

1. Einleitung

Auch in Zeiten des Fast-Foods und der immer größeren Anzahl an übergewichtigen Personen in Deutschland spielt der Sport in unserer Gesellschaft dennoch eine sehr wichtige Rolle. Viele Leute legen großen Wert auf einen athletischen und durchtrainierten Körper. Das Ziel ist der Waschbrettbauch, muskulöse Oberarme und eine stark ausgeprägte Brustmuskulatur. Meist geht mit dem Krafttraining auch ein Training zur Verbesserung der eigenen Kondition und Ausdauer mit ein. Beliebte Sportarten hierfür sind vor allem regelmäßiges Joggen, Fahrrad fahren oder Schwimmen.

Eine solche sportliche Bereitschaft hat für viele sicherlich auch positive Auswirkungen auf den Alltag. Nicht nur, dass sie sich in ihrem Körper wohler, fühlen sondern auch, dass sie wesentlich schlanker und fitter sind als die vielen Übergewichtigen. „Eine Studie brachte hervor, dass mehr als die Hälfte aller Deutschen zu dick sind. Demnach sind bei den Frauen 51 Prozent und bei den Männern sogar 66 Prozent übergewichtig“¹. Übergewicht bringt bei den Betroffenen oft viele Nachteile mit sich. Da sind einerseits natürlich die Probleme aus medizinischer Sicht, wie beispielsweise ein erhöhtes Diabetes Risiko, Bluthochdruck sowie Herz- und Kreislauferkrankungen. Dazu kommen außerdem soziale Probleme. So werden viele der Übergewichtigen von anderen Mitmenschen oft als faul und undiszipliniert abgestempelt, ohne die betroffene Person überhaupt genauer zu kennen. Die Folgen sind dann Ausgrenzung und schlimmeren Fällen sogar Mobbing. Im Großen und Ganzen wäre es also sicherlich nicht verkehrt, wenn man den Kindern deshalb rät:

Nehmt euch lieber ein gutes Beispiel an denen, die Sport treiben, dann werdet ihr keine Probleme haben!

Aber ist diese Aussage richtig? Sind sportlichere Kinder weniger krankheitsanfällig als andere? Oder können diese nicht genau so ausgegrenzt und gemobbt werden? Eine weitere wichtige Frage ist sicherlich auch: Was passiert eigentlich, wenn ein

¹ http://www.fitforfun.de/ernaehrung/abnehmen/uebergewicht_aid_5200.html 22.01.2009

Kind strikt nach dem oben genannten Motto handelt? Das Ergebnis müsste eine junge „Sportskanone“ sein mit dem Ziel, in seiner Sportart erfolgreich zu sein. Doch durch was sollte ein Kind, welches noch nicht viel an Lebenserfahrung besitzt, seine Motivation beziehen, Sport zu treiben? Und kann zu viel Sport im Kindesalter nicht sogar auch zu Schäden führen?

In unserer heutigen Gesellschaft fällt auf, dass der „Schrei“ nach jungen, dynamischen Sportlern immer größer wird. Sie sind fast überall beliebt und ein jeder kann sich an ihren Erfolgen mitfreuen. Oft entsteht ein nationaler Medienrummel, sobald ein junger Sportler sein Ziel, der oder die Beste in seiner Sportart zu sein, erreicht hat. Ein gutes Beispiel hierfür ist sicherlich der erst 21-jährige Sebastian Vettel, der nach seinem ersten Formel 1 Sieg und damit als jüngster Grand Prix-Gewinner schon als „nächster Michael Schumacher“² gefeiert wurde.

Es ist also klar, dass die Medien einen gewissen Druck auf die jungen Sportler ausüben. Aber wie gehen diese damit um?

Als lediglich aktiver Fußballer und sehr sportbegeisterter Schüler kann ich zwar nur mögliche Antworten auf die genannten Fragen geben, dennoch erscheinen sie mir als äußerst interessant. Die meisten Menschen sehen die jungen Sportler oft nur eine Art Maschine. Dabei vergessen sie, dass diese genau so Menschen sind wie man selbst. Ein Mensch aus Fleisch und Blut. Ein Mensch mit Wünschen, Träumen, aber auch Ängsten.

Doch was genau ist „die Angst der jungen Helden“³?

² <http://www.welt.de/sport/formel1/article2442979/Monza-Triumphator-Vettel-ist-einer-wie-Schumacher.html> 22.01.2008

³ PSYCHOLOGIE HEUTE AUGUST 1988, S. 28

2. Voraussetzungen zum Profi Sportler

2.1 Angeborenes Talent

Seit Jahren glaubt man, dass das angeborene Talent eines der wichtigsten Voraussetzungen ist, um erfolgreich Sport treiben zu können. „Von angeborenem Talent oder Begabung spricht man dann, wenn eine Person über eine besondere Leistungsvoraussetzung verfügt. Meist ist das eine oder mehrere überdurchschnittliche Fähigkeit/en. Wenn man davon ausgeht, dass so gut wie jeder Mensch in einer Sache mehr oder minder begabt ist, verwendet man den Begriff „Begabung“ daher eigentlich nur für eine überdurchschnittliche erbrachte Leistung eines Sportlers.“⁴

Tatsächlich kann man dem angeborenen Talent aber nicht so viel Wichtigkeit zuordnen. Sonst müsste ja jedes Kind eines Profi Sportlers, in der gleichen Sportart, wie sein Vater beziehungsweise seine Mutter, erfolgreich sein. Man muss also davon ausgehen, dass das Wort „Talent“ „lediglich eine physische und technische Minimalvoraussetzung“⁵ meint. Diese Minimalvoraussetzungen sind dringend erforderlich, damit der junge Sportler seine eigentlichen Ziele überhaupt erreichen kann. Selbst der 24-jährige, amerikanische Hochleistungssportler Michael Phelps (14-maliger Olympiasieger und damit erfolgreichster Olympia-Teilnehmer aller Zeiten) weiß, dass es auf mehr als nur Talent ankommt. Auf die Frage, wie er mit seinem großen Trainings-Umfang umgehe, antwortete er: *„Bei meinem Programm muss ich an Ausdauer und Schnelligkeit zugleich arbeiten- und das für vier Schwimmstile. Talent alleine reicht da nicht...“*⁶

⁴ <http://de.wikipedia.org/wiki/Begabung> 23.01.2009

⁵ PSYCHOLOGIE HEUTE AUGUST 1988, S. 28

⁶ Stuttgarter Zeitung Nr. 191/2008 vom 16. August 2008, S. 33

2.2 Frühe Übung

Man hat herausgefunden, dass zahlreiche Hochleistungssportler bereits im jungen Alter von durchschnittlich 6 Jahren ersten Kontakt zu ihrer Sportart hatten. Solche Kontakte können dann entstehen, wenn die Kinder bereits früh in die Welt des Sports integriert werden. Zum Beispiel, wenn der Vater seinen Sohn mit zum Fußballspiel nimmt oder die Tochter ihrer Mutter beim Tennis Training zuschaut. Selbstverständlich wird sich das Kind dann nicht nur mit dem Zuschauen zufrieden geben. Es will das, was es vorgezeigt bekommt, selber spielerisch erlernen. Diesen Wunsch werden die Eltern ihrem Kind im Normalfall natürlich nicht verweigern. So kommt es also zum ersten Kontakt zwischen dem Kind und Fußball beziehungsweise Tennisball / Tennisschläger.

Schätzungsweise ein Jahr später wird es dann ernst für das Kind. Nachdem es eine Sportart bisher sorglos ausprobiert hat, folgen nun im Allgemeinen die ersten Trainingseinheiten im Verein. Hier können sich bereits, durch kontinuierliches und genau strukturiertes Training, erste Anzeichen für Hochleistungssport zeigen.

Auch Lukas, der Sohn des Ex-Fußballprofis Mehmet Scholl, spielt Fußball. Dadurch, dass sein Vater ein erfolgreicher Fußballspieler war, ist es nachvollziehbar, dass auch er Spaß an dieser Sportart gefunden hat. Lukas ist auf dem besten Weg, ein großer Fußballspieler zu werden, wie einst sein Vater. Er spielt bereits in der U11 Auswahl beim FC Bayern München, wo er von seinem Vater als Trainer betreut wird.

2.3 Unterstützungen der Eltern

Was passiert, wenn ein 8-jähriges Kind am Fußball oder Tennis spielen Gefallen gefunden hat, aber seine Eltern nicht wollen, dass es diese Sportart ausübt? Sei es durch allgemeine Abneigung gegenüber einer bestimmten Sportart oder weil sie vielleicht denken, dass es nicht das richtige für ihr Kind sei. Die Antwort ist ganz einfach: Das Kind wird womöglich keine andere Wahl haben, als dem Wunsch der Eltern nachzukommen, da diese enormen Druck auf das Kind ausüben können.

Wenn also ein Kind in seiner Sportart Erfolg haben will, so ist es von großer Bedeutung, dass es von seinen Eltern unterstützt wird. Solche Unterstützungen fangen schon bei den kleinen Dingen an. Beispielsweise, wenn das Kind zum Training gefahren werden muss, im Falle, dass das Trainingsgelände nicht in nächster Nähe liegt. Bei zwei berufstätigen Elternteilen kann diese „kleine Aufgabe“ gelegentlich schon zu Problemen führen. Wichtiger für die Kinder ist es aber, dass ihre Eltern bei den eigentlichen Wettkämpfen dabei sind. So können sie in schwierigen Situationen sofort mit den Eltern reden und auf deren Beistand hoffen. „Eine Untersuchung brachte hervor, dass über 90 Prozent der Sporteltern bereit sind, ihr Familienleben im Sinne der angestrebten Sportkarriere zu organisieren. Sie sind dazu gewillt all ihre Kräfte für eine erfolgreiche Laufbahn des Kindes herzugeben.“⁷

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist sicherlich auch die finanzielle Unterstützung, die von den Eltern ausgeht. Im Kindesalter spielt dies normal noch nicht so eine große Rolle. Erst im Jugendalter gewinnt dieser Aspekt, durch das stärkere Marken- Bewusstsein der Jugendliche, immer mehr an Bedeutung. Wenn man sich vor Augen führt, dass ein komplettes Tennis Equipment mit T-Shirt, Hose, Schuhen und Schläger der Marke Wilson bis zu 380 Euro kosten kann, wird klar, dass es ohne finanzielle Unterstützung der Eltern nicht geht. Auch Fußball spielen kann so zu einem wahren Luxus werden. Ein Paar Adidas Schuhe und den passenden Ball dazu gibt es für rund 280 Euro.

⁷ PSYCHOLOGIE HEUTE AUGUST 1988, S. 31

2.4 Gezielte Förderung

Im Sportgeschäft ist es unabdingbar, dass die Kinder und Jugendlichen stark gefördert werden müssen, wenn sie eine viel versprechende Karriere starten wollen. Nicht selten treten dabei die Trainer als Förderer hervor. Sie, als gut ausgebildetes Fachpersonal, wissen ganz genau, wie man mit Kindern und Jugendlichen umgehen muss um das optimale Trainingsergebnis zu erzielen. Dabei ist auch eine psychologische Betreuung, bei denen die Trainer all ihre Sport-Erfahrungen mit auf den Lebensweg geben, sehr wichtig. Darüber hinaus sollten sie immer mit Rat und Tat zur Seite stehen. Wie wichtig dieses Weitergeben von eigenen Erfahrungen ist, weiß auch Udo Lattek, der erfolgreichste Fußballtrainer Deutschlands. In einem Fernsehinterview sagte er, dass der Trainer bei den einzelnen Spielern schon viel erreichen kann, indem er nur genau wisse, wie er sie motivieren muss. Das Training leiten könne schließlich auch jemand anderes.

Oftmals ist es sogar so, dass die Trainer zu einer Art Ersatzvater beziehungsweise Ersatzmutter für ihre „Schützlinge“ werden. Dies passiert besonders dann, wenn sich die Eltern nicht so recht für die ehrgeizigen Ziele ihres Kindes interessieren.

Diese Voraussetzungen helfen den Kindern und Jugendlichen ausgezeichnet dabei, sich bei der Ausübung ihres Sports wohl zu fühlen. Dementsprechend ist es nun ein Leichtes sich durch kontinuierlich zu verbessern.

Nennenswerte Einrichtungen für junge Talente sind vor allem Sportschulen und Eliteschulen des Sports. Zurzeit gibt es deutschlandweit 38 davon. Diese befinden sich hauptsächlich in den größeren Städten, aber auch die Stadt Tauberbischofsheim nimmt mit insgesamt 5 Schulen an dem Projekt „Eliteschule des Sports“ teil. Solche Schulen ermöglichen den sportbegeisterten Schülern schon ab dem 5. Schuljahr eine Sportart als Profulfach zu wählen. Hierfür werden in der Regel 4 Unterrichtsstunden pro Woche bereitgestellt. Sportinternate, in denen die Sportler über den ganzen Tag betreut werden, können mit der Bereitstellung der richtigen Nahrung weitere Vorteile bieten.

3. Gefahren in der Ausbildung

3.1. Risiken für den Körper

„Allgemein gilt es als gesundheitsfördernd, wenn man Sport treibt, dennoch kann es durch die Missachtung bestimmter Faktoren zu Problemen kommen. Jene Probleme können sich auch erst nach mehreren Jahren bemerkbar machen.

So kann zum Beispiel **zu häufiges und hartes Training** zum Leistungsabfall des jungen Sportlers führen. Er/ Sie fühlt sich dann meistens ausgepowert und ist nicht mehr in der Lage das alte Leistungspensum abzurufen.

Wichtig ist auch, dass die Sportler bereits früh die richtige Technik erlernen. Denn durch **falsche Technik** oder Bewegungsabläufe können Gelenke, Sehnen oder Muskeln Schaden nehmen. Ein gutes Beispiel ist der so genannte Tennisarm. Das Auftreten eines solchen Tennisarms lässt eindeutig auf eine falsche Schlagtechnik zurückführen.

Eine **schlechte Ernährung** kann ebenfalls eine Gefahr für den Körper mit sich bringen. Der junge Hochleistungssportler, der sich ausgewogen und seinem Training angepasst ernährt, wirkt in der Regel fitter, als der andere, der sich nur mit Pommes, Pizza und Hamburgern ‚voll stopft‘. Eine weitere Folge der falschen Ernährung kann auch ein Mangel an Mineralstoffen sein, die für den Körper äußerst wichtig sind.“⁸

3.2 Druck der Eltern

Oft hört man in den Medien Geschichten über Eltern, die ihre Kinder dazu zwingen, eine bestimmte Sportart zu treiben. In vielen Fällen wird dann darüber berichtet, dass

⁸ <http://de.wikipedia.org/wiki/Leistungssport> 23.01.2009

die Eltern früher selber einmal der gleich Sportart nachgegangen sind, aber durch irgendwelche Umstände oder weil sie einfach nicht gut genug waren, damit aufhören mussten. Solche Eltern werden dann als „Eiskunst-Muttis und Tennis- Pappis“⁹ bezeichnet. Für die Eltern ist es ein Leichtes, Druck auf ihr Kind ausüben. Sie müssen es einfach nur mit „Liebesentzug“¹⁰ bestrafen, nämlich dann, wenn es nicht die gewünschten Ergebnisse erzielt oder es einfach keine Lust auf Sport hat. So bekommt das Kind schnell zu spüren, dass es bei seinen Eltern nur etwas zählt, wenn es im Sport erfolgreich ist. Ein gutes Beispiel hierfür ist Geschichte von Richard Sandrak. „Er ist 1992 in der Ukraine geboren und kam im Alter von 2 Jahren mit seiner Mutter und seinem Vater in die USA. Sein Vater, ein Kampfsporttrainer, war begeisterter Bodybuilder, was dazu führte, dass auch Richard bereits im frühen Alter trainierte. Bereits mit zwei Jahren fing Richard damit an. Weitere 4 Jahre später konnte er schon sein eigenes Körpergewicht stemmen, was ungefähr 25 Kilogramm entspricht. Aussagen von Zuschauern beschreiben das Training des Jungen als extrem hart und unduldsam. Außerdem bekam Richard nur gesundes Essen und es wurde ihm verboten, Süßigkeiten zu essen. Ärzte und erfahrene Bodybuilder behaupten sogar, dass der Vater seinem Sohn, in Anbetracht des muskulösen und fettarmen Körpers, Dopingmittel verabreicht haben muss. Beweise für diese Behauptungen gibt es aber nicht. Richard wurde von dem strengen Training seines Vaters erst erlöst, nachdem dieser ins Gefängnis musste, weil er seine Frau mehrfach vergewaltigte.“¹¹

3.3 Kinderarbeit

Eine Welt, in der es gilt, immer mehr Gewinn zu erzielen, spielt auch im Sport eine wichtige Rolle. Viele Fußballvereine, wie zum Beispiel der FC Chelsea oder Manchester United, sind mittlerweile von reichen, privaten Geschäftsleuten aufgekauft. Für solche Vereine spielt Geld dann so gut wie keine Rolle mehr, weil sie

⁹ PSYCHOLOGIE HEUTE AUGUST 1988, S. 30

¹⁰ PSYCHOLOGIE HEUTE AUGUST 1988, S. 30

¹¹ http://de.wikipedia.org/wiki/Richard_Sandrak 23.01.2009

sich nun jeden Spieler kaufen können. Beträge von rund 30 Millionen Euro Ablöse sind dabei keine Seltenheit. Mit mehreren solchen Transfers steigt die Wahrscheinlichkeit, einen Titel zu gewinnen enorm. Roman Abramowitsch und „sein“ FC Chelsea sind hierfür bestes Beispiel, denn, nachdem er den Club gekauft hat, wurde man in den beiden folgenden Jahren englischer Meister.

Andere Vereine, hinter denen kein Milliardär steht, müssen deshalb gezielt auf eine gute Ausbildung der Jugend setzen. Sie hoffen also auf die „Stars von Morgen“. Aber auch die reichen Clubs setzen immer mehr auf diese „Stars“, um sich die hohen Ablösesummen zu sparen. Deshalb stellen sie so genannte Talent- Scouts ein, die dann in allen möglichen Ländern nach jungen Talenten suchen. Beliebte „Such-Orte“ sind vor allem die südamerikanischen Länder wie Brasilien, Argentinien. Neuerdings stehen auch viele afrikanische Länder wie Kamerun und Senegal ganz oben auf der Liste der Scouts.

Es ist also kein Wunder, dass dieses Vorgehen von Kritikern als Kinderarbeit bezeichnet wird. Oft leben die Familien der ausländischen Talente in eher ärmeren Verhältnissen. Das macht es den Vereinen einfach diese zu werben. Sie müssen den Eltern lediglich eine für den Verein geringe Geldsumme zahlen und ihnen vorschwärmen, dass es das Kind im Fußballverein an nichts fehlen werde. Auf Grund gesetzlicher Bestimmungen gegen Kinderarbeit wird einem Elternteil normalerweise noch ein als eher unwichtig geltender Job im selben Verein angeboten.

Beispiel für so eine Art von Kinderarbeit stellt der Fall um Pier Larrauri dar. 2007 kam der erst 13 Jahre alte, junge peruanische Fußballspieler aus seiner Heimat nach München. In Peru wird er bereits als Jahrhundert-Talent gefeiert. Außerdem zieht man dort oft Vergleiche zwischen ihm und dem 21- jährigen Lionel Messi, der ebenfalls mit 13 Jahren von Argentinien nach Spanien zog und mittlerweile zu einem der besten Fußballspieler der Welt zählt.

4. Vorteile als junger Profi

Der erste große Vorteil als junger Profi ist ganz klar die **finanzielle Unabhängigkeit**. Während der normale Neunzehn- und Zwanzigjährige eine Ausbildung macht oder studiert, hat der junge Profi schon ein festes Einkommen, von dem er sehr gut leben kann. Eine große Rolle bei dem Einkommen spielt natürlich auch die Sportart, die das junge Talent betreibt. Im Fußballgeschäft sind beispielsweise 1 Millionen Euro Jahresgehalt keine Seltenheit mehr. Aber auch im Tennis kann man durch die hohen Preisgelder eine Menge Geld verdienen. Wer außerdem noch erfolgreich ist, dem winken lukrative **Werbeangebote**, durch die wieder ein wichtiges finanzielles Standbein entstehen kann.

Mit der erfolgreichen Ausübung einer Sportart gehen meist auch **viele Reisen** durch verschiedene Länder, einher. Alleine bei der Betrachtung der Grand Slam Turniere im Tennis wird dies deutlich. Auf dem Plan stehen: Sydney, Paris, Wimbledon und New York. Oder auch die Leichtathletik-Meetings der IAAF Golden League, bei der die Athleten unter anderem in Rom, Oslo, Berlin, Zürich und Brüssel an den Start gehen. Es ist klar, dass die Profis wegen des Wettkampfs in diese Städte reisen, dennoch bleibt eigentlich immer noch ein wenig Zeit um sich mit der jeweiligen Kultur des Landes auseinander zu setzen. All das hilft dem Sportler **wichtige Lebenserfahrungen** zu sammeln. Überdies können sich die jungen Sportler an einer hohen **Anerkennung** für ihr Geleistetes erfreuen. Zum Beispiel wurden die recht jungen Spieler Podolski, Schweinsteiger und Lahm nach dem unerwarteten 3. Platz der deutschen Nationalmannschaft bei der Fußball Weltmeisterschaft 2006 als Helden gefeiert. Diesen „Helden-Status“ kann man dann wieder nützlich machen, um **auf Missstände aufmerksam zu machen**. Phillip Lahm geht hier mit gutem Beispiel voran, indem er als Botschafter für den Welt Aids Tag tätig ist.

1998 gewann der 20-jährige Martin Schmitt völlig überraschend sein erstes Weltcup-Skispringen und war dann weiterhin sehr erfolgreich. Damals konnte er noch nicht wissen, welche Auswirkung das zur Folge hat. Immer mehr Jugendliche wollten nun

wie er Skispringer werden. Schmitt schaffte es also das Skispringen als **Sportart berühmt zu machen**.

5. Nachteile und Ängste als junger Profi

Trotz der vielen Vorteile als junger Profi darf man die negativen Aspekte nicht außer Acht lassen.

Wenn der Sport erst einmal zur täglichen Arbeit geworden ist, fällt es gerade jungen Sportler **schwer abzuschalten**. „In einer Umfrage gaben 93 Prozent an, dass sie gedanklich auch dann in der Sportwelt leben, wenn der Körper Ruhe hat.“¹² Ein damit eingehender Punkt ist die **geringe Freizeit**. Während die „normalen Jugendlichen“ sich mit Freunden zum Film schauen im Kino verabreden oder sich einfach nur zum Feiern treffen, muss der Jungprofi seinen Körper und Technik perfektionieren. Dadurch nehmen **Freundschaftsbeziehungen** auch automatisch einen geringeren Stellenwert ein als bei Gleichaltrigen.

Außerdem wird das **„Essen zum bedrohenden Einfluss**. Denn wie schnell ist man in diesem Geschäft zu dick?“¹³ Anstatt das zu essen worauf man gerade Lust hat, muss sich der junge Sportler immer Gedanken darüber machen, was er da genau isst und ob es eventuell schlechte Auswirkungen auf den Körper haben kann. Hamburger und Pommes sind dann also tabu.

In Mannschaftssportarten entstehen oft Probleme bei jungen Sportlern, wenn diese sich nicht weiterentwickeln können. Das passiert dann, wenn sie (meist durch den Trainer bedingt) **keine Spieleinsätze** bekommen. Anstatt auf dem Feld zu stehen, müssen sie auf der Auswechselbank Platz nehmen und das Spiel von außen verfolgen. Der amerikanische Fußballer Landon Donovan zum Beispiel wurde 1999 bei der U17 Weltmeisterschaft noch als bester Spieler des Turniers ausgezeichnet. Daraufhin bekam er einen Vertrag von Bayer Leverkusen, wo er aber in 2 Jahren zu keinem einzigen Bundesliga-Einsatz gekommen ist.

¹² PSYCHOLOGIE HEUTE AUGUST 1988, S. 30

¹³ PSYCHOLOGIE HEUTE AUGUST 1988, S. 33

Eine mögliche Folge könnten **Motivationsprobleme** sein. Nämlich dann, wenn sich der Sportler selber sagt: „Es hat doch eh alles keinen Sinn mehr! Ich werde bestimmt nie zum Einsatz kommen.“

Die andere Seite der Medaille kommt zum Tragen, wenn man in seiner Sportart plötzlich sehr erfolgreich ist. Denn dann kann der **Druck durch die Medien** unermesslich ansteigen. Es werden nur noch Siege und Titel gefordert. Jede Niederlage wird dann als bittere Enttäuschung abgestempelt.

Infolgedessen rückt die Persönlichkeit des Sportlers immer mehr in den Hintergrund. Der Sportler wird nun nicht mehr über seine menschlichen Eigenschaften definiert, sondern über seine Erfolge. „ Er ist Olympiasieger, Weltrekordhalter, Weltmeisterschafts-Zehnter, „Nummer Eins“, ehemalige „Nummer Eins“. **Seine Identität ist sein „Platz“**“¹⁴

5.1 Burnout-Syndrom

All diese Faktoren können bei den betroffenen Sportlern zu **schweren Depressionen** führen. Sie fallen dann in ein tiefes emotionales „Loch“ und können ihre guten Leistungen nicht mehr abrufen. Man spricht dann auch von dem so genannten **Burnout-Syndrom** (englisch „ausbrennen“). Weitere Folgen dieses Syndroms können „Schlafstörungen, Angstzustände, chronische Müdigkeit und Konzentrationsschwäche sein.“¹⁵ Besondere Berühmtheit erlangte das Burnout-Syndrom durch den Skispringer Sven Hannawald. 2002 gewann er als bisher einziger Skispringer alle 4 Sprünge der Vierschanzentournee. Er wollte aber weiterhin erfolgreich sein und setzte sich höhere Ziele wie olympisches Gold und den Weltmeisterschaftstitel. Nachdem Hannawald auch diese Titel gewonnen hatte, gab es keine höheren Ziele mehr für ihn. Er war also „ausgebrannt“. Aus diesem Grund musste er sich zwei Jahre später in einer Spezialklinik behandeln lassen.

¹⁴ PSYCHOLOGIE HEUTE AUGUST 1988, S. 32

¹⁵ <http://de.wikipedia.org/wiki/Burnout-Syndrom> 24.01.2009

5.2. Karriere und dann?

Geblendet durch die Aussicht auf viel Geld und Ruhm vergessen viele Jugendliche dabei die schulischen Aktivitäten. Der Sport ist das Einzige, was noch zählt. Heutzutage wird dem jedoch vorgebeugt. Noch vor 10 Jahren aber war es keine Seltenheit, dass Profis keinen Schulabschluss hatten. In Angesicht dessen, dass die Karrieren genau so schnell vorbei sein können, wie sie begonnen haben, stellt dies ein großes Problem dar. Denn was passiert, wenn man verletzungsbedingt oder sogar durch das Burnout- Syndrom kein Geld mehr durch Leistungssport verdienen kann? Oft müssen die Sportler dann ein ganz neues Leben beginnen.

Aber auch das altersbedingte, „normalen“ Karriere-Ende kann sich für den Ex- Profi schwierig gestalten. Er wird von heute auf morgen aus dem Profi-Alltag herausgerissen und benötigt erst einmal Zeit mit der neuen Situation klar zu kommen. Da heißt es dann: „Ich fühle mich jetzt irgendwie leer...was soll ich nun die ganzen Tage, Wochen, Jahre machen? Mir wird immer bewusster, was ich verpasst habe.“ Oder: „ Obwohl ich darauf gut vorbereitet war, geriet ich dennoch in eine schwierige Lage: Um mich herum Dunkelheit und Leere, keiner braucht dich mehr. Und das passiert dir, nachdem man über dich geschrieben hat, dich angebetet hat...Du musst wieder bei Null anfangen. Darüber hinaus gibt man dir zu verstehen: Los rühr dich, deine Zeit ist vorbei.“¹⁶

¹⁶ PSYCHOLOGIE HEUTE AUGUST 1988, S. 35

6. Eigene Stellungnahme

Wenn ich das Wort „Fußball-Profi“ gehört habe, dachte ich bisher immer an viel Geld, Luxus und an ein unbeschwertes Leben. Ich beneidete junge Talente in meinem Alter, die ihr eigenes Auto vom Fußballverein haben und darüber hinaus schon Millionäre sind.

Doch nach der Ausarbeitung dieser Hausarbeit ist mir klar geworden, dass diese Talente auch auf vieles verzichten müssen, was mir selbstverständlich erscheint. Ich lebe zum Beispiel mit meiner Familie zusammen in einem Haus. Die jungen Profis aber leben in der Regel getrennt von ihren Familien in einem Internat, wo sie strengen Kontrollen unterliegen. Auch das Treffen und Feiern mit Freunden ist für mich wichtig und selbstverständlich. Wenn man berücksichtigt, dass dieser Aspekt für die „kommenden Helden“ in deren Alltag so gut wie keine Rolle spielt, würde ich nur ungern mit ihnen tauschen wollen.

Auch die Vorstellung, nicht vom Sport abschalten zu können, führt bei mir zu einem Umdenken. Das ist ungefähr so, als würde ich als Schüler, Tag und Nacht an Schule denken. Außerdem würde es mir, als Genuss- Mensch, im Profisport bestimmt schwer fallen, mich immer richtig zu ernähren.

Des Weiteren bin ich mir nicht sicher, ob ich den hohen körperlichen und psychischen Belastungen, die auf den Sportlern lasten, gerecht werden könnte.

Dennoch sollte man aber den äußerst positiven Aspekt, auf Missstände aufmerksam machen zu können, nicht vergessen. Es ist klar, dass man als junger, angesehener Sportler dazu viel mehr Möglichkeiten hat als ein unbekannter Schüler.

Zusammenfassend lassen sich für mich nichtsdestotrotz mehr negative als positive Aspekte über das Leben als junger Leistungssportler ausmachen.

7. Anhang

7.1 Literaturverzeichnis

Primärliteratur:

PSYCHOLOGIE HEUTE AUGUST 1988

Internetadressen:

- http://www.fitforfun.de/ernaehrung/abnehmen/uebergewicht_aid_5200.html
22.01.2009
- <http://www.welt.de/sport/formel1/article2442979/Monza-Triumphator-Vettel-ist-einer-wie-Schumacher.html> 22.01.2008
- http://smggermany.typepad.com/photos/uncategorized/2008/09/22/vettel_monza.jpg 23.01.2009
- http://www.autobild.de/ir_img/57895278_9ef753e918.jpg 23.01.2009
- <http://de.wikipedia.org/wiki/Begabung> 23.01.2009
- Stuttgartar Zeitung Nr. 191/2008 vom 16. August 2008, S. 33
- <http://media.vanityfair.de/img/bm550x368/zs/michael-phelps.21.jpg> 23.01.09
- http://www.welt.de/multimedia/archive/00250/papa_scholl_DW_Wiss_250327g.jpg 23.01.2009
- <http://de.wikipedia.org/wiki/Leistungssport> 23.01.2009
- http://de.wikipedia.org/wiki/Richard_Sandrak 23.01.2009
- <http://www.insideedition.com/lib/images/specialreports/1809/061608-little-hercules-2.jpg> 23.01.2009
- <http://www.spiegel.de/sport/fussball/0,1518,498032,00.html> 23.01.2009
- http://www.tz-online.de/media/images_redakteure/aktuelles/wochenordner/2008_kw_22/01_06_2008/poldi_schweini_475px.jpg 23.01.2009
- <http://www.jip-net.de/uploads/pics/PressefotoPhilippLahm300x200.jpg>
23.01.2009
- http://www.kraftfoods.at/kraft/images/atde1/pictures/3_2_5_Martin%20Schmitt%20Action%201.jpg 23.01.2009
- <http://weltfussball.freenet.de/web1/weltfussball/bilder/spieler/1303.jpg>
24.01.2009
- http://p3.focus.de/img/gen/3/r/HB3rP81d_Pxgen_r_311xA.jpg 24.01.2009

- http://p3.focus.de/img/gen/M/D/HBMDAVIDaivs_Pxgen_r_220xA.jpg
24.01.2009
- http://images.zeit.de/bilder/2007/03/aktuell/teaser_artikel/deisler-410.jpg
24.01.2009
- http://www.tz-online.de/media/images_redakteure/aktuelles/wochenordner/2008_kw14/simalk_475px.jpg 24.01.2009

7.2 Selbstständigkeitserklärung

Ich erkläre hiermit, dass ich die Facharbeit ohne fremde Hilfe angefertigt und nur die im Literaturverzeichnis angeführten Quellen und Hilfsmittel benutzt habe.

Ort, Datum

Felix Bayer