MENTALITÄTS-CHECK · SPIELERVERSION

WAS DENKT DEIN TEAM?

Dieselben 28 Aussagen wie in deinem Check, aus Sicht der Spieler. Spannend wird es dort, wo deine Einschätzung und die deines Teams auseinanderliegen.

1. **Ankündigen.** Erkläre kurz, worum es geht: nicht um Noten, sondern darum, gemeinsam besser zu werden.
2. **Anonym ausfüllen.** Jeder Spieler bekommt einen Bogen (die nächsten zwei Seiten, am besten beidseitig kopiert), ohne Namen. Zehn Minuten, am besten nach dem Training. Du bist in der Zeit nicht im Raum.
3. **Einsammeln.** Eine Box oder ein Umschlag, in den jeder seinen Bogen selbst wirft.
4. **Auswerten.** Pro Bereich alle Summen addieren und durch die Zahl der Bögen teilen. Trag den Teamdurchschnitt neben deine eigene Summe ein.

DEINE SICHT UND DIE SICHT DES TEAMS

BEREICH	DEINE SUMME	TEAM-DURCHSCHNITT	DIFFERENZ
01 Vertrauen			
02 Vorfreude			
03 Verbindlichkeit			
04 Umgang mit Fehlern			
05 Fokus			
06 Selbstvertrauen unter Druck			
07 Zusammenhalt auf dem Platz			

> **So liest du das Ergebnis:** Ab etwa vier Punkten Unterschied lohnt sich ein Gespräch, mit dem Mannschaftsrat oder in einer kurzen Kabinenrunde. Nicht als Anklage, sondern als Frage: Woran liegt es, dass wir das unterschiedlich sehen?

WIE SIEHST DU DAS?

Anonym, ohne Namen.
Denk an die letzten vier bis sechs Wochen.
1 = trifft nicht zu · 3 = teils · 5 = trifft voll zu

01 VERTRAUEN

	1	2	3	4	5
Wenn ich ein Problem habe, gehe ich von mir aus zum Trainer.	○	○	○	○	○
Ich weiß, was der Trainer von mir erwartet, und was ich von ihm erwarten kann.	○	○	○	○	○
Ich akzeptiere Entscheidungen des Trainers, auch wenn sie mich treffen.	○	○	○	○	○
Der Trainer hat in diesem Halbjahr mindestens einmal unter vier Augen mit mir gesprochen.	○	○	○	○	○

Summe 01 ☐ / 20

02 VORFREUDE

	1	2	3	4	5
Ich komme gern zum Training, nicht nur aus Pflicht.	○	○	○	○	○
Im Training habe ich viele Ballaktionen.	○	○	○	○	○
In fast jeder Übung gibt es einen Wettkampf.	○	○	○	○	○
Ich weiß, an welchem Thema wir gerade arbeiten.	○	○	○	○	○

Summe 02 ☐ / 20

03 VERBINDLICHKEIT

	1	2	3	4	5
Ich komme regelmäßig und pünktlich zum Training.	○	○	○	○	○
Ich sage rechtzeitig ab, wenn ich nicht kommen kann.	○	○	○	○	○
Auch ohne Belohnung oder Druck gebe ich im Training alles.	○	○	○	○	○
Auch nach Niederlagen komme ich genauso regelmäßig zum Training.	○	○	○	○	○

Summe 03 ☐ / 20

04 UMGANG MIT FEHLERN

	1	2	3	4	5
Nach einem Gegentor bleibe ich ruhig und spiele weiter nach Plan.	○	○	○	○	○
Ich mache Mitspielern nach Fehlern keine Vorwürfe.	○	○	○	○	○
Nach einer Niederlage bin ich im nächsten Training wieder voll da.	○	○	○	○	○
Ich traue mich auch nach einem Fehler, wieder Risiko zu gehen.	○	○	○	○	○

Summe 04 ☐ / 20

05 FOKUS

	1	2	3	4	5
Ich bin von der ersten Minute an hellwach.	○	○	○	○	○
In den letzten 15 Minuten lässt meine Konzentration nicht nach.	○	○	○	○	○
Schiri-Entscheidungen oder Zuschauer bringen mich nicht aus dem Konzept.	○	○	○	○	○
Im Training arbeite ich konzentriert, auch bei einfachen Übungen.	○	○	○	○	○

Summe 05 ☐ / 20

06 SELBSTVERTRAUEN UNTER DRUCK

	1	2	3	4	5
In engen Spielen will ich den Ball haben, statt ihn loszuwerden.	○	○	○	○	○
Gegen stärkere Gegner trete ich mutig auf.	○	○	○	○	○
Bei Rückstand glaube ich noch an den Sieg.	○	○	○	○	○
In wichtigen Spielen zeige ich meine normale Leistung.	○	○	○	○	○

Summe 06 ☐ / 20

07 ZUSAMMENHALT AUF DEM PLATZ

	1	2	3	4	5
Ich kenne unsere gemeinsamen Ziele für die Saison.	○	○	○	○	○
Ich übernehme auf dem Platz Verantwortung für meine Mitspieler.	○	○	○	○	○
Auch wenn ich auf der Bank sitze, ziehe ich voll mit.	○	○	○	○	○
Bei Problemen im Spiel rede ich mit meinen Mitspielern, statt mich wegzuducken.	○	○	○	○	○

Summe 07 ☐ / 20