

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 12 (2010)
Heft: 2

Artikel: Als Frau in einer Männerdomäne
Autor: Steiner, Brigitte
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-992299>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 04.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Als Frau in einer Männerdomäne

Ich fragte die Spieler nach einem halben Jahr, welches ihre Gedanken waren, als sie erfuhren, dass sie zukünftig von einer Frau trainiert werden. «Jetzt nehme ich alles zurück, was ich damals gesagt habe. Es macht eigentlich keinen grossen Unterschied, ob man ein Mann oder eine Frau als Trainer hat», sagte einer von ihnen.

Wenn mir vor drei Jahren jemand prophezeit hätte, dass ich mal Jungs trainieren würde, hätte ich den Kopf geschüttelt. Ich war der Meinung, dass Frauen in den Frauenfussball gehören. Nach rund sieben Jahren Frauenfussball war ich auf der Suche nach einer neuen Herausforderung. Nach einer Analyse meiner bisherigen Trainertätigkeit schien mir ein Praktikum sinnvoll. Verschiedene Gespräche weckten mein Interesse am Juniorensportfussball. Ich bewarb mich beim FC Luzern für eine Praktikumsstelle. Das Praktikum wurde dann gleich verbunden mit der Assistentenrolle bei der U14. Ich fand Gefallen am Niveau und Engagement dieser Jungs, und es packte mich. Was nicht heisst, dass mich der Frauenfussball nicht mehr fasziniert. Ich bin noch immer mit einem Bein im Frauenfussball verankert und habe absolut nicht die Absicht diesem den Rücken zu kehren. Vielmehr sehe ich das Engagement als hervorragende Ausbildung für mich selbst. Was man in den verschiedenen Trainerausbildungen mit auf den Weg bekommt, lernt man erst, wenn man es selber anwendet und die eigene Arbeit beobachtet, analysiert und reflektiert.

Und dies kann ich in Zug alles anwenden: Nach meiner Zusage als Haupttrainerin bei Zug 94-Team Zugerland U15, war mir klar, dass ich mir als Frau bei den Jungs wie auch bei den Eltern und Trainerkollegen keine Blösse geben durfte. Hatte ich auch nicht vor. Denn ohnehin: Im Fussball zählt Kompetenz und Engagement. Im Sport kommt es nicht auf Herkunft, Sprache oder eben Geschlecht an, sondern auf das, was man aus den vorhandenen Chancen und Herausforderungen macht.

Es liegt in ihrer Natur, dass Jugendliche Grenzen suchen. Auf dieser Suche sind sie ständig. Nur frage ich mich manchmal, ob sie nicht eher ihre Umgebung auf die Probe stellen wollen. Werden alle gleich behandelt, oder darf sich jemand mehr erlauben? Sind Regeln diskutabel? Wo verläuft die Grenze zwischen Scherz und fehlendem Anstand. Ich masse mir hier nicht an, immer alles im Griff zu haben. Deshalb ist es als Trainer das Wichtigste, authentisch und integer zu sein. Dazu gehört auch, Fehler einzugestehen und den offenen Dialog zu den Spielern zu suchen. So ist man ein Vorbild und kein schlechter Schauspieler. Diese werden rasch durchschaut – egal Mann oder Frau.

Durch diese Voraussetzungen haben sich die Vorurteile rasch abgebaut. Die Junioren befürchteten zunächst, dass die Trainings nicht dem Niveau entsprechen, sie nicht gefördert würden. Es herrschte auch eine gewisse Unsicherheit. In Gesprächen mit den Junioren, wie auch mit den Eltern bekam ich bald die Rückmeldung, dass es Spass macht, dass die Regeln akzeptiert werden und die Fortschritte ersichtlich sind. Die Regeln lauten: Arbeit und Disziplin machen sich bezahlt.

Schliesslich ist doch ehrlich erworbene Bestätigung genau das, was Jugendliche in diesem Alter suchen und sie weiterbringt – pure Motivation und Spass! Wir sind ein Team und spielen Fussball und lernen in jedem Training/Spiel voneinander. Das ist doch das Entscheidende, und trotzdem heisst es:

Spitzenfussball versus Breitensport. Es ist die gleiche Sportart, es gelten die gleichen Regeln, und doch unterscheiden sie sich. Auf der einen Seite beim Aufwand, welcher nicht nur die Spieler selbst zu vollbringen haben, sondern auch bei der Einstellung. Ein Junior kann im Spitzenfussball nur mit der Unterstützung von zu Hause aus mitmachen, die Eltern müssen bereit sein, ihr Familienleben dem Sprössling anzupassen. Der Spieler muss sehr früh selbständig sein und eine hohe Eigenverantwortung mitbringen, zusätzlich herrscht ein gewisser Leistungsdruck. Talent alleine genügt nicht, solche Spieler finden sich rasch im Breitensport wieder. Der Spitzenfussball lässt neben dem Training und der Schule nicht mehr allzu viel Platz für anderes. Der Weg nach ganz oben, egal in welcher Sportart, fängt spürbar schon früh – sehr früh – an. Ich finde es daher wichtig, dass die jungen Sportler Träume leben, damit diese zu realistischen Zielen werden. Schlussendlich bezwingen aber nur die wenigsten den Weg nach ganz oben. Trotz allem lohnt sich der Aufwand für alle. Erstens lernt man seine eigenen Grenzen kennen, und zweitens muss man sich nie den Vorwurf machen, sein Potenzial nicht ausgereizt zu haben.

Es nehmen alle etwas mit: Die frühe Fokussierung auf ein Ziel ist eine Schule fürs Leben, welche einem nicht mehr genommen werden kann. Kampfwille, Durchhaltevermögen, Teamgeist, Engagement, Erinnerungen und Freundschaften sind der Lohn für den grossen Einsatz.

Nicht nur die Jungs haben mit «Hindernissen» zu kämpfen. Aber frei nach dem Motto «auch aus Steinen, die einem in den Weg gelegt werden, kann man etwas bauen» entstand ein Weg durch den Fragedschungel: Frau in der Garderobe? Betreuung bei Verletzungen? Respekt und Akzeptanz im Umfeld?

Auch daran gewöhnt man sich: Als Frau braucht man in vieler Augen anscheinend einen Dolmetscher. Nicht selten kommt es vor, dass die gegnerischen Teams aus Gewohnheit die klassische Rollenverteilung sehen und selbstverständlich alle Infos dem männlichen Trainer (Assistent) weitergeben und mich auf den ersten Blick nicht als Hauptverantwortliche erkennen. In unserer Gesellschaft ist es verankert, dass der Mann die Führung hat. Mein Assistent schmünzelt jeweils und vermittelt – danke Markus. ■

Brigitte Steiner, Trainerin U15 Zug 94-Team Zugerland unterrichtet am Berufs- und Weiterbildungszentrum Obwalden Berufskunde Logistik.

Kontakt: brigitte.steiner@gmx.ch

Foto: Ueli Känzig

