

Ervaring of onbevangenheid?

Drs. Martin Pet, bewegingswetenschapper & mentaal trainer (contact@martinpet.nl)

Ook te vinden op het internet: www.martinpet.nl

Er wordt vaak beweerd dat ervaring erg belangrijk is in de sport. Bij een goede prestatie van een oudere sporter wordt veelvuldig verwezen naar zijn jarenlange ervaring in de sport. Kijk naar Rintje Ritsma; wanneer hij op het juiste moment zijn optimale prestatie weet te bereiken is dat volgens velen te danken aan zijn jarenlange ervaring. Over de invulling van teams bij teamsporten wordt zelfs door veel mensen beweerd dat een team zonder ervaren spelers niet optimaal zal kunnen functioneren. Kijk als voorbeeld naar Ajax; iedereen weet dat het de afgelopen seizoenen minder is gegaan dan voorheen. En volgens evenveel mensen is dat te wijten aan het gebrek aan ervaring in de selectie.

Even vaak als dat er beweerd wordt dat ervaring belangrijk is, wordt er waarde gehecht aan de onbevangenheid die je bij onervaren sporters ziet. Een voorbeeld is Ireen Wust, zij werd afgelopen periode geprezen om haar onbevangenheid, wat volgens velen kwam door haar onervarenheid. Letterlijk gehoord: „Doordat ze niet wist wat haar te wachten stond, had ze de mogelijkheid er blind in te gaan. Iets wat ervaren sporters niet kunnen”.

Ik wil best geloven dat onervarenheid in sommige gevallen heel handig kan zijn. Maar ik geloof er helemaal niets van dat Wust niet wist wat haar te wachten stond. Als fanatieke sportster droomt ook zij al jaren van de olympische spelen en volgt ze alle grote evenementen in haar sport nauwlettend. Daar heeft ze kunnen zien wat er met sporters gebeurt die weten te pieken tijdens de spelen of erger nog: die hun doel op de spelen juist niet halen. Voorbeelden daarvan heeft ze genoeg kunnen zien afgelopen jaren (bijvoorbeeld Bob de Jong, 2002-2006). Zelfs als je beweert dat Wust niet ‘uit ervaring’ weet hoe het voelt om te falen op zo’n groot toernooi, betekent dat toch niet per definitie dat ze er niet bang voor hoeft te zijn? Vaker is zelfs het tegendeel waar en zijn mensen bang voor hetgeen ze niet kennen, en ben je juist in het nadeel als je er geen ervaring mee hebt.

Ik wil eigenlijk aangeven dat het enorm knap is om Olympisch kampioen te worden, of je nu een onervaren of ervaren sporter bent. Het verschilt per sporter of het een voordeel is om ervaring te hebben. Het ligt er maar aan hoe er met de ervaring omgegaan wordt. Als je op een goede manier met de ervaring om gaat, kan je het als ervaren sporter ook voor elkaar krijgen om onbevangen en blind een wedstrijd in te gaan (Chad Hedrick?). Daarmee hoeft onbevangenheid niet alleen voor de onervaren sporter te zijn, maar kun je als ervaren sporter je voordeel uit je ervaring halen!