

TITELTHEMA

TALENT

Eltern stossen an ihre Grenzen

Wenn junge Sportlerinnen und Sportler Erfolge feiern, freuen sich alle. Doch Aufwand, Kosten und Risiko bleiben an den Eltern hängen.

TEXT: BIRTHE HOMANN UND DANIEL BENZ | FOTOS: PHILIPP ROHNER

Prisca und Michael Sieber erinnern sich noch genau, wie heftig ein enger Freund reagierte. «Spitzensport ist Ausbeutung!», sagte er und beendete die Freundschaft. «Weil unser Sohn Leistungssport macht und wir das unterstützen.» Michael Sieber ist immer noch betroffen. «Eltern von Sporttalenten werden schnell an den Pranger gestellt», sagt der 59-jährige Fotograf. Sein Sohn Beda-Leon ist 15 und trainiert seit drei Jahren intensiv Eiskunstlauf und Eistanz.

Vorwürfe und Häme. Eltern kennen beim Fussball keine Grenzen, so der Tenor in den Medien, als im Februar die Bestechungsaffäre bei den Grasshoppers bekannt wurde. Eltern bezahlten Juniorentrainer, um ihre Kinder im GC-Nachwuchs voranzutreiben. «Das kostet dich mehr als 10 000 Franken», schrieb ein Trainer. Die Antwort des Vaters im internen Chat: «Gut, wenn es sich lohnt, dann ist das gut.»

In den sozialen Medien und Kommentarspalten ergoss sich Häme über die Eltern. Typisch sei das. Um ihre Kinder zu pushen, sei ihnen jedes Mittel recht. Lauter überehrgeizige Väter und Mütter, die nur einen Plan hätten: über ihr Kind Ruhm zu erlangen. Mit Geld, Drill und Druck – in einem ausbeuterischen Leistungssystem. Wirklich?

Wahr ist so ziemlich das Gegenteil. Eltern wissen oft gar nicht, was sie tun sollen, wenn ihr Kind überdurchschnittlich begabt ist und plötzlich Ambitionen hat. Nichts anderes mehr als Sport treiben will. Sie sind hin und her gerissen zwischen Fördern und Bremsen. Fragen sich ständig, was das Beste ist für ihr Kind.

Michael Sieber hadert ab und zu mit dem Weg, den sein Sohn mit dem Eiskunstlauf eingeschlagen hat. Er macht sich auch Gedanken über dessen Gesundheit: Was, wenn er sich ernsthaft verletzt? Lohnt sich der ganze Aufwand, das viele Training? «Soll er sich das wirklich zumuten?» Mutter Prisca Sieber sagt: «Beda-Leon ist so euphorisch mit seinem Sport. Er geht vollkommen



«Lohnt sich der ganze Aufwand? Was, wenn er sich ernsthaft verletzt?»

Prisca und Michael Sieber mit Eistanzer Beda-Leon, 15

Der Weg nach oben

Das höchste Ziel ist die Teilnahme an Olympischen Spielen oder Weltmeisterschaften – doch der Weg für die jungen Sportlerinnen und Sportler bis dahin ist weit und beschwerlich. Ein Blick auf das Athleten-Fördermodell des Dachverbands Swiss Olympic.

INFOGRAFIK: ANDREA KLAIBER UND ANNE SEEGER | TEXT: DANIEL BENZ

Gold-Card

134 Athleten mit mindestens einem Top-3-Resultat an internationalen Wettkämpfen der höchsten Kategorie* oder einem EM-Titel.

Silber-Card

165 Athleten, die im ersten Viertel der Weltrangliste platziert sind und zudem mindestens ein Top-8-Resultat an internationalen Wettkämpfen der höchsten Kategorie* haben oder unter den Top 6 an einer EM sind.

Bronze-Card

369 Athleten mit Top-8-Resultaten an internationalen Wettkämpfen der höchsten Kategorie*, einer EM-Medaille oder mit Spitzenplätzen an Nachwuchs-Titelkämpfen.

Elite-Card

1787 Angehörige eines Elite-Nationalkaders, die noch keine Gold-, Silber- oder Bronze-Card erhalten.

Nationale Talent-Card

2993 Angehörige eines nationalen Nachwuchskaders.

Regionale Talent-Card

7179 Angehörige eines regionalen Nachwuchskaders.

Lokale Talent-Card

7668 junge Athleten in lokaler Leistungssportstruktur.

Systematische Talentsichtung: Die nationalen Sportverbände beurteilen Nachwuchsathleten an eigens dafür ausgerichteten Sichtungstests. Athleten mit Potenzial erhalten von Swiss Olympic sogenannte **Talent-Cards**.

Ab hier gibt es finanzielle Unterstützung.

Breitensport

Kinder finden meistens durch ein von ihren Eltern geprägtes bewegungsfreundliches Umfeld zum Sport. Schulsport und Sportvereine ermöglichen vielseitige sportliche Aktivitäten.

Leistungssport

Nachwuchs-Athleten sind im Besitz einer Talent-Card. Die nationalen Sportverbände sehen in diesen Athleten das Potenzial, dass sie in späteren Phasen ihrer Karriere Spitzenplätze an internationalen Wettkämpfen belegen.

Spitzensport

Elite-Athleten sind im Besitz einer Swiss Olympic-Card. Sie werden für internationale Titelkämpfe der höchsten Kategorie* selektioniert oder von einer Mannschaft engagiert, die in einer Profiligen spielt.

* Zu den internationalen Wettkämpfen der höchsten Kategorie gehören olympische und paralympische Disziplinen (OS/PS) und Weltmeisterschaften (WM). Massgeblich ist auch die Disziplinen-Weltrangliste.

6,6

Stunden Sport pro Woche machen die 10- bis 14-Jährigen im Schnitt zusätzlich zum Sportunterricht.

5,6

Stunden sind es bei den 15- bis 19-Jährigen.

darin auf.» Das hätten sie akzeptieren müssen – es habe aber gedauert, so die 48-jährige Grafikerin. Manchmal frage sie sich schon, ob der Sohn ihnen später vorwerfen werde, dass er keine Zeit zum «Abhängen» gehabt habe.

Beda-Leon fing erst als Zehnjähriger mit dem Schlittschuhlaufen an – eher spät für eine allfällige Profikarriere. Schon als Erstklässler war er von Mitschülern «Primaballerina» gerufen worden, weil er gern Pirouetten drehte. Aber erst eine Aufführung von «Kids on Ice» entfachte das Feuer in ihm. Beda-Leon beschied seiner Mutter, er wolle auch mal so auf dem Eis stehen.

Ein Jahr später, 2015, war es so weit. Schnell setzte er sich durch, bestand einen Test nach dem anderen und fand einen professionellen Verein in der Zürcher Agglomeration. Dort trainiert er seither täglich mehrere Stunden – nach der Schule. «Wie gut er ist, haben wir lange nicht richtig verstanden», sagt Prisca Sieber. «Wir sind ja beide nicht vom Fach.» Michael Sieber sagt von sich sogar, er sei «völlig unsportlich».

Sportförderung ist Privatsache. Der Aufwand, den die Siebers für Beda-Leons Leidenschaft leisten, ist immens: Rund 25 000 Franken blättern sie jährlich für Ausrüstung, Vereins- und Kurskosten hin. Allein eine Trainingslektion kostet 90 Franken, ein Paar Schlittschuhe 1500 Franken; er braucht mehrere im Jahr. Der organisatorische Aufwand entspreche zeitweise einem 20-Prozent-Job, sagt Prisca Sieber. «Am Anfang war ich total verloren, wusste gar nicht, wie ich alles unter einen Hut bringen soll. Job, Familie, Leistungssport, Schule.»

Unterstützung bekommen die Siebers kaum. «Die Belastung ist enorm», sagt die Mutter. Sie hätten ja noch zwei weitere Kinder, die ebenfalls Bedürfnisse hätten. In der Schweiz werde die Sportförderung grösstenteils den Privaten überlassen, kritisiert der Vater. «Wer es sich nicht leisten kann, fliegt raus.» Ohne Sponsoren, die sie im privaten Umfeld suchen, würden sie es nicht schaffen.

«Sporteltern verdienen Unterstützung, ihre Arbeit ist zentral», bestätigt David Egli, der sich beim Dachverband Swiss Olympic mit dem Karriereaufbau von jungen Leistungssportlern befasst. Eltern sind Tröster, Stabilisatoren, Motivierer. Oft bleibt es in der Schweizer Sportförderung bei der verbalen Wertschätzung. Bis sie Massnahmen nach sich zieht, dauert es. Besonders in der frühen Phase, wenn noch völlig offen ist, ob es das Talent je an die Spitze schaffen wird, müssen die Eltern alles allein stemmen.

Sport – auch der prestigeträchtige Leistungssport – wird als Privatsache verstanden. Das Schweizer Modell der Sportförderung ist ein föderalistischer Mix aus Milizarbeit, Sponsoring

und staatlicher Unterstützung. Die Geldflüsse im verschachtelten System sind schwierig auseinanderzuhalten. Klar ist: Direkt für die Nachwuchsförderung der Verbände stellt der Staat jährlich neun Millionen Franken zur Verfügung. Im Vergleich mit anderen Ländern ist das bescheiden.

Bloss 2993 direkt Unterstützte. Förderung bedeutet nicht automatisch Direktzahlungen. Dafür müssen Sportlerinnen schon aussergewöhnlich gut sein und in ihrer kurzen Karriere bereits etliche Stufen erklommen haben. Entscheidend sind die sogenannten Talent-Cards von Swiss Olympic: Erst wer eine nationale Karte hat, kann vom Fördertopf der Stiftung Schweizer Sporthilfe profitieren. Zurzeit gibt es im Nachwuchsbereich rund 17 800 Karteninhaber, davon haben 2993 eine nationale Talent-Card. Sie sind die besten der geschätzten 750 000 Jungsportler zwischen 5 und 20 Jahren.

Vor kurzem hat auch Eiskunstläufer Beda-Leon eine nationale Talent-Card bekommen. Er ist nun auf der Suche nach einem Sporthilfepaten. Seine Leidenschaft ist längst kein Hobby mehr, sondern der Lebensinhalt des Sekundarschülers. Letzten Winter hat er zum Eistanz gewechselt. Zusammen mit seiner Partnerin Gina Zehnder will er an den Youth Olympic Games 2020 in Lausanne teilnehmen. Ein ambitioniertes Ziel, aber auch ein realistisches. Die beiden gehören bereits dem Nationalkader A an. Im Eistanz sieht Beda-Leon grössere Chancen, zur Spitze aufzusteigen, denn als Sololäufer.

Aber: Im Sport gibt es keine Garantien, es kann schon morgen zu Ende sein. Wegen Rückenproblemen musste Beda-Leon letztes Jahr monatelang pausieren, er hatte einen Ermüdungsbruch erlitten. Seine Eltern hat das alarmiert: «Auch wenn er von einem Tag auf den anderen aufhören müsste, würden wir ihn genauso lieben und weiter unterstützen.» Was er als Leistungssportler lerne, werde ihm später im Leben zugutekommen. Die Siebers stehen zu ihrem Sohn und dem Weg, den er eingeschlagen hat, und machen daraus auch kein Geheimnis. «In unserem Leben dreht sich viel um Beda-Leon.»

Gefährliche Überidentifikation. Dass Eltern ihre Pläne komplett nach der sportlichen Agenda ihrer Kinder ausrichten, erlebt Sportpsychologin Katharina Albertin häufig (siehe Interview Seite 23). Es sei wichtig, «die Beziehung immer wieder etwas zu «entkleben»», sagt sie. Sonst könne eine Überidentifikation entstehen. Die Verquickung von Sport und Privatleben führe auch dazu, dass Sporteltern die Ambitionen ihrer Sprösslinge nicht gern an die grosse Glocke hängen. Denn die hochfliegenden Pläne passen schlecht zur schweizerischen Bescheidenheits-

QUELLE: SWISS OLYMPIC (STAND: 28. JUNI 2019)

QUELLE: SPORT SCHWEIZ 2014 – KINDER- UND JUGENDBERICHT (BASPO)

mentalität. Und es besteht die Gefahr, am Ende womöglich das Scheitern des Kindes zugeben zu müssen – und damit das eigene Scheitern.

Ausgepowert. In einem derart überhitzten Umfeld tut es gut, mit Eltern zu sprechen, die Bodenhaftung und eine gewisse Distanz bewahrt haben. Wie Karin und Christian Zoss aus dem Zürcher Unterland: «Unser Sohn Marco soll seinen Weg als Eishockeyspieler gehen, aber er muss ihn allein bewältigen. Wir unterstützen ihn, so weit wir können.» Am wichtigsten sei ohnehin, dass er neben dem Sport auch die Schule und später eine Ausbildung hinbekomme. Ende Saison gebe es aber Momente, in denen sie sich sage, «ich mag nütze», erzählt Karin Zoss. Der ganze Aufwand für den Sport ihres Sohnes, dazu der eigene Job, «da bin ich dann total ausgepowert», so die 44-Jährige.

Die kaufmännische Angestellte erzählt: «Ich war schon als Kind Fan des EHC Kloten.» Sie ermunterte ihre beiden Söhne, mit dem Hockey anzufangen – «damals wusste ich ja nicht, was ich damit auslöse». Marco fing als Vierjähriger in der Hockeyschule an, er eiferte seinem zwei Jahre älteren Bruder nach. Schnell lief es ihm richtig gut, er überflügelte den Älteren. Heute, mit zwölf, spielt er als Stürmer in der U-13-Elite der «Young Flyers». Das bedeutet: im Winter viermal Training pro Woche plus Match, im Sommerhalbjahr «nur» dreimal plus ein Eistraining im Thurgau.

«Allein für die Transporte kommen wir sicher auf 20 000 Kilometer im Jahr», sagt der 47-jährige Christian Zoss. Obwohl sie sich mit anderen Eltern abwechseln. «Wir sind sein Support-Team», sagt der Vater, kaufmännischer Angestellter auch er.

Kürzlich hat Sechstklässler Marco einen Platz in einer Sportschule erhalten. «Das war eine riesige Erleichterung», sagt Karin Zoss. «Es hätte eine Krise gegeben, wenn das nicht geklappt hätte.» An den normalen Schulen werde nicht viel Rücksicht auf die Bedürfnisse der Sportlerinnen und Sportler genommen. Je nach Schulleitung sei wenig Verständnis da. «Mit der Sportschule wird das anders, dort richten sie die Stundenpläne nach den Trainingsplänen aus.»

Auf der Suche nach Unterstützung sind die Zoss' bei Sporteltern.zh gelandet. Das Projekt, einmalig in der Schweiz, wurde letztes Jahr vom Sportamt des Kantons Zürich lanciert. Es soll Eltern helfen, «ihre Rolle in der Begleitung der Sportlaufbahn ihrer Kinder besser wahrzunehmen», erklärt Sascha Korner, die kantonale Beauftragte für Nachwuchsförderung. Was die Eltern stärkt, tut auch den jungen Athletinnen und Athleten gut. Gemäss einer Studie der Sporthochschule Magglingen haben die Eltern den grössten positiven Einfluss auf die Karriere.

88 Prozent der Talente sagen, der Einfluss der Eltern sei «sehr stark».

Das erste Produkt von Sporteltern.zh ist die «Toolbox», ein Nachschlagewerk, das Eltern Informationen für ihren eben nicht so alltäglichen Alltag liefert. Dass die Box bereits 1600-mal bezogen wurde, unterstreicht, wie gross das Bedürfnis nach Unterstützung ist. Das Hauptanliegen der Familien ist die Vereinbarkeit des Spitzensports mit Schule und Ausbildung.

Glück hat, wer sich einen der raren Plätze an einer Sportschule ergattert. Schweizweit gibt es gut 50 Schulen, die die Auflagen dafür erfüllen. Alle anderen Talente sind auf den Goodwill von Schulleiterinnen und Firmenchefs angewiesen. Sascha Korner freut es, dass sich in ihrem Kanton die Zahl der «leistungssportfreundlichen Lehrbetriebe» seit 2015 auf 89 verdreifacht habe. Im ganzen Land gibt es 381 Firmen, die dieses Label tragen.

Der Dachverband Swiss Olympic versucht, das System der Sportförderung als Ganzes zu verbessern. Sein Konzept FTEM Schweiz – für Foundation, Talent, Elite, Mastery – verfolgt das Ziel, übergreifend für alle Sportarten den Weg der jungen Athleten in zehn Phasen zu gliedern, vom Breitensport bis zum Topniveau. «Das hilft bei der Klärung, welche Player wann welche Rolle spielen», so David Egli, Leiter der Abteilung Sport. Die Eltern finden sich in diesem Schema nur in einer Nebenrolle als «Betreuer» wieder. «Primär ist der jeweilige Verband verantwortlich, auf die speziellen Herausforderungen von Sporteltern aufmerksam zu machen», sagt Egli. Swiss Olympic unterstütze diese Aufgabe unter anderem mit Infobroschüren.

Fussballer im Vorteil. Wohl dem, der in eine gut ausgestattete Organisation eingebunden ist. Im Fussball, Sportart Nummer eins, profitieren die Talente – und indirekt ihre Eltern – von professionellen Strukturen, besonders bei den Grossklubs. Für Peter Bernauer, Geschäftsführer eines KMU im Pharma- und Kosmetikbereich, ist klar, welchen Titel sein 15-jähriger Sohn Jacob über diesen Beobachter-Artikel setzen würde: «Es ist ein Privileg, beim FCB zu sein.»

Jacob Bernauer spielt in der U-15 im Nachwuchs des FC Basel. Ab dieser Stufe wird es ernst mit der Fussballkarriere: wöchentlich fünf Trainings, Meisterschaft und Cup auf höchster nationaler Stufe, wachsender Konkurrenzdruck. Es ist auch der Punkt, an dem die Trainer endgültig wichtiger werden als die Eltern. Ihnen verbleibt die Rolle als Fans und Organisationskomitee. «Wenn der Spielplan rauskommt, schauen wir jeweils, ob es für uns als Familie für ein freies Wochenende reicht», sagt Alexandra Bernauer, die Mutter. Der 52-Jährigen ist wichtig, dass ihre

62

Prozent der 10- bis 14-Jährigen sind in einem Sportverein.

43

Prozent sind es bei den 15- bis 19-Jährigen.

9

Jahre alt ist die jüngste von der Sporthilfe unterstützte Athletin – eine Kunstturnerin.



«Allein für die Transporte kommen wir auf 20 000 Kilometer im Jahr. Obwohl wir uns mit anderen Eltern abwechseln.»

Karin und Christian Zoss mit Eishockeyspieler Marco, 12

QUELLE: SPORT SCHWEIZ 2014 – KINDER- UND JUGENDBERICHT (BASPO)



«Wenn der Spielplan rauskommt, schauen wir, ob noch ein freies Wochenende für die Familie bleibt.»

Alexandra und Peter Bernauer mit Fussballer Jacob, 15

28

Prozent der 10- bis 14-Jährigen spielen in der Freizeit Fussball - somit die Sportart Nummer 1.

QUELLE: SPORTSCHWEIZ 2014 - KINDER- UND JUGENDBERICHT (BASPO)

Töchter nicht zu kurz kommen bei all der Aufmerksamkeit für Jacob. «Zum Beispiel verbinden wir einen Match mit einem Badibesuch.»

Jacob spielt Fussball, seit er vier war. Zuerst beim SV Augst, wo auch Nationalspieler Xherdan Shaqiri angefangen hatte. Mit acht wechselte er zum FCB. Mehr Trainings, weitere Wege. Die Mutter, Ökonomin mit Teilzeitpensum, machte den Fahrdienst, sorgte aber auch dafür, dass der Filius früh selber unterwegs war. Die Schule fiel ihm leicht. Deshalb stand nie zur Debatte, dass man den sportlichen Eifer bremsen müsste. Die Coaches attestierten dem Defensivspieler schon bald Führungsqualitäten. «So etwas will eine Mutter hören», sagt Alexandra Bernauer. «So kommt man durchs Leben, nicht nur im Sport.»

Der Sport bestimmt das Leben des Teenagers. Trainings und Spiele spannen ihn ein, für jugendliche Ausschweifungen ist kein Platz. Keine Sorge, dass Jacob ein Stück seiner Kindheit verpasst? Vater Peter Bernauer sagt: «Solange ihm der Sport Spass macht, ist das sein Weg.»

Seinetwegen müsste Jacob das nicht machen, schiebt der 53-Jährige nach. Bernauer war früher selber Profi beim FCB, ein Haudegen in der Innenverteidigung, damals in den späten Achtzigern, als die Basler die bittere Phase in der Nationalliga B durchmachten. Aus dieser Zeit weiss er, wie es läuft im Spitzenfussball, weiss, wie die Ellbogen ausgefahren werden, damit man den Platz im Kader behält.

Für den Sohn ist klar, dass er Profi werden will. Der Vater, der Ex-Profi, ist eher Zweifler und Bremsen. Peter Bernauer ist froh, dass Jacob in die Gymi-Sportklasse aufgenommen wurde. «So kann er sich einen Plan B offenhalten.» Bislang

funktionierte Plan A, aber das garantiert für gar nichts. Im Schnitt gelingt pro Jahrgang nur einem Nachwuchsspieler der Sprung in die erste Mannschaft des FCB. Fazit: «Es kann noch so viel passieren - auf alle Seiten.»

Die Zukunft. Vielleicht passiert ja irgendwann das: Jacob Bernauer schießt die Schweiz in den WM-Viertelfinal. Beda-Leon Sieber tanzt sich zum EM-Titel. Marco Zoss gewinnt den Stanley-Cup. Dann entfaltet der Sport seine volle Kraft. Die Erfolge lassen Emotionen frei, sorgen für ein Wir-Gefühl, fesseln die Nation an den Fernseher.

Vielleicht schaffen Jacob, Beda-Leon und Marco den letzten Schritt aber nicht. Oder eine Verletzung lässt ihre Träume platzen. Dann verschwinden sie still und leise aus Ranglisten und Aufstellungen - und das Rampenlicht gehört der Konkurrenz. Der immense Aufwand, den sie und ihre Eltern betrieben haben, das ständige Hoffen und Bangen, ist dann ohne Wert.

So schön der Sport ist, so unerbittlich kann er sein, so unberechenbar. Frage deshalb: Wohin führt die Reise?

Fussballvater Peter Bernauer: «Manchmal wäre es mir fast lieber, wenn Jacob sagen würde, er wolle etwas anderes machen. Denn ich kenne die schmutzigen Seiten des Fussballgeschäfts.»

Eiskunstlaufmutter Prisca Sieber: «Wir nehmen es, wie es kommt. Wir definieren uns nicht über Beda-Leons Erfolg.»

Die Hockeyeltern Zoss: «Marco muss nicht Profi werden. Wir sind einfach seine Eltern. Was immer er entscheidet, ist okay.»

Lesen Sie mehr zum Thema ab Seite 23.



Sichtbare Erfolge nach 2 Wochen.

Nagelpilz.

Rabattbon CHF 3.– für gesunde Nägel.

Beim Kauf eines Cremolan® Nail gegen Nagelpilz erhalten Sie CHF 3.– Ermässigung in Ihrer Apotheke oder Drogerie.

Gültig bis 30.09.2019, nicht kumulierbar.

Information für den Fachhandel:
Rückerstattung durch den Aussendienst oder senden Sie den Bon an die Gebro Pharma AG, Grienmatt 2, 4410 Liestal



Mehr vom Leben



7 612053 150019

«Es ist ein Ringen um Normalität»

PSYCHOLOGIE. Eltern von Sporttalenten laufen Gefahr, ihre eigenen Bedürfnisse zu vernachlässigen und zu Dienstleistern ihrer Kinder zu werden, sagt Sportpsychologin Katharina Albertin.

INTERVIEW: DANIEL BENZ UND BIRTHE HOMANN

Ein Sporttalent zieht in der Familie alle Zeit und Aufmerksamkeit auf sich. Ist so eine normale Eltern-Kind-Beziehung überhaupt noch möglich?

Katharina Albertin: Es ist ein stetes Ringen um Normalität – sehr anspruchsvoll. Im Vergleich zu anderen Gleichaltrigen bewegt sich ein junger Leistungssportler in mancher Hinsicht nicht mehr im Rahmen der Normalität. Durch all die Faktoren in seiner Umwelt muss er sich im Alltag völlig anders organisieren. Das wirkt sich auf die familiären Beziehungen aus.

Inwiefern?

Für ihre Entwicklung brauchen Kinder mit zunehmendem Alter mehr Distanz von den Eltern. Das Bedürfnis nach Autonomie wächst, die Peergruppe wird wichtiger (siehe Seite 24). Das ist bei allen Kindern so. Sporttalenten fällt es aber weniger leicht als anderen Kindern, diese Ablösung zuzulassen. Denn sie sind noch mehr auf den Support der Eltern angewiesen – nur schon ohne deren Fahrdienste wäre das Sportprojekt vielfach undenkbar. Diese Abhängigkeit macht es kompliziert.

Kindererziehung heisst ja auch: Regeln setzen, Meinungsverschiedenheiten haben, Grenzen ausloten. Gehen diese emotionalen Aspekte verloren?

Die Gefahr besteht. Weil die Sporttalente so stark von Dienstleistungen ihrer Eltern abhängig sind, kann eine ungute Nähe entstehen. Gerade im Jugendalter gibt es dann häufig zu wenig Rebellion oder Opposition. Als Folge davon beginnt es andernorts zu knirschen, weil sich das Bedürfnis nach Ablösung irgendwo ausdrücken muss.

Wie reagieren Sporteltern auf solche Krisen?

Wenn ihr Kind, das bisher so folgsam und pflegeleicht war, mit einem Mal wortkarg wird und sich zurückzieht, reagieren die Eltern

häufig irritiert. Sie befürchten, es gehe ihrer Tochter oder ihrem Sohn nicht gut. Wenn sie damit zu mir in die Praxis kommen, sage ich ihnen: «Er will lieber allein sein und im Zimmer «chillen» statt über seinen Match reden? Wunderbar, das klingt sehr gesund!» Diese Abgrenzung ist wichtig – gerade im durchgetakteten Leben eines jungen Athleten.

Eine Sportmutter hat uns nach unserem Gespräch eine E-Mail nachgeschickt. Sie habe ganz vergessen zu sagen, dass sie auch sehr stolz sei auf ihren Sohn als Menschen. Was sagt das aus?

Sie spürt, dass sie in ihrer Rolle hin und her gerissen ist. Das Sportlersein ist bei Talenten auf dieser Stufe derart dominierend, dass es für die Eltern eine Herausforderung ist, dahinter auch noch das Kind wahrzunehmen, das es ja primär ist.

Und wie ist es für ein Kind, wenn es auf den Sport reduziert wird?

Ich kenne Beispiele, da nimmt das Talent – auch durch den Einfluss des Umfelds – fast nur noch seine Sportidentität wahr. Dann ist es wie namenlos, bloss «die Skifahrerin». Bei Familienfesten heisst es dann: «Und, wie geht es der Skifahrerin?» Das kann kritisch sein. Vor allem dann, wenn das Talent gerade erfolglos ist, vielleicht ans Aufgeben denkt. Das kann zu Identitätskrisen führen. Die Talente fragen sich: «Wer bin ich, wenn ich nur noch eine halbbatziige oder gar keine Skifahrerin mehr bin?»

Was ist die grösste Herausforderung für Eltern von jungen Talenten?

Ihre Leistung als Unterstützer zu erbringen – und gleichzeitig zu spüren: Ich habe auch noch mein eigenes Leben, meine persönlichen Werthaltungen. Eltern von Sporttalenten sind zunehmend gefordert, den eigenen Lebensentwurf nach den Bedürfnissen des Kindes



«Sporttalenten fällt es schwerer als anderen Kindern, sich von den Eltern zu lösen.»

Katharina Albertin, 46, ist Fachpsychologin und Psychotherapeutin in Wädenswil. Sie ist spezialisiert auf sportpsychologisches Coaching, das auch das Umfeld der Athletinnen und Athleten miteinbezieht. Albertin ist Präsidentin der Vereinigung für Sportpsychologie. Früher spielte sie Volleyball in der Nationalliga A.

«Gelassenheit und eine gesunde Distanz zum Sportsystem helfen auf jeden Fall.»

auszurichten. Aber so läuft man Gefahr, dass irgendwann überhaupt keine Zeit mehr für das eigene Hobby bleibt. Dann ist das Hobby des Kindes auch das eigene Hobby. Das ist fatal, denn es kann ja sein, dass der Sport plötzlich wegbreicht – und dann steht man ohne Aufgabe da. Es ist deshalb wichtig, die Beziehung zwischen Eltern und Kindern immer mal wieder ein Stück weit zu «entkleben».

Wie gross ist umgekehrt die Gefahr, dass Eltern ihre eigenen Wünsche auf ihr Kind übertragen?

Das ist eine Falle, in die Sporteltern laufen können. Dass sich etwa ein Vater sagt: Wenn ich es schon nicht zum Fussballprofi geschafft habe, dann wenigstens mein Sohn. Diese Mechanismen gibt es aber auch ausserhalb des Sports, in Bezug auf die Bildung beispielsweise. Im Sport sind die Ziele nur greifbarer und leichter messbar. Überhaupt: Im Sport spiegelt sich vieles, was im ganz normalen Erziehungsalltag vorkommt. Es ist einfach akzentuierter, vieles äussert sich zugespitzt, schneller, unmittelbarer.

Wenn die Eltern ihre Hoffnungen formulieren, signalisieren sie damit ja auch: Wir nehmen Anteil an dem, was du tust.

Natürlich sind solche Signale wichtig. Es ist für ein Kind aber nicht hilfreich, wenn seine Eltern derart hohe Erwartungen haben, die es vielleicht gar nicht erfüllen kann. Im ersten Moment kann es zwar schön sein, zu sehen, wie fest sich der Papi freut. Aber wenn es nicht gut läuft, dann ist der Papi eben auch sehr fest enttäuscht. Das ist eine übertriebene Identifizierung – das Kind ist so der verlängerte Arm der Eltern. Das darf nicht sein.

Was richtet man mit übersteigerten Erwartungen beim Kind an?

Das führt beim Kind zu Stress und kann es in seiner Leistung blockieren. Dieser Stress kann sich unterschiedlich äussern, in Motivationsproblemen, Aggressionen, Ängsten. Das verträgt sich schlecht mit den Anforderungen im Leistungssport.

Kürzlich wurden Fälle aus dem GC-Nachwuchsfussball publik: Eltern bezahlten Geld, um ihren Kindern einen Vorteil zu verschaffen. Ist ehrgeizigen Sporteltern jedes Mittel recht?

Das sind Auswüchse. Wer so etwas tut, missbraucht nicht nur das System, sondern letztlich auch das Kind. Denn so bekommt es keine

ehrliche Referenz. Die junge Athletin will ja bloss wissen: Mache ich es gut oder nicht? Derartige Vorgänge sind Gift für die Entwicklung eines Sporttalents. Und am Schluss ist es auch noch demütigend, weil man weiss, dass man nur weitergekommen ist, weil Vater und Mutter mit dem Portemonnaie nachgeholfen haben.

Heisst das: Sporteltern, die ihre Kinder möglichst selbständig agieren lassen, machen es gut?

Gelassenheit und eine gesunde Distanz zum Sportsystem helfen auf jeden Fall. Mein Rat an die Eltern: Alles, was möglich und altersangemessen ist – bitte selber machen lassen! Auch wenn das nicht immer leichtfällt.

Welche Situationen sind heikel?

Wenn Eltern merken, dass es ihrem Kind nicht gut geht, wollen sie es reflexartig schützen – so, wie das gute Eltern tun. Im Sport fragen sie sich dann: Wann und wie sollen wir Einfluss nehmen, wenn etwa die Beziehung zum Trainer nicht mehr stimmt? Nützen wir damit dem Kind? Oder verbauen wir ihm eine Chance? Zu wissen, wo in einer Krise die richtigen Anlaufstellen sind, ist sehr anspruchsvoll. Da brauchen die Sporteltern unbedingt mehr Unterstützung.

Warum fällt es Eltern schwer, zu sagen: «Mein Kind ist Spitzensportler»?

Das ist wohl ein Stück weit die Schweizer Mentalität – immer schön bescheiden bleiben, bloss nicht grossspurig wirken. Man hängt das vielleicht auch deshalb nicht an die grosse Glocke, weil ja die Gefahr besteht, dass es am Schluss doch nicht klappt und man sich dann erklären muss. Dem will man sich nicht aussetzen.

Ist ja auch verständlich. Mit dem Spitzensport kann es schnell vorbei sein. Wie wichtig ist es, einen Plan B zu haben?

Es ist sehr wertvoll, neben dem Sport eine Ausbildung zu machen, das tut allen gut. Denn selbst das grösste Talent ist gefordert, sich auch als Nicht-Athlet wahrzunehmen, sich stets zu fragen: Was ist sonst noch interessant für mich? Ich habe schon einige Talente begleitet, die wegen einer Verletzung von heute auf morgen aufhören mussten. Wenn man gar nichts hat daneben, ist das ein Schock – wie eine Pensionierung mit 15. Dann fragen sie sich: Wer bin ich jetzt noch? In solchen Fällen sind die Eltern gefordert, das Kind aufzufangen: nicht als Sporteltern, sondern als ganz normale Eltern. ■

Ablösung von den Eltern

Die Beziehung zwischen Sporttalenten und ihren Eltern ist besonders eng. Das erschwert es dem Kind, seine Autonomie zu entwickeln. Massgeblich sind drei psychologische Grundbedürfnisse:

Autonomieerleben

(selbstbestimmtes Handeln, Freiraum des Kindes)

Kompetenzerleben

(positives Feedback für gelungenes Handeln)

Soziale Eingebundenheit

(bedingungslose Wertschätzung durch die Familie oder das soziale System)

Altersgruppen

6 bis 10 Jahre



11 bis 14 Jahre



15 bis 18 Jahre



Mit steigendem Alter wächst die **Autonomie** des Sporttalents – Gleichaltrige werden wichtiger, die Eltern weniger. Die beiden anderen Bedürfnisse bleiben gleich gross.