

Tien mythes over tennistrainers

Wat maakt iemand tot een goede tennistrainer? Het lijkt misschien vanzelfsprekend, maar is het echt allemaal zo duidelijk? Zoals over bijna alles in het leven, doen ook over tennistrainers enkele mythes de ronde. In dit artikel komen tien mythes over tennistrainers aan bod. Aan de hand hiervan kunnen we beter vat krijgen op de criteria die bepalen of iemand een goede tenniscoach is of niet, ongeacht het niveau waarop hij werkt.

tekst Paul Roetert en Miguel Crespo Vertaling Janneke Hofman Foto's Henk Abbink

Mythes zijn beweringen of overtuigingen, meestal van onbekende oorsprong, die nogal gemakkelijk door iedereen opgepikt en aanvaard worden. Die mythes worden bovendien vaak ingezet als rechtvaardiging voor bestaande gewoontes die, in veel gevallen, flink vastgeroest zijn en zich niet ontwikkelen.

Mythe 1 Een goede tennistrainer wordt geboren. Gemiddelde tennistrainers worden gemaakt.

Waarheid 1 Zowel goede als gemiddelde tennistrainers worden voornamelijk gemaakt.

Onderzoek heeft uitgewezen dat de belangrijkste eigenschappen van een goede tenniscoach – leiderschapskwaliteiten, inlevingsvermogen, communicatieve en sociale vaardigheden – hoofdzakelijk geleerd worden. Het zijn weliswaar mensen die geboren lijken te zijn met een natuurlijke aanleg om te spreken, leiding te geven of te onderwijzen. Maar ook dit soort tennistrainers zullen zichzelf moeten blijven verbeteren en nieuwe methoden en technieken moeten aanleren.

Mythe 2 Een tennistrainer hoort een winner te zijn, want winnen is alles bij tennis en in het leven.

Waarheid 2 Een tennistrainer hoort een winner te zijn, maar winnen is niet alles, zeker niet onder junioren.

Een belangrijk deel van de rol van een tennistrainer bestaat uit het helpen van tennissers om wedstrijden te winnen door verbeterde prestaties, door tactisch, technisch, fysiek en mentaal te coachen en hen te leren de regels van het spel te respecteren. Maar het belangrijkste is de algehele ontwikkeling van de tennissers als mens en als sporter. Tennistrainers mogen niet vergeten dat de persoon op de eerste plaats komt, de tennissers op de tweede en winst, misschien, op de derde. Tennis is een prachtig middel om jongeren te trainen en bagage mee te geven voor een succesvol leven. Tennistrainers zouden ernaar moeten streven de sport ook als zodanig op te vatten.

Mythe 3 Als je hebt getennist op hoog niveau, ben je automatisch gekwalificeerd om trainer te worden.

Waarheid 3 Je bent pas in staat tennistrainer te worden, wanneer je inderdaad werkelijk als zodanig gekwalificeerd bent.

Er heerst een algemeen geloof dat iemand die op hoog niveau getennist heeft, zonder meer geschikt is om tennistrainer te worden. Dit is natuurlijk niet waar. Als jij ervan houdt romans te lezen, wil dat nog niet zeggen dat je een goede romanschrijver zult zijn! Wie tennist weet wat hij op de tennisbaan moet doen, maar niet noodzakelijk hoe je dit op anderen moet overbrengen.

Je bent alleen gekwalificeerd om tenniscoach te worden wanneer je de principes van het vak hebt geleerd en weet hoe je die moet toepassen.

Mythe 4 Hoe beter je zelf hebt getennist, hoe geschikter je bent als coach.

Waarheid 4 Spelniveau en vaardigheden als coach zijn niet noodzakelijk synoniem.

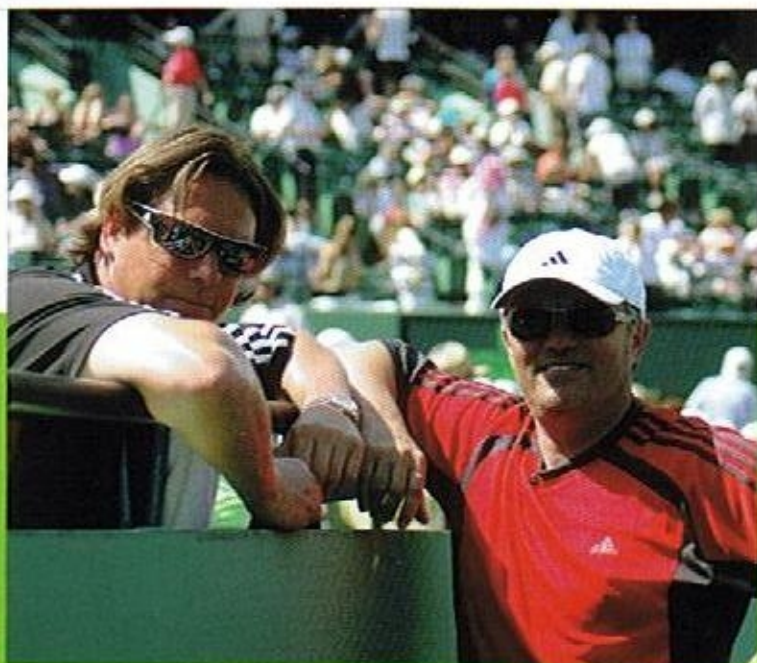
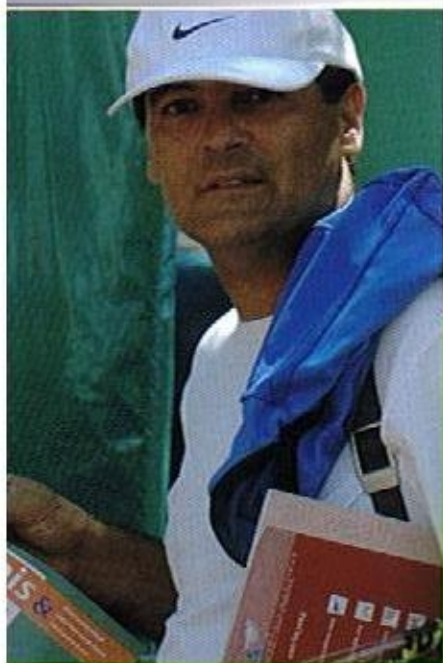
Het is duidelijk dat tennistrainers over een zeker spelniveau moeten beschikken om demonstraties te kunnen geven en rally's te kunnen spelen met hun leerlingen. We kennen echter allemaal wel een paar goede tennissers die geen goede coaches zijn. Soms omdat ze niet het geduld, de interesse of de vaardigheden hebben om een goede tennistrainer te zijn. In andere gevallen gewoon omdat ze niet echt graag een tennistrainer willen zijn. Ze zijn dan coach geworden alleen omdat ze een goede speler zijn of waren.

Een goede tennistrainer streeft ernaar ook zelf steeds beter geschoold te raken. Dat lukt niet in een paar uur. Er zijn geen sluproutes in de opleiding voor coaches. Goede tennistrainers moeten aandacht, tijd en geld in zichzelf investeren om hun vermogen als tennistrainer volledig te ontplooien.

Mythe 5 Het werk van een serieuze, effectieve tennistrainer is complex.

Waarheid 5 Het grootste geheim ligt vaak voor de hand. Houd het simpel.

Hoewel het heel belangrijk is voor de ontwikkeling van iedere tennistrainer om voortdurend open te staan voor nieuwe informatie en te zoeken naar leermogelijkheden, staat complex werken niet per se gelijk aan effectief werken. Het gaat er niet om hoe fijnmazig je vakkennis is, maar hoe goed je die kunt gebruiken en overbrengen aan je leerlingen. Goede tennistrainers zijn degene die relevante informatie op het gebied van bewegingswetenschap en technologie gebruiken, doorgronden en op een begrijpelijke manier weten te vertalen voor hun leerlingen.



Twice voorbeelden van succesvolle coaches die zelf geen profatleten geweest zijn. Links Toni Nadal, de oom en coach van Rafael Nadal. Rechts Piotr Wozniacki (met naast hem Sven Groeneveld), de vader en coach van Caroline Wozniacki, die zelf vroeger overigens profvoetballer was. © Henk Aabink

Mythe 6 Hoe meer ervaring je hebt als tennistrainer, hoe beter je bent.

Waarheid 6 Ervaring alleen is niet genoeg voor een goede tennistrainer.

Een goede tennistrainer wordt niet gewoon door ontelbare uren, maanden of jaren per week, jaar in jaar uit les te geven. Ook gaat het er niet om om hoe goed je pupillen zijn of hoeveel je er hebt. Het vak van de tennistrainer is voortdurend in ontwikkeling en daarbij is niet kwantiteit maar kwaliteit het kernbegrip. Ervaring als tennistrainer (d.w.z. het aantal jaren) kan betekenisloos zijn als de kwaliteit van die lessen (effectiviteit, inhoud, samenwerking) matig is.

Mythe 7 Een tennistrainer oefent gewoon zijn beroep uit, meer niet.

Waarheid 7 Een tennistrainer doet meer dan alleen zijn beroep oefenen.

Een tennistrainer heb je geen 'negen tot vijf baan'. Soms tel je geen uren, heb je geen vrije weekends, geen lange vakanties. Zoals de rol van artsen en onderwijzers in onze samenleving meer omvat dan hun officiële uren alleen, geldt dit ook voor de tennistrainer. Het is een keuze voor een levensstijl, waarbij je weet dat je dagelijks en soms zelfs ieder weekend gelegenheden moet gebruiken om het leven van iemand anders te verbeteren.

Mythe 8 Vooral toptennissers hebben getrainde coaches nodig, voor andere spelers geldt dat minder.

Waarheid 8 Tennistrainers moeten op alle niveaus kundig en beschikbaar zijn.

Veel mensen denken vaak dat tennistrainers die met kampioenen werken, beter zijn, belangrijker en beter geschoold zijn dan degene die werken met beginners of gemiddelde spelers. Maar veel kampioenen erkennen juist dat de coaches met wie zij werkten hun carrière niet hebben begonnen met tennis, de allerbelangrijkste zijn in hun hele leven. Goede trainers voor beginners zijn van onschatbare waarde, want gezien zij verantwoordelijk zijn voor de creatie van een prettige en uitdagende omgeving waarin de starters kennismaken met het spel. Zij zijn degene die de basis kunnen leggen voor een succesvolle toekomst in tennis en in het leven.

Mythe 9 Mannelijke coaches zijn beter dan vrouwelijke.

Waarheid 9 De effectiviteit van een coach is niet afhankelijk van zijn of haar geslacht.

Een goede manier van coachen heeft niets te maken met het geslacht van de coach. Er zijn goede en slechte, mannelijke en vrouwelijke tennistrainers. Dit laat niet onverlet dat mannen en vrouwen op verschillende manieren werken. Zij kunnen uiteenlopende stijlen hanteren, die niet zelden bepaald worden door het feit dat ze een man dan wel een vrouw zijn. De kenmerkende eigenschappen van deze stijlen hebben echter geen invloed op de kwaliteit van hun werk.

Mythe 10 De beste tennistrainers hanteren een 'commandostijl'.

Waarheid 10 De beste tennistrainers combineren verschillende stijlen naar gelang de situatie en de betrokken tennissers.

Een coach met 'commandostijl' kan een goede coach zijn. Maar de beste tenniscoach is iemand die zijn eigen stijl en principes ontwikkelt en gaandeweg inziet dat iedere tennissers anders is en op een eigen manier leert en informatie verwerkt. Dit soort coaches worden vaak 'coöperatief' genoemd. Goede tennistrainers leren situaties te analyseren en de behoeftes van hun leerlingen te herkennen, zodat ze hun eigen werkstijl in overeenstemming hiermee kunnen aanpassen.

Het is een pittige uitdaging te leren functioneren als een goede tennistrainer. Als je de uitdaging wilt aangaan, is het belangrijk dat je enige wetenschappelijke kennis over sport en de tennispraktijk weet te combineren met een toereikend speelniveau en de juiste communicatieve en sociale vaardigheden. Het allerbelangrijkste is echter jouw wens en interesse om anderen te helpen, ongeacht hun niveau, zodat je zelf als tennistrainer ook kunt groeien.

De voornaamste taak van een coach is niet alleen tennisles geven, maar ook het ondersteunen van de leerlingen bij het vertalen van alle beschikbare informatie naar praktische principes. Goede tenniscoaches zijn degelijk opgeleide coaches, ware professionals. Verspreiding van dat besef komt niet alleen het vak maar ook de leerlingen en tennis in het algemeen ten goede.

Dit artikel is afkomstig van de ITF-website www.tenniscoach.com