


|                         |  |                                   |
|-------------------------|--|-----------------------------------|
| kognitives Training     |  | Lehrgangsschulung TT-Jugend       |
| <b>Sportpsychologie</b> |  | <i>Erstellt: Thorsten Bamberg</i> |

## Zwei Spielsituationen unterschiedlicher Charaktere

1)

Michael spielt gegen Martin, es steht Im 5. Satz 7:7, Aufschlag hat Michael, der Rückschlag von Martin springt gleich an die Tischkante zum 7:8. Michael flucht und meckert, ist plötzlich von der Rolle und macht einen Fehlaufschlag zum 7:9. Den nächsten Aufschlag von Martin spielt er mit einem Schupfball ins Netz, obwohl er bisher die Returns immer gleich angriff. Danach spielte er den Rückschlag so hoch rüber, dass Martin nur noch mit einem Vorhand Schuss vollenden musste und 11:7 gewann.

2)

Stefan spielt gegen Jörg, es steht im 5. Satz 7:7, Aufschlag hat Stefan, der Rückschlag von Martin springt an die Tischkante zum 7:8. Stefan hebt den Daumen anerkennend, guckt Jörg an und sagt lächelnd: „besser hätte ich ihn auch nicht plazieren können!“. Dann stellt er sich zum nächsten Aufschlag hin, blickt Jörg sehr konzentriert und fest in die Augen und schlägt so gut halblang mit Unterschnitt auf, dass sich Jörg nur mit einem langen Schupfball als Rückschlag helfen kann. Stefan spielt sofort einen harten Topsin nach, den Jörg als Abwehrball wiederbring. Diesen schießt Stefan ihm um die Ohren, ballt die Faust und feuert sich laut an: „Tsooaaa! Komm, das geht noch!!!“ Danach spielt er „saustark“ weiter und gewinnt 11:9.

### Fragen:

- 1) Wo besteht wohl der Unterschied im Denken zwischen Michael und Stefan nach den Kantenbällen zum 7:8? (Was denkt Michael, was denkt Stefan?)
- 2) Kann man diese Denkweisen auch trainieren und üben, oder ist es einfach nur angeboren?