



Baden-Württemberg.de

📅 13.01.2020

SPORT

# Ringerweltmeister gibt Tipps für Umgang mit Rückschlägen



📷 © Kultusministerium Baden-Württemberg

**Kultusministerin Susanne Eisenmann und der dreifache Ringerweltmeister Frank Stäbler haben das Projekt „Be ready!“ gestartet. Junge Menschen lernen dabei durch den Sport, wie sie auf Rückschläge und Herausforderungen reagieren können.**

In der Schulzeit und in der Schule werden die Weichen für das Leben gestellt. Dabei sollen die jungen Menschen auch lernen, auf Herausforderungen und Rückschläge zu reagieren. Dafür benötigen sie unter anderem Durchhaltevermögen, Leidenschaft und Engagement – und das alles kommt im Sport im Besonderen zum Tragen. Die Grundsätze aus dem Sport lassen sich gut auf das tägliche Leben übertragen, der Sport kann als Transfer für die Vermittlung von Werten und Einstellungen dienen. Hier setzt das Projekt „Be ready!“ an, das in der **Ludwig-Uhland-Schule** in Leinfelden-Echterdingen startet

und bei dem Frank Stäbler Motivationsvorträge in Schulen hält. Initiatoren sind der dreifache Ringerweltmeister, das Kultusministerium und die [Stiftung Sport in der Schule](#).

„Schule hat die Aufgabe, die jungen Menschen auf das alltägliche und berufliche Leben vorzubereiten. Und das in einer großen Bandbreite. Der Sport bietet hier zahlreiche Möglichkeiten, die dabei helfen, dieses Ziel zu erreichen“, sagt Sportministerin [Dr. Susanne Eisenmann](#), die gemeinsam mit Frank Stäbler in dessen ehemaliger Schule den Startschuss vor etwa 160 Schülerinnen und Schülern der Klassen fünf bis zehn gibt. Sie fügt an: „Frank Stäbler steht wie kein Zweiter für eine disziplinierte Lebensweise und für mentale Stärke. Er hat Stolpersteine gemeistert und schafft es, sich immer und immer wieder zu motivieren. Seine Erfahrungen im Umgang mit Druck, seine Zielstrebigkeit, sein Herzblut lassen sich gut vom Sport auf die Schule und den Alltag übertragen. Er ist nicht nur Ausnahme-, sondern auch Vorzeige-Sportler und daher in besonderem Maße als Gesicht und Impulsgeber von ‚Be ready!‘ geeignet.“

## Hinfallen ist keine Schande

In seinen Motivationsvorträgen an den Schulen erzählt der 30-Jährige seine Geschichte vom Ringerkindergarten in Musberg bei Stuttgart bis zum besten Ringer der Welt – er ist der einzige, der in drei Gewichtsklassen Weltmeister wurde. Dabei gibt er praxisnahe Tipps im Umgang mit Druck, Ängsten und Rückschlägen. „Es ist wichtig, an seine Träume zu glauben und diese zu verfolgen. Mit Fleiß und Zielstrebigkeit kann man alles erreichen. Verlieren und Hinfallen sind keine Schande, aber Aufgeben und Liegenbleiben. Immer wieder habe ich erfahren: Auch wenn die Chance noch so klein ist, es ist eine Chance“, sagt Stäbler und fährt fort: „Respekt und Ehrlichkeit sind durch nichts zu ersetzen. Ich freue mich, gemeinsam mit dem Kultusministerium das Konzept von ‚Be Ready!‘ umzusetzen und die Erfahrungen meiner langen und erfolgreichen Sportkarriere hier optimal einbringen zu können.“

Ziel des Projekts, im Rahmen dessen aktuell elf Veranstaltungen auf dem Plan stehen, ist es, das Selbstbewusstsein der jungen Menschen zu stärken, ihnen Tipps für Herausforderungen im (Schul-)Alltag zu liefern und ihnen somit Hilfestellungen für ihren Lebensweg zu geben. „Schülerinnen und Schüler müssen sich nicht nur Wissen und Kompetenzen aneignen. Sie müssen auch lernen, Verantwortung für sich und ihr Tun zu übernehmen. Eben Pestalozzi-Pädagogik im besten Sinne: Mit Kopf, Herz und Hand“, sagt Ministerin Eisenmann und ergänzt: „Dabei brauchen die Kinder und Jugendlichen Unterstützung und Begleitung. Und ‚Be ready!‘ ist hier ein weiterer Baustein im Rahmen unserer Angebote.“

## Be ready!

Unter dem Titel „Be ready!“ hält der baden-württembergische Ringerweltmeister an ausgewählten weiterführenden Schulen (vor allem Eliteschulen des Sports und Partnerschulen der Olympiastützpunkte) sowie an Grundschulen Motivationsvorträge. Im Fokus stehen der Sport, aber auch Aspekte wie der Umgang mit Rückschlägen, Angst und Druck. An den weiterführenden Schulen konzentriert sich Stäbler auf das Thema Motivation, an den Grundschulen mehr auf die Sportart Ringen und den Sport im Allgemeinen. Nach jedem Vortrag können die Kids mit dem Leistungssportler und Motivationsexperten noch ins Gespräch kommen, Fragen stellen, Autogramme holen.

