



Lautstarker Anwalt seines Teams:
Wenn Ilja Wiederschein für Düren
als Kapitän aufläuft, gibt er alles,
um seiner Mannschaft zu helfen

alle fotos: conny kurth

NEUE BEITRAGSREIHE

In einer kleinen Beitragsreihe in den kommenden drei Ausgaben stellt Simon Muff praxisnahe Tipps vor, die Trainer gerade zu Saisonbeginn helfen können. Sein erster Beitrag beschäftigt sich mit dem Thema der Kapitänswahl, begleitend äußert der Autor aus der Schweiz noch einige grundlegende Gedanken. „Wer die Aufgabe hat, ein Team auf eine Meisterschaft vorzubereiten, investiert viel Zeit in die Trainingsplanung. Kondition, Taktik und Technik nehmen dabei einen wichtigen Stellenwert ein. In meinen Artikeln geht es ebenfalls um die Vorbereitung eines Teams. Der Fokus liegt jedoch auf dem Teamgefüge. Es geht um die Mannschaft als Zusammenspiel verschiedenster Individuen. Es ist entscheidend, Rollen, Ziele, Erwartungen und Haltungen intensiv zu diskutieren, zu formulieren, zu definieren und die Konsequenzen bestimmter Handlungsweisen bewusst zu machen. Diese Komponenten geben dem Team eine Struktur, sie sorgen für Zusammenhalt und Sicherheit, schaffen Transparenz. Es gilt, eine Übereinkunft zu schaffen, die die beste Versicherung gegen Konflikte und Streitigkeiten ist. Denn wer nicht weiß, wohin er will, muss sich nicht wundern, wenn er irgendwo ankommt. Das gilt nicht nur für die physisch-taktische Vorbereitung, sondern auch für das Teamgefüge bzw. das Funktionieren des Teams. Eine topfitte Mannschaft wird ohne klare

Struktur ebenso wenig ihr Potenzial ausschöpfen können, wie ein Team, das zwar gut harmoniert, die nötige Fitness und das volleyballerische Rüstzeug aber nicht mitbringt. Nur wem es gelingt, beide Teile in sein Schaffen zu integrieren und eine Kultur von Wertschätzung, Fairness und Vertrauen zu etablieren, wird das Maximum herausholen. Die folgenden drei Artikel verstehe ich als Beitrag aus der Praxis für die Praxis.

Funktionierende Einheit: Die DVV-Frauen überzeugten in der Vergangenheit regelmäßig als intaktes Team



Kapitän – eine Ehre, keine Pflicht

Jede Mannschaft braucht ihn, doch es ist nicht immer leicht, ihn zu finden.

Im ersten Beitrag seiner dreiteiligen Serie zum Thema Teambuilding beschreibt Simon Muff, was bei der Auswahl des Spielführers zu berücksichtigen ist

Die Position des Kapitäns ist eine zentrale in jedem Team. Manchmal – wie zuletzt bei der so genannten K-Frage zwischen Michael Ballack und Philipp Lahm – bewegt sie sogar eine ganze Nation. Im Volleyball ist das natürlich nicht so, und doch ist es für jede Mannschaft wichtig, diese zentrale Position möglichst optimal zu besetzen. Meist lautet die Frage: „Wer wird Kapitän?“ Ich schlage vor, diese Frage zu ergänzen: „Warum wird jemand Kapitän?“ Bevor eine Entscheidung getroffen wird, muss der Punkt erörtert werden: „Welche Aufgaben hat der Kapitän in meinem Team?“, um schließlich das Auswahlverfahren festzulegen. Es ist entscheidend, die Anforderungen und Erwartungen transparent und genau zu kommunizieren. Der betreffende Spieler muss sich vor einer Wahl mit diesen Erwartungen einverstanden erklären können. Es gibt keine Patentlösung für die Ernennung eines Kapitäns, sehr wohl aber das Bewusstsein um Vor- und Nachteile von verschiedenen Persönlichkeiten in Verbindung mit den formulierten Erwartungen.

Wenn beispielsweise eine introvertierte Person zum Kapitän ernannt wird, ist es ungünstig, von ihr zu erwarten, sich bei einem Konflikt sofort einschalten zu können. Wird eine impulsive Person zum Kapitän ernannt, ist es hingegen schwierig zu erwarten, dass sie bei umstrittenen Schiedsrichterentscheidungen in einer hektischen Situation die nötige Ruhe ins Team bringt. Beide Eigenschaften haben aber auch viele positive Aspekte. Darum ist es Sache des Trainers, die Aufgaben genau zu definieren und diese dem Team und den möglichen Kandidaten zu kommunizieren. Der Trainer muss spüren, was er von seinen Spielern verlangen kann. Die Fähigkeiten der Spieler liefern die Möglichkeiten, ein Kapitänamt zu definieren – nicht umgekehrt, auch wenn das nicht immer leicht zu akzeptieren ist.

Ein Beispiel: Vor einiger Zeit betreute ich ein Team als Mentaltrainer. Die Mannschaft war in der vorangegangenen Saison abgestiegen und hatte sich den Wiederaufstieg zum Ziel gesetzt. Die Erwartungen waren hoch, der Start in die Meisterschaft missriet jedoch gründlich. Spielerisch war das Team tadellos, es fehlte jedoch die Lockerheit. Der Kapitän verfügte über große soziale Kompetenzen, war ein guter, aber nicht herausragender Spieler. Der Trainer hatte spielerisch sehr hohe Ansprüche und Erwartungen an den Kapitän und kommunizierte das auch. An

diesem Druck zerbrach der Spieler. Nach einem Viertel der Meisterschaft verletzte er sich am Fuß und fiel bis zum letzten Spiel aus. Dieses Beispiel zeigt: Es geht nicht nur darum, zu erörtern, was der Kapitän der Mannschaft geben kann, sondern auch, ob der Kapitän die hohen Anforderungen erfüllen kann. So hat in der deutschen Handball-Nationalmannschaft der Spieler Michael Kraus die Binde wieder abgegeben, um sich nicht zu verzetteln. Er will sich in Zukunft ganz auf seine Aufgaben als Spieler konzentrieren. Für mich gibt es drei Hauptfähigkeiten, nach denen ich bei Spielern Ausschau halte, wenn es darum geht, einen Mannschaftskapitän zu finden.

Der Kapitän muss als Leader anerkannt sein und einen guten Draht zu den Spielern haben

Als Führungspersönlichkeit ist der Kapitän ein Vorbild bezüglich Trainingspräsenz, -einsatz und Fairness. Ob seine Akzeptanz durch spielerische Qualitäten oder soziale Kompetenz – im Idealfall beides – zustande kommt, ist nicht entscheidend. Ich persönlich gewichte die sozialen Kompetenzen stark. Es ist jedoch ungünstig, einen sozial starken Kapitän zu haben, der meist auf der Bank sitzt. Ist der Kapitän nicht der beste Spieler, gibt es die Möglichkeit, die Rolle eines spielerischen Leaders zu definieren. Dieser hat nahezu 100 Prozent Spielanteile und die Fähigkeit, Punkte zu erzielen, wenn es eng wird. Er kann das Spiel an sich reißen. Die beiden Rollen ergänzen sich dann.

Der Kapitän muss dem Trainer gegenüber sowohl kritisch als auch loyal sein

Die beiden Attribute widersprechen sich nur auf den ersten Blick. Es ist in meinen Augen Aufgabe des Trainers, mit allen Spielern immer wieder das persönliche Gespräch zu suchen. Ich finde es ungeschickt, zwar mit dem Kapitän stundenlange Gespräche zu führen, den Kontakt zum Rest des Teams aber auf ein Minimum zu reduzieren. Gleichwohl genießt die Kommunikation mit dem Kapitän Priorität. Er hat die Aufgabe, die Arbeit des Trainers wohlwollend-kritisch zu prüfen und im Sinne von Controlling und Optimierung Rückmeldungen zu Training, Coaching oder Befindlichkeit des Teams zu geben. Loyalität erwarte ich, weil Entscheidungen über Veränderungen und

SO FINDEN SIE IHREN KAPITÄN

Der mögliche Ablauf für die Wahl eines Spielführers kann wie folgt aussehen:

1. Der Trainer überlegt sich aufgrund der Teamzusammensetzung und der Persönlichkeiten, mit welchen Anforderungen und Erwartungen das Kapitänamt ausgefüllt werden soll.
2. Anforderungen und Erwartungen an einen Kapitän werden schriftlich festgehalten.
3. Der Trainer wählt mindestens zwei Spieler aus, die dieses Anforderungsprofil erfüllen, setzt sich mit ihnen zusammen und stellt die Aufgaben detailliert vor.
4. Die Spieler entscheiden sich, ob sie zur Wahl antreten wollen.
5. Bei einer Mannschaftssitzung erläutert der Trainer die Anforderungen und Erwartungen an den Kapitän und teilt dem Team mit, welche Spieler zur Auswahl stehen.
6. Die Wahl erfolgt geheim auf Stimmzetteln. Der Trainer und die Spieler haben jeweils eine Stimme. Für die Wahl ist die absolute Mehrheit der Stimmen notwendig, nur bei Stimmgleichheit hat der Trainer das letzte Wort. Möglich sind mehrere Wahlgänge.
7. Der gewählte Spieler erklärt die Annahme der Wahl.
8. Bewährt sich die Wahl während der Saison, wird der Kapitän in der darauf folgenden Spielzeit im Amt bestätigt, falls kein Gegenvorschlag gemacht wird.

Mit diesem Vorgehen habe ich immer wieder gute Erfahrungen gemacht. Transparenz und Klarheit sind für mich unabdingbare Bedingungen. Die selektive Demokratie verbindet das Recht des Teams auf Mitbestimmung mit der Aufgabe des Trainers, Rollen im Team klar zu definieren und zu verteilen.

Optimierungen in der Führungsverantwortung und Kompetenz des Trainers liegen. Unter vier Augen darf auch mal heftig debattiert werden, letztlich ist es aber die Aufgabe des Trainers, zu entscheiden. Und die des Kapitäns, diese Entscheidungen zu akzeptieren. Nimmt der Trainer seine Führungsverantwortung nicht wahr, verfügt er nicht über die notwendige fachliche Kompetenz. Wenn sich der Kapitän nicht loyal verhält, kann auch dies zu teils massiven Konflikten führen.

Der Kapitän muss durch das Amt gestärkt werden. Es darf seine Leistung nicht beeinträchtigen

Sind das Amt als Kapitän und die damit verbundenen Aufgaben aus irgendeinem Grund eine Belastung, bringt es weder den Spieler, noch die Mannschaft oder den Trainer voran, dass die Zusatzbelastung ausgerechnet von dieser Person getragen wird. Grundsätzlich gilt: Die Rolle als Kapitän soll ein Ehren- und nicht ein Pflichtamt sein. In diesem Zusammenhang ein weiteres

VOLLEYBALL.DE Code im Suchfeld eingeben und weitere Informationen finden!
 Teambuilding ist für Mannschaftssportler schon immer wichtig gewesen.
 Im August 2005 hat sich Lothar Linz mit diesem Themenfeld befasst
Webcode: vm101003

Beispiel, in dem sich die Rollen des Kapitäns und des Spielers nicht in Einklang bringen ließen. In diesem Fall wurde ein Spieler zum Kapitän gewählt, der eigentlich menschlich und spielerisch für diese exponierte Stellung alle Fähigkeiten mitbrachte. Dennoch machte er am Ende der Saison deutlich, für dieses Amt in Zukunft nicht mehr zur Verfügung zu stehen. Der Grund war simpel. Was ihn enorm störte, war das Auslosungsprozedere und die Kurzbesprechung mit dem Schiedsrichter vor dem Spiel. Dadurch konnte er weniger Bälle einschlagen, verlor den Rhythmus, und es fehlte ihm zu Beginn des Spiels die Sicherheit. Um der Mannschaft sein volles spielerisches Potenzial zur Verfügung stellen zu können, musste er also als Kapitän zurücktreten, blieb seiner Mannschaft jedoch als Führungsspieler erhalten. ■

Auch im Jubeln vorbildlich: Sara Petrausch (rechts) Spielführerin der weltmeisterlichen DVV-Juniorinnen



ANFORDERUNGSPROFIL

Der Kapitän...

- ▶ ist ein Vorbild bezüglich Einsatz, Zuverlässigkeit und Anwesenheit im Training
- ▶ ist als Führungspersönlichkeit im Team anerkannt
- ▶ verkörpert Fairness in Wettkampf und Training, kann sich aber – wenn nötig – beim Schiedsrichter Gehör verschaffen und setzt sich für das Team ein. Handshake nach dem Spiel ist selbstverständlich
- ▶ ist die rechte Hand des Trainers. Er kann beispielsweise die Erwärmung bei den Spielen leiten und ist bereit und fähig, im Auftrag des Trainers weitere Funktionen zu übernehmen
- ▶ hat einen guten Draht zu den Mitspielern und zum Trainer und wird dadurch zum Bindeglied
- ▶ hat das Recht, das Training zu jedem Zeitpunkt zu unterbrechen und sich an die Mannschaft zu wenden
- ▶ lässt sich von den Aufgaben seines Amtes im Spiel und während des Trainings nicht beeinflussen
- ▶ ist gegenüber dem Trainer kritisch und konstruktiv. Er leitet – wenn nötig – die Stimmung aus dem Team weiter
- ▶ ist stolz, das Amt ausführen zu dürfen. Kapitän zu sein, ist für ihn ein Ehren- kein Pflichtamt!