



HET INZICHT VAN HANS VAN BREUKELLEN

# DE GEBOREN ONDERWIJZER

Na een succesvolle voetbalcarrière is Hans van Breukelen al tientallen jaren actief als spreker en coach. Zijn ervaringen met mentale weerbaarheid vormen daarbij een rode draad. “Zowel sportief als privé ben ik herhaaldelijk op mijn bek gegaan om er sterker uit te komen. Belangrijke les: als de drijfveer krachtig genoeg is dan zijn mensen tot heel veel in staat.” Het verhaal van een verliezer die zichzelf tot winnaar maakte.

Een jeugdcontract bij FC Utrecht markeerde in 1975 het begin van de sportieve loopbaan van Hans van Breukelen. Datzelfde jaar begon hij op de Pedagogische Academie. Maar al snel concentreerde de keeper zich volledig op het voetbal. Na zeven jaar FC Utrecht stapte Van Breukelen over naar het Engelse Nottingham Forest. “Ik had het daar zeker naar mijn zin.

Maar om vaste keeper van Oranje te worden, was het beter om in Nederland te spelen.” PSV kreeg de voorkeur. “Ze toonden al eerder interesse. Een mooie club, ook omdat mijn jeugdidool Jan van Beveren er ooit speelde.”

## COLLECTIEF GEHEUGEN

Het vervolg lijkt op een jongensboek: zes keer landskampioen, drie

KNVB-bekers, met 1988 als absoluut topjaar waarin Van Breukelen met PSV de Europacup I won en Europees Kampioen werd met het Nederlands Elftal. In beide gevallen bewees hij zijn waarde als penaltyspecialist. “Nog steeds krijg ik reacties naar aanleiding van dat EK. Soms legt iemand alleen maar een vinger onder het oog, zonder verder iets te zeggen.” Met dat gebaar

maakte Van Breukelen in de finale de Rus Belanov duidelijk dat hij wist in welke hoek diens penalty zou gaan. “Mooi om te ervaren dat zo’n moment nog steeds in het collectieve geheugen zit.”

## “WAAR HEEFT HET LEVEN JE VOOR UITGEVONDEN?”

### POLLETJE

Een jaar eerder lag Van Breukelens glansrol allesbehalve voor de hand. “Er was een sterke lobby om Stanley Menzo in Oranje te krijgen en ik dreigde mijn plek kwijt te raken. Daardoor legde ik mezelf teveel druk op, was bang om fouten te maken en ging dingen doen als meevoetballen, waar ik niet goed in was.”

Een graspolletje in de Rotterdamse Kuip leidde een blunder in waarna een mediastorm losbarstte. “Vervolgens werd ik op 29 april 1987 gepasseerd als doelman van Oranje. Sommige journalisten bestempelden mij als een geboren verliezer.”

### VECHTEN OF VLUCHTEN?

Die zomer ging Van Breukelen met zijn gezin naar een afgelegen berghut in Zwitserland. “We wilden vooral geen Nederlanders tegenkomen. Mijn vrouw en ik waren tieners toen we elkaar ontmoetten; ze kende mij als geen ander. ‘Ga je vechten of vluchten?’ vroeg ze. ‘Keepen is je passie. Concentreer je daarop, want dat heb je zelf in de hand. En negeer wat anderen over je zeggen; dat kun je immers toch niet veranderen.’ Vanaf dat moment lukte het om me af te sluiten van negatieve prikkels en ging de focus volledig op het voetbal. Tien maanden later stond ik met twee Europese bekercups in mijn handen.”

### ECHTE URGENTIE

Deze ervaring was een eyeopener. “Je bent veel veerkrachtiger dan je denkt. Als er maar echte urgentie is, een prikkel om te veranderen, om iets negatiefs om te buigen in een positieve situatie. Het is de kunst om dat haakje, die trigger te vinden. Is de drijfveer krachtig genoeg dan zijn mensen tot heel veel in staat.” Die overtuiging vormt nog altijd een rode draad bij Van Breukelens presentaties. “Daar ben ik al mee begonnen in de periode bij PSV. De voorzitter van een ondernemersvereniging in mijn toen-

malige woonplaats Leende vroeg of ik wat wilde vertellen over parallellen tussen sport en ondernemen, over teambuilding en leiderschap. Toehoorders hadden een prima avond, het was leuk om te doen. Ook appelleerde het aan de onderwijzer die ik altijd ben gebleven.”

### POLITIEKE SPELLETJES

In 1994 hing Van Breukelen zijn keepershandschoenen aan de wilgen. Een aantal jaren werkte hij in het bedrijf van een vriend en hielp er mee om teams te smeden en mensen beter te maken. Toen werd hij gevraagd als technisch directeur bij FC Utrecht. “De club was mijn eerste voetballiefde; het voelde als thuiskomen. Ik heb mee mogen bouwen aan een team dat later een succesvolle periode kende. De relatie met het bestuur was echter moeizaam. Het vertrouwen ontbrak, het draaide vooral om politieke spelletjes. Die liggen me niet en na drie jaar was ik er wel klaar mee.”

### WINNEN

Vanaf dat moment ging Van Breukelen meer presentaties en trainingen geven. Later schreef hij zijn eerste boek, *Winnen*. “Trigger was het EK van 2008 toen het Nederlands Elftal na een paar fantastische wedstrijden in de kwartfinale tegen Rusland geen schim was van de geoliede machine daarvoor. Hoe is het mogelijk dat je als team soms de hele wereld aankunt en alles vanzelf lijkt te gaan, terwijl even later niets meer lukt? Ook was ik benieuwd waarom de ene speler zich tot een topper ontwikkelt terwijl iemand met meer talent het niet redt.”

### VOETBAL IS EEN MINDGAME

Voor het antwoord op deze vragen sprak Van Breukelen met internationals en toptrainers. “Het draait vooral om mentale vaardigheden; voetbal is een *mindgame*. Ook gaat het erom dat je onbewust bekwaam bent en cruciale handelingen als vanzelfsprekend kunt uitvoeren. Topvoetbal vereist ruimtelijk inzicht, je moet snel informatie kunnen verwerken en beschikken over een groot lerend vermogen. Allemaal eigenschappen die toetsbaar zijn, die je prima in kaart kunt brengen.”

Toch gebeurde dat destijds amper. “Sindsdien is er wel wat verbeterd, maar het mentale aspect is nog altijd sterk onderbelicht. Clubs besteden tientallen miljoenen aan een speler. De nieuwe aanwinst ondergaat een uitgebreide

medische keuring maar zijn mentale gezondheid wordt niet of nauwelijks onderzocht. Daar is echt nog een wereld te winnen.”

### GENAAID

Als technisch directeur van de KNVB dacht Van Breukelen in 2016 met zijn visie op talentontwikkeling verschil te kunnen maken. “Er lag een rapport Winnaars van morgen, opgehaald bij experts uit de voetballerij. Dat zag ik als basis om ons voetbal een structurele impuls te geven.”

Het mocht niet zo zijn. “Al vanaf het begin gingen dingen niet goed. Ik heb fouten gemaakt en had zaken anders moeten aanpakken. Ben ook door mensen genaaid, om het helder te stellen. Maar daar was ik zelf bij, dus kan ik mij dat zelf aanrekenen. Hoe dan ook; alles glipte door de vingers. Het besluit om al na een jaar te stoppen, was onvermijdelijk.”

### GEEN INTERVIEWS

Het leek een déjà vu van de periode toen zijn positie als Oranje-keeper ter discussie stond. Waarom vocht Van Breukelen nu niet terug? “Tegen beeldvorming kun je niet vechten. Er werd van alles over me gezegd en geschreven en mijn omgeving – vrouw, kinderen, vrienden – werd continu aangesproken op de situatie. Dat wilde ik niet langer.” In de media draait het volgens Van Breukelen vooral om opinies, meningen en aannames. “Het echte verhaal is niet interessant. Dat was de reden om geen interviews te geven na het afscheid van de KNVB. Vaak moest ik op mijn tong bijten om niet te reageren, maar ik wilde de discussie niet voeden. Meningen waren al gevormd. Ook als ik per 1 juli na tien jaar stop als lid van de raad van commissarissen bij PSV heb ik me voorgenomen geen interviews te geven. Nu kan ik relaxed op de tribune zitten bij PSV en FC Utrecht, als supporter, zonder wrok. Het is goed zo.”

### CADEAU

Nog altijd geeft Van Breukelen lezingen en trainingen, voor een breed publiek. “Van ondernemers tot sessies voor mensen met afstand tot de arbeidsmarkt. Om een bijdrage te mogen leveren aan hun perspectief zie ik echt als een cadeau.”

Van Breukelens boodschap is in de loop der jaren veranderd, rijker geworden. “Vroeger vertelde ik vooral verhalen vanuit succes, met mijn voetbalerva-





Hans van Breukelen: "Net als topsporters moeten jongeren veerkrachtig zijn."

ringen als krachtige metafoor. Dat zijn ze nog steeds, maar ik ben vooral meer vragen gaan stellen. Samen met de toehoorders ontstaan dan vaak waardevolle inzichten."

Met zijn toegenomen levenservaring als bagage laat Van Breukelen anno 2023 meer van zichzelf zien. "Mijn eerste liefde overleed na een slopende ziekte. Met mijn huidige vrouw Carolein heb ik het geluk weer gevonden, voel me helemaal senang. Wel heb ik lessen getrokken uit deze ervaring, net als uit de periode bij de KNVB. Ik ben opnieuw op mijn bek gegaan om er sterker uit te komen, met meer inzicht."

### OVER DE KEUKENTAFEL

Bij dat inzicht hielp ook de samenwerking met coach Benno Diederiks. Ze schreven samen boeken, maken podcasts en geven trainingen. "Benno vroeg me om feedback op zijn manuscript over de pijlers van mentale innovatie; hoe kun je na tegenslag een comeback maken? 'Pas je aanpak maar op mij toe,' zei ik hem. Dat is gebeurd, met tientallen sessies aan de keukentafel. Het ging er stevig aan toe en soms had ik de neiging hem over die tafel te trekken. Maar het heeft me veel gebracht, met relevante vragen als: 'Waar heeft het

leven je voor uitgevonden?'"

Het antwoord laat niet lang op zich wachten. "Ik ben een geboren onderwijzer; het zit echt in mijn bloed. Niet alleen voor de klas, ook als keeper zie je het spel voor je, ben je continu bezig met coachen en het team beter laten functioneren. Als spreker heb ik dezelfde drijfveren."

### WELVARENDE GENERATIE

Het is belangrijk dat onze jonge generatie gewend raakt aan het omgaan met tegenslagen, stelt de voormalig topkeeper. "Die vaardigheden zullen zij later hard nodig hebben. Mijn generatie heeft het goed gehad en heeft dat nog. De welvaart nam de laatste decennia alleen maar toe. Natuurlijk moest er hard gewerkt worden en werden er eisen gesteld. Dat was onderdeel van het leven. Maar wij konden steeds meer; we vlogen zorgeloos de hele wereld over zonder wachtrijen op Schiphol, een woning vinden was mogelijk, er waren geen wachtlijsten in de zorg, er was nauwelijks immigratie en over het klimaat maakte niemand zich druk."

### TOOLS VOOR TEGENSLAG

Hoe anders is het nu. "Er is een generatie die het minder zal krijgen dan hun

ouders. De ene verandering volgt de andere in sneltreinvaart op, er zijn veel onzekerheden, situaties lijken alleen maar complexer te worden en van eenduidigheid is geen sprake. Jongeren zullen tegenslagen moeten overwinnen en dan is weerbaarheid een cruciale eigenschap. Net als topsporters moeten ze veerkrachtig zijn. Daarom is het belangrijk dat daar al bij hun opleiding aandacht voor is. Jongeren beschikken dan later over tools om met tegenslag om te kunnen gaan en daar sterker uit te komen."

### MENTAAL FIT

Vorbereiden is niet alleen voor jongeren belangrijk. Van Breukelen: "In het boek *Winnen* stelt Ruud van Nistelrooy: 'Je hoeft niet ziek te zijn om beter te worden.' Wacht daarom niet op een negatieve ervaring zoals een burn-out maar kom eerder in actie. Bijvoorbeeld door regelmatig te reflecteren, jezelf een spiegel voor te houden en de vraag te stellen: word ik gelukkig van wat ik nu doe, wat wil ik veranderen, wat is mijn echte passie? Ga daar vervolgens mee aan de slag. Dit preventieve onderhoud zorgt ervoor dat je die dingen doet waar je energie van krijgt. Zo blijf je mentaal fit."