

LOB IM KINDERTRAINING

Wenn wir als Kindertrainer unsere Schützlinge coachen (durch Sprache, Mimik oder Gestik), ist das eine Form des Feedbacks. Doch Feedback ist nicht gleich Feedback.

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass der Nutzen von direktem Feedback, der das Auge und Ohr anspricht, am wirksamsten ist.

Für die Kinder kann Feedback positiv, negativ oder neutral sein. In einer Studie konnte beispielsweise gezeigt werden, dass Kinder sehr enttäuscht sind, wenn nach einer gelungenen Aktion ein Lob ausbleibt. Auch das sollte man als Kindertrainer berücksichtigen, und lieber einmal mehr als zu wenig loben.

Man sollte die Kinder demzufolge nie ignorieren, ihnen im Training permanent Aufmerksamkeit schenken und geglückte Handlungen stets verstärken.

POSITIVES FEEDBACK – LOBEN: WAS UND WANN?

Kinder sind – nicht nur im Sport – sehr empfänglich für Lob. Wenn wir es im Fußballtraining und –spiel gekonnt einsetzen, bleiben die Kinder auch langfristig „am Ball“. Sie verstehen dann außerdem mit der Zeit, für welche Aktion (gelungener Pass oder Balleroberung) sie dieses Lob bekommen haben, und versuchen dann, diese Aktionsform zu wiederholen.

Kinder positiv durch Lob und Anerkennung bestärken

Die wichtigste Aufgabe des Kindertrainers ist es, die Spieler für gelungene Aktionen und Handlungen zu loben! Das hilft den Kindern einerseits, Selbstbewusstsein aufzubauen und andererseits, immer wieder in ihrem Lernprozess Erfolge zu sammeln. Manchmal ist es wichtiger, dass der Trainer Gelungenes registriert und lobt, als dass er einen weiteren Fehler aufdeckt. Dies hilft ihnen dabei, sich immer wieder neu zu motivieren und auch über kleine Fortschritte zu freuen.

- ▶ Individuelle Fortschritte erkennen und loben!
- ▶ Loben heißt: Selbstvertrauen stärken!
- ▶ Das fußballerische Vorankommen des Teams hervorheben!
- ▶ Ironie außen vor lassen!
- ▶ Nicht mit Lob sparen – Leistungen anerkennen!
- ▶ Leistungen auch bei Niederlagen anerkennen und hervorheben!
- ▶ Loben heißt: Das Lernen unterstützen und Selbstvertrauen fördern!

Grundsätzlich kann man zwischen zwei Arten von Lob unterscheiden: der Ermutigung und dem generellen Lob. Eine Ermutigung („Super Torschuss“) ist effektiver als Lob im Allgemeinen („Du bist ein toller Fußballer“). Man sollte außerdem immer die Bemühung an sich, nicht nur das positive Ergebnis loben.

Beispielsituation

Ein Spieler grätscht den Ball von der Linie und verhindert ein Gegentor. Mitspieler und Trainer freuen sich über diese Aktion. Das Kind registriert, dass die Aktion, die es ausgeführt hat, erwünscht ist, da es dafür gelobt wird. Das führt dazu, dass er auch beim nächstem Mal versuchen wird, ein Gegentor zu verhindern. Gleiches gilt natürlich für einen gelungenen Pass zum freistehenden Mitspieler, ein schönes Dribbling oder einen erfolgreichen Torabschluss.

KRITIK IM KINDERTRAINING

Man darf nie vergessen, dass es im Kinderfußball in erster Linie hauptsächlich um den Spaß am Spiel geht. Deswegen ist Kritik hier fehl am Platz. Häufige Kritik macht Kinder traurig und führt dazu, dass sie Fußball mit negativen Erfahrungen und Gefühlen verknüpfen. Wir als Kindertrainer wollen genau das Gegenteil erreichen!

