



Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in 1Live | 28.07.2017 floatend Uhr | Cornelia Schroers

## Teamtraining

Auf geht's, Training geht los. Ich stehe in der Halle und begrüße die neue Handballschaft der Saison. 16 Mädels. Heute trainieren wir zusammen. Aber ohne Rennen, Schwitzen, Pässe oder Sprungwürfe. Ich trainiere Mannschaften im Bereich Teambuilding.

Spielerisch probieren wir aus, sich auf den anderen zu verlassen. Im Parcours geht es darum Vertrauen aufzubauen, beim "Cross-the-line-Spiel" lernt man die anderen näher kennen. Das ist immer spannend und macht richtig viel Spaß. Manchmal wird es auch konfrontativ. Dann schauen wir auf das, was nicht so gut läuft. Warum gibt es Vorwürfe wie "Du tust nicht genug für die Mannschaft". Das arbeiten wir auf. Die Torwärtlerin spielt immer eine besondere Rolle. Sie soll "den Kasten sauber halten": Aber das schafft sie eben auch nicht alleine. Wenn die Abwehr gut steht, ist das die halbe Miete.

Ziel des Trainings ist es, dass jeder merkt: Die Mannschaft braucht mich, es ist nicht einfach egal wer auf meiner Position spielt, ich gehöre zum Team.

Im Alltag erlebe ich leider oft, dass Menschen sich austauschbar fühlen, auf der Arbeit und teilweise auch in Beziehungen. Austauschbar sein, das ist ein ganz mieses Gefühl. Du bist auf Deiner Position wichtig, das Gefühl brauchen nicht nur meine Mädels im Handballteam. Und eben weil ich weiß, wie gut das tut, das zu fühlen, möchte ich das weitergeben. Dazu muss man gar kein Teamtraining durchführen, das geht im Alltag, ganz nebenbei, einfach mal dem anderen sagen: "Gut, dass Du hier dabei bist".

Cornelia Schroers

Viersen