

Eltern im Leistungssport – Ein Ressourcenratgeber

Elternratgeber

Innsbruck, 16/03/2020

Liebe Eltern!

Es ist uns ein Anliegen, alle im KVÖ involvierten Personen (AthletInnen, TrainerInnen, BetreuerInnen...) für das Thema „sexualisierte Gewalt im Sport“ zu sensibilisieren.

Begonnen haben wir mit Workshops (Februar/März 2019) im Nachwuchsbereich. Zusätzlich werden Workshops für die Coaches sowie für die SportlerInnen des Nationalteams abgehalten.

Im Zuge dessen, ist es uns wichtig, euch folgende Informationen zukommen zu lassen:
Sexuelle Gewalt bedeutet: Verletzung des Rechts auf Intimität, altersgemäße und sexuelle Selbstbestimmung und ist ein Ausnutzen von Macht und Autorität durch eine Vertrauensperson. Grenzen werden ignoriert!

Sportvereine sind für Täter und Täterinnen hochinteressant, weil...

- große Anzahl von Kindern/Jugendlichen/junge Erwachsenen zum „Auswählen“
- regelmäßiger Kontakt
- Vertrauen, Beziehungen und Bindungen entstehen
- Übungsleiter/innen und Trainer/innen sind wichtig für Kinder und Jugendliche (Idole/Vorbilder)

Täterinnen und Täter können so herausfinden, wer bedürftig ist, wer etwas braucht, wem sie etwas anbieten können, um sich dann selbst etwas holen zu können!

Wie kannst Du mit dem Thema konfrontiert werden?

- durch Täter/innen in deinem Umfeld
- als Vertrauensperson oder Ansprechpartner/in
- als Zeugen/innen

Inhalt

1. Eltern im Leistungssport: Ressource und Stützsystem für NachwuchssportlerInnen	4
1.1. Vorwort.....	4
2. Die Aufgabe von Eltern mit Kindern im Nachwuchssport.....	5
3. Allgemeine Tipps und Empfehlungen.....	7

1. Eltern im Leistungssport: Ressource und Stützsystem für NachwuchssportlerInnen

1.1. Vorwort

Sie in ihrer Rolle als Eltern stellen eine sehr bedeutende und wertvolle Ressource für die Entwicklung und Sozialisation ihrer Kinder im Sport dar. Sie haben dabei in der Art und Weise, wie sie ihren sporttreibenden Kindern entgegentreten einen nicht zu unterschätzenden Einfluss auf deren (sportliche) Entwicklung. Auch SportlerInnen selbst erleben ihre Eltern, ihre Familie als den bedeutendsten Stütz- und Schutzfaktor überhaupt. Diesen Einfluss als eine positive Kraft zu nutzen steht im Vordergrund sämtlicher Bemühungen rund um Elternberatung und -information.

Ziel dieses Informationsblattes ist es ihnen als Eltern Hilfestellungen und Tipps dahingehend zu geben, wie sie diesen Einfluss positiv gestalten können, um die jungen SportlerInnen bestmöglich zu unterstützen. Eltern dabei in der Entwicklung ihrer Kinder als bedeutsame Ressource zu schätzen und zu integrieren in die Entwicklung ihrer Kinder, stellt ein weiteres zentrales Ziel dar.

Es soll dabei ein Modell vorgestellt werden, welches Anhaltspunkte geben kann zu welcher Zeit, in welchem Entwicklungsstadium, welches Elternverhalten förderlich für junge SportlerInnen sein kann. Um die eigenen elterlichen Maßnahmen auch gut einordnen und das eigene Handeln gut reflektieren zu können, wird im ersten Abschnitt ein kurzer theoretischer Input geleistet. Anschließend werden konkrete Verhaltens- und Handlungsmöglichkeiten dargestellt, die ihnen als Orientierungshilfe und Handlungsvorschläge unterstützend zur Verfügung stehen.

2. Die Aufgabe von Eltern mit Kindern im Nachwuchssport

Das oben erwähnte Modell geht auf Salmela (1994) zurück und beschreibt drei Phasen (siehe Tabelle 1) der sportlichen Entwicklung im Kindes- und Jugendalter. In diesen drei Entwicklungsphasen sind von den Eltern jeweils andere Unterstützungen und Fördermaßnahmen hilfreich, ebenso wie in den Übergängen von einer Phase in die nächste. Die Übergänge stellen jeweils neue Herausforderungen für die Kinder und Jugendlichen, sowie für sie als Eltern dar. D.h. es kommt zu einem Übergang von einer Phase in die nächste, dabei ändern sich auch zu einem bedeutenden Anteil die Anforderungen an sie und ihre Rolle in der Unterstützung ihrer sporttreibenden Kinder.

		Elternrolle in den einzelnen Phasen
Phase 1	Der Beginn	<ul style="list-style-type: none"> • Unterstützen das Sporttreiben ihres Kindes ganz allgemein • Haben moderate Erwartungen an ihre Kinder • Betreiben keine explizite Karriereplanung für ihr Kind • Stellen notwendige Ressourcen und Bewegungsräume zur Verfügung • sind emotional ermunternd und wertschätzend
	Übergang	
Phase 2	Die Entwicklung	<ul style="list-style-type: none"> • Fördern aktiv die Karriere des Kindes • Beginn der Anpassung der des Familiensystems an die sportlichen Erfordernisse (Essenszeiten, Fahrdienste, ...) • bieten finanzielle Absicherung • sind emotional ermunternd und wertschätzend • üben moderaten Druck aus im Sinne einer positiven emotionalen Unterstützung • Übernehmen teilweise Trainer- und Coachingaufgaben
	Übergang	
Phase 3	Die Meisterschaft	<ul style="list-style-type: none"> • instrumentelle Unterstützung (Fahrdienste, Finanzierung) verringert sich deutlich • bleiben oftmals erste Quelle finanzieller Unterstützung • sind Quelle emotionaler Unterstützung, von Lob und Anerkennung, geben emotionale Nähe und moralische Zuspruch • Verfolgen sportliche Erfolge und bieten eine anhaltende positive Bewertung der sportlichen Kompetenz ihres Kindes • Spielen in dieser Phase der sportlichen Entwicklung eine geringere Rolle als in den ersten beiden Phasen

Tabelle 1: Die drei Phasen der sportlichen Entwicklung und die Rolle der Eltern in den einzelnen Phasen

Der Einfluss von Eltern geht dabei mit der Weiterentwicklung ihrer Kinder stetig zurück, vor allem was die instrumentelle Unterstützung anbelangt. Was die emotionale Unterstützung betrifft, so stellen sie als Eltern durchgehend die bedeutsamste Quelle dar.

Betrachtet wir nun das oben dargestellte Modell aus der Perspektive der sporttreibenden Kinder und ihren Eltern, so können wir die Rollen und das entsprechende Verhalten vereinfacht so darstellen:

		Verhalten in den einzelnen Phasen		
		Beginn	Entwicklung	Meisterschaft
SportlerInnen		Freudig, aufgeregt, verspielt, eifrig, etwas Besonderes	Fühlen sich verpflichtet Sind engagiert wettkampforientiert	Wie „besessen“ Verantwortungsbewusst leistungsorientiert
Eltern		Teilen die Aufgeregtheit Wirken unterstützend Als Mentoren erwünscht	Bringen Opfer (instrumentell und finanziell) Reduzieren aktive Einflussnahme auf die sportliche Entwicklung Quelle emotionaler Unterstützung	Ziehen sich immer weiter zurück Quelle emotionaler Unterstützung

Tabelle 2: Verhalten in den einzelnen Phasen

Das bedeutet für sie als Eltern vor allem ein Loslassen lernen. Ein Akzeptieren, dass ihr aktiver Einfluss (der Einfluss auf die sportliche Entwicklung) kontinuierlich geringer wird und jener der TrainerInnen umfassender und bedeutender. Es ist aber auch das Bewusstsein darüber, dass sie als Eltern über alle Phasen der sportlichen Entwicklung hinweg die bedeutendste Quelle der emotionalen Unterstützung und emotionalen Sicherheit ihrer Kinder darstellen.

7 / 7

3. Allgemeine Tipps und Empfehlungen

- Klären sie ihre eigene sportliche Vergangenheit, ihre eigenen Ziele und ihre Erwartungen an ihr Kind (so vermeiden sie die Projektion eigener Wünsche und Bedürfnisse auf ihr sporttreibendes Kind)
- Akzeptieren sie und zeigen sie ihrem Kind, dass auch Niederlagen zum Sport gehören und dass diese eine Gelegenheit für Weiterentwicklung bieten
- Geben sie ihrem Kind die Möglichkeit viele Bewegungserfahrungen zu sammeln. Der Spaß an der Bewegung hat dabei oberste Priorität
- Unterstützen sie ihr sporttreibendes Kind ohne Bedingungen und thematisieren sie nicht ständig und ungeduldig Erfolge oder Fortschritte
- Halten sie sich bei Wettkämpfen bzw. Spielen zurück. Vermeiden sie es absolut sich einzumischen, die TrainerInnen zu kritisieren oder deren Entscheidungen zu bewerten
- Vermitteln sie Sicherheit und positive emotionale Bindungen. Diese Faktoren beeinflussen die Motivation und sind ein bedeutender Faktor für das Leisten auf hohem Niveau
- Bedenken sie, dass Erfolg nicht unmittelbar vom Ergebnis abhängt. Vielmehr bedeutet Erfolg eine gute Leistung entsprechend der aktuellen Möglichkeiten bzw. des aktuellen Entwicklungsstandes

Quellen:

