

Fehler

Aus Fehlern wird man klug. Jeder Mensch macht Fehler, nur wer dumm ist, wiederholt sie!

Bei der unüberschaubaren Anzahl von Fehlerquellen und -arten im Sport bedarf es oft einer längeren Zeit und einer gründlichen Analyse, um die aufgetretenen Fehler auf ihre Ursachen hin zu begreifen. Erst diese Ursachenforschung und die daraus gewonnen Erkenntnisse führen dazu, daß Fehler nicht noch einmal wiederholt werden. Direkt nach einem Spiel sollte eine solche Fehleranalyse bzw. Ursachenforschung jedoch unterbleiben, weil die Emotionen dann noch vorhanden sind. Jeder Spieler und Trainer sollte sich am Tag nach einem Spiel oder Turnier Gedanken über die Ursachen der Fehler machen. Zunächst einmal braucht jeder Sportler ausreichend Zeit, um das, was gerade passiert ist, zu verarbeiten. Gerade [Trainer](#) und erfahrene Spieler sollten jüngeren Spielern, die hinter den Erwartungen zurückgeblieben sind, dabei helfen, daß diese Spieler die Ursachen ihres Mißerfolgs begreifen. Wenn das im Kinder- bzw. Jugendalter nicht geübt wird oder sich die [Trainer](#) dazu keine Zeit nehmen, werden die Spieler damit niemals umgehen können und mögliche Fehlerursachen auch nicht erkennen.

Daher sollte jeder [Trainer](#) in der nach einem Spiel folgenden [Trainingseinheit](#) einen Punkt „Fehleranalyse“ einbauen, damit nicht alle Spieler zur Tagesordnung übergehen. Direkt nach dem Spiel sind – gerade im Jugendfußball – alle Spieler in Hektik, weil sie möglichst schnell nach Hause möchten.

Sieht man sich die Durchführung einer Übung einmal an und erkennt, daß diese nicht korrekt absolviert wurde, gibt es mehrere Fehlerquellen:

- fehlerhafte Bewegungsausführung (vor allen Dingen im Technischen)

- technisch-taktische Fehler (kein Umsetzen der eigenen Stärken)
- Wahrnehmungsfehler (falsches Einschätzen der äußeren Umstände)
- Bewertungsfehler aufgrund situationsbedingter Gefühle (gerade gemachte Fehler, gelungene Aktionen, Anweisungen durch den Trainer)

Die gemachten Fehler können also völlig unterschiedliche Ursachen haben. Selbst zwei äußerlich gleich aussehende Fehler zweier verschiedener Sportler können unterschiedliche Ursachen haben.

Grundsätzlich sollte jeder Sportler (nicht nur Fußballer) eine positive Einstellung zu Fehlern haben, weil sie im Sport ganz einfach dazugehören. Diese Einstellung sollte auch jeder [Trainer](#) mitbringen. Die Spieler wissen am ehesten, daß sie einen Fehler gemacht haben und benötigen dann keine destruktive Kritik ihres [Trainers](#). Denn: Zu viel Kritik mit negativer Bewertung schadet einem freudvollen Übungsbetrieb. Zu viele Korrekturen (und dann noch in abwertender Sprache) führen zur Lustlosigkeit des Spielers.

Folgende „Regeln“ sollte jeder Sportler und Trainer bei der Fehlersuche unbedingt beachten:

- Ohne Fehler kein Lernfortschritt!
- Fehlerkorrekturen führen niemals zu einer vollständigen Beseitigung der Fehler, da jede Situation anders ist.
- Fehler unbedingt vermeiden wollen führt zu Verkrampfungen!
- Aktive Selbstkorrektur stellt jeden Spieler zufrieden.
- Umlernen ist schwerer als neu lernen! Daher: Keine Fehler wiederholt begehen.
- Es treten mehr Fehler auf, je höher die Anforderungen sind.
- Nicht nur die Fehler korrigieren, sondern ihre Ursachen

erkennen.