



VERENIGINGSBOX

**ONDERSTEUN DE COACH**

## Hoe ondersteun je de coach binnen je vereniging?

De trainer, coach, begeleider m/v (verder: coach) speelt in de vereniging een belangrijke rol. Hij begeleidt en motiveert zijn sporters. Zijn doel is dat sporters met veel plezier naar de training en wedstrijd komen. En dat zij zich op alle gebieden goed ontwikkelen. Ook stimuleert de coach sportief en respectvol gedrag binnen de groep. Bij de rol van coach komt dus heel wat kijken.

Jouw vereniging kan haar coaches hierbij op veel manieren ondersteunen. Bijvoorbeeld met:

- avonden voor de jeugdcoaches over de rol van de coach bij het begeleiden van sporters;
- duidelijke afspraken aan het begin van het seizoen over de manier van begeleiden en sportiviteit en respect;
- begeleiding tijdens wedstrijden en trainingen, liefst door iemand die speciaal is opgeleid in een Coach de coach-programma of -bijscholing (informeer bij je bond naar mogelijkheden);
- een aanspreekpunt binnen je vereniging voor individuele vragen over de begeleiding van sporters;
- voortgangsgesprekken met coaches.

## Waarom een voortgangsgesprek?

Voortgangsgesprekken hebben veel voordelen:

- De vereniging krijgt zicht op wat zich bij alle teams of groepen afspeelt.
- De vereniging krijgt een indruk van het persoonlijk functioneren van de coach.
- De coach kan eigen vragen, wensen of problemen naar voren brengen. Een coach klopt bij problemen niet altijd meteen bij iemand van de vereniging aan: de drempel kan te hoog zijn, problemen worden niet altijd direct (h)erkend en het vraagt extra tijd. In een voortgangsgesprek komen eventuele problemen direct aan de orde. Dit voorkomt onvrede bij de coach zelf én bij zijn sporters.
- Ze helpen de coach bij zijn ontwikkeling. Gesprekken maken de coach bewust van het eigen gedrag als het gaat om sportiviteit en respect, maar ook van het gedrag van anderen.

## Waar gaat een voortgangsgesprek over?

Een belangrijk doel voor de coach is de ontwikkeling van zijn individuele sporters én de groep: boeken we vooruitgang op de training? Hoe verlopen de wedstrijden?

Daarnaast heeft een coach vragen over de persoonlijke en sociale ontwikkeling van sporters: lukt het mij de vier inzichten over goed trainerschap in de praktijk te brengen?

- Bied ik voldoende structuur aan mijn sporters? Lukt het me ze aan te spreken? Wat doe ik bijvoorbeeld als ik merk dat een sporter wordt gepest?
- Hoe stimuleer ik mijn sporters op de juiste wijze? Hoe leer ik ze omgaan met winst en verlies?
- Heb ik aandacht voor alle sporters individueel? Wat doe ik met een sporter die faalangst lijkt te hebben? Hoe voorkom ik dat een sporter buiten de groep valt?
- Geef ik sporters voldoende eigen verantwoordelijkheid in de keuzes die ze kunnen maken?

Dit soort vragen blijft soms wat onderbelicht. Maar ze zijn belangrijk voor coach en sporters om goed te functioneren. Probeer daar in een gesprek met de coach aandacht aan te besteden.

## Wanneer voer je een voortgangsgesprek?

Voer liefst met elke coach aan het begin van het seizoen een gesprek. Spreek daarin wederzijdse verwachtingen uit. Voer gedurende het seizoen een voortgangsgesprek. Hierin bespreek je de praktijkervaringen van de coach met zijn groep en individuele sporters.

## Wie voert de gesprekken?

Elke vereniging maakt haar eigen keuze voor wie de gesprekken het best kan voeren. Dit kan bijvoorbeeld zijn: een hoofdtrainer, technisch jeugdcoördinator, leeftijdscoördinator, lid van het bestuur of jeugdcommissie of de praktijkbegeleider die de coach begeleidt. Leg het resultaat van het gesprek en eventuele actiepunten liefst ook schriftelijk vast.

## Wat is het resultaat?

### Voor de vereniging

Gesprekken die systematisch plaatsvinden aan de hand van een gespreksformulier, leveren een goed inzicht in het functioneren van het technisch kader. Aan de hand van de resultaten kan een bestuur

besluiten om bijvoorbeeld organisatorische zaken anders aan te pakken, onderlinge communicatie te verbeteren of meer opleidingsmogelijkheden aan te bieden.

### Voor de coach

De coach voelt zich serieus genomen. De vereniging laat zien dat de coach intern een belangrijke rol vervult en ondersteuning of begeleiding krijgt. Een persoonlijk gesprek helpt de coach bij de reflectie op zijn rol als begeleider van (jeugd)sporters. Belangrijk daarbij is wel dat de vereniging gemaakte afspraken nakomt!

### Vier inzichten over goed trainerschap



Structureren



Stimuleren



Individueel aandacht geven



Regie overdragen

## **Voorbeeld: Hoe voer je voortgangsgesprekken met coaches?**

### **Tips voorbereiding alle gesprekken**

Zorg aan het begin van het seizoen voor:

- een planning wanneer je de gesprekken gaat voeren;
- een keuze voor degenen die de gesprekken gaan voeren;
- duidelijkheid over de gespreksonderwerpen: wat willen we te weten komen?
- een keuze voor de manier van verslaglegging en terugkoppeling aan de coach.

### **Tips voorbereiding individueel gesprek**

- Laat de coach het gesprek voorbereiden met een vragenlijst of bespreekpunten.
- Zorg voor een rustige omgeving waarin je het gesprek ongestoord kunt voeren.
- Voer het gesprek bij voorkeur met minimaal twee personen.
- Houd een vaste tijdsduur aan per gesprek, bijvoorbeeld dertig minuten.

### **Tips voor de start van het gesprek**

- Zorg voor een ontspannen sfeer.
- Voer een inleidend gesprekje over de laatste wedstrijd of training.
- Uit aan het begin van het gesprek je waardering over zijn inzet, resultaten of samenwerking.
- Benoem het doel van het gesprek en de gespreksonderwerpen.
- Vertel hoe het gesprek wordt vastgelegd en teruggekoppeld naar de coach.
- Bespreek de verwachtingen van de coach.

### **Tips voor de inhoud van het gesprek**

Bespreek in ieder geval de volgende punten:

- **Algemene vragen**

Start met vragen als: hoe vind je het gaan met je sporters? Heb je plezier in je rol als coach? Voldoet het aan je verwachtingen?

- **Training of wedstrijd**

Wat gaat er goed? Waar ben je tevreden over? Waar zie je verbetermogelijkheden? Wat heb je daarvoor nodig?

- **Ontwikkeling van sporters**

Wat gaat er goed? Zit er vooruitgang in? Waar ben je tevreden over? Waar zie je verbetermogelijkheden? Hoe kan de vereniging daartoe bijdragen?

- **Functioneren van de groep of het team, omgaan met elkaar**

Is de sfeer goed? Zijn er knelpunten? Waar zie je mogelijkheden tot verbetering? Wat heb je daarvoor nodig?

- **Functioneren individuele sporters**

Heeft iedereen het naar zijn zin? Heeft iedereen voldoende mogelijkheden zich te ontwikkelen? Wat gaat er goed? Waar ben je tevreden over? Waar zie je verbetermogelijkheden? Wat heb je daarvoor nodig?

- **Gesprekken van coach met sporters**

Op welke momenten houd je de gesprekken? Hoe bereid je je hierop voor? Wat zijn de resultaten?

- **Samenwerking binnen de vereniging**

Is er voldoende contact en samenwerking binnen de vereniging? Wat gaat er goed? Waar ben je tevreden over? Hoe kan het eventueel beter?

- **Wat heb je van de vereniging nodig?**

Denk aan praktische zaken zoals materialen, aantal trainingen of oefenstof. Maar ook aan opleiding, bijscholing of individuele begeleiding.

- **Zijn er nog andere punten die je kwijt wil?**

Maak afspraken over verslaglegging en terugkoppeling van gemaakte afspraken. Is er aanleiding om verder te praten? Maak dan een vervolgspraak.