



Einladung zum Podium

«Elterndialog: Wie viel Leistungsdruck ist zu viel?»

Die Freude am Sport soll für Kinder und Jugendliche im Zentrum stehen. Dennoch zählt in der Nachwuchsförderung und im Leistungssport die Leistung. Eine achtsame Auseinandersetzung mit Druck, Verzicht und Grenzen ist notwendig – zum Wohle und zum Schutz der jungen Sportlerinnen und Sportler. Der Spagat zwischen Unter- und Überforderung verlangt viel Reflexion von Erziehungsberechtigten, Lehrpersonen, Trainerinnen und Trainer. Ein sorgfältiges Zusammenspiel hilft, Signale der Überforderung frühzeitig zu erkennen und aufzufangen. Der Umgang mit Leistungsdruck verlangt zudem realistische und transparente Ziele, aber auch eine wachsende Selbstbestimmung der Athletinnen und Athleten selbst. Wie kann ein gesunder Umgang mit Leistungsdruck durch Erziehungsberechtigte unterstützt werden? Wie kann das gute Mass gewahrt werden? Wo gilt es, Grenzen zu erkennen und zu setzen?

Neben einer Einführung über Athletinnen- und Athletenwege im Leistungssport und deren Herausforderungen gibt die Veranstaltung anhand des Ethik-Kompasses von Swiss Olympic Orientierung zum Thema Leistungsdruck und thematisiert Handlungsräume der Erziehungsberechtigten, Lehrpersonen, Trainerinnen und Trainer. Sie führt zudem in eine aktive Auseinandersetzung unter Erziehungsberechtigten.

Datum:	Donnerstag, 30. April 2024
Ort:	Aula Sportschule RJ, Bollwiesstrasse 11, 8645 Jona
Zeit:	18.30 – ca. 20.00 Uhr

- Programm:** Begrüssung und Einstieg
Challenges für Athletinnen und Athleten, FTEM und Athletenwege
Ethik-Kompass: Orientierung im Umgang mit Leistungsdruck
Austausch zu Situationsbeispielen
Offene Fragerunde und Anliegen an Swiss Olympic
Hilfestellungen/Tools für den Alltag
Take home messages
- Moderation:** Maja Neuenschwander, Leiterin Athlete Hub
Karin Iten, Ethik im Sport
Stefanie Gerber, Ethik im Sport
- Anmeldung:** Bitte melden Sie sich hier an: [Anmeldung](#)

Wir freuen uns auf einen spannenden Abend!

