

Ron Jans over het afgelopen seizoen bij PEC Zwolle

Overeind blijven in moeilijke tijden

Na drie geweldige jaren maakte PEC Zwolle onder leiding van Ron Jans een moeilijk seizoen door. De Zwollenaren moesten lang tegen degradatie vechten en kregen gedurende het seizoen meerdere tikken te verwerken. Hoe ga je als coach om met tegenslagen en hoe verandert je rol en je aanpak ten opzichte van de momenten dat het heel goed gaat? De Voetbaltrainer liep een week mee 'Onder De Peperbus', om te kijken hoe je in verschillende facetten omgaat met tegenslag.

Beginsituatie

Ron Jans is bij PEC Zwolle bezig aan zijn vierde seizoen. Na mooie jaren met onder meer de zesde plaats en de bekerwinst gaat het dit seizoen minder voor de wind. Na een moeilijke eerste seizoenshelft ging het na de winterstop een stuk beter. Alleen verzuimden de Zwollenaren zichzelf al vroegtijdig veilig te spelen. Pas één wedstrijd voor het einde werd het eredivisieschap veiliggesteld door een zege op SC Heerenveen. De Voetbaltrainer was in de week voorafgaand aan het thuisduel tegen Heracles (22 april) bij Jans op bezoek.

Ganzen

De spelers hadden bij een overwinning Tweede Paasdag vrij gehad. Door de 5-1 nederlaag stonden jullie maandag echter alweer met elkaar op het veld. Wat zeg je tegen de groep na een fors verlies?

Ron Jans: 'De dag na de wedstrijd tegen FC Groningen (16 april jl., red.) hadden we een nabespreking en een

uitlooptraining. Op weg naar de club had ik natuurlijk een enorm rotgevoel. Maar iedereen kijkt wel naar de hoofdtrainer, dus dat rouwmoment moest zo snel mogelijk worden omgebogen in energie voor de toekomst. Voor de bespreking tekende ik een zogenaamde ganzenformatie op de flip-over en vroeg aan de spelers waarom ganzen volgens hen zo vliegen. De voorste geeft de richting aan en houdt de nummers twee en drie uit de wind. En zij houden op hun beurt weer de nummers vier en vijf uit de wind, enzovoort. Ze functioneren als een team en posities kunnen worden overgenomen als iemand bijvoorbeeld even meer achteraan wil vliegen. Maar tegen FC Groningen opereerden we niet als team. Ik gaf aan dat ik die voorste van de formatie ben en dat ik dat graag wil zijn. Ik wil richting geven en het team bij de hand nemen. In Groningen werden we echter afgetroefd. We winnen als team en we verliezen als team, dus na de wedstrijd tegen FC

Groningen heb ik de spelers niet uitgekafferd, maar duidelijk gemaakt dat we elkaar juist in deze fase keihard nodig hebben.'

Feldweibel

'In deze fase ga ik op of naast het veld niet overdreven schreeuwen of gek doen voor de Bühne. Iedereen kent de situatie: de spelers, de fans, wij. We hebben het eerder in het seizoen al laten liggen, bijvoorbeeld tegen Roda JC en Willem II. Bij een club als PEC Zwolle weet je dat je elk seizoen wel een keer tegen een flinke zeperd aan loopt. En vooropgesteld: we zitten er zeker bovenop, maar je moet na een forse nederlaag geen andere dingen doen dan normaal. Als je dat wél doet, zeg je in feite dat je daarvoor dus verkeerde dingen gedaan hebt. Wat dat betreft is er dus, sinds de bekerwinst, in mijn werkwijze weinig veranderd. Alleen ben ik meer een observator geworden in die vier jaar. Het veldwerk heb ik grotendeels uit-



Foto: Pro Shots

besteed aan mijn assistenten. En soms doe ik de trainingen ook zelf. Als het minder gaat, heb je een andere, meer sturende, rol dan wanneer alles goed gaat en je de beker wint. Je moet toch vaker en meer het voortouw nemen en richting de positieve dingen sturen. Je moet je focussen op wat je moet doen: scherp te creëren en zorgen voor duidelijkheid.

‘Dankzij individuele gesprekken bouw je een band op met spelers’

Er bovenop zitten doe ik door rustig te praten en door individuele gesprekken te voeren met spelers. Dat doe ik na elke bespreking. Ik kan de tactiek nader individueel toelichten, input vragen bij spelers, gewoon eens horen hoe zij erover denken. Door die gesprekken individueel te doen, bouw je relaties op met spelers en hoop je dat

ze open en eerlijk durven zijn. En misschien zelf met oplossingen komen. Dat vind ik belangrijk. Dus ook na een vervelende nederlaag ben ik geen *feldweibel*. In de nabespreking heb ik gezegd wat ik op mijn lever had, daarna wilden we weer de blik op Heracles krijgen. Dat heb ik dus ook zo met mijn staf besproken: we stappen het veld op met de blik naar voren gericht.

Want zoals gezegd: wij moeten daarin voorop lopen. Je moet elke keer weer het team bijeenrapen. Motiveren. Prikken. Vertrouwen geven. Ook omdat de spelersgroep voor het seizoen had opgeschreven dat ze verwachtten rond de zevende plek te spelen is dat best moeilijk. Wat dat betreft was het zelfbeeld niet goed. Dan moeten de

spelers weleens teleurstellingen verwerken. Maar als wij als staf daarin niet het voortouw nemen, doen de spelers dat ook niet meer.’

Kleine dingen

Wat heeft u verder deze week gedaan om scherp te creëren?

‘Tijdens de donderdagtraining heb ik gecontroleerd of iedereen op tijd op de club was. Dat zijn afspraken die we met elkaar maken. Iedereen was op tijd, sommigen overigens heel nipt. Tijdens de training heb ik de scheenbeschermers gecontroleerd. Ik wil gewoon geen blessures oplopen doordat spelers geen scheenbeschermers dragen. Veel spelers hadden ze echter niet om. Dan ben je even aan de beurt ja. Er staat een boete op van tien euro. Maar ik neem het ook mee in de keuzes die ik maak. We nemen voor de wedstrijd tegen Heracles bijvoorbeeld maar zes wisselers mee, terwijl je er tien mag hebben. In deze fase van het seizoen kies ik ervoor om

de spelers zelf te laten zorgen dat ze erbij zijn. En wie er niet bij zit, moet maar zorgen dat hij erbij komt. Daar moet je ook mee omgaan. Dat zijn kleine dingen waarmee je scherp te kweekt. Want na de wedstrijd tegen FC Groningen verwacht je wel dat er scherp te en een bepaald bewustzijn is. Maar is dat er niet? Dan duwen we het op deze manier wel door de strot. Ik heb een heel prettige groep om mee te werken, maar tegelijkertijd ook een heel jonge groep. Sommige spelers moeten nog leren hoe je leeft voor je sport. Hoe je elke week scherp moet zijn. Hoe je elke training moet trainen om te verbeteren. Dat is niet altijd makkelijk. Je moet leren incas-seren en over dingen nadenken. Voor mij als trainer vind ik het een mooie rol om spelers daarin te begeleiden. Dat gaat stapje voor stapje. Bij som-migen spelers gaat het heel goed, maar bij anderen gaat dat heel moei-zaam. Dat heeft met lerend vermogen en bereidheid om aan jezelf te scha-ven te maken. De een staat daar voor open en wil graag leren, met de ander bots je regelmatig. Maar als spelers denken dat ze niet meer kunnen le-ren, dan kunnen ze beter onder een andere trainer gaan trainen.'

Competitie-element

Tijdens de trainingen in de week naar Heracles kwam het reageren na een ne-derlaag regelmatig terug. In welke vormen heeft u dat gedaan?

'Wat ik na FC Groningen en de nabe-spreking van maandag graag wilde zien, is dat er strijd geleverd werd. Passie, beleving, winnen, verliezen. Hoe reageer je als je op achterstand komt? Dan zijn kleine partijen ideaal



tijden gedaan. Met twee groepen van vijf deden we 1:1, 2:2 en 3:3 op een kwart veld, met grote doelen, in de kortste tijdspanne. Eerst speelden de

liet best wel wat toe. Laat ze er maar een keer voor vechten. Verder pro-beerden we gedurende de week ook veel competitie-elementen in de trai-ning te krijgen. Dus tijdens een groot positiespel (11:11 op een half veld) mochten ze na tien keer de bal te heb-ben overgespeeld ook scoren. Tijdens de afsluitende training deden we 4:4 met vier kaatsers voor beide ploegen. Ook daarin zat weer een competitie-element. En de afsluitende training was vooral een *feel good-training*, zodat de spelers in elk geval met een goed gevoel naar de wedstrijd van Heracles zouden gaan.' (zie ook De Trainings-Planner)

'Als de staf het voortouw niet neemt, doen de spelers dat ook niet meer'

om de spelers te triggeren. Tijdens de tweede training, waarin het voetbal-conditionele aspect ook terugkwam, hebben we daarom veel kleine par-

nummers één tegen elkaar, daarna de nummers twee, enzovoorts. Tijdens de partijtjes zat ik erbovenop. We hadden er een scheidsrechter bij, die



Concurrentie

Na het duel tegen FC Groningen heeft u de basiself op twee plekken gewijzigd. Waarom?

‘Tegen FC Groningen speelden we 1:4:4:2 vlak, een speelwijze die we nog niet eerder hadden gespeeld. Dat pakte slecht uit. In de wedstrijd zijn de spelers daarom zelf gaan schakelen naar 1:4:3:3, om zo meer vastigheden te krijgen. Dat vind ik trouwens prima. Het is goed dat je op verschillende manieren kunt spelen. Maar als je dat te ver doorvoert, krijg je verschrikkelijk veel onzekerheden in de ploeg. Dat geldt ook voor onderlinge concurrentie. Als je continu

wisselt in de spelers die je opstelt en in je speelwijze, dan weten spelers op een gegeven moment niet meer wat ze moeten doen. Ze gaan twijfelen, worden nog angstiger om verkeerde dingen te doen in het veld. Bij de minste of geringste tegenslag zakt het elftal dan wéér in elkaar. Dus ook bij tegenslag moet je volgens mij vastigheid en vertrouwen houden. Daarom heb ik niet veel veranderd. Ryan Thomas wilde ik sparen voor de laatste twee duels (hij kampte met een liesblessure, red.). Als ik hem zou laten spelen hadden we hem tegen SC Heerenveen en PSV moeten missen vrees ik. En Kingsley

PEC Zwolle – Heracles Almelo

Na deze trainingsweek speelde PEC Zwolle op zaterdagavond tegen Heracles Almelo (1-2 nederlaag). De ploeg van Ron Jans was in de eerste helft minder dominant dan Heracles, maar kreeg via aanvallers Nicolai Brock-Madsen en Queensy Menig wel twee heel grote kansen. In de tweede helft werd PEC steeds sterker, maar kreeg het twee tegendoelpunten door fouten in de communicatie achterin. In de slotfase nam Jans veel risico door 1:3:3:4 te gaan spelen. Het leverde de aansluitingstreffer en dé kans op de gelijkmaker op, maar die viel uiteindelijk niet. Een dag later verloren achtervolgers Sparta en NEC ook, waardoor het verschil op de ranglijst vier punten bleef, met twee duels te gaan.

Ehizibue kreeg de voorkeur boven Youness Mokhtar.’

Waar heeft u de nadruk op gelegd tegen Heracles?

‘Tegen Heracles was een van de belangrijkste elementen het onder druk zetten van hun laatste linie. De centrale verdedigers (Mike te Wierik en Justin Hoogma, red.) mochten geen tijd krijgen om op te bouwen, zeker Hoogma niet. Dat is echt een goede speler. (voor beelden van de voorbespreking: zie Mediatheek, red.) Tijdens de 11:11 op de training ging dat goed en scoorden we daar zelfs uit. Maar in de wedstrijd kregen we amper druk op de bal. Er zat angst in de ploeg. Onze hele linkerkant liep achteruit. Te Wierik en Hoogma konden regelmatig het middenveld in dribbelen. Mustafa Saymak, onze nummer 10, durfde niet zijn man te verlaten en over te nemen. Onze spits Nicolai Brock-Madsen liep zich daardoor kapot. Dat indrib-

belen is een kwaliteit van Hoogma, die gewoon rustig bleef en de pass lang durfde uit te stellen. Maar het drukzetten met drie naar één kant lukte daardoor voor geen meter. En verder durfden we niet door te dekken, niet elkaars man over te nemen, niet door te schuiven. Die angst was mede ontstaan doordat de andere ploegen boven ons op de ranglijst wisten te winnen en uitliepen. En ook omdat we in de eerste minuut wél druk op de bal zetten, daarin te laat kwamen en Heracles al bijna 1:1 met de keeper stond. Zodra er angst is, gaan spelers zich verstoppen.'

Wat heeft u in de rust gewijzigd?

'In de rust zijn we daarom bij balbezit van Heracles overgestapt op 1:4:4:2, met twee mensen op hun centrale duo. Die konden daardoor niet meer inschuiven en dus hadden we dat probleem opgelost. In de verdedigende 1:4:4:2 moest Heracles via de backs opbouwen of heel veel risico nemen in het centrum. Door die wisseling stond

niet.' (zie Mediatheek voor videobeelden van de videonabespreking, red.)

Bent u uiteindelijk tevreden hoe de spelers hebben gereageerd na de nederlaag tegen FC Groningen?

'Ja, de spelers hebben goed gereageerd. Na de bespreking van maandag is de blik gericht op Heracles. Door de angst in de ploeg hebben we uit-



Foto: PEC Zwolle Media

'Bij angst gaan spelers zich verstoppen'

het bij ons gewoon goed. Heracles was wel dreigend, maar ik had niet het gevoel dat ze zouden scoren. Uiteindelijk verloren we toch door twee collectieve fouten bij het verdedigen. Dat had niets met systemen te maken. Samuel Armenteros stond bij het eerste doelpunt tussen vier spelers van ons in, er werd niet gedubbeld. Kristoffer Peterson legde de bal voor en Armenteros kon simpel scoren. En de tweede goal was helemaal slecht verdedigd. Bart Schenkeveld stond als linksback achter de lijn van het centrum van de verdediging. Hij keek naar de man en de bal en liep vervolgens ook nog mee achteruit. Ouasim Bouy had natuurlijk nooit mogen stappen zo dicht bij de middenlijn, zonder druk op de bal. Even daarvoor hielden we ons al niet aan de afspraak: dat is namelijk dat je voor de bal gaat staan als zij een vrije trap snel willen nemen. Dat gebeurde

eindelijk niet goed gespeeld, maar we hebben er wel alles aangedaan. Dat blijkt ook uit de gelopen afstanden, de sprints, het tempo, enzovoorts. Aan het werk en de inzet ligt het niet, maar we hebben moeite met de angst die degradatievoetbal met zich meebrengt. We zullen moeten accepteren dat het spannend is en we moeten voorkomen dat die spanning omslaat in angst. Momenteel gebeurt dat wel en dat merkte je ook in de nabespreking. Wat je tegelijkertijd ziet is dat sommige jongens in bepaalde fases de bal niet meer willen hebben wanneer het spannend wordt. Daar gaan we mee aan de slag. Ook de manier van drukzetten gaan we trainen, want dat kwam er veel te weinig uit. Dat worden de accenten richting de thuiswedstrijd tegen SC Heerenveen (gespeeld op zondag 7 mei en met 2-1 gewonnen, red.).'

Mariniers

'Door de bekerfinale hebben we twee weken om ons voor te bereiden. De spelers moeten in die periode laten zien dat ze er graag bij willen zijn. Ik vond ze namelijk wel tam in de nabespreking van het duel tegen Heracles. Ik kreeg te weinig respons en het was te gelaten. We hebben eigenlijk geen typische degradatievoetballers. Als het erom gaat, laten we ons nog weleens te makkelijk van de bal afzetten. We missen een aantal spelers die, als het er echt op aankomt, het voortouw nemen. Wij zijn dit seizoen een keer in Doorn geweest bij de mariniers. Daar hebben we allerlei oefeningen gedaan en men vertelde ons dat als het spannend wordt, je drie types kunt onderscheiden: bevriezers, vluchters en vechters. Dit PEC Zwolle heeft te veel vluchters en bevriezers in de selectie. Vechten is ook niet altijd goed, maar je hebt wel een paar spelers nodig waarmee je de oorlog wint. De komende periode gaan we hard werken en gas geven, want we moeten wel zorgen dat het goed komt. Hoe lastiger het wordt, hoe mooier het wordt als je er met elkaar uit komt. Daar heb ik nog altijd alle vertrouwen in.'

Bij clubs waar het minder goed draait ontstaat altijd onrust. Bij PEC Zwolle is het, ook in de mindere tijden van dit seizoen, relatief rustig geweest. Hoe kan dat?

'In moeilijke tijden moet je bij je plan en bij elkaar blijven. Ik vind dat we dat hier goed doen. De spelers, de fans, bestuurders. Op een positieve

manier zijn we bij elkaar gebleven. En als ik zelf rustig blijf als coach en geen gekke dingen doe, heeft dat invloed op de jongens. Het heeft ook met communicatie te maken. Je moet als coach uitleg geven wat er gebeurt en waarom je dingen doet. Dat hoeft echt niet altijd met alles, maar op sommige momenten is dat goed. Ik probeer dat bijvoorbeeld te doen in die eerdergenoemde individuele gesprekken. En soms moet je ook wisselspelers een

probeer ik onder andere te krijgen door belangrijke beslissingen te overleggen met de aanvoerders: Kevin Begois, Mustafa Saymak, Dirk Marcelis en Bram van Polen. Als je verregaande beslissingen neemt, moet je dat communiceren en openstaan voor feedback van anderen. Ik moet niet de enige zijn die iets vindt. De beslissingen worden genomen en gesteund, zo zit leiding geven volgens mij in elkaar. Dat je communiceert met je spelers.

‘Ik moet niet de enige zijn die iets vindt’

kans durven geven in het team. Daarnaast vind ik dat onze fans een heel goede invloed hebben. We hebben in de eerste seizoenshelft in eigen huis echt slechte wedstrijden gespeeld. Maar het publiek heeft ons fantastisch gesteund. Na de nederlaag tegen FC Groningen waren ze kritisch. Dat mag ook. Maar verder steunen ze ons altijd. Dat is gewoon een groot voordeel. Ze komen niet in de kleedkamer, zijn niet betrokken bij vervelende incidenten. Dat heeft ook invloed op de mindset van spelers. Als er heel veel onrust is bij de supporters van een club, speelt dat zeker een rol. Spelers laten zich toch afleiden en dat moet je te allen tijde proberen te voorkomen.

Dat geldt net zo goed voor afleiding vanuit de media. Toen Feyenoord hier op bezoek kwam op 9 april (2-2, red.) ging het in de pers de hele week over het feit dat ze hier al jaren niet hadden gewonnen op het kunstgras. Dan sta je als Feyenoord al met 1-0 achter. De aandacht ligt meer op feit dat ze hier lang niet gewonnen hebben, dan op het feit dat ze hier konden winnen. De aandacht houden op de goede, positieve dingen. Dat proberen we bij PEC Zwolle in elk geval te doen. En dan nog gebeurt er ook hier weleens wat, maar dat proberen we vooral binnenskamers te houden. Het creëren van draagvlak voor je beslissingen is daarbij erg belangrijk. Dat draagvlak

Bram is aanvoerder, dat is duidelijk. Mustafa komt uit de eigen jeugdopleiding en vertegenwoordigt de jongere spelers in de selectie. Dirk is ook heel sterk en belangrijk in de groep. En Kevin is de senior. Daar kan ik goed mee klankborden. Bovendien wordt er naar alle vier goed geluisterd door de groep. Dat vind ik ook belangrijk.’

Samenvatting:

- Blijf vasthouden aan zekerheden en gooi in mindere tijden niet alles overboord.

In dit artikel wordt diverse malen verwezen naar videobeelden in de TrainingsPlanner en Mediatheek. Vooral de beelden van diverse besprekingen zijn natuurlijk uniek instructiemateriaal voor de collegatrainers van Ron Jans.



- Zorg voor scherpheid en duidelijkheid, zowel op als buiten het veld.
- Creëer draagvlak door bepaalde beslissingen eerst met ‘dragende’ spelers te delen.
- Blijf (veel) communiceren met spelers, zowel individueel als in groepsverband.
- Houd incidenten zoveel mogelijk binnenskamers.
- Neem als technische staf het voortouw in het uitstralen van positivisme.

Jans' toekomst

Na vier jaar neemt Ron Jans na dit seizoen afscheid van PEC Zwolle.

‘PEC Zwolle is voor mij een geweldige periode geweest. Ik kwam hier na een best moeilijke tijd. Bij SC Heerenveen was mijn tweede jaar goed, maar met name het eerste jaar was erg vervelend. Standard Luik was een interessante periode, maar met een half jaar niet succesvol. Al heb ik het gezien de laatste trainers daar nog lang volgehouden. Eenmaal hier was het geweldig, we hebben bovendien twee prijzen gepakt. Het is een klus geweest, zeker ook het laatste jaar om ons te handhaven. Maar de basis is hier groter geworden om met PEC elk jaar in de Eredivisie te spelen. De fitnessruimte in de kleedkamer, de videoanalist Davey de Jong die fulltime in dienst is, Johan Sports dat alle afstanden bijhoudt, de individuele kracht- en fysieke trainingen. Allemaal ontwikkelingen die zorgen dat we hier op een hoger niveau zijn gekomen. Het is mooi om daarbij geweest te zijn. Ik ga de mensen hier missen, maar ben ook aan toe om een jaar aan mezelf te werken. Om in mezelf te investeren en te kijken welke ontwikkelingen zich op voetbalgebied voordoen. En om te kijken hoe het voelt om niets te doen. Wat komt er dan op je af? Wat wil je met je leven? Ik heb zelf besloten dat ik niet steeds hetzelfde wil doen. Bezinning en nieuwe dingen ontdekken, daar verheug ik me op. Maar met de voetballerij ben ik nog niet klaar. Daar ga ik niet mee stoppen.’