

Die Traineraufgabe – Grundlagen (Teil 1)

Interventionsansätze im Tennisunterricht: das Zuspiel (Teil 2)

Interventionsansätze im Tennisunterricht: die Kommunikation (Teil 3)

TEIL 1:

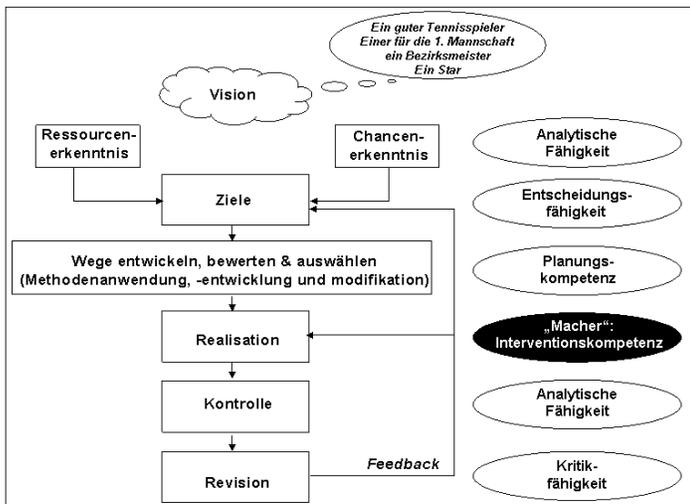
Die Fragestellung

Auf die Frage, worin die Hauptaufgabe des Trainers besteht, gibt es ganz unterschiedliche, zumeist rein pragmatische, manchmal verklärende, selten aber fundierte Antworten. In der Tat ist diese Frage Bücher füllend. Abstrahieren wir von den umfassenden und tief greifenden Ansätzen der Sportwissenschaft, insb. der Trainings- und Bewegungslehre, Sportmedizin und -psychologie etc. und wählen wir dazu eine prozessorientierte Sichtweise, so führt uns dies interessanterweise zum so genannten Managementzyklus.

Im weitesten Verständnis also obliegen dem Trainer tatsächlich Managementaufgaben: er plant, er entscheidet, er handelt – natürlich auf der Grundlage bewährter Theorien (sozusagen „theoriegeleitet“) und vielfältiger Erfahrungen (sozusagen „pragmatisch“).

Der prozessorientierte Ansatz

Das gegenwärtig bewährte phasenorientierte Managementmodell liefert die Grundlage bei der Suche nach der Antwort auf die Frage nach der Trainer(haupt)aufgabe:



Die Traineraufgabe – ein prozessorientierter Ansatz

1. Die Vision

Es ist nicht nur das Recht, sondern die Aufgabe des Trainers, sich ein Bild von seinem Schützling zu machen: wie wird er sich als „fertiger Spieler“ darstellen, was kann er erreichen, welche Pokale wird er in seinen Händen halten dürfen, auf welche Art und Weise wird er seine Siege erringen? Der Trainer muss den Blick in die Zukunft riskieren und einen Spielertypus vor Augen haben.

2. Ressourcen und Chancen

Die Einschätzung seiner Ressourcen (siehe dazu den Fachbeitrag im RC Premium I/2005, S. 23-25: „Welch ein Talent...“) und der Chancen braucht analytische Fähigkeiten. Eine elaborierte Trainingsdiagnostik und eine anthropometrische Analyse (Prognose der Körperstatur) liefern wichtige Orientierungspunkte für die Ressourcenschätzung. Die Prognose der Entwicklung des Tennissports bzw. des Leistungsanforderungsprofils („Chancen“) ist eine Frage von Regeländerungen, Gestaltungen in der Wettkampfszene (z.B. Bodenbeläge), Materialentwicklungen und den Initiativen innerhalb der unterschiedlichen Ausbildungsstätten bzw. -ländern.

Erst dieser Analyseprozess führt zu einer Zieldefinition.

3. Ziele

Ziele konkretisieren die Vision. Erst durch die Bestimmung der Zielinhalte, -ausmaße, -termine, der Zuständigkeiten und der verfügbaren Ressourcen (zeitlich, finanziell, räumlich-apparativ) kann ein Zielkonstrukt bzw. eine Zielhierarchie entwickelt werden. So werden für die leistungsbestimmenden und leistungs-limitierenden Faktoren Soll-Werte definiert. Die zentrale Aufgabe hierbei besteht darin, realistische, also kurz-, mittel- und langfristig erreichbare Ziele zu definieren – möglicherweise gar in Abstimmung mit dem Spieler, den Eltern, Kostenträgern und anderen.



Der Spieler im Zentrum – oder im „Spannungsfeld“?

4. Wege entwickeln, bewerten & auswählen

So viele Trainer es gibt, so viele Wege gibt es. Wie erreichen wir die Ziele? Die unterschiedlichen Möglichkeiten zur Beschreibung der geplanten Karriere sind zu bewerten. Dabei sind die Realisierbarkeit, die verfügbaren Ressourcen und die Effizienz des Ressourceneinsatzes die ausschlaggebenden Kriterien. Dass derjenige Weg, der unter diesen Voraussetzungen die beste Lösung darstellt, letztlich auch beschritten wird, versteht sich von selbst.

5. Realisation

Sind die Trainingseinheiten und Matcheinsätze festgelegt, liegt die Aufgabe des Trainers in der eigentlichen Trainingsdurchführung. Bei all den analytischen und planerischen Maßnahmen liegt darin die Hauptaufgabe des Trainers: er bestimmt, was auf der Trainingsfläche (Tennisplatz, Fitnessraum, Koordinationsparcours) passiert: er setzt die Reize, die letztlich zur Anpassung aller psychophysischen Systeme des Spielers führen, Entwicklungen zur Folge haben und die Zielleistungsniveaus ansteuern. Er ist der „Macher“.

6. Kontrolle

Zu den Kontrollaufgaben des Trainers gehört die Überwachung aller geplanten Ausbildungsmaßnahmen und der resultierenden Effekte. In bestimmten Entwicklungsabschnitten ist zu kontrollieren, ob die erreichten Karriereetappen mit den geplanten Etappenzielen übereinstimmen (Soll – Ist Vergleich). Neben Fakten (Turnierergebnisse), Leistungsparameter (Trainingsdiagnosen) spielt auch die subjektive Einschätzung der Beteiligten eine Rolle.

7. Revision

Weichen die Effekte von den Planzielen ab, sind der eingeschlagene Weg (z.B. Trainings- und Turniermaßnahmen, Pausen etc.) oder auch die gesetzten Ziele entsprechend anzupassen. Dabei ist es durchaus auch denkbar, dass man das Spielerpotential unterschätzt und die Ziele zu bescheiden angesetzt hat. Entdeckt man neue Möglichkeiten, lassen sich ehrgeizigere Ziele setzen und neue Wege einschlagen. Auch vor dem umgekehrten Weg darf man sich nicht scheuen, insbesondere deshalb, weil man weiß, dass sich Karriereentwicklungen nie kontinuierlich, sondern sprunghaft, variabel, mit enormen Steigungen und manchmal eben auch mit Plateaus vollziehen. Deshalb sollte man erst über die Wege nachdenken, bevor man möglicherweise ganze Zielkonstrukte revidiert. Die Kritik als Ergebnis eines analytischen Kontrollprozesses werden dem Zielbildungs- und dem Realisationsprozess rück gemeldet (Feedback).

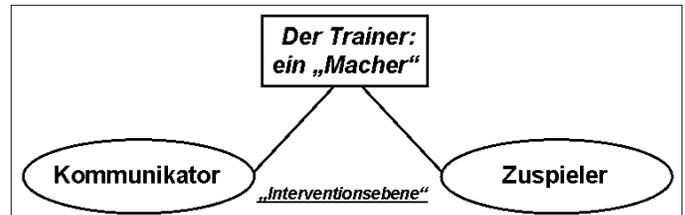
Erkenntnisse und Konsequenzen

Dieser prozessorientierte Ansatz offenbart ein umfangreiches Verständnis von der Aufgabe eines Trainers und rückt ihn nahe an die Erwartungen, die an einen Manager gestellt werden. Im Kern des Prozesses aber wird deutlich, dass der Trainer in der Hauptsache der „Macher“ ist. In diesem eng gefassten Verständnis stellt sich nun aber die Frage nach seinen Handlungsinstrumenten. Welche Interventionsmöglichkeiten hat ein Trainer zur Verfügung, um seine Hauptaufgabe zu erfüllen?

Ein theoriegeleiteter Zugang – der bei vielen Trainern noch immer große Skepsis erzeugt – erbringt eine erstaunlich einfache Erkenntnis:

es existieren tatsächlich nur zwei Interventionsinstrumente, mit denen ein Trainer wirksame Reize setzen kann, um in systematischer und zielgerichteter Weise die psychophysischen, bisweilen auch notwendigen sozial-affektiven Anpassungen zu induzieren:

- 1 die Kommunikation (seine eigene – verbale, gestische und mimische – für die er unmittelbar verantwortlich ist und die von Eltern und Mitspielern, für die er möglicherweise mittelbar verantwortlich ist) und
- 2 das Zuspield (durch ihn selbst, einen Sparringsspieler/Co-Trainer oder die Ballmaschine).



Der Trainer als „Kommunikator“ und als „Zuspieler“

Im engsten Verständnis ist der Trainer „Zuspieler“ und „Kommunikator“. Dazu liefern die Lehrpläne unterschiedlicher Ausbildungssysteme (DTB, VDT, PTR) jedoch kaum hilfreiche Inhalte.

Zusammenfassendes Fazit

Die Aufgaben des Trainers bewegen sich im Spektrum zwischen „Training geben“ (der Trainer als Übungsleiter) und „Karriereplanung“ (der Trainer als Manager). Die Übergänge zwischen diesen Aufgaben sind fließend. Die Kernaufgabe des Trainers ist zweifellos die Arbeit auf dem Platz. Bei all den bisweilen spirituellen Beschreibungen der Traineraufgabe („der einzig wahre Supertrainer / DER Erfolgstrainer“ etc.) reduziert sich sein Handeln bei näherem Hinsehen tatsächlich auf das Kommunizieren und auf das Zuspield. Wenn man tatsächlich aber in die Praxis schaut, findet man auch bei den Topturnieren dieser Welt viele Trainer, die über sehr bescheidene Spielfähigkeiten verfügen.

Ist die Kernkompetenz des Trainers doch eher die eines Kommunikators? Diese These liefert Grund genug, sich mit der „Psychologie der Kommunikation“ zu beschäftigen und danach zu fragen, welche Lehren ein Trainer für sich daraus ziehen kann.

Auf welche Weise erfüllt der Trainer seine Aufgabe als Zuspieler in „zielführender, systematischer und sachgerechter“ Weise, wie es die Trainingslehre von ihm fordert? Eine „Theorie des Zuspiels“ kann darauf bislang keine Antwort geben, weil sie schlicht nicht existiert. Das Zuspield bleibt der Spielfähigkeit und der Phantasie des Trainers überlassen.

Demzufolge werden die beiden folgenden Fachbeiträge dieser Serie folgenden Titel tragen:

1. Mit dem Spieler reden: eine Theorie der Kommunikation im Tennisunterricht
2. Das Zuspield systematisch, sachgerecht und zielführend gestalten: eine Theorie des Zuspiels im Tennisunterricht.