

# Der Trainer als Vorbild

Referat für Leiter Junioren (und für Junioren-Trainer)

17. November 2012

## Einleitung

Der deutsche Schriftsteller Martin Walser hat einmal gesagt (oder geschrieben): "Sinnloser als Fussball ist nur noch eins: Nachdenken über Fussball." Ist alles sinnlos, was wir in unserer Freizeit tun? Was wir auf dem Fussballplatz tun? Was wir mit unseren Jungen tun? Was die Leiter Junioren an dieser Weiterbildung tun?

Natürlich habe ich eine andere Meinung. In diesem Referat denken wir nach über die Trainerin, den Trainer - und über Vorbilder. Gunhild Kübler, Literaturkritikerin bei der NZZ, hat einmal gesagt: "Gute Dichter müssen nicht zwingend gute Menschen sein. Es kann einer ein schlechter Kerl und zugleich ein guter Dichter sein." Günter Grass muss spät in seinem Leben gestehen, dass er als Jugendlicher in der SS war. Und Karl May, der Held meiner Jugend, kämpfte in den Personen von Winnetou und Old Shatterhand für Gerechtigkeit im Wilden Westen. Er selber war wegen finanziellen Unsauberkeiten im Gefängnis.

Dennoch glaube ich, dass gute Trainer auch gute Menschen sein müssen. Der Grund: Sie müssen Vorbild sein. Was ist - nach meiner Ansicht - ein guter Mensch? Er engagiert sich, er sucht das Positive, er achtet die andern, und er hat eine Linie. Aber er darf auch Fehler machen. Ich denke an Ottmar Hitzfeld und den Stinkefinger im Länderspiel der Schweiz gegen Norwegen.

## Was ist ein Vorbild?

Ich nehme zwei Definitionen. Die erste: "Ein Vorbild ist eine Person, die als richtungsweisendes Beispiel angesehen wird." Die zweite: "Vorbild ist eine Person, mit der sich ein - meist junger - Mensch identifiziert und dessen Verhaltensmuster er nachzuahmen versucht." Richtungsweisend gilt für den Trainer: Er muss die Richtung kennen, muss mutig und beharrlich sein. Nachahmen gilt für die Jugendlichen: Sie denken und handeln so wie das Vorbild.

Markus Frei, Instruktor des SFV, sagt: "Alles beginnt beim Trainer. Es beginnt unsichtbar in seinem Kopf und in seinem Herzen. Es ist wichtig, was der Trainer denkt und fühlt." Zum Kopf: Selber denken (nicht einfach nachmachen), das Training vorbereiten, zielorientiert und kindgerecht trainieren. Und zum Herz: Freude haben und Freude vermitteln.

## 1 Im Training

- Er engagiert sich, ist vorbereitet, hat ein Ziel und begeistert. Negativ: Er ist unvorbereitet, mürrisch, lustlos, resigniert.
- Er ist kompetent, hat seine Ansicht vom Fussball, will die Kinder fördern und hat eine Linie. Negativ: Er ist schwankend, unberechenbar, launisch.
- Er denkt und handelt fair, achtet auf korrekte Zweikämpfe. Denn: So wie man trainiert, so spielt man. Negativ: Er duldet Mätzchen, spricht nicht über Fairness.
- Er spricht anständig, hat eine Gesprächskultur und achtet die Kinder. Negativ: Er schreit, beleidigt, ist respektlos oder hochnäsig.

Eine Anregung für den Trainer: Ein befreundete Person beobachtet ihn im Training: Sprache, Gestik. nachher sagt sie, wie der Trainer auf sie gewirkt hat.

## **2 Vor dem Spiel**

- Unter Motivation verstehen wir anspornen, Mut machen und mit positiven Bildern die Spieler stärken. Negativ: Angst machen, schlechte Erinnerungen wecken.
- Den Teamgeist ansprechen: Wir sind eine Mannschaft, wir spielen miteinander, und wir dürfen Freude haben. Negativ: Der Trainer hebt einen Spieler, seinen Liebling, hervor.
- Der Trainer stärkt das Selbstvertrauen. Er gibt den Spielern lösbare Aufgaben, spricht von ihren Stärken und misst nicht das Resultat, sondern die Leistung. Negativ: Der Trainer erinnert an die Schwächen, macht Druck, schürt Angst.
- Der Trainer spricht von Fairness gegenüber Schiedsrichter, Gegnern und Zuschauern. Negativ: Fairness gehört nicht zu seinem Thema, dafür Aggressivität.

## **3 Am Spielfeldrand**

Christian Gross sagt. "Während dem Spiel sind die Spieler zwar allein auf dem Feld. Trotzdem glaube ich, dass die Mannschaft den Trainer spüren will. Laute Kritisieren bringt aber nichts."

- Der Trainer hat Vertrauen in seine "Arbeit" und in seine Spieler. Er muss sie vielleicht wecken, vielleicht kann er sie loben. Negativ: Er ist unruhig, nervös, gereizt und streitsüchtig.
- Vielleicht muss er einmal die Emotionen ein wenig schüren, vielleicht muss er sie dämpfen. Auf jeden Fall soll er souverän reagieren und beruhigen. Negativ: Er macht alle unruhig, verliert Haltung und Übersicht.
- Aggressiv scheint das Zauberwort zu sein. Verstehen die Kinder es? Ist es notwendig?

Eine Anregung: Ein Helfer (oder ein verletzter Spieler) sucht in einem Spiel nach Gesten der Fairness. Gibt es die überhaupt? (Händedruck, Daumen hoch)

## **4 Kinder-Trainer**

Ein Kind sagt: Mein Trainer sollte wie ein Vater zu mir sein."

- Der Trainer versteht den Kinderfussball. Er findet die richtige Mischung zwischen Spielen und Üben, und erbringt den Kindern das Fussball-ABC bei. Freude und Können sind wichtiger als Siege. Negativ: Er ist ein Schreihals, und für ihn zählt nur der Sieg.
- Der Trainer legt den Grundstein für das Fussballerleben, er ist geduldig und fröhlich und trainiert kindgerecht. Negativ: Er verlangt zu früh Leistung. Darf das Kind noch Kind sein?
- Kinder sprechen auf Fairness an, verstehen Worte und Gesten und sind unterwegs zum sportlichen Sportler. Negativ: Der Trainer spricht nicht von Fairness, verpasst die Chance.

## **5 Persönlichkeit**

Engagement, Kompetenz, Vertrauen und Verständnis (und noch vieles andere) ergeben Persönlichkeit. Ein Vorbild ist echt, in Worten und Taten. Es hat Stärken und Fehler, hat Rückgrat, ist bescheiden.

Mein persönliches Vorbild ist Köbi Kuhn: gradlinig, glaubwürdig, bescheiden, kann anderen vertrauen. Sätze von Pascal Zuberbühler, Alex Frei, Patrick Müller und Tranquillo Barnetta unterstreichen dies mit ihren Aussagen.

Der grosse Pianist und Komponist Friedrich Gulda sagte: "Man kann das Schlechte nur bekämpfen, wenn man das Gute vermehrt." Ich ändere sein Zitat ab und sage: "Man kann Zwischenfälle nur bekämpfen, wenn man die Fairness vermehrt." Versuchen wir es!