



## Junge Sporttalente auf dem Weg an die Spitze

Hinweise für Eltern

# Die sieben Prinzipien der Ethik-Charta im Sport

Gemeinsam für einen gesunden, respektvollen und fairen Sport!

## **1 Gleichbehandlung für alle!**

Nationalität, Alter, Geschlecht, sexuelle Orientierung, soziale Herkunft, religiöse und politische Ausrichtung führen nicht zu Benachteiligungen.

## **2 Sport und soziales Umfeld im Einklang!**

Die Anforderungen in Training und Wettkampf sind mit Ausbildung, Beruf und Familie vereinbar.

## **3 Förderung der Selbst- und Mitverantwortung!**

Sportlerinnen und Sportler werden an Entscheidungen, die sie betreffen, beteiligt.

## **4 Respektvolle Förderung statt Überforderung!**

Die Massnahmen zur Erreichung der sportlichen Ziele verletzen weder die physische noch die psychische Integrität der Sportlerinnen und Sportler.

## **5 Erziehung zu Fairness und Umweltverantwortung!**

Das Verhalten untereinander und gegenüber der Natur ist von Respekt geprägt.

## **6 Gegen Gewalt, Ausbeutung und sexuelle Übergriffe!**

Prävention erfolgt ohne falsche Tabus: Wachsam sein, sensibilisieren und konsequent eingreifen.

## **7 Absage an Doping und Suchtmittel!**

Nachhaltig aufklären und im Falle des Konsums sofort einschreiten.

Die Karriere-Entwicklung von Kindern und Jugendlichen wird entscheidend von den Eltern geprägt. Unterstützen, fördern und im richtigen Moment loslassen, das ist die schwierige Aufgabe von Eltern, deren Kind im Sport Talent hat. Auf dem Weg vom begabten Kind zum Nachwuchsspitzen Sportler gibt es eine ganze Reihe von wichtigen Entscheidungen zu treffen.

Auszug aus der Ethik-Charta für den Sport:

2. Ethik-Prinzip im Sport: Sport und soziales Umfeld im Einklang!

Für viele Sportlerinnen und Sportler, die nicht im Rahmen des Leistungssportes ein intensives Trainingsprogramm absolvieren, ist ihr sportliches Engagement, das heisst die Zeit, die für Training und Wettkampf/Match aufgewendet wird, eine Betätigung neben anderen. Junge Menschen stehen in der Ausbildung in Schule, Lehre und Studium, erwachsene Menschen in einer beruflichen oder familiären Tätigkeit, ältere Menschen in Rente. Den vielfältigen Anforderungen dieser unterschiedlichen Lebens- und Tätigkeitsbereiche muss auch im sportlichen Umfeld Rechnung getragen werden. Sportverantwortliche haben nicht nur die Begeisterung für den Sport und die optimale Förderung und Betreuung der Sportlerinnen und Sportler zu gewährleisten, sie sollten auch im Dialog mit den Sportlerinnen und Sportlern ein gesundes Mass nicht aus den Augen verlieren und frühzeitig Beeinträchtigungen anderer Lebensbereiche zum Thema machen. So können die Herausforderungen im Leistungssport im offenen Gespräch gemeinsam gemeistert werden.



### **Sarah Arnold**

10 Jahre, Tennis, Talents Card National

**Training** 4 bis 5 Mal pro Woche Tennis, Konditionstraining

**Wettkämpfe** 5 bis 6 Turniere pro Jahr, in der Schweiz und in Deutschland

**Grösster Erfolg** Turniersieg in Lyss

**Sportlicher Traum** Unter die Top 10 der Welt zu kommen

**Ausbildung** 4. Klasse Primarschule

**Berufsziel** Profitennisspielerin

### **Hast du neben der Schule genügend Zeit für den Sport?**

Am Montag habe ich manchmal etwas Stress nach der Schule, weil kurz darauf das Training beginnt. Sonst geht es gut.

### **Unterstützen dich deine Lehrer in irgendeiner Form?**

Ja, sie freuen sich, dass ich ein Talent bin (lacht). Ich darf während der Schulzeit auch an Turnieren teilnehmen. Ich bin ja auch nicht schlecht in der Schule.

### **Unterstützen dich deine Eltern bei deinen sportlichen Zielen?**

Ja, mein Mami findet manchmal, ich trainiere zu viel und brauche mehr Pausen. Manchmal könnte ich schon eine Pause brauchen. So streng finde ich es aber auch nicht.

### **Wie stehen deine Eltern einer Spitzensportkarriere gegenüber?**

Sie finden das gut.

### **Begleiten dich deine Eltern zu Trainings und Wettkämpfen?**

Mein Mami kommt fast nie mit, weil sie Nachtschicht arbeitet. Mein Papi kommt fast immer mit, auch ins Training. Er fährt mich hin und schaut auch zu. Ich habe zweimal pro Woche Einzeltraining und dann Gruppentraining mit zwei Trainern und fünf anderen Mädchen.

### **Unterstützen dich deine Eltern finanziell?**

Ja, sie bezahlen alles. Ich habe einen Sponsor. Für seine Produkte bezahle ich etwas weniger.

## Die Rolle der Eltern

Eine typische Geschichte: Ein Kind bezeichnet Sport als sein Lieblingsfach. In der Freizeit treibt es regelmässig Sport in einem Verein. Die Eltern begleiten es zu Sportanlässen, übernehmen Betreuungs- und Dienstleistungsaufgaben. Die Trainings häufen sich, die Wettkämpfe werden von lokalen zu regionalen und nationalen Anlässen. Die Eltern übernehmen damit die Rolle von Gönnern und Sponsoren. Sie sind zudem Materialwart, Koch und Chauffeur in Personalunion.

Die Familie dient dem Leistungssport als wichtiges Stützsystem. Das Bekenntnis zum Spitzensport eines Talents bedeutet ein Familienbekenntnis mit Engagement in den Bereichen Zeit, Geld und weiteren Unterstützungsleistungen der Eltern und der Familie.

## Was heisst «sportlich begabt»?

Ein sportlich begabtes Kind erzielt überdurchschnittliche Leistungen und fällt durch sein Können (seine Disposition) und die erhöhte Leistungsbereitschaft auf. Die überdurchschnittlichen Fähigkeiten deuten bei entsprechendem Training eine erfolgsversprechende Leistungsentwicklung auf nationalem und internationalem Niveau an.

Überdurchschnittliche Leistungen im Kindesalter allein sind keine Gewähr für spätere Spitzenleistungen. Talententwicklung ist ein aktiver, pädagogisch begleiteter Veränderungsprozess, der durch Training gesteuert wird.

## Tipps für Eltern mit einem sportlich begabten Kind

- Schliessen Sie Frieden mit Ihrer eigenen sportlichen Vergangenheit. Damit vermeiden Sie, Projektionen auf Ihr sportlich begabtes Kind zu übertragen.
- Lassen Sie Ihr Kind verschiedene Möglichkeiten der sportlichen Betätigung erleben. Die Freude an der Bewegung ist zentral.
- Zeigen Sie Ihrem Kind, dass auch Niederlagen zum Sport gehören und Gelegenheit bieten, daraus zu lernen.
- Mischen Sie sich nie in einen Wettkampf/Match ein, indem Sie Anweisungen geben oder Entscheide korrigieren.
- Unterstützen Sie Ihr Kind bedingungslos und warten Sie nie ungeduldig auf Fortschritte oder Erfolge.
- Denken Sie daran: Erfolg ist etwas Persönliches. Er ist nicht unmittelbar vom Sieg in einem Wettkampf/Match abhängig. Erfolg bedeutet, dass Ihr Kind seinen aktuellen Möglichkeiten entsprechend eine gute Leistung erbracht hat.

Die Motivation zur sportlichen Höchstleistung und zum harten Training muss vom Kind aus kommen. Positive emotionale Bindungen und Sicherheit sind ein Schlüssel für das Vollbringen einer Leistung.



### **Lukas Meili**

17 Jahre, Eishockey, Talents Card National

<b>Training</b>	Mindestens 6 Mal pro Woche, Kondition, Kraft, Spiel, Yoga
<b>Wettkämpfe</b>	Etwa 50 Matches pro Saison und 6 oder 7 Nationalmannschaftsturniere, viele auch im Ausland
<b>Grösster Erfolg</b>	2. Platz an der Jugendolympiade 2008
<b>Sportlicher Traum</b>	In einer Mannschaft in Nordamerika oder Kanada spielen
<b>Ausbildung</b>	Schreinerlehre
<b>Berufsziel</b>	Hockeyspieler in Nordamerika

### **Hast du neben der Schule genügend Zeit für den Sport?**

Ja, ich habe einen guten Lehrmeister. Er gibt mir immer frei, wenn ich einen Nati-Match habe. Ich trainiere ja jeden Abend. Ich bringe das gut unter einen Hut.

### **Unterstützen dich deine Lehrer in irgendeiner Form?**

Mit meinem Lehrmeister habe ich es gut. Er unterstützt mich.

### **Unterstützen dich deine Eltern bei deinen sportlichen Zielen?**

Sie unterstützen mich voll. Sonst würde es gar nicht gehen. Ich habe ja kein Auto.

### **Wie stehen deine Eltern einer Spitzensportkarriere gegenüber?**

Meinen Eltern ist es wichtig, dass ich die Lehre beende. Das ist mir auch wichtig. Wenn ich nachher Spitzensport machen will, haben sie nichts dagegen.

### **Begleiten dich deine Eltern zu Trainings und Wettkämpfen?**

Ja, zu den Trainings. Zu den Wettkämpfen fahren wir im Car. Hie und da kommen sie an Matches des Clubs. Bei Nati-Matches eigentlich nie.

### **Unterstützen dich deine Eltern finanziell?**

Schon. Ich als Goalie bekomme allerdings das meiste vom Club zur Verfügung gestellt, Stöcke, Handschuhe, damit wir alle das Gleiche tragen.

# Die Rolle von Trainer und Verein

Wird das Talent meines Kindes richtig gefördert? Diese Frage stellen sich viele Eltern, wenn ihr heranwachsendes Kind erste Erfolge in regionalen und nationalen Wettkämpfen erzielt und Ausdauer in seiner Sportart zeigt.

Je höher der Leistungsbereich, desto grösser ist die Versuchung, auf Trainer und Vereinsfunktionäre Einfluss zu nehmen. Eltern trauen oft dem Trainer nicht zu, «ihr Sporttalent» richtig zu fördern. Damit wirken sie nicht fördernd, sondern hemmend auf die Karriere ihres Kindes. Denn Spannungen wirken sich negativ auf das junge Talent aus.

Wer mit dem Trainer zusammenarbeitet, handelt im Interesse seines Kindes und erleichtert es ihm, auch unwillkommene Entscheide zu akzeptieren.

## Doppelbelastung Schule und Sport

Für heranwachsende Sportbegabte ist es wichtig, dass ihr Umfeld Verständnis für die Doppelbelastung von Schule und Sport hat. Das Umfeld kann wesentlich dazu beitragen, dass Kinder und Jugendliche ihren schulischen und sportlichen Verpflichtungen eigenverantwortlich gegenüber treten. Mit der nötigen Flexibilität der Erziehungsverantwortlichen ist es für die jungen Sportlerinnen und Sportler einfacher, Schule und Training unter einen Hut zu bringen. Nicht jede schlechte Note bedeutet, dass das Interesse an der Schule nachlässt. Oftmals sind sportlich Begabte sogar trotz mehrmaligem Training pro Woche für die Schule topmotiviert und bewältigen beide Aufgaben nebeneinander problemlos.

Das Angebot an Sport fördernden Schulen hat sich verdichtet. Wer ernsthaft in eine sportliche Förderung einsteigt, hat die Möglichkeit, in einer entsprechenden Schule aufgenommen zu werden.

## Optimale Förderung des Talents

Die zentrale Talenterfassung und Förderung in der Sportart erfolgt durch die Sportvereine und -verbände. Talente durchlaufen in der Regel eine erste Vereinsförderung. Weiter führt der Weg in regionale oder nationale Nachwuchskader. Sporttalente und Eltern müssen den Weg in der entsprechenden Sportart genau kennen und über die Anforderungsschritte und die Selektionskriterien im Bild sein.

In verschiedenen Kantonen bestehen kantonale Förderkonzepte oder sind im Aufbau, mit dem Ziel, Talente zu erfassen und in ihrer Förderung zu unterstützen. Da die Trainingsaufwendungen schon bei Jugendlichen schnell einmal 10 000 Franken pro Jahr betragen, sind diese finanziellen Unterstützungen wertvoll.



### **Andrea Von Büren**

17 Jahre, Rennrollstuhl, Sport Scholarship Future, Swiss Olympic Card Paralympics

<b>Training</b>	7 bis 8 Mal in der Woche an 5 Tagen
<b>Wettkämpfe</b>	10 bis 12 Wettkämpfe, vor allem in der Schweiz
<b>Grösster Erfolg</b>	3-fache Weltmeisterin an der Junioren-WM in Amerika 2008 (400 m, 1500 m und 5000 m)
<b>Sportlicher Traum</b>	Medaille an den Paralympics
<b>Ausbildung</b>	Sportklasse an der Wirtschaftsmittelschule
<b>Berufsziel</b>	Kaufmännisches oder Sozialbereich

### **Hast du neben der Schule genügend Zeit für den Sport?**

Bei mir steht momentan die Schule an erster Stelle. Sie ist mir sehr wichtig. Manchmal ist es nicht einfach, alles unter einen Hut zu bekommen. Bei mir leidet dann eher die Freizeit.

### **Unterstützen dich deine Lehrer in irgendeiner Form?**

Ja, ich besuche ja die Sportklasse der Wirtschaftsmittelschule. Bis zur Matura haben wir vier Jahre statt drei. Wir haben etwas weniger Unterrichtsstunden pro Woche und dafür Trainingsfenster. Frei zu bekommen für Wettkämpfe ist kein Problem, vor allem nicht, wenn die Noten stimmen.

### **Unterstützen dich deine Eltern bei deinen sportlichen Zielen?**

Voll, ja. Ich kann ja noch nicht Autofahren. Mein Vater fährt mich dann

jeweils, was ein grosser Aufwand ist. Meine Mutter unterstützt mich mehr zu Hause, was Schulisches anbelangt. Bei den Wettkämpfen sind beide immer voll dabei.

### **Wie stehen deine Eltern einer Spitzensportkarriere gegenüber?**

In der Schweiz ist es schwierig, nur auf den Sport zu setzen. Man erhält nicht viele Preisgelder und die meisten arbeiten mindestens 25%.

### **Begleiten dich deine Eltern zu Trainings und Wettkämpfen?**

Ja, schon, ich trainiere allerdings zum Teil auch daheim auf der Rolle und im Kraftraum.

### **Unterstützen dich deine Eltern finanziell?**

Ja, mehr oder weniger. Ich habe auch mehrere Sponsoren gefunden.

## Swiss Olympic Talents Card

Swiss Olympic vergibt in enger Zusammenarbeit mit Jugend+Sport sowie den nationalen Sportverbänden die sogenannten «Swiss Olympic Talents Cards National und Regional» für Talente, die in einer Verbandsförderung stehen. Die «Swiss Olympic Talents Card International» erreichen Talente, die ein «Sport Scholarship Top» durch Leistungen erlangen oder ein Sport «Scholarship Future durch Potenzial» zugesprochen bekommen. Der Besitz einer solchen Karte ermöglicht in der Regel den Zugang zu einer sportfördernden Schule und verpflichtet zu ernsthaftem, engagiertem Training.

Die Trainer, der Nachwuchsverantwortliche oder der Athletenbetreuer des Sportverbandes geben Auskunft, welche Leistungen für die «Swiss Olympic Talents Card» verlangt werden und wie eine solche erlangt werden kann.

Die Kriterien für das Erlangen einer «Swiss Olympic Talents Card» sind für jede Sportart festgelegt. Neben Wettkampfleistungen sind auch Leistungstests, Fragen der Leistungsentwicklung, psychologische Faktoren, der Trainingsaufwand, das soziale Umfeld, körperbauliche Voraussetzungen, Belastbarkeit und biologischer Entwicklungsstand von Bedeutung.

Verschiedene Gemeinden und Kantone unterstützen Talente, die im Besitz einer «Swiss Olympic Talents Card» sind.

## Ausbildung und Beruf

Der Abschluss einer Ausbildung ist das Tor zur beruflichen Karriere während und vor allem nach dem Spitzensport. Um Spitzensport und Ausbildung/Beruf optimal zu verbinden, braucht es eine flexible Schule oder einen flexiblen Arbeitgeber. Einen solchen zu finden ist oft nicht so leicht.

Eine berufliche Grundbildung mit gleichzeitiger Leistungssportförderung muss gut überlegt und geplant werden. Die Eltern übernehmen eine wichtige unterstützende Rolle in der Frage der Berufswahl.

Swiss Olympic arbeitet mit einem Netzwerk aus Beratern der Kantonalen Berufsinformationszentren (BIZ) zusammen, die sich auf die Beratung von Sportlern und Trainern spezialisiert haben. Ausserdem ist Swiss Olympic daran, in verschiedenen Kantonen Pools aufzubauen mit leistungssportfreundlichen Lehrbetrieben.

# Militär

Mit dem Konzept Spitzensportförderung legt die Armee ein klares Bekenntnis zum Spitzensport ab. Diese Förderung beinhaltet einerseits die Spitzensport-Rekrutenschule (RS), die nach einer fünfwöchigen Grundausbildung während 13 Wochen in Magglingen stattfindet. Dabei steht die Ausbildung zum Militärsportleiter (MSL) im Vordergrund. Grosses Gewicht wird auch den sportartspezifischen Trainings unter der Leitung von qualifizierten Verbandstrainern eingeräumt.

Andererseits erhalten Athleten unter bestimmten Voraussetzungen die Möglichkeit, auch ihre Wiederholungskurse (WK) für das sportartspezifische Training einzusetzen.

[www.baspo.admin.ch](http://www.baspo.admin.ch) > Themen > Spitzensport > Spitzensportförderung in der Armee



### **Severin Baumann**

16 Jahre, Unihockey U18-Nationalmannschaft, Sport Scholarship Future, Swiss Olympic Talents Card International

**Training** 3 bis 4 Mal pro Woche in der Halle, Kraftraum, Jogging

**Wettkämpfe** 16 Matches pro Saison und 7 oder 8 Play-offs

**Grösster Erfolg** Schweizer Meister 2008 mit der U16, Mitglied im U19-Kader

**Sportlicher Traum** Unihockeyspieler in Schweden oder Finnland

**Ausbildung** Gymnasium

**Berufsziel** Sportlehrer

### **Hast du neben der Schule genügend Zeit für den Sport?**

In der Schule fallen häufig die Prüfungen alle in die gleichen zwei bis drei Wochen. Da muss ich meine Zeit schon sehr gut einteilen, damit ich früh genug mit dem Lernen anfangen kann. Bis jetzt gab es noch keine Komplikationen.

### **Unterstützen dich deine Lehrer in irgendeiner Form?**

Ja, zum Beispiel kommt es vor, dass ich eine Prüfung auch mal verschieben kann oder dass ich frei bekomme.

### **Unterstützen dich deine Eltern bei deinen sportlichen Zielen?**

Meine Eltern fanden Sport immer etwas Lässiges und fanden, ich solle das machen, was mir Spass macht. Sie haben mich in dem Bereich immer unterstützt.

### **Wie stehen deine Eltern einer Spitzensportkarriere gegenüber?**

Ich glaube nicht, dass sie etwas dagegen haben. Sie wissen, dass ich für meine Ziele arbeite und dass ich nicht nur träume. Es ist ihnen aber schon auch wichtig, dass ich eine Ausbildung abschliesse.

### **Begleiten dich deine Eltern zu Trainings und Wettkämpfen?**

Ja, sie holen mich vom Training ab, damit ich nicht zu spät zu Hause bin und genug Schlaf bekomme. Und sie kommen sehr oft an Matches, wenn wir Heimspiele haben.

### **Unterstützen dich deine Eltern finanziell?**

Ja, ich arbeite ja nicht, meine Eltern bezahlen daher alles. Mit dem Förderbeitrag von Swiss Olympic gibt es in diesem Bereich etwas Entlastung.

## Und wo gibt es Hilfe?

Die folgenden Anlaufstellen kennen die Situation junger Talente und ihrer Eltern und stehen mit Rat und Tat bei.

### **Beratung im Sportverband**

In jedem nationalen Sportverband begleiten und beraten Athletenbetreuerinnen und -betreuer die Spitzensportler. Sie sind neben den Trainerinnen und Trainern Ansprechpartner.

Die Adresse erhalten Sie direkt beim entsprechenden Sportverband.

Folgende Personen können zu bestimmten Förderungsbereichen weitere Informationen geben:

- Trainer
- Athletenbetreuer
- Chef Leistungssport/Nachwuchsverantwortlicher
- Karriereplaner
- Sportkoordinator an deiner Schule
- Kantonaler Beauftragter für Nachwuchsförderung

### **Beratung durch Swiss Olympic**

Swiss Olympic bietet als Dachverband aller Sportverbände Informationen zu Karriereplanung, Leistungssport und Schule an. Der Bereich «Career Services» von Swiss Olympic bietet angehenden Spitzensportlerinnen und Spitzensportlern Unterstützung und Beratung bei der Planung der Karriere und der Vereinbarkeit von Schule und Beruf.

Kontaktadresse:

Swiss Olympic

Athletensupport/Career Services

Haus des Sports, Postfach 606, 3000 Bern

Tel. 031 359 71 34, Fax 031 352 33 80

[careerservices@swissolympic.ch](mailto:careerservices@swissolympic.ch)

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.swissolympic.ch/careerservices](http://www.swissolympic.ch/careerservices)

[www.swissolympic.ch/schulangebote](http://www.swissolympic.ch/schulangebote)

[www.swissolympic.ch/athletenbetreuer](http://www.swissolympic.ch/athletenbetreuer)

[www.swissolympic.ch/talentscard](http://www.swissolympic.ch/talentscard)

[www.swissolympic.ch/sportmedizin](http://www.swissolympic.ch/sportmedizin)

[www.swissolympic.ch/sporternaehrung](http://www.swissolympic.ch/sporternaehrung)

[www.swissolympic.ch/sportpsychologie](http://www.swissolympic.ch/sportpsychologie)

[www.jugendundsport.ch](http://www.jugendundsport.ch)

Zum Titelbild: Lara Gut, Silber an der Ski  
alpin WM 2009 in der Superkombination,  
von links nach rechts:  
Norma Tipaldi, Physio  
Mauro Pini, Trainer  
Pauli Gut, Vater  
Gabriella Almici Gut, Mutter

**Impressum**

**Autorin/Redaktion:** Eva Woodtli Wiggemhauser  
**Begleitgruppe:** Sascha Korner Schoch, Ralph Rüdüsüli Laurent,  
Matthias Zurbuchen  
**Grafik:** Wiggemhauser & Woodtli, Benken ZH  
**Fotos:** Keystone / Kurt Schorrer / EQ Images  
**Druck:** Printgraphic AG Bern  
**Herausgeber:** Swiss Olympic, Ittigen b. Bern  
**1. Auflage:** 2009

National Supporter



Leading Partners

