

Wie das Wir-Gefühl gestärkt wird

Der TSV Mutlangen stellt sein Projekt zur Förderung von Teamfähigkeit bei Jugendlichen vor

Zusammenhalt unter Jugendlichen will der TSV Mutlangen mit einem Projekt fördern, das die Initiatoren als Reaktion auf den Amoklauf von Winnenden ins Lebens gerufen haben. Am Ende steht die Teilnahme an einem Fußballturnier in Spanien. Nun hat der TSV das Projekt und dessen Ziele den Jugendlichen und ihren Eltern vorgestellt.

Mutlangen. „Hoffen auf ein Pflingstmärchen“, nennt der TSV Mutlangen sein Projekt. Und: Gemeinschaft contra Einzelgänger. Denn darum geht es: Zusammenhalt und Wir-Gefühl fördern, damit sich nicht einzelne absondern. In der Mensa der Realschule Mutlangen stellte das Team – mit TSV-Jugendleiter Wolfgang Helget, Cheftrainer Eugen Rehm, den Betreuern Simon Kropatschek und Marius Straubmüller sowie Projektkoordinator Christian Rehm – das Projekt vor. Da einer der Höhepunkte die zehntägige Reise zum internationalen Pflingstturnier nach Spanien an die Costa de Barcelona-Maresme ist, wurde mit einem Einführungsvideo auf dieses Turnier und die Reise eingestimmt. Damit sich die Beteiligten ein Bild zu dem Thema Sportmentalcoaching machen konnten, hielt Sportmentalcoach Alexander Heim einen Vortrag dazu. Er zeigte auf, welche wichtige Rolle der Kopf, die Gedanken und die Psyche im täglichen Leben und im Sport spielen. Vor allem, wie wichtig es ist, seine Fähigkeiten auch dann optimal abrufen zu können, wenn der Körper unter Stress steht. Mit nachvollziehbaren Beispielen machte er klar, wie schnell Menschen in bestimmten Situationen Denkmuster und Reflexe abrufen, die aber zu diesem Zeitpunkt nicht immer die besten sind, und wie wichtig es ist, sich „umzuprogrammieren“, um dann die bedeutenden Ressourcen und Stärken bereit zu stellen. Eindrucksvoll war auch ein spannendes Experiment, bei dem er spürbar machte, dass es zentral ist, sich mit seinen Zielen zu identifizieren, und wie man alleine durch die Vorstellungskraft körperliche Grenzen verschieben kann. Er machte deutlich, dass es auf jede persönliche Einstellung im Team ankommt, und wie bedeutend die Wortwahl, Körpersprache und Sprachmuster im Bereich Motivation sind.

Für alle erlebbar wird dies sicher bei einem weiteren Höhepunkt: dem gemeinsamen Besuch des Hochseilgartens im Wental. Dort werden die Werte und Themen Wir-Gefühl, Persönlichkeitsentwicklung sowie der Umgang mit Stärken und Schwächen den Heranwachsenden erlebbar gemacht. Begeistert von der Idee, sind die Eltern auch bereit, die entstehenden Kosten zu übernehmen. Somit steht nun fest, dass die Teilnehmer am Samstag, 23. Mai, einen Tag im Hochseilgarten verbringen können.

© Gmünder Tagespost 19.05.2009

[Fenster schließen](#)

Zu diesem Artikel wurden noch keine Kommentare geschrieben.