

Fit - Komm mit und soziales Lernen

Text: Renate Piller, Fotos: Renate Piller/ÖBSV

Die Integration behinderter Menschen im Sport ist auch ein Anliegen der Aktion *Fit-Komm mit*. Vor allem der Bereich des sozialen Lernens im Sport dient der zur Persönlichkeitsentwicklung von allen Beteiligten. Sozialverhalten lässt sich allerdings nicht trainieren wie z.B. Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit. Vertrauen, Kooperationsbereitschaft oder Freundlichkeit lassen sich nicht anordnen, sie entwickeln sich durch gemeinsame Aktivitäten und ein tieferes Verständnis weiter. Das Erlernen sozialen Handelns, eines tieferen Einfühlungsvermögens, der Fähigkeit zur Rollenübernahme, einer hohen Frustrationstoleranz, eines situationsangepassten und reflektierenden Verhaltens ist nur in einem Klima möglich, das eben diese Prozesse zulässt und kennzeichnet.

Soziale Rahmenbedingungen fördern

Sozialentwicklung und soziales Lernen kennzeichnet die Tatsache, dass sich jeder Sportler in seiner sportlichen Laufbahn als „Sozialpersönlichkeit“ entwickelt. Sozial bedingt sind die Verhaltensweisen, die jeder Sportler im Umgang mit anderen zeigt. Soziale Prozesse prägen aber auch alle Bereiche der psychischen Entwicklung mit. Sie beeinflussen die gesamte Entwicklung und das Verhalten eines Sportlers. Sozial bedingt sind auch die mehr oder weniger gezielten Maßnahmen, mit denen heranreifende Sportler zu Mitgliedern einer Sportgemeinschaft herangebildet werden. Welche Verhaltensweisen als angemessen oder wünschenswert angesehen werden, ist durch die jeweilige Umwelt und Erwartungshaltung festgelegt. Eine Reihe dieser Verhaltensweisen gilt sicher als Selbstverständlichkeit. Andererseits wird durch ungünstige Lernumwelt der Erwerb eben solcher fast unmöglich gemacht bzw. durch eine günstige Lernumwelt ein äußerst positiver Lerneffekt erzielt.

Dem Sozialverhalten gilt bei Mannschaften besonderes Augenmerk

Ziel des Mannschaftssports ist, Erfolg zu haben im Rahmen der Interaktionen einer Mannschaft. Das Zusammenspiel ist nicht nur eine Frage der Positionen aus technischer, sondern ist auch eine Frage der Persönlichkeit aus taktischer Sicht. Spieler werden oft gepriesen als „Zugpferd, Stimmungsmacher, Ruhepol“ etc.

Es entsteht eine interne Hierarchie einer Mannschaft, die eine Gruppendynamik ergibt. Diese führt dann zum Erfolg, wenn der Trainer sie positiv zu nützen weiß. Dabei spielt die Identifikation mit der Gruppe eine große Rolle. Sie ermöglicht ein Gemeinschaftserleben und die Erweiterung der Perspektiven des Einzelnen. Ein negativer Verlauf führt zu Streit und Mobbing. Sportlicher Erfolg kann dadurch unmöglich gemacht werden. Konditionelle und technische Aspekte verlieren dabei an Bedeutung.



◀ Freude im Sport – ein Bild sagt mehr als tausend Worte.

► Ein integratives Freundschaftsmatch mit mentalbehinderten Sportlern und den Teilnehmern am A-Lizenz Trainerkurs im Fußball in Schielleiten Mai 2001. Mit besonderem Engagement setzte sich vorbildlich der Sprecher der Gruppe (stehend zweiter von links) Attila Sekerlioglu für die gute Zusammenarbeit ein.



Das grundsätzliche Problem von Anpassung und Durchsetzungsvermögen im Sport

Einerseits wird durch soziale Eingliederung die Akzeptanz sozial vorgegebener Ziele und Einübung von Verhaltensstandards erwartet, andererseits sollen Selbstständigkeit, Autonomie und individuelle Persönlichkeitsentwicklung gewährleistet werden. Eine solche „Balance“ zwischen individueller Eigenart und Anpassung an die Mannschaft oder an Teammitglieder, stellt sich nicht automatisch ein. Ein guter Trainer oder Übungsleiter wird sie auch nicht dem Zufall überlassen. Fachlicher Rat im laufenden Trainingsprozess oder Krisenintervention von Sportpsychologen, Supervisern, Sportpädagogen oder Sportwissenschaftlern ist gut und auf längere Sicht rentabel. Oft ist ein objektiver Situationsbericht von außen bereits eine gute Chance, festgefahrene Verhaltensmuster zu verändern.

Die Bedeutung motorischer Geschicklichkeit für Sozialkontakte

Soziale Kontakte eines Sportlers und seine motorischen Fähigkeiten stehen in Abhängigkeit zueinander. Es geht im Mannschaftssport nicht nur darum, im Zusammenspiel verteilte Rollen zu übernehmen und Regeln einzuhalten, sondern auch darum, dies in motorische Aktionen umzusetzen. Deshalb fällt das Zusammenspiel und die Integration in Gruppen besonders schwer, wenn ein Spieler den Bewegungsanforderungen des Spiels nicht gerecht werden kann. Psychomotorische Schwierigkeiten können so auch ein Grund für ein, im Vergleich zu anderen Spielern, gering entwickeltes Sozialverhalten sein. Deutlich sichtbar wird dies bei Zusammenstellung einer neuen Mannschaft oder beim Eintritt eines neuen Spielers in ein beste-

hendes Team. Sportler mit schlechteren motorischen Leistungen sind in der Gruppe weniger beliebt als Sportler mit guten Leistungen. Dieser Unterschied kann nach Bewusstmachung zum Verständnis und zur Akzeptanz schwächerer Sportler führen. Außenseiter einer Gruppe sind oft durch motorische Defizite gekennzeichnet. Ist die motorische Entwicklung eines Sportlers dagegen auffällig positiv, wird er seltener als Außenseiter betrachtet, ist aber zwangsläufig nicht immer der beliebteste. Akzeptierte Sportler wagen sich eher an Neues, Unbekanntes heran, während nicht akzeptierte Sportler zurückhaltend bleiben und auch bei motorischen Aufgaben nicht aus sich herausgehen. Andererseits kann motorische Unsicherheit auch ein Grund für mangelnde soziale Kontaktfähigkeit sein.

Aggression als äußeres Zeichen von Unsicherheit

Häufig äußert sich die Unsicherheit jedoch in vermehrter Aggressivität eines Sportlers. Er versucht von seinem eigenen Versagen abzulenken, indem er andere stört oder zu provozieren versucht. Unsportliches Verhalten kann die Folge sein. Dies gilt auch für die psychomotorische Entwicklungsförderung. Negative soziale Verhaltensweisen werden – mehr als andere – als besondere Belastung empfunden. Sie beeinträchtigen die Kommunikation in der Gruppe und stellen häufig ein Hindernis für motorische Förderabsichten bei Sportlern dar. Außerdem erweist sich die Behebung solcher „Mängel“ – die Förderung der sozialen Fähigkeiten – als langwierig und schwierig im Vergleich zur Förderung bei Kleinkindern. Durch schwieriges Sozialverhalten von Sportlern fühlen sich Sportkollegen, Trainer, Kampfrichter und Schiedsrichter provoziert und herausgefordert.

Sozialisation als komplexer Vorgang durch Auseinandersetzung mit anderen Personen

Mentalbehinderte Menschen bringen ihre Persönlichkeit mit allen positiven und negativen Reaktionen sehr deutlich zum Ausdruck. Menschen mit mentaler Behinderung sind ideale Partner im Sport. Aufgrund fehlender Raffinesse kommen zutiefst menschliche Eigenschaften voll zum Ausdruck. Es wird deutlich sichtbar, dass nicht aufgrund mangelnder körperlicher Gebrechen, sondern aufgrund mangelnder kognitiver und sozialer Fähigkeit motorische Defizite entstehen. Diese Erkenntnis lässt ein Lernen und Verstehen von Verhaltensweisen zu, die logisch leicht erkennbar sind. „Sie haben mir in meiner Arbeit im Sport immer mehr gegeben, als ich ihnen je geben kann.“

Lernen von mentalbehinderten Sportlern

„Sich gemeinsam bewegen – bewegt etwas.“ Dies wäre z.B. möglich in einer aktiven Erholungsphase der sportlichen Vorbereitung oder am Beginn einer Vorbereitungsperiode. Es bieten sich an: Allgemein entwickelnde Übungen aus alternativen Sportarten gegen die Monotonie in seiner Spezialsportart wie z.B. Schwimmen, Step Aerobic, Trampolinspringen, Tennis, New Games, Boccia, Rad fahren, Volleyball. Dieser *Fit - Komm mit* - Tag wäre eine besondere Form, an seiner Persönlichkeit zu arbeiten und gleichzeitig auch dem behinderten Partner als SportfreundIn zu dienen. Weitere Möglichkeiten im Sinne von *Fit - Komm mit* sind:


- gemeinsame Trainingseinheiten regelmäßig mit mentalbehinderten Sportlern, die sowohl technisch, als auch zeitlich für ein gemeinsames Training geeignet sind.
- oder Behinderte spielen gemeinsam mit Nichtbehinderten ein Vorspiel/Vorprogramm mit z.B. Jugend-, Reserve- oder Ersatzspieler ein „Unified – Match“ beispielsweise in der Aufteilung 5 Behinderte und 6 Nichtbehinderte in einer Mannschaft.
- oder Benefizturniere mit integrativem Charakter
- oder einfach gemeinsam Spiel und Sport betreiben, gemeinsam gegen Bewegungsmangel.

Sport ist mehr als Leistung, Rekorde oder Titel

Er gibt uns die Chance zur eigenen Persönlichkeitsentwicklung gemeinsam mit behinderten Menschen. Wer an weiteren Infos oder einer Zusammenarbeit mit

mentalbehinderten Sportlern interessiert ist, wendet sich an Frau Dipl.Sptl. Renate Piller, A-2563 Pottenstein, Florianistr.26, Tel. 0664 / 4315757, e-mail: mhsc.piller@eunet.at

Autorin

Renate Piller, Dipl. Sportlehrerin, Vorsitzende des „ÖBSV“, Fachausschuss Mentalbehindertensport, Obfrau von Mental Handicap Sportclub 

Buchtip: Leistungssport für Menschen mit Behinderung?

Leistungs- und Hochleistungssport sind nicht nur ein faszinierendes Feld der Selbstverwirklichung für sportlich Hochbegabte, sondern auch für Menschen mit Handicap. Andrea Scherney und Pater Bernhard Maier geben in ihrem Buch die besonderen Eindrücke der Sommer-Paralympics 2000 in Sydney wieder. Ihre Ansichten, Analysen und Argumente bereichern garantiert all jene, die sich mit Behindertensport intensiver auseinandersetzen. Bestellungen unter: P. Dr. Bernhard Maier, A-2442 Unterwaltersdorf, Don Bosco-Str. 20, Tel. 02254/723 13, 37



Unsere Partner der Aktion *Fit – Komm mit*:

Jetzt mit großem Gewinnspiel (siehe Seite 10) bei dem es mit doppelter Gewinnchance über 100 tolle Preise zu gewinnen gibt (z.B. Städteflüge nach Paris, London oder Mailand mit der freundlichsten Fluglinie der Welt – der Austrian Airlines, hochqualitative Fitnessgeräte, Wellnessurlaube, Sportsets u.a.m.)

AUSTRIAN AIRLINES 


WIENSTROM • WIENGAS • FERNWÄRME WIEN

WIENER STÄDTISCHE  **cityrun.at**

TUNTURI®
THE MOTOR – *it's you.*

Weitere Informationen über Qualitäts-Fahrradergometer, Stepper u.a.m. bei unserem Partner DOWI, Tel. 0316/716 412