

Iedereen heeft

Voetbaltalent

nummer **7**

GEEN TALENT MAG VERLOREN GAAN



Danny Volkers
Relatiegerichte trainer

Peter Wesselink
Bewust handelen

Coachen van emoties
Wat kun je doen als trainer?

Spelregels
Kennis voorkomt frustratie

Goede initiatieven
Clubs maken er werk van

Robur et Velocitas
verhoogt participatie in club

Column
Geen excuus

Thema-nummer Sportiviteit en respect

Danny Volkers handelt relatiegericht



Danny Volkers is trainer van derdeklasser SVME uit het Limburgse Eijsden. Deze relatiegerichte voetbaltrainer hecht veel waarde aan een goede verstandhouding met spelers, collega-trainers, scheidsrechters en bestuur. Hoe doet hij dat?

'Ik maak spelers bewust van de rol van de scheidsrechter'

Danny Volkers: "Ik ben van mening dat de onderlinge band tussen spelers, trainers en scheidsrechters beter zal zijn wanneer je elkaar beter leert kennen. Daarmee bedoel ik dat je de persoon achter de speler, trainer of scheidsrechter kent. Als trainer zit ik

voor en na de wedstrijd in de bestuurskamer samen met de scheidsrechter en praat over alles behalve de wedstrijd. Ook heb ik diverse scheidsrechters als Facebook-vrienden. Dat klinkt wellicht vreemd, maar we sturen elkaar berichtjes, bijvoorbeeld bij een verjaardag of

wensen elkaar succes bij onze wedstrijden. Op het moment dat je de scheidsrechter dan een keer ontmoet bij onze wedstrijd is dat prettig. Ik zou er een voorstander van zijn als de scheidsrechter na de wedstrijd nog dertig minuten in de kantine blijft en met spelers of supporters een praatje maakt. Sommigen doen dat en dat werkt positief. Presteren gebeurt dan in een positievere sfeer.

Spelers maak ik voor elke wedstrijd bewust van de rol van de scheidsrechter en dat de club en ik er veel tijd en energie in steken om de relatie te verbeteren. Verder denk ik dat er momenten gecreëerd moeten worden waarop spelers en scheidsrechters elkaar ontmoeten buiten een wedstrijd om. Denk aan een sponsoravond, spelregelquiz, feestavond, thema-avonden. Je leert dan de man in het zwart beter kennen als mens."

Rol van trainer

Wat is volgens u de rol van de trainer? Wat kan hij doen om in gesprek te komen met bestuur en supporters?

Danny Volkers: "Buiten mijn rol als trainer ben ik ook iemand die met iedereen goed overweg kan, zowel privé als binnen mijn werk als ambulante hulpverlener in de jeugdzorg. Ik heb voor iedereen respect en ben ook vrij vergevingsgezind. Ondanks dat ben ik wel iemand die eerlijk en open is

en vanuit mijn werk ook zeer consequent. Dit zijn als trainer belangrijke eigenschappen, zeker als je deze koppelt aan relatiegericht werken. Ik denk dat mijn eigenschappen kenmerkend zijn voor een trainer die langere tijd aan een club verbonden wil zijn.

Als trainer ben ik altijd aanspreekbaar voor supporters, zowel in goede als in slechte tijden. Ze mogen me ook bevragen op bepaalde keuzes. De band die ik heb met de supporters is uitstekend. Wel zorg ik er voor dat ik twee uur na de wedstrijd weg ben. Dan zijn er soms mensen die te veel gedronken hebben. Vorig jaar heb ik me tijdens de wedstrijd omgedraaid en de supporters gevraagd om zich te gedragen richting de scheidsrechter. Omdat er wederzijds respect is, kan dit en accepteert men dit van mij als trainer. Mijn contact met het bestuur is ook prima. Er is wekelijks contact, omdat ik veel op de club ben. Ik ben niet alleen trainer, maar voel me voor andere zaken verantwoordelijk. Dit komt uiteraard ook omdat ik als speler tien jaar in het eerste elftal heb gespeeld, waarvan de laatste zes jaar als aanvoerder. De band met supporters en bestuur was toen en is nu ook goed. Dat is dan het voordeel als je je trainerscarrière begint bij de club waar je als speler bent gestopt."

Online

- http://iturl.nl/sn0_P
- <http://iturl.nl/snKEXJ>
- <http://iturl.nl/snOHM>
- <http://iturl.nl/snZCm->

De KNVB is graag op de hoogte van uw ideeën, initiatieven of eventuele behoeftes qua ondersteuning door de KNVB. Reageren kan via het mailadres devoetbaltrainer@knvb.nl.

Voorbeeldfunctie

Danny Volkers: "Uiteraard vind ik dat een club een bepaald kader moet hebben, waarbinnen trainers zich mogen bewegen. Ook vind ik dat clubs sneller en harder moeten optreden als een trainer of speler zich misdraagt. Hij heeft immers een voorbeeldfunctie en vertegenwoordigt de club naar buiten toe. Maar de manier waarop ik het invul is persoonlijk, zo ben ik als mens. Gelukkig past dit goed bij de doelstellingen, wensen en gedragscodes van SVME. De voetbalwereld lijkt groot, maar is eigenlijk maar klein. Zeker in de amateurwereld kom je elkaar vaak tegen."



Peter Wesselink maakt spelers bewust van gedrag

‘Rare dingen doen helpt niet voor een beter resultaat’



Peter Wesselink (nu eersteklasser sv Silvolde, volgend seizoen DTS '35 dat uit de Hoofdklasse degradeerde) is een rationele trainer. Het winnen van wedstrijden is uiteraard zijn uitgangspunt. Wesselink handelt daarbij zódanig, dat hij zo veel mogelijk zijn beste team kan opstellen. Daarbij is het van groot belang dat spelers bewust met hun gedrag bezig zijn.

Peter Wesselink: “De kans dat ik win is groter wanneer ik het in mijn ogen beste elftal kan opstellen. Het gaat als trainer dus steeds om de afweging: wat werkt het beste? Dit geldt ook voor het maken van overtredingen en het oplopen van kaarten. Dat moet je zoveel mogelijk voorkomen, want het zorgt ervoor dat je spelers kwijtraakt door schorsingen. Kaarten loop je sneller op wanneer de ruimtes groot zijn. Immers, indien je dan gepasseerd wordt, weet je dat je onvoldoende rugdekking hebt. Je maakt sneller een ‘noodzakelijke’ overtreding en loopt tegen een kaart op. Het gevolg is vaak dat er frustraties in het team ontstaan, juist door die kaart maar ook doordat je voelt dat je overal een stapje te laat bent.

Ik hamer er altijd op dat spelers zich bewust moeten zijn van hun handelen, ook in hun gedrag. Het kan je prijzen opleveren. Als trainer van sv Vaassen speelde ik met mijn team twee jaar achter elkaar een beslissingswedstrijd om het kampioenschap. Dat waren spannende wedstrijden waar iets te winnen was en die allebei op een verlenging

uitliepen. Met de ploeg had ik altijd als stelregel: geen onnodige overtredingen en geen kaarten oplopen door bijvoorbeeld commentaar op de leiding of het wegtrappen van een bal. Het eerste gevolg was dat ik die wedstrijden inderdaad mijn beste elf kon opstellen. In beide wedstrijden liepen de gemoederen toch tamelijk hoog op. Mijn spelers wis-

een van hun spelers die geblesseerd op de grond lag te laten behandelen. Wij wierpen daarna in, richting hun laatste man, die niet echt oplette. Mijn spits pikte de bal op en schoot hem hard en hoog richting hun keeper, die ook niet oplette: 1-0. Wij stonden voor een dilemma. Het was zaak snel te handelen. Ik heb toen besloten dat dit

‘De kans op winnen is groter als je je beste elftal kunt opstellen’

ten zich wel te beheersen. De tegenstanders echter minder en die ontvingen dan ook rode kaarten. Het gevolg laat zich raden: wij wonnen die wedstrijden in de verlenging en promoveerden, vooral ook omdat wij ons beter wisten te beheersen en met de omstandigheden konden omgaan. Rare dingen doen helpt je niet. Je focussen op je taak wel.

Ik heb eenmaal een merkwaardige situatie meegemaakt. Ik speelde met CSV Apeldoorn tegen DETO. Op slag van rust schoten zij de bal uit om

zo niet kon. Direct na rust hebben we de 1-1 cadeau gedaan. Zo'n incident gaat snel een eigen leven leiden, met alle mogelijke gevolgen voor de rest van de competitie vandien. Dat moet je niet willen.”



De KNVB is graag op de hoogte van uw ideeën, initiatieven of eventuele behoeftes qua ondersteuning door de KNVB. Reageren kan via het mailadres devoetbaltrainer@knvb.nl.



Coachen van emoties

'Voetbal is emotie' is een veel gebruikte uitdrukking. De laatste tijd merken we dat deze emoties hoog kunnen oplopen. Hoe zorgen we er voor dat spelers hun emoties onder controle hebben en zich alleen met het voetbal zelf bezig houden? Oftewel: hoe coach je de emoties van je spelers?

Wetenschappers maken vaak onderscheid tussen twee typen emoties: primaire emoties en secundaire emoties. Primaire emoties zijn directe reacties op iets uit de omgeving, zoals het gevoel van angst als je bijna geraakt wordt door een auto. Secundaire reacties zijn complexer en niet aangeboren, maar aangeleerd op basis van eerdere ervaringen. In deze gevallen is het niet zozeer de situatie zelf die de emotie veroorzaakt, maar de manier waarop je de situatie interpreteert. Ervaar je de situatie als bedreigend, dan ontstaat een gevoel van angst en spanning. Dit gevoel is vervolgens van invloed op je gedrag (je beweegt houterig, vermijdt risico's). Interpreteer je de situatie op een andere manier, dan ontstaan er andere gedachten en dus andere emoties. Dit resulteert in ander gedrag. De situatie zelf veranderen, is veel lastiger. Er is altijd wel een scheidsrechter die een discutabele beslissing neemt. Of een tegenstander die loopt te 'zuigen'. Deze situaties of personen kun je niet veranderen of uitsluiten, ze horen bij het voetbal. Wel kun je de manier waarop je ermee omgaat, beïnvloeden.

Gedachten kiezen

Je dient je bewust te zijn van je gedachten om deze aan te passen, te relativeren en je aandacht weer te richten op je taak. Je bent namelijk niet je gedachten, je hebt ze. Je kunt daarom ook voor een

andere gedachte kiezen, met een andere emotie als gevolg. Door spanning en vermoeidheid wordt het wel lastiger om je emoties te controleren. Dit zie je vaak terug bij internationale toernooien, waar meer kaarten uitgedeeld worden naarmate het toernooi vordert. Ook privéomstandigheden kunnen energievreters zijn. Zowel positieve als negatieve situaties, zoals trouwen, kinderen krijgen, (onzekerheid over) transfers, verhuizen, scheiden, ruzie, ziekte of overlijden van een dierbare, hebben invloed. De speler betreedt dan het veld met een lager energie- en hoger stressniveau, waardoor het ook lastiger voor hem kan worden om zijn emoties onder controle te houden.

Wat te doen als coach?

Het eerste waar een coach invloed op kan uitoefenen is de conditie van een speler. Indien deze goed getraind en fit is, is de kans veel groter dat hij aan het eind van de wedstrijd nog steeds voldoende energie heeft om zijn emoties te controleren en zijn gedachten te sturen. Ook vaste afspraken en automatismen kunnen energiebesparend werken en de spelers een gevoel van controle geven.

Daarnaast is het goed om aandacht te besteden aan wedstrijdspanning. Spelers hebben een bepaalde mate van spanning nodig om goed te presteren,



maar als de spanning te hoog oploopt kan dit negatieve gevolgen hebben voor de prestatie en de emotiebeheersing. Wedstrijdspanning kan er namelijk voor zorgen dat de ademhaling oppervlakkiger en meer in de borst dan in de buik plaatsvindt waardoor de speler minder zuurstof binnenkrijgt en er dus minder zuurstof naar zijn spieren gaat. Vermoeidheid kan er weer voor zorgen dat hij emotioneel wordt en in een opwelling domme dingen doet. Dus is het goed om als coach aan de ene kant de spanning te verlagen en aan de andere kant spelers te leren omgaan met druk.

Spanning verlagen

De spanning kun je als coach verlagen door:

- wedstrijdspecifiek te trainen en daarbij ook 'what if' scenario's door te nemen.
- in de voorbereiding op een belangrijke wedstrijd niet veel anders te doen dan voor een 'normale' wedstrijd.
- in de voorbespreking het zo min mogelijk te hebben over winnen en verliezen en de eventuele gevolgen daarvan, maar meer over de tactiek en de specifieke taken van de spelers.
- spelers, voordat ze het veld opgaan, niet te veel opdrachten mee te geven.

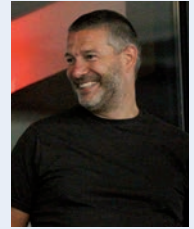




Foto's: Pro Shots

Jan Zoutman

Begin dit seizoen had toenmalig trainer van IJsselmeervogels Jan Zoutman zijn emoties even niet onder controle. Een ongelukkige botsing met een grensrechter volgde en de trainer werd langdurig geschorst.



Bent u als trainer veranderd in uw handelen na het incident met de grensrechter?

Jan Zoutman: "Eigenlijk niet, behalve dat ik me heb voorgenomen om nog minder energie in de arbitrage te stoppen. En als ik vragen heb, stel ik ze op een rustige manier in de rust of na de wedstrijd. Dan zijn de ergste emoties meestal wel weer wat weggezaakt. In mijn situatie begon het met een discussie over de kleur van de slidingbroekjes. Maar uiteindelijk ging het over in een staaltje machtsvertoon en daarin heb ik me mee laten slepen. Ik heb me na mijn rode kaart toch nog laten provoceren en, ondanks dat dit zeker niet de bedoeling was, fysiek contact gehad met een assistent-scheidsrechter. Dit had natuurlijk niet mogen gebeuren. Wat de arbitrage ook zegt of doet, je moet jezelf als coach altijd onder controle weten te houden. En door de hele nasleep en de straf zal zoiets mij niet meer overkomen."

Hoe houdt u uw eigen emoties onder controle?

Jan Zoutman: "Het is als mens, en zeker als trainer van welke sportploeg dan ook, in ieder geval belangrijk om te weten hoe je zelf bent en hoe je reageert op situaties die emoties kunnen veroorzaken. Als je jezelf kent, ben je beter in staat die emoties onder controle te houden. In mijn geval is het zo dat ik meestal vrij rustig en analytisch de wedstrijden van mijn ploeg bekijk en coach. Hoewel ik ook zeer fanatiek kan zijn, ben ik geen trainer die negentig minuten zijn ploeg staat te coachen omdat ik vind dat spelers zelf verantwoordelijkheid moeten nemen in het veld. Coachen is prima maar overcoaching leidt vaak tot irritatie bij spelers. En voorzeggen remt vaak het proces van ontwikkeling van je spelersgroep af. Je moet als trainer ook beseffen dat er zaken zijn waar je geen invloed op hebt. En dat zijn bijvoorbeeld beslissingen van de arbitrage, een bal op de paal of een strafschoep die gemist wordt. Ik ben het met basketbalcoach Ton Boot eens dat je daar als ploeg en als trainer geen energie in moet stoppen. Want dat is verloren energie en gaat ten koste van het focussen op je taak. Maar het is nou eenmaal zo dat je als sportman of coach denkt dat je toch invloed kunt uitoefenen op de arbitrage. Want dat zijn tenslotte ook maar gewoon mensen en ze zijn soms best gevoelig voor kritiek, waardoor ze soms eerder gemaakte fouten willen compenseren. En daar hoop je dan als speler of trainer toch een beetje op."

- zelf als coach rust en vertrouwen uit te stralen.
- persoonlijke aandacht te geven aan de speler.
- rekening te houden met de persoonlijkheid van de speler.

Tools geven aan spelers

Daarnaast kun je spelers tools geven, hoe ze met spanning en druk om kunnen gaan.

- Maak ze bewust van hun eigen lijf, gedachten en emoties en hoe ze deze kunnen beïnvloeden.
- Leer ze hun ademhaling te reguleren.
- Leer ze ontspannen (bijvoorbeeld met ontspanningsoefeningen).
- Leer ze regelmatig visualiseren (doordat een speler zich in gedachten voorbereidt op de wedstrijd, krijgt hij een gevoel van controle en daardoor minder stress).
- Leer ze tijdens de wedstrijd alleen met hun taak bezig te zijn (zodat ze niet afgeleid worden door hun omgeving, eigen gedachten of emoties).

Natuurlijk speelt ervaring van spelers hierin ook een grote rol. Hoe vaker een speler spannende wedstrijden heeft gespeeld, hoe makkelijker het voor hem zal zijn om met die druk om te gaan. Het is dus zeker een pré om

spelers daar al vroeg mee in aanraking te laten komen. Bijvoorbeeld door jonge spelers al te laten ervaren hoe het is om in een groot stadion te spelen. Echter ervaring is ook niet alleszeggend. Zo ontdekte de Noorse wetenschapper Geir Jordet dat oudere en meer ervaren voetballers het minder goed deden in beslissende strafschoepseries dan de jongere spelers. Volgens Jordet komt dit doordat ervaren spelers een groter verantwoordelijkheidsgevoel hebben en dat iedereen juist van hen verwacht dat ze wel zullen scoren. Dit veroorzaakt een nog grotere druk.

Dit artikel heeft getracht meer inzicht te geven in emoties en hoe ermee om te gaan. Emoties zijn echter te veelomvat-

tend om volledig in één artikel te behandelen. Voor vragen mail naar info@afkevan-dewouw.nl. Voor praktische oefeningen (zoals ontspannings- en visualisatie-oefeningen) check www.sportsimagery.nl.

De KNVB verzorgt een cursus 'Omgaan met opvallend gedrag'. Voor meer informatie: <http://iturl.nl/sn2IKC>

Op de website van De Voetbaltrainer vindt men extra informatie bij dit artikel.

De KNVB is graag op de hoogte van uw ideeën, initiatieven of eventuele behoeftes qua ondersteuning door de KNVB. Reageren kan via het mailadres devoetbaltrainer@knvb.nl.



Spelregels

Een aanzienlijk deel van de frustratie op het voetbalveld ontstaat door de onbekendheid met sommige spelregels, of de onjuiste naleving ervan.

Daarom wordt iedere club gestimuleerd om de voetballende leden bij te scholen op het gebied van spelregels. In dit artikel een paar Wistjedatjes op het gebied van (spel)regels.

Wist je dat...

...er een nieuwe regel is omtrent de uitrusting van de spelers?

Kousen: als tape of soortgelijk materiaal is aangebracht op de buitenkant van de kousen moet deze van dezelfde kleur zijn als de kous.

Wist je dat...

...bij E/F-pupillen bijzondere spelregels van toepassing zijn?

Strafschop: slechts bij hoge uitzondering. De afstand is acht meter. F-pupillen gebruiken hun handen ter bescherming, dus niet bestraffen. Indien een werkelijke doelkans door een overtreding (opzet) wordt ontnomen, dan kan een strafschoep worden gegeven.

Vrije schoep: bij F- en E-pupillen worden alle overtredingen bestraft met een directe vrije schoep, waarbij de tegenstanders op een minimale afstand van vijf meter staan.

Inworp: deze wordt op normale wijze genomen. Foutief genomen inworpen moeten worden overgenomen.

We noemen de scheidsrechter bij E/F-pupillen spelbegeleider. Dit betekent dat ook hij/zij een bijdrage levert aan het leerproces van de E/F-pupil.

Wist je dat...

...ook bij D-pupillen bijzondere spelregels van toepassing zijn?

Een vrije trap die wordt toegekend binnen het zestienmetergebied aan de verdedigende partij mag worden genomen op de zestienmeterlijn, als ware het een achterbal.

Wist je dat...

...hands inhoudt dat de speler de bal opzettelijk met de hand of arm speelt/raakt?

De scheidsrechter moet hierbij het volgende in overweging nemen:

- de beweging van de hand naar de bal (niet de bal naar de hand);
- de afstand tussen de tegenstander en de bal (onverwachte bal);
- de positie van de hand hoeft niet noodzakelijkerwijs in te houden dat er altijd sprake is van een overtreding;
- de bal raken met een voorwerp dat in de hand gehouden wordt (kleding, scheenbeschermer etc.) wordt gezien als een overtreding;
- de bal raken door met een voorwerp te gooien (schoen, scheenbeschermer etc.) wordt gezien als een overtreding.

Wist je dat...

...bij twijfel over een hoekschoep of doelschoep het voordeel naar de verdedigende partij gaat?

Als de scheidsrechter in twijfel verkeert of de bal over de doellijn is gegaan via een aanvaller of een verdediger (natuurlijk uitgezonderd het gedeelte tussen de doelpalen), zal hij een doelschoep toekennen. Dezelfde beslissing neemt hij als een aanvaller en een verdediger gelijktijdig de bal raken en deze vervolgens over de doellijn gaat.

Wist je dat...

...in Duitsland en België voetbalwedstrijden worden gespeeld zonder grensrechters?

De clubgebonden grensrechter kan een grote bron van ergernis zijn wanneer hij te veel vlagt. In andere landen wordt inmiddels op bepaalde niveaus zonder grensrechters gespeeld. Een andere optie is, zo lazzen we al in De Voetbaltrainer 177, het omdraaien van de grensrechters. Willem den Besten: "Waarom draaien we dit niet om? Clubgrensrechters vlaggen in de huidige opzet vijf tot tien gevaarlijke situaties voor het doel af, met alle irritaties en gevolgen van dien. Als ze niet bij hun eigen verdediging vlaggen maar juist aan de kant bij hun eigen aanvallers zal er ongetwijfeld iets veranderen. Er komen vijf tot tien interessante situaties bij, waardoor iedere wedstrijd een boeiender schouwspel zal worden."

Wist je dat...

...op de website van NSV'46 uit Noorden een uitgebreide spelregelquiz (met antwoorden) te vinden is? <http://iturl.nl/snS-5>

Wist je dat...

...ook Arag, partner van de KNVB scheidsrechters, een online spelregeltest aanbiedt? <http://www.voetbalspelregeltest.nl/> 



De KNVB is graag op de hoogte van uw ideeën, initiatieven of eventuele behoeftes qua ondersteuning door de KNVB. Reageren kan via het mailadres devoetbaltrainer@knvb.nl.

Foto: Pro Shots



Initiatieven van clubs

De Van de Kaart kaart

Alle jeugdspelers van RKSVC Pancratius uit Badhoevedorp én hun tegenstanders delen vóór hun wedstrijden alvast de rood met gele kaart uit. Aan hun ouders en andere supporters, welteverstaan.

De 'Van de Kaart kaart' is een signaal dat het fijn moet blijven langs de lijn. Raakt iemand toch van de kaart en verzanden aanmoedigen in geschreeuw, gescheld of zelfs geweld? Aan alle liefhebbers rond het veld de schone taak hem of haar met ferme hand de roodgele prent te tonen...



Waarden en Normen Radar

Allemaal meedoen aan FairPlay. Alleen FairPlay-scores van 8 of hoger. Geen tuchtzaken en gele/rode kaarten meer. Alle leden die het convenant voor waarden en normen ondertekenen. Geen KNVB-boetes meer. En allemaal op tijd contributie betalen.

Bij CKC in Rotterdam houden ze nauwgezet een Waarden en Normen Radar bij, met zes voor de vereniging belangrijke indicatoren. Zijn de gemiddelde scores acceptabel? Dankzij de heldere grafieken en kleuren is het altijd in een oogopslag duidelijk.

De Aanvoeders

De Aanvoeders is een verbond van prof- en amateurvoetballers die hun verantwoordelijkheid nemen en staan voor de kracht en schoonheid van het voetbal. Zowel binnen als buiten het veld.

Het is een initiatief van o.a. Ruud Gullit, Aron Winter, Arthur Numan en Ben Wijnstekers - stuk voor stuk voetballers en voetballiefhebbers in hart en nieren. Voetbal is van ons allemaal. En daar moeten we met z'n allen van kunnen blijven genieten.

De Aanvoeders zullen de komende jaren, in samenwerking met de KNVB, Eredivisie, Jupiler League, Stichting Meer dan Voetbal en de overheid, acties ondernemen die bijdragen aan de positieve beleving van de sport. Bijvoorbeeld, ieder jaar kiezen De Aanvoeders 'Het idee van het Jaar'. Het winnende idee wordt landelijk uitgerold naar alle voetbalclubs en sportverenigingen in Nederland. Ook worden er jaarlijkse bijeenkomsten georganiseerd, waarbij betaald-voetbalclubs

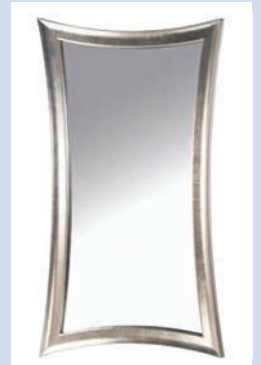
de amateuraanvoeders binnen hun regio uitnodigen om te praten over actuele thema's. De kennis die bij de betaald-voetbalclubs aanwezig is, wordt op deze manier structureel gedeeld met amateurverenigingen binnen hun regio.

www.deaanvoeders.nl



Een spiegel voorhouden

'Zonder respect geen voetbal. Hoe gedraag jij je vandaag? Veel plezier en sportiviteit gewenst'. Bezoekers van de sportparken van Rotterdams grootste amateurverenigingen Alexandria 66, Xerxes DZB, VOC en Neptunus Schiebroek, kunnen zich voortaan extra recht in de ogen kijken. Tenminste, als zij deze boodschap op de aldaar aanwezige spiegels ter harte nemen. De drie regels dienen letterlijk te worden genomen; door spelers, leiders, trainers, scheidsrechters en publiek, oud en jong!



Positief

De coverfoto van dit KNVB-katern is afkomstig van DZC'68 uit Doetinchem. De club maakt werkt van het thema Sportiviteit en Respect en van Positief Coachen. Dat blijkt onder meer uit de banners die de club op verschillende plaatsen gebruikt:



De KNVB is graag op de hoogte van uw ideeën, initiatieven of eventuele behoeftes qua ondersteuning door de KNVB. Reageren kan via het mailadres devoetbaltrainer@knvb.nl.



Robur et Velocitas maakt werk van normaal gedrag

Participatie in de club verhogen

Het is een vraag die bij menige club leeft: hoe betrekken we de jeugdspelers en diens ouders nu zodanig bij de club dat we uiteindelijk verstoken blijven van ongewenste incidenten? Robur et Velocitas ging deze uitdaging aan. Hoofd Opleidingen Ewald de Boer vertelt erover.

Robur et Velocitas is een club met een lange traditie (opgericht in 1882) waar fatsoenlijke omgangsregels minimaal even belangrijk zijn als de drie punten op zaterdag en zondag. Toch ontkwam ook deze Apeldoornse vereniging niet altijd aan problemen op het gebied van normen en waarden. Enige jaren geleden was dit het sein om ongewenst gedrag met wortel en tak te bestrijden. Ewald de Boer, Hoofd Opleidingen, is een spil in die aanpak. Hij gelooft in participatie van spelers en ouders: "Normaal gedrag moet een onlosmakelijk onderdeel zijn van je club."

Kanjerregels

Ewald de Boer: "Ook wij werden in het verleden wel eens met incidenten

geconfronteerd die we binnen onze club niet wenselijk vonden. Het waren vooral individuele uitglijders, maar we wilden er wel heel graag iets aan doen. Een extra zet in rug kregen we via de trainersopleiding van Jeugd Voetbalstad Apeldoorn, waar een van onze trainers naartoe ging. Een van de drie aspecten die daar werden aangeboden, is de Sportkanjertraining. Daar werd diep ingegaan op het positief coachen van kinderen en leerde je diverse karakters te onderscheiden. We zagen deze trainer zienderogen veranderen. Aanvankelijk was hij een fanatieke trainer die veel opdrachten gaf, gaandeweg paste hij een veel meer kindgerichte wijze van opleiden toe, bediende zich veel meer van vragen en was duidelijk positiever. Dat opende ook onze ogen en we zijn van deze methode vervolgens uitgebreider gebruik gaan maken. Uitgangspunt hierbij zijn onder meer de vijf Kanjerregels. Deze aanpak is zijn weg gaan vinden binnen de jongste jeugd van Robur et Velocitas. Kinderen die hier als Mini binnenkomen, worden daarin op een natuurlijke manier meegenomen, ook door de wekelijkse nieuwsbrieven die we versturen.

We hebben speciale aandacht voor spelers die van andere clubs komen. Een van onze jeugdbestuursleden heeft



met zo'n speler altijd vooraf een intakegesprek. Daarin vragen we onder meer waarom hij zich nu juist bij Robur et Velocitas aanmeldt en wat hem in onze club aantrekt. Tevens maken we van die gelegenheid gebruik om hem onze regels duidelijk te maken. Vertelt zo'n speler een verhaal over zijn verleden waaraan we twijfelen, doen we ook navraag bij zijn voormalige club. Nieuwe spelers krijgen een boekje mee, 'Zo doen we dat bij Robur et Velocitas', en kunnen daarin op een overzichtelijke manier nalezen hoe het bij ons toegaat.

Een belangrijke manier waarop wij spelers bewust willen maken van gedrag, is door hun te vragen scheidsrechter te zijn. Dat doen we vanaf de C. Jongens volgen een korte opleiding binnen de club, waarbij we de KNVB inschakelen. Die scheidsrechters leiden de wedstrijdje van de F en de E. In beginsel wordt nu iedere wedstrijd in die categorieën door een C-speler gefloten. Zeker dertig jongens en meisjes doen dat. Komen ze in de B en A, fluiten sommigen ook D-wedstrijden."

Contact met andere clubs werkt

Ewald de Boer: "In het Paasweekende werden we nog eens geconfronteerd met een incident. Bij een wedstrijd in de E-jeugd ontstond commotie toen de ouders van de bezoekende vereniging richting onze (jonge) scheidsrechter fel tekeer gingen. De scheidsrechter en de spelers waren daardoor nogal van slag. In dergelijke situaties nemen wij altijd contact op met de betreffende vereniging. Deze club reageerde daar prima op en gaf aan actie te zullen ondernemen door het team te gaan monitoren. Je ziet steeds vaker dat contact tussen clubs over dit soort kwesties prima werkt."



Trainers steunen

Ewald de Boer: "Bij onze club kunnen probleempjes nog steeds in eerste instantie binnen het team worden opgelost. Vervolgens is er een afdelingscoördinator die kan worden ingeschakeld om te helpen een situatie op te lossen. Met deze duidelijke structuur hebben we de negatieve incidenten goeddeels kunnen stoppen. Belangrijk daarin is dat de trainers en leiders zich actief gesteund weten door het jeugdbestuur indien zij vinden dat er ingegrepen moet worden. Afspraken zetten we op papier en sturen we aan een ieder die er rechtstreeks mee te maken heeft.

Het concrete gevolg van deze aanpak is dat we dit jaar nog slechts geconfronteerd zijn met één probleem rondom een C-speler die zich misdroeg en een rode kaart kreeg. Met hem zijn we nadrukkelijk in gesprek gegaan, met positief resultaat. Daarnaast is er een incident geweest met een speler in onze B-categorie. Ook met hem zijn we het begeleidingstraject ingegaan, met een flink aantal gesprekken waarbij ook zijn vader betrokken was. Helaas niet met het gewenste resultaat. Deze speler speelt inmiddels niet meer bij onze club."

Participatie ouders

Ewald de Boer: "Het is lastig om, wanneer ouders al jarenlang langs de lijn staan en zich op een bepaalde manier gedragen, dat gedrag dan nog om te buigen. Daarom zijn wij begonnen met de groep ouders van kinderen die bij Robur et Velocitas in de World Cup spelen, de zgn. Mini's. Door hen vanaf de start kennis te laten maken met de manier waarop wij over gedrag denken, maak je hen deelgenoot. Over twee jaar spelen hun kinderen in de F, en is er een heel nieuwe lichter in de World Cup. Zo heb je al twee categorieën die je hebt beïnvloed, en verspreidt het zich in de club.

Daarnaast heeft Robur et Velocitas sterk ingezet op het verhogen van de participatie van ouders in de vereniging.

In algemene zin beginnen we het seizoen altijd met een Startdag. Alle spelers, ouders, trainers en leiders worden uitgenodigd. De teams gaan voor het eerst trainen, de ouders krijgen een algemeen verhaal van de afdelingscoördinator, waarna wij hen bij elkaar aan tafel laten plaatsnemen en onder een kopje koffie laten kennismaken. Sociaal gezien is dat een prima start. Maar we hebben er een diepere bedoeling mee. Behalve dat ouders bij Robur van tijd tot tijd de teamkleding moeten wassen en naar uitwedstrijden zullen moeten rijden, kan het voorkomen dat we van hen vragen leider of zelfs trainer te zijn. Natuurlijk zien we het in eerste instantie als een opdracht voor de vereniging om deze posities in te vullen. Echter, onze vereniging begint dusdanig grote vormen aan te nemen, dat dit soms niet lukt. Vaak zie je dat, indien zij met elkaar aan tafel zitten, er wel iets ontstaat in de zin van 'Als jij nu leider wordt en jij vlagt, dan zal ik wel trainer zijn.' Zo ontstaat een gedeelde verantwoordelijkheid voor het laten functioneren van een jeugdteam. Er blijkt verrassend veel bereidheid te zijn om iets te doen."

Verenigingstaken

Ewald de Boer: "Ieder lid van onze vereniging wordt (dringend) gevraagd

een verenigingstaak te verrichten. Dat kunnen allerlei dingen zijn, zoals bardiensten, opruimwerkzaamheden of anderszins onderhoud, of scheidsrechter zijn. Uiteraard doen we dit omdat ook wij het moeilijk hebben om voldoende vrijwilligers te vinden om al die taken op zich te nemen. Maar daarnaast willen wij de participatie van onze leden en hun achterban verhogen. We zijn daarmee begonnen bij de 'World Cup ouders', een aantal jaren geleden. Die spelers hebben nu de C-leeftijd. Daarmee is de structuur al aardig ingebed binnen onze club, te meer daar van nature A- en B-spelers bij ons vaak bereid zijn om iets voor hun club te doen. In praktijk zien we vaak dat bij de D ongeveer het omslagpunt ligt. Vanaf dat moment gaan spelers zelf een steentje bijdragen.

In de jongste categorieën doen we dus een beroep op de ouders. We benaderen hen op een ouderavond, via e-mails en telefoontjes. Overigens kunnen ouders die écht niet in staat zijn deze taken op zich te nemen, die afkopen door middel van een jaarlijkse storting. Die was aanvankelijk € 25,- en daar werd ruim gebruik van gemaakt. Té ruim naar ons gevoel, want in feite willen we niet dat mensen geld storten maar juist dat ze deelnemen aan het clubproces. We willen saamhorigheid kweken. Daarom hebben we het bedrag waarmee zij hun werkzaamheden kunnen afkopen, verdubbeld. We zijn benieuwd hoe dit werkt. Ook Robur et Velocitas zal wel weer eens met een akkefietje te maken zal krijgen, maar ik durf tegelijkertijd te beweren dat we er grip op hebben. Individuen die in het verleden het plezier van velen konden verpesten, dat kan nu niet meer gebeuren. Spelers komen met ontoelaatbaar gedrag niet meer weg. Ons beleid werkt."



De KNVB is graag op de hoogte van uw ideeën, initiatieven of eventuele behoeftes qua ondersteuning door de KNVB. Reageren kan via het mailadres devoetbaltrainer@knvb.nl.

Geen excuus

- ook niet als het spannend wordt -

Na de dramatische gebeurtenis in Almere en de (terechte) golf van opschudding die hierdoor in Nederland is ontstaan, moest ik aan een verhaal denken, dat mij is verteld door een trainer die bijna dagelijks op het veld staat. Daarnaast spoken er ook eigen ervaringen door mijn hoofd. Ervaringen zoals iedereen die vaak op het voetbalveld komt wel eens heeft meegemaakt en op zijn of haar eigen manier heeft beleefd.

Dit verhaal gaat over een trainer die werkzaam is bij een grote club in Midden-Nederland. Hij is trainer van de A1 die landelijk tweede divisie speelt. Op een mooie zaterdagmorgen vooraf aan weer een belangrijke wedstrijd loopt hij de jeugdvoorzitter tegen het lijf. Beiden uiten in woord en gebaar dat ze er zin in hebben. Verwachtingen worden uitgewisseld. De voorzitter vraagt geïnteresseerd naar de opstelling. Hij is verbaasd als hij de naam van een speler niet hoort in de opsomming van de opstelling. De vraag lijkt logisch: "Waarom speelt hij niet?" Achteraf lijkt het antwoord van de trainer ook logisch: "Omdat hij geschorst is, voorzitter." Er volgt een discussie. Natuurlijk weet de voorzitter dat hij geschorst is, maar de trainer weet toch ook dat dit een 'sleutelwedstrijd' is. En daarbij komt ook nog dat de vorige trainer zich niks aantrok van schorsingen. Hij stelde gewoon de beste elf spelers op. "De bond heeft er nooit iets van gemerkt", voegt de voorzitter er nog aan toe. De trainer weerspreekt de voorzitter door aan te geven dat de bewuste speler niet voor niets is geschorst. Daarnaast voegt hij toe dat je een signaal afgeeft aan alle spelers en trainers van de club als je schorsingen niet serieus neemt. Ook al is dit onbedoeld. Aan het einde van het seizoen zijn beide partijen in goed overleg uit elkaar gegaan. Zoals dat heet.

Een verhaal dat verschillende gedachten en gevoelens losmaakt. Dat maakt het vaak ook zo moeilijk om tot iets gezamenlijks te komen. Om te komen tot 'de conclusie' en daaropvolgend 'de oplossing'. We moeten het dan ook omdraaien. Iedereen die betrokken is bij het voetballen moet zich bedenken wat het vertrekpunt is voor bijvoorbeeld het spelen en trainen. Als we dan kunnen vaststellen dat voetballen draait om het plezier dat wordt beleefd aan het meten van je krachten met de ander, dan zijn we snel klaar. Dan is winnen en verliezen inherent aan deze krachtmeting. En we accepteren dan ook dat de spelregels horen bij deze uitdaging. Het binnen deze beperkingen komen tot een prestatie is dus waar we de spelers in willen bekwaamen. Dit betekent dan ook dat je ze moet voorbereiden op winnen en verliezen.

Ik zie lezers al zuchten. Dit is een gedachte die niet met de werkelijkheid strookt. De schrijver van dit verhaal komt uit een ei en heeft geen oog voor de realiteit. Daar komen de eerste excuses.

Na mijn start als coördinator opleidingen bij de KNVB Academie moest ik stoppen met het actief trainen van een team. Natuurlijk bleef ik be-

trokken bij het voetballen. Al was het alleen maar omdat mijn zoon en dochter actieve voetballers zijn. Al gauw was ik de coach van het team van mijn dochter. Tijdens een wedstrijd raakte ik in discussie met de coach van de tegenpartij. Ik weet niet eens meer waar het over ging. Op het moment dat de scheidsrechter floot voor de rust ging de woordenwisseling door. In het voorbijgaan zei mijn dochter: "Hoe oud zijn jullie nu eigenlijk?" Dat was confronterend. Er was geen excuus te bedenken voor mijn gedrag. Niet als coach, maar ook niet als vader. In ieder geval was en is dit mijn conclusie.

In het bedenken van excuses zijn we (trainers, spelers, clubs en iedereen die betrokken is bij het voetballen) erg goed. Zeker als het spannend wordt. Als het gaat om het moment van: nu gaan we de wedstrijd winnen of verliezen. Het doel heiligt de middelen, zullen we maar zeggen. We hebben het dan over 'de professionele overtreding', maar ook over de trainer van de E6 die zijn beste spelers laat spelen en wederom dezelfde (mindere) spelers niet laat spelen of wisselt. Het excuus is namelijk dat het wel een 'heeeeel belangrijke' wedstrijd is.

Sinds een tijdje hebben we het bij de trainersopleidingen over de twee kerncompetenties van een trainer. Ongeacht het niveau waarop hij of zij traint. Het gaat dan om: de 'kennis van de inhoud en de vaardigheid om dit over te brengen' en het 'bekwaam zijn in het omgaan met mensen'. De laatste krijgt steeds meer aandacht. Bij competenties gaat het om een combinatie van: kennen, kunnen, willen en zijn. Daar hebben we durven aan toegevoegd. Terug naar de eerdere verhalen. Het is vooral de durf die deze trainers hebben getoond die ze competent maakt. Naast natuurlijk alle andere bouwstenen van het competent zijn.

Elkaar aanspreken op gedrag binnen en buiten de lijnen is niet nieuw, maar wel weer erg actueel. Er is geen enkel excuus te bedenken om dat niet te doen en... te durven.

Vanuit het vertrekpunt dat voetbal een feest moet zijn voor iedereen die erbij betrokken is, zijn er dus geen excuses meer. Ook niet als het spannend wordt. Soms is een 'goed gesprek' met je dochter nodig om dat te beseffen.

Nico Romeijn
Coördinator opleidingen KNVB Academie



Wat heeft de KNVB op dit moment te bieden voor trainer-coaches op het gebied van Sportiviteit & Respect?

1. Verenigingstraject Sportief Coachen

Het traject 'Sportief Coachen' heeft als doel trainers, coaches en begeleiders te leren om binnen de vereniging invulling te geven aan hun pedagogische rol. Door hier met alle trainers, coaches en begeleiders mee aan de slag te gaan kan de vereniging draagvlak creëren voor een gezamenlijke visie op het begeleiden van jeugdspelers. In een gesprek met het bestuur van de vereniging wordt het programma door de traject-begeleider en het bestuur op maat ingevuld. Het programma voor de trainers bestaat uit twee bijeenkomsten, waar middels interactieve werkvormen (presentaties, discussievormen, filmfragmenten, praktijkopdrachten) wordt gewerkt aan de pedagogische kennis en vaardigheden van trainers, coaches en begeleiders. Afgesloten wordt met een gesprek met het bestuur om ervaringen te delen en verdere wensen te bespreken.

2. Bijscholing Omgaan met Opvallend Gedrag

De bijscholing Omgaan met opvallend gedrag biedt individuele trainers de mogelijkheid zich bij te scholen in de opvoedende rol van de trainer. In vier bijeenkomsten wordt aandacht besteed aan opvoedingsstrategieën en het toepassen hiervan. Daarnaast wordt er geoefend met het 4G model, een model dat kan dienen als basis bij het geven van gerichte feedback bij verstoring gedrag.

3. Verenigingsbox Sportiviteit & Respect

Zie de informatie over de Verenigingsbox elders in dit artikel.

4. Coach de coach

In het najaar 2013 gaan enkele pilots van het verenigingstraject Coach de coach van start bij verenigingen. Doel van dit project is trainers binnen verenigingen op te leiden voor de rol van trainerscoach. Verenigingen worden daarmee in staat gesteld de eigen trainers/coaches in de praktijk te ondersteunen bij het begeleiden van jeugdspelers. De

ondersteuning vindt plaats door individuele begeleiding (feedbackgesprek) na observatie tijdens training en wedstrijd.

5. De reeks 'Allemaal Uitblinkers'

De reeks Allemaal Uitblinkers (per categorie een boek en dvd) staat vol praktische tips over het trainen, coachen en begeleiden van D-, E-, F- en mini-pupillen. Er wordt niet alleen ingegaan op de oefenstof voor deze kinderen, maar ook hoe met hen om te gaan tijdens de trainingen en wedstrijden. Tevens wordt de rol van de ouders belicht en welke afspraken met hen te maken zijn qua gedrag langs de lijn. De serie is te verkrijgen via www.voetbal.nl/cursusmateriaal. Meer informatie is te verkrijgen via het mailadres devoetbaltrainer@knvb.nl.

6. Aanbod Samen naar een Veiliger Sportklimaat

In 2012 is er een sportbreed programma gestart onder de naam 'Samen naar een Veiliger Sportklimaat'. Het doel van dit programma is het terugdringen van ongewenst gedrag binnen de sport en het bevorderen van gewenst sociaal gedrag. Vanuit het programma worden trajecten aangeboden aan sportverenigingen gericht op het sterker maken van het bestuurlijk en technisch kader. Daarnaast is er een kosteloos aanbod van bijscholingsmodules voor trainers, coaches, teambegeleiders en scheidsrechters.

- Er is meer te winnen (coachen op sociaal gedrag)
- Trainen & Coachen van 6- tot 12-jarigen
- Trainen & Coachen van Pubers
- Trainen en Coachen van jongeren met Autisme
- Mentale weerbaarheid voor Trainer-coaches
- Mentale Weerbaarheid voor Scheidsrechters
- Voorkomen en herkennen van Seksuele Intimidatie



Verenigingsbox

Met de Verenigingsbox 'Samen aan de slag met Sportiviteit en Respect' kunnen bestuurders binnen hun vereniging met dit onderwerp aan de slag. Verenigingen kunnen hierbij zelf keuzes maken, waarbij ze op elk gewenst onderdeel (extra)

ondersteuning van de KNVB kunnen vragen. De Verenigingsbox is in 2013 op kleine schaal (200 verenigingen) geïntroduceerd, om het product samen met deze verenigingen door te ontwikkelen. In het seizoen 2013/14 gaan nog eens 500 verenigingen ermee aan de slag.

Voor trainers, coaches en leiders zijn er voorbeelden van:

- het maken van afspraken met je team
- ondersteuning door de vereniging
- een voortgangsgesprek met je spelers

Er is materiaal beschikbaar voor de invulling van een leuke en leerzame avond voor:

- trainers, coaches en leiders van (jeugd)teams
- (aanvoerders van) juniorenteams
- ouders

Voor meer informatie:

knvb.nl/respect
www.veiligsportklimaat.nl
trainers.voetbal.nl/voetbaltechnisch/opleidingen
www.knvb.nl/nieuws/28178/actieplan-tegen-geweld-voor-sportiviteit
www.aragvoetbaliqquiz.nl

noord@knvb.nl, oost@knvb.nl, westI@knvb.nl,
westII@knvb.nl, zuidI@knvb.nl, zuidII@knvb.nl

De KNVB is graag op de hoogte van uw ideeën, initiatieven of eventuele behoeftes qua ondersteuning door de KNVB. Reageren kan via het mailadres devoetbaltrainer@knvb.nl.

COACHES BETAALD VOETBAL

INTEGER

DESKUNDIG

PROFESSIEONEEL

“Winnen doe je met z’n allen.”



Coaches
Betaald
Voetbal

“Coaches Betaald Voetbal is de belangenvereniging van trainer/coaches in het Betaald Voetbal. Het is een vereniging met een duidelijke visie en missie. Ze maakt daarop gebaseerd heldere keuzes in haar beleid. In deze visie is prioriteit gegeven aan kwaliteit en professionaliteit in opleiden, ontwikkelen, gedrag en presteren. Coaches Betaald Voetbal ziet voor zichzelf een belangrijke maatschappelijke rol en zal haar kennis en ervaring ook gaan inzetten voor de samenleving.”

CBV – visie

De CBV is een goed belangenbehartiger van en voor haar leden. Ze wil zich manifesteren als een vaste en betrouwbare waarde in het Betaald Voetbal. Ze wil een volwaardig gesprekspartner zijn van de KNVB en andere belangenorganisaties. Ze biedt zich aan als adviesorgaan en kenniscentrum voor overheid, businesspartners en overig bedrijfsleven.

CBV – missie

De CBV vertegenwoordigt haar leden in diverse organisaties, ten behoeve van de

kwaliteit van het voetbal en het verder ontwikkelen en professionaliseren van het vak van trainer/coach in het Betaald Voetbal. Als centrale taak ziet ze de ontwikkeling van de trainer/coach en van het vak van trainer/coach.

Doelstelling

De CBV is de belangenvereniging van de trainer/coach, werkzaam in het Betaald Voetbal en voor een club of voetbalbond in Nederland of daarbuiten.

Wij willen:

- de kwaliteit van het voetbal in zijn algemeenheid verhogen, en van het betaald voetbal in het bijzonder
- de belangen van al onze leden goed behartigen
- het imago van het product voetbal en van het vak trainer/coach naar een nog hoger plan tillen

Coaches Betaald Voetbal als belangenvereniging

De CBV is een stabiele en sterke organisatie en telt momenteel bijna 500 leden.

Zij heeft aanzien en een groot draagvlak in het betaald voetbal. In het buitenland wordt de CBV gezien als het voorbeeld van een goed georganiseerde belangenvereniging voor de professionele trainer/coach. Het is een gezamenlijke taak om deze status te handhaven en daar waar mogelijk te verbeteren. Het consequent naleven van statuten, huishoudelijk reglement en van de afgesproken gedragscode en erecode is daarbij van het grootste belang. Daarnaast staat de CBV voor Sportiviteit en Respect. Met in het achterhoofd de gedachte dat voetbal voor iedereen is en van iedereen, wil de CBV een vereniging zijn met oog voor (mede-) mens en maatschappij. Coaches Betaald Voetbal is Meer dan Voetbal.

CBV

Postbus 1 8000 AA Zwolle

Bezoekadres:

Hogeland 10 8024 AZ Zwolle

Telefoon: 088 850 8610

Fax: 088 850 8613

E-mail: info@coachesbv.nl

Website: www.coachesbv.nl

Onze partners



DeVoetbalTrainer

