DIE ROLLE DER ELTERN

Es sind meistens die Eltern, die neben der Schule, die Kinder zum Sport führen. Die Freude am Sport beginnt durch das Erleben und Erfahren der Bewegung, durch das Treffen mit Gleichgesinnten, danach durch die Orientierung zu einer Sportart und dem Wunsch sich im sportlichen Wettkampf zu messen. Hier sind die Eltern überall beteiligt. Statistisch sind es vor allem die Mütter, durch die Kinder zum Sport kommen.

Was wünschen sich Kinder von ihren Eltern in Bezug auf Sport? Was wünschen sich Trainer und Kind von den Eltern? Wie sieht ein möglichst funktionales Zusammenspiel aus, um Sozialisierung, gegenseitige Entwicklung und Trainingsqualität zu fördern?

Eltern nehmen verschiedene zentrale Rollen ein im (möglichst kooperativen) Geflecht von Kind, Trainer und Eltern. Sie sind die „provider“, die Vorbilder, Interpreten und Unterstützer nach einem Modell von Fredericks und Eccles von 2014.

Durch ihr eigenes Verhalten können sie die Rolle, den Einstieg und das Dabeibleiben beim Sport wesentlich beeinflussen, z. B. dadurch, dass sie vorleben und aufzeigen, dass sportliche Aktivität normal und auch mit Behinderungen möglich ist. Sie tragen auch durch persönliches Engagement z. B. im Verein dazu bei, dass im sportlichen Umfeld eine gute Gemeinschaft und ein wertschätzender Umgang gelebt wird.
Unweigerlich interpretieren Eltern auch die sportlichen Erfahrungen, die ein Kind macht und spiegeln diese. Hierbei ist besondere Empathie gefragt, denn die Reaktion der Eltern auf ihre Aktion ist wichtig für Kinder.
Die organisatorische, logistische und finanzielle Unterstützung bildet die dritte Säule des Modells ab. Ein gewünschtes Elternverhalten bezieht sich somit auf alle drei Ebenen. Grundkenntnisse über Emotionsregulation und Konfliktkommunikation sind ebenso wichtig wie Ich-Botschaften, um das Verständnis des Kindes zu fördern (Lautenbach, 2014).

Nach Carl Rogers (2010) sind folgende Grundhaltungen als Basis für das Elternverhalten zielführend:

- Das Kind bedingungsfrei wertzuschätzen, unabhängig von Leistung
- Empathisch sein, unterstützt durch aktives und einfühlsames Zuhören
- Authentisch und ehrlich sein (Jungbauer, 2017)

In der Rolle des Zuschauers können Eltern Vorbild sein, wenn sie Fairplay vorleben, andere Eltern unterstützen, die Entwicklung und die Freude des Kindes am Sport über den reinen Fokus auf Ergebnisse stellen und auch die nicht-eigenen Kinder unterstützen viele positive Lernerfahrungen

zu sammeln. Dadurch sind sie Teil des Lernklimas. Jedoch sind sie nicht in der Rolle der Trainer, zusätzliche Komplexität durch diese Rollendiffusion soll vermieden werden.

Für Eltern und Trainer ist es wichtig regelmäßig in den Austausch zu gehen. Eltern können die Trainer in den Bereichen, Freizeitgestaltung, Ernährung, Sitz- und Bildschirmzeiten, Schlafverhalten etc. unterstützen. Grundlegende Kenntnisse über den Einfluss dieser Felder, wie auch ein Verständnis und Loyalität gegenüber den Entwicklungsphasen sind sehr wichtig. Eltern sind nicht nur Karrierebegleiter, sondern auch Experten für ihr Kind. Die zeitlichen, psychologischen und finanziellen Belastungen können zeitweise groß sein. Für die Eltern ist ein regelmäßiger Austausch mit anderen Eltern und Experten im und außerhalb des Sports wichtig (Sandbakk et al., 2017).