

VERHALTEN VON TRAINERN UND ELTERN

Robert Freis, Diplomsportlehrer, Inhaber der DFB A-Lizenz und freier Sportjournalist, untersuchte im Rahmen seiner Diplomarbeit an der Sporthochschule Köln die Verhaltensweisen von Trainern und Eltern der E- und F- Junioren im Bereich Fußball. Aus seinen Erkenntnissen formuliert er Tipps für Trainer und Eltern, die sich auch auf die meisten anderen Sportarten übertragen lassen.

Falscher Ehrgeiz

Jeder Fußballfan ist insgeheim auch ein viel besserer Trainer, als der, der gerade neben der Seitenlinie steht. Ein Phänomen, das in der Bundesliga meist belächelt wird. Für Kinder im E- oder F-Juniorenbereich kann ein solches Trainerdasein der Eltern ebenso wie ein impulsives, überkritisches Verhalten des Trainers negative Folgen haben. Wie die hier vorgestellte Untersuchung der Sporthochschule in Köln zeigt, ist ein derartiges Verhalten viel zu weit verbreitet.

Zum wiederholten Male rückt der kleine „Zehner“ mit den roten Fußballschuhen seine blaue Kapitänsbinde zurecht. Er trägt sie voller Stolz, schließlich ist er der Star der Mannschaft. Mauro spielt schon das zweite Jahr bei den F-Junioren. „Ich habe diese Saison schon 20 Tore geschossen“, hat er vor dem Spiel noch stolz verlauten lassen und jetzt schickt er sich gerade an, seinen 21. Treffer zu erzielen. Doch der kleine Ball trudelt knapp am Tor vorbei. „Das kann doch nicht wahr sein, den musst du doch rein machen“, ertönt eine laute, ärgerliche Stimme über den gesamten Platz. Wie ein Rumpelstilzchen hüpfert sein Trainer am Rande des Spielfeldes auf und ab. „Den nächsten machst du rein, sonst hol ich dich raus, das gibt’s doch gar nicht.“ Sein Gesicht ist merklich angespannt, in der rechten Hand hält er eine qualmende Zigarette. Auf der gegenüberliegenden Seite kommentiert ein Vater, ebenso lautstark, alle Aktionen der Spieler.

Beobachtet man ein Fußballspiel der F- oder E-Junioren, so wird man den Eindruck nicht los, dass es eigentlich die Eltern sind, die dort spielen. Einmischungen von außen sowie negative Kommentare sind feste Bestandteile eines jeden Spiels. Für Kreativität und eigene Entscheidungsprozesse der kleinen Kicker bleibt kaum Platz. „Ich will für mein Kind doch nur das Beste“, rechtfertigt sich ein allzu engagierter Vater in der Halbzeit. Aber ist das Beste nach Meinung des Vaters auch das Beste für das Kind?

Verschiedene Ziele

Manchmal scheint es, als wären die Zielsetzungen von Erwachsenen und Kindern unterschiedlich. Kinder spielen Fußball, um das Spiel zu erlernen und sich zu verbessern. Spaß und Freude sollten, nein – müssen dabei im Vordergrund stehen. Erwachsene sind oft zu leistungsorientiert. Sie erwarten teilweise zu viel von ihrem Kind und setzen es somit einem gewissen Druck aus, dem es nicht gewachsen ist. Durch diese Erfolgsorientierung werden Talente hochgepuscht und verheizt. Eine pädagogische Verantwortung scheint es dabei nicht zu geben.

Szenenwechsel. Ein E-Juniorenspiel. Diesmal keine Kommentare oder Vorschläge seitens der Eltern. Ein Trainer gibt nur sehr wenige Anweisungen während des Spiels. „Zu viele Erklärungen machen die Kinder ja verrückt. Sie sollen selbständig auf eine bestimmte Situation reagieren“, erläutert er seine Trainerphilosophie. „Deshalb habe ich die Eltern auch dazu angehalten, nicht in das Spiel hineinzurufen.“ Daran scheinen sie sich zu halten.

Kindgerechte Anweisungen

Eine Steuerung seitens der Trainer ist in dieser Altersstufe (6 –10 Jahre) schon erforderlich, allerdings sollte diese nicht mit allzu vielen Informationen überladen werden. Zudem sollten Korrekturen in einfachen und leicht verständlichen Sätzen angebracht werden, also in einer Sprache, die Kinder auch verstehen. Negative Äußerungen und vor allem unsachliche Kritik sind abzulehnen. Gerade auch Eltern versuchen dem Kind während des Spiels taktische Anweisungen zu geben, ohne jedoch zu wissen, mit welcher Aufgabe der Trainer das jeweilige Kind betraut hat. Unterschiedliche Anweisungen von Trainer und Eltern führen zur Unsicherheit der Kinder. Positive Anfeuerungen seitens der Eltern sind dagegen wünschenswert, allerdings ohne jegliche Einmischung in die Belange des Trainers.

Untersuchungsergebnisse

Eine Untersuchung an der Sporthochschule in Köln, mit dem Ziel, das Verhalten von Trainern und Eltern im F- und E-Juniorenbereich zu beobachten und zu kategorisieren, kam zu einigen bemerkenswerten Ergebnissen. Dabei wurden sieben Verhaltenstypen klassifiziert. Bei allen beobachteten Spielen (insgesamt 52 F- und E- Juniorenspiele und dabei 208 Bezugspersonen) waren lautstarke negative Kommentare seitens der Trainer und Eltern zu verzeichnen gewesen. Oft konnten die Kinder lediglich in den Anfangsminuten ohne Einmischung von außen ihrem eigenen Spiel nachgehen.

Diese Ergebnisse sind jedoch zu relativieren. Bei genauerer Betrachtung zeigte sich, dass einer Mehrheit von sich zurückhaltenden, ruhigen Personen lediglich einige wenige negativ auffallende Einzelfälle gegenüberstehen.

Als äußerst bedenkenswert ist allerdings die Tatsache anzusehen, dass im Bereich der E-Junioren 53,1% der Trainer als impulsiver Typ eingestuft wurden. Dieser Wert ist fünfmal so hoch wie bei den F-Junioren, bei denen erfreulicherweise mit 42,2% der ruhige Typ dominiert.

Bei den Eltern überwiegt allgemein der ruhige Typ (48,4%). Allerdings ist bei den E-Junioren die Anzahl des impulsiven (19%) und des ehrgeizigen (15,5%) Typs zu hoch.

Fazit

Abschließend sei erwähnt, dass einige Erwachsene ihr Verhalten gegenüber Kindern auf dem Fußballplatz grundlegend überdenken sollten, damit Mauro und all die anderen kleinen Fußballer genau das tun können, was sie wirklich können, was sie wirklich möchten: nämlich ohne Druck und Einmischung von außen einfach nur Fußball spielen.

Die verschiedenen Verhaltenstypen

ehrgeiziger Typ:

Trainer: Will immer gewinnen, setzt aus diesem Grund nur die starken Spieler ein.
Elternteil: Kritisiert während des Spiels lautstark die Aktionen seines Kindes.

besserwissender Typ:

Fällt besonders durch Kommentare wie „Du musst...!“, „Du sollst...!“ und „Du darfst nicht...!“ auf.

unkritischer Typ:

Orientiert sich mit seiner Kritik nicht an der Leistung der Kinder, sondern nur am Ergebnis.

impulsiver Typ:

Begleitet das gesamte Spiel mit lautstarken negativen aber auch positiven Kommentaren.

aggressiver Typ:

Bei vermeintlicher Benachteiligung fordert der die Kinder zum aggressiveren Verhalten und zur Gewalt auf.

lobender Typ:

Jede Aktion wird gelobt,
Kritik wird während des Spiels nicht geäußert.

ruhiger Typ:

Gibt während des Spiels nur sehr wenige Anweisungen.
Wenn Korrekturen erforderlich sind, dann äußert er sie in einfachen, klar verständlichen Sätzen.
Kritische Äußerungen erfolgen während des Spiels nicht.

Tipps für Trainer

Vor dem Spiel:

- Eine kurze Besprechung mit einigen Grundinformationen genügt. Die Spieler nicht durch komplexe Anweisungen überladen! Einfache und leicht verständliche Hinweise sind hilfreicher!
- Eltern haben bei einer Besprechung in der Kabine nichts verloren. Denn die Kinder sollen einen Mannschaftsgeist ohne Beeinflussung der Eltern aufbauen!
- Selbständiges Umziehen der Spieler fördern, ohne sie alleine zu lassen. Sie zur Selbständigkeit erziehen und mündige Spieler heranbilden!

Im Spielverlauf:

- Unsachliche und lautstarke Kritik vermeiden. Ein Anbrüllen von Kindern, wie es oft genug beobachtet wurde, bringt nichts und ist pädagogisch nicht verantwortbar!
- Fremdwörter und sportspezifische Fachbegriffe grundsätzlich vermeiden, da die Kinder die Bedeutung nicht verstehen. Umschreibungen oder Bilder können dagegen hilfreich sein. Dabei einfache Sätze bilden. Die Sprache sollte sachlich erklärend und ruhig sein.
- Nur positiv auf die Spieler einwirken, sie unterstützen und nicht gleich beim ersten Fehlpass Kritik üben!
- Auch Kinder hören gerne Lob!
- Auf die Eltern beruhigend wirken, wenn sie Spieler lautstark kritisieren oder in das Spiel hineinrufen. Eventuell sogar Einzelgespräche mit den Eltern führen!

In der Halbzeitpause:

- Den Spielern Selbstvertrauen geben. Den Kindern deren Möglichkeiten und Fähigkeiten aufzeigen: beispielsweise den Kindern konkret sagen, was gut und was schlecht war, und erklären, was sie besser machen können!
- Die Mannschaft auch bei der Halbzeit zusammenhalten und von den Eltern trennen, da diese sonst individuell auf das Kind einwirken und möglicherweise Aufgabenstellungen des Trainers untergraben werden, was zur Verunsicherung führt!
- Den Kindern Getränke reichen. Nicht sofort auf sie einreden. Erst mal zur Ruhe kommen lassen!

Nach dem Spiel:

- Nochmals die Mannschaft zusammenholen und mit den Spielern das Spiel besprechen. Auch die Kinder zu Wort kommen lassen. Sie wollen ihre eigenen Eindrücke schildern.
- Keine Kritik direkt nach dem Spiel. Stattdessen die Spieler je nach Spielverlauf beruhigen, aufmuntern, trösten oder loben und sich mit ihnen freuen.

Tipps für Eltern

- Die Führung im sportlichen Bereich alleine dem Trainer überlassen. Hilfe bei organisatorischen Aufgaben sind dagegen willkommen und bereichern das Vereinsleben!
- Enttäuschungen hinsichtlich der Spielleistung und des Resultats für sich behalten. Stattdessen den Kindern bei einer positiven Verarbeitung helfen!
- Unsachliche und emotional negativ gefärbte Zurufe im Spielablauf vermeiden. Sie verursachen Ängste und Aggressionen!
- Grundsätzlich den Trainer nicht hinsichtlich der Aufstellung beeinflussen!
- Das Engagement für die Mannschaft und den Verein nicht von der Zufriedenheit mit den sportlichen Entscheidungen des Trainers abhängig machen!
- Wenn dennoch Frust aufkommt, das Gespräch mit dem Trainer suchen und in einer sachlichen, verständnisvollen Atmosphäre Meinungen austauschen!
- Zwischendurch immer wieder das eigene Verhalten rund um das Training und das Spiel überdenken und gegebenenfalls verändern!

Die Studie „Richtig Trainieren und Betreuen im Basisbereich“ (Kosten: 5 Euro) kann bezogen werden über:

Robert Freis, St.-Veit-Str. 58, 81673 München. Bitte einen adressierten und frankierten Rückumschlag beilegen (DinA 4, 1,53 Euro).