

Die Mannschaft ist wichtig, ihr müsst euch zusammenraufen: Was sich in der Theorie so einfach anhört, fällt in der Praxis oft schwer. Die Sozialpädagogen Matthias Merten und Alexander Hagen zeigen, wie man mit kreativen Methoden selbst die etwas schüchternen B-Jugend-Handballerinnen des MTV Elze aus der Reserve locken kann.



Knifflige Herausforderung: Mit Hilfe einer Holz- und Seilkonstruktion sollen die MTV-Mädchen acht Bauklötze übereinander stapeln. Sozialpädagoge Alexander Hagen (im Hintergrund) schaut gebannt zu.

Hier ziehen wirklich alle an einem Strang



Hat viele kreative Übungsmethoden auf Lager: Diplompädagoge und Ex-TSV-Volleyballer Matthias Merten.



Spielerinnen-Mutter Mona Friedrich und Trainer Michael Klein: „Wir wollten mal etwas anderes probieren.“



Alle sitzen in einem Boot: Die Mädchen hängen sich in ein breites Band. Wenn eine ausschert, geraten auch die anderen ins Wanken.

VON THORSTEN BERNER (TEXT)
UND WERNER KAISER (FOTOS)

Elze/Hildesheim. Ihr müsst zusammenhalten und alle an einem Strang ziehen. Jeder Sportler kennt diese Floskeln. Matthias Merten und Alexander Hagen belassen es nicht bei schönen Worten. Die Diplom-Sozialpädagogen lassen Taten sprechen.

In der Elzer Grundschulturnhalle ziehen die B-Jugend-Handballerinnen des MTV Elze tatsächlich an einem Strang. An einer kleinen runden Holzscheibe sind zehn Seile befestigt, jedes Mädchen greift sich eines davon. Unter der Scheibe hängt eine Halterung mit einem metallenen Querstab. Die Handballerinnen sollen damit acht eingeerbte Holzklötze transportieren und übereinander stapeln. „Alle acht hat noch keiner geschafft“, sagt Merten.

Es ist eine knifflige Übung, zumal einige Klötze eine schräge Oberfläche haben. Es kommt auf Konzentration, Koordination und Finger-spitzengefühl an. Geduldig balancieren die Mädchen die Klötze und stapeln sie übereinander. Sechs haben sie bereits geschafft. Das ist super. Aber die jungen Damen wollen mehr.

Sie spornen sich gegenseitig an: „Weiter rechts, etwas höher und nun langsam runterlassen.“ Teamarbeit ist gefragt. Der Turm wächst, auch Klotz Nummer sieben steht. „Schafft ihr auch den Letzten?“, fragt Alexander Hagen. Die Antwort kommt prompt: „Ja!“

Selbst er hält den Atem an, als die Mädchen das letzte Bauteilchen auf den Stapel heben wollen. Manche Hand zittert ein wenig. Es ist mucksmäuschenstill, in der Halle würde man selbst eine Stecknadel fallen hören. Nur die Stimme von Anita Luznica ist zu hören. „Langsam, langsam“, flüstert sie. „Leicht anheben – und jetzt gaanz vorsichtig runter. Die Konstruktion gerät leicht ins Wanken, aber sie fällt nicht. Auch der letzte Klotz passt. Die Mädchen staunen zunächst etwas ungläubig. „Hey!“, ruft Merten. „Das ist sensationell. Jetzt freut euch doch endlich mal.“

Michael Klein nickt. „Genau das ist unser Problem“, sagt der Trainer der MTV-Handballerinnen. „Die Mädels sind einfach zu leise, sie sprechen nicht miteinander. Wir haben keine Führungsspielerin. Und es fehlt an Emotionen.“ Deshalb ha-

ben er und Mona Friedrich, Lehrerin und Mutter einer der Handballerinnen, die beiden Pädagogen engagiert: „Wir wollten einfach mal etwas Neues ausprobieren.“ Merten und Hagen arbeiten für die EFES GmbH (aktivierende Eltern- und Jugendhilfe Hildesheim). Sie bieten Coachings und Fortbildungen für soziale Einrichtungen an. Außerdem sind sie viel in Schulen unterwegs. „Meist geht es darum, Mobbingopfern zu helfen“, sagt Merten. „Das ist ein großes Problem heutzutage.“

Da dürfte das teambildende Motivationsstraining mit den Handballerinnen doch eine vergleichsweise leichte Übung sein, oder? Zumal sich beide im Sport auskennen. Merten hat einige Zeit beim Volleyball-Zweitligisten TSV Giesen gespielt, Hagen ist im Fußball und Tennis zu Hause.

„In zwei Stunden können wir keine Wunderdinge vollbringen“, erklärt Hagen. „Wenn sich bestimmte Verhaltensweisen über einen längeren Zeitraum eingeschliffen haben, dann braucht man Ideen und Geduld, um etwas zu verändern.“

Beim Balltraining verliert selbst Merten kurz die Geduld. Stumm, fast gelangweilt werfen sich die Mädchen die Bälle zu, die meisten Torwürfe gehen daneben. „Hallo!“, ruft Merten. „Schon mal was von Kommunikation gehört? Redet miteinander und feuert euch gegenseitig an.“

Das mit dem Anfeuern klappt nicht so richtig, aber die Mädchen strengen sich nun etwas mehr an, mancher Ball landet im Netz. „Na also, geht doch“, lobt Merten.

Aber warum tun sich die B-Jugendlichen so schwer mit Kommunikation und Emotionen? „Na ja“, murmelt die 15-jährige Franziska Dressler. „Die meisten von uns kennen sich zwar schon länger, aber ich glaube einfach, dass jede von uns zu sehr mit sich selbst beschäftigt ist.“ Torhüterin Annika Cieplik ist von Naur aus ein eher zurückhaltender Typ. „Da traut man sich halt nicht, etwas laut aufs Feld zu rufen“, sagt sie. „Vielleicht liegt es auch an der Pubertät“, glaubt Trainer Klein. „Das ist eine schwierige Phase.“

Anfangs waren die Handballerinnen und auch einige Eltern etwas skeptisch, als sie von dem „Sondertraining“ hörten.

Aber mit ihrer lockeren und doch überzeugenden Art kommen Merten und Hagen bei den Mädchen gut an. „Die sind cool“, sagt Annika.

Die Coaches wollen Anreize setzen – zum Beispiel mit der Seilübung. Oder mit der Kletternummer. Die ist nicht ganz ungefährlich und kostet Überwindung. Jeweils zwei Mädchen stehen sich gegenüber und halten eine Holzstange fest in den Händen. Nun soll eine Mitspielerin über die „Leiter“ gehen. Sarah Klein reißt die Augen auf: „Nee, da mache ich nicht mit!“ Annika traut sich. „Jetzt ordentlich festhalten“, fordert Merten die anderen auf. Er und Hagen fassen Annika zur Sicherheit an den Händen. Konzentriert schreitet sie über die Stäbe.

Jenny Stake ist als nächste dran. „Seid ihr bereit?“, fragt sie die Kolleginnen. „Ja!“ Eine nach der anderen läuft nun über die Stangen. Und zum Schluss traut sich auch Sarah. Alles hat reibungslos geklappt. „Und warum?“, fragt Hagen. „Weil wir uns gegenseitig vertraut haben“, antwortet Sarah. Der Pädagoge nickt zufrieden: Lernziel erreicht!

Auch die nächste Übung sorgt für einen „Aha-Effekt“. Merten zaubert ein großes und breites Band aus seinem Köfferchen. Die Mädchen und die Trainer verteilen sich gleichmäßig und lehnen sich jeweils mit dem Rücken in das Band. Es strafft sich. „Bequem, oder?“, fragt Merten. Die jungen Damen nicken. Dann verlässt Merten plötzlich seinen Platz. Die Gruppe kommt in Wallung, die Balance geht verloren, es herrscht Unruhe. „Seht ihr“, sagt der Coach. „Wenn einer aus der Reihe tanzt, leidet die ganze Gruppe darunter und muss das ausgleichen. So

ist es auch beim Sport. Jeder macht mal einen Fehler. Die Mannschaft muss das dann wieder ausbügeln. Deshalb ist Teamgeist so wichtig.“ Wieder nicken die Mädchen.

In der Regionalliga stehen die Elzerinnen derzeit auf einem Mittelfeldplatz, die letzten beiden Spiele gegen Algenmissen und Laatzen endeten jeweils Unentschieden. „Nicht schlecht“, meint Merten, „aber das nächste Spiel gewinnt ihr.“ Die Handballerinnen schauen etwas skeptisch drein. Merten fragt: „Habt ihr vorher geglaubt, acht Bauklötze übereinander stapeln zu können? „Nein“, antworten einige Mädchen leise. „Und? Habt ihr es geschafft?“ Die Antwort kommt klar und deutlich: „Ja!“



Die traut sich was: Anita Luznica geht über die behelfsmäßige Leiter und verlässt sich ganz auf ihre Kolleginnen.



Na, wie haben wir das gemacht? Die MTV-Handballerinnen präsentieren ihr Bauwerk; hinten von links: Vanessa Lerche, Jenny Stake, Greta Friedrich, Annika Cieplik, Lena Kieke, Marnie Retzlaff und Sarah Klein; vorn von links: Franziska Dressler, Juliane Griebe und Anita Luznica.