# Ängstlichkeit und Fussballspiel

Autor(en): **Graf, H.**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen**

Band (Jahr): **31 (1974)**

Heft 11

PDF erstellt am: **01.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-994996

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

**Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

**http://www.e-periodica.ch**

# Ängstlichkeit und Fussballspiel

H. Graf

Im Rahmen einer Semesterarbeit an der Universität Zürich ist Heinz Graf den Fragen der Ängstlichkeit bei jungen Fussballspielern nachgegangen. Wir haben ihn gebeten, seine Untersuchung für die J+S-Leser zusammenzufassen. Heinz Graf ist Juniorentrainer beim FC Luzern und studiert an der Universität Zürich Psychologie. Guido Schilling

Während meiner zweijährigen Trainertätigkeit in einer Juniorenabteilung fielen mir bei den Kindern, die ja alle am Fussballsport interessiert sind, enorme Leistungsunterschiede auf. Dies nicht nur in technischer, sondern auch in gedanklicher und kämpferischer Hinsicht.
Beim Durcharbeiten des KAT (Kinder-Angst-Test) von *Thurner* und *Tewes* beeindruckte mich vor allem der Abschnitt über «Ängstlichkeit und Schulleistung». Ich zitiere: «Angst, wie überhaupt jedes Erleben einer stärkeren Emotion, stört die geistige Konzentration und vor allem das freie, divergente, nach verschiedenen Lösungsmöglichkeiten suchende Denken. Jede Leistungsanforderung, die nach Meinung des Geforderten Versagungsmöglichkeiten in sich birgt, löst beim Ängstlichen entweder stärkere Angst aus als beim wenig Ängstlichen, oder sie löst früher und stärker Angstabwehrmechanismen aus. Beides senkt, unter sonst gleichen Bedingungen, die Leistungschancen des Ängstlichen.»
*Thurner* und *Tewes* haben bei ängstlichen Kindern eine Verminderung der Schulleistung nachgewiesen. Ich fragte mich nun, ob die Ängstlichkeit auch einen Einfluss auf das Fussballspiel hat. Um dies zu untersuchen, stellte ich folgende Hypothesen auf:

$H_I$ : Ängstliche Kinder spielen weniger gut Fussball als nicht ängstliche

$H_0$ : Die Ängstlichkeit spielt im Fussball keine Rolle

## Methode

a) Wahl der Versuchspersonen

Alle Probanden waren zwischen 10 und 13 Jahren alt und Mitglied eines Fussballclubs. Die Trainer teilten 108 Spieler in zwei Gruppen (gut und schlecht) ein. Diese Wahl wurde nach eigenem Ermessen durchgeführt. Als Hilfsmittel dienten der Konditionstest und die Sportfachprüfung 1 des SFV, sowie die persönliche Beobachtung bei Training und Spiel. Die Probanden setzten sich aus folgenden Vereinen zusammen:

32 Spieler des FC Kickers, Luzern (Regionalverein)

2 Spieler des SC Obergeissenstein Luzern (Regionalverein)

14 Spieler des Grasshopper-Club Zürich (Nationalligaverein)

28 Spieler des FC Ebikon (Regionalverein)

16 Spieler des SK Root (Regionalverein)

16 Spieler des FC Luzern (Nationalligaverein)

b) Durchführung des Tests

Jedem Probanden gab man einen Fragebogen des KAT mit der Aufforderung, die Anweisung auf der ersten Seite zu lesen. Der besondere Grund für die Testaufnahme wurde ihnen nicht mitgeteilt. Nicht verstandene Fragen wurden erklärt.

## Ergebnisse

| Stanine-Wert | | gute Spieler | | schlechte Spieler | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1, 2, 3 | wenig ängstlich | 30 | 4, 10, 16 | 15 | 1, 8, 6 |
| 4, 5, 6 | normal ängstlich | 21 | 6, 12, 3 | 27 | 11, 8, 8 |
| 7, 8, 9 | sehr ängstlich | 3 | 2, 1, 0 | 12 | 7, 4, 1 |
| Anzahl | | $n_1 =$ | 54 | $n_2 =$ | 54 |
| Mittelwert | | $\bar{x}_1 =$ | 3,63 | $\bar{x}_2 =$ | 4,74 |
| Streuung | | $s_1 =$ | $\sqrt{2,69}$ | $s_2 =$ | $\sqrt{3,96}$ |

## Diskussion

a) Verlässlichkeit des KAT

Der KAT ist aufgrund der in der Handanweisung der angegebenen Werte (Validität, Stabilität, Normierung) eine brauchbare Methode, um bei normal intelligenten Kindern ab 9 Jahren den Ängstlichkeitsgrad abzuschätzen.

b) Verlässlichkeit des Urteils der Trainer

Da die Trainer von der Gruppeneinteilung keinen persönlichen Nutzen ziehen konnten, und die Zweifelsfälle (ob gut oder durchschnittlich, ob schlecht oder durchschnittlich) zum vornherein eliminiert wurden, darf man sich auf die Einteilung in die beiden Gruppen verlassen.

c) Verlässlichkeit des Resultats der Untersuchung

Die Prüfung des Mittelwertunterschieds wie auch der Chi-Quadrat-Test ergaben zwischen den beiden Gruppen – gute und schlechte Fussballspieler – einen signifikanten Unterschied auf dem 1-Prozent-Niveau, das heisst dass die Ablehnung unserer Hypothese $H_0$ (Ängstlichkeit spielt im Fussball keine Rolle) in einem von hundert Fällen falsch ist.

d) Aussage des Resultats der Untersuchung

Vergleichen wir die Antworten beider Gruppen auf einzelne Fragen (der KAT umfasst insgesamt 19 Fragen), so haben wir die grössten Prozentdifferenzen (in Klammern angegeben) bei den Fragen:

10. Meine Eltern sind so besorgt um mich, dass sie mir mehr verbieten als nötig wäre (22 Prozent)
11. Ich glaube, ich mache mir mehr Sorgen über meine Schulleistungen als die meisten Mitschüler, die ungefähr gleiche Noten haben wie ich (21 Prozent)
2. Manchmal fühle ich mich auch dann allein, wenn andere Menschen um mich sind (17 Prozent)
12. Ich mache mir manchmal Sorgen um die Zukunft (17 Prozent)
8. Zu Hause werde ich fast täglich ermahnt, vorsichtig zu sein (18 Prozent)
4. Ich mache mir oft Sorgen, wenn ich abends im Bett liege (16 Prozent)

Aus dieser Aufstellung ist ersichtlich, dass sich die Ängstlichkeit und Unsicherheit der Eltern (Fragen Nr. 10 und Nr. 8) auf das Kind übertragen (Fragen Nr. 11, Nr. 12 und Nr. 4).
Das Kind hat es dringend nötig zu wissen, dass ihm die Eltern Verantwortung abgeben, ihm einen Entscheidungsspielraum offen lassen. Das wiederum bedingt, dass die Eltern nicht allzu ängstlich sind. Zwar scheinen ängstliche Eltern «gute» Eltern zu sein, doch ihre Kinder werden oft wehleidig und überempfindlich, finden schwer sozialen Anschluss (Frage Nr. 2) und haben wenig Sinn für die Realität, das heisst, sie stehen nicht mit beiden Füssen auf der Erde. Nur mit übertragener Verantwortung kann das Kind Selbstvertrauen entwickeln, ein Selbstvertrauen, welches das Kind in der Schule und auf dem Fussballplatz so nötig braucht. Das Verhalten der Kinder, deren Eltern in diesem Punkt versagen, fällt auf dem Fussballplatz auf.

Man kann zwei Hauptgruppen unterscheiden:

Die einen scheuen den Zweikampf, sie gehen nicht kompromisslos auf den Ball und sind deshalb ihrem Gegner unterlegen. Sie haben Angst, es könne ihnen etwas passieren (Frage Nr. 13 – Ich fürchte oft, dass ich krank werden könnte oder dass mir sonst etwas Schlimmes zustossen könnte – 13 Prozent).
Die andern zeigen im Training konstant gute Leistungen, versagen aber im Spiel plötzlich. Mit jeder misslungenen Aktion schwindet ihr Selbstvertrauen, das sie mit ins Spiel gebracht haben (wenn überhaupt) mehr und mehr. Werden sie kritisiert, fliessen meist die Tränen.
Psychologisches Geschick des Trainers kann dem labilen Spieler den nötigen Rückhalt geben. Der Juniorentrainer muss vor dem ersten Spiel die Schwächen seiner Spieler kennen. Bei der ersten Gruppe genügt oft schon ein Paar Schienbeinschoner, die dem Kind die nötige Sicherheit geben.
Bei der andern Gruppe muss der Trainer von der Seitenlinie und der instruierte Mannschaftsführer im Feld versuchen, das Selbstvertrauen des Kindes zu steuern, indem man bei jeder guten Aktion sofort positiv konditioniert und bei einer negativen Aktion aufmunternde Worte findet.

Es ist klar, dass es schwierig, ja fast unmöglich ist, in den wenigen Stunden, die einem Juniorentrainer zur Verfügung stehen, das nachzuholen, was die Eltern während Jahren versäumten. Ein klärendes Gespräch mit den Eltern wirkt oft Wunder, doch wird dies leider oft als Einmischung in die private Sphäre empfunden und vollkommen falsch aufgefasst.
Aufgrund dieser Untersuchung möchte ich nochmals deutlich hervorheben, welche Möglichkeiten ein Trainer hat, wenn er in Zusammenarbeit mit einem Psychologen den KAT einsetzt.

- Er sieht, welchen Ängstlichkeitsgrad ein Kind hat
- Er kann familiäre Schwierigkeiten erkennen und hat so die Möglichkeit, den Spieler individueller zu behandeln
- Hat er zwei gleich gute Spieler mit unterschiedlichem Stanine-Wert, so kann er den ängstlicheren Spieler nur schon dadurch verbessern, dass er ihm die Angst nimmt und das nötige Selbstvertrauen gibt
- Nebst der Sportfachprüfung und dem Konditionstest kann er den KAT als Hilfsmittel zur Spielerauslese benützen.


## **Anxiété et football** (résumé)

Sur la base d'une étude du test de peur chez l'enfant (KAT = Kinder-Angst-Test) de *Thurner* et *Tewes*, l'auteur s'est préoccupé de savoir dans quelle mesure cette méthode pouvait être utile dans le jugement de jeunes footballeurs entre 10 et 13 ans.
L'étude porte sur une centaine de jeunes garçons pratiquant le football dans les sections juniors de différents clubs, et après une explication de la méthode employée, l'auteur montre par une discussion des questions du test combien l'anxiété et l'insécurité des parents se transporte sur l'enfant. L'expérience permet d'ailleurs de distinguer assez facilement les footballeurs anxieux sur le terrain, et en guise de conclusion, l'auteur en appelle à la psychologie indispensable à chaque entraîneur de juniors.
L'intérêt de cette étude réside dans la possibilité pour l'entraîneur, d'une part d'avoir un rôle éducatif très actif par l'application du test KAT, et d'autre part, d'effectuer une sélection sur la base de ce critère s'il en est besoin.


**Literaturverzeichnis:**


Thurner, E. und Tewes, U.: Handanweisung des Kinder-Angst-Test (2. Auflage), Göttingen: Verlag für Psychologie, Dr. C.J. Hogrefe, 1972.
ETS Magglingen (Hrsg.): Leiterhandbuch, Fussball, Magglingen: ETS, 1970/72.



Adresse des Autoren: Heinz Graf, Unter-Geissenstein 8, 6000 Luzern