

DE LAATSTE MINUUT

In een korte periode moest de eerste selectie tot drie keer toe een nederlaag incasseren in de laatste minuut. Twee keer tegen sc Heerenveen en een keer thuis tegen PSV, oftewel drie keer tegen een directe concurrent voor de top 5. Een goed moment om eens in te gaan op het fenomeen 'de laatste minuut'. Is het incasseren van een tegengoal in de laatste minuut iets wat alleen voor FC Groningen telt en kun je hierop dan trainen?

Ook op hoger niveau gebeuren er soms de vreemdste zaken in de laatste minuut. Wie herinnert zich niet de Champions League finale van 1999. Bayer München stond met 0-1 voor en was klaar om de cup met de grote oren in ontvangst te nemen. Maar door twee goals in blessuretijd ging Manchester United er met de winst vandoor.

In andere sporten zijn ook voorbeelden waarbij in de laatste minuut, of zelfs in de laatste seconde, de wedstrijd wordt beslist. Zo

heeft Michael Jordan (ex-topbasketbalspeler) een mooie uitspraak gedaan, waarin hij zegt (vrij vertaald): "Bij de Chicaco Bulls kreeg ik meer dan dertig keer de laatste bal om in de laatste seconde onze wedstrijd te beslissen en ik faalde toen! Maar door dit falen hebben we wel de energie gekregen om uiteindelijk de NBA-titel diverse keren te winnen!"



Kun je dit proces - de wedstrijdspanning en concentratie vasthouden tot het laatste fluitsignaal gaat - trainen? Hierover lijken de meningen verdeeld. Voor een team dat in een korte tijd dergelijke tegenslagen krijgt (alles gegeven, maar niet gekregen waarop je recht hebt) is het wel van groot belang dat je vasthoudt aan het proces dat je hebt ingezet. Binnen de teamontwikkeling wordt deze 'hapering' in het proces ook wel 'de muur' genoemd.

Veel coaches en spelers hebben de neiging om in zo'n situatie energie te steken in het aanwijzen van schuldigen of gaan veranderingen aanbrengen, waardoor het team eigenlijk alleen maar minder gaat presteren. Het mooie bij FC Groningen is dat zij elke wedstrijd spelen om te winnen. De winst pakken is echter geen vanzelfsprekendheid. Het deksel op de neus krijgen, hoort erbij en als topsporter zul je dit moeten kunnen incasseren om uiteindelijk beter te worden.

Michael Jordan zei ook: "Ik haat het om te verliezen, maar ik zal er nooit bang voor zijn." Een geweldige instelling, waaruit de wil spreekt om tot de laatste seconde van de wedstrijd voor de winst te gaan. Goals vallen dan ook heus wel weer aan de goede kant in de laatste minuut, of het nu een mooie wedstrijd was of niet. Kijk maar naar de wedstrijd tegen FC Utrecht... En het zal mij niet verbazen dat het in de nabije toekomst voor de FC nóg een paar keer gunstig zal uitpakken.

TripleWinSport ondersteunt bij FC Groningen coaches en teams in het teamproces. Meer interesse? Kijk op www.triplewinsport.nl