

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule

Band: 12 (2010)

Heft: 6

Artikel: Zwischen Taxidienst, Fanclub und Teddybär

Autor: Mühlenstädt, Linda

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-992346>

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>



Zwischen Taxidienst, Fanclub und Teddybär

Die Talententwicklung im Sport ist unter anderem von den Eltern abhängig. Eltern können die sportliche Entwicklung ihres Kindes sowohl positiv als auch negativ beeinflussen.

Text: Linda Mühlenstädt; Fotos: Ueli Käenzig

Das Engagement vieler Eltern während der sportlichen Karriere ihrer Kinder ist gross. Sie verbringen viele Stunden an der Seite ihrer Kinder. Sei es, wenn sie sie unter der Woche mehrmals ins Training bringen oder wenn sie ihnen am Wochenende bei einem Wettkampf als Zuschauer zuzubeln. Häufig wird angenommen, dass Kinder die elterliche Unterstützung vor allem zu Beginn ihrer sportli-

chen Karriere benötigen. Wie aber Befragungen von ehemaligen Spitzensportlern gezeigt haben, ist das Engagement der Eltern auch später, während und nach einer Karriere sehr wichtig. So berichten Athleten, die an Olympischen Spielen teilgenommen haben, dass die Unterstützung der Eltern und der Familie nicht nur während, sondern auch nach der Spitzensportkarriere für sie sehr wertvoll war.



Vier Phasen einer Karriere

Wylleman und Lavallee (2004) haben ein Modell entwickelt, das die verschiedenen Entwicklungsstufen eines Menschen auf psychologischer, psychosozialer, schulischer beziehungsweise beruflicher und athletischer Ebene beinhaltet. Die Veränderungen auf all diesen Ebenen geschehen parallel. Sie verlaufen meistens nicht geradlinig, sondern oft in Stufen. Das führt zu Übergängen, die mit Anpassungsprozessen verbunden sind und deshalb Schwierigkeiten mit sich bringen. Schwierigkeiten treten zum Beispiel gehäuft im Alter von 12 bis 13 Jahren auf, weil zu diesem Zeitpunkt Übergänge auf verschiedenen Ebenen gleichzeitig anstehen. Auf der psychologischen Ebene beginnt die Pubertät, in der Schule steht ein Wechsel von der Mittelin die Oberstufe bevor, und auf athletischer Ebene wird häufig das Trainings- und Wettkampflevel intensiviert. Ein weiterer Zeitpunkt, bei dem gleichzeitig Übergänge auf mehreren Ebenen anstehen, findet im Alter von 16 Jahren statt. Zu diesem Zeitpunkt beginnen die Loslösung von den Eltern und die Berufsausbildung, die viel Zeit beansprucht und deshalb eine Entscheidung zugunsten der sportlichen oder der beruflichen Karriere erfordert.

Die psychologische Ebene beinhaltet sowohl die Pubertät, während der die Jugendlichen emotional und launisch werden, als auch die Entwicklung der kognitiven Funktionen. Die psychosoziale Ebene repräsentiert die veränderten Beziehungen eines Menschen zu anderen Personen. Im Verlauf der Entwicklung eines Menschen

stehen immer wieder andere soziale Bezugspersonen im Mittelpunkt. Sowohl auf der psychologischen als auch auf der psychosozialen Ebene unterstützen hauptsächlich die Eltern die Entwicklung ihres Kindes. Die schulische beziehungsweise berufliche Ebene beschreibt die Übergänge innerhalb der Schule, von der Schule in die Berufsausbildung bis hin zur vollen beruflichen Beschäftigung. Für die Förderung der Entwicklung der Kinder auf dieser Ebene sind vor allem die Lehrpersonen zuständig.

Die athletische Ebene beginnt mit regelmässigem Training in einer bestimmten Sportart, geht dann über zu einem intensiveren Trainings- und Wettkampflevel bis hin zur höchsten oder Elite-Ebene und endet mit dem Ausstieg aus dem Wettkampfsport. Die Hauptunterstützung für die Entwicklung des Kindes auf dieser Ebene liegt beim/bei der Trainer/-in. Aber auch die Eltern interessieren sich für die Entwicklung ihres Kindes auf der athletischen Ebene, weshalb sie es in seinen Anstrengungen unterstützen. Die Art der Unterstützung verändert sich je nachdem, in welcher Phase der Sportlerkarriere sich ihr Kind gerade befindet. Folgende Beispiele zeigen diese Wandlung modellhaft auf.

Just for Fun

Philipp ist 9 Jahre alt und geht seit zwei Monaten regelmässig ins Fussballtraining. Seine Mutter hat ihm vorgeschlagen, am Schnuppertraining im Fussballclub teilzunehmen, weil er immer so viel Spass hatte, wenn sie am Wochenende mit der ganzen Familie Fussball spielen. Obwohl er nur einmal pro Woche mit Gleichaltrigen ins Fussballtraining geht, spielt die ganze Familie am Wochenende trotzdem noch oft zusammen Fussball. Die Mutter von Philipp wechselt sich mit der Mutter seines Fussballkollegen ab und fährt die beiden jede zweite Woche am Mittwochnachmittag ins Training. Dann macht sie ihre Einkäufe und holt die beiden nach dem Training wieder ab, um sie nach Hause zu bringen. Weil Philipp's Vater am Mittwochnachmittag arbeiten muss und ihm deshalb nicht beim Training zuschauen kommen kann, hat er ihm versprochen, an seinem ersten Fussballmatch am Samstag in zwei Wochen dabei zu sein. Egal, ob Philipp dann mit seiner Mannschaft das Spiel gewinnt oder nicht, gehen sie nach dem Match zusammen ein Eis essen. Neulich am Wochenende spielte Philipp wieder einmal mit seinen Eltern und seinem jüngeren Bruder Fussball. Als sein Vater im Tor stand, spielte ihm der jüngere Bruder einen Rückpass zu, doch der Ball rollte zwischen den Beinen des Vaters hindurch ins eigene Tor. Daraufhin brachen alle in herhaftes Gelächter aus. Die Erinnerung an dieses Eigentor sorgte auch Tage danach noch für gute Laune bei der ganzen Familie. Denn beim Fussballspielen steht der Spass im Zentrum!

Den Rücken freihalten

Die fünf wöchentlichen Schwimmtrainingseinheiten sind für die 15-jährige Tanja fixe Punkte in ihrer Agenda. Ihr grosses Ziel der laufenden Saison sind die Schweizer Meisterschaften. Am Nachmittag nach dem Unterricht geht sie jeweils zusammen mit einer Schulkollegin direkt ins Training. Wenn sie am Abend nach Hause kommt, isst die Familie gemeinsam Abendbrot, und anschliessend muss sie noch die Hausaufgaben erledigen. In der letzten Zeit hat Tanja immer öfter das gemeinsame Abendbrot ausgelassen, weil sie glaubt, mit weniger Gewicht eine bessere Zeit schwimmen zu können. Im letzten Training hat nun ihr Trainer vorgeschlagen, dass alle Athletinnen, welche an den Schweizer Meisterschaften teilnehmen werden, von nächster Woche an ein zusätzliches Training zur besseren Vorbereitung auf diesen grossen Wettkampf absolvieren. Am dar-

auf folgenden Wochenende bespricht Tanja das Anliegen ihres Trainers mit den Eltern, weil ihr deren Meinung wichtig ist. Der Vater unterstützt sie darin, den Trainingsumfang zu erhöhen. Er würde sich ausserdem darüber freuen, wenn sie wieder regelmässig beim gemeinsamen Abendbrot mit der Familie dabei sein würde. Ihre Mutter schlägt vor, dass sie ihren Klassenlehrer doch fragen solle, ob sie während dieser intensiven Trainingszeit vom Turnunterricht suspendiert werden könnte. Ausserdem möchte sie, dass Tanja einen Termin mit einem Ernährungsberater vereinbart, damit sich ihr Essverhalten wieder normalisiert. Dank der Unterstützung und dem Rückhalt ihrer Eltern kann Tanja nun ihre ganze Energie ins Training stecken und sich optimal auf die Schweizer Meisterschaften vorbereiten.

In guten wie in schlechten Zeiten

Rafael ist 23 Jahre alt und absolviert zurzeit die Spitzensport-Rekrutenschule. Er hat gerade eine schwierige Zeit hinter sich, weil er vor zwei Monaten im Konditionstraining eine Fraktur am linken Sprunggelenk erlitten hat. Nach der Operation und dem darauf folgenden Spitalaufenthalt, kehrte Rafael zur Rehabilitation in sein Elternhaus zurück. Von dort aus ging er mehrmals in der Woche zum Physiotherapeuten aus dem Nachbardorf, um seine Narbe zu behandeln und die Muskeln wieder aufzubauen. Gleichzeitig konnte er sich in gewohnter Umgebung entspannen, ausruhen und neue Energie tanken. Während dieser Rehabilitationszeit zu Hause wurde er von seinen Eltern umsorgt, so dass es ihm an nichts fehlte und er sich ganz auf die Heilung seiner Verletzung und den Wieder-

aufbau des Trainings konzentrieren konnte. Sein Ziel ist es, an den nächsten Olympischen Winterspielen in der Sprint-Disziplin im Langlauf ein Diplom zu erreichen. Der Sport erhält deshalb während seiner aktuellen Lebensphase erste Priorität. Obwohl Rafael nur noch selten Zeit findet, etwas mit seiner Familie zu unternehmen, wird er von seinen Eltern finanziell unterstützt, da ihm Verträge mit grossen Sponsoren noch fehlen, um von diesen Einnahmen leben zu können.

Diese Beispiele zeigen ansatzweise auf, wie Eltern ihre Kinder während deren sportlichen Karriere unterstützen können. Sie deuten die verschiedenen zu erwartenden Wechsel in der Laufbahn eines Sportlers an. Für Eltern ist es wichtig zu wissen, wann in der Entwicklung ihrer Kinder welche Übergänge zu erwarten sind, damit sie ihnen die zum entsprechenden Zeitpunkt benötigte Unterstützung anbieten können. Einerseits benötigen Kinder von ihren Eltern bedingungslosen emotionalen Rückhalt, welcher ihnen unabhängig von der sportlichen Leistung entgegengebracht wird. Andererseits brauchen sie auch die finanzielle Unterstützung und das Engagement der Eltern, welche viel in die Entwicklung ihrer Kinder investieren. ■

Literatur

Wylleman, P., & Lavallee, D.: *A developmental perspective on transitions faced by athletes*. In M.R. Weiss (Ed.) *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective*. Morgantown WV: Fitness Information Technology, 2004

Wissenswert

Stressfaktoren der Eltern

Nicht nur Trainer investieren viel Zeit und Herzblut in die Entwicklung ihrer Athleten, auch Eltern nehmen Einschränkungen im Familienleben auf sich und unterstützen ihre sportbegeisterten Kinder an allen Ecken und Enden. Während von Eltern verlangt wird, dass sie ihren Kindern genügend Unterstützung anbieten, sind sie manchmal selbst nicht in der Lage, die hohen Anforderungen zu meistern.

Achtung, fertig, los! Für Eltern beginnt der Stress meist schon vor dem Wettkampf, wenn sie die Betreuung der übrigen Geschwister organisieren und die Anreise planen müssen. Während des Wettkampfs sind Eltern oft gestresst, weil sie auf die Zuschauertribüne oder an den Spielfeldrand verbannt werden und ihrem Kind nicht helfen können. Aber auch ein übereifriger Vater, der ständig vom Spielfeldrand aus seine Meinung lauthals kundtut oder ein unfairer Zweikampf, der dem Schiedsrichter entgangen ist, kann Eltern belasten. Nach einem Wettkampf sind Eltern oft mit den eigenen unerfüllten Erwartungen beschäftigt und sollten trotz der möglichen Enttäuschung über die sportliche Leistung des Kindes ihm dabei helfen können, mit einer Niederlage umzugehen.

Feind oder Freund? Auch das Verhalten des Trainers kann ein Auslöser für Stress bei den Eltern sein. Ist er beispielsweise an Wettkämpfen seiner Schützlinge nicht anwesend, müssen Eltern seine Funktion zusätzlich übernehmen und in der Vorbereitung und Betreuung ihrer Kinder eine Doppelrolle erfüllen. Mit

Stress verbunden sind für Eltern möglicherweise auch wahrnehmene Bevorzugungen gewisser Athleten durch den Trainer oder aber Situationen, in denen der Trainer negatives Verhalten von Athleten verstärkt, indem er ihnen Aufmerksamkeit schenkt oder das Verhalten stillschweigend duldet. Für Eltern ist es oft schwierig, eine gute Balance zwischen Unterstützung und Einmischung zu finden.

Zeit ist Geld. Manche Eltern kommen möglicherweise in Konflikt mit der Einhaltung ihrer eigenen Arbeitsstunden, weil die sporttreibenden Kindern, einen grossen Teil ihrer Zeit beanspruchen. Dadurch, dass immer wieder Dispensationen für zusätzliche Trainings oder Wettkämpfe im Ausland verlangt werden müssen, können auch Konflikte mit der Schule entstehen. Diese können die Eltern sehr belasten, weil es dabei um die Zukunft ihrer Kinder geht und sie ihnen alle Optionen offenhalten möchten.

Alle für einen. Das Kind, das eine Sportart intensiv ausübt, beansprucht im Vergleich zu seinen Geschwistern nicht nur mehr Aufmerksamkeit, sondern auch mehr Zeit und Geld. Deshalb können die Geschwister eifersüchtig werden. Die zeitlichen Anforderungen des Sports kollidieren ausserdem häufig mit Familienaktivitäten, so dass Eltern regelmässig die Familie aufteilen müssen, wenn sie sich zugunsten des einen oder anderen entscheiden wollen. Beziehungen innerhalb der Familie können dadurch erschwert werden und darunter leiden.