

Partizipieren  
ist mitwirken, Teil sein,  
mitmachen, Erfolge teilen,  
Anteil haben, mitarbeiten,  
für die Sache stehen und sie voran treiben.

Partizipieren  
ist zusammenspielen,  
gemeinsam entscheiden,  
sich einbringen dürfen,  
es bedeutet Verhandeln und Mitspracherecht  
unabhängig von Alter, Größe und Geschlecht.  
Es ist egal, wer du bist, denn du gehörst dazu,  
deine Meinung zählt hier und das ist gut so,  
du kannst Entscheidungen beeinflussen,  
mitplanen, aktiv werden,  
du darfst widersprechen und kannst andere bestärken.

Wenn du eine Mannschaft trainierst, kannst du Interesse zeigen,  
die Kids nach ihren Zielen fragen und ihnen ihren Weg bereiten.  
Geht es ihnen primär um Spaß, darum, hier die Freunde zu treffen  
oder geht es um Pokale und Platz 1 auf dem Treppchen?  
Du kannst beobachten und ihnen Feedback geben,  
kannst loben und ihre Fähigkeiten stärken.  
Du kannst einen Trainerschein anregen, wenn die Motivation stimmt  
und dafür sorgen, dass reihum jeder mal das Aufwärmen übernimmt,  
dass das Planen und Durchführen von kleinen Übungseinheiten  
zur Routine wird und sie befähigt, andere anzuleiten,  
dass manche Ideen gut und andere noch ausbaufähig sind,  
dass sich gemeinsam zu verlieren besser anfühlen kann, als wenn man alleine gewinnt.

Du weißt, als Trainer hast du eine gewisse Macht,  
bist ein Idol und entscheidest, wer kommt für den Wettkampf oder das Spiel in Betracht,  
aber es ist viel mehr, was diese Rolle bedeutet:  
Du bist Wertevermittler; Navigator durch Vorfreude,  
durch Versagensängste, Euphorie und Enttäuschung.  
Du bist Mutmacher, Kraftschenker, Coach und Strategieveränderer,  
leiser Kritiker, lauter Anfeuerungsrufer,  
Vorreiter auf dem Weg zu neuen Ufern,  
du bist Vertrauenspersonen und belohnst ihrer Fleiß,  
bei dir gibt's High-Fives und mal ein Eis zum Zeichen von Teamgeist.

Partizipieren  
ist mitwirken, Teil sein,  
mitmachen, Erfolge teilen,  
Anteil haben, mitarbeiten,  
für die Sache stehen und sie voran treiben.  
Partizipieren  
ist zusammenspielen,  
gemeinsam entscheiden,  
sich einbringen dürfen,  
es bedeutet Verhandeln und Mitspracherecht  
unabhängig von Alter, Größe und Geschlecht.

Es ist egal, wer du bist, denn du gehörst dazu,  
deine Meinung zählt hier und das ist gut so,  
du kannst Entscheidungen beeinflussen,  
mitplanen, aktiv werden,  
du darfst widersprechen und kannst andere bestärken.

Wenn du in einer Mannschaft trainierst, kannst du dich engagieren,  
kannst helfen, die Jüngeren zu trainieren,  
kannst deine Stärken nutzen, um selbst zu strahlen,  
stellst dich vielleicht als Kapitän zur Wahl.  
Du kannst dein Organisationstalent schulen,  
etablierst vielleicht sogar neue Strukturen,  
wenn du dich deine Ideen einzubringen traust.  
Womöglich pfeifst du bald selbst sogar Fouls,  
wenn du den Schirischein machst.  
In jedem Fall aber profitiert deine Mannschaft  
von dir als Mitglied, davon, dass du Spaß hast,  
für die anderen einsteht,  
davon, dass du verlässlich im Training dabei bist,  
davon, dass du nicht aufgibst, auch wenn mal Flaute ist,  
du bist Teil des Teams und genau so bist du richtig.

Du weißt, als Teil der Mannschaft hast du eine gewisse Kraft,  
denn was die anderen schaffen, haben sie nur mit dir geschafft  
und auch du stehst dank jedem von ihnen dort, wo du nun bist,  
aber da ist noch viel mehr, was diese Rolle bemißt:  
Du bist Wegbegleiter, Mutzusprecher,  
Tränentröster und Verletzungswächter,  
du bist Teil der Dynamik,  
hilfst, dass es voran geht,  
wenn du alle mitreißt, bleibt keiner am Rand stehn.

Partizipieren  
ist mitwirken, Teil sein,  
mitmachen, Erfolge teilen,  
Anteil haben, mitarbeiten,  
für die Sache stehen und sie voran treiben.  
Partizipieren  
ist zusammenspielen,  
gemeinsam entscheiden,  
sich einbringen dürfen,  
es bedeutet Verhandeln und Mitspracherecht  
unabhängig von Alter, Größe und Geschlecht.  
Es ist egal, wer du bist, denn du gehörst dazu,  
deine Meinung zählt hier und das ist gut so,  
du kannst Entscheidungen beeinflussen,  
mitplanen, aktiv werden,  
du darfst widersprechen und kannst andere bestärken.

Partizipation gibt es in so viele Formen,  
nimm deine Stimme wahr und und nutze sie aus.  
Du wurdest mündig in diese Welt geboren,

wenn sie dir nicht gefällt, werd einfach mal laut.  
Sei du der Widerstand, den es für Veränderung braucht  
und wenn es gelingt, dass sich jeder einbringt,  
dann klingt deine Stimme mit den anderen wie Applaus.