



Wissenswertes für Familien

Nr.22: Kinder und Sport

Sport kann Kindern dabei helfen, körperliche Fähigkeiten zu entwickeln, sich fit zu halten, Freunde kennenzulernen, Spaß zu haben, sich als Teammitglied zu behaupten, faires Spiel zu erlernen und sein Selbstwert-Gefühl zu verbessern. Die europäische Sportkultur hat sich zunehmend zu einem (Geld)Geschäft entwickelt. Diese sehr stressige, Wettbewerbs-basierte und auf die Maxime „Sieg um jeden Preis“ ausgerichtete Einstellung herrscht in vielen Vereinen bzw. unter professionellen Sportlern vor und beeinflusst damit die, aus Sicht der Kinder, wahrgenommene Welt des Sports– und schafft damit sehr ungesunde Rahmenbedingungen. Es ist wichtig sich bewusst zu machen, dass die Einstellungen und Verhaltensweisen, die man den Kindern hinsichtlich Sport in frühen Jahren beibringt, in deren Erwachsenenalter fortgesetzt werden. Eltern sollen sich also aktiv bemühen und ihrem Kind dabei helfen, eine gesunde Sportlichkeit zu entwickeln.

Damit das Kind optimal vom Sport profitiert, muss man sich als Elternteil aktiv bemühen und sich einbringen, indem man z.B.

- seinem Kind hinsichtlich Sport emotionale Unterstützung und positives Feedback bietet,
- einige Spiele/Matches seines Kindes besucht und danach mit ihm darüber spricht,
- realistische Erwartung hinsichtlich der sportlichen Leistungen hegt,
- sich über den Sport informiert und das Engagement seines Kindes für diesen unterstützt ,
- sein Kind dazu einlädt, mit Ihnen über seine Erfahrungen mit dem Trainer und den anderen Teammitgliedern/Mitspielern zu sprechen,
- seinem Kind dabei hilft mit Enttäuschungen und Niederlagen umzugehen, und
- als Zuschauer ein respektvolles Rollenverhalten zeigt.

Obwohl eine solche aktive Beteiligung sehr zeitaufwendig, verhilft es zu mehr Wissen über Training/Sportbetreuung, Mannschaftswerte, sportliche Verhaltensweisen und Einstellungen. Das Verhalten und die besondere Einstellung Ihres Kindes wird eine Kombination seiner Betreuung durch den Trainer und Ihren Diskussionsbeiträgen hinsichtlich gesunder Sportlichkeit bzw. fairem Spiel sein.

Er ist darüber hinaus auch wichtig, mit seinem Kind über dessen Beobachtungen bei Sportveranstaltungen zu sprechen. Falls Negativ-Beispiele für Sportlichkeit vorkommen, sollen Sie mit Ihrem Kind über bessere Methoden, mit welchen man diese Situation bereinigen hätte können, diskutieren. Obwohl man selbstverständlich zugeben muss, dass man in der Hitze des Gefechtes/Wettbewerbs sich nur sehr schwer unter Kontrolle hat und den Respekt für den Gegner behält, muss man aber immer wieder betonen dass ein respektloses



Verhalten einfach nicht akzeptabel ist. Man soll sich bewusst sein, dass Erfolg nicht immer mit Sieg bzw. Misserfolg nicht immer mit einer Niederlage gleichzusetzen sind.

Falls Sie sich hinsichtlich des Verhaltens und der Einstellung des Trainers Ihres Kindes besorgt sind, dann sollten Sie mit ihm ein privates Gespräch suchen. Als Erwachsene, können Sie darüber diskutieren, was das Kind beim Sport am vordringlichsten lernen soll. Auch wenn Sie so die spezielle Meinung und Verhaltensweisen des Trainers wahrscheinlich nicht wesentlich verändern können, werden Sie damit dem Coach vermitteln, wie Sie es sich wünschen, dass Ihr Kind angesprochen werden soll. Falls Sie den Coach/Trainer als überhaupt nicht zugänglich und einsichtig erleben, sollen Sie mit diesem Problem an die für die Schul- bzw. Ligaaktivitäten Verantwortlichen herantreten. Wenn die Probleme weiter andauern, können Sie sich zur Abmeldung Ihres Kindes entschließen.

Wie auch bei den meisten Aspekten der Elternschaft, sind aktive Beteiligung und Gespräche mit seinen Kindern über ihr Leben äußerst wichtig. Dass man auf ihre Leistungen stolz ist, dass man mit ihnen Siege und Niederlagen teilt und mit ihnen immer wieder über das beim Sport Vorgefallene spricht, hilft ihnen Fertigkeiten bzw. Fähigkeiten für ein erfolgreiches Leben zu entwickeln. Die Lektionen, die man als Kind beim Sport lernt, werden die Werte und Verhaltensmuster des einzelnen für sein Erwachsenenleben formen.