

## Am Herd

BRANDHEISS UND HÖCHST PERSÖNLICH

Mein Handy verwechselt die Fotos meiner Kinder und die Telefonnummern von meinem Mann und einem Kollegen.

Irgendwann werde ich ihn Süßer nennen.

VON BETTINA STEINER



Neulich habe ich beim Abendessen vom Kollegen Stephan S. gesprochen. Ich war ihm nämlich nach langer Zeit am Gang über den Weg gelaufen. „Oh!“, hat meine jüngere Tochter gerufen: „Der Stephan S.! Ich habe das Gefühl, ich kenne den schon ewig!“

Dazu muss man sagen, dass Marlene diesen Stephan S. noch nie zu Gesicht bekommen hat, ja gar nicht weiß, was er eigentlich so macht den lieben langen Tag; sie kennt ihn nur von meinem Handy. Dort habe ich seine Nummer eingespeichert, und bei irgendeiner Umstellung oder Neukonfigurierung oder Synchronisierung hat dieses Handy die Kontakte durcheinandergewürfelt.

Seither glaubt es, mein Mann Stephan E. sei mein Kollege Stephan S.

Und da rede ich nicht vom Phänomen des Arbeitsehemanns. Das kenne ich natürlich auch. Mit einem Kollegen habe ich so viel zu tun gehabt, dass mich von ihm nicht nur einmal am Telefon völlig verwirrt mit „Bussi“ verabschiedet habe. Dafür hat ein anderer Kollege mich „Honey“ genannt, es war übrigens ein Streitesgespräch und wir hatten Zeugen. „Honey!“, sagte er: „Das musst du mir wirklich nicht erklären!“

Die Zeugen glaubten, wir hätten eine Affäre, ich dagegen weiß seither, dass er seine Frau Honey nennt. Also zumindest, wenn sie streiten.

Was einem echten Menschen nie passieren könnte: dass er meine beiden Töchter verwechselt. Die sind nämlich absolute Unikate. Die Foto-App dagegen findet, es sei ein und dieselbe Person. Sie ist darin sehr konsequent, obwohl – und das lässt mich ernsthaft daran zweifeln, dass künstliche Intelligenz jemals die Weltherbschaft übernehmen wird – es jede Menge Fotos gibt, auf denen beide gleichzeitig zu sehen sind. Da lungern dann Hannah und Hannah in Venedig auf einem Löwen herum oder Hannah und Hannah ziehen einander in der Badewanne an den Ohren. Oder sie schauen mit Anti-Pickel-Gesichtsmasken in die Kamera, die eine Hannah trägt weiß und die andere Hannah trägt schwarz.

Jetzt kann man natürlich behaupten, es seien gar nicht die Algorithmen schuld. Das Problem liegt beim Nutzer, also mir! Ich hätte meinen Mann zum Beispiel nicht nur mit dem Vornamen einspeichern sollen, sondern unter Süßer (lieb) oder Herr Dr. Eibel (streng). Ich hätte den Irrtum schon vor einem Jahr richtigstellen können. Und ich hätte die Foto-App besser erziehen sollen.

Das Foto von mir als 24-Jährige, das sich auf dem Umweg über irgendeine Nachricht ins Fotoarchiv geschummelt hat, identifiziert die App übrigens eindeutig als Bettina Eibel-Steiner. Schade. Ich wäre gern Hannah gewesen. Oder Marlene.

E-Mails: [bettina.eibel-steiner@diepresse.com](mailto:bettina.eibel-steiner@diepresse.com) [diepresse.com/amherd](http://diepresse.com/amherd)

## COLUMBUS REISETHEK

Oman  
Magie des Orients



Reisetermin

30.01. – 12.02.26

14 Tage im DZ ab € 5.390 p.P.

Europ. Reiseversicherung ab € 462 p.P. im DZ



# Wenn Sport und Musik den Takt in der Familie vorgeben

Ein intensives Hobby eines Kindes prägt das Leben der gesamten Familie. Der Aufwand potenziert sich, steht eine Profilaufbahn im Raum. Warum nehmen die Eltern trotzdem all die Mühen gern auf sich?

VON SANDRA LOBNIG

Wer bei den Cheerleaderinnen der Vienna Vikings ein Training ausfallen lässt, sollte dafür einen triftigen Grund haben – ein Beinbruch oder hohes Fieber zählen dazu, eine Mattheschularbeit eher nicht. „Fehlen ist nicht drin“, fasst Petra Donal zusammen, „außer man ist krank.“ Die Cheerleaderinnen wissen das. Petra Donals Tochter Pauline ist eine von ihnen. Mit sieben Jahren war Pauline zum ersten Mal „auf der Matte“, heute ist sie fünfzehn und wird bei einem Stunt schon einmal drei Meter in die Luft geworfen.

Pauline strebt keine Profikarriere an, trotzdem erwartet der Verein von ihr hundertprozentiges Commitment – die Gymnastin ist bereit, es zu geben, und ihre Familie steht hinter ihr. Geburtstagsfeiern, Urlaube, Verwandtschaftsbesuche werden rund um den Sport geplant. Denn beim Cheerleading zählt jede einzelne. Fehlt ein Mädchen, hakt die ganze Choreografie.

Geburtstagsfeiern, Urlaube, Besuche werden rund um den Sport geplant.

An diesem Montagnachmittag Ende März klappt Petra Donal eine der Sitzflächen in der langen Reihe aus Metallstühlen hinunter und nimmt dort Platz, wo sie sonst nicht sitzen darf: auf der Zuschauertribüne der Turnhalle in Wien Erdberg. Knapp dreißig Mädchen von 15 bis 19 Jahren in violetten Mannschaftsdressen und weißen Shorts wärmen sich in der Halle auf, beim synchronen Springen, mit Liegestütze und Sprechchören. Normalerweise ist Zuschauen beim Cheerleader-Training nicht erlaubt, Publikum könnte die Mädchen ablenken. Für den Besuch der „Presse am Sonntag“ wird eine Ausnahme gemacht. Petra Donal ist die Aussicht auf die trainierenden Mädchen deshalb nicht vertraut, obwohl sie Pauline jahrelang in die Sporthalle begleitet hat. Während des Trainings wartete sie jedes Mal zwei Stunden in der Garderobe. Drei, manchmal sogar vier Mal in der Woche. „Und ich hatte immer Paulines kleinen Bruder im Schlepptau.“ Sie hielt ihn mit Snacks und Vorlesen bei Laune. Anstrengend sei das gewesen, erinnert sie sich. Heute fährt Pauline aus Purkersdorf allein zum Training, und der Papa holt sie auf dem Heimweg von der Arbeit ab.

Hoher Aufwand. In Österreich ist jeder zweite Bub von sechs bis fünfzehn Jahren in einem Sportverein aktiv, bei den Mädchen sind es rund vierzig Prozent. Ein Teil von ihnen betreibt wie

Pauline Donal den Sport besonders intensiv. Auch andere Hobbys wie das Erlernen eines Instruments bringen in vielen Familien einen hohen Aufwand mit sich. Eltern leisten unzählige Fahrtendienste, sitzen bei Wind und Regen am Spielfeldrand und tragen die Kosten, die anfallen. Vereinsbeiträge machen dabei meist den kleinsten Teil aus. Richtig teuer werden zusätzliche Camps, Reisekosten bei Wettkämpfen oder die Ausrüstung. Wer ein musikalisch begabtes Kind hat, sollte sich auf größere Investitionen einstellen: Eine Geige für angehende Profimusiker kann an die 10.000 Euro kosten, für ein Cello zahlt man dreimal so viel. Der Bogen kostet extra. Viel Einsatz für ein Hobby, der sich noch einmal potenziert, wenn eine Profikarriere im Raum steht – und das ohne die Garantie, dass es damit klappt.

Lena und Tina, die Töchter von Philipp Helminger aus Katsdorf in Oberösterreich, spielen Geige und Cello, dazu Klavier als begleitendes Instrument. Dabei von einem bloßen Hobby zu sprechen, würde dem hohen Investment der Mädchen nicht gerecht. Sie musizieren auf hohem Niveau und mit großem Eifer. Philipp Helminger hängt als Vater fest mit drin. „Meine Frau und ich teilen uns die Aufgaben auf. Ich übernehme alles, was mit der Musik zu tun hat, sie die Schule.“ Mehrmals pro Woche packt er die Instrumente ins Auto und fährt mit seinen Töchtern zum Unterricht nach Gallneukirchen oder Linz, an den Wochenenden brechen sie oft früh am Morgen zu den Zusatzlehrern der Mädchen in Wien und Salzburg auf.

Zu Hause setzt sich Philipp Helminger dazu, wenn Tina Cello übt. Er motiviert, wenn die Mädchen frustriert sind, weil sie an einer schwierigen Stelle in einem Stück nicht weiterkommen. Die Musik bestimmt nicht nur das Leben seiner Töchter, sondern auch sein eigenes. Doch nicht alles ist der Musik untergeordnet, darauf achten die Eltern. Sie wollen ihre Töchter nicht „pushen“, außerdem haben Tina und Lena noch zwei jüngere Brüder. „Es wäre unfair



ihnen gegenüber, würde sich alles nur noch um die Musik drehen.“ Die Kleinen sollen nicht zu kurz kommen.

Mitfiebern. Erleben Eltern, mit welcher Begeisterung sich ihr Kind einer Sache widmet, nehmen sie all die Mühen in Kauf, die endlose Warterei in schmucklosen Sportgarderoben zum Beispiel. „Wenn Pauline ihre Choreografie zu Hause im Wohnzimmer wieder und wieder übt, sehe ich, wie begeistert sie ist. Das ist pure Leidenschaft“, bestätigt Petra Donal. Bei jedem Wettkampf fiebert sie mit. In den Zuschauerreihen klammert sie sich an ihren Mann, betet, dass die Choreografie fehlerfrei läuft und die Mädchen den Lohn für ihre harte Arbeit ernten können – und flüpt vor Freude aus, wenn es klappt. „Die ganze Familie jubelt und schreit, da kann man nicht mehr ruhig im Sessel sitzen.“

Auch bei Familie Helminger freuen sich alle, wenn eines der Mädchen einen Preis gewinnt. Tönen die Melodien, durch die sich Lena und Tina beim Üben Note für Note gearbeitet haben, harmonisch durchs Haus, geht den Eltern das Herz auf. Für Philipp Helminger ist die Gleichung einfach: „Wenn die Kinder Freude haben, haben auch wir Eltern Freude.“

Die Sportpsychologin Andrea Engleder begleitet vielversprechende Nachwuchsleistungssportler und deren Familien. Sie kennt die Herausforderungen und weiß, wie sehr Kinder und Jugendliche zugleich



Mama Petra Donal begleitete ihre Tochter Pauline drei bis vier Mal in der Woche zum Training, jahrelang musste auch ihr jüngerer Bruder Christoph mit. Jana Madzjgon



“

Ohne die Unterstützung der Eltern geht es nicht. Vor allem, wenn es in Richtung Profilaufbahn geht, sollten sie sich vorher überlegen, ob sie den ganzen Aufwand mittragen wollen und können.

ANDREA ENGLERER  
Sportspsychologin

verein weht der Wind rauer. „Da geht es viel um Geld und Macht“, sagt Martina, die deshalb ihren echten Namen lieber nicht in der Zeitung nennen möchte. Im Schnitt schafft es ein Kind aus jedem Jahrgang in die Profiwelt. Martina und ihr Mann machten sich die Entscheidung nicht leicht. Sollen sie ihren Söhnen den harten Konkurrenzkampf zumuten? Die Enttäuschung darüber, beim nächsten Match nicht Teil des Kaders zu sein, die Unplanbarkeit, mit der die gesamte Familie konfrontiert sein würde?

„Wir wissen oft erst am Montag, ob wir am Wochenende beim Match im Ausland dabei sind.“ Das bedeutet: Das Wochenende erst einmal frei halten und kurzfristig – und teuer – Flugtickets kaufen. Oder eben nicht, und dann den Frust der Buben aushalten. „Mir war immer wichtig, dass sie weiterhin Freude am Fußball haben“, sagt Martina. Bis jetzt bereuen sie die Entscheidung nicht. Die Buben haben Freunde gefunden und sind mit Eifer dabei. Eines sagt ihnen Martina immer wieder: „Der Plan mit der Profikarriere geht vielleicht nicht auf, aber die Erfahrungen, die ihr macht, kann euch niemand nehmen.“ Martinas Söhne geben alles, die Familie investiert viel, keiner weiß, was kommen wird. „Da gelassen zu bleiben, ist ein Balanceakt.“

„Fehlen ist nicht drin“, heißt es bei den Cheerleaderinnen der Vienna Vikings, „außer man ist krank.“ Jana Madzgon

profitieren, wenn sie sich einer Sache – ob Musik oder Sport – mit ganzer Hingabe widmen. Unabhängig davon, ob sie es einmal in den Profibereich schaffen oder nicht. Die Kinder lernen Disziplin, dranzubleiben, sich Ziele zu setzen. „Und wenn ihnen die Eltern nicht alles abnehmen und auch nach Jahren noch den Trainingskoffer packen, lernen sie außerdem, sich gut zu organisieren.“

Eines ist aber klar: Ohne die Unterstützung der Eltern geht es nicht. Vor allem wenn es in Richtung Profilaufbahn geht, sollten diese sich im Vorhinein überlegen, ob sie all die Anstrengungen tragen wollen und können. Entscheiden sie sich bewusst dafür, erleben sie es oft als große Bereicherung. „Es schweißt die Familie zusammen, wenn alle begeistert dabei sind“, sagt

Engleder. Eine neue Welt tut sich auf: Freundschaften entstehen, ein Umfeld, in dem im Idealfall Ängste, Unsicherheiten und Misserfolge aufgefangen werden.

### Wie kann es gelingen, dass Geschwisterkinder nicht zu kurz kommen?

Trotzdem sollte sich nicht alles um den Sport oder die Musik drehen, sagt Engleder. Es braucht auch ein Leben außerhalb der „Leistungsbubble“, Gespräche beim Abendessen, die über Trainingspläne oder Wettkampfstrategien hinausgehen, Ausflüge, die nicht nur zur Sporthalle führen. Das ist auch deshalb wichtig, damit die Geschwister-

kinder nicht zu kurz kommen. Möglicherweise sehen die sich ohnehin als Teil des großen Abenteurers, in das ihre Familie hineinkatapultiert wurde, und sind zufrieden. Dennoch müssen ihre Bedürfnisse wahrgenommen werden, ihre Leistungen ebenfalls gewürdigt werden, auch wenn diese nicht so spektakulär sind wie die der Schwester oder des Bruders.

**Rauer Wind.** Den beiden Söhnen von Martina passierte das, wovon viele junge Fußballer träumen: Ein Talentscout entdeckte sie und lud sie zum Probetraining bei einem Profiverein ein. Aus dem Training kamen sie mit strahlenden Gesichtern und wussten gleich: Dort wollen wir hin. Die Eltern zögerten, bevor sie zustimmten. Im Profi-

Kinder brauchen **unverplante Zeit**, zu viele Hobbys können sie stressen. Doch was zu viel ist, ist sehr individuell. Und wenn ein Kind gar kein Interesse an einem Hobby zeigt? Entwicklungspsychologin Stefanie Höhl über den richtigen Umgang mit Unter- und Überforderung.

VON SANDRA LOBNIG

## Wie viele Hobbys sind zu viele?

Montags Kinderyoga, dienstags Fußball, donnerstags Chor, Geigenunterricht am Freitag: Manche Kinder haben mehrere Hobbys. Wann wird es zu viel? **Stefanie Höhl:** Das lässt sich nicht pauschal sagen, weil Kinder wahnsinnig unterschiedlich sind. Manche können sich gut allein beschäftigen, anderen ist schnell langweilig, sie brauchen mehr Stimulation von außen. Auch eine maximale Anzahl an Hobbys für ein bestimmtes Alter zu nennen ist schwierig. Ich empfehle deshalb, immer individuell auf das Kind zu schauen: Ist es gestresst oder entspannt?

Woran merkt man bei kleinen Kindern, dass sie überfordert sind? Ein Vierjähriger wird nicht von sich aus sagen: „Mama, ich fühle mich gestresst.“ Kinder drücken das meist nicht verbal aus. Stresssymptome äußern sich oft

körperlich, die Kinder bekommen Bauch- oder Kopfweh. Das kann dann an den zu vollen Nachmittagen liegen. Es ist sogar möglich, dass ein Kind Spaß an seinen Hobbys hat und alles gern mitmacht – und trotzdem ist es ihm in der Fülle auf Dauer zu viel. Da müssen Eltern sensibel sein.

**Braucht es auch ein Minimum an unverplanter Zeit im Alltag?** Ja, das braucht es. Wenn einem Kind immer Aufgaben vorgelegt werden, kann es nicht entdecken: Wo zieht es mich hin? Was interessiert mich, wenn einmal nichts vorgegeben ist? Es ist auch eine Lernerfahrung, Leerlaufphasen auszuhalten. Viele Kinder sind nachmittags lang in der Schule oder im Kindergarten. Gibt es dort ohnehin ständig Angebote, ist es wichtig, die restliche Freizeit nicht zu verplanen.

Angenommen, ein Kind hat mit Begeisterung einen Tanzkurs oder Geigenunterricht begonnen und will irgendwann nicht mehr hin. Was können Eltern tun? Zuerst sollten sie herausfinden, was dahintersteckt. Gab es einen Konflikt im Kurs? Hat die Freundin aufgehört? Es kann sein, dass mit der Zeit der Schweregrad größer geworden ist und dass das Kind deswegen die Motivation verloren hat – bei Instrumenten ist das häufig der Fall. Oder das Kind hat gemerkt, die Aktivität liegt ihm nicht. Auf jeden Fall bringt es nichts, es zu zwingen oder zu bestechen. Motivieren ist erlaubt, man muss nicht direkt aufgeben. Und man darf es dem Kind einfacher machen: Ein älteres Kind könnte man zum Beispiel zum Training fahren, auch wenn es eigentlich schon allein hinkommen könnte. Was man nicht vergessen darf: Kinder im Kindergarten-

### STECKBRIEF



**Stefanie Höhl** ist Professorin für Entwicklungspsychologie an der Universität Wien und leitet dort die „Wiener Kinderstudien“. Sie ist Expertin für die frühe Kindheit.

und Volksschulalter sind noch nicht in der Lage abzuschätzen, was es heißt, ein Jahr lang jede Woche zum Sport zu gehen. Man sollte ihnen deswegen keinen Vorwurf machen, wenn die Euphorie nachlässt.

**Was, wenn ein Kind gar kein Interesse an einem Hobby hat?** Ich halte es für unwahrscheinlich, dass ein Kind gar keiner selbst strukturierten Aktivität nachgeht. Wahrscheinlich kann es sich selbst gut beschäftigen, beim Lesen, Puzzeln oder Basteln. Kurse bieten den Vorteil, dass Aktivitäten vorstrukturiert sind, dass sie oft in der Gruppe stattfinden und pädagogischen Input liefern. Wenn ein Kind sich dafür aber nicht interessiert, ist das nicht schlimm. Solange es gut drauf und ausgeglichen ist, müssen sich Eltern deswegen nicht stressen.