

Der Zusammenhang zwischen der subjektiven Belastbarkeit und dem Verletzungsrisiko im Kinderfußball aus physiotherapeutischer Sicht

Autorin: Jacqueline Aschenbrenner, BSc.

Betreuer: Mag. Gerald Kemmer, BSc., Bakk. rer. nat.

1. Problemstellung

Fußball zählt weltweit zu den beliebtesten Sportarten. Die Art der Verletzungen die bei FußballspielerInnen auftreten ist vielseitig und hängt von vielen verschiedenen Faktoren ab. (1)

Stress und Angst in Verbindung mit Leistungsdruck im Spitzensport hat einen gravierenden Einfluss auf die Leistung und den Gesundheitszustand der SportlerInnen. Besonders dabei ist, dass verschiedenste Sressoren innerhalb und außerhalb des Leistungssports auf die Kinder einwirken. (2)

Anhand der psychologisch orientierten Verletzungsforschung konnte gezeigt werden, dass bei der Entstehung von Verletzungen körperliche, psychische und sozial-kulturelle Einflussfaktoren eine bedeutende Rolle spielen. (3)

Durch die regelmäßige Zusammenarbeit mit den SportlerInnen haben PhysiotherapeutInnen und TrainerInnen großen Einfluss auf die psychosoziale Situation der FußballerInnen. (4)



2. Forschungsfrage

- Welche psychischen Belastungsfaktoren sind im Kinderleistungssport Fußball laut Literatur bekannt?

- Was sind die Hauptmotive für die psychische subjektive Belastung gemäß der Erhebung?

- Wie können Trainerinnen und Trainer in der täglichen Arbeit diese Belastungsfaktoren erkennen und reduzieren?

- Besteht ein Zusammenhang zwischen der subjektiven Belastbarkeit und Verletzungen im Kinderleistungssport Fußball?

3. Material und Methode

Diese Masterarbeit besteht im ersten Teil aus einer Literaturrecherche und im zweiten Teil aus einer empirischen Untersuchung zur Messung der subjektiven Belastbarkeit im Leistungssport Kinderfußball.

Um die Belastbarkeit im Kinderfußball zu messen, wird ein Fragebogen mit teilstandardisierten Elementen zusammengestellt. Insgesamt soll der Fragebogen die wahrgenommene Erholung und Belastung im Zusammenhang mit Verletzungen ermitteln.

Insgesamt wurden 44 FußballspielerInnen des SK Rapid Wiens im Alter von 11 bis 14 Jahren befragt.

4. Ergebnisse

Es zeigt sich, dass es einige Kinder gibt, die noch nie wegen einer Verletzung im Fußball einen Arzt besuchten. Weiters fühlen sich die Spielerinnen und Spieler am meisten von sich selbst unter Druck gesetzt. Betrachtet man die Freizeitgestaltung neben Schule und Fußball, so erkennt man, dass für die Mehrheit keine Zeit bleibt um andere Aktivitäten zu unternehmen. Außerdem wurde festgestellt, je älter die Spielerinnen und Spieler sind, desto niedriger ist der aktuelle Beanspruchungszustand.

Anhand der aufgestellten Hypothesen konnte bestätigt werden, dass sich das Alter der SpielerInnen auf die Anzahl deren Verletzungen auswirkt.

Hinsichtlich der subjektiven Belastbarkeit im Leistungssport Kinderfußball konnten keine signifikanten Ergebnisse gezeigt werden.

5. Conclusio

Aktuell kann anhand dieser Studie nicht erwiesen werden, dass die subjektive Belastbarkeit der Kinder Einfluss auf deren Verletzungen hat. Ein wichtiger Punkt in der Praxis ist jedoch, die Motive, die eine erhöhte subjektive Belastbarkeit zeigen zu reduzieren. TrainerInnen müssen Belastungsfaktoren erkennen und reduzieren, um so mögliche Indikatoren für Verletzungen herabzusetzen. Dies ist allerdings nur möglich, wenn die Vertrauensbasis zwischen dem Betreuerstab und der SportlerInnen sowie die Teamzusammengehörigkeit stimmt.

Die Daten sind eine gute Grundlage für die einzelnen Vereine, um im medizinischen und physiotherapeutischen Bereich gezielter auf die SpielerInnen im Zusammenhang mit ihren Verletzungen eingehen zu können.

6. References

- (1) Rose, T., Grading, R. & Imhoff, A.B. (2006). Die Angst der Sportler vor dem Aus: Typische Verletzungen beim Fußball: Ursachen und Prognosen. *MMW – Fortschritte Der Medizin*, 148(23), 32-37.
- (2) Beckmann, J., & Ehrlenspiel, F. (2018). Strategien der Stressregulation im Leistungssport. In *Handbuch Stressregulation und Sport* (pp. 417-433). Berlin, Heidelberg: Springer.
- (3) Mayer, J., & Thiel, A. (2011). Verletzungen im Leistungssport aus soziologischer Perspektive: Ein Überblick. *Sportwissenschaft*, 41(2), 124-136.
- (4) Kleinert, J., & Liesenfeld, M. (2002). Betreuer-Sportler-Interaktionen nach Sportverletzungen im professionellen Hallenhandball - eine Interviewstudie. *Schweizerische Zeitschrift für Sportmedizin und Sporttraumatologie*, 50(2), 77-84.

Jacqueline Aschenbrenner, BSc.

Bruckerstraße 11/7/5
2432 Schwadorf bei Wien

Tel.: 0664/4171972
e-Mail: jacqueline.aschenbrenner@gmx.at

