

‘Niet buitengesloten worden is een recht van ieder kind’

Omgaan met ‘ongewenst’ gedrag

Hoe bouw je een relatie op met kinderen? Hoe kom je tot gedragsverandering? En hoe ga je om met spelers die snel boos worden of er met de pet naar gooien? Allemaal vraagstukken die losstaan van techniek of tactiek, maar cruciaal zijn voor een jeugdtrainer. Pedagoog en veelgevraagd spreker Marcel van Herpen, die in de voetballerij actief is voor onder meer PSV en de KNVB, ging in De Voetbaltrainer 240 in op het bevorderen van autonomie bij kinderen. In dit artikel vertelt hij onder meer over omgaan met kinderen die ‘negatief’ gedrag vertonen en over coachende ouders langs de lijn.



Marcel van Herpen (1967) van Centrum Pedagogisch Contact verzorgde meer dan duizend lezingen, masterclasses en

begeleidingstrajecten voor scholen, sportclubs en gemeenten. Hij stond onder meer aan de wieg van de eerste school voor Ervarengericht onderwijs in Nederland en de Ruud van Nistelrooy Foundation.

het vertoonde gedrag de manier is waarop kinderen zich uitdrukken. Dat wordt bepaald door de manier waarop ze zijn ‘ingedrukt’. Als de vader van een kind net iets heeft gezegd waardoor hij gestrest is, dan is dat een in-

uitdrukken. De vraag is: weet jij als coach hoe ze zijn ingedrukt? Weet jij waarom ze zeggen wat ze zeggen? Waarom ze vragen wat ze vragen? Waar het om gaat is dat je als coach, ook als het gedrag van een speler in

‘Ik spreek nooit over positief of negatief gedrag. Gedrag is voor een kind de manier waarop het zich uitdrukt. Dat wordt bepaald door hoe het is ingedrukt’

Uitdrukken en indrukken
Hoe gaat een coach om met kinderen die – in zijn ogen – negatief gedrag vertonen?

Marcel van Herpen: ‘Allereerst spreek ik nooit over positief of negatief gedrag, maar altijd over gedrag. Want wat je als coach moet begrijpen is dat

druk waardoor hij bijvoorbeeld slechter kan gaan voetballen. Dat is dan het gedrag waarmee hij zich uitdrukt. Sommige kinderen staan onder druk, worden genegeerd of zelfs misbruikt. Als die kinderen een grote mond krijgen, is dat de manier waarop ze zich

jouw ogen ongewenst is, oprecht geïnteresseerd bent in waarom hij dat gedrag vertoont. Waarom hij doet wat hij doet. Waarom hij zegt wat hij zegt. En dat je jezelf vervolgens aanbiedt als mogelijkheid om daar in het vervolg anders mee om te gaan.’



Foto's: Bob Barten en Jan Gabriëls

Doe je dit op het moment zelf, in de groep?

'Altijd. Iedereen ziet het, iedereen weet het, iedereen praat erover. Dus het is iets van iedereen. Je kunt de groep daar ook bij betrekken. 'Jongens, hoe kunnen we dit voorkomen? Wie kan erbij helpen? Wie kan ondersteunen als het misgaat?' Dan word je samen verantwoordelijk. Niet alleen voor de winst en het verlies, maar ook voor de inspanning die geleverd wordt om elkaar te begrijpen en te helpen. Als reactie daarop hoor je soms de weerstand van andere kinderen. 'Ja, maar hij doet dit, en hij doet dat.' Dat gebruik je dan weer als input naar de speler wiens gedrag wordt besproken. 'Hier hebben teamgenoten dus last van. Hoe gaat we daarmee om?' Zulke dingen moet je als coach niet onbesproken laten.'

Hoe lastig is dit voor coaches?

'De gedachte is vaak erg lastig. Als ze het een keer gedaan hebben, ervaren ze vaak dat kinderen daar goed op

reageren. En ook hoe fijn kinderen het vinden als ze zelf iets kunnen doen om vervelende situaties om te buigen of te voorkomen.'

Als een coach het gedrag van een speler niet afkeurt, geeft hij daarmee andere spelers dan niet een soort vrijbrief om dit gedrag ook te vertonen?

'Het is een misvatting dat kinderen het als een vrijbrief zien om zich agressief te gedragen als je het agressieve gedrag van een medespeler niet direct bestraft'

'Het is goed dat je dat vraagt, want dat geluid is hardnekkig. Coaches denken dat inderdaad vaak. Over het algemeen is het een misvatting. Als je elk kind de aandacht geeft die het nodig heeft, dan kom je erachter dat dit niet zo werkt.

Andere kinderen hebben de aandacht die je besteedt aan het gedrag van een medespeler vaak helemaal niet nodig. Je moet er wel op letten, maar sommige kinderen hebben nou eenmaal recht op wat meer aandacht dan andere kinderen. Als een kind zich agressief gedraagt en je schenkt daar als coach aandacht aan, dan is er bijna geen ander kind

te vinden dat denkt: hé, werkt dat zo? Dan ga ik me ook agressief gedragen, want ik wil die aandacht ook zó krijgen! Zo werkt het simpelweg niet, dus daar hoeft je als coach ook niet zo bang voor te zijn.'

Buitensluiten

'Het belangrijkste principe dat ik hanter is: je sluit niemand buiten. Dat is een humaan en existentieel principe. Ik zou niet weten waarom ik andere mensen zou mogen buitensluiten. Of andere mensen mij. Dat wil niet zeggen dat je jezelf niet mag buitensluiten. Met andere woorden: als een kind zich heel slecht voelt, hoeft hij van mij niet de training te komen verstieren. Je kunt ook tegen zo'n kind zeggen: 'Wat kom je precies doen? Je mag hier zijn, maar je hóéft hier niet te zijn. Misschien kunnen we iets doen wat goed is voor jou? Een uitlaatklep vinden die jou helpt?'

Als je weet dat zo'n kind het moeilijk heeft, om wat voor reden dan ook, dan kun je voordat de training begint – bij de kleedkamer of naast het veld – vragen: 'Hoe gaat het? Wat kan ik voor je doen? Wat kunnen wij voor je doen? Kun je hier wel zijn? Want het staat je altijd vrij om even weg te gaan.' Als een kind zelf herkent dat het verstandig is om even naar het toilet te gaan

gen: 'Iedereen mag meedoen aan deze oefening, op die en die voorwaarden. Ga dus even bij jezelf na of je dat nu kunt. Ben je rustig genoeg? Gemotiveerd genoeg? Zo niet, dan is dat geen énkél probleem. Dan ben je geen lastig kind, dan houd ik nog steeds van jou, maar dan heb jij even iets anders nodig.' Je hoeft als coach niet steeds af te wachten tot het fout gaat, dat is voor niemand goed. En tegelijkertijd kun je zo handelen dat je niemand hoeft buiten te sluiten.'

Wat als een kind er op zo'n moment voor kiest om met de oefening mee te doen, maar zich niet aan de voorwaarden houdt die jij vooraf stelde?

'Dan vraag je aan zo'n kind: 'Hoe vind je zelf dat het gaat? Heb je in de gaten wat je aan het doen bent? Weet je nog wat we hebben afgesproken?' Of: 'Kan ik iets voor je doen?' Hoe langer jij in de relatie blijft, hoe meer een kind de mogelijkheid krijgt om ander gedrag te vertonen. Hij hoeft niet stoer te gaan doen, geen grote bek te krijgen, maar voelt dat er – ook als het even

afwachten tot het fout gaat en dan zeggen 'Zie je wel dat het fout gaat', waarna je hem wegstuurt.'

Als een speler echt over de schreef gaat, bijvoorbeeld door te slaan of stelen, komt er dan op een gegeven moment wél een moment waarop je een speler wegstuurt en dus buitensluit?

'Het principe is en blijft: je sluit niemand buiten. Natuurlijk, als een situatie onveilig wordt, dan grijp je in. Je wacht niet af tot kinderen elkaar slaan. En als dat wel gebeurt, dan haal je ze uit elkaar. Maar of slaan of stelen leidt tot niet meer met elkaar verder kunnen: niet per definitie. Ik ken veel voorbeelden van situaties waarin dat wél kon.

Een coach is een pedagoog, geen rechter of politieagent. Als coach kijk je of zo'n incident de aanleiding kan vormen om een kind tot inkeer te brengen of bewust te maken. Bij de andere kinderen probeer je het incident te duiden en eventueel zelfs begrip te kweken voor het perspectief van de ander. Dan moeten incidenten wel aanleidingen mogen zijn om elkaar écht te leren kennen. Je spreekt dan samen waarom iets is gebeurd en waar dat vandaan komt. Daardoor kan zo'n groep tóch weer een team worden. Een team dat elkaar kent, elkaar begrijpt en elkaar helpt om het anders te doen! Als het voor een kind onmogelijk is om zich met de andere kinderen te verbinden, dan sluit hij zichzelf buiten. Dat is zorgelijk, met name voor de toekomst van dat kind. Het is fijn als er mensen zijn die zich dan toch om dat kind blijven bekommeren.

Kinderen moeten begrijpen waaróm iemand scheldt – je scheldt namelijk niet een ander uit, maar jezelf; daar heb je alleen een ander voor nodig – en hoe moeilijk sommige andere kinderen het hebben. Als zij weten waarom een impuls als schelden niet altijd te weerstaan is, kunnen ze iemand die het even moeilijk heeft vaak dusdanig goed begrijpen dat ze het zelfs weten te voorkómen. Daar helpen ze hun teamgenoot dan bij. Krijg je daarentegen een sfeer van

'Lukt het een kind even niet om rustig en gemotiveerd op het veld te staan, dan is dat geen énkél probleem. Het is geen lastig kind, het heeft alleen even wat anders nodig'

om af te koelen, of een rondje te lopen om stoom af te blazen, of even een individuele oefening te doen, dan is dat eerder een vorm van zelfsturing. Oftewel, je leert een kind zichzelf sturen. Niet iedereen hoeft altijd met dezelfde opdracht op hetzelfde trainingsveld te staan. Dat kunnen sommige kinderen helemaal niet. Je zegt als coach dus nooit: 'Jij hebt straf, moet weg en hoort er even niet meer bij.' Nee, soms zeg je: 'Waarom ben je nog hier? Waarom kies je niet even voor een andere plek? Hoe kan ik je helpen?'

Wat je als trainer ook kunt doen, is voorafgaand aan een oefening zeg-

moeilijk wordt – nog iemand voor hém is: jij als coach. Doe je dit niet, dan gaat zo'n kind waarschijnlijk iets doen wat erger is. Dan wordt het echt een strijd en uiteindelijk praat iedereen erover.

Hier gaat coachen over. Trainen gaat over inslijpen van patronen. Coachen gaat over het begeleiden van een kind vanaf het punt waar hij op dat moment staat. Technisch en tactisch, maar zeker ook relationeel en pedagogisch. Op het moment dat jij voelt aankomen dat het moeilijk wordt voor een kind, wees dan letterlijk en figuurlijk dicht bij hem en ondersteun hem. Wat je niet moet doen is



straffen en belonen, waardoor sommigen 'goed' zijn en anderen 'slecht', dan wil iedereen bij de 'goeden' horen. Dat kan alleen als je ook aan kunt wijzen wie de 'slechten' zijn. Daar wordt zo'n kind, dat tot de 'slechten' behoort, nooit beter van. Je lijkt als coach op de korte termijn het brandje te blussen, maar ondertussen creëer je een maatschappelijk probleem.

Het principe van niet buitensluiten is existentieel, dus van mens tot mens. Dat geldt dus niet alleen voor structureel buitensluiten, maar ook op tijdelijke basis. Stel, een jongen is opgefokt omdat zijn tegenstander hem blijft ziekken over zijn moeder. Er komt een opstootje, de grensrechter roept wat, hij slaat de grensrechter en wordt geschorst door de tuchtcommissie. Ik vind het dan belangrijk dat zo'n jongen ook gehoord wordt in zijn verhaal. En dat hij – daar waar dat kan – mee kan blijven doen met zijn team. Geen

verbod om op de club te komen, dus. Nee, ik heb hem er liever bij, zodat we hem kunnen helpen. Als de schaamte en het schuldgevoel te groot worden, is de kans aanwezig dat kinderen niet

over dit onderwerp. Maar liefst 95 procent zei: 'Ik heb het liefst dat ouders helemaal niets roepen.' Dat koppelden we terug tijdens een avond waarop dit thema centraal stond. 'Dit zeggen jul-

'Coachen gaat over het begeleiden van een kind vanaf het punt waar hij op dat moment staat. Technisch en tactisch, maar zeker ook relationeel en pedagogisch'

meer terugkeren bij de club. Of dat ze, door de ont koppeling, zichzelf of anderen zelfs schade toebrengen.'

Omgaan met ouders

Hoe kijken kinderen aan tegen ouders langs de lijn die aanwijzingen geven?
'Bij 'mijn' amateurclub hebben we meer dan 250 kinderen geïnterviewd

lie kinderen. Doe daar wat mee!' We hebben aan het begin van de competitie ook een keer appels uitgedeeld aan de ouders. Daarbij zeiden we: 'Als jij straks de neiging hebt om iets te zeggen, neem dan een hap van je appel. Dat is gezond voor jou en beter voor het spel!' Bij een andere club deelden we een rode kaart uit. Die

Van elkaar leren

U beschrijft in uw boek dat spelers veel van elkaar kunnen leren. Hoe kun je dit als coach stimuleren? Wat voor vragen stel je bijvoorbeeld om dit op gang te brengen?

‘Dat kan heel simpel. Bijvoorbeeld met: ‘Wat denken jullie?’ En aan degene die nog niets gezegd heeft: ‘Wat denk jij? Wat wil jij?’ In de ogen van veel coaches zeggen kinderen niet altijd de goede dingen. Vanuit het perspectief van die coaches klopt dat ook wel. Maar dat betekent niet dat je kinderen minder aan het woord moet laten. Zoals een coach slimme dingen kan zeggen, zo kunnen kinderen dat ook leren. Daarvoor hebben ze tijd nodig en moeten ze vaak aan het woord komen. Uiteindelijk hebben ze daar veel meer aan dan wanneer jij als coach alles vertelt. Kinderen die elkaar leren ‘verstaan’, kunnen elkaar in het veld ook letterlijk en figuurlijk beter vinden.’

konden ouders tijdens de wedstrijd aan elkaar tonen als iemand te veel aanwijzingen gaf.

Ken je de foto van Lionel Messi en Luis Suárez die een jeugdwedstrijd bijwonen? Zelfs zij zitten lekker een potje voetbal te kijken, zonder te coachen. Hetzelfde geldt voor de profvoetballers waarmee ik heb gewerkt, als ze bij hun eigen kind kijken. Ze zeggen niets. Waarom niet? Ze weten dat leren en ontwikkelen niet op die manier werkt. Vertrouwen krijg je niet door correcties achteraf en zeker niet als de teleurstelling daarin doorklinkt!

Kinderen kunnen niet tegelijkertijd spelen, coaching in zich opnemen én die informatie vertalen naar de keuzes

tendeels overgeleverd aan hoe de bal die dag toevallig rolt. Met aanwijzingen vanaf de zijlijn verander je bijna niets. En als het al zou helpen om de wedstrijd te winnen, dan nog is het vaak niet eens wenselijk. Kinderen moeten zelf oplossingen verzinnen, daar leren ze het meest van.

Je moet kinderen vertrouwen geven. Vertrouwen betekent dat je het aan hén overlaat. Dat je uitstraalt: jullie doen het zo goed als jullie kunnen. En soms nog iets beter. Soms moedig je een kind aan en als het écht nodig is, geef je een aanwijzing. Verder laat je ze lekker voetballen, zodat ze hun eigen keuzes maken. Hoe meer ze zelf nadenken, hoe beter ze op elkaar ingespeeld raken en hoe meer ervaringen ze opdoen, hoe sneller ze zich ontwikkelen. Dat wil niet zeggen dat ze iedere wedstrijd winnen, maar daar mag het ook helemaal niet over gaan. Om leren gaan met verlies is voor die ene wedstrijd en hun hele verdere leven van zeer groot belang.’

Sommige coaches verwachten weliswaar dat ouders niet coachen, maar willen ook niet tussen de ouder en het kind gaan staan.

‘Daar kan ik me, zwart-wit gezegd, niet in vinden. Ik vind dat een trainer daar wél tussenin kan gaan staan. Hij moet het niet op de spits drijven, waardoor er een loyaliteitsconflict ontstaat. Dan moet zo’n kind tenslotte altijd voor zijn ouders kiezen. Maar ik vind wel dat je een kind op zijn minst een alternatief kunt bieden als je het niet eens bent met de manier waarop



ders.’ Soms kan een trainer zulke dingen alleen, een andere keer heeft hij daar hulp bij nodig vanuit de club.’

Lichaamstaal

Hoe kun je als coach met de juiste lichaamstaal beter overbrengen wat je wilt zeggen?

‘In het begin van het seizoen, als je elkaar nog niet goed kent, heb je als coach meer tijd en meer woorden nodig om over te brengen wat je wilt zeggen. Dat vinden spelers ook fijn, want ze willen jou als coach leren kennen. Het is de uitdaging voor een trainer om de tijd die je nodig hebt steeds korter te maken, zowel verbaal als non-verbaal. Hoe beter de relatie, hoe minder tijd je nodig hebt om je boodschap over te brengen. Als het met een knipoog kan, doe het dan met een knipoog.

Kijk dus of kinderen op kleine signalen reageren. Gebeurt dat niet, maak het signaal dan wat groter. Hoe kleiner het is, hoe intiemmer het wordt en hoe beter je beiden herkent: wij kennen elkaar. Als je naar een kind knipoogt en hij begrijpt je, dan is dat ultiem. Als je elkaar niet goed kent en je knipoogt, denkt zo’n kind: waarom zit hij te knipogen? Dan heb je meer

‘Soms moedig je een kind aan, een enkele keer geef je een aanwijzing. Verder laat je ‘m lekker voetballen, zodat hij zijn eigen keuzes maakt’

die ze in het veld maken. En als ze dit al proberen, dan doen ze het toch vaak niet op de manier waarop je dit als ouder of coach bedoelde. Als de wedstrijd eenmaal begint, ben je gro-

zijn vader of moeder hem coacht. ‘Jouw ouders staan soms te schreeuwen langs de lijn, of ze zuchten als je een bal verkeerd inspeelt. Ik ben het daar niet mee eens en zie dat heel an-



communicatie nodig om iets over te brengen.

Wat betreft je houding, bijvoorbeeld als je tegen een groep spreekt: ga niemand anders nadoen. Jouw eigen houding is jouw eigen houding. Je moet authentiek zijn. Aan de andere kant moet je je wel realiseren wat voor invloed jouw houding heeft. Als je met gebogen rug en je handen in je zakken staat te vertellen, geef je daarmee een signaal af. Daarin moet je een balans zoeken. Je moet je er zelf goed bij voelen, maar wat voor jou een relaxte houding is, kan voor anderen bijvoorbeeld ongeïnteresseerd overkomen. Ik zag eens een kind huilen aan de rand van het zwembad en vroeg wat er was. Daarna ging ik naar de zwemdocent, die met een kopje koffie in zijn hand stond te kijken. Ik vroeg hem waarom hij koffie in zijn hand had. Hij antwoordde dat hij dat deed om er heel relaxt uit te zien. 'Dat ervaart niet iedereen zo', zei ik. 'Dat jongetje daar in het water is bang dat je hem niet kunt komen redden als hij kopje onder gaat.' Oftewel, het gaat er niet alleen om hoe jij jezelf ervaart, maar ook hoe anderen jou ervaren. Dat kom je vaak pas echt te weten als

je anderen ernaar vraagt of jezelf laat filmen.

In het verlengde van de lichaamstaal en houding van een coach ligt de positie die hij kiest tijdens trainingen. Hoe dichterbij de spelers staat, hoe makkelijker je ze kunt aanmoedigen. Je kunt direct bijspringen en snel een brandje blussen. Sta je juist wat verder van de situatie af, dan vraag je van kinderen om hun eigen oplossingen te zoeken. Daar moet je als coach mee spelen. Ga je iets dichterbij staan, zodat je wat actiever kunt beïnvloeden? Of neem je wat meer afstand om ze zelf te laten ontdekken wat werkt? Als trainer kies je een plek waarop je tactisch gezien het beste overzicht hebt. Als coach zoek je een balans tussen bijsturen en zelf laten oplossen.

Coachen is een hobby, maar ook een beetje een vak. Veel coaches staan er voor hun gevoel soms alleen voor. Vaak helpt het als je samen met de kinderen optrekt. Laat de kinderen zelf doen wat ze zelf kunnen. Spreek vertrouwen uit. Smeed een team. En als het nodig is, laat je dat team aan de ouders vertellen wat zij van hen verwachten. Wat moeten ze wel doen en wat juist niet? Een coach mag er sowieso niet alleen voor staan. Een club is een club als coaches en ouders voor elkaar beschikbaar zijn als ze even niet weten hoe ze met bepaalde kinderen of situaties om moeten gaan.' 🙌

Zijn er grote verschillen in pedagogische vaardigheden tussen leraren en jeugdtrainers? En in hoeverre zijn deze twee functies met elkaar te vergelijken?

'In principe zijn alle leraren voor hun werk opgeleid en de meeste jeugdtrainers niet. Maar dat wil niet zeggen dat zij ook per definitie beter zijn. Je ziet regelmatig kinderen die heel goed met hun coach overweg kunnen en niet zo goed met hun leraar. Of andersom. Het gaat er vooral om of jij pedagogische vaardigheden bezit. Dat is van veel meer dingen afhankelijk dan alleen de opleiding die je hebt gevolgd.

Er zitten zeker verschillen tussen de functie van leraar en sportcoach, maar voor de kinderen zijn die er niet of nauwelijks. Kinderen ervaren dat niet zo, net als dat een vis niet weet wat water is. Een kind ervaart gewoon die training met die trainer op dat moment en denkt niet: hoe zou het nu met een andere trainer op een ander veld zijn? Waar het om gaat is of jij bereid bent om jezelf in relatie tot de kinderen te leren kennen, en de kinderen in relatie tot jezelf. Dat is het uitgangspunt.'

Vervolg vragen

Heb je naar aanleiding van dit verhaal algemene vervolgvragen aan Van Herpen, of wil je hem een specifieke situatie voorleggen waar je als trainer tegenaan loopt en naar zijn advies vragen? Mail dan naar devoetbaltrainer@eisma.nl.

Ik de coach

Marcel van Herpen schreef de onderwijsboeken 'Ik de leraar', 'Wij de leraar' en 'Wij zijn Leiders' en voegde daar later de sportvariant 'Ik de coach' aan toe. De voorbeelden die hij in dit boek gebruikt, zijn afkomstig uit het voetbal. Van Herpen gaat onder meer in op thema's als contact maken, de coach en zijn rollen, grenzen stellen en ruimte geven, psychologische basisbehoeften, motivatie en groepsdynamiek. Meer informatie is te vinden via www.marcelvanherpen.nl.

