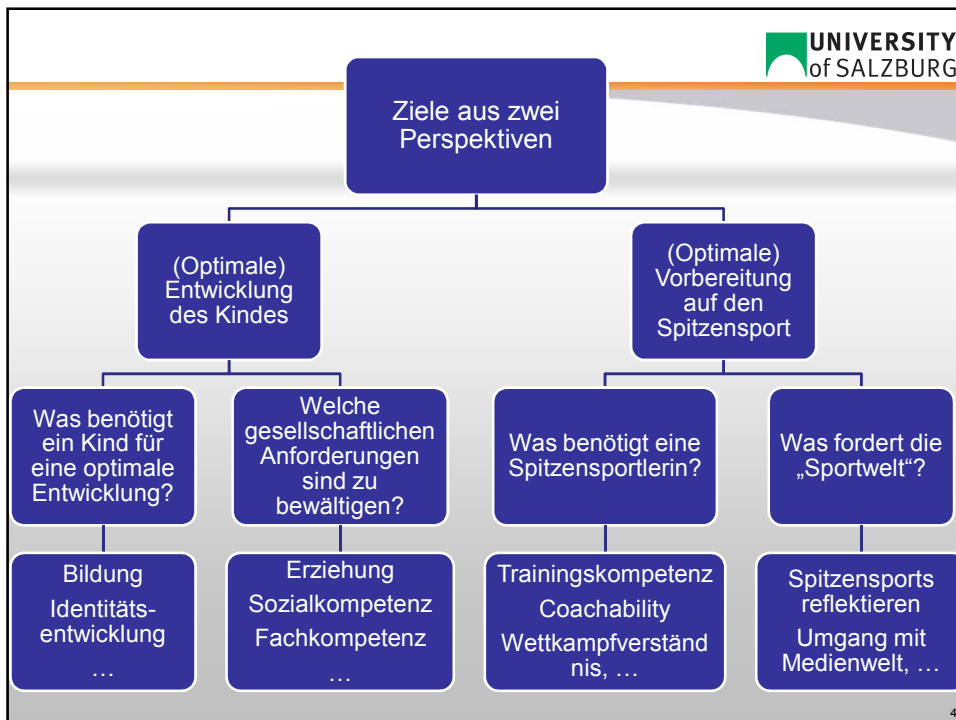
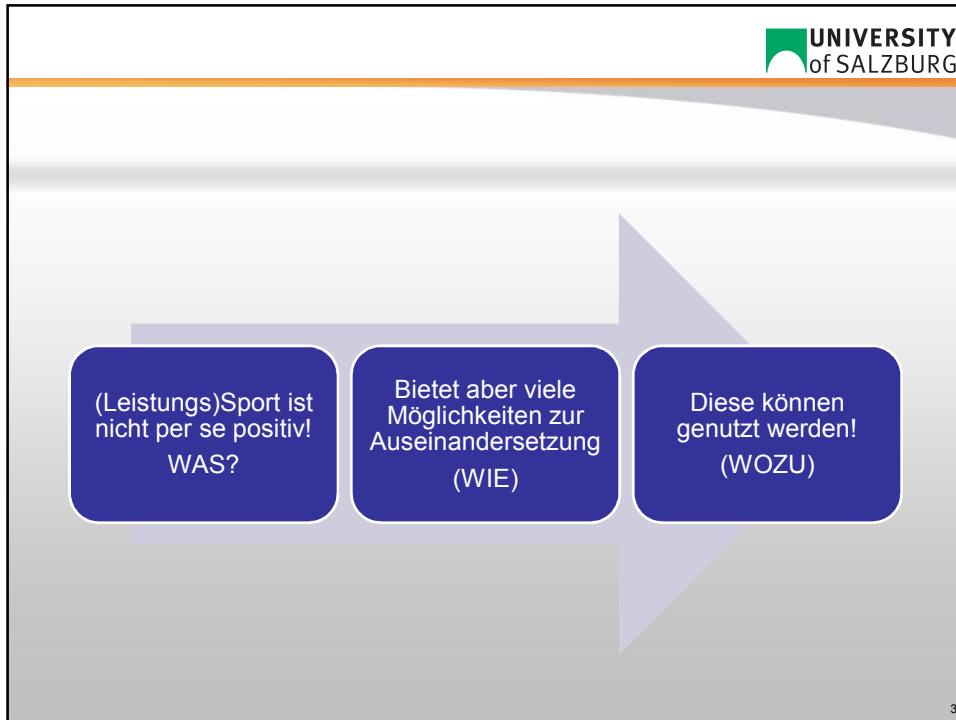
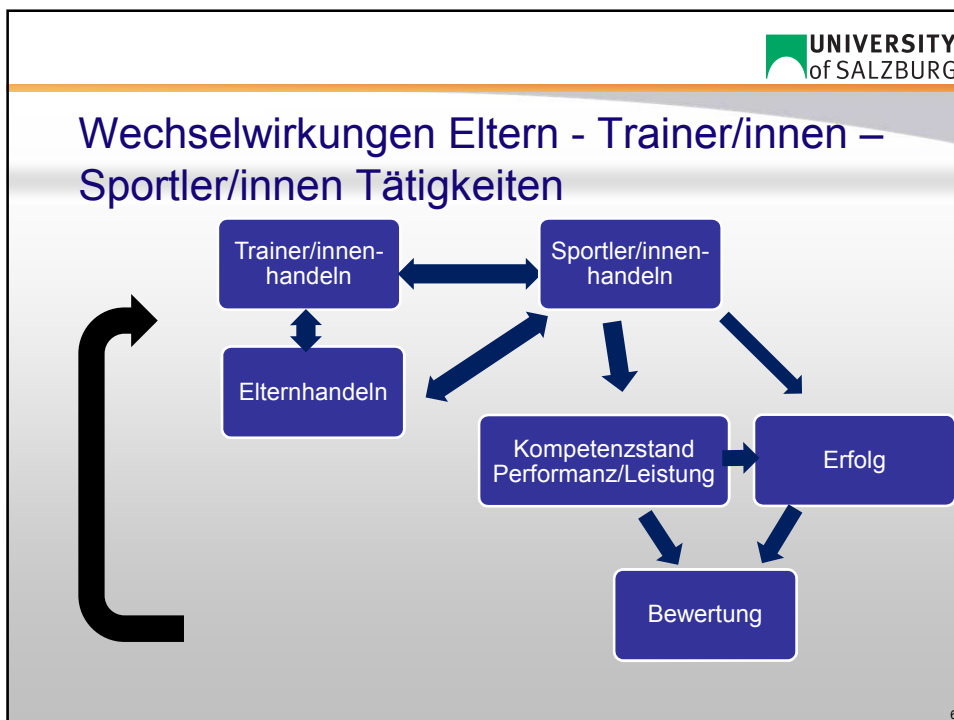
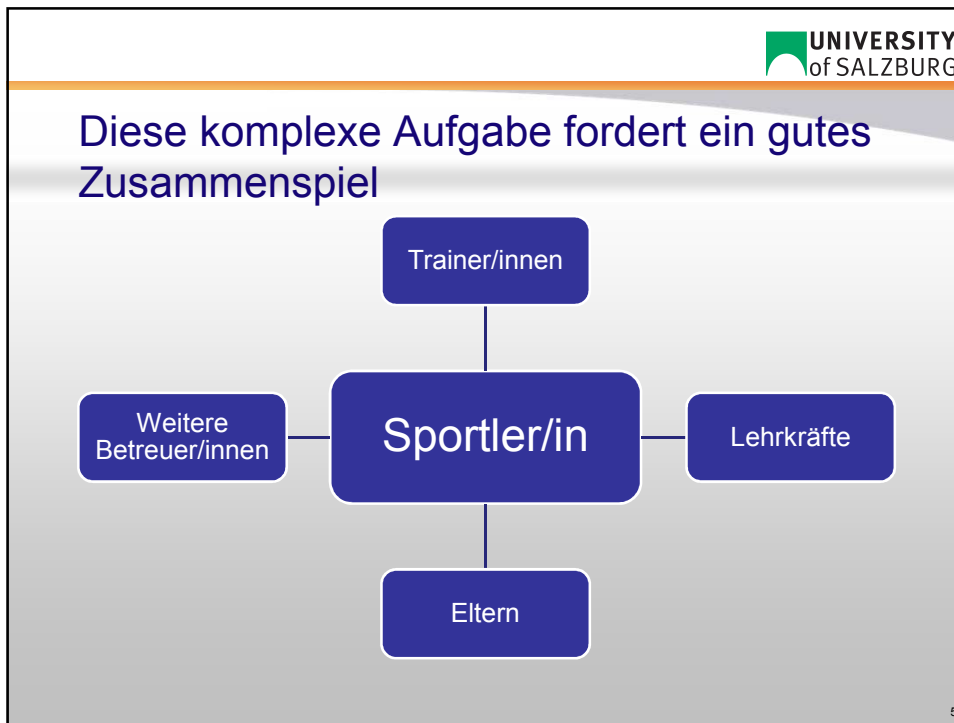


Die Sportler – Eltern – Trainer Dynamik: Ein einem Strang ziehen!?

Günter Amesberger

Ziel aller Beteiligten ist es
in der Regel, Sportler/innen
in ihre Leistungsentfaltung
und Kompetenzentwicklung
optimal zu unterstützen.





Was braucht es?

u.a.

- Funktionsverständnis
- Emotionale Intelligenz
- Systemdenken
- Gelingende Kommunikation

7

Funktionen und Rollen

Die Rolle

- „**Wie?**“
- Füllung der Aufgabe
- z.B. Als Spaßmacher, Kumpel, nett, böse, bemutternd, ...

Die Funktion

- „**Was?**“
- Aufgaben und Tätigkeiten
- Deklariert: zugewiesen und angenommen

8

Klare Funktionen und Aufgabenverteilungen führen zu einer deutlichen Reduktion der Komplexität und vereinfachen Kommunikation.

Sie machen auch Konsequenzen deutlich:
z.B.

Wenn ein Trainer mein Kind trainiert, gebe ich als Elternteil die Führung in der Leistungsentwicklung meines Kindes ab.

9

Konstruktivistisches Verständnis

- Unser Gehirn konstruiert unsere Realität/Wirklichkeit
- Da wir keine andere kennen, halten wir diese Wirklichkeit häufig auch für wahr?
- Andere Gehirne konstruieren auch ihre je eigene Wirklichkeit.
- ... sie halten diese für wahr
- im Austausch konstruieren wir eine gemeinsame Wirklichkeit
 - Explizit, deklarativ über Sprache
 - Implizit über unbewusstes Beziehungswissen

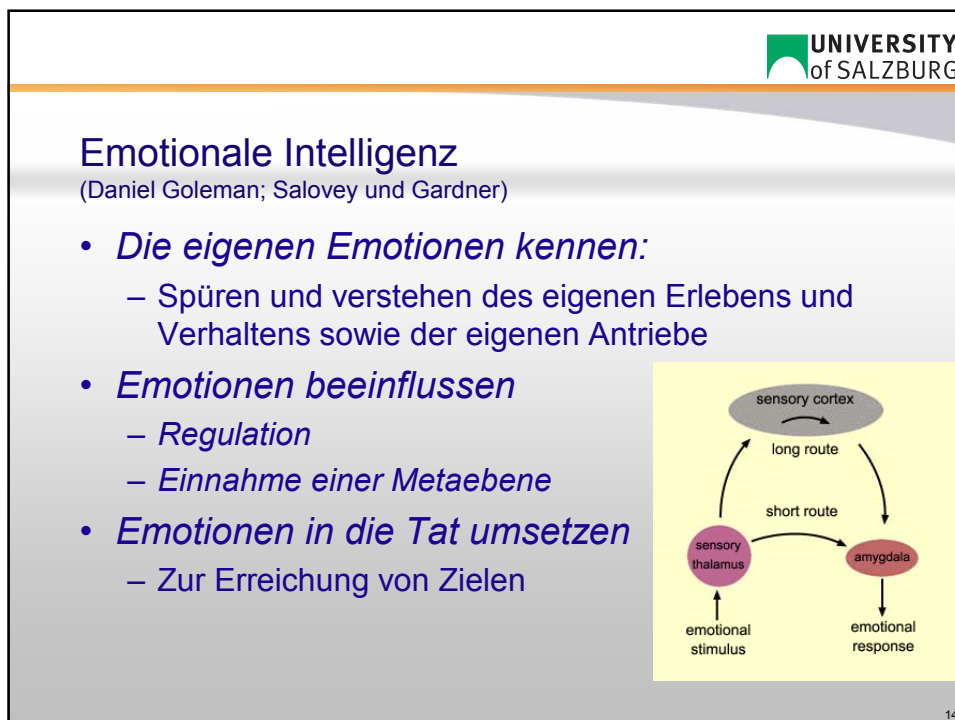
10

Diese konstruierte Wirklichkeit
hängt nicht nur von uns,
sondern auch von unserer
Funktion, unserer Perspektive
der Betrachtung ab!

11

Jede Aussage über eine
andere Person ist daher auch
immer eine Aussage über die
Perspektive des Betrachters,
seine Funktion und seine
Person!

12



- *Empathie*
 - als wertneutrale Fähigkeit, sich in das Erleben anderer einzufühlen.
- *Umgang mit Beziehungen*
 - Beziehungsgestaltung als Umgang mit den eigenen und mit den Gefühlen anderer Menschen.
 - Grundlage für Zusammenarbeit
 - Voraussetzung für Beliebtheit, Wertschätzung und Integration in eine Gemeinschaft,
 - leadership ability: zwischen Nutzung und Manipulation

15

... letztlich beginnt jede Arbeit mit Personen bei der Auseinandersetzung mit sich selbst ...

Die andere Seite:

Schön, dass wir es mit Personen zu tun haben, die lenken ja von uns selbst ab.

Die Entwicklung von Emotionen


- Emotionen entwickeln sich in der Auseinandersetzung mit einem Gegenüber
- Spiegelneuronen
 - Sind solche Nervenzellverbände, die reagieren, wenn wir mit anderen Personen in Kontakt treten.
 - Sie sind für emotionales Verstehen verantwortlich
 - Sie entwickeln sich nur, wenn sie benutzt werden
 - Dazu brauchen sie ein Gegenüber

17

Basis der emotionalen Intelligenz


- Das Gefühl intuitiv verstanden zu sein →
 - Markante Reaktionen im EEG
 - Hormonelle Reaktionen
- Verheerende Folgen, wenn man Kinder bloß rational und emotional reaktionslos erzieht
- Bereits mit zwei Monaten sind Säuglinge aktiv, um eine emotionale Abstimmung bemüht → erste „joint attention“.

18

Die Entwicklung von Emotion (Oerter & Montada)  UNIVERSITY of SALZBURG

Anlass	Emotion	Regulationsfunktion	
		Eigene Person	Interaktionspartner
Wahrnehmung von Gefahr	Furcht	Gefahren-identifikation, Angriff-Flucht	Wehrt Angriff ab
Wahrnehmung eigener Unzulänglichkeit	Scham	Signalisiert Gefahr soz. Anschluss zu verlieren; Vermeidungsverhalten	Führt zu Abwertung, um selbst sozialen Ausschluss zu verhindern
Wahrnehmung eigener Tüchtigkeit	Stolz	Zugehörigkeit, Tüchtigkeit	Selbsterhöhung

19

 UNIVERSITY of SALZBURG

Erstes Fazit

- Eigene Emotionen können wir auf folgende Aspekte hin befragen:
 - Anlass
 - Genaue emotionale Tönung
 - Eigene Regulation
 - In Bezug treten zu anderen

20

Zweites Fazit

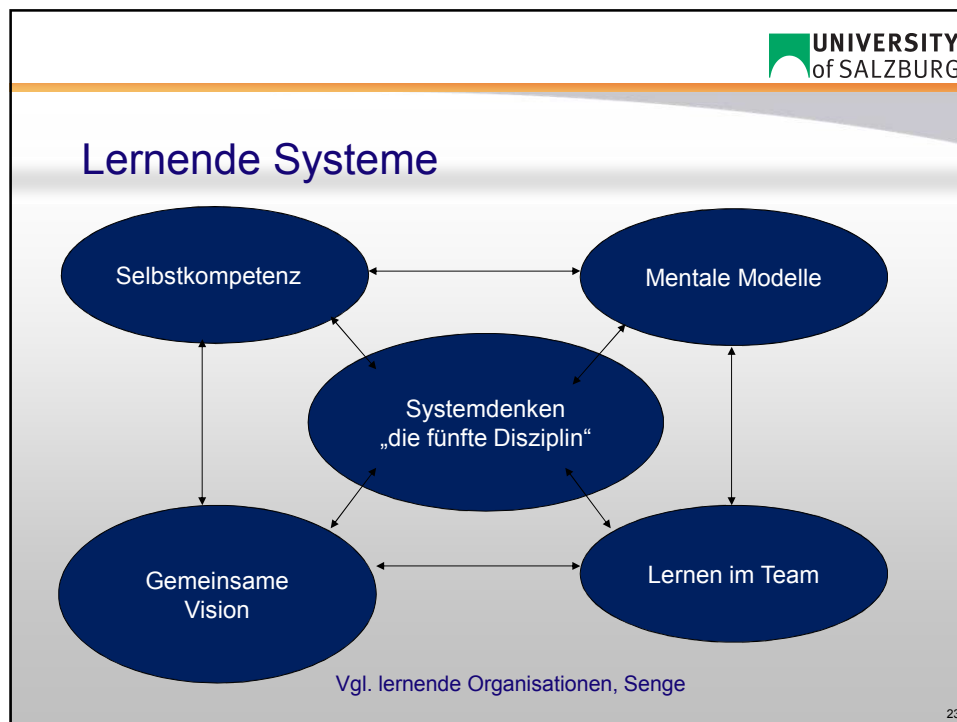
- Emotionen anderer können wir wiederum hinterfragen auf
 - Anlass, Emotion, intrapersonaler Regulationsversuch, interpersonaler Regulationsversuch →
 - Erlebte „Aufforderung“ an die eigene Person

21

Zweites Fazit

- Emotionen anderer können wir wiederum hinterfragen auf
 - Anlass, Emotion, intrapersonaler Regulationsversuch, interpersonaler Regulationsversuch →
 - Erlebte „Aufforderung“ an die eigene Person

22

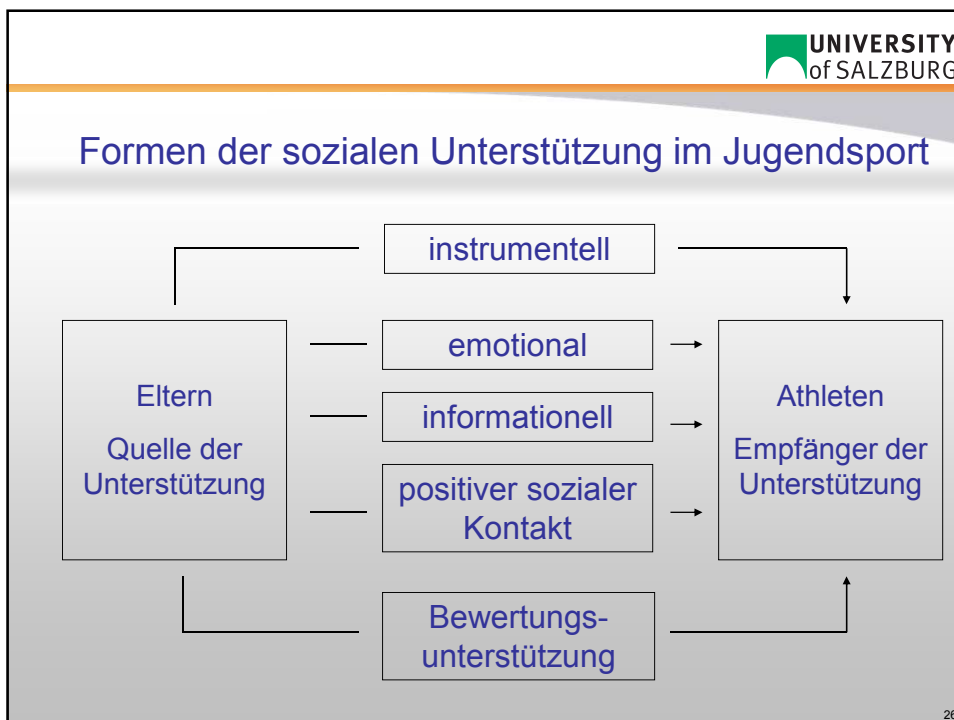
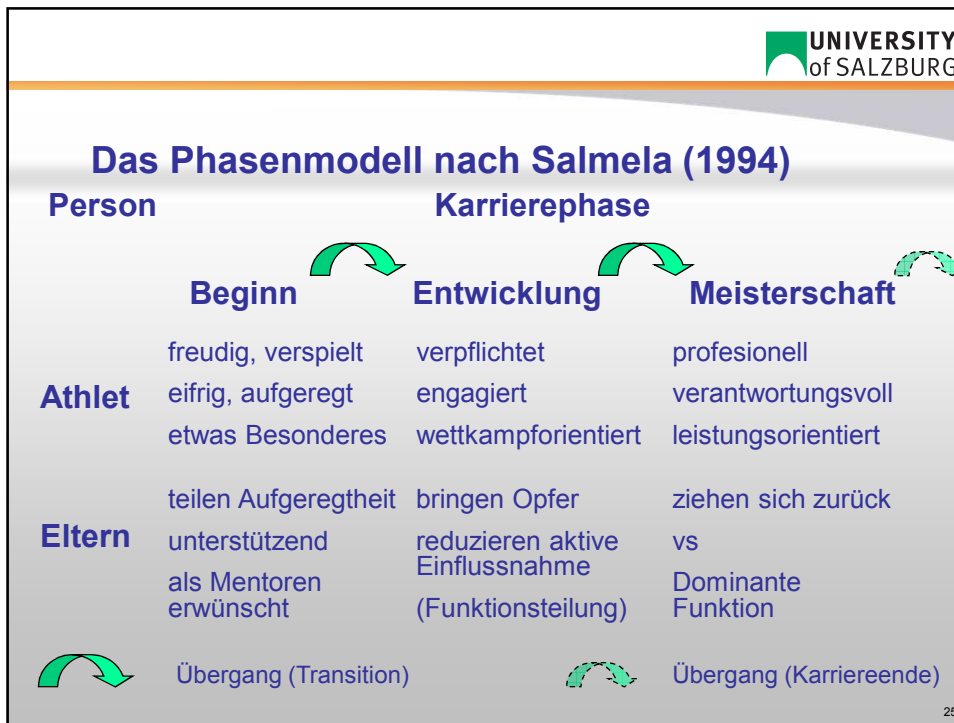


UNIVERSITY
of SALZBURG

Eltern als Ressource

- **Sportler/innen erleben Familie als Stütz- und Schutzfaktor Nummer 1**
 - 92,2% Unterstützung der Eltern sehr wichtig für sportliche Entwicklung
 - 91,2% wenden sich bei **sportlichen** Problemen an die Familie
 - 75,7% Einfluss auf Verhalten
- **Problem: Zurückdrängung der Familie aus der Talente Förderung**
- → Wie kann ein Entwicklungskonzept aussehen, in dem Eltern wieder **konstruktiv miteinbezogen** werden?
 - » Harttgen & Mills

331 Nachwuchsspieler
zwischen 13 und 19 Jahren
deutsche Bundesliga Vereine



Drei Bindungsstile (Bowlby, 1969 Ainsworth, 1978)

- A: Unsicher-vermeidend
 - zeigen wenig Emotionen bei der Rückkehr
 - suchen nicht die Nähe der Mutter
 - beschäftigen sich weiter mit dem Spielzeug
- B: Sicher, balanciert
 - zeigen ihren Kummer
 - kaum tritt die Mutter ein, sind sie wie erlöst
 - spielen dann weiter
- C: Ambivalent-unsicher
 - reagieren auf den Fremden empfindlich und lautstark
 - Suchen einerseits Nähe, andererseits widersetzen sie sich den Kontaktversuchen

Erweitert von Main und Solomon (1986)
- D: desorganisiert-desorientiert
 - Keine konsistente Stressbewältigungsstrategie
 - Konfuses und widersprüchliches Verhalten
 - wollen sich den Eltern nähern, diese scheinen aber auch Quelle der Angst zu sein

27

Elterlicher Umgang mit Konflikten und Beziehungsmuster (siehe Entw.psy)

- Umgang mit Dissens ist zentral für die weitere Entwicklung (3 Gruppen)
 1. Eltern wenig flexibel und strenge. Angst, Kontrolle zu verlieren
 2. Nach größeren Auseinandersetzungen fühlen sich die Jugendlichen akzeptierter, die Eltern passen sich an die wachsenden Selbstständigkeitsbedürfnisse an, wachsende Distanz
 3. Konstant positive Beziehungen, viel Vertrauen seitens der Eltern, Jugendliche lernbereit und selbstbewusst
- Was bedeutet dies im leistungssportlichen Kontext?

28

Pädagogische Erwartungshaltungen von Eltern

- Leistungssport als
 - Freiraum
 - Förderangebot
 - Tätigkeitsfeld, in dem Leistungen erwartet werden
 - Beziehungsorientierung
 - Aufgabenorientierung
 - Ergebnisorientierung
- Leistungssport mit dem Ziel
 - Persönlichkeitsentwicklung
 - „Unterbringung“ (statt „böser“ peers)
 - Spitzenleistung: Bekanntheit, sozialer Aufstieg, Lebensunterhalt, ...

29

Funktionen und Rolle der Eltern

- | | |
|--------------------|---------------------|
| • Vorbild | • Butler |
| • Co-Trainer | • Psychologe |
| • Coach | • Manager |
| • Trainer-Kritiker | • Fahrer |
| • Fan | • Koch |
| • Animateur | • Ernährungsberater |
| • Forderer | • Imageberater |
| • Förderer | • ... |
| • Sponsor | |

Brandauer Thomas

30

Eltern Fallen



- Überidentifikation → symbiotisch
- Überengagement → ambivalent
- Egoismus (ego gratification) → Selbstsymbolisierer
- Verwechslung von Investition und Opfer → Bindungsmacht über Aufwand und Geld
- Wettkampf mit anderen Eltern bzw. Kindern → Kind als soziales Prestigeobjekt
- Behütungs- und Schutzreflex → Regulation der eigenen Angst

Vgl. Brandauer Thomas

31

Mögliche Leitlinien für Eltern, können tw. auch für Trainer/innen, Lehrkräfte mitgedacht werden

- Den betriebenen Aufwand als Elternteil auf „Stimmigkeit“ prüfen
 - Habe ich oft den Eindruck mehr zu leisten als ich will?
 - Werde ich in diesem Zusammenhang (verdeckt) ärgerlich, zynisch, erschöpft, ...
- *Die eigenen Emotionen bei Sieg und Niederlage haben mehr mit mir als dem Kind zu tun:*
 - Welche Emotionen zeige ich bei Siegen, welche bei Niederlagen?
 - Wohin richten sich diese? Beziehung – Kontaktaufnahme oder Abbruch?
 - Was sind verdeckte Impulse in solchen Situationen, was teile ich mit?
- *Welche Erwartungen habe ich wirklich an das Kind*
 - Welche davon habe ich gegenüber dem Kind ausgesprochen?
 - Welche gegenüber dem Lebenspartner oder Dritten?

32

... Leitlinien

- *Wie bewerte ich mein Kind?*
 - *Nach innen (Kind, Partner, Geschwister)*
 - *Nach außen (Trainer, Bekannte, Lehrer)*
- *Wie reagiere ich auf die Leistungsentwicklung, wie auf Erfolge? Was davon melde ich dem Kind verstärkt rück?*
- *Was erwartet sich das Kind von mir? Woran kann ich das erkennen? Welche Fragen kann ich dazu stellen?*
- *Wie wird der Sport zu Hause thematisiert? Welchen Raum nimmt er ein,. Wie geht es den anderen Familienmitgliedern damit?*
- *Wie ist meine Beziehung zum Trainer?*
- *Wie sehr halte ich alternative Möglichkeiten der Lebensgestaltung im Auge?*

33

TrainerInnen als PädagogInnen

Anforderungen an TrainerInnen
zwischen Anspruch und Wirklichkeit

UNIVERSITY
of SALZBURG

Ziele des Trainerhandelns

Leistungs-
optimierung

Erziehungs- u.
Bildungsabsicht

35

UNIVERSITY
of SALZBURG

Das Können der Trainerin / des Trainers

- Perzeptive Fähigkeiten
 - Beobachtungsfähigkeit
- Konstruktive Fähigkeiten
 - Planung, Führung, ...
- Didaktische Fähigkeiten
 - Effektiv vermitteln
- Expressive Fähigkeiten
 - Verbale und nonverbale Ausdrucksfähigkeit
- Organisatorische Fähigkeiten
- Wissenschaftliche Fähigkeiten
- Sportartspezifische Fähigkeiten
- Fähigkeiten auf anderen Gebieten

36

Den Trainertätigkeiten stehen die SportlerInnen- u. Mannschaftstätigkeiten gegenüber

- Lernen
- Üben
- Trainieren
- Wettkämpfen

37

TrainerInnenfunktionen und Rollen



38

Entsprechende Handlungsabläufe sind

Managen der Rahmenbedingungen



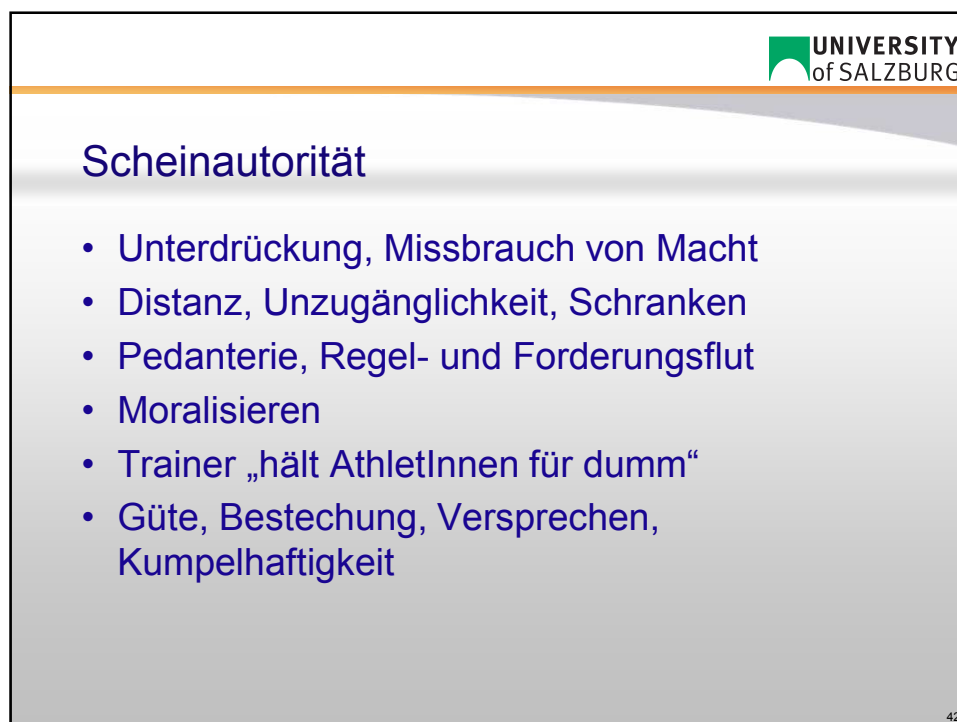
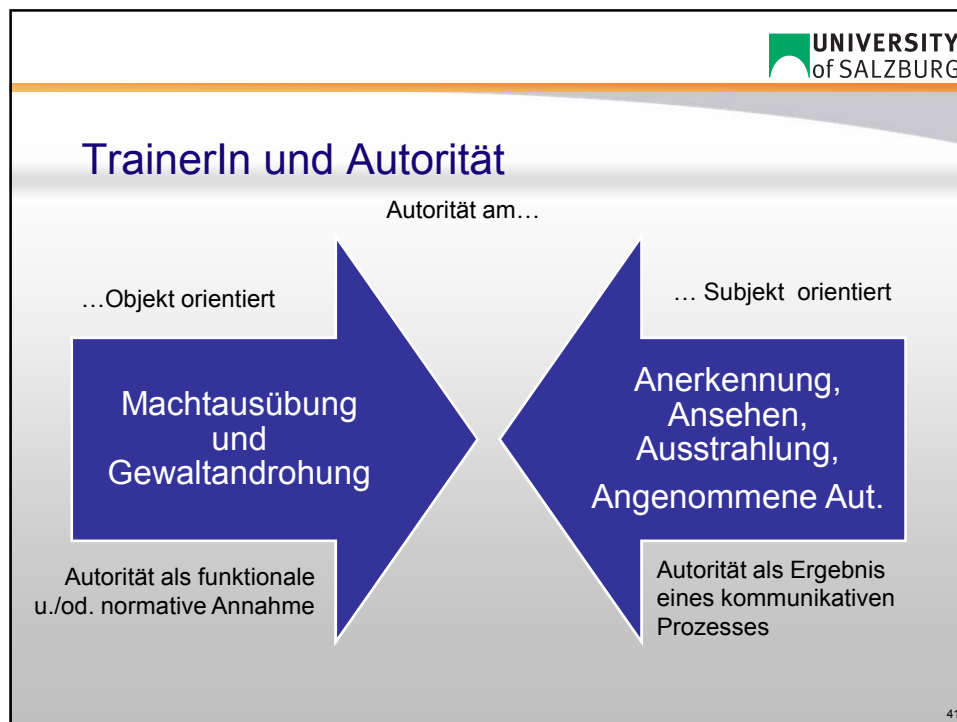
Aufbau eines guten Trainingsklimas

39

Autorität im Leistungssport

- Voraussetzung für die Steuerung von Trainings- und Wettkampfprozessen
 - Geeignete Rahmenbedingungen
 - Klarheit in der Vorgaben
- Gefahren
 - Unkritische AthletInnen
 - Mangelnde Mündigkeit und Selbständigkeit
 - ...
- An funktionale Kriterien der Leistungserbringung gebunden → Autorität hat Interimscharakter

40



Pädagogische Autorität und Führungsverhalten

Aufgaben-
orientierung



Beziehungs-
orientierung

Laut Literatur:

- Beziehungsorientierung
 - Beziehungskompetenz eher bei jüngeren SportlerInnen wichtig
- Aufgabenorientierung
 - Fachkompetenz eher bei älteren SportlerInnen wichtig
- Die Erfahrung zeigt: Beziehung auch für Spitzenathlet/innen wichtig

43

Orientierung der Trainerinnentätigkeit

- Ergebnis
 - Leistungsergebnis
 - Wirkung von Leistung nach innen und/oder außen
- Aufgabe
 - Sportliche Entwicklung
 - Handlungsfähigkeit
 - Zielverständnis, ...
- Beziehung
 - Kontakt, Kommunikation, Klima,
 - Macht, Konflikt,

44

... Orientierung der TrainerInnenstätigkeit

- An eigener Person
 - Wohlbefinden, emotionale Stabilität
 - Leiden, Opferrolle
 - Erfolgsverursacher, ...
- An SportlerInnen
 - Entwicklung (bio-psycho-sozial)
 - Orientierung, Entscheidung
 - Annahme und Anerkennung durch SportlerIn
- An **Dritten** (Verein, Eltern, Öffentlichkeit)

45

Bewertung von TrainerInnenstätigkeiten

- ... kann nur vor dem Hintergrund von deklarierten Zielen erfolgen
- ... setzt Perspektiven der Betrachtung voraus
 - Pädagogische Ziele
 - Entwicklungsziele
 - Leistungsziele
 - Ergebnis-/Wettkampfziele
 - Vereinsziele
 - Elternziele

46

Beispielhafte Kompetenzformulierungen

Ich unterscheide bewusst zwischen der eigenen Beobachtung und dem subjektiven Erleben der SportlerInnen.

Ich konfrontiere meine Beobachtungen mit dem subjektiven Erleben der SportlerInnen (Gespräch).

Ziel: Neukonstruktion von Wirklichkeit durch mehrere „Brillen“ (Perspektiven der Beobachtung)

47

Weitere Trainer/innenkompetenzen

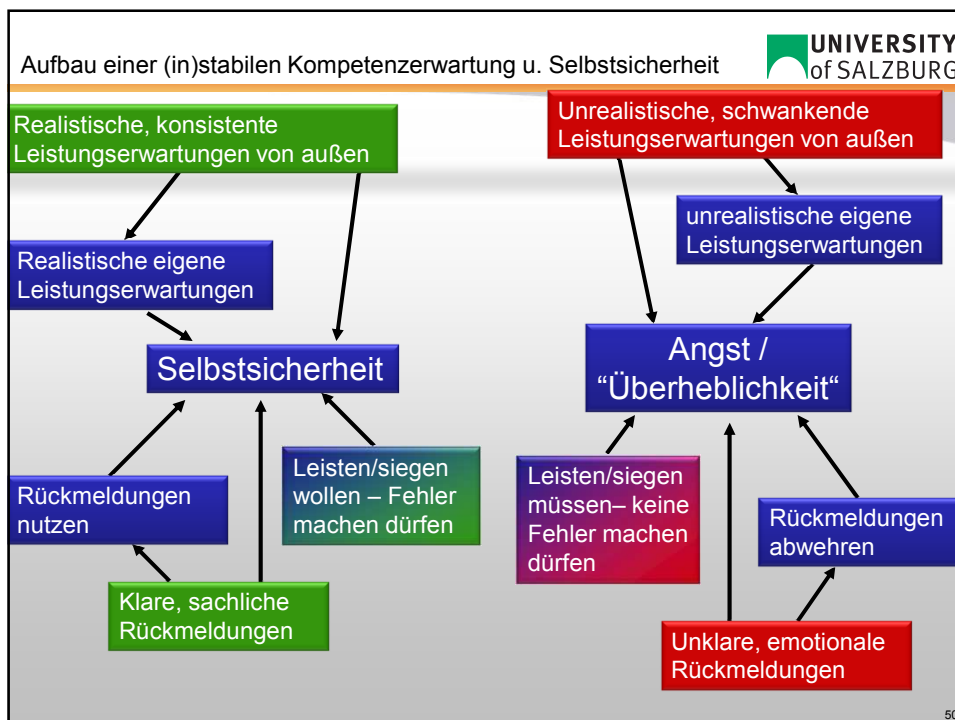
- Meine Funktionen klären. Es ist klar, wofür ich zuständig bin und wofür nicht
- Mein Rollenverhalten reflektieren und unterschiedliche Rollen einnehmen (Rollenflexibilität).
- Standpunkte vertreten und mit Auseinandersetzungen konstruktiv umgehen
- Maßnahmen setzen, die die Leistung und die Zufriedenheit der AthletInnen fördern
- Führungsverhalten anhand von Führungsmodellen reflektieren (z.B. Personorientierung, Aufgabenorientierung)
- Führungsverhalten situationsspezifisch an den aktuellen Gegebenheiten und Bedürfnisse (Ziele/Aufgaben, Individualität der SportlerInnen, situative Rahmenbedingungen) ausrichten

48

Wie können TrainerInnen auf Eltern zugehen?

- Die Einstellung, dass Eltern grundsätzlich das Beste für ihre Kinder wollen
- Erkennen der aus Trainersicht
 - ... passenden Strategien bzw.
 - ... unpassenden Strategien der Eltern
- Erkennen der eigenen (Un-)Abhängigkeit von den Eltern
- Ziele im Umgang mit den Eltern formulieren
- Gemeinsam Ziele und Strategien für die SportlerInnen formulieren (ev. mit SportlerIn).

49



50

Danke für Ihre Aufmerksamkeit!

Günter Amesberger