



## Suchtprävention in Sportvereinen

Trainer sind für Jugendliche wichtige Vorbilder



Für viele Kinder sind ihre Trainer große Vorbilder

© lilufoto, fotolia

Sportvereine sind für viele Kinder und Jugendliche beliebte Treffpunkte; viele verbringen dort einen Großteil ihrer Freizeit. Die Sport- und Jugendtrainer nehmen dabei häufig eine ganz besondere Position ein – sie sind für ihre Schützlinge ein großes Vorbild. Dabei bezieht sich diese Vorbildfunktion nicht nur auf die sportliche Ebene, sondern geht weit über den Spielfeldrand hinaus. So werden im Training auch Themen behandelt, die nicht direkt etwas mit dem Sport zu tun haben, wie etwa Drogen oder Alkohol.

Wie der Umgang mit dem Thema [Suchtprävention](#) in der Arbeit mit Jugendlichen ganz konkret aussehen kann, erklärt Eberhard Lang, Sporttrainer und Mediator aus Hüttenberg bei Gießen. Er ist seit vielen Jahren in der Jugendarbeit und in der Aus- und Fortbildung von Trainern tätig.

### Herr Lang, wie sieht es im Bereich Suchtprävention in Vereinen aus?

Ich persönlich halte es für notwendig, dass Trainer und Übungsleiter sehr viel intensiver Aus- und Fortbildungen erhalten. Aus meiner Sicht werden sie nicht genügend für das Thema sensibilisiert. Aktive [Suchtprävention](#) wird kaum gemacht. Wenn über Drogen gesprochen wird, dann ist damit in der Regel Doping gemeint. Die legalen Drogen wie Alkohol oder Nikotin werden oft nicht thematisiert. Aber genau das müsste angesprochen werden. Ein weiterer Punkt: Sucht- und [Gewaltprävention](#) sollte meiner Meinung nach auch nicht getrennt werden. Außerdem sollte es darum gehen, Demokratie zu unterstützen und etwa Radikalismus entgegenzuwirken. Das hängt alles zusammen. Die Sportvereine müssen zudem auf die Eltern zugehen, damit sie die Trainer unterstützen.

### Wie gehen Sie selbst als Trainer mit dem Thema Drogen um?

Ich versuche, Vorbild zu sein. Für mich ist wichtig, dass man etwa einen vernünftigen Umgang mit Alkohol vorlebt. Ich habe zum Beispiel gerade für eine Gruppe von 18- und 19-Jährigen eingekauft, die bei uns im Verein Südwestdeutscher Meister im Handball



geworden sind. Die bekommen von mir zum Feiern zwei Sixpacks Radler – und ansonsten Wasser und Apfelsaft. Die Volljährigen bekommen von mir das Gleiche angeboten, wie die Jüngeren. Alle wissen, dass ich da ganz konsequent bin. Aber es wird akzeptiert. Leider sieht das nicht jeder so. Manche Eltern schieben ihren 15-jährigen Söhnen nach einem Sieg als Lob einen Kasten Bier in die Kabine. Das halte ich für falsch. Es geht hier ja auch um Motivation und Ansporn. Da geht es anschließend schnell nach dem Motto: „Wenn wir gewinnen, gibt es wieder Alkohol.“ Man muss sich das als Erwachsener wirklich klar machen, dass man eine Vorbildfunktion hat. Neben der Stärkung des Selbstbewusstseins ist es als Trainer zudem wichtig, Wert auf Ziele und gemeinsame Regeln zu legen. Beim Thema Alkohol versuche ich den Jugendlichen außerdem auch immer klarzumachen, wie dieser überhaupt im Körper wirkt. Wenn die Jugendlichen fast jeden Tag trainieren und leistungsorientiert arbeiten, sich dann aber am Wochenende mit Alkohol zuschütten, dann erkläre ich ihnen, dass dadurch eine ganze Woche Trainingsarbeit komplett umsonst war. Mein Eindruck ist, dass ich damit viele erreiche – aber natürlich nicht alle.









Eberhard Lang

Sporttrainer und Mediator, © privat

Seite: **1** 2 weiter >>

Folgende Artikel könnten Sie auch interessieren:

-  [Die Sucht nach Glück](#)
-  [„Legal Highs“ – alles andere als legal](#)
-  [Neuer Lebenssinn durch Arbeit](#)
-  [Neknominate](#)
-  [Tödlicher Fusel](#)
-  [Polizeiliche Suchtprävention in Schulen](#)

[Alle Artikel dieser Kategorie](#)

Weitere Infos für Berater zum Thema Drogen



[Cannabis](#) ist und bleibt Einstiegsdroge

Keine Legalisierung weicher Drogen

Soll man sogenannte weiche Drogen wie Haschisch ([Cannabis](#))... [\[mehr erfahren\]](#)



Das „Pick-Up“-Programm für Drogenabhängige in Essen

[Neuer Lebenssinn durch Arbeit](#)

Das Projekt „Pick-Up“ („Aufheben“) in Essen hilft Drogenabhängigen... [\[mehr erfahren\]](#)



Nebenwirkungen von Alkohol, [Cannabis](#) und Liquid [Ecstasy](#)

Mehr als nur der Kater danach



Schädliche Folgen sind keinesfalls auf die harten Drogen beschränkt... [\[mehr erfahren\]](#)

---



Beleidigungen, Drohungen, tätliche Angriffe

[Gewalt in Jobcentern](#)

Ob Polizeibeamte, Feuerwehrlente, Rettungskräfte oder Busfahrer –... [\[mehr erfahren\]](#)

---



Fast jedes sechste Kind in Deutschland lebt in einer Suchtfamilie

[Wenn Eltern süchtig sind, leiden die Kinder](#)

Vorsichtige Schätzungen gehen davon aus, dass es in Deutschland 2,65... [\[mehr erfahren\]](#)

---