

Het TEMMEN van de TIJGERS



vrouw? Om platitudes en waarheden van elkaar te scheiden, schotelen we Yellow Tigerscoach Gert Vande Broek enkele netelige vragen voor.

HANS VANDEWEGHE

De coach werd nog wel gewaarschuwd en dat ging zo. "Gert, twee macho's die het over vrouwensport hebben, hier gaan ze ons onverbiddelijk op pakken." Antwoord: "Daar ben ik inderdaad bang voor. Laat het mij toch maar lezen voor publicatie." Wat geschiedde.

Ernst nu. Wat maakt vrouwenvolleybal uniek inzake coaching? Volleybal an sich is al uniek omdat het de meest coachable sport is van de planeet. Elke spelfase kan (in theorie) vanaf de kant door de coachingstaff worden gestuurd. Vrouwenvolleybal heeft die extra dimensie omdat het de enige sport is die op het hoogste niveau - door het ongeveer twintig centimeter lagere net en de mindere kracht - aantrekkelijker en complexer is dan de mannelijke variant.

Wie vrouwenvolleybal en coaching zegt, denkt aan Nikolay Karpol. Als u die niet kent, moet u ten behoeve van een goede lectuur van dit verhaal absoluut even naar YouTube surfen, en daar 'Nikolay Karpol documentary 1980' intikken.

Karpol is een legende in het volleybal. Jarenlang coach van de USSR, later van het Russische vrouwenteam, en vandaag manager, clubeigenaar en coach van onder meer Ekaterinenburg. Karpol is al 75, maar nog steeds alive and shouting, vooral dat laatste.

Meer dan om zijn teams, is hij bekend om zijn stijl: de omschrijving 'extreem dictatoriaal'

is een zwaar understatement: Karpol scheldt, tiert, brult, vernedert. En dat al meer dan veertig jaar. Bekijk de Karpolfilmpjes en oordeel vooral zelf. Ooit moet toch één van die mooie lange volleybalsters die kleine lelijke grijsaard een klap voor zijn kop hebben verkocht? Voor zover bekend nooit, wat niet pleit voor de (Russische) vrouwen.

Gert Vande Broek kan ook brullen en boos kijken. Dat doet hij met mondjesmaat, bijvoorbeeld om een schokeffect te veroorzaken en zijn speelsters wakker te schudden, zoals op het EK vorig jaar waar zijn ploeg onverhoopt derde werd. Gert Vande Broek - ook nog eens professor aan de KU Leuven, gespecialiseerd in coaching - is zelfs een halve Karpol, want hij zit al twintig jaar in het vrouwenvolleybal, van toen hij nog student was bij Mart Buekers, de toenmalige coach van kampioenenploeg Herentals.

Maar noem hem geen vrouwencoach. "Als ik hier klaar ben, ga ik een training geven aan de mannen van Haasrode. Ik heb jaren de universitaire mannenploeg gecoacht en ik haat het als men het onderscheid man-vrouw te zwart-wit voorstelt. Maar er is een verschil, dat zeker."

Zoals: de vrouwelijke topsporter in een ploegsport zou meer belang hechten aan de sociale dimensie dan de man.

"Dat klopt. Daarom kan een vrouw ook iets langer dan een man aanvaarden dat er inhoudelijk niet goed wordt gewerkt of dat de resultaten uitblijven. Zolang de sfeer goed zit, kunnen de ploeg en de coach wel wat tegenslag verdragen, maar mijn ervaring is dat die tolerantie afneemt naarmate het niveau verhoogt. De man zal dan snel en vaak verbaal naar



Dinsdag beginnen de Yellow Tigers aan het WK volleybal. Is het coachen van een vrouwenteam inderdaad een beetje 'het temmen van de feeksen', een beetje Shakespeare, zoals een coach ooit zei, of is dat denigrerend voor de

buiten brengen wat er mis is. De vrouw iets minder snel en minder verbaal. Daarom moet je signalen kunnen oppikken. Ik zeg soms: een vrouwencoach moet de ogen openhouden, een mannencoach de oren.

"Vind ik teambuilding belangrijk? Ja. Ben ik een teambuilder? Neen. Ik zal wel de voorwaarden scheppen waaronder het team kan gedijen tot een samenhangend geheel, maar de feelgood-aspecten, daar moeten ze uiteindelijk zelf voor zorgen. De trekker op dat vlak is Freya Aelbrecht. Zij bepaalt de identiteit van de ploeg en zij was ook bezig met het logo van de Yellow Tigers.

"Een coach moet de groep kunnen loslaten. Ik noem dat dienend leiderschap. Ik cijfer me weg. Gaan we eten, dan zit ik niet in het midden maar aan de kant. Als ze een etentje plannen, zal ik daar zelden bij zijn. Dat ze dan over mij praten, weet ik best, maar daar zit ik niet mee. Ik weet snel genoeg wat er leeft via een aantal antennes in de ploeg. Dat is heel belangrijk als coach van een vrouwenploeg en dan gaat het niet over spionage, maar over een signaalfunctie. Een ploeg heeft wat ademruimte nodig en moet haar emoties kunnen ventileren. Ook ten aanzien van de coach."

Jullie zijn in de zomer twaalf weken samen geweest en onverwacht hebben jullie nog een toernooi moeten spelen in Tokio met de wereldtop, waartegen vijf keer flink werd verloren. Is de ploeg op de proef gesteld?

Gert Vande Broek: "Het heeft geen zin om de schijn hoog te houden: ja, het was niet altijd even makkelijk. De essentie van ons verhaal is dat onze prestatiecurve sneller groeit dan onze ontwikkelingslijn. Om het simpel te zeggen: we presteren beter dan we zijn en we leven nu een beetje boven onze stand. We zijn in drie jaar tijd drie reeksen gestegen. Pas in 2012 hebben we ons voor het eerst in de geschiedenis van het Belgisch volleybal zelfstandig voor

een EK gekwalificeerd. En twee jaar later spelen we met de beste zes landen van de wereld de finale van de World Grand Prix. Dat is niet normaal.

"Ik heb in het begin van de World Grand Prix strenger gecoacht. Dat is een onbewezen theorie, maar ik wacht niet op de bewijzen van wetenschappers om ze al toe te passen. Je hebt eerst de formingfase, waarbij de groep zich vormt. Vervolgens komt de stormingfase: daarin worden de lijnen uitgezet en strikt gehandhaafd. Dat vereist confronterende coaching en is niet altijd goed voor het resultaat. Daarna bereik je de normingfase, waarin de groep handelt naar de normen. Uiteindelijk heb je de performingfase waarin kan worden geoogst.

"In het begin van die World Grand Prix hadden wij de stormingfase waarin we vrij hard hebben gecoacht. Toen we daar voorbij waren, wist ik dat het anders moest: meer loslaten, meer vertrouwen geven. En we zijn naar de A-poule gepromoveerd op een ideaal moment. Volgend jaar spelen wij in de World Grand Prix bij de top twaalf van de wereld. Alleen de laatste zakt. We moeten dus zorgen dat we niet die laatste worden."

Bent u zelf meer een feelgoodcoach, of vertoont u eerder dictatoriale trekjes?

"Ik ben nog te dominant. De snelheid van topsport laat niet altijd een democratisch proces toe. Soms moet je sturen, maar het mandaat om te sturen moet je wel eerst democratisch verdienen. De beslissing om naar de A-groep te stijgen, heb ik aan de ploeg overgelaten. Dat is een gevaarlijk proces, want als je een probleem neerlegt bij de groep en er is te weinig groepsintegriteit, kun je eindigen met twee kampen die tegenover elkaar staan.

"Wij konden die promotie naar de A-groep weigeren. Uiteraard was ik ervoor om de kans te grijpen, want

ik heb ook gecoacht om te winnen, maar de ploeg moest er achter staan. Dus heb ik dat aan de groep voorgelegd. En die hebben geen moment getwijfeld. Wat ik ook niet had verwacht. "

Hoe selecteert u de speelsters?

"Dat vroegen ze onlangs in Japan ook: selecteert u op mentaliteit en attitude? Ik heb geantwoord: ik ben coach van België, ik selecteer niet: ik neem iedereen die kan volleyballen. (lacht) Ik geloof niet in het opstellen van profielen en daar allerlei eigenschappen aan vastknopen. Action Type (een concept waarbij atleten volgens hersentype worden ingedeeld, HV) is ook zo iets. Waardevol, ongetwijfeld, om te weten hoe je iemand informatie moet geven. Maar als ze mij komen zeggen dat een speelster niet links kan verdedigen omdat ze een bepaald hersentype is, dan zeg ik: wetenschappelijke onzin."

Sommige coaches denken dat volleybal op het lijf van de vrouwen is geschreven omdat je zoveel kan sturen.

"Er is één basisregel als coach: zwijgen is goud. We doen onderzoek naar welke coachstijl speelsters aanzet om in het verlengde van de trainer zelf mee te sturen op het terrein. Kortom, hoe we leiderschap kunnen stimuleren. Tijdens de WK-kwalificatiematch in Polen liet ik tijdens een time-out op setbal Charlotte Leys het woord voeren. Ik wist dat als de opdracht vanuit de groep werd aangereikt dit als minder stresserend zou worden ervaren.

"De kunst van het coachen, ook bij vrouwen, is op het juiste moment die opdracht geven die ze aankunnen. Tijdens de World Grand Prix zag ik in een bepaalde fase wat de tegenstander zou doen. Of ik ze nu had gewaarschuwd of niet, ik wist dat we daar nog geen antwoord op hadden. Dus heb ik gezwegen, om niet in het verhaal te komen van: zie je wel, ik had het je nog zo

gezegd."

Wie het scoreverloop vergelijkt tussen mannen en vrouwen, moet haast geloven dat per set een keer of drie de vrouwenhormonen opspelen. Het lijkt er veel emotioneler aan toe te gaan.

"Dat heeft niets met hormonen te maken, maar alles met het spel. Mannen halen aanvalspersentages die 10 tot 15 procent hoger liggen dan in het vrouwenvolleybal. Hierdoor komt een lange reeks van punten minder vaak voor. Bovendien is de aanvallende verantwoordelijkheid meer verdeeld over verschillende spelers. "Het overwicht dat Lise Van Hecke bij ons haalt, vind je maar zelden bij mannen op dat niveau. Als bij de vrouwen je topaanvalster niet tot scoren komt, stuikt het spel soms als een kaartenhuis in elkaar.

"(aarzelt) Er is niet méér emotie, maar er is wel een andere verwerking van de emotie. Vrouwen kunnen een conflict moeilijk naast zich neerleggen. Er zijn daarentegen mannenploegen bekend met spelers die elkaar nauwelijks aankijken naast het veld, maar binnen de lijnen voor elkaar door het vuur gaan. Dat ligt bij vrouwen veel moeilijker. Er moet een minimum aan sociale cohesie zijn. Toch leg ik de nadruk op het verhogen van de taakcohesie. Ik probeer aan iedereen zo duidelijk mogelijk maken wat van haar verwacht wordt binnen de ploeg."

Een totaal ander verschil: vrouwen hebben zes keer meer kans op een letsel aan de voorste kruisbanden.

"Dat klopt. (Tussen het afnemen van het interview en verschijnen verloor België sterspeelster Freya Aelbrecht met een gescheurde voorste kruisband, HV) Vrouwen willen graag meer en harder trainen. Het mentale is niet het probleem, maar fysiek moet het continu met de handrem op. Wij trainen nu al vier, vijf keer per week in het krachthonk: op het vlak van kracht valt nog winst te behalen maar het moet voorzichtig. Blessurepreventie is een

permanente bekommernis."

Zeg in de time-out dat de service niet goed genoeg is, dan denkt de speler 'de coach heeft het over mijn buur', maar de speelster denkt 'oei, hij heeft het over mij.' Verdragen vrouwen moeilijker kritiek?

"Wetenschappers en coaches zeggen vaak dat je hoofdzakelijk positieve feedback moet geven. Ik ben het daar niet volledig mee eens. Mijn speelsters zijn zeer prestatiegericht en vragen niets liever dan gecorrigeerd te worden.

"Cruciaal bij het geven van kritiek, of beter correctieve feedback, is de succeservaring die erop volgt. Je moet zorgvuldig uitkiezen waar en wanneer je correcties doorvoert om niet in een negatieve spiraal terecht te komen, maar wel om de progressie te stimuleren. In die zin is de gepercipieerde rechtvaardigheid van de coach belangrijk. Is deze man eerlijk met mij, met ons, wil hij ons sterker en beter maken?

"Ik geloof niet in het niet-benoemen van problemen. Op training gaan we probleemsituaties niet uit de weg, brengen we speelsters in minder comfortabele omstandigheden. Belangrijker is dat we ze begeleiden op weg naar de oplossing. Ze moeten met frustraties en tegenslag kunnen omgaan, met het feit dat ze iets niet onmiddellijk goed kunnen uitvoeren."

In vrouwentopsport wordt meer gehuild dan bij de mannen. Hoe reageert een man als coach daarop?

"Hoe dé man reageert, weet ik niet. Ik weet hoe ik reageer: ik draai eens met mijn ogen en ik zet een stapje opzij. (lacht) Eerlijk waar, ik denk dat ongeveer iedereen daar beter mee omgaat dan ik. Ik ben niet een ideale papafiguur voor de speelsters. Individuele gesprekken zijn bij mij vaak te taakgerelateerd.

"Als er tranen vloeien bij ons, is er meestal niet alleen een sportieve oorzaak, maar speelt er ook een

ander probleem. Neen, het oplossen van emotionele problemen is niet mijn sterkste punt, maar gelukkig vangt de groep dat goed op. Ik zou het anderzijds wel als een verwezenlijking beschouwen als er niet meer zou worden gehuild."