

Reader Coaching

Basketball Trainer Niveau 3

nederlandse basketball bond 

Inhoudsopgave Reader Coaching

1	Inleiding.....	5
2	Eigenschappen van de coach.....	5
3	Vaardigheden van de coach.....	6
4	Taken van de coach.....	8
5	Verantwoordelijkheden van de coach.....	10

Colofon

Samenstelling en redactie uitgave 2011

Peter Strikwerda
Jan Willem Jansen
Martien Jonker

Samenstelling oorspronkelijke uitgave 1987:

Paul Bokern
Robin Dirks
Cees van Dishoeck
Hans Gootjes
Ton Kallenberg
Dick de Liefde
Luuk Lubeek
Frans Verstappen

Uitgave van de Nederlandse Basketball Bond

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enigerlei wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

1.0 Inleiding

Aantekeningen

Coaching is een zeer uitgebreid aspect binnen het basketball gebeuren. En laat zich niet makkelijk of precies omschrijven. Hooguit is een benaderende definitie te geven: ***coaching is het beïnvloeden van en richting geven aan het gedrag van atleten, zodat zij in staat worden gesteld optimaal te presteren.***

Dat maakt het coachen dus veel meer dan het bekende oppeppen. De veelheid van coach handelingen laat zich het beste indelen in kleinere segmenten, die ieder op zich iets kunnen verduidelijken. We willen de volgende onderwerpen onder de aandacht brengen:

- 1) Eigenschappen van de coach
 - a) enthousiasme
 - b) hard werken
 - c) geduld
 - d) vertrouwen
 - e) karakter
- 2) Vaardigheden van de coach
 - a) kennis
 - b) lesgeven
 - c) communicatie
 - d) filosofie
- 3) Taken van de coach
 - a) organisatie
 - b) discipline
 - c) administratie
 - d) statistiek
- 4) Verantwoordelijkheden van de coach
 - a) motiveren/inspireren
 - b) coachen
 - c) observeren/analyseren & beïnvloeden
- 5) Het randgebeuren

onder andere omgang met 'derden'

2.0 Eigenschappen van de coach

Enthousiasme

Een coach kan alleen maar zijn best doen, niets meer. En er is geen enkele coach die daar problemen mee heeft. Want alle coaches hebben het enthousiasme gemeen. Enthousiast voor hun sport en hun taak. Dat openbaart zich direct als je een coach bezig ziet of hoort praten over basketball. Coaches zijn bezeten. Onweerstaanbaar gedreven en dat inspireert iedereen om hen heen. Enthousiasme is besmettelijk!

Hard werken

Met de bezetenheid als basis is de coach in staat zijn uitgebreide taak aan te kunnen. Coachen is hard werken, zonder enig alternatief. Net als enthousiasme is ook hard werken besmettelijk. En dat maakt dat de spelers ook tot het uiterste moeten gaan. Een coach zal succes hebben als hij veel energie stopt in een team waarin ook de spelers hun best doen en niet bang zijn dat beetje extra te geven. Net dat beetje meer dan de tegenstander.

Geduld

Haastige spoed is zelden goed. Heb geduld en vergeet nooit dat je werkt met over het algemeen jonge mensen die nog veel moeten leren. De coach moet geduld op kunnen brengen en zich steeds realiseren dat alle waardevolle zaken tijd vergen voordat ze beheerst worden. Dingen die gemakkelijk komen zijn, als regel, niet van veel betekenis. Ongeduld is waarschijnlijk de grootste fout van de beginnende coach. Schroef je verwachtingen niet te hoog op en houd je aan de wetmatigheden van leren en uitvoeren. Vooruitgang gaat langzaam en dan nog alleen op basis van veel herhalingen. Het aanleren van nieuwe gewoonten en het afbreken van oude, is een traag proces.

Zelfvertrouwen

Zelfvertrouwen is het geloof in eigen kunnen. Het vertrouwen hebben in je talenten, je sterke kanten en kennis van je zwakke plekken, zodat je alle uitdagingen kan aanvaarden en je grenzen toetsen. En dat betekent ook achteraf kritiek kunnen verdragen als het niet gelukt is. De coach moet ook het zelfvertrouwen van de spelers ontwikkelen. Een vorm van zelfvertrouwen die niet mag leiden tot overschatting. Overschatting leidt tot fouten terwijl vertrouwen tot beter presteren leidt. De coach moet dat nauwkeurig begeleiden. Het zelfvertrouwen is een gevoel dat altijd aanwezig is, ook al zijn de wedstrijden nog zo moeilijk. Benadruk de sterke punten van de spelers en het team, geef ze houvast waaraan het vertrouwen kan worden aangeknoopt. Dit houdt de aandacht van de spelers daar waar het zou moeten zijn: op de prestatie en niet op de sterke punten van de tegenstander. Want wantrouwen is een slopende ziekte. Houd het zelfvertrouwen hoog, ook in moeilijker tijden. Ieder team heeft goede en slechte perioden in de wedstrijd en het seizoen. Zou de coach in slechte tijden allerlei veranderingen gaan invoeren dan kan dat zeker verkeerd overkomen bij de spelers. En dat geeft wantrouwen. Zo was er een coach die er eigen ideeën op na hield en het eerste seizoen slechts één wedstrijd won en ondanks dat toch vertrouwen hield in zijn filosofie. Daarna werden zijn teams vier maal achtereenvolgend kampioen. Vertrouwen geeft de spelers een hele sterke basis teneinde te kunnen presteren.

Karakter

Een andere eigenschap van de coach is de persoonlijkheid. In coaching is karakter, een sterke persoonlijkheid een pré. De grote vraag is echter, wat maakt de ene coach een persoonlijkheid en de ander juist niet? Een ideaal beeld geeft een lijst van grote lengte, waaraan praktisch niemand kan voldoen. Maar enig inzicht kan geen kwaad: 1) enthousiasme; 2) eerlijkheid; 3) vriendschap; 4) loyaliteit; 5) zelfcontrole. enzovoort

De coach moet trachten deze karaktertrekken zo goed mogelijk te benaderen. Het zal hem een stuk acceptabeler maken voor de spelers.

3.0 Vaardigheden van de coach**Kennis**

Het vak van coach stelt hoge eisen. Alvorens een trainer goed met zijn spelers kan werken, moet hij hard werken om hun waardering te verdienen. Door zijn kennis van de sport en alle bijkomende zaken, zijn voorbeeld in de zaal en daar buiten, zijn enthousiasme zal hij die waardering zeker krijgen. Wat die kennis betreft moeten we stellen dat je nooit uitgeleerd raakt. Niemand van ons weet ooit genoeg of zoveel als hij zou willen. Dat mag echter geen enkele invloed hebben op datgene wat je kan doen voor een team. Zolang je zelf maar zorgt voor voldoende kennis, waardoor de spelers je zullen waarderen en accepteren. Maar vergeet nooit dat je jezelf moet blijven ontwikkelen. Je spelers zitten niet stil en basketballen op zich ook niet.

Neem niet zomaar systemen van andere coaches over alleen omdat zij er succes mee hebben. Wat niet wil zeggen dat je niets mag 'lenen' van anderen. Ieder van ons heeft meer geleerd van onze voorgangers, dan van wat dan ook. Maar het gaat altijd om wat er achter steekt.

Je moet eerst begrijpen waarom een systeem bij die ene coach wel functioneert, maar ook wat er voor ideeën achter zitten. Ga naar clinics. Lees boeken en tijdschriften. Praat met andere coaches. Wissel ideeën uit en leer. Bestudeer de wedstrijden. Het is al zo vaak bewezen dat het verschil tussen een goede en een middelmatige coach ligt in de kennis van de details. Er is geen snelle weg naar de overheersende kennis, het is een levenslange bezigheid. Leer van iedereen wat, ook van je spelers. Ons vakgebied is constant in beweging. Al of niet gestimuleerd door noodzaak, concurrentie en door vakbladen, krijgt de coach steeds meer aandacht. Dat stelt steeds hogere eisen aan zijn kennis. Iedereen zal die ontwikkelingen op zijn eigen manier ervaren, maar mogen niet losgekoppeld worden van enige wetmatigheden, zoals inzicht en ervaring. Blijf jezelf ontwikkelen!

Lesgeven

In het hele verhaal over coaching draait het om twee hoofdaspecten. Het training geven en het wedstrijd coachen. Het is geen geheim dat trainingen zeer belangrijk zijn. Kijk alleen maar naar hoeveel tijd coaches en spelers in trainingen stoppen. Alleen tijdens de training heeft de coach de kans de spelers te helpen dingen op een correcte manier uit te voeren. Tijdens de wedstrijd is dat te laat. Daar het lesgeven in een apart hoofdstuk in dit boek is uitgewerkt behoeven wij hierover op deze plaats niet verder uit te wijden.

Communicatie

Communiceren: Iedereen is er bewust of onbewust mee bezig, onder alle omstandigheden. Een leraar voor de klas, de verkoper via de telefoon, een lezende treinreiziger en de coach op de training en tijdens de wedstrijd, iedereen communiceert. In zijn meest eenvoudige vorm is communicatie het door een zender uitzenden van een boodschap die door een ontvanger duidelijk moet worden waargenomen. Beweren dat er in het communiceren veel mis kan gaan is een open deur intrappen. De boodschap komt niet over, door onduidelijkheden in de boodschap zelf of door storingen bij de ontvangst. Als coach moet je jezelf steeds realiseren dat er allerlei storingen kunnen ontstaan. Zijn taak is het dan ook te zorgen voor duidelijke en scherpe formuleringen. Praat veel met je spelers en stel ze vragen. Je zal veelal verrast zijn over de antwoorden. De coach moet de emotionele of onverwachte reacties die hij in de communicatie oproept leren te verwerken en netjes op te vangen. Neem je tijd om te praten en te luisteren. Leer je spelers kennen. Je zal meer met ze bereiken.

Filosofie

De cursus en het cursusboek helpen je kennis te vergaren, maar geven geen richting aan of hoe je daarvan uit verder moet. Dat kan ook niet want die richting moet iedere coach zelf bedenken. Pete Newell schreef eens: er zijn twee types coaches: a) zij die geloven in eenvoud en uitvoering; b) zij die geloven in verrassing en verandering. Ieder op zich zal zelf moeten bepalen wat zijn filosofie in moet houden. Er zijn maar weinig sporten die zoveel verschillende speelstijlen mogelijk maken als basketball. De coach zal zich een eigen stijl, een eigen filosofie moeten aanmeten. Dat is belangrijk. Het team moet een eigen speelstijl meekrijgen en het is de coach die daarvoor moet zorgen. Teams zonder een eigen gezicht zullen nooit hun maximale potenties halen - zij zullen altijd 'underachievers' blijven. Coaches zonder een eigen filosofie zullen zwalken van het ene naar het andere.

Veel coaches hebben een klare, uitgewerkte filosofie voor de aanval en de verdediging. Maar raken snel in de war, als dat niet afdoende blijkt te zijn tijdens moeilijke wedstrijden. Zij zullen moeten accepteren dat een filosofie geen absolute garantie is op winst. Een degelijke stijl is een goede basis voor winst, meer niet. Als je begint met coachen dan zal die filosofie zich nog ontwikkelen. In de loop van de carrière zal de coach zich meer en meer ontwikkelen en de filosofie ook, allemaal onder invloed van de eigen beschouwingen, de ervaringen, studie en discussie. Het is een open vraag of je je filosofie regelmatig aan een team moet aanpassen of dat je je eigen ideeën laat prevaleren. Gezien het niveau van deze cursus zou het verstandig zijn je vooral te richten op de technieken, want zonder dat zal er van ontwikkeling, vooruitgang geen sprake zijn. Een team is pas dan in staat om systemen te spelen als de nodige fundamentals beheersen.

De Amerikanen gebruiken een formule om dat uit te drukken. De 'K.i.s.s. filosofie'. Dat betekent: keep it simple, stupid. of keep it stupid simple.

4.0 Taken van de coach

Organisatie

De grootste fout die de meeste jonge coaches begaan, is het niet optimaal gebruik maken van de omstandigheden en vooral van de beschikbare tijd. De coach moet een klare visie hebben op wat hij wil en hoe hij dat kan bereiken in de beschikbare tijd. Zijn plannen moeten duidelijk zijn. Ontwikkel daarom een totaalplan en breng dat dan terug in delen die voor iedereen overzichtelijk en haalbaar zijn. Heb je veel trainingstijd dan kan je veel doen. Een jaarplan vormt het uitgangspunt. Denk daarbij aan alle elementen die van invloed kunnen zijn: nieuwe spelers, vertrokken spelers, jeugdspelers, ontwikkeling van het team, voorseizoen, seizoen, naseizoen, de te verwachten rangschikking in de competitie, aantal trainingen, duur van de trainingen etc. Toets tijdens het seizoen dit plan constant aan de werkelijkheid. Richt je daarbij op de belangrijkste bron - je spelers. Vraag ze hoe ze je methodes ervaren, wat ze van je denkbeelden vinden of veranderingen doorgevoerd moeten worden. Vraag jezelf dat ook af. Maar wees voorzichtig: veranderen om het veranderen is een slechte zaak. Realiseer je dat er nooit voldoende tijd is. Dit is een standaardklacht van coaches. Zelfs coaches die tweemaal per dag trainen klagen. Plan vooruit en elimineer alle overbodige zaken en voorkom daardoor allerlei nare verrassingen. Basketball is een ingewikkelde sport en vele zaken in het leiden van een team vragen je aandacht. De meeste daarvan worden eenvoudiger als je jezelf goed voorbereidt en goed over je organisatie hebt nagedacht.

Discipline

Discipline is in onze taal een zwaarbeladen woord. Als mensen aan discipline denken, dan ontstaat al snel een beeld van een bruit met een zweep. Een bruit die bij het minste of geringste erop knalt. Als coach is het je taak dit beeld bij de spelers weg te nemen als je over dit onderwerp praat en vervangen wordt door een meer realistisch beeld.

Plezier en discipline

Hoewel dit tegengestelden lijken zijn ze best aan elkaar te koppelen. De een kan niet zonder de ander. Plezier moet er ook op de training zijn, speciaal bij de jongere spelers. Niet alleen om als tegenwicht te dienen voor de nodige teamdiscipline. Men accepteert discipline beter als ze plezier in het trainen en spelen hebben. Discipline hoeft niet te betekenen dat er geschreeuwd moet worden, of strikte gehoorzaamheid moet zijn of gestraft moet worden. Discipline betekent controle. Een gedisciplineerde speler is in staat zijn energie gecontroleerd te gebruiken en zich bezig te houden met de belangrijke dingen. Hij is alert en scherp en zijn acties zijn nauwkeurig. Hij speelt beter omdat hij weet wat te doen om goed te presteren en zijn aandacht daarbij te houden.

Aantekeningen

Het is de taak van de coach zijn spelers te vertellen wat hij van ze verlangt. Hun spel in banen te leiden die zowel voor het individu als voor het team duidelijk zijn en daarbij aan te geven wat wel en wat niet tot hun mogelijkheden behoort, want spelers hebben een sterke neiging zichzelf te overschatten. Men krijgt meer plezier in het spel als dingen goed gedaan worden. Wat een coach ook denkt of uitvoert steeds blijft hij waardig. Iedere coach heeft begrip voor de waarde van de discipline en het respect voor de spelers. Regels moeten er zijn. Vrijheid is niet bandeloos, vrijheid wordt begeleid door regels zodat we weten wat we aan elkaar hebben. Discipline geeft rust in de selectie.

Administratie/statistiek

Veel mensen zouden boven dit hoofdstuk 'scouting' geplaatst hebben. Maar dat is een verkeerd gebruik. Wij praten hier over het bijhouden van allerlei gegevens. Basketball leent zich uitermate goed om alle spelershandelingen op de een of andere manier vast te leggen. Vastleggen in cijfers, zodat er een analyse gemaakt kan worden. De mogelijkheden zijn onbeperkt. Om de gegevens te krijgen moet er een wedstrijdadministratie opgezet worden. Voor deze cursus beperken we ons tot het 'schotdiagram'. Het schotdiagram is een eenvoudige vorm van het opbouwen van wedstrijdgegevens, dat zich helemaal richt op de schotvaardigheid van beide teams. Ieder schot, raak of mis wordt opgetekend in een schema.

Dit diagram is zowel individueel als collectief op te zetten, van zowel het eigen team als van de tegenstander. In het voorbeeld zien we forward nummer zeven, acht maal van de linkerkant schieten. Vier daarvan zijn raak geschoten. Dat geeft een percentage van 50%. Het cirkeltje rond het spelersnummer geeft aan dat er is raak geschoten. Aan de hand van dit diagram is het mogelijk om een analyse te maken waarin een team goed is en waarin niet. De regels voor gebruik zijn:

- 1) iedere schot poging moet genoteerd worden;
- 2) vrije worpen worden niet genoteerd;
- 3) de schotpositie moet redelijk nauwkeurig worden aangegeven;
- 4) lay ups uit een fast break worden apart genoteerd.

Deze methode is eenvoudig, redelijk nauwkeurig, goed te gebruiken en makkelijk uit te breiden:

- a) in plaats van spelersnummers kunnen ook schottechnieken ingevuld worden;
- b) met behulp van kleine toevoegingen is aan te geven hoe iemand tot een schot komt, bijvoorbeeld:
- c) 7 - zeven schiet vanuit een dribbel;
- d) 7 - zeven schiet na een fake stap;
- e) er wordt een apart diagram per verdedigingsvorm gebruikt;
- f) er wordt onderaan het diagram een aparte regel gemaakt om de rebounds te noteren;
- g) idem voor balwinst en balverlies; en idem voor speeltijd.

Wat de administratie betreft zijn er nog enige aspecten waaraan de coach aandacht moet besteden. Dat zijn:

- a) absentie van spelers noteren (inclusief reden);
- b) trainingsschema opstellen, vergelijken en opbergen;
- c) progressie van de spelers noteren;
- d) analyse maken van de training;
- e) voortgang van de seizoenplanning bijhouden;
- f) wedstrijdanalyse maken mede op basis van het schotdiagram

Hoe een trainer dit doet moet ieder zelf uitknobbelen, iedere coach stelt andere eisen.

5.0 Verantwoordelijkheden van de coach

Aantekeningen

Motivatie

Een belangrijk aspect van het coachen is het inspireren van de spelers. We herkennen drie motivatievormen:

- a) ambitie;
- b) doel(en);
- c) beloningen en straffen.

De meest fundamentele motiverende kracht is de eigen ambitie. De 'drive' die in ons karakter vastligt. Die houdt ons levend. Het uiteindelijke doel dat wij voor ogen houden of ons voor ogen wordt gehouden is de tweede motivatievorm. Zoiets kan bijvoorbeeld zijn: een tegenstander onder een bepaalde score te houden. Een meer voor de hand liggende is het te behalen kampioenschap. De derde is een stuk gecompliceerder. Maar is, met enige fantasie, goed toe te passen. Een zeer reëel gevaar is het teveel van het een en te weinig van het ander toe te passen. Beide horen voor te komen, maar wel in harmonie, in balans met elkaar.

Coaching

Basketball is een van die typisch Amerikaanse sporten, waarop een coach tijdens de wedstrijd direct invloed kan uitoefenen. Wisselen en time-out zijn daarbij de gereedschappen die hem daarbij van dienst zijn. Het wisselen geeft de coach de gelegenheid de wedstrijd te beïnvloeden met andere krachten. De verschillende redenen kunnen zijn:

- 1) Een vermoeide speler rust geven. Al moet gesteld worden dat een vermoeide speler te laat is gewisseld.
- 2) Een geblesseerde speler gelegenheid geven zich te herstellen.
- 3) Een slecht presterende speler.
- 4) Aanpassen aan de tegenstander. Als de andere coach bijvoorbeeld een lange speler inzet, waar tegenover je ook een lange speler wil zetten.
- 5) Tactisch voordeel zoeken. In grote lijnen komt dat neer op een situatie uit te buiten in eigen voordeel. Feitelijk is het zo dat de coach zich altijd moet afvragen: "Verbeter ik de winstkansen als ik wissel?"

Time-out

De unieke situatie van een onderbreking van de speeltijd met een stuk instructie moet door de coach ten volle worden benut. Vreemd genoeg gebeurt het regelmatig dat er wedstrijden verloren worden, terwijl de coach niet alle time-outs heeft aangewend. Een andere fout is de time-out te gebruiken voor zaken die gemakkelijk met wisselen kunnen worden opgelost. Enige regels voor het nemen van een time-out kunnen zijn:

- 1) als de tegenstander een periode vlot achtereen scoort;
- 2) als de geplande tactiek niet voldoet;
- 3) als er bijvoorbeeld aan het eind van een helft een speciaal spelletje verlangd wordt;
- 4) als de tegenstander een belangrijke vrije worp moet nemen;
- 5) als er spelers zijn die gemotiveerd moeten worden.

Het technisch zuiver gebruik van een time-out is in hoge mate afhankelijk van de instructie die gegeven kan worden. Daarbij dient de coach zich te beperken. Te veel instructie komt niet over bij de spelers. Uit een onderzoek is gebleken dat slechts 15-20 procent van de instructie bij de spelers blijft hangen. Daarom moet de coach het eenvoudig houden en zich hoofdzakelijk richten op de grote tactische lijnen.

Een andere vorm is: 15 seconden de spelers de gelegenheid te geven voor het gebruik van de handdoek en het drinken van water. 30 seconden eenvoudige instructie, op basis van korte, duidelijke informatie. 15 seconden herhaling. Iedere coach doet het op zijn eigen manier. Je kan een schreeuwer zijn, een zitter, een wandelaar, of een die over zijn toeren raakt zodra de bal wordt opgegooid. Hoewel niet allemaal even fraaie benaderingen, zijn het toch vormen die voorkomen.

Daarnaast is het mogelijk te kiezen voor een al dan niet planmatige coachtechniek. Een aantal vormen is:

1) Afstemmen op de tegenstander.

Bij deze methode weet de coach exact hoe de tegenstander opereert en stemt zijn plan daarop af. Op de training wordt dan het een en ander doorgenomen en geoefend. Een nadeel van deze methode is dat het team minder eigen 'gezicht' heeft. Aan de andere kant weet iedereen wat te doen en wat te laten.

2) Afstemmen op een eigen stijl.

Wil een coach uitgaan van de eigen speelstijl dan moet hij dat op spelers overbrengen en tijdens de wedstrijd volhouden. Alle correcties zullen altijd afgestemd zijn op die eigen speeltrant. Het team heeft een eigen 'gezicht' en dat geeft duidelijkheid en vooral zelfvertrouwen. Op de training wordt alleen dat geoefend dat belangrijk is voor het eigen spel.

3) Reageren op de wedstrijsituaties.

Ontzettend veel coaches gebruiken deze 'afwachtende' methode, zonder ooit verder nagedacht te hebben. Wachten tot er iets gebeurt en dan reageren en corrigeren is een lastige vorm omdat het veel analytisch vermogen vraagt. Zij hebben geen voorbereiding, geen kennis van de sterke en zwakke kanten van de tegenstanders en meestal geen wedstrijdplan. Het is natuurlijk een eenvoudige methode als het je ligt, maar je moet wel goed kunnen observeren en analyseren.

4) Observeren/analyseren/beïnvloeden.

De coach volgt alle spelsituaties en daarmee ook het verloop van de wedstrijd. Sommigen maken aantekeningen, anderen vinden dat niet nodig. Hoe dan ook, de coach moet kijken, nadenken en ingrijpen als de situatie dat vraagt. Observeren op zich is niet zo moeilijk, de vraag is echter wat is belangrijk en wat is je uitgangspunt. Heb je een plan, dan is dat een uitgangspunt. Zo'n uitgangspunt moet je constant toetsen aan de wedstrijd, zodat je weet wat goed en wat fout gaat. Je weet of de uitgezette lijnen volgens plan functioneren of dat er bijgestuurd moet worden.

Over het algemeen is het goed een plan te hebben, waaraan je het een en ander kan toetsen. Maak je niet druk over details, zoals balverlies, scheidsrechterlijke beslissingen of zelfs een raak of misgeschoten bal. Dat zijn de details die je toch niet in de hand hebt. Kijk naar de grote lijnen en probeer achter de bedoelingen van je collega te komen, zodat je die kan beïnvloeden. Zorg altijd dat je een reden hebt voor een ingreep, anders verlies je de greep op de wedstrijd. Nog een raad: volg niet uitsluitend de bal, want dan zie je niet meer dan één eigen speler en hooguit één tegenstander. Er zijn nog acht spelers in het veld.

5) Het randgebeuren

Omgang met 'derden.' Als coach sta je in het middelpunt van de belangstelling. En als zodanig zal je moeten leren om te gaan met alles en iedereen die zich rondom het team bewegen. Zoals: het bestuur, familie van de spelers, collega's, scheidsrechters, tegenstanders etc. Ten goede of ten kwade, de coach zal steeds mensen ontmoeten die op de een of andere manier gehoord willen worden. Als coach behoort je enige gedragsregels in acht te nemen. Willekeurig noemen we hier: Word niet onnodig emotioneel. Niet tegen mensen die het denken beter te weten.

Ook niet tegen de scheidsrechters. Wees een goed voorbeeld voor je spelers en concentreer je op het spel. Word niet onmiddellijk boos als je jouw zin niet krijgt van het bestuur. Probeer achter de beweegredenen van hun besluit te komen. Respecteer de mening van anderen. Angst voor een tegenstander is een slecht voorbeeld naar je spelers. Respecteer je tegenstanders, hoe goed of hoe slecht die ook zijn. Als iemand je aanspreekt, luister dan ook. Ook al ben je het volmaakt oneens met hetgeen betrokkene je wenst duidelijk te maken.

Aantekeningen