

door Marie Verheij

Water is zijn leven. Niet alleen heeft hij achter zijn woning in Reeuwijk een bootje liggen waarmee hij op een mooie dag een plas op vaart. Nee, heel zijn leven staat in het teken van water. Ondertussen is waterpolocoach Robin van Galen op zoek. Over de werkelijkheid na de magie van de gouden medaille.



Goud en geloof

Robin van Galen met vrouw en kinderen: „Lezingen geven bevalt me prima. Ik wist niet dat de sprekerswereld zo groot was.”

FOTO MARTIN DROOG

Waterpolocoach Robin van Galen over positief denken en de invloed van zijn opa's

Hij lacht geruststellend, „ik ben gewend om over een zwembad heen te schreeuwen”, zegt hij terwijl hij naar de kleine zilverkleurige voice recorder op het tafeltje kijkt en neerstrikt op het nog stille terras. Het zicht op een Reeuwijkse plas is weids. De zon ketst op de kabbelende rimpelingen. Als kind voetbalde Van Galen en deed hij aan waterpolo, net als zijn vader. Toen hij twaalf was stelden zijn ouders hem voor de keus: het een of het ander. Het werd waterpolo. Hij speelde in Jong en zelfs Groot Oranje. Zijn ster rees snel. Op zijn achttiende liep de veelbelovende Van Galen een ernstige blessure op. Na twee operaties werd hem afgeraden verder te sporten. Hij wilde echter het maximale uit zijn talenten halen en koos voor de weg langs het water, hij werd coach. Hij trouwde in 2000 met waterpoloster Marjan op den Velde. In 2005 werd hij coach van het waterpolodamesteam dat onder zijn leiding een gouden medaille in de wacht sleepte tijdens de Olympische Spelen in Peking.

Het betekende een keerpunt in zijn leven en een kroon op zijn werk. Toch hoort bij elke schittering een schaduwrand, weet hij en hij knijpt zijn ogen dicht tegen de zon. Het leven in al z'n existentiële dimensies brengt ook teleurstellingen en crises met zich mee. Hij neemt een slokje van zijn jus met ijsblokjes en vertelt dat de kinderwens in zijn huwelijk aanvankelijk niet werd vervuld. „Het is niet iets waar je snel over praat. Een op de vier mensen heeft het ziekenhuis nodig om zwanger te worden. Om het taboe op dit onderwerp te doorbreken, heb ik het in mijn boek opgenomen. Ik ben er open en eerlijk over, in de wetenschap dat er zoveel mensen met dit probleem kampen. Wij hebben er lang over gedaan om kinderen te krijgen. In 2005 kregen we een zoon en een half jaar geleden een tweede jongen.” Van Galen reist sinds Peking stad en land af met lezingen op allerlei podia. Daarin vertolkt hij de kracht van het positieve denken als het over coachen gaat. Zijn geloof steekt hij daarbij niet onder stoelen of banken, net zomin als dat hij zich laat bezien door boeken als *De zeven eigenschappen van effectief leiderschap* van Stephen Covey. Hij kocht er twintig van en gaf ze als kerstcadeau aan de waterpolospeelsters met een brief met boodschap erbij. Men vindt hem een transparante vent, naar wie het plezierig luisteren is. „Dat de sprekerswereld zo groot was, had ik nooit kunnen bevroeden. Dit werk bevalt me prima. Ik verdien er mijn geld mee en ontvang veel feedback. Als ik mensen kan motiveren, vind ik dat een compliment.”

Kijken naar de mens

Wat is een team precies?

„Een groep mensen die hetzelfde doel nastreven en die op elkaar zijn aangewezen, die elkaar aanvullen in hun kwaliteiten en tekortkomingen. Alles bij elkaar opgeteld is het een puzzel die past. Een team is niet een verzameling goede spelers. Die fout wordt vaak gemaakt: zet elf goede voetballers bij elkaar en je wilt. Real Madrid koopt de beste spelers bij elkaar en zet alles in een team, maar wint de laatste jaren bijna niets. Het is niet zo dat je met de aankoop van goede spelers automatisch prijzen haalt. Je moet secuur afwegen welke mensen je bij elkaar zet en welke mensen je met elkaar laat samenwerken. Daarbij let je op kwaliteiten en talenten.”

Hoe stel je een team samen?

„Dat doe je met het hele begeleidingsteam. Zelf heb ik de mental coach in een bepaalde mate invloed gegeven. Hij was een klankbord voor mij om kwaliteiten te ontdekken in technisch, tactisch, fysiek en mentaal opzicht. En hij helpt om te kijken naar een speler als mens.”

Wat bent u voor type coach?

„Ik ben een coach die perfectionistisch is en die het toeval wil uitsluiten. Door de manier van communiceren voel ik aan met welk type mens ik te maken heb en waar de kwaliteiten en de tekortkomingen liggen. Mijn intuïtie en *Fingerspitzengefühl* zijn erg belangrijk. Als ik ergens twee procent winst kan pakken, in dit geval bij een psycholoog, zal ik dat niet nalaten. Als waterpolocoach wil ik graag meer weten van de karaktere-

genscapen van de persoon achter de speler. In het bedrijfsleven worden mensen ook gescreend. Daar kijkt men of jouw karaktereigenschappen die bij een eerste gesprek onvoldoende aan het licht zijn gekomen, matches met de functie waarvoor je solliciteert.”

Als een van de krachten zich niet schikt in het teambelang, is afscheid onontkoombaar, schrijft u in uw boek. Hoe ervaart u zulke beslissingen?

„Met name de selectieprocedure is moeilijk en spannend. De spelers zetten alles opzij voor het waterpolo, zoals ik dat ook heb gedaan, met dat ene doel voor ogen. Ik had een selectie van twintig spelers en er bleven er zeventien over; er mogen er slechts drie komen. Dus het is een voortdurend selectieproces, waarbij de laatste selectie de moeilijkste is. Je moet dan tegen vier spelers zeggen dat ze niet mee mogen. Dat is hard en dat zijn vervalende momenten voor je als coach, maar je weet dat het erbij hoort. Het is belangrijk dat je dat zorgvuldig en weloverwogen doet en dat je je keuzes met goede argumenten duidelijk maakt.”

Is er verschil tussen vrouwen en mannen coachen?

„Het grootste verschil zit in je benadering van de sporters. Bij mannen ben ik wat korter door de bocht en wat directer. Dat doe ik bij vrouwen minder snel. Ik zal een vrouw minder snel uitschelden. Je mag en moet kritisch zijn tegen vrouwen, maar de verpakking waarin je de boodschap brengt, is vele malen belangrijker dan bij mannen. Vrouwen benader ik individueel, mannen meer en *en groupe*. Ik merk aan vrouwen dat ze dat prettiger vinden. Zij willen niet aangesproken worden op hun gedrag en kwaliteiten in de groep zelf. Mannen stappen daar gemakkelijker overheen.”

Hoe lang duurt teamvorming?

„Daar is geen blauwdruk voor. Ieder proces is anders. Kijk naar Bert van Marwijk die het Nederlands elftal voor het Wereldkampioenschap in Zuid-Afrika moet klaarstomen. Nog even en dan moet de ploeg er staan. Natuurlijk heeft hij jaren met ze gewerkt; maar met de vaste groep die is geselecteerd, had hij slechts een paar weken om naar elkaar toe te groeien. Wij hebben daar als waterpoloteam drie jaar de tijd voor gehad. De eerste anderhalf jaar was niet succesvol, de laatste anderhalf jaar wel. Als je aan de slag gaat met een groep, lijkt het alsof je je eerst door moeilijke fases heen moet worstelen.”

Welk advies geeft u Van Marwijk?

„De historie van het Nederlandse voetbal bewijst dat er elk groot toernooi wel wat

gebeurt. Dat is jammer. Als Van Marwijk erin slaagt de ploeg rustig te houden – en ik denk dat hij de boel al heel goed onder controle heeft – maakt hij grote kans te presteren. Bovendien staat hij er niet alleen voor. Hij heeft een uitgebreide staf om zich heen. Een persoon in die staf is belangrijker is dan we met elkaar denken en weten en dat

6 De historie van Oranje bewijst dat er elk groot toernooi wel wat gebeurt. Dat is jammer

is Hans Jorritsma. Deze voormalig hockey-speler en -coach is sinds 1996 teammanager van het Nederlands voetbalelftal. Hij heeft veel mensenkennis en ervaring op sportgebied. Zulke mensen in je begeleiding zijn goud waard.”

Sabbatical

Na de Olympische Spelen in 2008 werkte Robin van Galen als clubcoach van GZC Donk in Gouda. Afgelopen weekend was zijn laatste wedstrijd. „We hebben twee jaar lang alles gewonnen wat we maar konden winnen, vier prijzen in twee jaar.”

Is het wel goed als het een mens zo voor de wind gaat?

Na een lichte aarzeling: „Nee. Ik heb dieptepunten meegemaakt. De kant van het verliezen ken ik zeker wel.”

Leert u van verlies?

„Dat denk ik wel. De kunst is daarmee wat te doen, om verlies in winst om te zetten, al lukt dat niet altijd.”

Wat is gemakkelijker mee om te gaan, verlies of overwinning?

„Laat ik voorstellen dat winnen leuker is dan verliezen. Dat geldt voor iedere sporter. Zeker in de topsport gaat het om prijzen pakken. Lastig is om na een enorm hoogtepunt, dat je samen meemaakte, een week later als je bent uitgefeest het leven van alledag weer op te pakken.”

Vond u dat moeilijk?

„Je moet je voorstellen dat je met de spelers drie jaar lang lief en leed met elkaar deelt. Je vrouw en je kind zie je amper. Zo'n intensief leven sluit je dan rigoureuze af. Je staat nog even met elkaar op Schiphol, je

gaat op de koffie bij de Koningin, maar dan stopt het verhaal. Ik vond het moeilijk met-een met het volgende door te gaan. Voor mij was het bevrijdend erover te praten en ik kon het in mijn lezingen kwijt.”

U neemt een sabbatical year. Waarom?

„Ik heb nu 22 jaar achter elkaar gecoacht. Ik voel aan mezelf dat ik minder gemotiveerd ben er nog een jaar aan vast te plakken. Verder ben ik nieuwsgierig of er nieuwe uitdagingen op mijn pad komen, wil ik me openstellen voor onbekende impulsen. Ga ik sport missen, gaat het kriebelen? De komende maanden wil ik mijn agenda niet laten vollopen en wat rust inbouwen.”

U wordt wat ouder en andere verantwoordelijkheden dringen zich op. Is het dat?

„Ook wel een beetje, ja. Tien jaar geleden had ik niet gedacht dat ik zo zou denken. Ik was ambitieus en wilde alsmaar winnen. Het vorige weekend deed ik mijn uiterste best mijn ploeg naar de overwinning te coachen, maar het gevoel bekruipt me dat er meer is dan dat. Ik kan best nog een jaar op deze manier doorgaan, successen binnenhalen en in de prijzen vallen, maar is dat dan heilig? Is dat dan waar ik het allemaal voor doe? Er is meer in het leven dat zinvol is. Het komende jaar wil ik investeren in mezelf. Zo ga ik voor Radio en TV Rijnmond andere coaches spreken, wedstrijden en trainingen volgen en contacten leggen met verschillende sportcoaches en prominenten. Daarmee krijg ik de kans bij andere sporten een kijkje in de keuken te nemen. Het lijkt me leuk met die mensen van gedachten te wisselen en een soort win-winsituatie te creëren.”

Sport en kerk

Grootvaders speelden een belangrijke rol in het leven van Robin van Galen. „Opa Van Galen was altijd in het zwembad om mijn prestaties te volgen. Hij kreeg longkanker en stierf in 1989, 73 jaar oud. Dat had een enorme impact op mij. Hij was een geweldige kerel en in veel opzichten lijk ik op hem. Rustig, eerlijk, analyserend. Opa Meijer, van moederskant, was niet minder belangrijk. Ook hij had veel invloed op mij, al zag ik hem minder. Hij was dominee. Ik ging vaak met mijn moeder naar hem toe. Ik ben Nederlands-hervormd opgegroeid. Ik ging met opa mee als hij moest preken, de laatste jaren in het Zeeuwse Scharendijke. Via mijn opa en mijn moeder kreeg ik het geloof op een fijne manier mee. Hij is in 2002 overleden. Ik ga nog steeds naar de kerk, de PKN in Reeuwijk.”

U vindt de frequentie waarmee iemand naar de kerk gaat, niet relevant, hebt u geschreven. Waarom niet?

„Als ik twee keer per maand en jij vier keer per maand naar de kerk gaat, maakt jou dat geen betere gelovige. Dat bedoel ik ermee. Ik ga naar de kerk op zondagmorgen als ik er behoefte aan heb. Soms zijn dat drie zondagen achter elkaar, soms een maand helemaal niet. Het is mijn overtuiging dat ik daarmee niet een betere of slechtere gelovige ben. Ieder gelooft op zijn eigen manier. Twee dagen voor het vertrek naar de Olympische Spelen woonde ik in Driebergen een dienst bij van dominee Timmermans. De liturgie vermeldde: Gaan voor goud. Het was een prachtige preek. We kwamen vrij onverwacht in de finale en ik heb over die preek verteld. Het was de bedoeling de spelers extra te inspireren en te motiveren. Het valt nooit te meten of het geholpen heeft, maar mijn gevoel zegt me van wel.”

Zijn geloof en sport te combineren?

„Alles heeft met elkaar te maken. Volgens mij bestaat er een samenhang tussen geloof en sport en maatschappelijk leven. Gisteren hield ik in Leusden een lezing voor een kerkelijke gemeenschap over zingeving waarbij ook de wisselwerking tussen sport en geloof werd betrokken. Dat leverde een boeiende discussie op.”

Kan de kerk meer met sport doen?

„Zeker, met name omdat dat jongere mensen in de kerk aantrekt en je ze daardoor mede kunt behouden. Laten we eerlijk zijn: iedereen kijkt naar en kent sport. Iedereen weet wat er in Zuid-Afrika gebeurt. Sport is een bindende factor en als je merkt dat dit mensen met elkaar verbindt, moet je dat gebruiken. Als ik predikant was, zou ik actuele gebeurtenissen als sport en politiek zeker in mijn preek verwerken. Dominees preken soms te zwaar of te diep over bepaalde onderwerpen, waardoor ze mensen kwijtrafen.”

Paulus heeft het in de Bijbel over de wedstrijd. Atleten gaan voor een vergankelijke erekrans, hij voor een onvergankelijke. Met welke Bijbelse figuur identificeert u zich?

„Poeh, dat is moeilijk – ik heb niet echt voorkeuren voor Bijbelfiguren. Wat dat betreft kan ik heel nuchter zijn. Ik ben die ik ben. Ik ben dankbaar voor de talenten die ik van God heb gekregen. Ik heb er veel voor gedaan die te ontwikkelen.”

Ligt er voor u in theologisch opzicht nog een opdracht in het verschiet?

„Ik sluit niets uit, al heb ik er geen concrete ideeën over. Het is in ieder geval geen breekpunt, haha.” Een schoolklas stormt kwetterend als een den het terras op. De zomersportief gekle-

Sportcoach van het jaar

Robert Wiggert Gerrit van Galen werd in 1972 in Rotterdam geboren. Hij was van 2002-2006 bondscoach van de Nederlandse waterpoloheren en van 2006-2008 bondscoach van de dames. Met die ploeg haalde hij tijdens de Olympische Spelen in China in 2008 goud en in hetzelfde jaar werd hij gekozen tot sportcoach van het jaar. Hij trouwde in 2000 met oud-waterpolointernational Marjan op den Velde. Het paar heeft twee kinderen: Dean Zacherias (2005) en Danny Noa (2009). Van Galen woont in Reeuwijk. Hij schreef het boek *Mijn olympische missie* (uitg. Aquataal, 2009) en houdt lezingen (www.robinvangalen.nl).



Robin van Galen zwemt tussen zijn speelsters na de winst op de Verenigde Staten in de olympische finale in Peking. FOTO ANP ROBERT VOS

de coach volgt de jongelui met zijn ogen. Een docent roept de leerlingen naar de andere kant. De jongelui gehoorzamen gedwee en keren op hun schreden terug. „Komt goed uit, zie je hoe ze de stoelen laten staan? Ach, het allerbelangrijkste in het leven is dat je gelukkig en gezond bent. Daar ben ik dankbaar voor. Ik heb veel bereikt. En laat ik eerlijk zijn, dat is niet alleen mijn werk. Ik heb dit met heel veel mensen gedaan. De speelsters die in het water liggen, hadden de hoofdrol en moesten het doen. Zij hebben veel discipline en motivatie getoond. De combinatie van al die factoren leverde dat schitterende resultaat op waar niet alleen ik, maar de hele waterpolowereld en heel Nederland nog van geniet.”