

Sportler Karriereentwicklung Trainieren der Athleten der Z-Generation

Paul Wylleman

Vrije Universiteit Brussel • Team NL

Spezifikationen der Z-Generation



Definition und Zahlen

- Geboren nach 1995-96
- ± 21% sind jünger als 20 Jahre (in 2014)
- 902'000 0-10 ans+ 854'000 11-20 jährige (in 2014).

(Wylleman, 2019)

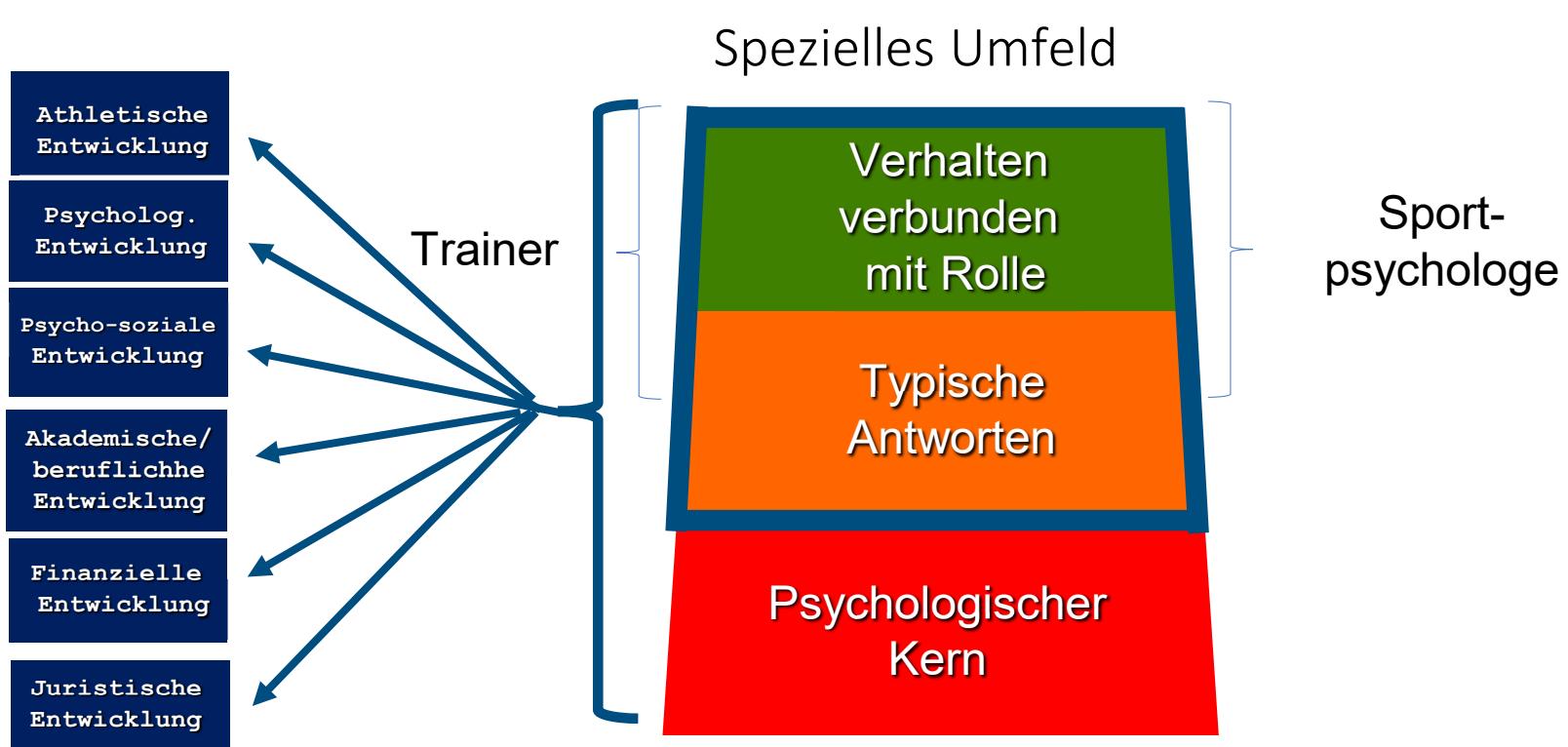
Eigenschaften

- Geringe Aufmerksamkeitsspanne
- Hervorragende technologische Fähigkeiten
- Benötigt Struktur und Grenzen
- Mangel an starken zwischenmenschlichen Fähigkeiten
- Meistgebildete Generation in der Geschichte
- Will an Entscheidungsprozessen teilnehmen

(Wylleman, 2019)

Merkmale & Verhalten & Coaching





(Wylleman, 2019)

Ganzheitliche Perspektive und Funktionen



Gén Z



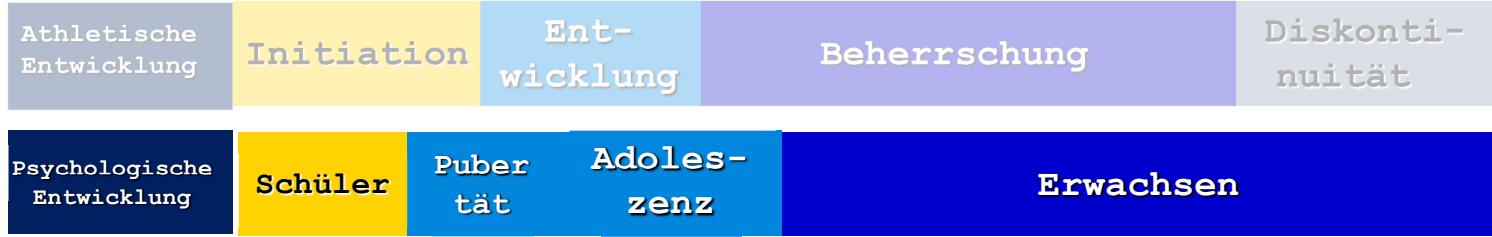
Kurze Aufmerksamkeitsspanne
Leicht abgelenkt
Ergebnisorientiert
Hohe Erwartungen
Befriedigung im
Moment/Ungeduld
Äußerst motiviert
Nicht so belastbar
Kämpfe gegen Missgeschicke
Fehlende Planung
Kann Probleme nicht lösen
Unabhängiger (Reise, Logistik)
Unterschiedlicher Spielstil,
braucht Grundlagen
Optischer Vorteil

(Wylleman, 2019)



(Gould, Nalepa & Mignano, 2019; Wylleman, 2019)

Gén Z



Langsamere Entwicklung
Mag keine Kritik/negative Kommentare
Ängstlicher und Stimmungsstörungen.

(Wylleman, 2019)

Gén Z

Athletische Entwicklung	Initiation	Entwicklung	Beherrschung	Diskontinuität
Psychologische Entwicklung	Schüler	Pubertät	Adoleszenz	Erwachsen
Psychosoziale Entwicklung	Eltern Geschwister Partner	Partner Coach Eltern	Partner – junge Familie Coach – team/Staff Teamkollegen – Studenten	Familie (Coach) Partner
				Kümmert sich darum, was andere denken Mangel an starken zwischenmenschlichen Fähigkeiten Passive/Schlechte Kommunikatoren Will in Entscheidungsprozesse einbezogen werden Überprüft ob die Autorisierungsziffern korrekt sind Offen, wenn sie/er enge Beziehungen zum Trainer hat.

(Wylleman, 2019)

Gén Z

Athletische Entwicklung	Initiation	Entwicklung	Beherrschung	Diskontinuität
Psychologische Entwicklung	Schüler	Pubertät	Adoleszenz	Erwachsen
Psychosoziale Entwicklung	Eltern Geschwister Partner	Partner Coach Eltern	Partner – junge Familie Coach – team/Staff Teamkollegen – Studenten	Familie (Coach) Partner
Akademische/berufliche Entwicklung	Primär Ausbildung	Sekundär Ausbildung	(Halb-) prof. Athlet Höhere Ausbildung Halb-) prof. Athlet	Post-Sportkarriere

Hervorragende technologische Fähigkeiten
Die am besten ausgebildete Generation der Geschichte

(Wylleman, 2019)

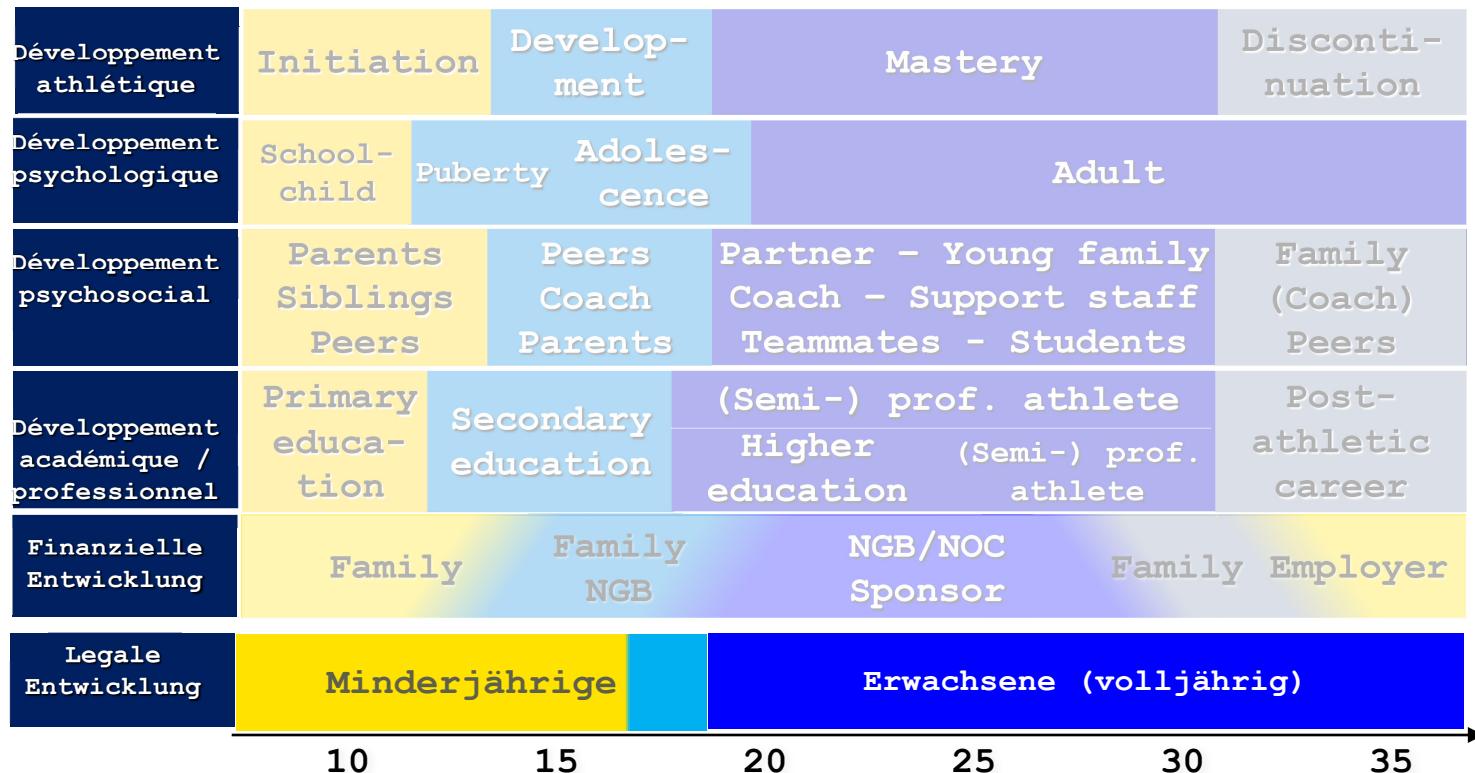
Gén Z

Athletische Entwicklung	Initiation	Entwicklung	Beherrschung		Diskontinuität
Psychologische Entwicklung	Schüler	Pubertät	Adoleszenz	Erwachsen	
Psychosoziale Entwicklung	Eltern Geschwister Partner	Partner Coach Eltern	Partner – junge Familie Coach – team/Staff Teamkollegen – Studenten	Familie (Coach) Partner	
Akademische/berufliche Entwicklung	Primär Ausbildung	Sekundär Ausbildung	(Halb-) prof. Athlet Höhere Ausbildung		Post-Sportkarriere
Développement financier	Famille		Famille ING	ING/CNO Sponsor	Famille Employeur

Begrenzte/fehlende finanzielle Möglichkeiten

(Wijngaard, 2019)

Gén Z



(Wylleman, 2019)

Athleten der Generation Z trainieren



Ein Haltung einnehmen

- Einfühlungsvermögen und Verständnis für die Sichtweise der Generation Z-Athleten haben.

(Wylleman, 2019)

Die Kommunikation optimisieren

- Fragen für eine offene Kommunikation stellen
- Erwartungen für auf und neben dem Feld setzen
- Anweisungen mit negativen Antworten paaren.

(Wylleman, 2019)

Beziehungen stärken

- Fragen für eine offene Kommunikation
- Erwartungen auf und neben das Feld setzen
- Anweisungen mit negativen Rückmeldungen paaren.

(Wylleman, 2019)



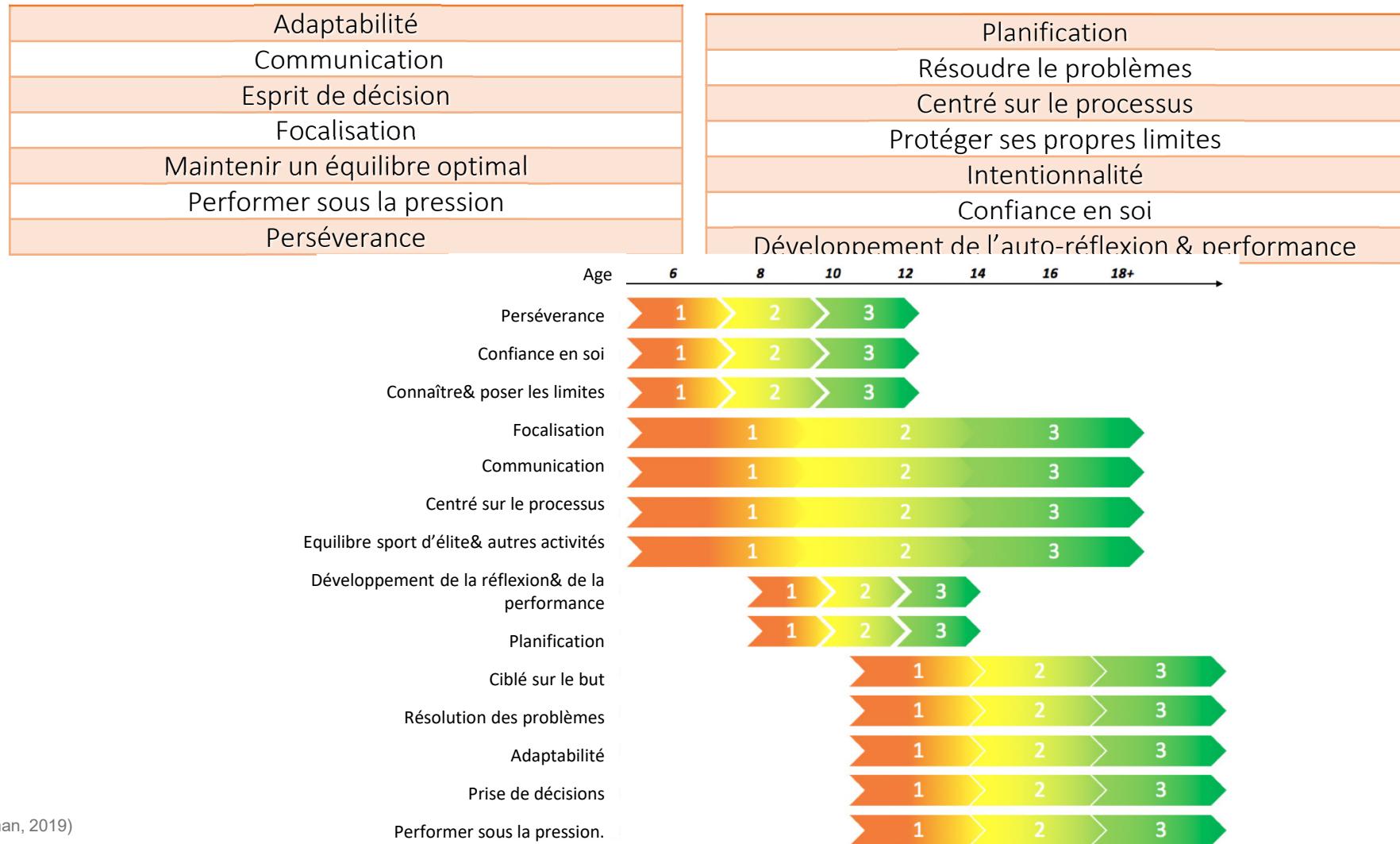
(Gould, 2019)

Kompetenzen entwickeln

- Erklären Sie die Wichtigkeit von Widrigkeiten und helfen Sie den Athleten, die nächste Stufe zu erreichen
- Steigern Sie die Widerstandsfähigkeit, indem Sie Widrigkeiten und Schulungen schaffen
- Bereiten Sie sich vor und bitten Sie die Spieler, die Kämpfe in der Praxis mit der Gruppe zu besprechen
- Technologie nutzen

(Wylleman, 2019)

Développer des compétences



(Wylleman, 2019)



Überlegungen



- Jede Generation hat ihre eigenen Eigenschaften
- Jeder Athlet hat seine eigenen Eigenschaften
- Analyse der Merkmale und Nutzung der Stärken der Athleten (Debet-Ansatz)
- Konzentration auf die Entwicklung von Athletenkompetenzen
- Die Stärke des Trainings wird eher von den Fähigkeiten des Trainers als von den Merkmalen der Athleten bestimmt

(Wylleman, 2019)