



Over Assessment, het voorportaal van Action Type en Sport Type Dynamics

Peter Murphy, de mastercoach uit Uden, is met zijn adviezen en lessen aan de trainers en coaches uit onze sportwereld aangekomen bij het voorportaal van zijn hoogsteigen kindje, Action Type, ook wel Sport Type Dynamics. Dat voorportaal heet Assessment, ofwel beoordeling: 'wat voor vlees hebben we in de kuip?'

Het hoofddoel van de trainer of de coach in het dagelijks leven van de sport is volgens de methode-Murphy relatief eenvoudig. Het gaat er bij alle handelingen en bedoelingen van de coach om: hoe bereik ik mijn pupil? Die pupil moet open staan voor zijn of haar trainer. Het doel om na te streven voor de goede coach is dan ook 'hoe kan ik de coachbaarheid van die pupil verhogen?' Veel coaches doen dat op de manier zoals die hun zelf ooit is aangereikt. 'Ze putten uit eigen ervaring. Het zijn pure praktijkmensen die op een goede dag gewoon zijn begonnen met het begeleiden van sportmensen en handelen naar wat ze ooit zelf hebben gedaan. Ze maken daar hun eigen systeem van. Dat is aan de ene kant leuk. Maar aan de andere kant natuurlijk te weinig.'

Maatwerk

Het is als altijd een botsing: de kracht van de praktische feiten als bewijs tegenover de theorie van de wetenschap. 'Ik zeg dan altijd dat niets praktischer is dan een goede theorie. In dat krachtenveld bevinden wij ons.'

De topsport van heden ten dage vraagt het uiterste van begeleiders. Er is sprake van een internationale benchmark. De piketpaal is ver geslagen. 'De mondiale standaard vereist in de begeleiding van de sporter tegenwoordig puur maatwerk. Ook in het geval van het werk met een team-sporter. Voor minder kan het niet meer. De relatie coach-sporter kan geen confectie zijn. Het moet zitten als een maatpak, tailormade.

'Alleen op die manier, met een aanpak op die sporter gericht, met een training die volledig bij hem of haar past, kunnen de talenten die de sportman of sportvrouw bezit, helemaal benut worden. Dat betekent dat je een soort landkaart moet hebben van die sporter, hoe die in mekaar steekt. Zodat je op het juiste moment op het

juiste knopje kunt drukken. Zo simpel is dat.' Dat in kaart brengen heet assessment, in de taal van de psychologie het equivalent voor beoordeling. 'Je brengt kwaliteiten in kaart die nodig zijn voor het begeleiden en begeleid worden. Het is een soort beoordeling, over wat voor vlees je in de kuip hebt.' 'Er bestaan tegenwoordig een heleboel vragenlijsten voor. Je

'Niets is praktischer dan een goede theorie'

wordt er dood mee gegooid. Die zijn leuk, maar je moet wel weten waar je op moet letten. Als je praat over de coach in de rol van individueel begeleider, leider of teamcoach, daar kun je allemaal competenties aan hangen. Die competenties kun je laten scoren door middel van een assessment.

Bedrijfsleven

'We assessen allereerst de coach. Want die coach moet weten wie hij is. Die moet zijn rollen weten, de competenties die bij die rollen noodzakelijk zijn. Dat kan met vragenlijsten over mentale vaardigheden. Je kunt het zo gek niet noemen of zo'n lijst en zo'n vraag bestaat al.

'Nu gaat het er in mijn visie om dat de meeste van die assessments uit het bedrijfsleven komen. Die kloppen in zijn algemeenheid allemaal. Echter deze assessments genereren geen inzicht in de motorische component. Want om dat type assessment draait het. Het moet voorspellend zijn. Wat is zijn kracht, hoe voert hij zaken uit, wat is zijn valkuil, hoe vult hij tijd en ruimte? Hoe neemt hij beslissingen op het veld en onder stress? En wat is, als we het over de sporter hebben, zijn motorisch talent? Dat laatste is essentieel bij sporters. In de meeste

sporten kun je daar een uitspraak over doen.'

'Zulke essentiële vragen moet je in de sportcontext kunnen benoemen. Je moet die vragen aan jezelf stellen, maar ook aan jouw sporter. Simpel voorbeeld: als ik als sporter veel meer gericht ben op beslissingen die ik op mijn gevoel neem en mijn coach is een denkmatig opererend mens, een rationeel handelende man, dan komt die verhouding in een situatie van stress onder druk te staan. Het zal gaan wringen. Inzicht en doorzicht is de oplossing.'

'Je moet dus een assessment doen over de vaardigheden voor de rollen, maar ook moet dat assessment reproduceerbaar zijn. Het moet een volgende dag, of een volgende week oproepbaar zijn. En het moet niet slechts voor die ene sporter te gebruiken zijn, maar voor alle unieke sporters die er zijn. Dan is het verder essentieel dat je niet alleen naar je sporter kijkt of naar jezelf. Maar ook naar de interactie tussen die twee en dat geldt ook voor een team. Dat is dan weer een geheel nieuw verhaal.

'De relatie coach-sporter kan geen confectie zijn, het moet zitten als een maatpak'

Voor mij is het belangrijk dat er een assessment is buiten de vele en gewone vragenlijsten over mentale zaken om. De gegevens die uit dat assessment komen, moeten in een model te persen zijn.'

Sportgericht

'Dat is nodig, omdat je als je zulk een aanpak hanteert, dat je dan zeker weet dat je over hetzelfde praat. Dat we 't over hetzelfde hebben. Dat vind

ik het voordeel van een bepaald theoretisch kader.'

'Zo'n assessment, over wat we nodig hebben op het sportveld, moet je zelf ontwikkelen. Het gaat om maatwerk, om economisch en slim handelen, over geen krachten verspillen, over tailor-made trainen. We moeten uitkijken naar een sportgericht assessment. Dat is een forse taak, een heleboel werk.

'Hoe ouder je wordt, hoe meer je op jezelf gaat lijken'

Maar je moet dat wel doen als coach. Anders is je samenwerking niet sterk genoeg.' Peter Murphy heeft de laatste jaren een systeem voor de sport zien ontstaan, gebaseerd op wetenschappelijke theorieën. De kern komt van Carl Jung, de Zwitserse psychiater. 'Jung heeft op gedragsmatig niveau, hoe mensen functioneren, hoe ze dingen zeggen, heel interessante zaken ontdekt. Van hem is de indeling Introvert (code: I) en Extravert (code: E), voor het sportveld is dat heel interessant.

'Dan is Jung ook de man van de vier zogenaamde mentale functies (een combinatie van twee is complementair). Twee ervan gaan over de verwerving en verwerking van informatie. Hoe haal jij informatie binnen uit de buitenwereld? Hij onderscheidde gedetailleerd, in kleine brokjes (code: S), en globaal, in grote brokken (code: N).'

'De twee andere samenhangend mentale functies van Jung gaan over het nemen van beslissingen: doe je dat logisch, feitengericht (code: T), of juist meer gevoelsmatig, houd je daarbij rekening met een ander (code: F). Informatieverwerking en beslissingsvaardigheid zijn voor de sport heel essentieel. Inmiddels is ook veel bekend over het één zijn van lichaam en geest. Wat betekenen zulke geestelijke functies voor het fysiek? Zou je daarmee een onderscheid kunnen maken in mensen die op verschillende manier bewegen? Onderzoek van de

afgelopen jaren heeft aangewezen dat we hier een sterke link hebben tussen lichaam en geest.'

Zestien types

De ideeën van Jung zijn later doorontwikkeld door Myers-Briggs. Zij hebben de zestien types van Action Type, de door Murphy aangehangen typologie, ontwikkeld. 'Zij hebben aan de drie eerdere elementen een vierde dimensie gehangen, die van J en P, van Judging en Perceiving, van oordelen en waarnemen, van gecontroleerd en afwachtend.' 'Voor sport is interessant dat de J gekoppeld kan worden aan de linkerhersen helft, de P aan de rechterhersen helft. Juist die laatste dimensie geeft aan hoe sporters op het

'Een assessment is niets meer dan een beperkte weergave van de werkelijkheid'

werkveld functioneren. Iemand heeft een preferentie, een dominantie voor een van de hersenhelften. Het is net als de linker- en rechterhand. Je gebruikt beiden, maar de verkeerde hand wordt nooit je voorkeurshand.' Jung en Myers-Briggs zijn de basis voor het assessment. Maar een wetenschapper als Walter Lowen heeft bijgedragen aan de vervolmaking. Hij heeft gewezen op de sterke relatie lichaam en geest, de fijne (code: ST) en grove motoriek (code: SF). Ook de combinatie van fijn en grof (code: NF). 'Het snel tevoorschijn kunnen toveren van je motorische talent (linker- dan wel rechterhersen helft gestuurd) is echt een eye-opener.' Verder zijn er invloeden op het model geweest door Benziger en Pribram, ofwel het True & False Type. 'Handel je naar je eigen waarachtigheid? Of ben je iemand anders aan het nadoen? Ik zeg zelf altijd: hoe ouder je wordt, hoe meer je op jezelf gaat lijken.'

Manier van kijken

Samen met Theraulaz en Hippolyte wordt de toepassing voor de sport

verder ontwikkeld. Maar relativering is bij dit alles op de plek. De ideale beschrijving is niet gelijk aan de werkelijkheid. Hij houdt zich toe aan de werkelijkheid zo ongeveer als een kloppend kookboekrecept voor erwtensoep tot een bord erwtensoep. 'Het betekent ook: een model, een assessment, is niets meer dan een beperkte weergave van de werkelijkheid. Zoals wetenschap een perceptie van een onderzoek van een onderzoek is. Ik kijk daarnaar en interpreteer dat weer. Er is daarom niet één waarheid. Het is een manier van kijken. Het brengt je in de buurt. Het laat zien dat je met anderen zinvol kan praten over dezelfde uitgangspunten, over enigszins hetzelfde. Als je over een model spreekt, dan heb je 't over dat bepaalde model. Je weet waar je over praat.'

Lees meer over ActionType en actiontype sporterprofielen: www.sportconsultingteam.nl

Volleybalcoach Toon Gerbrands werkte met succes met de moderne afgeleide van de Myers-Briggs Type Indicator, uit de jaren vijftig. Hij ontwikkelde in samenwerking met Peter Murphy een aanpak voor de nationale ploeg, in de aanloop naar Sydney 2000. Gerbrands hanteerde drie niveaus, bij de vaststelling van de psychologische profielen en typeringen van alle betrokkenen bij het team.

*1. ken jezelf
2. ken je spelers
3. ken je team.
Hij bracht zichzelf in kaart en kreeg een sterk beeld van: 'wie je zelf bent, wat je sterke kanten zijn, wat de valkuilen zijn, waardoor je geïrriteerd raakt en wat er gebeurt bij stress. Zelfkennis was daarbij de eerste stap voor samenwerking met spelers en staf.' Daarna volgde het intensieve werk van het in kaart brengen van de spelers. Hij had er drie tot zes maanden voor nodig. 'Automatisch bouw je ook routine op, om de individuele sporter te koppelen aan je eigen profiel. Daardoor krijg je langzamerhand voorkennis over een aantal zaken, kun je een aantal dingen beter verklaren en creëer je een benadering die steeds meer individueel gericht is. Een aanpak op maat.'
De derde fase was de analyse van het team volgens Action Type. Het team bestond uit doeners, hier en nu mannen en realisten. Andersdenkenden waren in de minderheid, vernieuwers in het geheel niet aanwezig. Er werd gewerkt aan aanvullende voorwaarden om zulke leemten te vullen.*

*'Uiteindelijk is alles terug te brengen tot de kern: je denkt na over jezelf, over je spelers, over je team en over de situaties waarin je kunt belanden. Ik las een uitspraak van Joop Alberda: "Succes is geen toeval, 80 procent kun je managen". Typing valt onder die 80 procent.'
Volgende keer: meer over Action Type*