

Theorien und Konzepte des Gesundheitssports in Deutschland

VAK 11-56-2-M31-1a

Prof. Dr. Dietrich Milles
Dr. Hans-Jürgen Schulke

14.05.2007

Wo sind die kleinen Beckenbauers?

Nachwuchsförderung im Bundesligafußball

- Prof. Dr. Dietrich Milles,
- Dipl. Psych. Uwe Harttgen

Universität Bremen

Werder Bremen

DFB

Gliederung

- Aktuelle Diskussionen
- Ziel: eine integrierte Leistungsförderung
- Ergebnisse einer empirischen Studie
- Aspekte psycho-sozialer Leistungsförderung
- Instrumente
- weitere Aufgabenstellungen

Aktuelle Diskussionen

z.B.

- immer mal wieder Diskussionen über die Fitness der Nationalspieler
- oder die Zukunft des deutschen Fußballs
- aufsehenerregende Fälle psychischer Belastung
- Diskussionen über die Belastungen im Vergleich
 - früher - heute
 - in Osteuropa - Deutschland
 - verschiedener Sportarten

Ziel

Integrierte (keine separate) Leistungsförderung
unter Einbeziehung

- psychischer Aspekte
- sozialer Aspekte
- qualifikatorischer Aspekte
 - für Trainer
 - für Leistungszentren
 - für Vereine

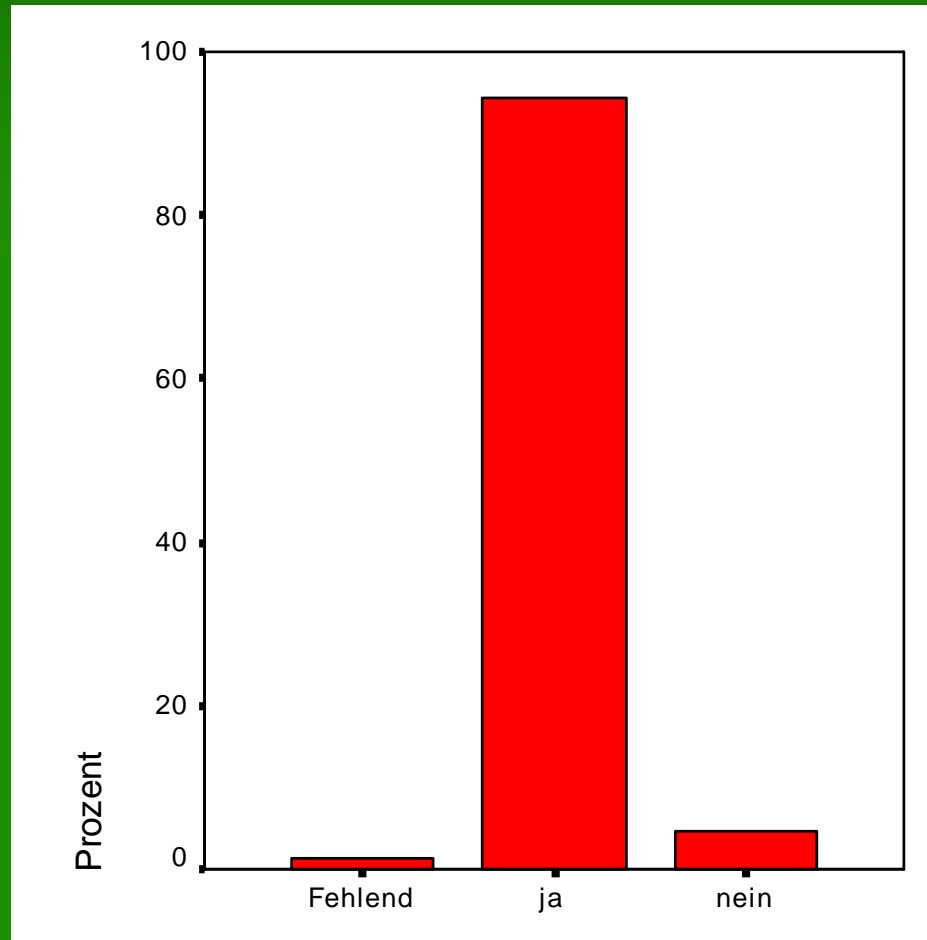
Ergebnisse einer empirischen Studie

- *Dominanz der Bundesliga-Orientierung:*
nicht die Tatsache, sondern die alleinige und lineare Orientierung sind eine Falle: psychische Belastung wachsen (zu starke Misserfolgsorientierung; zu wenig Öffnungen und zweite Chancen, wachsender Druck mit weniger Bewältigungsstrategien) ;
- *auffällige Irritierbarkeit:*
durch kurzfristige Leistungsbewältigung und durch schwierige soziale Einbindung;

... Ergebnisse

- *vernachlässigte Bewältigungsressourcen:*
soziale Einbettung, Auseinandersetzungsfähigkeit, Problemlösungskompetenz; enorme Rolle der Familie
- *besondere Rolle des Trainers:*
in Erwartungen, Einschätzungen und Interaktionen;
Schwierigkeiten der Kommunikation; Austausch mit dem Trainer entproblematisieren (fachliche Souveränität und Vertrauen auf Selbstverantwortung der Spieler in Einklang bringen)

Übersicht: Ich möchte unbedingt Profi werden:



Bundesligaorientierung

- *Wenn ich nicht Bundesligaspieler werde, dann...*
- *“habe ich verschissen, dann gibt es mich nicht mehr”*
- *“bin ich ein trauriger Mensch”*
- *“habe ich versagt, und mein größtes Ziel nicht erreicht”*
- *“bin ich selber schuld”*
- *“sehe ich, dass ich nicht genug dafür getan habe”*
- *“versuche ich es so lange, bis ich es geschafft habe”*
- *“weiß ich nicht, es gibt für mich nur das Eine”*
- *“an das denke ich gar nicht”*
- *“weine ich und versuche bei jedem Bundesligaverein zu fragen, ob ich mal mittrainieren darf”*
- *USW.*

Tabelle: Anteil der Jahrgänge in den Bildungsgängen (Prozent)

		Schulabschluß						
		Gesamt- schüler	Haupt- schüler	Real- schül er	Gymna siasten	Auszu bilden der	H. Handels -schule	Weder/ Noch
Alter	13	5,9	11,8	41,2	41,2			
	14	8,3	20,8	26,4	40,3	1,4		2,8
	15	5,3	18,4	28,9	42,1	2,6		2,6
	16	6,8	14,9	28,4	32,4	10,8		6,8
	17		3,8	13,5	51,9	13,5	3,8	13,5
	18		2,3	4,5	47,7	25,0		20,5
	19			16,7	16,7	16,7		50,0

Psychosoziale Belastungen

Indirekte Belastungen: (%) der Spielerantworten

■ Meine Wochentage laufen immer nach dem gleichen Muster ab	82,9
■ Für andere Hobbys habe ich keine Zeit	69,1
■ Ich empfinde so viele Termine als Einschränkung (sehr/zieml)	50,2
■ Ich beschäftige mich auch in meiner Freizeit mit dem Fußball	88,8
■ Ich bin oft zu müde für andere Dingen	62,3

Bedeutung der Familie

Mehrfachantworten 1.BL auf die Frage 46) Wenn ich im sportlichen Bereich Probleme habe, wende ich mich an:

Dichotomy label	Count	Pct of Responses
46.) a) sptl. Probleme: Mannschaftskamer	161	22,8
46.) b) sptl. Probleme: Trainer	137	19,4
46.) c) sptl. Probleme: Verein	136	19,3
46.) d) sptl. Probleme: Familie	271	38,4

Total responses	705	100,0
-----------------	-----	-------

26 missing cases; 294 valid cases

Trainer-Kommunikation

Tabelle: Abwärtsangst und Austausch mit dem Trainer

Kreuztabelle

			Austausch mit Trainer			Gesamt
			guter Austausch	neutral	geringer Austausch	
Abwärtsangst	ja	Anzahl	32	17	30	79
		St. Residuen	-2,4	,6	3,6	
	neutral	Anzahl	81	26	24	131
		St. Residuen	,0	,4	-,4	
	nein	Anzahl	81	15	8	104
		St. Residuen	2,1	-1,0	-2,8	
Gesamt		Anzahl	194	58	62	314

Integrierte Leistungsförderung

- Fähigkeit zur selbständigen Auseinandersetzung
 - Entwicklung selbständiger Wahrnehmung und Auseinandersetzung mit den Anforderungen im Fußball-Spiel (taktische Flexibilität, Spielverständnis, Veränderungen in der eigenen und gegnerischen Mannschaft)
 - Entwicklung selbständiger Wahrnehmung und Auseinandersetzung mit den gesellschaftlichen Bedingungen des Fußballs (Rolle der Meinungsmache, Erwartungen der Eltern oder des Vereins, Ansehen)

.... integrierte Leistungsförderung

- **Eigene Problemlösungskompetenz**
 - Entwicklung eigener Handlungs- und Problemlösungskompetenz in der sportlichen Anforderung (Veränderungen im Verlauf eines Spiels in der eigenen und gegnerischen Mannschaft erkennen und mögliche, realistische Maßnahmen ergreifen, technische Mittel erlernen, taktische Optionen öffnen, Stärken zur Geltung bringen und Schwächen überbrücken, Verständigung entwickeln)
 - Entwicklung eigener Handlungs- und Problemlösungskompetenz in der sozialen Anforderung (eigene Ziele setzen und korrigieren, Ressourcen aufbauen, Kontrolle über Lebenszusammenhänge und Beziehungen aufbauen)

...integrierte Leistungsförderung

■ Eigene Verantwortung

- Entwicklung eigener Verantwortung und Zielsetzung in der Mannschaft (eigene Fitness entwickeln, sich nicht verstecken, mit einander reden, kommunikative Unterstützung entfalten, subjektives und allgemeines Ziel vermitteln)
- Entwicklung eigener Verantwortung und Zielsetzung im Lebensverlauf (die Bedeutung des Sports in der eigenen Lebensplanung erkennen und benennen, die Beziehungen von Eltern, Trainern, Mitspielern, Freunden usw. in dieser Bedeutung entwickeln)

Instrumente für Trainer, Leistungszentren und Vereine

- Entwicklungsbericht
- Nachfragebogen für Trainer
- psychosoziale Leistungsdiagnose
- Videoaufzeichnungen

... Entwicklungsbericht

■ *Einschätzung der Entwicklung und der Perspektive*

(Wie ist der aktuelle Stand im Zuge einer gesamten Karriere?)

Rückläufig Stagniert Positiv

Sportlich ☐

☐
☐

Verhalten ☐

☐
☐

Allgemeine Einschätzung

Stärken:

Schwächen:

Bewertung:

1-2 (sehr gut, gut) Stärken

3-4 (befried., ausreich.) Durchschnitt

5-6 (mangelh., ungen.) Schwächen

■ *Psycho-physische Entwicklung*

Robustheit (wenig verletzungsanfällig)

☐ ☐ ☐ ☐

Konzentrationsfähigkeit (sportlich)

☐ ☐ ☐ ☐

Aggressivität

☐ ☐ ☐ ☐

Bereitwilliges Lernen

☐ ☐ ☐ ☐

Körperliche Voraussetzungen im Vergleich zu seiner Leistungsklasse

☐ ☐ ☐ ☐

Teamfähigkeit

Paßspiel ("Auge für den Mitspieler" bis "zu egoistisch")

☐ ☐ ☐ ☐

Sportliche Wichtigkeit für das Mannschaftsspiel

☐ ☐ ☐ ☐

Akzeptanz in Mannschaft (Beliebtheit)

☐ ☐ ☐ ☐

Eigener Umgang mit Mitspielern

☐ ☐ ☐ ☐

Führungsqualität

☐ ☐ ☐ ☐

Verbaler Einfluß des Spielers auf das sportliche Geschehen

☐ ☐ ☐ ☐

Einstellung

Läuferische Wirkung

☐ ☐ ☐ ☐

Dynamik (kämpferisch)

☐ ☐ ☐ ☐

Sportliche Selbstsicherheit (meistert Situationen)

☐ ☐ ☐ ☐

Stabiles Verhalten (versteckt sich nicht)

☐ ☐ ☐ ☐

Realistische Selbsteinschätzung

☐ ☐ ☐ ☐

Beeinflußbar durch Fremdeinschätzung

☐ ☐ ☐ ☐

Kritikfähigkeit

☐ ☐ ☐ ☐

Aufgabenbewältigung

... Psychosoziale Leistungsdiagnose

■ ***Bausteine***

■ **biografische Merkmale**

- Alter
- Geburtsort, regionale Einbindung
- Angaben zu den Eltern
- Schulbildung

■ **Persönlichkeitsmerkmale**

- Charaktereigenschaft
- Temperament
- Intro-, extrovertiert

... Leistungsdiagnose 2

■ Sportliche Kompetenz

- Körperempfinden, -kontrolle
- Sportspezifisch-taktisches Wissen und Können
- Sportspezifisch-strategisches Wissen und Können

■ Kognitive Fähigkeiten, Lernfähigkeit

- Auffassungsgabe, Beobachtung
- Intelligenz, Reflexivität
- Kreativität

■ Motivation, Zielsetzungen

- Fremder Antrieb, Druck
- Aufgabenorientierung, Pflichterfüllung
- Eigener Antrieb, Willensstärke

...Leistungsdiagnose 3

■ Reifung

- Biologisches, physisches Alter
- Entwicklungsdynamik
- Entwicklungssprünge, -sequenzen

■ Sozialisation

- Soziale Herkunft
- Kulturelle Einbettung
- Rolle der Eltern
- Rolle der Geschwister, Freunde, peer group
- Selbstsozialisation

... Leistungsdiagnose 4

■ Kontakt

- Kommunikationsbereitschaft, -fähigkeit
- Kontakt zu Freunden
- Unterstützung durch Freunde, Familie
- Beratung durch Bekannte, Freunde, Lehrer

■ Selbstkonzept

- Verhaltenssicherheit, Erwartung
- Empfindlichkeit
- Standfestigkeit
- Wertschätzung durch Andere
- Irritierbarkeit durch Andere

... Leistungsdiagnose 5

- Gedacht ist daran, die Diagnose jeweils in drei Lebensphasen vorzunehmen: mit 14, 16 und 18 Jahren. Die Ergebnisse werden dokumentiert, jeweils und in der Abfolge analysiert und Spielern wie Trainern zur Verfügung gestellt (mit dem Angebot der Evaluation).

weitere Aufgabenstellungen

- regelmäßige (zweijährige) Befragung (Berichterstattung)
- Entwicklung, Erprobung und Evaluation der praktischen Instrumente
- Verbesserungen in der Trainerausbildung

Vielen Dank

- für Ihre Aufmerksamkeit!

- Uwe Harttgen,

- Dietrich Milles