

# **Ein Leistungssportler/eine Leistungssportlerin in der Familie**

Brandauer Thomas

# Ausgangspunkt

- Allgemein gesellschaftlich:

Leistungssport sehr positiv besetzt



Brandauer Thomas

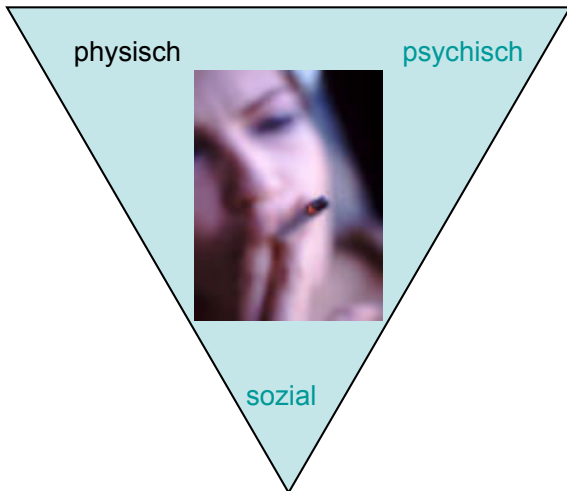
# Positive Sozialisation

Die **Persönlichkeit** der jugendlichen AthletInnen wird durch den Leistungssport *in eine positive Richtung* entwickelt.



Brandauer Thomas

# Sport statt Drogen



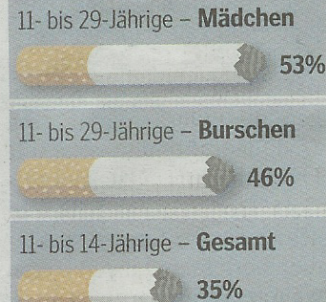
## Bereits elfjährige Kinder zählen zu den Rauchern

Alarmierendes Ergebnis einer Umfrage: Mehr als ein Drittel der Elf- bis 14-Jährigen und jeder zweite Jugendliche bis 29 greift zur Zigarette.

### MEHR JUNGE RAUCHER

Umfrage Juni/Juli 2004  
unter 800 Jugendlichen

#### Anteil der Raucher



**KLEINE ZEITUNG** Quelle: APA/Institut für Jugendkulturforschung

#### IM INTERNET

Forum zum Thema Rauchen:  
[www.kleinezeitung.at/raucher](http://www.kleinezeitung.at/raucher)

Sie greifen immer öfter und immer früher zur Zigarette – Kinder, Jugendliche und junge Menschen. Das Institut für Jugendkulturforschung veröffentlichte gestern das alarmierende Ergebnis einer im Juni und Juli unter 800 Jugendlichen im Alter von elf bis 29 Jahren durchgeführten Umfrage: Fast jeder zweite bezeichnete sich als Raucher. Besonders besorgniserregend: 35 Prozent der Elf- bis 14-Jährigen greifen regelmäßig zur Zigarette.

Ein Novum ist auch, dass nunmehr die Mädchen (53 Prozent) die Burschen (rund 46 Prozent) beim Rauchen überholt haben. Viele Mädchen würden den blauen Dunst als Mittel zur Gewichtsregulierung sehen und

rauchen, um den Appetit zu vertreiben. 48 Prozent der 15- bis 19-Jährigen qualmen während der Pause in der Schule. „Das Raucherzimmer ist eine Einrichtung von gestern“, sagte Manfred Zentner vom Institut für Jugendkulturforschung. Wenn zu befürchten sei, dass dort Jugendliche zum Rauchen verführt werden, „gehören die Zimmer sofort geschlossen“.

Vor knapp einer Woche hatte Gesundheitsministerin Maria Rauch-Kallat ihre Anti-Rauch-Pläne präsentiert; ab Jänner soll demnach ein Rauchverbot am Arbeitsplatz und in öffentlichen Gebäuden gelten. Das bereits geltende Rauchverbot in Schulen hat sich aber noch nicht durchgesetzt.

# Wertevermittlung im Leistungssport

- **Persönlichkeitsbildung**
- **Einsatz** für eine Sache
- **Zielorientierung**
- **Entscheidungsfähigkeit**
- **Disziplin** (Einordnung in eine Mannschaft)
- **Umgang mit Erfolg und Misserfolg**
- **Fairness**
- **Etc.**



# Aber auch:

Hohe Belastung bzw.  
hoher Druck durch  
Leistungssport

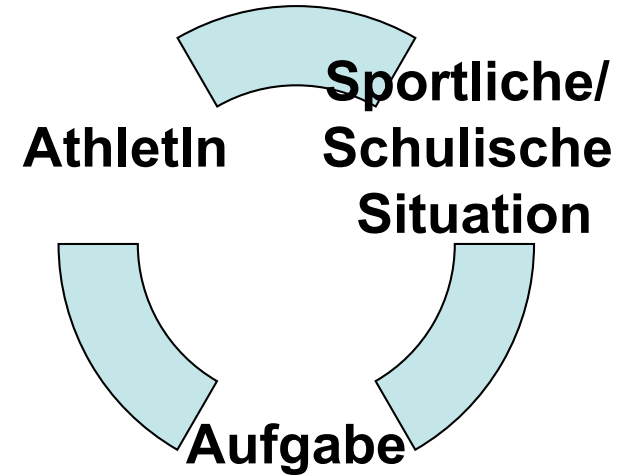
- Gefahren:
  - Körperlich
  - Psychisch
  - Sozial



Brandauer Thomas

# Balance

Wie gut es gelingt die unterschiedlichen Anforderungen und Belastungen *auszubalancieren* ist stark von den jeweiligen **individuellen Ressourcen** abhängig.



# Ressource: Eltern bzw. Familie

- Wichtige Funktion bei der Bewältigung von Belastungen im Leistungssport





# Studie (Harttgen/Mills)

## Leistungsbereitschaft und Bewältigungsressourcen

### *Überlegungen zur Talente Förderung im Fußball*

- 331 Nachwuchsspieler (zwischen 13 und 19 Jahren) von deutschen Bundesligavereinen

#### TESTBATTERIE:

- Selbstkonzept
- Fragen zu bedeutsamen Einflussbereichen mit denen sich Spieler im Verlauf ihrer sportlichen Aktivität auseinandersetzen müssen.
  - Sich selbst (Motivation, Einstellungen)
  - Relevantes Umfeld (Eltern, Schule, Mannschaft, Verein, TrainerIn)



# Ergebnisse 1

- **Dominanz der Bundesligaorientierung**
  - sozial erwünscht und entsprechend akzeptiert
  - keine altersspezifischen Unterschiede
  - keine Effekt bezüglich der Ausrichtung der Leistungsstärke
- **Bemerkenswert:**

**FRAGE: Wenn ich nicht Bundesligaspieler werde, dann.....**  
nur **112** nichtsportliche Orientierung (Beruf, Schule, Studium)  
anderen **nur sportliche Perspektive**

  - „ins Ausland“
  - „woanders“
  - „kann ich mir nicht vorstellen“

**Dadurch bedingt**

  - Entwicklung von Fehlerangst 67%
  - Andere nicht enttäuschen 56,2%
  - 57,2% nach schlechten Spiel Befürchtung aus Stammelf zu fallen
  - Druck von Trainern und Eltern 41,2%

# Ergebnisse 2

Ressourcen:

**Familie: Stütz- und Schutzfaktor Nummer1**

- 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

LÖSUNG: Ressourcen orientiert ein allgemeines Entwicklungskonzept erstellen, wobei unter anderem **Familie** wieder **stärker miteinbezogen** werden sollte!!!!

# Die „ideale“ Familie eines/einer Leistungssportlers/in



**gibt es die überhaupt?**

# **Unterstützung durch die Familie**

## **Rolle der Eltern**

- **Vorbild**
- **Co-Trainer**
- **Coach**
- **Trainer-Kritiker**
- **Fan**
- **Animateur**
- **Forderer**
- **Förderer**
- **Butler**
- **Psychologe**
- **Manager**
- **Fahrer**
- **Koch**
- **Ernährungsberater**
- **Imageberater**



# Eltern Fallen

- **Überidentifikation**
- **Überengagement**
- **Egoismus (ego gratification)**
- **Verwechslung von Investition und Opfer**
- **Wettkampf mit anderen Eltern bzw. Kindern**

# Lösungen

Unabhängig davon, wie hoch das persönliche Engagement und wie vielfältig die Aufgaben/Rollen sind:

## Wenn irgend möglich sollten Eltern

- *eigene emotionale Beteiligung reduzieren*
- *vor allem ihre eigenen Erwartungen kritisch überprüfen,*
- *Vorwürfe nach sportlichen Niederlagen ihrer Kinder unterlassen,*
- *keine Rechtfertigungen erzwingen,*
- *nicht über die Köpfe der Kinder und Jugendlichen mit dem Trainer verbünden,*
- *unaufdringliche Ansprechpartner sein*
- *alternative Möglichkeiten der Lebensgestaltung im Auge behalten,*
- *das Zuhause bewusst als Rückzugsraum vom Sport akzeptieren.*

# Prävention für Fehlentwicklungen (**Ziel:** vernünftiger Leistungssport)

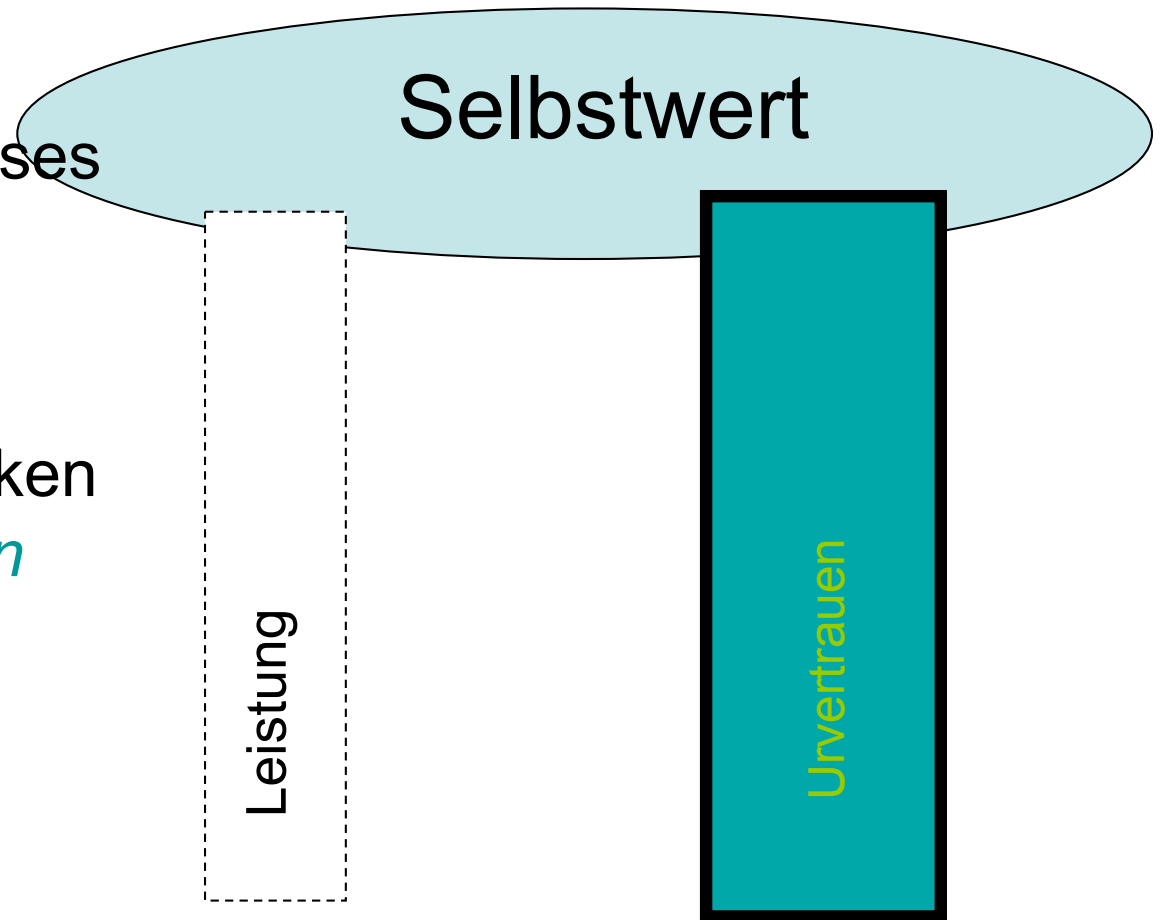
eine funktionierende **Eltern-Kind**  
Beziehung getragen von **Vertrauen,**  
**Toleranz und Offenheit.**

- Motto: mehr **mit** als über die Kinder reden!



# Im Laufe der Entwicklung:

- **Rücknahme** des Einflusses
- Erziehung zur **Selbstständigkeit**
  
- **Urvertrauenssäule** stärken
- **Leistungssäule** *anderen* überlassen



**Danke!**

Brandauer Thomas