

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 72 (2015)
Heft: 3: Stürze verhindern

Artikel: Aus innerem Antrieb heraus
Autor: Müller, Fabrice
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-594420>

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: 29.01.2026

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

Aus innerem Antrieb heraus

Jeder Mensch hat Talente. Wie ausgeprägt und aktiv diese gelebt werden, hängt oft von ihrer Förderung im Kindesalter ab. Eltern haben die wichtige Aufgabe, die Balance zu wahren: zu fördern, aber nicht zu überfordern.

Fabrice Müller

Warum spielen Kinder Fussball? Ein europäischer Eliteclub führte einmal eine Befragung unter den jungen Teilnehmern seiner Fussballakademie durch. Ergebnis: Wenn Kinder Fussball spielen, tun sie dies vor allem, um Spass zu haben. Man muss ihnen dazu keine zusätzlichen Anreize bieten. Ein Ball und etwas Platz reichen, alles andere organisieren die Kinder ganz von selbst und völlig spontan. Es gefällt ihnen, durch Rennen, Fallen, Aufstehen, Schiessen, Stoppen und Kämpfen in Bewegung zu sein. Darüber hinaus sind sie mit Freunden zusammen, sehen und lernen neue Tricks und verbessern ihre Fähigkeiten, ohne dazu irgendwelche Anleitung zu benötigen. Sie tun alles das aus sich selbst heraus und entwickeln sich daher auch von selbst.

Das heisst: Kinder bringen von ganz alleine eine «Prozessorientierung» mit – sie haben Spass an der Beobachtung des eigenen Fortschritts.

Kinderfussball ist somit nicht nur Sport, sondern auch Erziehung. Kinder lernen auf

dem Platz, Niederlagen zu ertragen, den anderen zu respektieren, Druck auszuhalten und das Zusammenspiel im Team.

Jedes Kind darf seine Fähigkeiten zeigen
Eine sehr wichtige Rolle bei der Motivation spielen auch das Selbstvertrauen und die Selbstwertschätzung der Kinder. Sie sind sehr empfindlich gegenüber abfälligen Kommentaren. Jedes Kind darf und soll seine Fähigkeiten zeigen und das entsprechende Lob dafür bekommen. Bemühungen der Kinder, etwas leisten und das beispielsweise im Training Erlernte umsetzen zu wollen, sind immer positiv zu kommentieren – auch dann, wenn es nicht dem gewünschten Resultat entspricht.

Ein Satz wie: «Du musst dich mehr anstrengen», kann von einem Kind überhaupt nicht umgesetzt werden. «Ein Kind ist ein Kind – und kein Fussballspieler», betont Andy Fimian, ehemaliger Super-League- und Nationalspieler, Instructor beim Schweizerischen Fussballverband und Leiter der Fussballschule Schweiz (FSS). Diese ist eine private Institution mit

dem Ziel, im Nachwuchsbereich ein Förderprogramm für Kinder im Alter zwischen acht und 14 Jahren anzubieten. Pro Jahr besuchen dabei über 300 Kinder die Lehrgänge, Fussballtage und Trainingscamps der FSS. Andy Fimian bildet zudem jährlich im Auftrag des schweizerischen Fussballverbandes sowie der Kantonalen Fussballverbände rund 400 Trainer aus und weiter.

Zuerst die Emotion, dann das Lernen

Ob auf dem Fussballplatz oder auch in der Schule: Kinder sind stets offen für Neues. Neugier und Wissensdurst werden ihnen von Natur aus gegeben. «Zuerst kommt die Emotion. Mit ihr wird der Boden geschaffen, damit ein Kind gerne lernt und die Welt entdeckt», sagt die Lernberaterin Rosemarie Knickenberg vom Institut Knickenberg in Zeiningen AG. Doch nicht alle Menschen lernen gleich. «Jeder Mensch hat seinen individuellen Lernstil, je nachdem, welchem Lerntyp er angehört», erklärt Knickenberg. Deshalb sei es wichtig, das Kind nicht in ein Schema zu pressen, denn dies laufe dem Kind und seinen Talenten zuwider. «Ich empfehle, verschiedene Sachen auszuprobieren, um so den besten Weg für das Kind zu finden.»

Manche Eltern bewegen sich hier auf einer Gravitationswanderung: Wie weit sollen sie ihr Kind fördern und fordern? Für die Lernberaterin steht fest: «Es gibt Kinder, die brauchen viel, andere

wenig Initiative von Seiten der Eltern. Man darf die Kinder weder über- noch unterfordern. Vielmehr sollen die Impulse der Persönlichkeit des Kindes entsprechen.»

Musik und Bewegung sind beliebte und wertvolle Mittel, um den Kindern neues Wissen zu vermitteln. So werden durch Musik mehr Gehirnbereiche aktiviert als zum Beispiel durch Vorlesen. Und weil viele Kinder über einen starken Bewegungsdrang verfügen, sollte man diesen nicht unterdrücken. Dies kann laut Rosemarie Knickenberg die Entwicklung des Kindes beeinträchtigen.

Frühzeitig selbstständig

Kinder brauchen auch Vertrauen. Denn sie lieben es zu experimentieren und selbst etwas auszuprobieren. Die Eltern dürfen ihnen ruhig etwas zumuten, das dem Alter ihrer Schützlinge entspricht.

«Wenn man dem Kind zuliebe alle Hindernisse aus dem Weg räumt, hilft man ihm kaum auf seinem Lernweg», sagt Brigit Baumgartner, Lehrerin, aktiv in der Elternbildung sowie im Vorstand von «Schule und Elternhaus St. Gallen/Appenzell».

Besser sei es, die Kinder frühzeitig zur Selbstständigkeit zu führen und ihnen Problemlösungsstrategien aufzuzeigen. Lernen durch Erleben lautet die Devise. «Das bedeutet, das Erfahren und Entdecken über verschiedene Kanäle wie Hören, Lesen, Sehen und Handeln zu ermöglichen», so Baumgartner.

Wofür diese Kinder wohl eine Begabung mitbringen? Werden sie einmal Mathematikerin, Hundetrainer, Tierärztin, Toningenieur, Installateur, die neue Ginger Rogers, Malermeister oder Forschungsreisende? – Möglich. Vielleicht aber auch etwas ganz anderes.



Denn Kinder entwickeln sich über die Sinne. Haut-, Gleichgewichts- und Muskelsinn bilden das Körperbewusstsein, das zum Beispiel durch Klettern, Springen oder Fahrradfahren gefördert werden kann. Unter visueller Wahrnehmung versteht man die Fähigkeit, optische Reize aufzufassen, zu unterscheiden und mit früheren Erfahrungen zu verbinden bzw. zu interpretieren. Dabei helfen etwa Formen- und Farbenspiele.

Mit Musik, Geschichten, Liedern und Versen kann die auditive Wahrnehmung geschärft werden. Das Erfassen über die Haut vermittelt Spürinformationen, die das Hirn verarbeitet. Barfuß laufen, Wasserspiele oder Gartenarbeit leisten dabei wertvolle Dienste. Die Wahrnehmung über die Schmeck- und Riechorgane steht auch im Zusammenhang mit auditiven, visuellen und taktilen Reizen.

Auf Hinweise achten

Spezielle Begabungen müssen nicht schon in frühen Jahren sichtbar werden. Manchmal werden sie erst gegen Ende des ersten oder zweiten Lebensjahrzehnts deutlich oder entwickeln sich gar noch später.

Oft ist es den Kindern gar nicht bewusst, dass sie etwas besonders gut können. Auch die Eltern realisieren dies nicht sofort. Sie halten es für normal, weil sie es nicht anders kennen. Talente haben etwas Magisches, weil sich der Unterschied zwischen «normalen» Fähigkeiten und dem besonderen Talent nicht so ohne Weiteres er-

klären lässt. Auch die Kinder, die mit besonderem Talent ausgestattet sind, können das nicht erklären. Entdecken lassen sich Talente bzw. Hinweise darauf über die aufmerksame Beobachtung durch Eltern, Lehrer, Freunde; aber auch das Kind selbst gibt so manche Hinweise dazu.

Talente müssen sich jedoch entfalten können. Dazu braucht es inneren Antrieb, Bereitschaft und Begeisterung beim Kind. Ob, wann und in welcher Intensität sich dieser für die Talententfaltung so wichtige Zustand einstellt, lässt sich nicht erzwingen, sondern nur «ermöglichen». In Bereichen, wo sich Bereitschaft und Begeisterung beim Kind einstellen, könnte eine besondere Begabung liegen. Eltern ihrerseits können mittel- und langfristig nichts erzwingen. Nicht alle Begabungen zeigen sich von alleine – dann zum Beispiel, wenn keine entsprechenden Herausforderungen in der Umgebung des Kindes vorhanden sind, keine Tradition und Kompetenzen in der Familie bestehen oder die nötige Infrastruktur zur Entfaltung eines Talents fehlt. Fähigkeiten können auch wieder verkümmern, wenn die Übung und Förderung dazu fehlt.

Auf Entwicklungsphasen Rücksicht nehmen
Rezepte für die Förderung von Talenten gibt es nicht. Empfohlen wird eine altersgerechte Herangehensweise, um auf die jeweiligen Entwicklungsphasen des Kindes Rücksicht nehmen zu können.

Im Kleinkindalter ist eine anregende Umgebung

wichtig, die zum Entdecken und Spielen einlädt. Spielen steht vom Kindesalter bis zur Pubertät im Zentrum, um sich selbst und die Welt zu erfahren. Im Jugendalter sind es Wettbewerb, geregelte Abläufe, aber auch Freiheiten, die helfen, Talente zu wecken und zu fördern. Entscheidend ist deshalb, vor der Förderung die Talente des Kindes genau zu analysieren. Es ist daher wertvoll, wenn Mütter und Väter ihre Kinder an ihren eigenen Hobbys teilnehmen lassen und ihnen auf diese Weise Freude und Interesse an einer Aktivität vermitteln. Auch sind ein Basteltisch, Spielplätze und der Wald ausgezeichnete Lernfelder.

Grosseltern und andere Bezugspersonen können viele wertvolle Impulse vermitteln. Soziale Fähigkeiten werden durch Gespräche beispielsweise über Gefühle gefördert – etwa indem man fragt, wie sich der Junge oder das Mädchen in einer Geschichte wohl gefühlt hat. Rollentausch-Spiele geben dem Kind die Möglichkeit, sich in andere hineinzuversetzen und das soziale Verhalten zu trainieren. Um das logische Denken zu fördern, sind sogenannte «Wenn-Dann-Spiele» empfehlenswert: Was ist die Folge, wenn man dieses oder jenes tut? Und nie vergessen sollte man die Natur als grossartige Lehrmeisterin.

Selbstvertrauen und Freude

Vieles ergibt sich so ganz natürlich mit der Zeit. Die Dinge, die weniger gut gelingen, sollten nicht in den Vordergrund gerückt werden, weil das Kind sonst zunehmend das Selbstvertrauen verlieren

könnte. Begabungen müssen auch nicht gleich Spitzentalente sein, sondern je nach Ausgangslage etwas, das man besser kann als andere. Manche Kinder haben «nur» eine ausgeglichene Allgemeinbegabung, besitzen aber beispielsweise Verhandlungsgeschick und können gut zwischen Personen vermitteln.

**Ich habe keine besondere Begabung,
ich bin nur leidenschaftlich neugierig.**

Albert Einstein

Das Wichtigste in der Begleitung der Kinder ist, die Freude an der Persönlichkeit des Kindes und seiner Talente zu zeigen. Aus der Fussballpsychologie weiss man: Wenn Kindern eine Ergebnisorientierung antrainiert wird, hat dies zerstörerische Effekte auf die Motivation und den Spass am Spiel sowie auf die Entwicklung. Nicht mehr die eigenen Fortschritte werden beobachtet, sondern die Reaktionen der Erwachsenen auf das erzielte Ergebnis. Die Kinder beginnen, für den Trainer oder die Eltern zu spielen. Wer kennt sie nicht, die Szenen, in denen Eltern lautstark jede Aktion ihrer Kinder auf dem Spielfeld kommentieren, den Schiedsrichter beschimpfen, wenn ihnen Entscheidungen missfallen, und den eigenen Sprössling durch ständige Zwischenrufe zu noch besseren Leistungen antreiben. Dabei will der moderne Kinderfussball vor allem eines: Die Freude erhalten – im Spiel und im Training. ■

