



Nou heb ik toch een boek gelezen.....

dr. Jacques H.A. van Rossum
Bewegingswetenschappen, Vrije Universiteit, Amsterdam

Boekbespreking, verschenen in 'Richting Sport-Gericht' (56^e jaargang, nummer 3 (juni 2002), pag. 12-14)

'Verdedig nooit een voorsprong' is een van de uitgangspunten van de trainer/coach Ric Charlesworth. Zelf een Olympisch hockeyer voor Australië, was hij gedurende 8 jaar de trainer/coach van de 'Hockeyroos', de Australische vrouwen hockeyploeg. In de periode van 1993 tot 2000 werd zijn ploeg twee keer wereldkampioen (1994, 1998), won twee keer de gouden medaille op de Olympische Spelen (1996, 2000) en

won 4 keer de z.g. Champions Trophy (1993, 1995, 1997, 1999).

Uitgangspunt

In 2001 kwam het boek uit waarin Charlesworth terugblijkt op die periode als verantwoordelijke voor een succesvolle nationale ploeg. Dit boek: 'The coach – Managing for success' gunt de lezer een blik in de keuken. Het is een prachtig verhaal, vol anekdotes voor de hockeyliefhebber. Maar het is ook veel meer dan alleen maar een hockey-verhaal. Vanuit mijn eigen (wetenschappelijke) achtergrond in en interesse voor effectief trainer/coach gedrag viel mij allereerst op dat veel elementen die Charlesworth vermeldt op wetenschappelijke basis berusten. Het is dus niet het verhaal van een trainer/coach die het geluk heeft gehad over een toevallig superieure selectie te kunnen beschikken, maar veeleer het verhaal van een gedreven coach op een zoektocht naar de beste manier op goede hockeyers nog beter te maken, en ze samen te laten werken in een 'geoliede machine'. Het boek bevat 278 bladzijden; in de 20 hoofdstukken en 7 bijlagen komt te veel aan bod om hier goed te kunnen weergeven. Het worden dus enkele krenten uit de pap, die hopelijk de eetlust opwekken.

Visie

Het centrale thema is de visie die op allerlei momenten tussen de anekdotes naar voren komt. Deze visie is een combinatie van twee elementen. Enerzijds is het de gerichtheid op het winnen tijdens momenten dat het er toe doet: tijdens WK's en OS'n (van de in totaal 30 wedstrijden in de 2 WK's en 2 OS'n werd er 1 verloren en werd er 3 keer gelijk gespeeld). Om te kunnen blijven winnen was er een voortdurende gerichtheid op het zoeken naar zaken die verbeterd konden worden. Charlesworth maakt in het boek duidelijk dat in de voorbereiding en de training deze beide zaken veel aandacht krijgen. Zo meldt hij dat 'must win'-games een onderdeel zijn van nagenoeg elke training - om als speler te kunnen leren niet te verkrampen in situaties waarin het resultaat voorop staat. Daarover is ook veel te leren in andere takken van sport. Naar dergelijke wedstrijden werd actief gezocht; ze werden met de selectie nauwkeurig bekeken en besproken. Een belangrijke les wordt geleerd van de finale om het Europees kampioenschap voetbal tussen Frankrijk en Italië.

Charlesworth verwijst in zijn zeer leesbare boek nauwelijks naar de wetenschappelijke literatuur. Dat zou niet-ingewijden tot de gedachte kunnen brengen dat hij het allemaal min of meer zelf 'verzonnen' heeft – in zo'n verband is de mythe van de winnende coach die altijd gelijk heeft een gemakkelijke dooddoener. Charlesworth heeft geen gelijk omdat zijn ploeg 8 jaar lang elk jaar een hoofdprijs heeft gewonnen (zie boven). Charlesworth verkondigt een visie waarin winnen 'vanzelf' plaatsvindt als het niveau van de sporters voldoende is en de uitdaging om nooit tevreden te zijn en om zichzelf te verbeteren aanwezig blijft.

Effectief coachen

Onlangs is een door VWS-gefinancierd project afgesloten naar effectief coachen. Onder andere in een brochure (*'Coaches die nooit verliezen...'*) werd trainer/coaches van met name jeugdsporters voorgehouden dat niet het wedstrijdresultaat, maar de verbetering van het prestatie-niveau van de jeugdige sporter centraal dient te staan. Deze benadering van jeugdsport is gebaseerd op het wetenschappelijk onderzoek van de Amerikanen Smoll en Smith gedurende de afgelopen decennia. Charlesworth beschrijft hoe dat uitgangspunt ook opgaat voor topsport – en geeft tegelijk aan dat er in de topsport nog iets moet worden toegevoegd: 'winnen', of het gericht zijn op het wedstrijdresultaat .

Sportprestatiemotivatie

'The coach' inspireerde me om vanuit een ander perspectief naar enige 'oude' onderzoeksgegevens te kijken. Toen de Australische ploeg op weg was naar het WK in 1994 deed het voor enkele oefenwedstrijden Nederland aan. In die periode werd ik in staat gesteld een vragenlijst af te nemen, waarin onder andere een psychologische test was opgenomen. Die test, de *'Sport Prestatie Motivatie Vragenlijst'* is een van oorsprong Amerikaanse test, waarmee onder andere twee aspecten van sportprestatiemotivatie gemeten worden. Het ene wordt aangeduid als 'gerichtheid op superioriteit' (*'win orientation'*: het gericht zijn op het wedstrijdresultaat), terwijl het andere te boek staat als 'progressie-oriëntatie' (*'competitiveness'*; gericht zijn op de verbetering van het eigen prestatieniveau). In eerdere publicaties heb ik gerapporteerd over deze gegevens bij 6 tophockeyselecties, maar dan vooral over de overeenkomsten en verschillen tussen de mannen- en vrouwen-selecties van Australië, Nederland en Zuid Afrika. Charlesworth maakte me nieuwsgierig naar de scores op 'superioriteit' en 'progressie' binnen de Australische vrouwenselectie. In een steekproef van ruim 900 Nederlandse sporters (top-, wedstrijd-, en recreatie-sporters) bleek nog geen 5% een hoge score te halen op elk van de twee genoemde aspecten. In de Australische selectie van 1994 bleek dat 12 van de 16 speelsters, dus 75%, op beide aspecten een hoge score hadden, terwijl gemiddeld over alle 92 tophockeysers, dus inclusief de Australische vrouwen, het percentage 43% bedroeg. De 1994-selectie van Charlesworth was dus in dit opzicht zeker een opvallende groep.

Spiegel

De visie die Charlesworth weergeeft in het boek *'The coach'* biedt ruimte en uitdaging aan sporters die zowel het wedstrijdresultaat als de verbetering van de eigen prestatie hoog in het vaandel hebben. Het boek kan dan ook zeker beschouwd worden als een interessante spiegel voor trainer/coaches van allerlei takken van sport. De oplossingen die hij beschrijft voor herkenbare situaties (bij voorbeeld, hoe houd je een groep die al veel prijzen heeft gewonnen 'hongerig', hoe ga je om met ervaren sporters die hun einde voelen aankomen) geven tenminste stof tot nadenken. Verder maakt Charlesworth in de veelzeggende term *'A leaderful team'* duidelijk hoe belangrijk hij het vindt dat sporters zichzelf coachen; hij beschrijft hoe hij gaandeweg tot de overtuiging komt dat iedereen in de groep inbreng dient te hebben – de gedachte was *'handing leadership roles to each team member'*. Charlesworth stelt ook rijtjes op: de 5 kenmerken van een goede coach; de 8 criteria waarop speelsters zijn/worden beoordeeld voor zijn selectie; de 10 kenmerken van een kampioensteam. En hij gooit knuppels in hoenderhokken: *'Beware aspiring captains'*, *'Flair – an overrated commodity'*.

Met *'The coach'* heeft Charlesworth opgetekend op welke wijze een langdurig succesvolle periode tot stand is gekomen. Het is een document dat de coach en het coachen centraal stelt. Mij lijkt het een boek dat iedereen die zichzelf coach noemt zou moeten 'proeven'.

Om af te sluiten de eerste alinea van het hoofdstuk *'Never defend a lead'* – het is een kernachtige weergave van de visie die Charlesworth op coachen heeft: *"Leading can be as difficult as being behind. The error that competitors make in both of these situations is to think about the outcome rather than paying attention to what they must do for the rest of the game to secure the desired result. Attention to outcome over process can be fatal. This is a message that*

any novice student in sports psychology will learn at their first lecture. Yet many participants continually make this mistake to their detriment.”

Ric Charlesworth (2001). *The Coach – Managing for Success*. Pan Macmillan Australia (ISBN 0 7329 1106 0)
(zie ook www.riccharlesworth.com.au)