

Mario Antonelli

Ziele im Nachwuchs-Hockey

Erfolg statt Siege

Warum spielen unsere Kinder Hockey? Der wahre Grund ist der Spass!

Sportler sind merkwürdige Wesen: sie werfen beispielsweise einen Ball weg um ihn wieder zu erhalten und ihn wieder wegzuworfen. Das entbehrt jeglicher Logik und macht keinen Sinn. Es sei denn, das Werfen, das immer wieder Probieren - vielleicht sogar immer besser – macht Spass.

„Ein Sportler ist ein Mensch der sich freiwillig Hürden in den Weg stellt und Spass daran hat, diese zu überwinden.“ (Emrich, 2016, NZZ online)

Dass zum Spass auch Niederlagen gehören, ist unproblematisch. Auch Siege sind nichts Negatives, sie können „passieren“ – genauso wie Niederlagen. Unsere Kinder sind intrinsisch motiviert, sich mit Gleichwertigen zu messen, dabei auch mal unterlegen zu sein, um zwischendurch das – vielleicht auch seltene – Gefühl des Gelingens zu erleben. Wenn alle diese Motivation mitbringen – und eine faire Chance auf „Gelingen“ haben – gehört das Leistungsprinzip unabdingbar zum Sport. Aber der Spass „sein Bestes“ zu geben steht im Vordergrund.



Damit dieser Spass erhalten bleibt, müssen wir unseren Kindern sehr viel mehr als Siegen beibringen:

- (Lebenslange) Motivation für Sport und Bewegung
- Entwickeln nachhaltiger motorischer Fähigkeiten
- Fähigkeit zu sozialen Interaktionen
- Aufbau und Erhaltung von Freundschaften
- Werte wie Respekt, Fairplay, Loyalität
- Umgang mit negativen Erlebnissen, Kritik und Misserfolgen
- Selbstwert und Selbstvertrauen
- Eigenverantwortung

„Der Sieger von heute kann der Verlierer von morgen sein.“ (Emrich, 2016, NZZ online)
Wir produzieren keine „Sieger“ ohne eine gesunde, nachhaltige Entwicklung der Persönlichkeit. Die Befriedigung im Sport kommt vom „sein Bestes geben“ und so gut wie möglich zu spielen. Wenn ein Kind sein Bestes gibt und im fairen Rahmen alles versucht hat, ist es niemals ein „Verlierer“!

"Sein Bestes geben" ist das höchste Ziel

Ob wir 2:0 führen oder 0:2 zurück liegen, sollte keinen negativen Einfluss haben auf die Leistung des Spielers. Denn seine Leistung orientiert sich am Ziel, sein Bestes zu geben – unabhängig vom Spielstand.

Was „das Beste“ ist, soll der Spieler konkret formulieren können. Das will geübt sein. Beispielsweise im Training durch individuelle, einfache, konkrete Trainingsziele, die anschliessend überprüft werden. Damit lernt der Spieler Ziele setzen, die Zielerreichung zu überprüfen und somit die eigene Leistung besser einzuschätzen.

Wenn er dies regelmässig tut, lernt er sich an seinem „Besten“, also am eigenen Potential zu orientieren. Und er lernt, *Verantwortung für die eigene Leistung und Entwicklung* zu übernehmen.

Niemand kann mehr tun als sein Bestes! Erfolg heisst das Bestmögliche aus sich rausholen. John Wooden, Coach-Legende und Autor der „pyramid of success“ formulierte es wie folgt: "Probiere nie besser als andere zu sein. Strebe danach, immer der Beste zu sein, der DU sein kannst!"

Siege schaden dem Talent

Siegen liegt im Hockey nicht nur in der eigenen Hand. Siegen ist auch abhängig von der Leistung des Gegners. Siege hängen auch vom Schiedsrichter, den äusseren Umständen, oft vom Zufall ab. Somit ist Siegen auch möglich, wenn die eigene Leistung nicht optimal ist. Nicht das Streben nach Siegen, sondern das Streben nach der eigenen bestmöglichen Leistung bringt den Athleten weiter. Für „das Beste“ muss der Athlet immer wieder an seine Grenze gehen, seine Komfort-Zone verlassen. Nur so findet wirklich Entwicklung statt.

Das Paradoxe daran: die Spieler mit dem grössten „Talent“ müssen am wenigsten an ihre Grenzen gehen, um Siege zu erringen. Es reicht für diese Spieler meistens, etwas besser zu sein als der Gegner. Womit auch klar ist, dass diese Spieler weder gefordert noch gefördert werden. Der Athlet soll sich aber an seinem eigenen Potential orientieren, nicht an der Frage, ob seine Leistung für einen Sieg reicht oder nicht.

Der Erwachsene – Trainer oder Eltern – der Fortschritte und Entwicklung fördern will, fordert „das Beste“ und nicht Siege. Das Fordern von Siegen schadet dem Talent!

Ein Spieler der immer sein Bestes gibt, dazu klare Ziele hat und für die eigenen Leistungen Verantwortung übernimmt, entwickelt sich zu einer starken Persönlichkeit und zu einem besseren Hockeyspieler.

All coaching is, is taking a player where he can't take himself.

Bill McCartney

