

Pedagogiek zou bij iedere trainer in de toolkit moeten zitten

Hoe breng je pedagogiek en positief coachen in de praktijk?

Joost van Beek is jeugdtrainer, voormalig Hoofd Jeugdopleiding en inmiddels met zijn eigen bedrijf 4 Soccer Talent docent in positief coachen en pedagogisch handelen. Vanuit zijn eigen ervaring met de jongste jeugd kwam hij erachter dat hóé je iets overbrengt nog veel zwaarder weegt dan wát je overbrengt. Dat probeert hij nu mee te geven aan andere trainers door de vier inzichten van coaching in de praktijk te verdiepen. Aan de hand van praktijkvoorbeelden laat hij zien hoe je op een positieve manier richting kunt geven aan het trainerschap: 'Je kunt mooie inhoudelijke trainingen verzinnen, maar hoe breng je het over, hoe geef je nu oprechte aandacht aan ieder kind?'

Pedagogiek vs. inhoud

Illustreerend voor het verhaal van



Van Beek zijn een aantal interviews die hij hield met spelers uit zijn eigen JO11. Tijdens deze gesprekken vraagt Van Beek wat de kinderen zelf belangrijk vinden aan de begeleiding van trainingen en wedstrijden. De inspiratie hiervoor kreeg hij tij-

dens een middag over psychologische veiligheid.

Joost van Beek: 'Het is eigenlijk zo simpel: waarom vragen we het kinderen niet? Wat vinden kinderen nu zelf belangrijk, daar gaat het om. Wij trainers kunnen wel een speelwijze belangrijk vinden, maar wat vinden zij zelf?'

Top 10 van waarden van spelers Onder 11:

- Niet te streng
- Niet boos worden
- Leuke oefeningen
- Niet steeds zeggen dat ik het fout doe
- Als we een fout maken, zeggen hoe het beter kan
- Grapje, maar niet steeds dollen
- Benoemen als een kind het niet fijn vindt, pesten voorkomen
- Dat ik mag stoppen als ik pijn heb
- Niet té lief
- Vriendelijk

De uitkomst is het uitgangspunt van zijn opleiding Positief Coachen én visie op het trainerschap. 'Negen van de tien dingen die ze aangeven in de gesprekken gaan over hoe je met ze omgaat en de omgeving, niet zozeer over de inhoud. Tussendoor zeggen ze wel dat leuke oefeningen

belangrijk zijn, maar de rest gaat over afspraken, regels, dat er gelachen mag worden, allemaal zaken over gedrag. Ik heb een top 10 samengesteld van zaken die eruit kwamen (zie kader). Negentig procent gaat dan over pedagogiek en tien procent over voetbalinhoud. Het is voor mij een bevestiging dat hoe je met kinderen omgaat het allerbelangrijkste is.'

Vier inzichten

Met die gedachte als basis heeft Van Beek de pedagogische kant van het jeugdvoetbal voor zichzelf verder ontwikkeld. Centraal hierbij staan de vier inzichten van het trainerschap, die hij naar eigen zeggen probeert te doorleven. Per inzicht geeft hij een praktijkvoorbeeld hoe je dit in kan richten.

Structureren

'Bij de JO14-1 hielden we aan het begin van het seizoen een teamdag. Daar zit heel veel structureren in. We gaven de spelers bijvoorbeeld een opdracht om in groepjes van drie met elkaar te praten over wat ze belang-

	Training	Wedstrijd
Wat	Structuur van de training	Structuur van de wedstrijd
Wie	Trainers, spelers	Coaches, spelers
Vorm	Team	Team
#1	Begroeten, afspraken	bespreking
#2	Ooghoogte en positie kiezen	ontwikkeldoel
#3	Thema (periodisering)	rust/time out: beïnvloeden
#4	Afsluiten /evalueren	Afsluiten /evalueren
#5	Samen opruimen	Samen opruimen

rijk vinden. Daarna kwamen ze bij elkaar en schreven ze op wat voor hen belangrijk was. Dat gaat dan over hoe je met elkaar omgaat. Dat je je koppie niet moet laten hangen als het tegenzit, niemand moet buitensluiten en zelfs gelukkig zijn werd door sommigen genoemd. Wij als trainers hebben er vervolgens vijf geselecteerd en nog vijf waarden toegevoegd en dat naar de ouders gecommuniceerd. Dan ben je al aan het structureren, want je maakt samen teamafspraken. Er zit bovendien een stukje regieoverdracht in, want ze bepalen zelf de teamwaarden.'

Stimuleren

'Stimuleren is een coachdoel kiezen en daar ook op durven coachen. Ik ken het voorbeeld van een jeugdteam van Sparta, dat in een wedstrijd tegen Excelsior met heel grote cijfers verloor. Maar het feest werd gevierd bij Sparta, die waren zo positief in hun coaching. Het bleek dat ze die dag de doelstelling hadden om in een bepaald patroon druk te zetten. Dat

lukte en daar werden ze op gecoacht, helemaal onafhankelijk van het eindresultaat. Ouders waren daar ogenschijnlijk ook van op de hoogte, want ook die waren allemaal positief. Dan ben je aan het stimuleren.'

Individuele aandacht

'Individuele aandacht begint met oordeelloos zijn. Een speler staat waar hij staat en ieder stapje dat je kunt maken is er één. Daarnaast moet je als trainer durven differentiëren. Je kunt

sue. Taalgebruik van een trainer is daarin heel erg belangrijk. Stel je zegt tegen een speler dat hij het niet kan en daarom de bal zo vaak mag raken als hij wil, en tegen de ander zeg je dat hij heel goed is en daarom direct moet spelen. Dat is heel wat anders dan dat je aangeeft dat er verschillen zijn binnen het team. Dat is ook je eigen mindset als trainer. Wanneer je als trainer denkt dat je het niet kunt maken om dit soort regels toe te passen, omdat je bang bent dat je binnen

'Pedagogiek zou in mijn ogen bij iedere trainer in de toolkit moeten zitten'

bijvoorbeeld een positiespel doen, waarbij een speler die meer moeite heeft vrij mag handelen. Betere spelers mogen dan maximaal twee keer raken. Dat hoeft je verder ook niet perse uit te leggen, want het is geen is-

het team spelers verschillend gaat behandelen, dan zal daar eerder een bepaald taalgebruik aan vasthangen waardoor dat ook eerder een probleem zou kunnen worden binnen de groep.'



Regieoverdracht

‘De regie overdragen kan letterlijk de training overlaten aan de spelers zijn. Dat zij mogen bepalen wat voor vorm ze gaan doen. Tijdens de vorm ben ik verder alleen aan het observeren. Dat is voor mij ook een leerproces. Je kunt je dan afvragen: hebben ze technisch of tactisch iets geleerd? Als ze ervoor kiezen om 4:4 te spelen op een half veld, hebben ze in ieder geval ervaren hoe is het om op een half veld te trainen. Maar er gebeurt ook veel in de onderlinge samenwerking. Je moet vooraf dan wel het leerdoel duidelijk hebben, dat het op zo’n moment niet om een tactisch leerdoel gaat. Je kijkt juist hoe een team met een situatie omgaat en dat oplost. Het is wel belangrijk dat je als vereniging een veilig klimaat moet creëren voor de trainer om dit soort zaken te doen. Je moet de ruimte krijgen, gestimuleerd worden om het te proberen. Natuurlijk gaat het niet altijd in één keer goed, maar dat is niet erg, want je bent aan het leren.’

Positief coachen: praktijkcases

In zijn cursus Positief Coachen gebruikt Van Beek een aantal alledaagse voorbeelden om te laten zien hoe je hier als trainer mee om kunt gaan en hoe omdenken soms de basis vormt van je aanpak.

Case 1: Spelers melden zich vaak af Bij een O17-team blijven spelers steeds vaker weg van de training, naarmate het einde van het seizoen nadert. Ze melden zich af omdat ze moeten werken of leren. Je vraagt je als trainer echter af of dit daadwerkelijk zo is. Hoe kun je dit voor komend seizoen oplossen?

‘Je hebt meerdere opties. Vanuit structureren kun je kiezen voor straffen of belonen, maar je kunt ook de drempel hoger maken. Bijvoorbeeld dat spelers jou moeten bellen om zich af te melden. Dan zit je op die extrinsieke motivatie. Je kunt ook met elkaar om tafel en luisteren wat jouw spelers echt belangrijk vinden, dan praat je

over intrinsieke motivatie. Als jouw trainingen niet zijn afgestemd op de behoeften van de spelers en je door naar ze te luisteren de training interessanter kunt maken, dan kun je daar afspraken over maken. Mijn ervaring is dat als spelers het leuk vinden en plezier hebben, ze hun huiswerk wel een dag eerder maken. Wat je daarin concreet anders kunt doen tijdens een training, hangt af van wat de behoeften zijn. Stel dat zij bijvoorbeeld aangeven dat ze vaker een partij willen doen. Als je merkt dat ze vooral competitief zijn en daarom partijen willen spelen, kun je veel kleine partijtjes met een competitief element doen en andere competitieve vormen bedenken.’

Case 2: Slecht presterende jeugd-keeper

Een JO9-keeper laat veel ballen door, wat ten koste gaat van de winst, het plezier van andere kinderen en de coaches. Hoe kun je dit positief omdenken/beïnvloeden richting de anderen en omgaan met deze speler?

'Dit is een beetje een instinker. De eerste vraag die je zou kunnen stellen is namelijk: is dit wel een probleem? Is dat niet de mindset? Stel je verliest hierdoor met 10-8, is dat dan erg? Je kunt ook zeggen dat je wel acht keer hebt gescoord, wat positief is. Een ander inzicht kan zijn dat je je moet afvragen of iemand op die leeftijd altijd al moet keepen. Kun je als trainer niet kiezen om te rouleren? Dat kan een oplossing zijn.

Ook al is het leeftijdskenmerk bij deze categorie misschien wel 'ik en de bal', er gebeurt natuurlijk ook al heel wat voordat er op doel geschoten wordt door een tegenstander. Dus je kunt hem ook insteken richting het team, wat zij kunnen doen om de keeper te helpen. Dan maak je het een gezamenlijk iets. Als iedereen fel op de man met de bal is, voorkom je ook een doelpunt. Je draait het dan eigenlijk positief om en gaat coachen en trainen op kort dekken en gericht op de bal zitten, want zo voorkom je dat er op goal geschoten wordt.

Daarbij komt dat alles wat je aandacht geeft, groeit. Mijn aanname in zo'n geval is dat het ook misschien wel de trainer is die het als een probleem

en pass naar hun spelers schreeuwen. Wat kun je beter doen in plaats van alles voor te zeggen?

'Het is lastig omdat trainers zich hier niet altijd bewust van zijn. Aan de ene kant kun je het tegendeel bewijzen en de spiegel voorhouden door te laten zien dat een kind nu eigenlijk afhankelijk wordt van een trainer. Want spelers gaan naar de kant staan kijken om te zien wat ze moeten doen. Terwijl je eigenlijk wilt dat een kind zelf de leiding neemt en onafhankelijk keuzes maakt. Je wilt leiders opleiden en geen volgertjes die alleen maar doen wat jij zegt.

Het begint met bewust onbekwaam zijn, dat je er voor openstaat om te leren. Dan kun je vanuit de groei-mindset gaan kijken hoe je als trainer stappen maakt. Bijvoorbeeld dat een coach de vorige wedstrijd nog tien keer dingen riep, en het nu al minder wordt. Je moet wel ver zijn om als trainer die stappen te willen maken. Bovendien moet je voor een deel gewoon bij jezelf blijven. Iemand die heel enthousiast is zal nooit helemaal stil worden, en dat hoeft ook niet. Je kunt echter wel wat meer lijn brengen in wat je wel of niet coacht.'

kant in plaats van de voetbalkant, maar dat werkt natuurlijk ook niet. Het blijft altijd dat je je focust waar je talent zit. Dat geldt net zo goed voor mij als voor een trainer die technisch/tactisch goed onderlegd is. Maar je kunt ook clubs en trainers uitdagen om iemand erbij te halen die jou daarbij kan helpen. Bijvoorbeeld een assistent, of een ouder met een achtergrond in de pedagogiek die dat wél kan. Ik probeer iedereen daarin te stimuleren om het mee te nemen, maar dan moet je er wel voor openstaan. Het zou in mijn ogen bij iedere trainer in de toolkit moeten zitten.

Het is een mindset, ook voor mezelf. Als trainer ga je een oefening waarvan je weet dat deze goed loopt vaak herhalen. Maar het is veel moediger om een oefening te doen die je nog niet eerder hebt gedaan. Dat is namelijk veel moeilijker om te geven. Het heeft heel erg te maken met een leer-cultuur. Ga maar gewoon uitproberen, ga maar doen, en ga maar op je bek.' 🧠

'Negen van de tien dingen die spelers belangrijk vinden gaan over hoe je met ze omgaat'

ziet, of de oudergroep. Het komt in zo'n geval heel erg over alsof er op het resultaat gericht wordt. Dus waarom kies je niet een ander coachdoel, dan maak je het niet groter dan het is. Het gaat tenslotte om ontwikkelen.'

Case 3: De playstationcoach die alles voorzegt

Langs de lijn staan er nog genoeg 'playstationcoaches' die elke beweging

Pedagogiek als mindset

Wat wilt u trainers op basis van uw ervaring meegeven?

'Al mijn ervaringen gebruik ik met name voor de bewustwording naar andere trainers. Dat omgang met spelers het allerbelangrijkste is. Dat is voor mij het startpunt van positief coachen. Je kunt op basis daarvan wel gaan zeggen dat negentig procent gericht moet zijn op de pedagogische

Pedagogisch handelen

Onderdelen van de werkwijze van Joost van Beek zijn ook terug te vinden in de e-learning Pedagogisch handelen. Deze cursussen bieden we aan in vier varianten: met of zonder studiepunten, voor trainers van de bovenbouw en voor trainers van de onderbouw. Voor clubs die meerdere trainers de e-learning laten volgen, geldt een aantrekkelijk kortingstarief.

