

KONINKLIJKE
BELGISCHE VOETBALBOND
Secr. : Wetstraat 43 - 1040 Brussel

**BONDSSCHOOL
VOOR OEFENMEESTERS**
Introductie tot de
CURSUS PSYCHOLOGIE

2de jaar

Nadruk verboden

Alle rechten voorbehouden

PSYCHOLOGIE

A. GROENE BOEKJE

1. Beschrijf de verschillende oefenmeestertypes !(p.4)
2. Moet men de oefenmeesters bewonderen? (p.6)
3. Moet men de oefenmeesters beklagen?(p.6)
4. Moet men de oefenmeesters veroordelen? (p.6)
5. Te behandelen: - 1 thema van de 24 thema's uitgewerkt tijdens de lessen.
- 1 niet-behandeld thema i.v.m. de 3-ledige relatie:
a)trainer-spelers; b) trainer-bestuur; c) trainer-"derden"

B. CURSUS VOETBAL

6. Geef de indeling van de psychologie als studievak ! (p.88)
7. Welke zijn de studieobjecten van de voetbalpsychologie ? (p.88)
8. Door welke externe factoren kan de prestatie van de voetballer beïnvloed worden ? (p.89)
9. Door welke interne factoren kan de prestatie van de voetballer beïnvloed worden ? (p.89-90)
10. Wat is het onmiddellijk doel van een cursus in de sportieve psychologie?(p.91)
11. Welke krachten onderscheiden we in het psychische "weetleven" van de voetballer?(p.91)
12. Geef een paar essentiële verschillen tussen "temperament" en "karakter"! (p.92)
13. Beschrijf een 10-tal karaktertypes! (p.93,94,95,96)
14. Welke criteria moet men in acht nemen bij de ontleding van een plaats in het elftal ? (p.97)
15. Geef de indeling van de eenvoudige kwaliteiten!(+ 3 vb van elk) (p.98)
16. Noem een 5-tal gemengde kwaliteiten ! (p.98)
17. Noem een 4-tal bijzondere kwaliteiten ! (p.98)
18. Welke bedenkingen maakt ge bij het opstellen van een fiche van een speler?(p.99)
19. Geef een overzicht van de intellectuele kwaliteiten(gewone opsomming)!
(p.100,101,102,103)
- 20; a) Geef de bepaling van het begrip "timing" !
b) Aan welke intellectuele vermogens is "timing" min of meer onderworpen? (p.102)
21. Geef een overzicht van de morele kwaliteiten ! (p.103)
22. Waarmee staat de mentale voorbereiding rechtstreeks in verband ? (p.104)
23. Aan welke voorwaarden is de "bodenvastheid" van een speler onderhevig? (p.112,113)
24. a) Wat is de "atletische massa" ?
b) Geef voor- en nadelen van een grote atletische massa !(p.114,115)
25. a) Wat is de "gestalte" ?
b) Geef voor- en nadelen van een grote gestalte ! (p.115)

DE VOETBALOEFENMEESTER EN ZIJN MENSELIJKE RELATIES

1. Situering van de cursus

1.1 Ik verwijs om te beginnen naar de cursus toegepaste psychologie van het eerste leerjaar "De initiator en zijn omgeving". Vooraleer deze cursus aan te vangen is het wenselijk de enkele bladzijden over de persoonlijkheid te herlezen.

Tevens refereer ik naar de cursus psychologie van het tweede leerjaar 2.4.3., waarvan de korte inhoud hierbij volgt.

Een cursus in de sportieve psychologie, speciaal voor de oefenmeesters, heeft als onmiddellijk doel hen aan te zetten na te denken over enkele hoofdaspecten van hun beroep :

- a) door hun de grenzen te tonen van het kader en de omgeving waartussen zijn opvoedkundig werk plaats heeft;
- b) door hun toe te laten beter de persoonlijkheid en het karakter van de spelers op te zoeken en bijgevolg de taken en de opdrachten van deze spelers beter te bedelen in het belang van de club;
- c) door hun de middelen te verlenen om de gewenste invloed uit te oefenen dank zij een meer direkt en meer afzonderlijk onderwijs, dat de spelers en de toekomstige spelers dichter benadert, maar dat toch de verplichtingen van het collectief spel doet eerbiedigen;
- d) door hun aandacht te vestigen op de binding en de noodzakelijke indeling van de leerstof, die hun aangeleerd wordt en werd door de andere leraren van de school der oefenmeesters.

De oefenmeester is een chef, een leider van mensen. Hij mag dit nooit vergeten. Hij moet vooral zijn eigen middelen kennen en er niet buiten of boven gaan. Door zich steeds te vervolmaken, zal hij ze automatisch uitbreiden. Zijn taak en zijn prestige zullen vanzelfsprekend groter worden. Hij mag niet de ziekelijke zorg kennen zijn eigen persoonlijkheid neer te halen door aan allen voldoening te schenken.

1.2 Wat beogen we in deze cursus ?

- a) de behandeling en de bespreking van praktische moeilijkheden waarmee een oefenmeester voortdurend geconfronteerd wordt tijdens de uitvoering van zijn taak, zowel in lagere als in hogere afdelingen;
- b) volledige medewerking van de toekomstige oefenmeesters bij de uitvoering en de besluitvorming van de oplossing van enkele van deze problemen.

1.3 We zullen 3 relaties behandelen :

- a) relatie van de oefenmeesters met de spelers
- b) relatie van de oefenmeester met het bestuur
- c) relatie met andere groepen (supporters, buffethouder, sponsor, pers, dokter, e.a.)

2. De relaties

2.1 De relatie oefenmeester-speler.

Te behandelen :

- a) speler vóór, tijdens en na de wedstrijd
- b) speler vóór, tijdens en na de training
- c) relatie met de speler in algemene zin
- d) speler in zijn privaat leven

2.2 De relatie oefenmeester-bestuur.

- a) rol afgevaardigde
- b) beïnvloeding van uit het bestuur
- c) organisatie van de club beïnvloedt de relatie
- d) interpretatie van de beslissingen

2.3 De relatie met anderen.

- a) anderen, die nog verband hebben met de club
- b) anderen, die niet rechtstreeks in verband staan met de club

2.4 Problemen in verband met deze relaties werden in vraagvorm opgesteld en deze vragen zullen de leerstof vormen voor het derde leerjaar. Het is de bedoeling deze vragen te onderzoeken met de kandidaat-oefenmeesters en vooral te situeren op het niveau van de clubs die hun activiteiten ontplooiën in hogere of lagere afdelingen.

3. De oefenmeester en de club

3.1 In de loop der tijden is de plichtenleer fel geëvolueerd en heeft andere normen aangenomen. We vinden toch enkele constanten terug die doorheen het voetballevens weinig gewijzigd werden.

- a) de club zorgt voor de mogelijkheden tot de uitoefening van het voetbal (terrein, uitrusting, sanitaire inrichting, enz.)

- b) de club stelt oefenmeesters aan, die erover waken dat de spelers zowel fysiek, technisch, tactisch als moreel in de gewenste voorwaarden verkeren om de club op behoorlijke wijze te dienen.
- c) voor deze diensten worden de spelers en oefenmeesters gewoonlijk vergoed, die in de meeste afdelingen van hun hobby een lucratieve ontspanning kunnen maken.
- d) in de meeste clubs kan men alleen over clubliefde spreken bij de bestuursleden. We moeten leren leven met het gevoel dat clubliefde een verouderd begrip is en slechts kan vervangen worden door ploeggeest, aan te sporen door de oefenmeester.
- e) een club kan dus voor deze vele inspanningen slechts rekenen op de inzet van de spelers van het eerste elftal, vaandeldragers van het clubleven. Het is daarom ook te begrijpen dat het clubbestuur degelijke prestaties wenst voor zijn investeringen en soms weinig geduld opbrengt voor minder goede resultaten.

We vergeten daarbij niet dat de club niet alleen bestaat uit een eerste elftal maar dat meerdere bestuursleden zich gratis inzetten voor de club (clubhuis, jeugdafgevaardigden, enz.).

De druk op het bestuur kan dan ook ontstaan uit verschillende hoeken waardoor de oefenmeester soms vlug de bons krijgt. In deze prestatiewereld is dit in te rekenen in het beroep van oefenmeester, waarbij men alleen de wenkbrauwen kan fronsen als dit reeds gebeurt na enkele weken wanneer de betrokken partijen mekaar nauwelijks kennen.

3.2. We zullen dan ook nog dikwijls moeten verwijzen naar 1.1 van deze cursus waarin de cursus psychologie tweede leerjaar aangehaald wordt.

- a) een zelfde gebeurtenis kan anders beoordeeld en opgelost worden naargelang de afdeling waarin men speelt en naargelang de structuur van de club waarbij de oefenmeester zijn taak uitoefent en naargelang de autoriteit en de organisatie van het clubbestuur.
- b) een oefenmeester heeft een bepaalde persoonlijkheid en best is dat hij zich kan aanpassen aan de omgeving van de nieuwe club, waardoor het hem ook gemakkelijker wordt zijn taak en zijn verantwoordelijkheden uit te stippelen tegenover spelers en bestuur.
- c) het zal dus moeilijk zijn een geïkt procédé voor te schotelen ter oplossing van de talrijke problemen waarmee een oefenmeester geconfronteerd worden omdat de invloeden in de club verschillen en sommige beslissingen vergemakkelijken of vermoeilijken.

3.3. In dit verband - zie 3.1 en 3.2 - wordt het belangrijk welk soort oefenmeester ge wenst te zijn want in de verschillende clubmiddens passen ook verschillende persoonlijkheden van oefenmeesters.

Daarbij komt nog dat men moet stellen dat het moeilijk zelfs onmogelijk kan zijn eigen persoonlijkheid te wijzigen naargelang de omstandigheden en de structuur van de club. Het is dus zeer belangrijk voor de club en voor de oefenmeester welke keuze zij maken.

- 3.4. Zoals we reeds in de cursus psychologie eerste leerjaar neerschreven bij de indeling van de verschillende categorieën spelers met de daarbij passende oefenaarden, vermeldden we tevens het gepaste oefenmeesterstype.

Zo kennen we verschillende oefenmeesterstypes waarvan we hierbij een indeling wensen te maken.

Als basis nemen we aan dat de oefenmeesters specialisten zijn en dat zij oefenstonden tuchtvol kunnen laten verlopen (aanvaard worden als kenner).

- a) De oefenmeester als baas en vriend. De oefenmeester moet op een ontspannen wijze de spelers kunnen leiden waarbij psychologie op bepaalde ogenblikken zeer belangrijk wordt (observeren van de spelers, opbeuren bij ontmoediging, belangstelling voor privéleven).

De uitdrukking van de "ijzeren hand in de fluwelen handschoen" geeft best dit type weer.

De oefenmeester stelt de nodige tijd ter beschikking voor zijn spelers waarbij hij de karakters kan leren kennen om te weten aan wie hij minder of meer tijd moet besteden.

De relatie met de spelers is gebouwd op vertrouwen dat niet ogenblikkelijk te verwerven is, maar in feite verdiend moet worden. Kan heel wat tijd in beslag nemen.

- b) andere trainers houden de contacten met de spelers beperkt tot het strikte minimum. Ze wensen dat de spelers uitvoeren wat ze vragen en beoordelen de prestaties van de spelers op oefenstonden naargelang hun richtlijnen. Deze trainers zijn van het autoritaire type. Sommige besturen en spelers hebben zulke leiding nodig omdat in de moderne voetbalwereld er veel gevergd wordt van de organisatie en de prestaties, waarbij de clubleden niet over de nodige tijd beschikken om zich volledig met het clubleven bezig te houden.

- 3.5. In de uitoefening van zijn psychologische functie constateert de oefenmeester veel twijfels omtrent de juistheid van zijn werkwijze. Hij wordt geconfronteerd met de verschillende karakters van de spelers die hij moet benaderen en beïnvloeden met zijn persoonlijkheid.

De persoonlijkheid is een complex geheel van constanten en veranderlijken. Zonder de beïnvloeding van de constanten te verwaarlozen zal de psychologische aanpak vooral gericht zijn op deze veranderlijkheden. Deze aanpak zal vooral gebaseerd zijn op soepelheid en veelzijdigheid.

Zonder irrefeel of onwaar te worden in de ogen van de spelers zou een oefenmeester zich in verschillende gedaanten moeten kunnen vertonen.

- 3.6. Het bundelen van spelers tot een ploeg kan slechts door een doeltreffende leiding geschieden. In het huidige voetbal kent men wetenschappelijke oefenprogramma's, een speciale voedingsleer, medische begeleiding, o.d. maar in de topsport is het een dringende noodzaak een gezonde ploeggeest te ontwikkelen om resultaten te bereiken. Vanzelfsprekend is dit eveneens noodzakelijk voor sport op een minder hoog vlak.

De ploeggeest kan het verschil maken in een wedstrijd waarbij op korte termijn verfijnde trainingsschema's, tactische plannen en geneeskundige producten een bijrol vervullen.

Deze ploeggeest kan ontstaan door verschillende omstandigheden, door verschillende imponderabiliën maar eveneens door het gepast optreden met de nodige overredingskracht van de oefenmeester, bv. verkeerd gemotiveerde spelers (faalangst, overdreven zelfzekerheid) naar een juister inzicht van hun mogelijkheden leiden.

De verschillen tussen elftallen van een zelfde niveau verminderen en het verschil in talent wordt uitgeschakeld door de totale inzet, vooral vast te stellen in cup-wedstrijden.

De mentale ingesteldheid verlegt de relatieve grens van het prestatievermogen naar hogere gemiddelden en kan de voetballer leiden tot een absolute grens (100 % en soms meer). Hoe beter getraind, hoe hoger de grenzen en hoe gevoeliger de speler wordt. De echte maximale lichamelijke inspanning komt zelden voor. Het lichaam heeft een aantal beschermende elementen ingehouwd uitgaande van het autonome zenuwstelsel die ervoor zorgen dat het lichamenlijk evenwicht niet doorbroken wordt.

- 3.7. Wij zijn steeds voorstanders geweest van tucht op alle gebied tijdens de oefenstunden. Een training is geen frisse luchthapperij alhoewel een gezonde aangename sfeer niet mag ontbreken. Er zijn twee extreme mogelijkheden om de leiding te verzekeren :

- a) de oefenmeester geeft bevelen en de spelers moeten ze opvolgen (technisch, tactisch, enz.)
- b) de oefenmeester overlegt met zijn spelers. De speler heeft inspraak.

Deze vormen van leiderschap zijn uitersten. Meestal komen deze stijlen in minder scherpe vormen naar voor en kan éénzelfde oefenmeester ze hanteren. De moderne voetbalsport verlangt veel van de spelers maar nog meer van haar oefenmeester die een geboren leider, een betrouwbare raadsmans en tevens de aureool van de onoverwinnelijke moet meedragen.

3.8. Moet men de oefenmeesters bewonderen ?

Men zou geneigd zijn het te doen wanneer ze de verdediging opnemen van hun spelers na een nederlaag.

Wanneer ze hun spelopvattingen uitleggen of verdedigen.

Wanneer ze weerstaan aan de vooroordelen en aan de richtlijnen van onbevoegde dirigenten en supporters.

Wanneer ze individualistische spelers veranderen in volmaakte medespelers.

Wanneer ze jonge spelers helpen mannen te worden.

Wanneer ze hun sport en hun beroep eer aandoen.

Moet men de oefenmeesters beklagen ?

Men zou geneigd zijn het te doen wanneer men ze ziet optornen tegenover het onbegrip van de dirigenten en de supporters waarvan de eisen zich beperken tot twee woorden : ogenblikkelijke resultaten.

Wanneer mensen, die nooit tegen een bal getrapt hebben, zich boven hen stellen om elftallen samen te stellen, een taktiek op te leggen, om ze de verdiensten van de overwinning te ontnemen, om hun de verantwoordelijkheid van de nederlagen te laten, om ze te straffen met een doorzending.

Moet men ze veroordelen ?

Men zou geneigd zijn het te doen wanneer ze de spelers richtlijnen van een vals realisme opleggen dat het spektakel vermindert en het beroep, waaraan ze hun bestaan danken, degraderen.

Wanneer ze zich gedragen als komedianten zouden ze achter de schermen moeten blijven.

Wanneer ze door gebrek aan goede resultaten - om hun plaats te redden - de spelers tijdens de oefenstunden overdreven fysieke inspanningen opleggen opdat men van hen zou zeggen dat de oefenmeester alles gedaan heeft om de resultaten te verbeteren.

Wanneer ze openlijk partij kiezen voor de dirigenten tegen de belangen van de spelers in.

* * * * *

Vragen in verband met problemen oefenmeester - speler

1. Hoe behandelt ge uw sterspeler ?
2. Een speler zegt uw voornaam op de training. Welk is uw houding ?
3. Eén van uw spelers verlaat de training zonder verwittiging. Hoe reageert ge ?
4. Een speler neemt niet te weinig ijver deel aan de training. Uw reactie ?
5. a) Een speler (vooral speler naar reserves verwezen) speelt brutaal of te laks in de wedstrijd eerste - reserves tijdens de oefenstond. Reactie ?
b) Een speler weigert met reserves te spelen. Hoe reageert ge ?
6. Hoe lost ge het probleem van de bankzitters op ?
a) reserves spelen zaterdag en eerste elftal zondag.
b) reserves en eerste elftal spelen dezelfde dag.
7. Een bankzitter weigert op het terrein te gaan. Reactie ?
8. Moet de oefenmeester de oefeningen uitvoeren ?
9. Wat doet ge met een speler uit conditie ?
10. Hoe tracht ge een buitenlander te laten integreren in het elftal ?
11. Hoe deelt ge mee dat een speler uit het eerste elftal verwijderd wordt ?
12. Raadpleegt ge de kapitein van de ploeg om uw elftal samen te stellen ?
13. Wie moet de aanvoerder van de ploegen kiezen ?
14. Zoudt ge een getransfereerd speler als aanvoerder aanduiden ?
15. Zoudt ge het kapiteinschap als trainer-speler aanvaarden ?
16. Is het wenselijk een lastige speler als aanvoerder aan te stellen ?
17. Aanvaardt ge dat de spelers de verplaatsing apart maken ?
18. Hoe straft ge spelers ?
19. Waarop baseert ge uw mentale voorbereiding ?
20. Een speler wordt tijdens de wedstrijd vervangen en is duidelijk misnoegd en laat het blijken. Hoe reageert ge ?

21. Een speler maakt kritiek op de organisatie van de oefenstond (bv. training doelwachers). Uw reactie ?
22. Hoe handelt ge tegenover gekwetste spelers ?
23. Een goed speler ontbreekt op de eerste trainingen. Wat is uw reactie ?
24. Een speler weigert een andere plaats te spelen dan gewoonlijk. Reactie ?
25. Hoe een individualist bekeren tot het ploegspel ?
26. Hoe een speler met een minderwaardigheidsgevoel opvangen ?
27. Welk type van oefenmeester zijt ge ?
28. Geeft ge toelating dat spelers naar een supportersbijeenkomst gaan ?
29. Wanneer begint de concentratie van de spelers ? Uw mening hierover ?
30. Zijt ge voorstander voor het opstellen van bepaalde regels voor de aanvang van het seizoen ?
31. Wie geeft de strafs chop voor uw elftal ?
32. Welke maatregelen neemt ge als uw strafs chopnemer mist ?
33. Hoe lost ge het studentenprobleem op ?
34. Gaat ge vlug over naar uw typeploeg in het voorseizoen ?
35. Welke houding neemt ge aan tegen spelers die natrappen zonder dat de scheidsrechter het gezien heeft ?
36. Is een vreemde taal een handicap als trainer ?
37. Hoe treedt ge op als ge merkt dat een uwer spelers beïnvloed wordt door de tegenstrever ?
38. Wat denkt ge over inspraak van de spelers ?

Vragen in verband met problemen oefenmeester - bestuur

1. Welk is uw houding wanneer dirigenten zich moeien met de technische leiding en de samenstelling van het elftal ?
2. Hoe zult ge reageren indien het bestuur van uw club u vraagt de waarde van de spelers toe te lichten ?
3. Zult ge inspraak eisen in de transfertpolitiek van de club ?
4. Hoe handelt ge als uw kontrakt wordt opgezegd ?
5. Veronderstel dat ge midden in het seizoen aangeworven wordt. Hoe zoudt ge uw taak aanvatten ?
6. Welke houding neemt ge aan tegenover een autoritair bestuur ?
7. Hoe wordt de verplaatsing georganiseerd ?
8. Laat ge familieleden toe in de autobus ? Bestuursleden ? Supporters ?
9. Bestuur wenst speler te straffen (bv. kritiek op club in de pers). Uw reactie ?
10. Wie stelt de boeten vast ? (gele en rode kaarten, afwezigheid op training, telaar komen, enz.). Wat gebeurt er met de boeten ?
11. Laat ge toe dat een bestuurslid de spelers toespreekt voor de wedstrijd ?
12. Wat denkt ge over de combinatie veldoefenmeester - manager ?
13. Wat denkt ge over de combinatie hoofdoefenmeester - adjunkt ?
14. Hoe gedraagt ge U tegenover de magazijnier ?
15. Stelt ge soms aan het bestuur voor een bijpremie te geven ?
16. Hoe reageert ge als uw medewerking gevraagd wordt voor het clubblad ?

Vragen in verband met problemen oefenmeester - anderen

1. Wat denkt ge over inspuitingen om de pijn te stillen ?
2. Wat denkt ge over doping ?
3. Welke is uw verhouding tot de pers (public relations) ?
4. Spreekt ge tot de pers na de wedstrijd ?
5. Laat ge de pers toe in de kleedkamer vlak na de wedstrijd ?
6. Hoe is uw verhouding tot de scheidsrechters ?
7. Hoe is uw houding tegenover de buffethouder ?
8. Hoe reageert ge tegenover supporters die premies of een etentje beloven ?
9. Supporters richten een wedstrijd in waaraan prijzen verbonden zijn, zoals bv. de regelmatigste speler, e.d. Welke mening ?
10. Stelt ge U boven de dokter om te bepalen of een speler kan spelen ?
11. Laat ge U steunen door de dokter om een verwijdering uit het elftal te rechtvaardigen ?

* * * * *

