

Nederland wordt kampioen

Als we maar hard juichen voor Oranje, en Orlando Engelaar vragen om zich klein te maken, worden we wel wereldkampioen daar in Zuid-Afrika. Vanwaar die voorspelling? Voetbalpsychologisch onderzoek toont het aan! En maakt nog veel meer duidelijk... TEKST: MANON SIKKEL BEELD: ANNA PEISL

Juichen is het halve werk

Hebt u zich weleens afgevraagd wat die mensen bezielt die tijdens een belangrijke interland op de tribune zitten met hun trommels, toeters en oranje schmink? Die mensen heten supporters en hoe harder ze juichen, hoe groter de kans dat hun voetbalploeg wint. Dat laatste blijkt uit onderzoek door de Rijksuniversiteit Groningen. *Hoe overtuigender supporters juichen, hoe groter de kans dat hun team wint.*

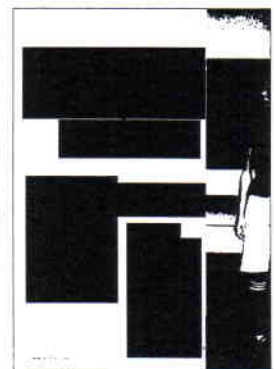
Overigens heeft niet alleen het enthousiasme van het publiek, maar ook dat van de spelers zelf effect. De onderzoekers bestudeerden een groot aantal strafschoppen die in belangrijke voetbalwedstrijden waren genomen op een moment dat de stand gelijk was. Na elk raak schot werd de speler beoordeeld op de mate waarin hij zijn blijdschap uitte. De spelers die het hardste juichten en met hun armen in de lucht over het veld renden, behoorden meestal

tot het team dat uiteindelijk won. Het juichen van spelers en toeschouwers vergroot de positieve houding van het team en intimideert de tegenpartij, stellen de onderzoekers.

Angst werkt slecht bij strafschoppen

De Universiteit van Exeter deed onlangs onderzoek naar strafschoppen. *Wanneer een voetballer gespannen is, heeft hij meer de neiging om naar de doelman te kijken.* Maar die blik midden op het doel beïnvloedt de coördinatie van de speler. Het maakt de kans groter dat de bal recht in de armen van de keeper belandt.

Voetballers in het onderzoek kregen de opdracht een strafschop te nemen. In het eerste geval kregen ze opdracht zo goed mogelijk hun best te doen. In het tweede geval zouden ze een beloning krijgen als ze raak schoten. Dat laatste verhoogde de spanning aanzienlijk. Maar hoe gespannener de speler, hoe eerder en hoe langer hij zijn blik op de doelman richtte; en hoe langer hij dat laatste deed, hoe groter de kans dat hij de bal recht in diens armen schoot.



Elftallen in het rood winnen vaker

Wie een intelligentietest moet maken, kan beter geen rood dragen. De kleur blijkt een slechte invloed te hebben op onze cognitieve capaciteiten. Maar voetbalt u op wereldniveau, dan is rood juist de perfecte kleur. Elftallen in rode shirts winnen volgens onderzoekers vaker dan elftallen in gele, blauwe of witte shirts.

Onderzoekers van de Universiteit van Durham analyseerden voetbalresultaten van Engelse teams vanaf de Tweede Wereldoorlog. *Elftallen die in het rood speelden, scoorden het best, elftallen in geel en oranje hadden de slechtste resultaten.* Als verklaring geven de onderzoekers dat rood de agressie verhoogt en de spelers daardoor energiever maakt. Overigens werd de invloed van rode shirts alleen gevonden als er een thuiswedstrijd werd gespeeld. Bij uitwedstrijden was er geen enkel verband tussen shirtkleur en winkansen. Het Nederlands elftal kan dus met een gerust hart de oranje pakjes aandoen.

Dat geldt niet voor de keepers die kan het best rood dragen. Uit onderzoek van de Engelse sportpsycholoog Ian Greenlees blijkt dat doelmannen die rood dragen 46 procent van de strafschoppen tegenhouden, waar de doelmannen in het blauw en groen respectievelijk 28 en 25 procent van de strafschoppen tegenhouden.

Voetbal kijken is goed voor uw seksleven

Uit recent Frans onderzoek blijkt dat voetbal kijken een enorme impuls geeft aan het seksleven van mannen en vrouwen. Zeventig procent van de stellen die samen voetbal kijken, zegt daarna plezieriger seks te hebben dan anders. *Hoe meer doelpunten het eigen team heeft gemaakt, des te opgewonderd de mannelijke kijkers daarna zijn.* Bij vrouwen neemt de opwinding toe naarmate er meer aantrekkelijke spelers op het veld lopen, zoals Beckham, Ronaldo, Thierry Henry of Freddie Ljungberg – de spelers die tijdens het laatste tik door een groot aantal vrouwen als meest sexy werden bestempeld. Uit onderzoek blijkt ook dat hoe meer de spelers zweren, hoe meer het de vrouwelijke kijkers opwindt.

Lange spelers moeten uitkijken

Mer lange benen kan je lekker suet over het voetbalveld rennen, zou je denken. Helaas heeft lang zijn ook een groot nadeel. *Lange spelers worden bij onduidelijke overtredingen vaker gestraft door de scheidsrechter dan kleinere spelers.* Dat ontdekten onderzoekers van de Rotterdam School of Management. Ze analyseerden alle officiële overtredingen van zeven seizoenen van de Champions League en de afgelopen drie wereldkampioenschappen (6445 overtredingen). Uit die analyse bleek dat lange spelers vaker worden gestraft, ook als er geen sprake was van een overtreding. De Nederlandse voetballer Orlando Engelaar is met zijn 1,96 meter een van de langste spelers van het Nederlands elftal en moet daarom in Zuid-Afrika extra voorzichtig zijn.

Hoe smakelijker en zweteriger de spelers op het veld, des te groter de opwinding onder vrouwelijke kijkers

Nederland gooit hoge ogen

Nederland staat bij het ter perse gaan van dit blad op de vierde plek van de Fifa-wereldranglijst. Kameroen staat op 19, Denemarken op 35 en Japan op 45. Zo op het oog hoeven de Nederlandse spelers zich dus nergens zorgen om te maken in poule E.

Psychologen bevestigen dat. Onderzoekers uit Ohio publiceerden begin dit jaar in het *Journal of Experimental Social Psychology* een onderzoek waaruit blijkt dat teams beter presteren wanneer ze het tegen een team met een lagere status moeten opnemen. *Een elftal dat tegen een lager geplaatst team speelt, speelt met 30 procent meer inzet.* Het idee dat de laagst geplaatsten met meer inzet spelen omdat ze niets te verliezen hebben, gaat dus niet op. De angst om de positie hoog op de competitie ladder te verliezen is volgens de onderzoekers de belangrijkste motivatie om te willen winnen. Op grond van de Fifa-notering heeft Nederland dus goede kansen om de finale te halen. Het wordt alleen lastig als Oranje onderweg zou moeten uitkomen tegen Brazilië, Spanje of Portugal – de nummers 1, 2 en 3 op de ranglijst. ■



