Commitments - Der Weg hat sechs Etappen

Jugendliche brauchen Regeln, pädagogische Leitplanken und Orientierungshilfen. Sie wollen ihre Freizeitbeschäftigung jedoch auch mitgestalten.

Die Ausarbeitung eines "Commitments" verbindet diese Anliegen.

Der Weg hat sechs Etappen

Jugendliche brauchen Regeln, pädagogische Leitplanken und Orientierungshilfen, um sich im Sportalltag zurechtfinden zu können. Sie wollen ihre liebste Freizeitbeschäftigung jedoch auch mitgestalten. Die Ausarbeitung eines „Commitments“ verbindet beide Anliegen.

Während „Commitment“ eine Stellungnahme oder Verpflichtung eines Einzelnen beschreibt, bezeichnet „Commitments“ gemeinsam getroffene Absichten und Vereinbarung. Innerhalb einer Mannschaft können also beide formen verkommen.

Leitende Katalysatoren

Kinder und Jugendliche eifern Erwachsenen gerne nach. Der Trainerin und dem Leiter kommt daher eine bedeutende Stellung zu. Sie wirken als Katalysatoren und beeinflussen massgeblich die Überzeugungen und das Handeln der ihnen anvertrauten jungen Sportler/-innen. Jugend+Sport stellt die Leiterpersönlichkeit ins Zentrum der Aus- und Weiterbildung und hat deshalb eine neue Lehrunterlage zum Thema „Commitments“ ausgearbeitet. Sie bilden die Grundlage für die folgenden „sechs Stufen zu Mehrwerten im Sport“.

1. Grundhaltungen erkennen

Überzeugungen, Werte und Ansichten bestimmen unsere Gedanken und leiten unser Handeln. Zu Beginn eines Prozesses steht immer die Auseinandersetzung mit den eigenen Grundhaltungen. Was ist für dich persönlich von Bedeutung? Stellst du den Erfolg über alles und begünstigst so vielleicht „faule Tricks“? Oder sind dir Fairness, Rücksichtnahme und Menschlichkeit wichtiger? Du musst dir deiner Wertvorstellungen und Ansichten bewusst werden. Die Überzeugung muss wachsen, dass gemeinsam erarbeitete Vereinbarungen erstrebenswert sind und diese das Miteinander im Sport positiv beeinflussen. Nur so kannst du als Trainerin oder Leiter günstigen Einfluss auf die Grundhaltungen der Heranwachsenden nehmen.

2. Werte weitergeben

Deine Einstellungen beeinflussen die Heranwachsenden. Du musst dir dieser Verantwortung bewusst sein und sportlich faire Grundwerte in der Trainingsgruppe fördern. Nur wenn du klar Position beziehst (z.B. „Doping ist Betrug: am Gegner, am Sport und an dir selbst“), wirkst du glaubwürdig.

3. Puls spüren

Was beschäftigt das Team? Was beschäftigt dich? Wichtig ist, dass du spürst, wo der „Schuh drückt“. Je grösser die Betroffenheit, desto eher ist die Gruppe bereit, über ihr Denken und Handeln zu diskutieren. Nütze eine aktuelle Situation (siehe Artikel Commitment – Zusammen) als Ausgangspunkt. Du beobachtest, wie die Niederlage in einem Spiel zu Frust und Aggressionen in deinem Team führt und dass Gegner und Zuschauer verbal und körperlich angegriffen werden. Du leitest daraus mögliche, eigene Grundsätze ab. Diese dienen als Basis für spätere Gruppengespräche.

4. Gemeinsamer Prozess

Sollen die Abmachungen nachhaltig wirken, müssen sie freiwillig eingegangen und gemeinsam erarbeitet werden. Denn wer mitreden darf, hält gemeinsam getroffene Abmachungen besser ein und fühlt sich verantwortlich. Daher muss die Gruppe von Beginn an mitgestalten können, auch bei der Ausarbeitung und Ausformulierung der Commitments. Reserviere dafür genügend Zeit. Konfrontiere die Spieler mit deinen Beobachtungen: „Nach dem letzten Spiel ist geflucht, geschrien und Material zerstört worden. Schiedsrichterentscheidungen wurden dauernd kommentiert und auf dem Platz haben sich alle völlig daneben benommen.“ Im Anschluss daran gibst du der Mannschaft deine eigenen Werte und Grundsätze weiter, wie du dir ein faires Verhalten auf dem Platz vorstellst: „Mir ist klar, dass siegen Spass macht, und verlieren ein Frust ist. Doch wer siegen will, muss auch verlieren können. Stark ist daher, wer auch in der Niederlage fair bleibt.“ Die entscheidende Frage ist nun, wie die Mannschaft in Zukunft mit Sieg und Niederlage umgeht. Du lässt in Kleingruppen eigene Grundsätze ausarbeiten, wie eine Niederlage ohne Aggressionen verarbeitet werden kann. Diese Grundsätze werden zusammengetragen und niedergeschrieben. WIR-Formen betonen dabei die Verbindlichkeit jedes einzelnen. Das Team entscheidet, welche Commitments verbindlich sind, und gibt der ganzen Vereinbarung den Titel „Fairplay – auch nach Spielschluss“, welche von allen unterschrieben wird.

5. Abmachungen leben und einhalten

Mit der Erarbeitung ist noch nicht alles getan. Die Commitments müssen auch gelebt werden: Aushang im Vereinslokal, Präsentation im Vereinsorgan, Mitteilung an Vorstand und Eltern. Dies verstärkt den Willen und die Verbindlichkeit zur Einhaltung der gemeinsam getroffenen Vereinbarungen. Rituale (Spruch beim Einlaufen, Zuruf der Trainerin im Spiel, Lied nach dem Match, etc.) können die Gruppe an die Vereinbarung erinnern und sollen im Training geübt werden. Wichtig: Neumitglieder dürfen nicht vergessen werden. Sie müssen in die Abmachungen miteingebunden werden.

6. Vereinbarungen durchsetzen

Verstösse gegen die Commitments kommen immer vor. Es ist zu unterscheiden, ob allgemeine Spielregeln und Gesetze oder die gemeinsam getroffene Abmachung verletzt wurden. Im letzteren Fall müssen die Fehlbaren auf ihr Verhalten hingewiesen werden und eigene „Wiedergutmachungs-vorschläge“ suchen. Zurück zu unserem Beispiel: Du beobachtest, wie sich ein Spieler nach mehrwöchiger Einhaltung von „Fairplay – auch nach Spielschluss“ an der Schiedsrichterleistung ereifert und nach dem Abpfiff die Trinkflaschen weg kickt. Du konfrontiert ihn mit deiner Beobachtung: „Ich stelle fest, dass du Mühe hast, dich an unsere Gruppenregeln zu halten. Wie erklärst du dir das?“ Es geht primär darum, Klärung der Situation zu erreichen. Machtkämpfe und voreilige Interpretationen sollten vermieden werden. Im Gespräch musst du der

fehlbaren Person mitteilen, dass es dir nicht egal ist, wie sie sich fühlt und verhält. Bei schwerwiegenderen Vergehen ist es in manchen Fällen sinnvoll, auf Fachstellen hinzuweisen, die den Jugendlichen Unterstützung bieten können, und bei Beratungsstellen Hilfe anzufordern. Sanktionen gegen Uneinsichtige müssen verhältnismässig sein. Fixe Sanktionen und finanzielle Abgeltungen sind unangebracht.

Der Weg hat sechs Etappen

Quellennachweis:

Inhalt: Jugend+Sport, mobile 1, Dez. 2004, COMMITMENTS

Autoren: Ralph Hunziker, Hans Ulrich Mutti, Anton Lehmann

copyright: www.mobile-sport.ch

Bild: www.juropa.net