

**KNHB**KONINKLIJKE NEDERLANDSE  
HOCKEYBOND**3<sup>b</sup>**

December 2013

# Hockey **VISIE**

## Communicatie door de keeper

DOELGROEP: **BREEDTEHOCKEY – VELD**

Hockeyvisie is bedoeld voor iedereen die als opleider, trainer en/of coach actief is in de hockeysport binnen tophockey, breedtehockey, Jongste Jeugd en/of technisch management. In iedere artikelenreeks worden visies gedeeld, kanttekeningen geplaatst, nieuwe ontwikkelingen gemeld en wetenschappelijke onderbouwing aangeboden. Hockeyvisie is een uitgave van de Koninklijke Nederlandse Hockey Bond (KNHB), is onafhankelijk en wil alle kennis die beschikbaar is op het gebied van opleiden en coachen met liefhebbers delen.

**[www.knhb.nl](http://www.knhb.nl)**

De KNHB Academie biedt hockeyverenigingen ondersteuning bij het ontwikkelen van het technisch beleid en technisch kader. Daarbij richt de KNHB Academie zich op drie pijlers: deskundigheidsbevordering, verenigingsadvies technisch beleid en opleidingen. Meer informatie over de KNHB Academie is te vinden op [www.knhb.nl](http://www.knhb.nl).



# Communicatie door de keeper

In het moderne hockey is de rol van de keeper binnen het team veel belangrijker geworden. Er wordt meer gerichte aandacht besteed aan deze specifieke positie. Daarnaast is het keepen spectaculairder geworden door de komst van 'het foam'. De extra uitstraling die het keepersvak daardoor heeft gekregen is erg positief. Voormalig keepster Daphne Touw vindt het leuk om haar ervaring, kennis en gedachten omtrent het coachen door de keeper uit te dragen. In dit artikel geeft ze haar visie op de wijze waarop het coachen door de keeper bijdraagt aan het functioneren van het team tijdens een wedstrijd.

Door: Daphne Touw



## Wie is Daphne Touw?

Daphne Touw heeft gehockeyd bij MHC Teteringen, De Warande, MOP, Pinoké en Laren. Vanaf Nederlands Meisjes B heeft ze in alle jeugdteams van Oranje gespeeld om uiteindelijk ook in het Nederlands Elftal te komen. Hoogtepunten daarin: Champions Trophy in 1993 met een 2de plaats en Keepster van het Toernooi geworden en daarnaast de bronzen medaille op de Olympische Spelen in Sydney 2000! Na haar hockeycarrière heeft ze de Jeugdopleiding bij BHV Push opgezet en dit ook bij Royal Antwerp in België gedaan. Daarna startte ze een eigen Praktijk om o.a. sporters te begeleiden op het gebied van Voeding en Beweging. Op dit moment woont ze met haar gezin in Zwitserland.

De laatste jaren is er meer behoefte gekomen aan communicatie door de keeper. Door de afschaffing van de buitenspelregel is er meer ruimte ontstaan achter de verdediging. De coaching van die zone door de keeper is zeer belangrijk geworden. Andere onderdelen van het hockeyspel waarbij de coaching door de keeper toegenomen is zijn:

- De variatie in het uitlopen en verdedigen van de strafcorner.
- De organisatie bij vrije slagen in het 23-metergebied.

Een keeper die op een goede manier communiceert en leiding geeft straalt naar het eigen team rust en vertrouwen uit en naar de tegenstander een bepaalde mate van 'onaantastbaarheid'.

*De keeper ondersteunt eerst de spelers dicht bij het doel, daarna pas middenvelders en spitsen*

## Welke aspecten zijn er?

Wat is de communicerende rol van de keeper? Wat is een manier om het tactisch coachen door de keeper vorm te geven? Met welke zaken moet daarbij rekening worden gehouden? Wat is het leerproces van het coachen door de keeper? Wat is de rol van de trainer/coach en de keeperstrai-



Deze keeper laat met zijn handen zien, wie waar naar toe moet!!

ner in dit proces? Wat is de rol die het team heeft in het coachen van de keeper? De communicatie door de keeper tijdens een wedstrijd wordt verdeeld in tactisch coachen en motiverend coachen.

## Tactisch coachen

1. Het geven van aanwijzingen aan spelers in relatie tot hun verdedigende taken. Voorbeelden zijn:
  - Praten tegen de linksachter als zijn directe tegenstander achter hem wegloopt.
  - De rechtsachter zet druk op de balbezittende linkerspits en de keeper roept naar hem dat hij die speler moet channelen. Dit betreft in veel gevallen een teamafspraken. Herhalende en

## Communicatie door de keeper

ondersteunende coaching door de keeper helpt bij het uitvoeren van deze afspraken.

2. Het geven van aanwijzingen die spelers ondersteunen bij het uitverdedigen en opbouwen. Enkele voorbeelden:
  - Verbaal aangeven van een passoptie voor de laatste man die opbouwt als hij een passoptie niet snel ziet.
  - De linksachter herinneren aan het feit dat hij naar de as moet komen als er over rechts opgebouwd wordt.
3. Tactisch coachen vindt ook plaats bij standaardsituaties, zoals verdedigende strafcorners, vrije slagen binnen het verdedigende 23-metergebied en lange corners. Bij strafcorners organiseert de keeper de strategie waarop uitgelopen wordt (2:2 of 1:3 en de manier van uitvoering). Over vrije slagen en lange corners worden door teams meestal afspraken gemaakt hoe deze te verdedigen. De keeper moet er voor zorgen dat iedereen op de juiste positie staat. Voorbeelden zijn:
  - Het wel/niet organiseren van een blok.
  - De positie aangeven van de vrije man.

Belangrijk is dat een keeper eerst de mensen dicht bij zijn doel ondersteunt en daarna pas het middenveld en de spitsen.

een speler een compliment te geven na het goed uitvoeren van een actie. De andere keer maakt een speler echter een fout. Dan probeert de keeper met een positieve reactie de speler over zijn fout heen te laten komen en ervoor te zorgen dat hij de volgende keer wel goed handelt. In de situatie waar een speler een verwijtbare fout maakt, geeft de keeper dit duidelijk aan bij de speler om te onderstrepen dat dit een

De acceptatie en reactie van medespelers op de coachende rol van de keeper zijn van groot belang voor de toegevoegde waarde die deze rol van de keeper heeft. Een voorbeeld: de keeper geeft zijn voorstopper met een korte aanwijzing aan dat zijn directe tegenstander rechts van hem wegloopt en dat hij twee meter naar rechts moet volgen. De voorstopper reageert verdedigend op deze coaching door te



Met lichaamstaal zeg je héél veel! Maar of dit motiverend is?

## *Elke keeper geeft het motiverend coachen op een andere manier vorm*

### **Motiverend coachen**

Een keeper kan zijn medespelers tijdens wedstrijd op veel verschillende manieren motiveren. De wijze van motiveren hangt af van de persoonlijkheid van de keeper en de spelers.

Motiveren vindt de ene keer plaats door

volgende keer niet mag gebeuren. Dit moet altijd een positief doel hebben. Elke keeper geeft op een andere manier het motiverend coachen vorm. De relatie die een keeper heeft met een speler is van invloed op de manier waarop hij deze speler motiverend coacht.

### **Interne en externe invloeden**

De communicerende rol van de keeper kan niet los gezien worden van zijn omgeving. De eigen vorm en het vertrouwen bepalen zijn wijze van coachen. Interne invloeden komen daarbij van binnen de teamomgeving: medespelers, trainer/coach, assistent trainer/coach en keeperstrainer. Externe invloeden zijn: tegenstander, scheidsrechters, toeschouwers en media.

zeggan dat hij al op zijn man staat en dat de keeper dat dan niet tegen hem hoeft te zeggen. Door op deze manier te reageren kan bij de keeper irritatie ontstaan. Dat kan tot gevolg hebben dat hij de volgende keer op een negatieve manier reageert op een actie van de speler of de speler niet meer helpt bij het uitvoeren van zijn taak.

### **Rol van de begeleiding**

De trainer/coach en de assistent hebben een grote invloed op de communicerende rol van de keeper. Steeds meer trainer/coaches zien de toegevoegde waarde van de coaching door de keeper. Door hem duidelijk de opdracht te geven te coachen en de spelers te zeggen dat ze de coaching van de keeper moeten opvolgen, kan de

## Communicatie door de keeper

trainer/coach de communicerende rol van de keeper positief beïnvloeden. De trainer/coach moet het nakomen van deze teamafspraken goed borgen, zodat dit mechanisme van coaching zich ontwikkelt en niet uitmondt in discussies tijdens de wedstrijd tussen spelers en de keeper.

### *De keeper en zijn keeperstrainer bespreken probleemsituaties en zoeken samen naar oplossingen*

De trainer/coach heeft vaak geen of onvoldoende kennis van het keepersvak. Daarom is het belangrijk en nodig dat de keepers-trainer op dit gebied aandacht besteedt aan de keeper. Hij traint individueel met de keeper, gaat meer en dieper in op het presteren van de keeper en bespreekt ook de communicatierol van de keeper. De keeper bespreekt met hem probleemsituaties die zich in wedstrijden hebben voorgedaan, zodat hij weet hoe hij de situatie een volgende keer kan oplossen.

#### **Hoe het tactisch coachen vormgeven?**

De onderstaande manier is niet de enige en altijd kloppende methode, maar wordt op de hoogste niveaus van het jeugd- en seniorenhockey gebruikt. Het is belangrijk om als coach met het team af te spreken op welke aspecten de keeper coacht:

- Ondersteunen van de laatste lijn bij het verdedigen van hun directe tegenstander.
- Ondersteunen bij het uitverdedigen door het aangeven van passopties.
- Organiseren van de posities bij standaardsituaties rond en binnen het 23-metergebied.



De rol van de keeperstrainer is op het vlak van de communicatie van onschatbare waarde.

- Organiseren van de verdedigende strafcorner.

In een latere fase wordt de coaching uitgebreid met het ondersteunen van de middenvelders en het aangeven van opties bij de aanvallende strafcorner

### *De boodschap die een keeper op een speler over wil brengen is kort en bondig*

De keeper weet op welke gebieden organisatie van hem verwacht wordt. De spelers weten in welke situaties ze op ondersteuning van hun keeper kunnen rekenen. Het geeft ook meteen aan dat de verantwoordelijkheid van de speler voor het uitvoeren van zijn taken blijft bestaan en niet vervalt omdat de keeper moet communiceren en ondersteunen. Daarnaast blijft het belangrijk dat spelers elkaar onderling ook coachen. Hoe ziet die coaching er in detail uit? Waarmee moet in de coaching rekening worden gehouden? Hoe concentreren we ons op de wijze waarop de coaching op de speler overgebracht wordt?

#### **Korte commando's**

In een wedstrijd vinden veel situaties kort achter elkaar plaats. Alle acties (aanvallend en verdedigend) vinden plaats onder een

## Communicatie door de keeper



Deze keeper blijft door korte kreten zijn medespeler coachen om de bal uit de cirkel te krijgen!

bepaalde tijdsdruk. Keepers hebben daar in hun communicatie ook mee te maken. De boodschap die een keeper over wil brengen op een speler moet kort en bondig zijn. Het gebeurt nog te vaak dat keepers hele verhalen vertellen aan hun verdedigers. Dit kost teveel tijd, levert niet het gewenste resultaat op en het creëert ook onrust. Door rustig te blijven praten in situaties waarin dat kan, straal je als keeper rust en vertrouwen uit.

Voorbeelden van korte commando's:

- De bal is bij de eigen rechtsachter, hij komt op met de bal. Op dat moment wil je dat de linksachter naar de as komt. Dit kun je als volgt zeggen:  
 'Lianne, snel naar de as, want als we balverlies lijden, dan is er teveel ruimte in de diagonaal.'  
 Beter is om het volgende te zeggen, met hetzelfde resultaat: 'Lianne, kom naar de as.'
- Bij een verdedigende vrije slag in het 23-metergebied is de afspraak dat er een blok van 2 spelers gevormd wordt. In de teambespreking is afgesproken dat een spits (Pieter) en de directe tegenstander (Ruben) van de man die de vrije slag neemt samen een blok vormen. Dit kan als volgt georganiseerd worden: 'Ruben en Pieter ga op de rand cirkel staan, houd je stick nou eens laag. Je staat weer verkeerd.'  
 Dit kan de keeper effectiever organi-

seren: 'Ruben en Pieter het blok. Pieter stapje links. Ja, is goed zo.'

### Forehand en backhand

De meeste tijd in de wedstrijd is de keeper bezig met aangeven aan zijn verdedigers dat hun directe tegenstander een meter naar links of naar rechts wegloopt. Een speler kan dit vaak niet meteen zien. De keeper verwacht echter van de verdedigers dat ze vóór de man verdedigen.



Om je verdediger alleen naar de bal te laten kijken, steun je hem om FH en BH te roepen indien de tegenstander naar links of rechts wegloopt.

Als de bal dichterbij het eigen doel is, zal hij meer naast zijn directe tegenstander staan. In het geval waarbij de spitsen bewegen zal de verdediger moeten reageren op deze beweging. De keeper stuurt zijn verdediger dan door middel van een kort commando ('Peter, backhand').

## *Keepers moeten gebruik maken van de forehand-backhand communicatie*

Veel keepers maken in plaats van de 'forehand-backhand communicatie' gebruik van de 'links-rechts communicatie'. Dit links-rechts communiceren veroorzaakt vaak problemen. Want links voor de keeper is door zijn positie niet altijd links voor de speler. Forehand-backhand communicatie lost dit op, omdat die altijd op dezelfde plaats is.

## Communicatie door de keeper

### Intonatie en woordkeuze

In een wedstrijd is er een groot verschil in de druk waaronder coaching van de keeper plaatsvindt. Grofweg zijn er drie niveaus: geen druk, beetje druk, grote druk. Het niveau zou te horen moeten zijn in de wijze waarop de keeper coacht. De intonatie en de woordkeuze kunnen de spelers extra informatie geven over de ernst van de situatie.

- Een kort, rustig gesproken commando: 'Peter, kom aan de binnenkant', als de bal bij de cirkel van de tegenstander is.
- Een wat sneller, harder en met meer urgentie gesproken commando: 'Peter, let op backhand', als een spits door een in-out beweging aangespeeld kan worden.
- Als er sprake is van alarmfase 1, dan zal het commando zeer snel, kort, hard en misschien wel agressief zijn. Een tegenstander loopt met de bal rechts de cirkel binnen en bij de 2e paal staat een speler vrij. Op de strafbalstip staat een verdediger zonder man. Dan volgt bijvoorbeeld het volgende commando: 'Peter, **nu** 2e paal, verd. ...'.

Spelers vinden de verschillende manieren van het overbrengen van de boodschap in verband met de urgentie van de situatie prettig. Ze zien hierdoor de coaching meer als ondersteuning in het uitvoeren van hun taak, dan als een terechtwijzing of het corrigeren van een fout.

*In stresssituaties heb je niet de tijd om na te denken over de wijze van communicatie*

### Individuele aanpak van spelers

In veel wedstrijdssituaties is de druk niet maximaal, waardoor je als keeper iets meer tijd hebt om na te denken over de wijze waarop je de boodschap over wilt

brenge. Binnen het team heb je verschillende karakters. Er zijn spelers die het niet uitmaakt hoe ze gecoacht worden. Maar je hebt ook spelers die er veel moeite mee hebben als ze gecoacht worden en zeker als het met wat meer urgentie gebeurt. Er zijn verschillende manieren om hiermee om te gaan. Bijvoorbeeld: Je hebt voor jezelf een beeld van de manier waarop spelers benaderd willen worden. Buiten het veld spreek je hier ook over met de spelers, zodat je van elkaar weet wat je prettig en niet prettig vindt. Daarmee creëer je wederzijds begrip en respect. Op basis daarvan pas je de coaching aan. In stressvolle wedstrijd-

wat steviger gecoacht heeft. Een keeper moet zich niet teveel laten leiden door de gevoeligheden binnen de spelersgroep. Hij moet, in overleg met de coach, blijven doen waar hij zich prettig bij voelt.

### Leren tactisch en motiverend te coachen

Jonge keepers krijgen vanaf de B- of A-jeugd van de coach te horen dat ze moeten coachen. Vervolgens doet de ene keeper niets, want hij weet niet wat hij moet zeggen. Een andere keeper coacht 70 minuten lang. Maar hij zegt eigenlijk niets waar spelers direct wat aan hebben of waardoor



De keeper moet ook gecoacht of ondersteund worden. Hier een voorbeeld van miscommunicatie!

situaties heb je niet de tijd om na te denken over de wijze van communicatie en tegen welke persoon dit is. Als je merkt dat een speler na zo'n situatie ervan baalt en minder lekker gaat spelen, dan geef je door een compliment weer positieve input bij een redelijk eenvoudige actie. Daarnaast zullen spelers moeten leren om te gaan met kritiek en zich niet uit het veld te laten slaan, omdat de keeper in een bepaalde situatie

situaties beter beheerst kunnen worden. Bespreek met de jeugdkeeper waar hij zich in de coaching op gaat richten:

- Coachen van de verdedigers, zodat hun directe tegenstander niet aangespeeld kan worden.
- Coachen van situaties binnen het 23-metergebied, zoals vrije slagen en cirkelsituaties waarin mensen vrij staan.

## Communicatie door de keeper

Bij seniorenkeepers kan hetzelfde gedaan worden, maar kan het uitgebreid worden met het organiseren van de variatie in het uitlopen bij een verdedigende strafcorner.

*De keeper blijft, in overleg met de coach, doen waar hij zich prettig bij voelt*

Als zo'n proces gestart wordt, houd dan rekening met:

- Communiceren naar het team dat de keeper meer, of meer gestructureerd, coacht, zodat het team weet wat ze kan verwachten en hier ook naar luistert.
- Bespreken met de keeper en het team hoe hij bepaalde situaties coacht. Maak



Hier heeft de keepster duidelijk hulp van haar medespeelsters nodig.



De uitstraling van de keeper: de bal naast "kijken"!

hierover afspraken, dan wordt het controleerbaar en kan het geëvalueerd worden.

- Trainen van de besproken punten, zodat de keeper en de spelers weten hoe deze zaken in de praktijk gaan. Eventuele problemen en onduidelijkheden kunnen besproken worden. Hierdoor ontstaat een wisselwerking tussen keeper en spelers.

### Evaluëren

Elk leerproces moet geëvalueerd worden. Na een wedstrijd bespreken de coach en/of de keeperstrainer met de keeper hoe de coaching is gegaan:

- Welke onderdelen van het coachen gingen goed en welke onderdelen niet?
- Op welke momenten had je problemen met coachen en waardoor?
- Luisteren de spelers in het team? Wie niet en waardoor kan dat komen?
- Wat was je gevoel bij het coachen? Ging het vanzelf?

Met de keeper wordt besproken hoe hij moeilijke situaties oplost. Als er problemen

met spelers naar voren komen is het belangrijk om dit in zo'n ontwikkelingsproces te bespreken. Het is voor de keeper prettig als spelers zelf met feedback komen over hoe zij het coachen ervaren. Door samen aan het coachen te werken, wordt dit een onderdeel van het team en niet alleen van de keeper.

### Acceptatie

Belangrijk voor het team is te begrijpen dat de keeper probeert de spelers te ondersteunen bij hun spel. Spelers denken wel eens dat het iets te maken heeft met hiërarchie: 'Waarom mag hij tegen mij zeggen wat ik moet doen, hij komt pas net kijken'. Het feit dat een keeper praat en organiseert heeft niets te maken met het aantal jaar dat hij deel uit maakt van het team of met zijn ervaring. Door de positie die hij in het veld heeft, heeft hij meer overzicht en tijd om zich daarmee bezig te houden.

### Vertrouwen

Spelers moeten erop vertrouwen dat wat een keeper tegen ze zegt ook klopt. Ze moeten niet eerst checken of zijn comman-

## Communicatie door de keeper

do klopt en het dan pas uitvoeren. Zeker meer ervaren spelers doen dit in relatie tot een jonge keeper. Dat is begrijpelijk, want ze weten nog niet of die keeper het allemaal wel goed ziet en goed overbrengt. Er zijn verschillende oplossingen voor spelsituaties te verzinnen. De keeper maakt daaruit een keuze en op basis daarvan organiseert hij de situatie. Als spelers dit in twijfel trekken, dan leidt dit tot chaos.

*Het is van groot belang dat spelers doen wat de keeper tegen ze zegt*

Een jonge keeper moet de gelegenheid krijgen om fouten te maken in het organiseren. Als hij het resultaat van zijn verkeerde coaching ziet, dan leert hij meer dan wanneer spelers zijn coaching niet opvolgen, waardoor de fout minder zichtbaar is.



Goede communicatie begint bij een goede uitstraling! Deze keeper laat zien dat je hem niet zomaar passeert.

### Tot slot

Er is een beeld gegeven van aspecten die komen kijken bij het coachen door de keeper en welke problemen daarbij een rol spelen. Een team waarbij spelers, en in het bijzonder de keeper, effectief coachen, komt minder vaak in gevaarlijke situaties terecht. De coaching door de keeper betekent dat zijn team makkelijker in staat is

zich uit gevaarlijke situaties te redden. Het is interessant om met keepers en spelers te praten over de voordelen en de problemen waar zij mee te maken hebben. Ook is het aan te bevelen om in trainerscursussen meer aandacht te besteden aan de communicatie in het team en de communicatie door de keeper.

**Hockeyvisie is een uitgave van de KNHB.** © 2013 KNHB, Nieuwegein. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veelevoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door printouts, kopieën, of op welke andere manier dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

**Per kwartaal verschijnen 6 artikelen van Hockeyvisie. Hockeyvisie is verkrijgbaar via de webshop van de KNHB. Kosten per artikel bedragen € 2,00 (excl. eenmalige transactiekosten à € 0,85). Voor € 35,00 kunt u een jaarabonnement aanschaffen.**

**Hiervoor ontvangt u 24 artikelen van Hockeyvisie automatisch in uw mailbox.**

**Redactieraad:** Carel van der Staak, Lutger Brenninkmeijer, Wim Kemps, Afke van de Wouw

**Coördinatie en teksten:** KNHB **Vormgeving:** HEFT. Amsterdam

**Fotografie:** KNHB / Willem Vernes, Koen Suyk, Daphne Touw

**Contact:** academie@knhb.nl

Deze tekst is vanuit praktisch oogpunt geschreven in de mannelijke vorm. Overal waar de term 'spelers' staat vermeld, doelen we eveneens op speelsters. Dit geldt tevens voor andere gebruikte mannelijke vormen.