

Gegen Ende der Saison fallen meine Spieler in ein „Motivationsloch“. Wie hole ich sie da wieder raus?

Kann sich die Mannschaft noch Chancen ausrechnen, in die nächsthöhere Spielklasse aufzusteigen oder steht das Team mitten im Abstiegskampf, dann dürfte es neben der bekannten Motivationstechniken keine Probleme geben, weil alle ein Ziel vor Augen haben. Schwierig wird es, wenn die Mannschaft im Tabellenniemandsland vor sich „hindümpelt“. Da kann es durchaus schon mal vorkommen, daß der ein oder andere [Spieler](#) nicht mehr gewillt ist, die volle Leistung zu bringen. Dann sollte man ihm immer vor Augen halten, daß zum Fußball eine richtige Einstellung gehört. Überdies kann man dem in anderer Art und Weise entgegenwirken.

So macht es durchaus Sinn, die ein oder andere [Trainingseinheit](#) auf einen Beach-Soccer-Platz zu verlegen. Das stärkt den Teamgeist, macht allen Spaß und die Technik wird auch noch geschult. Zudem ist das Spiel auf Sand anstrengend, so daß die [Spieler](#) zusätzlich noch ein wenig Konditionsarbeit verrichten – auch wenn das gegen Ende einer Saison alles andere als notwendig ist. Hier soll vielmehr der Spaß im Vordergrund stehen.

Warum nicht einfach mal eine [Trainingseinheit](#) ausfallen lassen und das örtliche Schwimm- oder Freibad besuchen? Das ist unheimlich fördernd für den Mannschaftsgeist und nebenbei werden auch im Wasser noch [Muskeln](#) bewegt (um das Sportliche nicht ganz außer acht zu lassen). Vielleicht kann man im Anschluß daran (bei [Jugendspielern](#) an einem Wochenende oder in den Ferien) noch einen gemütlichen Grillabend veranstalten.

Bei jüngeren [Spielern](#) bieten sich andere Möglichkeiten der Freizeitgestaltung an. Hier kann man am Wochenende eine Fahrradtour machen, ein Bundesliga-Spiel besuchen oder eine Schnitzeljagd veranstalten.

Eine gute Alternative, die jedoch meist schwerlich realisierbar ist: Jede Woche mindestens ein Freundschaftsspiel veranstalten. Dort kann man die Positionen munter mischen und jeden [Spieler](#) mal auf einer anderen Position einsetzen (z. B. alle Verteidiger im Sturm und umgekehrt). Auch hierbei lernen die [Spieler](#) eine ganze Menge und werden auch Spaß daran haben, weil sie nicht im Trainingsbetrieb sind. Warum sollte das schwer realisierbar sein? Ganz einfach: Viele Vereine stehen eben noch im Auf- oder Abstiegskampf und werden gegen Saisonende verständlicherweise kein Interesse an einem solchen Spiel haben.

Im „normalen“ Trainingsalltag bieten sich Spielformen an. Fußballtennis ist immer wieder gerne gesehen und lockert das Training auf. Darüber hinaus kann man viele Wettkampfspiele durchführen (z. B. Turniere 2 gegen 2). Eventuell kann man als Anreiz kleine „Sachpreise“ (bsp. Verlierer zahlt dem Gewinner ein Getränk) anbieten. Die Hauptsache besteht darin, daß bei diesen Spielen der Ball dabei ist. So sollte man Sprintstaffeln oder ähnliches auslassen.

Es kann auch durchaus sinnvoll sein, wenn man als [Trainer](#) bei einem Trainingsspiel mit von der Partie ist und während des Spiels nicht so sehr auf Fehler achtet. Dann werden die [Spieler](#) schnell erkennen, daß man selber auch eine Menge Freude am Fußball hat. Wenn man natürlich nicht in der Lage ist, einen Ball fünf Meter geradeaus zu spielen (soll es ja auch unter den Trainern geben), dann sollte man es besser lassen.

Kompliziert wird es, wenn man eine Mannschaft im Jugendbereich trainiert und diese am Saisonende abgibt (in den nächsthöheren Jahrgang). Dann sollte man es auf jeden Fall vermeiden, daß

man den nachfolgenden [Trainer](#) bittet, die Trainingseinheiten bereits jetzt zu übernehmen. Die Saison muß mit Anstand zu Ende gebracht werden. [Trainer](#), die sich Motivation dadurch erhoffen, daß der nachfolgende Kollege das Training übernimmt, weil dann alle [Spieler](#) gewillt sind, weil sie im nächsten Jahr zum Kader gehören wollen, sollten das nochmals gründlich überdenken. Sicherlich wird es am Anfang so sein, aber nach einiger Zeit werden die Kinder schon auf den neuen [Trainer](#) eingehen und die Forderungen des „alten“ [Trainers](#) nicht mehr umsetzen. Des weiteren sorgt diese erhöhte Konzentration dafür, daß die [Spieler](#) noch ausgebrannter sind. Damit erreicht man meiner Meinung nach eher das Gegenteil.