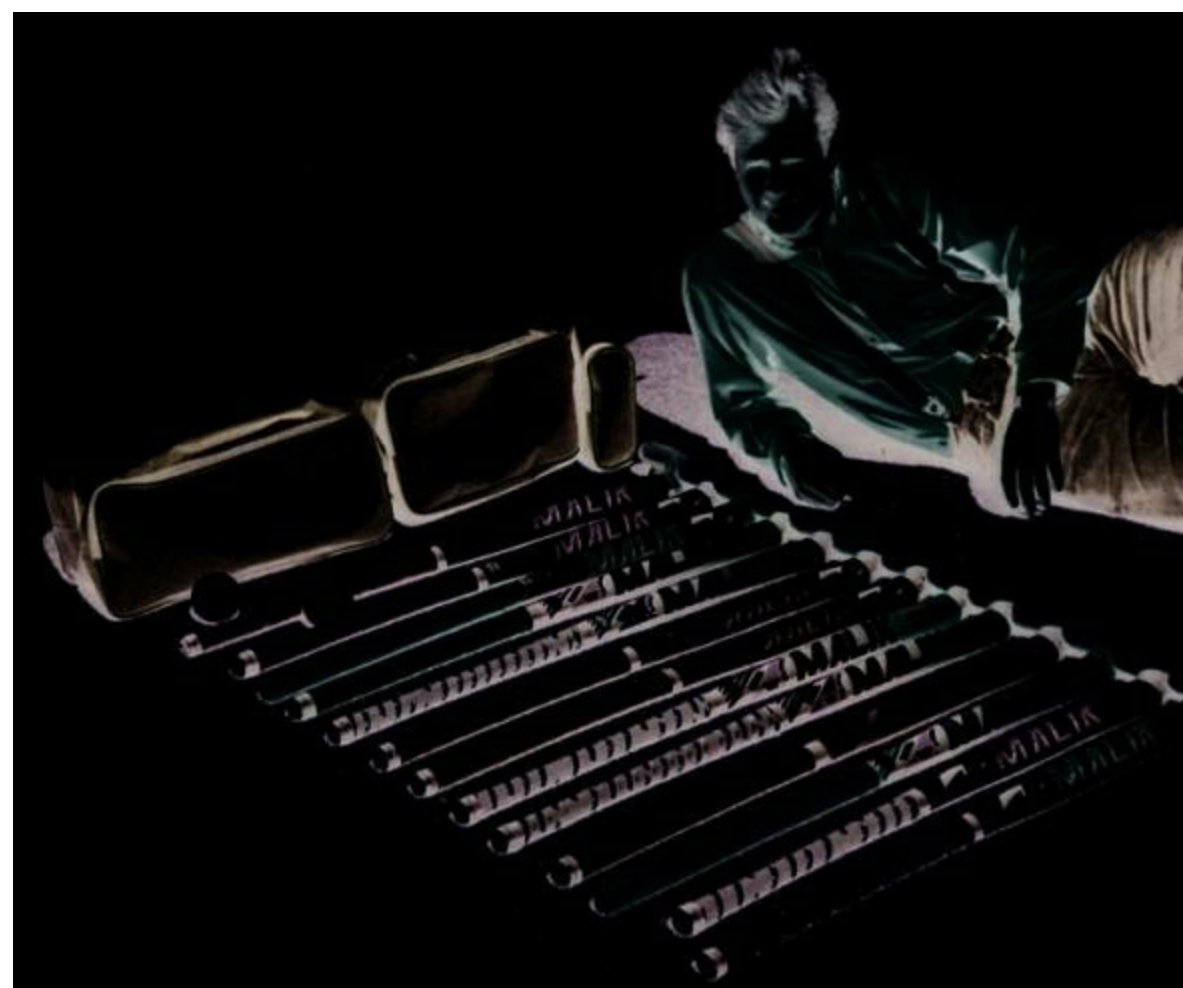
coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Wereldkampioen met Jong Oranje Dames in Seoul, Zuid-Korea (1997). Acht speelsters doen zeven jaar later mee aan de Olympische Spelen in Athene,

Griekenland. Veertien van hen haal- den uiteindelijk het 'grote' Oranje



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Met Marco van Basten  
Met Roger van Bussel op bezoek bij Ruud Gullit op Milanello





coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Beginnend hockeyondernemer  
Met Sinterklaasstick  
Foto: Jeroen van Bergen





coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Met echtgenote Karin en dochter Peppe in Spanje (1998)



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Met de Spaanse vrouwenselectie bij de Olympische Spelen in Sydney (2000) Tijdens de openingsceremonie van de Olympische Spelen in Sydney (2000), met manager Joaquin Berachoecea en assistent-trainer Oriol Alcaraz



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Met voorganger Tom van 't Hek, tegenstander in de verloren troostfinale van de Olympische Spelen in Sydney (2000)  
Tijdens de trouwdag (2003), met echtgenote Karin en kinderen Peppe en Jurre





coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Langs de zijlijn, met vader Peter en beide kinderen



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Na de gewonnen EK-finale in Barcelona (2003) Foto:  
Jeroen van Bergen  
Met aanvoerster Mijntje Donners (2003)  
Foto: Jeroen van Bergen



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Met de innovatieve 'wielerootjes'  
Foto: Jeroen van Bergen







coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina In gesprek met de pers

Foto: Jeroen van Bergen

In gepeins verzonken

Foto: Jeroen van Bergen



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Teambespreking tijdens de Olympische Spelen in Athene (2004) Foto: Jeroen van Bergen



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Vreugde met keepster Clarinda Sinnige (2004) Foto: Jeroen van Bergen







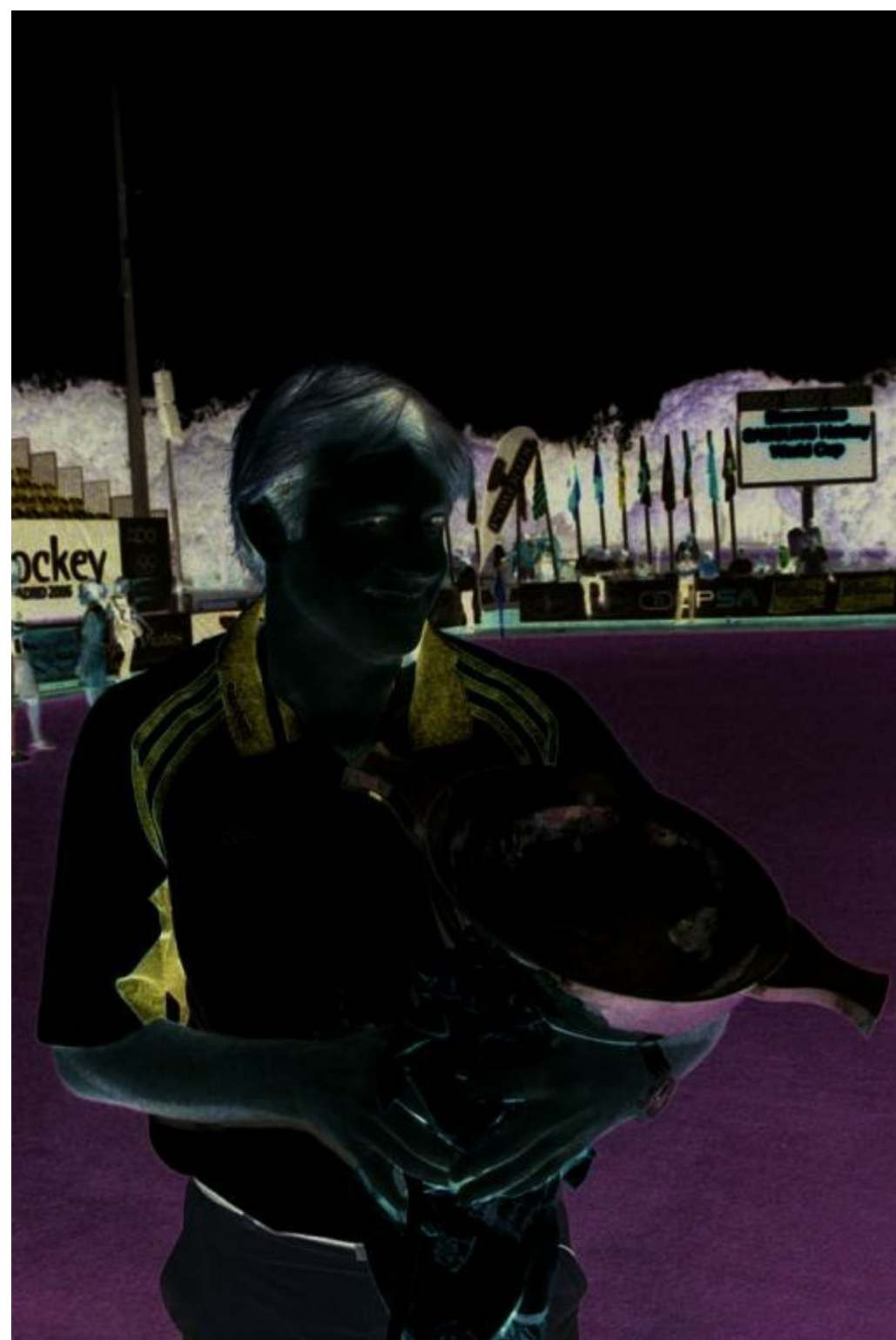


coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Na het behalen van de wereldtitel in Madrid (2006)

Foto: Jeroen van Bergen

Felicitaties van Ruud van Nistelrooy na het behalen van de wereldtitel in Madrid (2006) Foto: Jeroen

van Bergen



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Met de wereldbeker in Madrid (2006)  
Foto: Ben Haeck



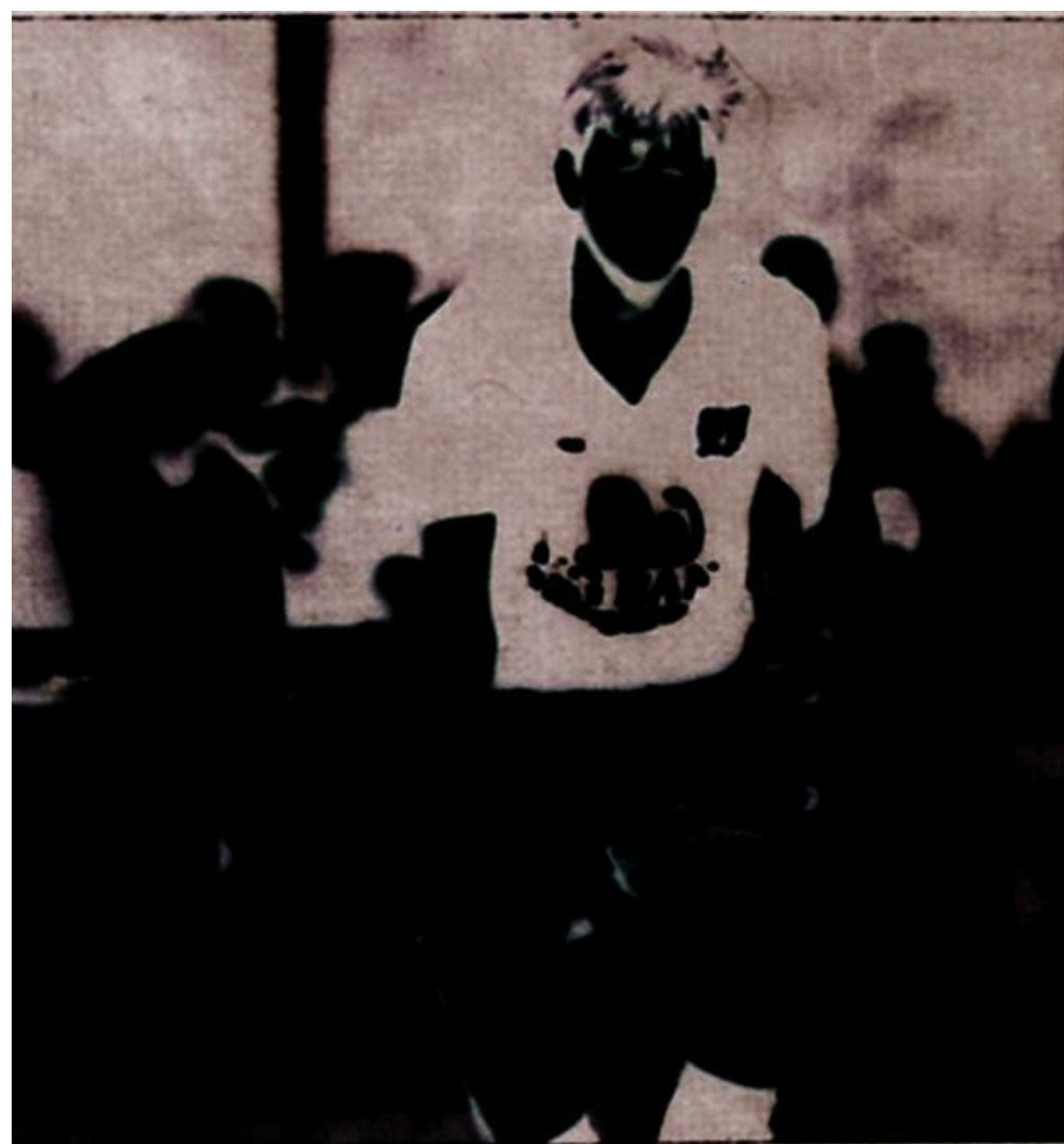


coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina In gesprek met de pers tijdens het WK in Madrid (2006) Foto: Ben Haeck

Met aanvoerster Minke Booij in Amstelveen na het behalen van de Europese titel (2005) Foto: Ben Haeck



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Tijdens de strafcornertraining  
Foto: Ben Haeck



coachen herdruk.qxp 18-10-2007 13:57 Pagina Als speler van Den Bosch

Coachen doe je samen, luidt niet voor niets mijn lijfspreuk, en dus ook de titel van dit boek. Mijn speelsters en mijn collega-begeleiders voorzien mij immers evengoed van input als ik hen. Zij zien en ervaren situaties die ik soms te makkelijk over het hoofd zie. En als ik iets niet wil, dan is het wel achteraf tot de conclusie komen dat ik door eigen toedoen iets heb gemist.

Met veel genoegen denk ik dan ook terug aan de MasterCoach-opleiding die ik in 2001 bij NOC\*NSF heb mogen volgen. Wat mij vooral is bijgebleven van die paar maanden is het feit dat winnaars – en dat waren de deelnemende trainer-coaches – denken in mogelijkheden en niet in moeilijkheden. Onder collega's uit mijn eigen sport signaleer ik nog maar al te vaak mensen die meer beperkingen dan mogelijkheden ontwaren. Daarmee beperken ze niet alleen hun eigen horizon, maar ook die van hun spelers of speelsters. Het 'klein denken' is hun norm. Het klinkt misschien hard, maar het is wel waar: winnaars denken in mogelijkheden, verliezers in excuses. Op sportcentrum Papendal, nabij Arnhem, leerde ik onder anderen Sjef Janssen kennen, de levensgezel en de coach van meervoudig wereld- en olympisch kampioene dressuur Anky van Grunsven. Hij was het die mij op het spoor zette van het koelvest en –bad. In de paardensport is het al sinds jaar en dag een goed gebruik dat de benen van de viervoeters na een wedstrijd in gekoelde doeken worden gewikkeld.

Zoals pitchers in het honkbal dat doen om hun heilige werparm sneller te laten herstellen. ‘Athene’ leek op dat moment weliswaar nog ver weg, drie jaar om precies te zijn, maar de Olympische Spelen wierpen hun schaduw uiteraard al vooruit. Dat het warm zou worden in de Griekse hoofdstad stond vast en dus moesten we ons voorbereiden op de tropische omstandigheden, die ons te wachten zouden staan. Ijvesten om de lichaams-temperatuur weer snel op het normale gewenste niveau te brengen na een zware inspanning – dat hadden we nodig, concludeerde ik na een gesprek met Janssen. En die kwamen er dan ook, met dank aan NOC\*NSF en TNO. Na ‘Athene’ besloten we die ijvesten te vervangen door een ijsbad, waar de speelsters na een wedstrijd Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist 22/10/2007 Pg.

gezamenlijk in moesten stappen op last van onze inspanningsfysioloog Jos Geijsel. ‘Om bederf tegen te gaan, leg je het stukje vlees van de slager ook snel in de koelkast’, luidt daarbij zijn stelregel. Jos was jaren geleden al tot de conclusie gekomen dat de traditionele cooling down – het rustig uitlopen na de wedstrijd – eerder een negatief dan een positief effect had op het herstel van een sporter. Om nog maar te zwijgen over een hete douche. Het duurde niet lang of onze koelbaden kregen navolging. Argentinië had onze aanpak met grote belangstelling gadeslagen. Kruiwagens vol met ijswater verdwenen immers in onze kleedkamer. Wat was daar aan de hand? Een golf aan enkelblessures, maar ondertussen wel de nummer één van de wereld? Hun coach, de immer nieuwsgierige Sergio Vigil, informeerde bij mij naar het hoe en waarom. Ik hield me van de domme, maar kon het niet laten om van de gelegenheid gebruik te maken. Tegen een van mijn speelsters zei ik dat ze haar Argentijnse clubgenoten maar eens moest vertellen dat wij, met het oog op ons fysieke herstel, na een wedstrijd gemiddeld zo’n tien tot twintig minuten in water van acht graden Celsius zaten.

Het was een leugentje om bestwil, dat wonderwel goed uitpakte. Bij het eerstvolgende grote toernooi zagen wij tot onze grote hilariteit hoe sommige Argentijnse speelsters acht à negen uur later nog zaten te rillen van de kou. In werkelijkheid was en is er sprake van een watertemperatuur, die geleidelijk wordt teruggebracht van vijftien naar tien graden Celsius. Door die geleidelijke afkoeling daalt ook de gevoelstemperatuur mondjesmaat en zakt de kerntemperatuur met hooguit één à twee graden. Dat alles met als achterliggende gedachte kleine spierbeschadigingen, die onherroepelijk optreden na een fysieke krachtsinspanning, sneller te laten herstellen door de doorbloeding te bevorderen. Zoals je een zak ijs op een verzwikte enkel drukt. Dit heeft als grote voordeel dat het lichaam minder energie kwijt is aan het herstel en een sporter er dus weer snel(ler) bovenop is.

Elke innovatie gaat gepaard met kinderziekten. Zo duurde het even alvorens wij inzagen dat we maatwerk moesten leveren. Voor een Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist 22/10/2007 Pg.

optimaal effect hoeft een van nature kleine en magere speelster als

Minke Smabers aanzienlijk minder lang in zo’n badje te zitten dan de wat zwaardere speelsters uit onze selectie, zo bleek: vier à vijf minuten tegenover acht à negen minuten. Maar dat wisten onze concurrenten niet; die kopieerden domweg onze aanpak, inclusief de kinderziekten. Met als gevolg een bijna averechts effect: sommige van hun speelsters zaten uren nadien nog te rillen van de kou. Conclusie: Sergio had zich weer eens bij de neus laten nemen. Hij was te goedgegelovig geweest en had verzuimd zijn huiswerk te doen. Medelijden had ik niet. Wie het afkijken tot kunst verheft, moet niet vreemd opkijken als hij of zij vroeg of laat door de mand valt. Elke innovatie heeft bovendien tijd nodig. Daarom ben je als coach gedwongen om tijdig een nieuwe ontwikkeling in gang te zetten.

Niet enkele weken voor een groot toernooi, nee, ruim een jaar daarvoor. Met het oog op de klamme hitte in Peking, gevolg van een hoge luchtvochtigheidsgraad, zijn wij onlangs in China geweest, in het gezelschap van hittedeskundige Gerard Rietjens van NOC\*NSF. Sommige speelsters bleken tijdens een wedstrijd tot wel vier liter vocht, oftewel vier kilo aan lichaamsgewicht, te verliezen. Die wetenschap dwingt ons tot maatregelen met het oog op de Olympische Spelen van volgend jaar. Hetzelfde geldt voor de smog. Uit metingen is gebleken dat twee van mijn speelsters een lichte vorm van astma hebben. Om te voorkomen dat ze daardoor volgend jaar gehinderd worden in Peking is het zaak dat we nu een contrasttest aanvragen, zodat ze formeel toestemming (kunnen) krijgen om bepaalde medicijnen tegen astma te gebruiken. Als iemand beseft dat een coach ver vooruit moet kunnen kijken, dan is het mijn oud-collega Ric Charlesworth wel. Hij, de duizendpoot (oud-politicus, -arts, -cricketer en -hockeyinternational) uit Perth, is in mijn ogen het prototype van de visionair. Hij is hard but fair, zoals hij in zijn geboorteland Australië te boek staat, maar beduidend meer dan de autocratische leider, waar velen hem voor versleten hebben gedurende zijn periode als bondscoach van The Hockey-roos (1992-2000). Je kunt als coach niet een decennium lang het vrouwenhockey naar je hand zetten door alleen maar de zweep te laten knallen. Daar komt meer bij kijken. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Een van de pijlers van Charlesworth' succesreeks in de jaren negentig was het persoonlijke ontwikkelingsschrift, waarin zijn speelsters jarenlang hun eigen vorderingen alsmede die van de tegenstander(s) moesten bijhouden. Voor zover ik weet was hij daarmee een van de eersten. Als jonge, relatief onervaren coach vond ook ik zo'n spelersmap een goed idee vanuit de gedachte: elke procent winst is er een en het gaat uiteindelijk om de details. Bovendien: als je iets opschrijft in je eigen woorden, onthoud je de informatie beter dan wanneer je die van de coach te horen krijgt of op een A4'tje krijgt aangereikt. Het schrift is niet alleen bedoeld om de betrokkenheid en het zelfbewustzijn van mijn speelsters aan te scherpen, de map ontlast ook de coach. In de loop der jaren is de informatie steeds specifiekere van aard geworden, zo specifiek dat het voor mij simpelweg ook niet te verhapstukken zou zijn als ik dat in mijn eentje zou moeten doen. Onze rechtsvoor houdt in haar map nauwgezet bij wat de linksback van de tegenstander doet in het veld, leest die informatie voor een wedstrijd nog eens na en weet dus exact wat ze tegen die en die tegenstander moet doen. Dat werkt veel effectiever dan dat ik in elke teambespreking uiteenzet hoe tegenstander X bespeeld moet worden. Sterker nog: doordat een bepaald detail er zo uitgelicht wordt door een van mijn speelsters, leer ik daar ook weer van. In die zin snijdt het mes aan twee kanten. Janneke Schopman bijvoorbeeld heeft zich op die manier ontwikkeld tot een tactisch meesterbrein, dat voor mij van on-schatbare waarde is.

Het voorstel aan mijn speelsters om voortaan hun ervaringen en inzichten aan het papier toe te vertrouwen, stuitte aanvankelijk op weinig begrip. Ook hier gold: elke vernieuwing roept weerstand op. Dat weet je, en dus moet je daar boven kunnen staan, hoe hard ze ook roepen dat het kinderachtig is. Met name de oudere speelsters riepen: 'Moet dat nou, dat weet ik toch wel?' Ik heb destijds uitgelegd wat het doel is, wat de waarde is, noem maar op. Schoorvoetend gingen ze akkoord. Inmiddels is dat schrift gemeengoed geworden onder de noemer 'persoonlijk ontwikkelingsplan' (POP). Je zou kunnen zeggen: ze weten niet beter. Maar het tegenovergestelde is ironisch genoeg nu het geval: ze weten inmiddels

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist  
22/10/2007 Pg.

dels juist wel beter. Door die zelfstudie herkennen ze een bepaald probleem in het veld veel eerder en zijn ze in staat om zelf de oplossingen aan te dragen. Dat scheelt



mij een hoop geschreeuw vanaf de zijlijn en het schraagt hun zelfvertrouwen. Zeker als ze zien en merken dat ze mede door hun eigen informatie het verschil kunnen maken en wedstrijden gaan winnen. Tijdens een individueel evaluatiegesprek, in de weken volgend op een groot toernooi, kijk ik de map van een speelster wel eens in. Zonder daarbij het rode potlood te hanteren als een overijverige schoolmeester. De een schrijft en tekent nu eenmaal meer dan de ander. Verdedigers bijvoorbeeld zijn over het algemeen control-freaks. En dat kan ik weten, want zo'n type was ik zelf ook. Verdedigers noteren dus meer dan aanvallers, die doorgaans de meer creatieve types zijn. Dat moeten ze vooral ook blijven, dus ik ben wel de laatste die daaraan gaat schaven. In hun creativiteit schuilt immers hun grootste kracht.

Het schrift is een middel, net zoals de eerder gememoreerde videobril bijvoorbeeld, en onder geen beding een doel op zich. Een kwestie van 'vroeg geleerd is oud gedaan'. Ik kan wel een hele bibliotheek over ze uitstorten, maar dat werkt niet of nauwelijks. Wie een beslissing herkent, is op een gegeven moment in staat om zelf de oplossing aan te dragen. Hoewel we ons momenteel in het digitale tijdperk bevinden en de techniek almaar voortschrijdt, houd ik vast aan de spelersmappen. Het een sluit het ander ook niet uit. Sinds een jaar of twee zijn we druk bezig om videobeelden digitaal te koppelen aan de aanwezige informatie, waarbij een grote rol is weggelegd voor onze videoman Lars Gillhaus. Vooral dankzij hem kunnen speelsters voortaan een eigen digitale map maken en bijhouden, met eigen specifieke fragmenten, via een programma genaamd OneTwoFocus met een speciale, gesloten internet-site met voor iedereen een eigen toegangscode. Daar hebben we al meermalen mee geëxperimenteerd en dat is goed bevallen. Inspiratie voor dit digitale logboek heb ik onder meer opgedaan bij de TVM-schaatsploeg van Gerard Kemkers. Zijn sporters houden al geruime tijd een voor hem toegankelijk dagboek bij, waarin ze niet Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

alleen uitvoerig berichten over hun bezigheden en hun vorderingen, maar ook wat ze daarbij voelen. Een hartslagmeter kan heel nauwkeurig aangeven wat een bepaalde inspanning met het lichaam van een sporter heeft gedaan, met andere woorden: of de trainingsarbeid ook daadwerkelijk effectief is geweest. De gevoelswaarde van de sporter in kwestie is echter net zo belangrijk. Hoe heeft hij of zij de trainingsarbeid ervaren? Overbelasting is in mijn ogen meer dan een strikt fysiek verhaal. Dat fenomeen heeft ook een niet te onderschatten mentale component. Soms kan een sporter, om wat voor reden dan ook, de voorgeschreven trainingsarbeid fysiek wel aan, maar mentaal niet. Dat is belangrijke informatie en die verkrijgt je door zo'n digitaal logboek, waarna je als coach de trainingsarbeid kunt aanpassen zodra daar aanleiding toe is. Hoe langer je deze controlemethode hanteert, hoe waardevoller de informatie is om de simpele reden dat je dan in staat bent de data te vergelijken.

Mede op basis van deze informatie ben ik ervan overtuigd dat wij in de aanloop naar de Olympische Spelen van Peking nog veel winst kunnen behalen. Niet zozeer door harder en beter te trainen, maar vooral ook door harder en beter te rusten. Rusten is een nog altijd onderschat onderdeel van het topsportbestaan. Mijn speelsters trainen hard, maar hebben in mijn ogen nog te vaak last van kleine blessures. Die vinden hun oorsprong veelal in een gebrek aan rust. Met andere woorden: in hun vrije tijd doen ze (nog) te veel. Nog even de stad in, nog even wat in de tuin doen, dat soort bezigheden.

Een ander instrument waar ik aan hecht is het beoordelingsformulier. Dat is een vragenlijst, die ook in het bedrijfsleven wel eens wordt gebruikt en die mijn speelsters e'én a' twee keer per jaar moeten invullen. Verdeeld over vier hoofdthema's (techniek, tactiek, fysiek en mentaal) moeten ze zichzelf een cijfer geven, van nul tot en met tien. Ik vul die lijst eveneens in voor iedere speelster. Vervolgens

leggen we de uitkomsten naast elkaar. Dan komen soms grote en in dat geval vaak ook wat pijnlijke belevingsverschillen. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

len aan het licht, bijvoorbeeld als een speelster zichzelf een zeven geeft voor passing, terwijl ik niet verder kom dan een vijf. Dat laatste gebeurde bij Minke Booij en had alles te maken met het feit dat ik de internationale meetlat hanteer en daarmee dus verder kijk dan de hoofdklasse. Gevolg was dat Minke zich, verbeten als ze is, als een bezetene heeft gestort op dat specifieke onderdeel tijdens de individuele trainingen die wij wekelijks op donderdagochtend houden in Den Bosch, Amsterdam en Rotterdam. Inmiddels mag Minke zich de beste passer ter wereld noemen. In de teamtrainingen hebben we vooral haar sterke punt, het verdedigen, benut door de aanvalsters zo veel mogelijk op haar af te sturen. Als beginnend coach had ik de neiging veel instructies te geven. Mijn teambesprekingen voorafgaand aan de wedstrijd duurden vaak een half uur, tot soms wel drie kwartier. Uitvoerig legde ik uit hoe de tegenstander bespeeld moest worden, hoe hun gevaarlijkste speelster aangepakt moest worden, hoe we bij de verdedigende strafcorner moesten uitlopen, en meer van dat soort zaken. Ik verwachtte dat, na een paar keer tegen een bepaalde tegenstander gespeeld te hebben, het kwartje bij de meeste speelsters wel gevallen zou zijn, maar niets bleek minder waar. Het gros van de meiden verviel telkens in dezelfde fouten, ook al hadden we al meerdere keren tegen een bepaalde tegenstander gespeeld. Daarom besloot ik op een gegeven moment het roer om te gooien. Niet ik, maar zij mochten met de antwoorden op de proppen komen. Daarom stelde ik bewust open vragen en dan vooral de ‘waarom’-vragen. Die zijn cruciaal, zowel in coaching als in management. Je moet niet alles (willen) voordoen en voorkauwen; je moet mensen zelf het besef bijbrengen van het hoe en het waarom. Als dat kwartje valt, ben je een heel eind op weg, is mijn ervaring. Van een simpel ‘ja’ of ‘nee’ zou niemand wijzer worden. En dus ging ik verder en dieper. ‘Hoe denk jij dat we Argentinië het beste kunnen bespelen?’ En: ‘Hoe zou jij hun spits uitschakelen?’ In het begin bleek het voor de meesten knap lastig om, zeker ten overstaan van de rest van de groep, een doordacht antwoord te formuleren. Maar goed, we hebben vroeger niet voor niets allemaal wel eens Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

een spreekbeurt gehad, nietwaar? Na verloop van tijd kreeg ik wel de feedback die mij voor ogen stond en overwonnen de meesten hun schroom. Ze maakten aantekeningen en namen die mee in hun spelersmappen, die we destijds min of meer tegelijkertijd hebben geïntroduceerd.

Het grootste winstpunt, zowel voor de speelsters zelf als voor mij, was het feit dat hun betrokkenheid en hun zelfbewustzijn enorm toenamen. Een coach wil niets liever dan dat. Ik weet veel, of beter: ik denk veel te weten, maar de wijsheid heb ik uiteraard niet in pacht. Dat kan ook niet, al was het maar omdat zij – en dus niet ik – op het veld staan. Zij zien, voelen en ervaren tijdens een wedstrijd zoveel meer dan de coach, die ‘maar’ langs de kant staat. Zij kunnen de informatie vaak ook veel beter filteren, om de doodeenvoudige reden dat ze veel minder rompslomp aan het hoofd hebben dan de coach. Uiteindelijk leverde die nieuwe benadering meer op dan ik aanvankelijk voor mogelijk had gehouden. Zeker de wat oudere en dus meer ervaren speelsters reikten mij e’n de rest van onze selectie zoveel waardevolle e’n verrassende informatie aan, dat we mede op basis daarvan ontegenzeggelijk beter zijn geworden. Het feit dat de bijdrage van de wat jongere speelsters iets minder bleek te zijn, verbaasde mij overigens niet en frustreerde mij al helemaal niet. Integendeel. Laat jonge honden zo lang mogelijk jonge honden blijven, luidt mijn stelregel. Dat ik het over een andere boeg gooide en open vragen ging stellen, is eveneens groten-deels te danken aan de

Mastercoach-opleiding van NOC\*NSF. Tijdens een van die bijeenkomsten sprak een sportpsycholoog ons toe. Hij vertelde onder meer dat sporters zich na vier à vijf maanden over het algemeen maar tien procent herinneren van hetgeen ze gehoord hebben. Daar schrok ik van, want tien procent is wel heel erg weinig. Daarentegen was uit datzelfde onderzoek verder gebleken dat sporters gemiddeld 35 procent onthouden van hetgeen ze met eigen ogen hebben gezien. Maar toen kwam het: sporters onthouden gemiddeld ongeveer zeventig procent van wat ze zelf gezegd hebben, en maar liefst negentig procent van wat ze zelf gezegd e'n gedaan hebben.

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Toen ik dat hoorde, gingen mijn ogen pas echt open. Je kunt als coach nog zoveel willen en opleggen, maar je boekt pas daadwerkelijk vooruitgang als je sporters zelf ook betreft in de permanente zoektocht naar verbeteringen en vooruitgang. Dat is de kunst: je spelers inspireren door het stellen van open vragen. Al was het maar om te voorkomen dat ze telkens vervallen in dezelfde fouten. Zeker het bedrijfsleven zou hier een voorbeeld aan kunnen nemen. Maar al te vaak hoor ik van betrokkenen dat een directeur of afdelingshoofd zijn medewerkers vanuit de hoogte aanstuurt. Hij of zij stuurt een mailtje rond vanuit een soort ivoren toren met de mededeling: dit zijn de doelen voor komend jaar, en zus en zo gaan we die realiseren. Wie vragen heeft, mag zich melden. Dat nog wel. Het is, kortom, eenrichtingsverkeer dat geheel en al is opgehangen aan extrinsieke motivatie. Van intrinsieke motivatie lijkt het bedrijfsleven geen of weinig weet te hebben. Misschien is dat te wijten aan pure onwetendheid, dat kan. Maar mijn inschatting is dat de meeste managers zich laten leiden door angst. Angst dat hun gezag wordt ondermijnd op het moment dat ze open vragen gaan stellen en zichzelf kwetsbaar durven op te stellen. Dat is een herkenbare reflex, zo weet ik uit eigen ervaring. Maar ik weet inmiddels beter: wie in staat is passie te kweken door de intrinsieke motivatie te prikkelen, die reikt vele malen verder. Een van mijn mooiste voorbeelden daarvan is de rake strafcorner in ons tweede groepsduel van het wereldkampioenschap vorig jaar in Madrid tegen het altijd taaie Engeland. In de aanloop naar dat toernooi hadden mijn spelers zelf een variant bedacht, eentje waarvan ik dacht: leuk en aardig, maar die gaat nooit en te nimmer tot doelpunten leiden. Simpelweg omdat de variant te complex in elkaar stak: een schijnbeweging, waarbij Kim Lammers opzettelijk in het kunstgras moest slaan zodat de uitlopende verdedigster van de tegenpartij water in het gezicht zou krijgen en dus haar zicht belemmerd zou worden. Via de afschuif zou Janneke Schopman vervolgens vrij baan hebben om uit te halen. Een prachtige vondst, maar in mijn ogen praktisch onuitvoerbaar.

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Toch liet ik dat niet merken. Integendeel: ik sprak mijn bewondering uit en gaf hen voorafgaand aan het treffen met Engeland toestemming hun 'opspattendwatervariant' te spelen bij de eerste de beste strafcorner die wij toegekend zouden krijgen. De spelers stapten het veld in met de gedachte: snel een corner 'halen', want anders dicteert Marc ons welke variant we moeten spelen. Zo gezegd, zo gedaan. Na dertien minuten mochten we aanleggen voor onze eerste strafcorner. Tot mijn stomme verbazing verdween de bal via de stick van Janneke Schopman in het doel, ondanks de hoge moeilijkheidsgraad. Precies zoals de spelers hadden uitgestippeld, met opspattend water en al! Langs de zijlijn kon ik mijn geluk niet op. Dit was he't schoolvoorbeeld van de manier om sporters optimaal te inspireren: door ze af en toe zelf op de stoel van de coach plaats te laten nemen. Bij de uitvoering van hun ideeën zijn sporters tot op het bot gemotiveerd. Het is immers hun idee. Daarom zullen ze er werkelijk alles aan

doen om te laten zien hoe effectief hun vondst wel niet is. De bewuste corner is overigens terug te vinden op mijn website: [www.marclammers.nl](http://www.marclammers.nl). Ook buiten de lijnen verlang ik inzet en betrokkenheid van mijn speelsters. Zo vroeg ik twee ervaren speelsters, Macha van der Vaart en Mijntje Donners, in de aanloop naar de Olympische Spelen van Athene een voordracht te houden over hun ervaringen van vier jaar eerder in Sydney. Het moest gaan over de valkuilen van zo'n monsterevenement en wat er tijdens zo'n toernooi zoal op je afkomt zodat onze olympische debutanten gewaarschuwd zouden zijn. Want Olympische Spelen zijn in geen enkel opzicht te vergelijken met een wereldkampioenschap of een toernooi om de Champions Trophy. Die taak had ik uiteraard ook zelf voor mijn rekening kunnen nemen, maar waarom zou ik? Als coach beleef je zo'n evenement totaal anders dan een sporter. Dat weten de speelsters ook. De ervaringen van hun ploeggenotes maken dan ook beduidend meer indruk dan de voor de hand liggende waarschuwingen van een bezorgde coach. Voordeel van deze aanpak is ook dat de integratie van jonge, nieuwe speelsters vlotjes verloopt. Het is overigens een van de meest gestelde vragen aan mijn adres tijdens Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

lezingen: hoe pas je nieuwe mensen in? Mijn antwoord is drieledig.

Ten eerste ben ik altijd nauw betrokken bij de jeugdopleiding, wat betekent dat ik elk jaar bijvoorbeeld meega naar de internationale jeugdtoernooien in de paasdagen. Ik ken de meeste speelsters dus al lang en breed voordat ze toetreden tot het 'grote' Oranje. Ten tweede: op mijn verzoek werken de jeugdcoaches in hoofdlijnen op vrijwel dezelfde manier als wij, met alle bijbehorende regels van dien. Ook dat maakt de stap van junioren naar senioren minder groot. Ten derde zijn er de zogeheten stageplekken waar ik voor gekozen heb, nadat was gebleken dat het schaduwteam te kostbaar was voor de bond. Zo'n snuffelstageplek heeft een vrijblijvend karakter; speelsters mogen in alle rust kennismaken met wat hun al dan niet te wachten staat. Er rust op hen geen enkele verplichting. Dat deze aanpak werkt, mag blijken uit het feit dat de laatste jaren vier speelsters via zo'n stageplek een vaste plaats hebben afgedwongen: Carlijn Welten, Eva de Goede, Michelle van der Pols en Marilyn Agliotti.

De voornaamste reden echter dat de aanpassing bij ons doorgaans relatief vlot verloopt, is misschien wel de positieve opstelling van mijn oudere, ervaren speelsters. Tot voor kort was de druk op nieuwkomers tamelijk groot. Als het niveau in eerste instantie te hoog gegrepen bleek, kregen ze al snel voor de voeten geworpen dat ze deel uitmaakten van de alom verfoeide patatgeneratie. Inmiddels stellen mijn speelsters de nieuwkomers vooral gerust onder het mom: niets moet, alles mag. Daarbij is een belangrijke rol weggelegd voor Minke Booij en Fatima Moreira de Melo. Die zeggen voor en tijdens een toernooi geregeld tegen de nieuwkomers dat die vooral moeten genieten. 'En mocht het vandaag om wat voor reden dan ook niet lukken, geen nood, dan is het onze schuld en vooral niet die van jullie.'

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

## Krachtraining doet hockeyvrouwen getuige royale zege goed

# Oranje wint met jubilerende Donners

UTRECHT – Het Nederlands vrouwenhockeyelftal is bezig aan een uitstekende voorbereiding op de Champions Trophy in eigen land. Na overwinningen op Duitsland, de Verenigde Staten en Spanje was zaterdag ook Engeland een gewillige prooi: 6-0.

Voor Mijntje Donners en Minke Smabers was het een mooi feestje op het terrein van de Utrechtse club Kampong. De internationals speelden respectievelijk hun 150e en 100e interland in Utrecht.

Bondscoach Marc Lammers lijkt zijn zaakjes goed voor elkaar te hebben bij het Nederlands elftal. Oranje maakte in het verleden tijdens oefenwedstrijden nog wel eens een matre indruk. Daar was tegen Engeland geen sprake van. Zonder Kirsten de Groot en Julie Deiters, die rust hadden gekregen van Lammers, stond Oranje binnen tien minuten

dankzij twee treffers van Fatima Moreira de Melo met 2-0 voor.

Het Nederlands elftal maakte ondanks de hitte een uiterst fitte indruk. Lammers: „We doen drie in plaats van één keer per week aan krachttraining. En er wordt over het algemeen veel intensiever getraind.” Nederland speelde zonder Marieke Dijkstra die afgelopen donderdag is afgevallen. Nederland overklaste het zeer matig hockeyende Engeland en kreeg in totaal vijftien strafcorners. In de slotfase viel Donners uit met een enkelblessure.

Lammers was na afloop tevreden over het resultaat. „De speelsters zijn er zich van bewust dat ze er elke wedstrijd vol voor moeten gaan om straks tijdens het WK in Perth, het uiteindelijke doel, goed te kunnen presteren. Maar uit deze overwinning



• Mijntje Donners

moeten we ook niet al te veel conclusies trekken.”

De komende twee weken zullen Argentinië op 5 augustus en Australië op 11 augustus meer tegenstand bieden. ANP

Uit: Brabants Dagblad, 30 juli Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist  
22/10/2007 Pg.

Hoofdstuk Dyslexie is een gave

Vrijwel iedere coach of manager van een groot bedrijf krijgt vroeg of laat met de media te maken, en dus met kritiek. Het hoort bij het vak. Veel beleidsbepalers zijn onzeker, al durven de meesten dat niet toe te geven. Ook ik heb mijn momenten van twijfel, nog altijd, met dat verschil dat ik daar nu makkelijker mee omga dan in de beginjaren. Hetzelfde geldt voor kritiek. Als beginnend coach ben je daar zeer vatbaar voor, heb ik gemerkt. In de eerste twee jaar als bondscoach van Nederland heb ik harde keuzes moeten maken. Dat leidde onherroepelijk tot kritiek, zowel intern als extern. Ik ging die kritiek niet uit de weg en dat kon ook niet. Je loopt erte- genaam of je nu wilt of niet. Voor mijn gevoel roeide ik tegen de stroom in. Ik werd niet begrepen, veel beslissingen werden ver- keerd uitgelegd. Dat stak, hoewel ik geen moment ben gaan twij- felen aan de juistheid van mijn beslissingen. Ik schroom niet om hard in te grijpen, maar gaandeweg mijn carrie`re ben ik erachter gekomen dat een coach pas harde beslissingen kan nemen op het moment dat het zelfbewustzijn van zijn spelers of speelsters dat toelaat. Van nature ben ik een controlfreak, en zeker in die eerste maanden bleek het verdraaid lastig de beeldvorming te controle- ren. Gaandeweg leer je steeds meer om zaken uit handen te geven. Het enige wat ik destijds voor mijn gevoel na verloop van tijd kon doen, was op bepaalde vragen geen antwoord meer geven, want voor je het weet wordt iets uit zijn verband gerukt met alle ge- volgen van dien. Spielsters lezen bijvoorbeeld uitspraken die ik nooit gedaan heb, maar zijn niettemin gekwetst. Dat vind ik nog het vervelendst. Eerlijkheid duurt het langst, zeggen we wel eens, Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

maar eerlijkheid betekent in mijn geval soms ook mijn mond hou-



den. Niet gaan liegen, dat vooral niet, maar gewoon zeggen: ‘Sorry, daar weid ik niet over uit.’ Je hoeft niet alles te vertellen, ook al dringen journalisten nog zo aan. Sommige zaken behoren nu eenmaal tot de bedrijfsgeheimen van een team. Die houd je binnen- skamers, punt uit. Een journalist heeft dat maar te accepteren. Ik weet dat er collega’s zijn die tijdens een toernooi bewust geen kran- ten lezen om zich maar niet te laten afleiden. Zo steek ik niet in elkaar. Ik lees wel degelijk het een en ander tijdens een toernooi, maar laat het – positief of negatief – tegenwoordig ook net zo makkelijk weer van me afglijden. Een zwarte lijst a` la Louis van Gaal heb ik niet en wil ik ook niet hebben. Van alle kritiek kun je leren, zeker van gefundeerde kritiek. Kritiek zie ik dan ook eerder als een beloning dan als een straf, hoe vreemd dat misschien ook mag klinken. Maar met argumenten als ‘jullie hebben de olympi- sche finale verloren op mentaal vlak’ kan ik niet zoveel. Als ik dat hoor of lees, denk ik: die weet niet beter; snel vergeten. Ook al kost mij dat soms moeite, want ik ben een gevoelsmens. Ik lees het, parkeer het en pik het later weer op om het uiteindelijk voorgoed uit mijn systeem te bannen. Of er, met terugwerkende kracht, als- nog wat mee te doen. Want ook van en via de pers steek je af en toe wat op.

In de aanloop naar het wereldkampioenschap in Perth (2002) kreeg ik, zoals eerder gememoreerd, nogal wat kritiek te verduren naar aanleiding van mijn zogeheten ‘brute verbanning’ van Dillian- ne van den Boogaard. Mede om het beeld van ‘de rechtlijnige boe- man’ enigszins bij te stellen besloot ik de deuren open te gooien. Vlak voor het begin van het toernooi nodigde ik de in Australië” aanwezige journalisten uit Nederland uit in ons hotel, waar de voltallige ploeg met een korte videopresentatie verslag deed van onze voorbereiding. Die traditie hebben we sindsdien in ere gehou- den, want de voordelen bleken legio. Niet alleen leren de journa- listen en de spelers elkaar beter kennen in zo’n ongedwongen sfeer, de verslaggevers krijgen ook een beter inzicht in hetgeen wij doen en waarom wij dat doen. De conclusies die ze vervolgens Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

trekken op basis van onze wedstrijden – en dan vooral de uitslagen!

– is aan hen. Daar ga ik niet over en daar wil ik ook niet over gaan. Maar hoe meer kennis zij hebben, hoe deskundiger hun oordeel, zoveel is zeker.

Veel van mijn collega’s verkiezen echter de luwte. Vo’o’r en tijdens een groot toernooi schermen zij hun ploeg angstvallig af van ‘de grote boze buitenwereld’. Dat ze daarmee vooral achterdocht wek- ken bij de achterban, nemen ze op de koop toe. Waarom leggen coaches een rookgordijn? Uit angst om zogenaamde geheimen prijs te geven? Om teamgeest te kweken? Of uit vrees dat hun spelers niet met hun vrijheden en verantwoordelijkheden om kunnen gaan? Vooral dat laatste, zo blijkt vaak bij navraag. Waarmee ze impliciet hun eigen sporters diskwalificeren. Foppe de Haan liet afgelopen voorjaar, bij het Europees kampioenschap voor voetbal- lers tot 23 jaar, de camera’s zelfs toe tijdens sommige van zijn besprekingen. Waarom ook niet? Waarom de pers niet gebruiken om daar zelf beter van te worden? Die aanpak geniet mijn voor- keur en daarin ben ik niet de enige. Begin dit jaar kwam ik een garagehouder uit Alkmaar tegen. Sinds enkele maanden had hij in zijn werkplaats een aantal webcams opgehangen, zodat zijn klanten met eigen ogen de vorderingen van de reparatiewerkzaam- heden konden volgen. Dat voorkwam een hoop ellende, zei hij, want voor een klant is niets zo vervelend als een gepeperde reke- ning gepresenteerd te krijgen, terwijl het gevoel knaagt dat er wei- nig tot niets aan wagenonderhoud is gedaan. Zijn webcam-idee werd al snel opgepikt door de media, met als gevolg een toestroom van klanten, want ja, deze garagehouder bedonderde de kluit niet, zo was het eensluidende oordeel. De toeloop bleek zo groot dat hij extra mankracht uit Polen moest inzetten. Bovendien ging zijn per- soneel zich plotseling netter kleden, nu ze via de camera’s gevolgd

werden bij hun werkzaamheden. Toen ik zijn verhaal hoorde, moest ik onmiddellijk denken aan mijn Sinterklaasstick die, dank- zij alle media-aandacht en de daaruit voortvloeiende free publicity, de stickverkoop enorm stimuleerde. Angst voor de pers is, kortom, volstrekt onnodig. Niet alleen als coach, ook als ondernemer moet Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist 22/10/2007 Pg.

je voortdurend keuzes maken. Elke dag maak je, met een groep van achttien mensen of meer, bij wijze van spreken duizend keuzes, waarvan grofweg achthonderd goede en tweehonderd slechte. Nie- mand is perfect, ook een coach niet. Wees tevreden met die acht- honderd goede keuzes, probeer te leren van die tweehonderd min- der goede keuzes en zorg er vooral voor dat het er ‘maar’ twee- honderd zijn en niet vierhonderd – dat is de uitdaging. En kijk niet vreemd op als de media inzoomen op die tweehonderd en die achthonderd vrijwel onbesproken laten. Dat is het onvermijdelijke lot van de coach.

Zes jaar geleden werden mijn speelsters en ik voor het eerst bena- derd met de vraag of wij bereid waren om mee te werken aan een documentaire. In de aanloop naar het wereldkampioenschap (Perth 2002) zouden we maandenlang intensief gevolgd worden door een cameraploeg, met als uiteindelijke doel een ‘indringend portret’ over de Nederlandse vrouwenhockeyploeg. Die vraag overviel mij. Ook mijn speelsters hadden zo hun bedenkingen. We waren nog maar net met elkaar begonnen, kenden elkaar in feite nog maar amper, en zelf had ik nog nooit nagedacht over de eventuele voor- en nadelen van een camera die elk moment van de dag meekijkt over je schouder. Uiteindelijk hebben we bedankt voor de eer. Daarbij hebben we niet alleen ons gevoel gevolgd, maar ook ons verstand. Voor mezelf telde daarbij vooral de weten- schap dat ik nog niet zo lang bezig was als hoofdcoach; zo zeker was ik nog niet van m’n zaak. Twijfels dus, zoals iedere beginnende coach die heeft en kent. Ik wilde eerst mijn eigen team maken, weten wat we aan elkaar zouden hebben. Waren we met z’n allen wel zo eerlijk en zo recht door zee als we wellicht deden voorko- men of we graag wilden zijn? Een camera is genadeloos. Dat be- seften we en dus hebben we ‘nee’ gezegd. Begin vorig jaar kwam documentairmaker Niek Koppen opnieuw naar ons toe, met op- nieuw de vraag of wij wilden meewerken aan de totstandkoming van een portret, dat een beeld zou schetsen van ons wel en wee op weg naar het wereldkampioenschap in Madrid van eind septem- ber, begin oktober. Ditmaal zeiden we ‘ja’, in volle overtuiging. We Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist 22/10/2007 Pg.

waren ruim vier jaar verder; we waren rijper, maar vooral veel opener naar elkaar toe dan voorheen. Kortom, een heel andere cultuur dan destijds, waarbij voor mezelf gold dat ik veel steviger in mijn schoenen stond dan voorheen. Natuurlijk beseften wij dat wij onszelf kwetsbaar opstelden door in te stemmen met zo’n pro- ject. Maar je moet, zowel coach als speler, af en toe durven af te wijken van de platgetreden paden. Daar ligt niet alleen een uitda- ging, daar ligt vaak ook de oplossing. In de documentaire zullen af en toe ook negatieve zaken aan het licht komen. Prima, die horen erbij, daar loop ik niet voor weg. Topsport is niet alleen maar leuk. Al hoop en denk ik dat vooral de positieve kanten naar voren zullen komen. Dat vrouwenhockey dus ook topsport is. Het grappige is: in de eerste paar dagen ben je je voortdurend bewust van de aanwezigheid van die camera en let je onbewust toch op je woorden. Maar op een gegeven moment vergeet je het. Ik wil ook niet acteren, ik ben geen acteur. Voor mijn speelsters geldt en gold hetzelfde. We hebben niets te verbergen. Je moet als coach kunnen en willen delen. Voorkomen dat je angstvallig je eigen ‘geheimen’ afschermt om uiteindelijk tot de conclusie te ko- men dat de kennis zich elders bevindt maar jij jezelf buitenspel hebt gezet, uit angst om te delen.

Wat ik eveneens hoop terug te zien is dat coachen onder meer staat voor plannen en programmeren, in

overleg met je speelsters. Ver- gelijk het maar met de dagelijkse werkzaamheden van een direc- teur, een manager of een afdelingschef. Je bent als het ware hun gids, degene die de lijnen zodanig uitzet dat zij het gevoel hebben het zelf te doen. Met andere woorden: de stimulerende factor die helpt spelers een bepaalde weg in te slaan. Jij bent degene die de plannen en de programma's maakt, grotendeels in overleg met speelsters, maar uiteindelijk moeten zij de finale beslissingen ne- men. Waarmee nogmaals is gesteld, ten overvloede wellicht, dat de intrinsieke motivatie belangrijker is dan de extrinsieke. De op- dracht van een coach of directeur luidt dan ook: zorg dragen voor een omgeving waarin de spelers of de werknemers zichzelf kampi- oen maken op basis van eigen plannen of inzichten. Om zover te Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist 22/10/2007 Pg.

komen is het gezamenlijk bepalen van normen en waarden onont- beerlijk. Wat willen wij uitstralen? Waar staan wij voor? Wat is of zijn onze gemeenschappelijke waarde(n)? In het bedrijfsleven wordt over dergelijke vragen zelden of nooit nagedacht, laat staan gesproken, zo heb ik gemerkt. De doelstelling, die is heilig en alles overstijgend: dit jaar tien procent winst maken en dit zijn de regels. Maar op de vraag hoe de samenwerking vorm moet krijgen, heeft niemand een antwoord. Simpelweg omdat enige vorm van discus- sie ontbreekt.

Binnen mijn ploeg gelden tal van regels, waarvan de meeste door de speelsters zelf zijn opgesteld. Dat was ook mijn inzet toen ik begon: uiteindelijk toe groeien naar een situatie waarin de speel- sters de norm zouden stellen om vanuit die gemeenschappelijke waarden tot successen te komen. Hun lijstje is tegenwoordig langer dan dat van mij en vermeldt actiepunten als 'communiceren met en niet over elkaar'. Nog niet zo lang geleden is daar de regel 'ver- plichte hersteltraining' aan toegevoegd. Dat niet onbelangrijke fa- cet van topsport was tot een paar jaar geleden voor de meeste van mijn speelsters nog een brug te ver. Ik heb ze kunnen overtuigen van de noodzaak van hersteltrainingen, zodanig dat ze dat punt uiteindelijk zelf hebben opgenomen op hun wensenlijstje. Als re- gels eenzijdig en van bovenaf worden opgelegd, dan weet je als coach of als directeur e' e'n ding zeker: je krijgt heibel in de tent. De spelers of werknemers zijn immers geen onderdeel van, geen deel- nemer aan je plan, want ze hebben niet eens mogen meepraten over waar we met z'n allen staan. Het wordt hun simpelweg door de strot geduwd. In zo'n geval is het geen wonder dat het rendement dan uiteindelijk te wensen overlaat. Dat geldt voor een sportploeg met achttien leden, maar ook voor een bedrijf met vijfduizend werknemers.

Toen ik dit thema ooit aansneed tijdens een lezing bij de Coaches Betaald Voetbal (CBV) kreeg ik naderhand te horen dat ik makke- lijk praten had. 'Jij werkt met intelligente meiden.' Met andere woorden: zelf hadden ze louter 'domme' spelers tot hun beschik- king, wat natuurlijk onzin is. Nee, in mijn ogen lieten deze voetbal- Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist 22/10/2007 Pg.

coaches zich vooral leiden door angst. Angst om hun gezag te ver- liezen door meer inspraak te eisen en te verlangen van hun spelers. Met name de oud-profvoetballers houden vast aan de traditie, die wil dat de trainer het te allen tijde alleen voor het zeggen heeft. Coaches met een ALO-(sportacademie) of een CIOS-achtergrond staan meestal wel open voor nieuwe invalshoeken. Maar tussen de oud-profs en de CIOS-jongens gaapt een diepe kloof in het be- taalde voetbal, heb ik gemerkt. Van interactie is nauwelijks sprake. Bij die CBV-lezing was het opvallend te zien dat de oud-profs aan de ene kant van de zaal zaten en de CIOS-coaches aan de andere kant. In plaats van elkaar op te zoeken en te versterken, gedragen ze zich als vreemden voor elkaar. Niets ten nadele van oud-prof- voetballers, maar ze maken negen van de tien keer dezelfde fout als managers in het bedrijfsleven. Ook daar is het immers eerder regel dan uitzondering dat de

beste vertegenwoordiger promoveert tot hoofd verkoop. Voor die functie zijn andere competenties vereist, maar dat wordt gemakshalve vaak vergeten. Met als gevolg dat het kersverse hoofd verkoop zijn vertegenwoordigers – bewust of on- bewust – een richting opduwt waarin hij zelf destijds het beste tot zijn recht kwam. Hij reproduceert zichzelf als het ware. Specifieke kwaliteiten van zijn ondergeschikten worden over het hoofd ge- zien. In het onderwijs is sprake van een voorzichtige verandering. Het is niet toevallig dat ik het afgelopen jaar veel verzoeken vanuit die hoek heb gehad om eens een lezing te verzorgen met als insteek de interactie tussen speler en coach, ofwel tussen leerling en do- cent. Vraagsgewijs in plaats van aanbodgericht werken vindt op scholen steeds meer ingang. En terecht, zo lijkt me. Tijdens zulke lezingen sta ik uiteraard altijd stil bij een in de sport heilig verklaard begrip: teambuilding. Persoonlijk vind ik die term enigszins overtrokken. Daarmee bedoel ik dat je eerst het individu beter moet maken, want pas dan kan het team ervan profiteren. Zo werkt het, niet andersom. Het is lastig; in de aanloop naar een groot toernooi werk ik doorgaans met een groep van zo'n 24 speel- sters, terwijl er uiteindelijk maar achttien meegaan. Met andere woorden: ik kan pas relatief laat serieus werk maken van zaken Tirion – Literair Klassiek – 157x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

als teamgeest. Teambuilding berust vooral op acceptatie, op het onderkennen van elkaars kwaliteiten, op het beoordelen van el- kaars sterke punten. Dat is niet zo eenvoudig, zeker in Nederland niet. Hier is men gewoon elkaar te beoordelen op gedrag en uiter- lijk. Zelf heb ik op dat vlak ook het nodige geleerd. Ik had, zeker in mijn beginjaren, de gewoonte om speelsters vast te pinnen op hun zwakke punten en daar eindeloos op te blijven trainen, zoals in het geval van Sylvia Karres en Ellen Hoog is gebeurd. Dat was bij nader inzien een heilloze weg. Een coach of een directeur kan beter iemands kwaliteiten verder proberen uit te bouwen, want daar zit veel meer rek in en daar heeft het team uiteindelijk veel meer aan, dan nodeloos blijven schaven aan iemands vermeende tekortko- mingen.

Wie van mijn collega-coaches ik ook hoor of spreek, e'e'n facet keert telkens terug: het gaat om de periode die voorafgaat aan dat ene ultieme moment. Da'a'r werk je naartoe, heel consequent en nauw- gezet volgens een plan waarbij de spelers nadrukkelijk betrokken worden, door die spelersmap bijvoorbeeld. Vanuit de gedachte: je eigen plannen voer je altijd beter uit dan die welke – goed of niet goed – voorgekauwd worden door een ander. Is het een van hoger- hand opgelegd plan van aanpak, dan zul je als coach vroeg of laat tot de pijnlijke ontdekking komen dat het niet heeft gewerkt, sim- pelweg omdat er onvoldoende draagvlak is geweest. Daarnaast moet een coach in staat zijn om op het juiste moment los te laten. Dat is, negen van de tien keer, vlak voor dat ene grote toernooi. Dan zit het werk erop, dan is het aan de speelsters om de mede door mij aangereikte vaardigheden in praktijk te brengen. Gedurende die periode heb je, als het goed is, zoveel intrinsieke motivatie ge- kweekt bij je spelers of speelsters dat ze zichzelf kampioen willen maken. Voorwaarde is wel dat spelers in staat zijn om u'berhaupt tot een zelfstandig, evenwichtig oordeel te komen. Daar wringt nog wel eens de schoen. Ik erger me dood als ik op zaterdag met mijn zoontje meega naar de voetbalclub in ons dorp Haarsteeg en ik al die ouders de tas van hun kind zie dragen. Waarom in hemels- naam, vraag ik me af. Daarmee kweek je geen zelfstandigheid, Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

maar afhankelijkheid die hun later nog wel eens lelijk kan opbre- ken. Geef die kinderen zelf de verantwoordelijkheid, laat ze zelf hun tas inpakken en laat ze die vooral ook zelf dragen. Aanvanke- lijk pakte ook ik de tas van mijn zoontje in. Vergat ik onverhoopt

wat, dan kreeg ik de wind van voren in de kleedkamer. Vanaf dat moment hebben we de rollen omgedraaid. Bij het inpakken van zijn sporttas vergat mijn zoontje bij een van de eerste keren zijn scheenbeschermers. Zijn fout, besefte hij, en dat is daarna – niet toevallig – nooit meer gebeurd. Het punt is: wij ‘pamperen’ te veel. Ik ben niet het type met een grote hang naar het verleden, onder het mom: vroeger was alles beter. Maar vroeger moesten we nog wel zelf onze schoenen poetsen. Dat gebeurt tegenwoordig zelden meer. In Nederland pakken de ouders de tas van hun kinderen in, dragen ze hun tas en komen ze na afloop van de wedstrijd of de training naar de doucheruimte om hun kroost af te drogen. Ik vertik dat, ik drink liever nog een kopje koffie in de kantine. Mijn zoon kan zelf zijn tas dragen en zichzelf afdrogen. Daar heeft hij mij niet voor nodig. Dat doet hij thuis ook. Dat pamperen gaat heel ver. Langs de zijlijn van het voetbalveld hoor ik regelmatig de coach schreeuwen dat zijn jongens of meisjes de bal moeten overspelen. De kinderen raken helemaal in paniek, staan te beven op het veld en zijn als gevolg van dat gebulder na verloop van tijd als de dood de bal toegespeeld te krijgen. Ik vroeg zo’n coach ooit: ‘Wat moet een kind doen om de bal over te spelen?’ Kijken, was zijn antwoord. ‘Maar hij kijkt ook, maar dan naar de bal en dus met het hoofd naar beneden’, zei ik. Waarop die coach verzuchtte dat zijn spelers met de neus omhoog in het veld moesten staan. ‘Precies,’ zei ik, ‘maar vertel ze dat dan ook.’

Op jonge leeftijd is op sportief vlak nauwelijks sprake van enig verschil tussen jongens en meisjes. Later verandert dat. Het is een vraag die mij vaak wordt gesteld: wat is het verschil tussen werken met mannen en werken met vrouwen? Mijn antwoord is steevast hetzelfde. Mannen en vrouwen zijn in hun sportbeleving vrijwel identiek. Passie en enthousiasme zijn de grootste gemene deler. Het grootste verschil schuilt hierin: mannen zijn over het algemeen Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

eigenwijzer. Het zijn haantjes, die niet snel willen of zullen toegeven dat jij als coach gelijk hebt. Als ik mijn meiden opdraag om rechtsom het veld te lopen, dan doen ze dat. Jongens vragen: waar- om niet linksom? Als coach heb je bij hen meer overtuigingskracht nodig dan bij vrouwen, waarbij ik vooral niet wil stellen dat vrouwen goedgeloviger zijn aangelegd. Maar ze zijn doorgaans eerder bereid om iets te accepteren. Bovendien: als je als coach eenmaal het vertrouwen hebt van vrouwen, dan gaan ze er dubbel en dwars voor. Cruciaal in het werken met vrouwen is acceptatie. Zij praten over het algemeen meer over elkaar dan met elkaar. Mannen zijn directer. Die roepen e’én keer heel hard ‘klootzak’ en dan is het opgelost. Ik weet dat zelf nog uit mijn tijd als speler. Tijdens de training sloeg ik mijn ploeggenoot Sjoerd Marijne geregeld op zijn knieën, omdat hij niet deed wat ik wilde, maar na afloop dronken we vrolijk een biertje aan de bar. Mijn voorganger Tom van ’t Hek zei altijd: ‘Zorg dat je bij vrouwen een heidebrandje meteen blust, want anders wordt het een veenbrand die nog lang ondergronds zal doorwoeden.’ Met andere woorden: neem even- tuele sluimerende ongenoegens bij vrouwen meteen weg. Zo niet, dan is het alsof je een boemerang wegslingert en die komt vroeg of laat terug, midden in je gezicht.

Andersom geldt het overigens ook: als vrouwen een afspraak maken om gezamenlijk een bepaald droomdoel te verwezenlijken, zijn ze in hun gedrag vele malen gedisciplineerder dan mannen. Die spreken ook iets af, maar klimmen via de regenpijp alsnog naar buiten om vervolgens tot diep in de nacht de plaatselijke discotheek te verkennen. Vrouwen spreken iets af en houden zich aan de onderling gemaakte afspraken mits je als coach of als begeleider zorgt dat de communicatie altijd open en transparant is. Wie dat niet doet heeft een probleem. Dat fenomeen is vandaag de dag ook zichtbaar in de Nederlandse hockeyhoofdklasse. Mannen zijn tegenwoordig minder loyaal aan hun club dan



vrouwen: bij de minste of geringste tegenslag nemen ze de benen of omdat de beloning elders beter is, hoe hard ze tijdens het lopende seizoen ook hebben geroepen 'voor geen goud' weg te gaan. Daarbij ben ik Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist  
22/10/2007 Pg.

overigens de eerste om te erkennen dat bij de mannen hogere geldbedragen omgaan dan bij de vrouwen. Maar dan nog: mannen laten zich sneller het hoofd op hol brengen door deze of gene bestuurder, die hun gouden bergen belooft. Als excuus voor hun overhaaste vertrek wijzen spelers vaak op het in hun ogen falende bestuur. Dat zou onvoldoende zijn best hebben gedaan om de selectie kwalitatief op peil te houden. En dus hebben zij een vrijbrief om elders hun heil te gaan zoeken. Dat is, jammer genoeg, de realiteit anno 2007 in 'de sterkste clubcompetitie ter wereld'. Of dat laatste zo is, dat waag ik te betwijfelen. Want hoe sterk is een competitie als de verantwoordelijkheid van de spelers ophoudt bij de voordeur, zoals de laatste jaren het geval is? Waarom zetten spelers niet zelf hun beste beentje voor om de selectie op peil te houden? Waarom pakken ze zelf niet de telefoon? Het bestuur van de gemiddelde hoofdklassenclub bestaat uit goedwillende vrijwilligers, die in de avonduren hun club een dienst proberen te bewijzen. Het is mij te makkelijk de eigen geldzucht en het gebrek aan loyaliteit en verantwoordelijkheidsgevoel af te wentelen op zogenaamd falende bestuurders. Zorgen zijn er toch al genoeg binnen de hoofdklasse. Begin dit jaar sloten de twaalf clubs, met uitzondering van HC Rotterdam, een zogeheten gentlemen's agreement. Afsproken werd dat ze met ingang van dit seizoen (2007-2008) maximaal drie buitenlandse spelers op hun spelerslijst mochten zetten. Uitzondering op deze regel zijn die buitenlandse spelers die bij aanvang van enig seizoen al drie jaar aaneengesloten in de hoofdklasse hebben gespeeld, waarbij als ingangsdatum geldt de eerste keer dat ze op het wedstrijdformulier hebben gestaan. Ik juich deze afspraak toe, al moet ik uiteindelijk nog zien of alle clubs zich ook zullen houden aan de regel. En drie vind ik al veel. Deze zomer bleek die afspraak al onder druk te staan en contraproductief te werken: clubs hebben de jacht geopend op Nederlandse spelers, die zich het hoofd gek laten maken en allerlei absurde eisen gaan stellen. Ze krijgen zoveel macht dat ze hun contract niet meer serieus nemen en er massaal vandoor gaan in plaats van hun verantwoordelijkheden te nemen. Dat zijn voetbaltoestanden. Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

Mijn standpunt in deze discussie is simpel: alleen de allerbeste buitenlandse spelers zijn een toegevoegde waarde en dat zijn doorgaans toch de internationals. Van zulke spelers steekt jong talent wat op, daar kunnen ze zich aan optrekken, zowel in wedstrijden als in trainingen. Wie nu echter naar de hockeyhoofdklasse kijkt, ziet ook buitenlandse spelers rondlopen, van wie je jezelf in alle ernst mag afvragen of ze daadwerkelijk wat toevoegen. Het zijn vaak de vriendjes van die ene topspeler die tijdens de onderhandelingen met succes heeft bedongen dat z'n hockeymaatje ook mee mag komen naar 'Holland Hockeyland'. Andere sporten – denk aan basketbal en ijshockey – kennen dit fenomeen ook, met alle desastreuze gevolgen van dien overigens. Hier schuilt wat mij betreft het ware probleem. Want deze jongens zijn, met alle respect, negen van de tien keer hockeyers van tweede garnituur, die weinig tot niets toevoegen, maar intussen wel de cruciale posities binnen een elftal bezetten en zodoende de doorstroom van eigen talent blokkeren. Misschien klinkt het een tikje idealistisch, maar ik ben van mening dat elke sport de morele verplichting heeft om te investeren in de eigen jeugd. Dat geldt voor de bond, voor de clubs en zeker ook voor trainers en coaches. Dat betekent dat je moet durven en je vooral niet moet laten leiden door wat de buurman al dan niet doet. Ga uit van eigen kracht en weersta het polonaisegedrag, zo

van: zij kiezen voor buitenlanders, dus wij hebben geen keuze en moeten ook een blik buitenlanders opentrekken. Als trainer-coach in Italië" ben ik op een gegeven moment naar een van de nabijgelegen basisscholen gegaan met het verzoek of ik af en toe eens een gymles mocht geven. Ik was gediplomeerd en destijds vooral benieuwd naar potentieel hockeypotentieel, waar Cer- nusco al dan niet zijn voordeel mee kon doen. Hockey is, zoals gezegd, een relatief kleine en onbekende sport in Italië". Dan kun je gaan klagen dat het zo is en dat de (lokale) media vooral oog hebben voor de grote sporten als voetbal en wielrennen. Maar je kunt ook zelf de handen uit de mouwen steken en initiatief ont- plooiën. Dat deed ik en binnen no time had ik driehonderd enthousiaste kinderen aan het hockeyen, van wie enkelen zich niet veel later aanmeldden als lid van de club. Waarmee maar weer eens Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

bewezen is dat je als club meer kunt doen dan vaak wordt gedacht.

Ook op het vlak van de opleiding van eigen coaches kan een club meer doen dan nu meestal het geval is. Maar al te vaak moet ik horen dat de bondsopleiding voor trainer-coaches niet zou deugen. Als dat al zo is, prima, maar ga dan zelf aan de slag. Ik ben niet geheel objectief in dezen, want mijn club Den Bosch is wel een van de weinige clubs in Nederland die niet alleen werk maakt van het opleiden van eigen talent maar daarnaast ook scholing biedt aan jonge, talentvolle coaches. Ik ben daar een voorbeeld van, maar ook Sjoerd Marijne, Eric Verboom en Janneke Schopman. Of er de afgelopen jaren een gat is geslagen binnen het Nederlandse tophockey, zoals critici beweren, durf ik niet te zeggen. Maar wat ik wel weet is dat bij een meerderheid van de hoofdklassenclubs de keypositions worden ingenomen door buitenlanders. Dan heb ik het over de spelverdeler, de laatste man en de mensen voor de straf- corner. Dat is geen goede trend. Kijk naar de Spaanse nationale voetbalploeg. Het is geen wonder dat Spanje al jaren niet meer presteert op de grote toernooien; in de eigen competitie worden de cruciale posities bezet door buitenlandse (top)spelers. Hockey bevindt zich zo ongeveer in de fase waarin het voetbal twintig jaar geleden zat. Door de toenemende commerciële belangen staat een coach onder aanzienlijk grotere druk dan een paar jaar geleden. Je moet stevig in je schoenen staan, want er zijn vandaag de dag nogal wat belanghebbenden die ieder zo hun eigen wensenlijstje hebben: de sponsors, het bestuur, de achterban, noem maar op. Van de nu door de clubs gemaakte afspraak gaat een positief signaal uit. Een coach kan er zijn voordeel mee doen. Voordeel van de overeen- komst is bovendien dat clubs voortaan aanzienlijk selectiever te werk zullen gaan bij het aantrekken van spelers. Het blijft jammer dat e'én club vooralsnog weigert mee te doen, maar dan nog: het lijkt er waarschijnlijk op dat de rede langzaam maar zeker begint te zegevieren.

Vraag is hoelang ik zelf nog actief zal zijn binnen het hockey. Mijn contract met de Nederlandse hockeybond loopt af na de Olympische Spelen in Peking (2008). Eerlijk is eerlijk: ooit zou ik Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

mijn geluk nog wel eens in het betaalde voetbal willen beproeven.

In die, met alle respect, toch wat conservatieve wereld is in mijn ogen nog een wereld te winnen. Foppe de Haan bewijst het. De oud-trainer van Heerenveen slaat bruggen door zijn spelers onder meer mee te nemen naar turnlessen. Niet zozeer vanuit de gedachte dat zij beter worden door in een touw te klimmen, nee, hij laat ze zien en ervaren dat er meerdere wegen naar Rome leiden. Foppe gelooft, net als ik, in kruisbestuiving. Het is een eer om volgend jaar deel uit te mogen maken van e'én en dezelfde olympische equi- pe. Tegelijkertijd leeft heel nadrukkelijk het besef dat ik, vakidoot die ik af en toe kan zijn, er wellicht verstandig aan zou doen om na de Spelen van Peking een sabbatical op te nemen. Even afstand nemen, zoals basketbalcoach Ton Boot dat de laatste jaren ook

geregeld heeft gedaan. Dat heeft hij me ook wel eens voorgehouden, zo van: ‘Marc, jou een beetje kennende, zou het o’o’k voor jou een prima beslissing zijn.’ Ik denk dat hij gelijk heeft. Een jaartje even wat anders doen houdt je scherp en voorkomt dat je verstrikt raakt in je eigen ongeremde fanatisme.

In topsport besteden we veel aandacht aan het fenomeen ‘opladen’, maar aan ‘ontladen’ komen we niet toe, omdat we er simpelweg weinig of geen aandacht aan besteden. Het is non-existent. Geen wonder dat je op een gegeven moment uitgeblust bent of raakt. Ik weet waarover ik praat. Na ‘Athene’ nam ik de stress mee naar huis als gevolg van de teleurstelling over de verloren finale tegen Duitsland. Al had ik gewild, ik kon niet ontladen. Ik was alleen maar geladen over de kritiek die mij na die nederlaag ten deel viel. Die kon ik niet relativeren of van me afzetten. Ik was chagrijnig en snel geïrriteerd, vooral tegenover de kinderen. Dat heeft wel een paar maanden geduurd. Ik was feitelijk in mijn eigen valkuil gestapt: te veel bezig met resultaatdoelen, te weinig met de performance-doelen. In zulke gevallen loont het om even afstand te nemen en te kiezen voor bezinning. Dan denk ik terug aan dat ene jaar in Italië bijvoorbeeld. Dat stelde sportief misschien niet al te veel voor, maar dat ene seizoen heeft mij de brandstof verschaft voor de rest van mijn carrière. Ineens stond ik op eigen benen, ineens moest ik Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist 22/10/2007 Pg.

het helemaal alleen doen, in een taal die ik aanvankelijk niet machtig was. En met spelers die bij wijze van spreken al blij waren dat ze een stick in handen konden houden. Het dwong me al met al tot creativiteit en prikkelde mijn overlevingsdrang. Die persoonlijke ontwikkeling heeft mij, hoewel sportgerelateerd, meer dan enig andere belevenis gevormd tot degene die ik nu ben: een nog altijd hyperambitieuze coach, die beseft dat vooruitgang vooral gelegen is in de dialoog; een coach op wiens nachtkastje al sinds jaar en dag een notitieblok ligt om de nachtelijke ingevingen aan het papier toe te kunnen vertrouwen voor hij kan slapen; een coach ook die, zodra een van zijn speelsters om wat voor reden dan ook ‘vast’ zit, haar onmiddellijk zal aanbevelen om op een ander vlak haar vleugels uit te slaan. Sportieve vooruitgang valt of staat met persoonlijke ontwikkeling. Daarvan ben ik overtuigd. Jarenlang heb ik geleefd met de gedachte dat ik als gevolg van mijn dyslexie gehandicapt was. Voor zover ik dat zelf al niet vermoedde, herinnerde de buitenwereld me daar wel aan. Maar, zo beseft ik nu, mijn ‘leesblindheid’ heeft me juist gedwongen mijn potenties op andere terreinen te verkennen en aan te boren. Of dat gelukt is, is aan anderen. Maar dat dyslexie geen handicap is maar een gave, staat voor mij als een paal boven water. Maar die gave moet je wel (durven) benutten.

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

D a n k w o o r d

Zoals uit voorgaande hoofdstukken duidelijk mag zijn geworden, ken ik niet alleen mijn sterke maar vooral ook mijn zwakke punten. Ee’n daarvan is nog niet expliciet benoemd, maar bij deze: schrijven is niet mijn grootste kracht, en zal dat vermoedelijk ook nooit worden. Mijn dyslexie speelt mij parten. Dank voor de totstandkoming van dit boek ben ik dan ook met name verschuldigd aan voormalig sportjournalist Mark Hoogstad van NRC Handelsblad, met wie ik in de loop der jaren een ver- trouwensband heb opgebouwd. Hij, ruim tien jaar een nauwgezet volger van de hockeysport, is de ware auteur (ghostwriter) van dit boek. Op basis van talloze gesprekken die wij in de wintermaanden hebben gevoerd, heeft hij mijn verhaal aan het papier toever- trouwd, vanzelfsprekend in nauw overleg met mij. Zonder zijn medewerking, zijn aansporingen en zijn aanbevelingen was dit project nooit en te nimmer van de grond gekomen. Een speciaal woord van

dank gaat verder uit naar mijn vrouw Karin en mijn twee kinderen, Peppe en Jurre, en mijn beide ouders, Peter en Riet. Zij zijn mijn fundament; zonder hun steun, liefde en toewijding had ik mij nooit kunnen ontwikkelen tot degene die ik vandaag de dag ben. Beroepshalve ben ik veel op pad, en vaak voor langere perioden van huis. Dat is niet altijd even makkelijk. Dank ben ik vanzelfsprekend ook verschuldigd aan de bestuurders van de Nederlandse hockeybond, hoofdsponsor Rabobank, mijn speelsters en mijn begeleidingsstaf. Ook zonder hen ben ik niets, dat moge duidelijk zijn. Een laatste dankwoord gaat uit naar fotograaf Jeroen van Bergen van Hockey Magazine, uit wiens archief ik mede heb mogen putten ter illustratie van dit boek. Marc Lammers

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

C V M a r c L a m m e r s

Geboren op 15 maart 1969 in Oss, Noord-Brabant Opleiding: CIOS in Arnhem en MasterCoach (NOC\*NSF) Carrie`re als speler:

Den Bosch (1985-1988)

Tilburg (1988-1989)

Oranje Zwart (1989-1992)

Cernusco, Italië (1992-1993)

Den Bosch (1993-1998)

Carrie`re als trainer-coach:

assistent vrouwen HC Den Bosch (1991-1992) speler-coach Cernusco, Italië (1992-1993)

Nederland meisjes onder 18, Den Bosch jongens onder (1993-1996)

assistent Nederland vrouwen, Den Bosch jongens onder (1996-1997)

assistent Oranje vrouwen, assistent Jong Oranje vrouwen (1997-1998)

bondscoach Spanje vrouwen (1998-2000)

bondscoach Nederland vrouwen (2001-heden) Behaalde resultaten als bondscoach Nederland

vrouwen: tweede plaats Champions Trophy (2001)

derde plaats Champions Trophy (2002)

tweede plaats wereldkampioenschap (2002) eerste plaats Europees kampioenschap (2003) derde

plaats Champions Trophy (2003)

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

tweede plaats Olympische Spelen (2004)

eerste plaats Champions Trophy (2004)

eerste plaats Europees kampioenschap (2005) eerste plaats Champions Trophy (2005)

derde plaats Champions Trophy (2006)

eerste plaats wereldkampioenschap (2006) eerste plaats Champions Trophy (2007)

Tirion – Literair Klassiek – 157 x 234 mm (L) Pre Press Zeist

22/10/2007 Pg.

## Document Outline

- Inhoud
- Foto Onderdeel

- Voorwoord
- 1. Woelige jaren
- 2. Excelleren en enthousiasmeren
- 3. Het goede voorbeeld
- 4. Niet lijden maar Leiden
- 5. Willen is doen
- 6. Duwen en trekken
- 7. Roze olifant
- 8. Het heilige schrift
- 9. Dyslexie is een gave
- Dankwoord
- CV Marc Lammers