



Bundesinstitut
für Sportwissenschaft



Wir helfen
dem Sport

Nadine Thomas, Ole Benthien & Ralf Brand

Sport mit Perspektive!

Wie gewinnt man Talente für den Leistungssport?

Ein Leitfaden für Spitzensportverbände und begleitende Sportpsychologie-
Expertinnen und Experten zur Ausrichtung von Zukunftswerkstätten



Nadine Thomas, Ole Benthien & Ralf Brand

Sport mit Perspektive! Wie gewinnt man Talente für den Leistungssport?

Ein Leitfaden für Spitzensportverbände und begleitende Sportpsychologie-Expertinnen und Experten zur Ausrichtung von Zukunftswerkstätten

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über „<http://dnb.d-nb.de>“ abrufbar.

Herausgeber

Bundesinstitut für Sportwissenschaft
Graurheindorfer Straße 198 · 53117 Bonn
Fon: 0228 99 640-0
Fax: 0228 99 640 90 08
E-Mail: info@bisp.de
www.bisp.de

Erscheinungsjahr

2020, Stand: Juli 2020

Thomas, Nadine; Benthien, Ole; Brand, Ralf

Sport mit Perspektive! Wie gewinnt man Talente für den Leistungssport?

Ein Leitfaden für Spitzensportverbände und begleitende Sportpsychologie-Expertinnen und Experten zur Ausrichtung von Zukunftswerkstätten

In Kooperation mit dem Deutschen Segler-Verband (DSV)

ISBN 978-3-96523-045-3

Layout

Elke Hillenbach

Bildnachweis

Titelseite: LSB NRW/Andrea Bowinkelmann
Autorenfotos: Ralf Brand, Nadine Thomas: Philipp Sittinger
Seite 5: LSB NRW/Andrea Bowinkelmann
Seite 7: links: shutterstock; rechts: Skuawk.com
Seite 9: Nadine Thomas

Gefördert durch: AZ: ZMV14-072033/18-19



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers

Inhaltsverzeichnis

Hintergrund und Ziel des Leitfadens	5
Zukunftswerkstätten gestalten: Die einzelnen Schritte	11
Schritt 1: Die Ausgangslage feststellen	12
Schritt 2: Das Ziel setzen	12
Schritt 3: Sich die Eckpfeiler vergegenwärtigen	13
Schritt 4: Die Formate festlegen, „timen“ und besetzen	14
Schritt 5: Das Backlog – Was ist sonst noch zu tun?	17
Schritt 6: Das Ergebnis, die Wirkung und das Fazit	20
Zum Abschluss: Der Film zum Projekt	21
Anmerkungen	22

1 Hintergrund und Ziel des Leitfadens



Perspektive Spitzensport

Die Perspektive Spitzensport ist für junge Talente eine große Chance, ihrer Begabung nachzugehen und ihre Leidenschaft auf höchstem Niveau auszuüben. Entscheiden sie sich für eine **leistungssportliche Karriere**, treffen sie auf ihrem Weg mindestens eine sehr wichtige Entscheidung: Für die Talente wird Sport über einen längeren Zeitraum zur zentralen Lebensperspektive.

Doch was heißt das konkret? Mit welchen Chancen und Potentialen geht eine leistungssportliche Karriere einher? Was sind Risiken und Unwägbarkeiten, auf die sich Leistungssport-Talente einlassen müssen? Sind Sport und berufliche Laufbahn zu vereinbaren? Wie soll man beides unter einen Hut bringen? Vor allem: Wie eröffnet der leistungssportliche Weg eine sichere nachsportliche Zukunft?

Dieser Leitfaden hilft dabei, gemeinsam mit den Nachwuchstalente auf ihre wichtigen Zukunftsfragen Antworten zu finden. Er soll es Verantwortlichen in Spitzensportverbänden erleichtern, Maßnahmen zu planen, die hilfreich sind, **Leistungssport-Talente im Übergang zwischen Jugend- und Erwachsenenzeit** durch Zukunftssorgen nicht zu verlieren. Das hier im Leitfaden beschriebene Konzept zur **Ausrichtung von Zukunftswerkstätten** kann sogar „right away“ für die Nachwuchsarbeit übernommen werden.

Ergänzt wird dieser Leitfaden durch einen Film bestehend aus O-Tönen von ReferentInnen, VeranstalterInnen und TeilnehmerInnen, die an solchen Zukunftswerkstätten bereits teilgenommen haben. Der elfminütige Film ist frei verfügbar. Man findet ihn unter dem Titel „*Sport mit Perspektive! Zukunftswerkstätten zur dualen Karriere im Nachwuchsleistungssport – BISp*“ auf YouTube.

Offene Frage in der kritischen Entscheidungsphase

Die Frage nach der leistungssportlichen Zukunft wird für viele Sportlerinnen und Sportler zum **Ende der Schulzeit** relevant. Denn in dieser Schwellensituation drängen sich für den Nachwuchs und die Eltern (als wichtige EntscheiderInnen) häufig große Zukunftsfragen auf. Immer wieder kommt es vor, dass sich Talente in dieser **kritischen Entscheidungsphase für oder gegen den Leistungssport** eher etwas alleine gelassen fühlen.

Oft fühlen sich NachwuchsathletInnen mit dieser Entscheidung regelrecht überfordert. Das zeigen zumindest Erfahrungen, die wir im Rahmen wissenschaftlicher Projekte gesammelt haben. In Kombination mit dem, was wir aus der Wissenschaft außerdem über das Thema wissen, ist dieser Praxis-Leitfaden zur Gestaltung von Maßnahmen entstanden.

Nicht von ungefähr verzeichnen viele Spitzensportverbände jedes Jahr aufs Neue eine **hohe Dropout-Quote** im Nachwuchsbereich^{1,2}. Es lässt sich vermuten, dass ein wichtiger Grund für den Dropout der Talente darin liegt, dass der Nachwuchs auf seine Zukunftsfragen keine positiven Antworten finden kann. Nicht selten zeigt er sich von potentiellen Risiken der leistungssportlichen Laufbahn abgeschreckt und entscheidet sich letzten Endes für den sichereren Weg: den klassischen und vermeintlich einfacheren Bildungs- und Berufsweg.

In der Tat machen es fehlende Informationswege den jungen Talenten nicht leicht, sich einen eigenen, der Sache gerecht werdenden Eindruck über die **Chancen einer Dualen Karriere** zu formen. Denn wenn es nicht organisiert wird, fehlt oft der Informationsaustausch innerhalb des Spitzenverbands, insbesondere der von „peer-to-peer“. Das heißt, die Sportlerinnen und Sportler kommen untereinander zu wenig ins Gespräch, besonders mit denjenigen, die die Duale Karriere schon für sich versucht haben.

Im schlimmsten Fall, wenn auch die Karriereberatung am Olympiastützpunkt nicht durchdringt, bleibt der Nachwuchs auf Informationen aus zweiter Hand und den Medien angewiesen. Dort stößt man nicht selten aber eher auf **Nachrichten und vermeintliches „Wissen“ über gescheiterte Duale Karrieren und Risiken** (vgl. Negativ-Bias der Medienberichterstattung; z. B. Peter & Brosius, 2013).

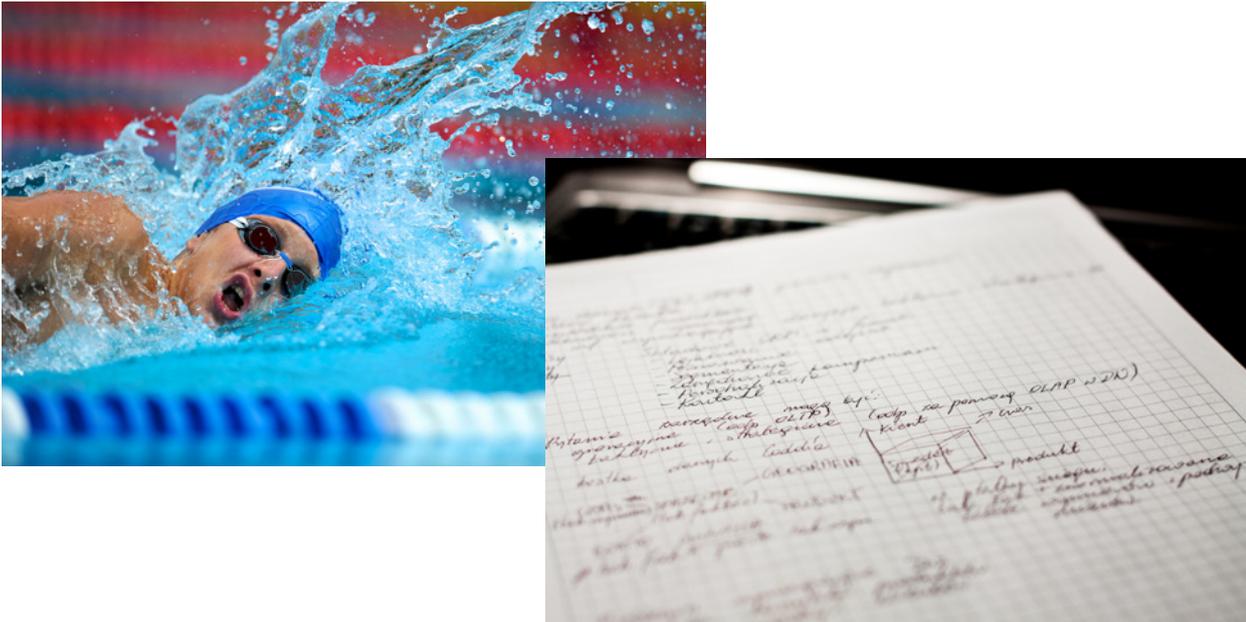
Solche negativen Informationen können dann schnell einen prägenden Einfluss haben. Denn aus der Medienwirkungsforschung wissen wir, dass Menschen bei ihrer Urteilsbildung häufig positive und negative Informationen nicht gleich stark gewichten. Vielmehr beziehen sie im Verhältnis **negative Informationen deutlich stärker in die Urteilsbildung** ein als die vergleichbare Menge positiver Informationen (vgl. Positiv-Negativ-Asymmetrie; siehe z. B. Peter & Brosius, 2013).

So sind es möglicherweise fehlende oder gar falsche Informationen, die Einfluss darauf nehmen, dass der sportliche Karriereweg nicht als gute Alternative zum klassischen Bildungsweg wahrgenommen wird.

¹ Breuer, C., Hallmann, K. & Ilgner, M. (2015). *Erfolgsfaktoren der Athletenförderung in Deutschland*. Sportverlag Strauss.

² Labbani, S. (2013): *Analyse aktueller internationaler Studien zur Dropout im Hochleistungssport*. GRIN.

³ Peter, C. & Brosius, H.-B. (2013). Wahrnehmungsphänomene. In W. Schweiger & A. Fahr (Hrsg.), *Handbuch Medienwirkungsforschung* (S. 463 – 480). Springer.



Positive Beispiele für erfolgreiche Duale Karrieren sichtbar machen

Während es Jugendlichen und ihren Eltern mit Blick auf den klassischen Bildungsweg leichter fallen dürfte, an entscheidungsrelevante Informationen und Erfolgsmodelle zu gelangen, scheint es für junge Sporttalente oft gar nicht so einfach, vielfältige, ausgewogene und valide Antworten auf ihre Zukunftsfragen zu finden.

Dabei gibt es sie, die vielen **Positivbeispiele, die Sport und Studium oder Beruf erfolgreich kombinieren!**

An jedem Olympiastützpunkt und in jedem Spitzensportverein kennt man sie: Athletinnen und Athleten, die Spitzenleistungen erbringen und auch nach dem Sportleben berufliche Erfolge feiern. Wir werben dafür, ihnen als Informationsquelle mindestens genauso viel Bedeutung wie den institutionellen, unterstützenden Programmen zur dualen Karriere beizumessen.

Zumal Forschungsbefunde zeigen, dass es zwischen Sport und darüber hinausgehender Karriere zu positiven Synergie-Effekten kommen kann (z. B. Aquilina, 2013⁴, Beckmann, Szymanski, Elbe & Ehrlenspiel, 2006⁵; Hackfort & Birkner, 2004⁶).

Ehemalige Spitzensportlerinnen und Spitzensportler können über den **Benefit**, den sie durch ihre Duale Karriere mit Leistungssport gewonnen haben, oft sogar sehr konkret erzählen. Größere soziale Netzwerke, mehr „Leute kennen“, starke soziale Unterstützungssysteme sowie eine Zeit intensiver Charakterbildung und persönliche Entwicklungsvorteile (lebenspraktische Fähigkeiten, Selbstregulierung, Zeitmanagement etc.) – die Zahl benannter Vorteile kann groß sein!

⁴ Aquilina, D. (2013). A Study of the Relationship between Elite Athletes' Educational Development and Sporting Performance. *The International Journal of the History of Sport*, 30 (4), 374-392.

⁵ Beckmann, J. Szymanski, B., Elbe, A. & Ehrlenspiel, F. (2006). *Chancen und Risiken: Vom Leben im Verbundsystem von Schule und Leistungssport*. Sportverlag Strauß.

⁶ Hackfort, D. & Birkner, H.-A. (2004). *Förderung von Hochleistungssportlern durch Berufsausbildung. Analysen bei der BGS-Sportschule Bad Endorf ausgeschiedener Sportler*. Sport & Buch Strauß.

Vor allem eröffnen aber duale Karrieren den Athletinnen und Athleten den Weg in eine sichere nachsportliche Zukunft. Denn sie können den (nachsportlichen) Lebensunterhalt sichern, indem sie bessere Beschäftigungsaussichten (Zugang zu gut bezahlten Arbeitsplätzen) ermöglichen. Zudem können duale Karrieren potentiellen Krisen nach dem Rückzug aus dem Leistungssport vorbeugen, und sie ermöglichen schnellere Anpassungen im Übergang ins Leben nach dem Leistungssport.⁷

Sport und Studium erfolgreich unter einen Hut bringen

Sport und Studium unter einen Hut bringen? Es geht! Diese **wichtigen Informationen, die für Entscheidungen zugunsten des Leistungssports hilfreich sein können**, müssen jedoch beim Nachwuchs und den Eltern auch ankommen. Und dazu halten wir fest: In vielen Verbänden könnte der Austausch zwischen wichtigen AkteurInnen *noch* besser laufen: Nachwuchs, Profis, Ehemalige und Eltern müssen zusammenfinden. Genau da liegen wichtige Ressourcen!

Die Europäische Union⁸ (EU) appelliert schon seit Jahren in den „EU-Leitlinien zu dualen Laufbahnen von Sportlerinnen und Sportlern“ an die Spitzensportverbände (2013, S. 42): „Das Konzept der dualen Laufbahn kann nur erfolgreich umgesetzt werden, wenn den Sportlern und Sportlerinnen sowie ihrem Umfeld (von den Trainern bis zu den Eltern) seine Bedeutung bewusst ist. (...) Junge Sportler und Sportlerinnen, einschließlich Sportler mit Behinderungen, sollten verstehen, dass es möglich ist, Sport und Ausbildung miteinander zu verbinden, und dass sie hiervon profitieren können.“

In ihren Richtlinien empfiehlt die EU: „Die Sportbehörden sollten in Zusammenarbeit mit den Sportorganisationen Maßnahmen koordinieren,

um Trainer, Sportler und Sportlerinnen sowie ihr Umfeld für die Bedeutung dualer Laufbahnen zu sensibilisieren (...) oder die Strukturen des sozialen Dialogs zu unterstützen.“ (2013, S. 44).

Doch wie ist ein solcher **Dialog zwischen den zentralen Akteurinnen und Akteuren** in den Spitzensportverbänden denn üblicherweise organisiert? Die uns bekannten derzeitigen Förderprogramme, die sich mit den Themen „Zukunft im Leistungssport“ und „Duale Karriere“ beschäftigen, waren bisher vor allem auf den Elite-Bereich ausgerichtet. Also, bewerten Sie bitte ehrlich die Ihnen bekannte Praxis: Wie häufig machen Talente im Schulalter *wirklich* von den existierenden Maßnahmen zur Dualen Karriere Gebrauch?

Sport mit Perspektive für den Nachwuchsbereich

Möglicherweise fehlt es Spitzenverbänden an geeigneten Maßnahmen – an praxistauglichen, nachhaltigen und effektiven Umsetzungsideen sowie Hilfestellungen zur Ausgestaltung. Vor dieser Annahme wurde im Rahmen eines Projekts des Bundesinstituts für Sportwissenschaft (BISp) ein **Nachwuchsprogramm** entwickelt, durchgeführt und evaluiert.⁹

In einer beispielhaften Kooperation zwischen Theorie und Praxis entwickelten wir eine **Veranstaltungsreihe**, um **verbandsintern und frühzeitig** die wichtigen Zukunftsfragen aufzufangen und hilfreiche Informationen sowie **relevante Einblicke in den Leistungssport** zu geben.

⁷ Europäische Union. (2013). *EU-Leitlinien zu dualen Laufbahnen von Sportlerinnen und Sportlern*. Luxemburg.

⁸ Europäische Union. (2013). *EU-Leitlinien zu dualen Laufbahnen von Sportlerinnen und Sportlern*. Luxemburg.

⁹ Konzeption und Durchführung erfolgten durch das Beratungsbüro Thomas (Landau) und das Zentrum für praktische Sportpsychologie (UP Transfer GmbH Potsdam), die wissenschaftliche Begleitung durch die Professur für Sportpsychologie an der Universität Potsdam.

Das Programm, *Sport mit Perspektive*¹⁰, unterstützt den leistungssportlichen Nachwuchs, Eltern sowie Trainerinnen und Trainer in der kritischen Phase sportlicher Laufbahnen, indem es für eine Karriere im Leistungssport sensibilisieren und gangbare, lohnenswerte duale Zukunftswege aufzeigen will.

Das Programm wurde wissenschaftlich begleitet und evaluiert. Und auch aus Sicht des **Deutsche Segler-Verbands**, unserem Kooperationspartner bei der Entwicklung, war es erfolgreich.

Ziel des Leitfadens

Mit dem vorliegenden Leitfaden möchten wir allen Interessierten Informationen zu unserem Vorgehen und unseren Erfahrungen bereitstellen und darin unterstützen, ähnliche **Zukunftsveranstaltungen zur Dualen Karriere** auf die Beine zu stellen.

¹⁰„Sport mit Perspektive“ ist der Claim von KADA – einem Verein, der in Österreich mit Blick auf die duale Laufbahnenentwicklung österreichischer Hochleistungssportler wunderbare Arbeit leistet und als ordentliches Vorbild gelten kann. Wir durften den Claim des Vereins für unser Projekt nutzen – vielen Dank an KADA dafür!

Aber, Achtung!

Wir präsentieren in unserem Leitfaden keine „Kochrezepte“ für die Inhalte zu den einzelnen Veranstaltungen, da diese ja von Verband zu Verband recht verschieden sein können bzw. sein müssen, weil sich wahrscheinlich verschiedene Ausgangssituationen darstellen. **Dieser Leitfaden dient (also) als Rahmen für die organisatorischen und strukturellen Aspekte und Überlegungen zur Durchführung von Veranstaltungen zur Dualen Karriere für Nachwuchsathletinnen und -athleten.**

Dazu sind **checklistenartig die einzelnen Punkte zusammengetragen**, die sich für uns als erfolgsversprechend erwiesen haben und die für ausrichtende Spitzensportverbände hilfreich sein können. Das Übrige überlassen wir den Durchführungs-Profis vor Ort.

Für die Moderation der Veranstaltungen empfehlen wir **externe Dritte** (zum Beispiel Personen aus dem Bereich der Sportpsychologie), die im Umgang mit zielführenden und lösungsorientierten Gruppendiskussionen geübt sind.



2 Zukunftswerkstätten gestalten: Die einzelnen Schritte

In sechs Schritten möchten wir darstellen, wie Sie erfolgreich in Ihrem Spitzensportverband spannende Zukunftsveranstaltungen erschaffen.

Schritt 1: Die Ausgangslage feststellen

Wie viele andere Spitzensportverbände, war auch der Deutsche Segler-Verband, unser Kooperationspartner im BISp-Projekt zur Entwicklung dieses Leitfadens, jedes Jahr mit dem Problem konfrontiert, dass ihm zu viele eigentlich hoffnungsvolle Nachwuchstalente „wegbrechen“. Zur Ausgangslage gehört auch, dass am Stützpunkt in Kiel, dort wo die Elite trainiert, zum Glück schon ein System implementiert war, das die Duale Karriere unterstützt und fördert.

Natürlich gab es im Verband außerdem aktive und ehemalige Spitzensportlerinnen und Spitzensportler, die Sport und Studium oder Beruf erfolgreich kombinieren – die sogar Weltmeister- und Olympiamedaillen gewonnen haben! Ihre persönlichen Erfahrungen galt und gilt es, für den Nachwuchs sichtbar zu machen.

Ausgangslage im Deutsche Segler-Verband war also, dass manche nützliche Information eher spärlich beim Nachwuchs in den Landesverbänden und Vereinen anzukommen schien. Spezielle und wirklich gut funktionierende Kommunikationsformate, mit denen sich der Nachwuchs intensiv, gezielt und ausdrücklich dem Thema **Duale Karriere** hätte annehmen können, gab es noch nicht. Das sollte sich ändern.

Entsprechend ging es mit dem Nachwuchsprogramm im Modell-Projekt darum, eine **noch professionellere Kommunikationsstruktur** im Verband zu entwickeln, die langfristig für regen **Informationsaustausch zwischen allen relevanten Akteurinnen und Akteuren** sorgt und verbandsinterne hilfreiche Informationen zur Dualen Karriere auch in den Nachwuchsbereich übermittelt.

Um die Kommunikationsstruktur aufzubauen, ist zunächst die Ausgangslage zu bewerten: Welche **Ressourcen** können eingebunden, welche Aktive und Ehemalige können rekrutiert und ihr persönlicher Weg für den Nachwuchs **sichtbar gemacht werden**? Wo und in welcher Form kön-

nen im Spitzenverband **Dialogformate** zwischen Sportlerinnen und Sportlern aus unterschiedlichen Entwicklungsphasen eingerichtet werden?

Schritt 2: Das Ziel setzen

Mit Blick auf den großen Informations- und Austauschbedarf im Nachwuchsbereich lässt sich durch gezielte **Zukunftswerkstätten** leicht ein bedarfsgerechtes Veranstaltungsangebot schaffen. Warum also die Jugendlichen und ihre Eltern in der „kritischen Phase“ wichtiger Zukunftsentscheidungen als Spitzenverband alleine lassen?

Mit gezielten **Zukunftserveranstaltungen** lassen sich die Herausforderungen lösen. Mit professionellen Methoden der Beratung und Erwachsenenbildung lässt sich **Raum schaffen für: Praxiseinblicke, Informationen, Reflektion, Austausch und Diskussion rund um das Thema Spitzensport und Duale Karriere.**

Ziel ist es, bedarfsorientierte **Lernräume** zu gestalten. Räume, in denen ein Dialog über Leben, Persönlichkeit und Karriere zwischen den wichtigen verbandsinternen Akteurinnen und Akteuren der Dualen Karriere angeregt werden kann.

Die Veranstaltungen für **Nachwuchsathletinnen und -athleten, interessierte Eltern und Trainerinnen und Trainer** sollen den Teilnehmenden erlauben, möglichst vielfältige Argumente für und gegen eine leistungssportliche Karriere zu sammeln und zu prüfen. Sie lernen aus verschiedenen Perspektiven auf die Duale Karriere zu schauen, erhalten wichtige Informationen aus erster Hand und entwickeln Ideen für die Zukunft. Zudem werden Sorgen und Ängste ausgesprochen, und man kann sich ihrer annehmen.

Dabei geht es immer darum, den **Nachwuchs mit allen relevanten Einblicken und Informationen zu versorgen**; sowohl den positiven als auch den eventuell nachteiligen. Tut man dies nicht, wird einer fairen Abwägung und Entscheidung der Athletinnen und Athleten die Grundlage entzogen.

Vor allem die Aktiven und Ehemaligen sollen eingebunden werden, die bereits Leistungssport betreiben oder betrieben haben. Dabei gerade auch diejenigen, die es noch nicht oder nie auf das Treppchen bei einer Weltmeisterschaft oder bei olympischen Spielen geschafft haben. Die müssen zu Wort kommen, weil sie eben den Großteil der Athletinnen und Athleten ausmachen. Insbesondere ihre Meinungen und ihr persönlicher Rückblick sind für noch unentschiedene Nachwuchsatletinnen und -athleten und ihre Eltern relevant.

Kurzum: Es geht darum **das bunte, lebendige und realistische Bild der „Zukunft Leistungssport“ im jeweiligen Sportverband sichtbar zu machen** und Wege aufzuzeigen, wie Duale Karrieren Aktiver und Ehemaliger aussehen. Unterschiedliche Stimmen, O-Töne, einfangen und als Teilnehmerin oder Teilnehmer auf diese reagieren können – das ist eines der sehr wichtigen Ziele dieser Veranstaltungen.

Mit dem Deutsche Segler-Verband haben wir solche Veranstaltungen konzipiert, umgesetzt und bewertet: Implementiert wurden **Impulsvorträge** (Aktiver, Ehemaliger, Trainer und Laufbahnberaterinnen) **Diskussionsrunden** (überwiegend in Kleingruppen), **Gruppenarbeit** und die Möglichkeit zu **persönlichen Gesprächen**. Für uns hat sich dabei das Format zweier, im Abstand weniger Monate stattfindenden Veranstaltungstage als optimal erwiesen.

Schritt 3: Sich die Eckpfeiler vergegenwärtigen

Bei der Entwicklung und Durchführung des Nachwuchsprogramms sind fünf Eckpfeiler wichtig. Sie sind als Kompass gedacht und bestimmen, welche Ziele, Art und Weise und Mittel für Kommunikation und Handeln in den Veranstaltungen vielversprechend sind. Diese fünf Prinzipien sind:

- ✓ **Sinnhaftigkeit.** Für die Veranstaltungsreihe ist es wichtig, dass der ausrichtende Spitzenverband bereits ein *funktionierendes duales System* aufgebaut hat. Der Dachverband muss seine Sportlerinnen und Sportler mit dem Wunsch zur Dualen Karriere

unterstützen und fördern. Die Veranstaltungen sind umsetzbar in einem Verband, der *hinter dem Konzept der Dualen Karriere steht* (mit allen Chancen aber auch Schwierigkeiten und Herausforderungen im Blick!), der bereits *viele Erfahrungswerte* gesammelt hat und zahlreiche *Positivbeispiele* gelungener Dualer Karriere aufzeigen kann. Dies muss sehr deutlich sichtbar gemacht werden bzw. in diese Richtung muss vorbereitend gearbeitet werden.

- ✓ **Co-Kreativität.** Um bei den Veranstaltungen unterschiedliche Erfahrungen und Perspektiven einfließen lassen und sichtbar machen zu können, ist es sinnvoll, *kollaborativ und co-kreativ* vorzugehen. Bereits für das **Organisationsteam** empfehlen wir daher eine *heterogene Gruppe*, beispielsweise aus: dem oder der ReferentIn für Leistungssport (Verbandsperspektive), dem oder der LeiterIn des Bundesstützpunkts (Verbandsperspektive, Perspektive Olympiakader), dem oder der für den Olympiakader zuständige LaufbahnberaterIn des DOSB (AthletInnenperspektive und Perspektive des DOSB) sowie Bundesstützpunkt-TrainerInnen (TrainerInnenperspektive).
- ✓ **Erkenntnis.** Der Fokus der Zukunftswerkstätten sollte auf einer *zielgerichteten Kommunikation* liegen. Im Zentrum stehen Wissenstransfer und Erkenntnisgewinn. Und das *in beidseitiger Richtung*: Auf der einen Seite werden Nachwuchs und Eltern mit relevanten Informationen *aus erster Hand* versorgt. Auf der anderen Seite erfährt der Spitzensportverband welche Ängste, Sorgen und Nöte die AthletInnen und Eltern oder auch NachwuchstrainerInnen zum Thema umtreiben.
- ✓ **Psychologische Sicherheit.** Um auch den möglichen Ängsten und *Sorgen* des Nachwuchses und der Eltern Raum und Platz geben zu können, sind Ehrlichkeit, Offenheit und Vertrauen wichtig. Es sollte Ihr Anliegen sein, Orte schaffen zu wollen, in denen sich Menschen authentisch und echt begegnen, in denen *offen* und frei miteinander geredet und auch *kritische Fragen* gestellt werden können. Nur mit dieser

Sicherheit im Rücken wird es gelingen, gemeinsam ein *realistisches Zukunftsbild* zu zeichnen und dabei die Herausforderungen und Unwägbarkeiten nicht auszulassen.

- ✓ **Nachhaltigkeit.** Wenn es um nachhaltiges Bedenken und Begreifen aller Aspekte geht, dann werden Dialoge zur Dualen Karriere nur wirksam, wenn sie *wiederholt* und *regelmäßig* stattfinden. Um Wissen zu festigen, sind viele Wiederholungen und vielfältige Lernzugänge wichtig. Aus diesem Grund empfehlen wir über das Jahr hinweg *mindestens zwei sequentielle Veranstaltungen* durchzuführen (es geht also um den Aufbau einer *Veranstaltungsreihe*) und dabei *verschiedene* Formate zu nutzen (um Langeweile und Wiederholung zu vermeiden), die aber inhaltlich aufeinander aufbauen (einem guten Konzept folgen).

Schritt 4: Die Formate festlegen, „timen“ und besetzen

In der Erwachsenenbildung gibt es eine Vielzahl unterschiedlicher Veranstaltungsformate und Methoden, die dazu genutzt werden können, Inhalte und Informationen zu vermitteln, Themen gemeinsam zu erarbeiten und zu diskutieren. Sie unterscheiden sich oft in ihrer *Schwerpunktsetzung* (Vermittlung, Erarbeitung oder Vertiefung von Inhalten), in ihrer *Flexibilität bezüglich der Anzahl der Teilnehmenden* und im notwendigen *Zeitaufwand*.

Wir empfehlen, für das beabsichtigte Vorhaben Veranstaltungsformate zu wählen, die vor allem die **Anzahl an Teilnehmerinnen und Teilnehmer offen** und einen **Austausch zwischen unterschiedlichen Altersgruppen** zulassen. Die folgenden Formate, haben wir für unsere beiden Tagesveranstaltungen – die Zukunftskonferenz und den Zukunftsworkshop – ausgewählt, ausprobiert und für gut befunden.

Zukunftskonferenz

Für die erste Tagesveranstaltung, die **Zukunftskonferenz** (alternativ: „Tag des Leistungssports“) haben wir drei Formate zusammengefasst:

- ✓ Für den Einstieg am Vormittag lassen sich zwei, drei **Impulsreferate** nutzen;
- ✓ dann folgt ein **Open Space**, bei dem sich parallel ein Snack zum Mittagessen einnehmen lässt;
- ✓ der Tagesabschluss lässt sich als **Fishbowl** gestalten.

Ein paar Details zu diesen Formaten sind im Kasten zusammengefasst. Moderationsprofis, z. B. Personen aus dem Bereich der Sportpsychologie wissen noch viel mehr darüber und kennen Alternativen!

- **Impulsreferate („My-Way-Talks“):** Bei diesem Format erzählen aktive oder ehemalige Kader-AthletInnen in kurzen 15- bis 30-minütigen Vorträgen aus ihrer Perspektive: (a) die wichtigsten Meilensteine ihrer Karriere und ihren persönlichen Weg in den Spitzensport, (b) von ihrem Alltag im Spitzensport, (c) ihren wichtigsten „Learnings“. Und ehemalige SpitzensportlerInnen in Ergänzung: (d) ihren Weg aus dem Spitzensport, dem Übergang in Berufsleben und (e) welchen Benefit sie in ihren Augen aus der Zeit des Leistungssports mitgenommen haben. Am Ende des Talks können aus dem Auditorium an die Vortragenden Fragen gestellt werden.
- **Open Space:** Mit dem Open Space lässt sich ein strukturierter Austausch in Kleingruppen organisieren. Er funktioniert wie ein Marktplatz: In einem großen Raum können und sollen an unterschiedlichen Stationen (Stellwänden) Fragen beantwortet werden. Zum Beispiel: Welchen Gewinn kann der Spitzensport für das Berufsleben haben? Oder: Welche Nachteile könnte eine Karriere im Spitzensport mit sich bringen? Teilnehmende begeben sich frei und eigenständig von Station zu

Station und arbeiten an den Fragen, die sie am meisten interessieren. Es gibt keinen festen Ablauf und keine festen Arbeitsgruppen.

- Man nimmt sich an der Station die Zeit, die man braucht und kann sich mit eigenen Ideen und je nach Interesse aktiv in vielfältiger Art und Weise beteiligen. An jeder Station werden die Antworten auf Moderationskarten gesammelt, und am Ende wird von den Personen, die gerade an der jeweiligen Station versammelt sind, ein Fazit gezogen (Gruppenfazit). Die Moderatorin oder der Moderator der Veranstaltung ordnet dann die Ergebnisse für die Gesamtgruppe (Fazit im Plenum). Auch bei diesem Format ist es sinnvoll, als Teilnehmende auch ExpertInnen der Dualen Karriere (Ehemalige, Aktive, TrainerInnen etc.) zu beteiligen, die ebenfalls von Station zu Station wandern und ihre Erfahrungen und Perspektiven einbringen. Als Zeitrahmen empfehlen sich ca. 2 Stunden.
- **Fishbowl:** Die Fishbowl bietet eine offene Diskussionsrunde mit festgelegten DiskussionspartnerInnen. Dabei wird die Runde (Innenkreis) um einen leeren Stuhl ergänzt, der frei bleibt für diejenigen aus dem Publikum (Außenkreis), die sich an der Diskussion beteiligen wollen. Der oder die ModeratorIn gibt gezielt Themen und Diskussionsfragen in die Runde. Während die Runde im Innenkreis diskutiert, können sich aus dem Publikum Personen in den Innenkreis (freier Stuhl) gesellen, Fragen stellen, ihre Meinung darlegen und mitdiskutieren. Danach muss der Stuhl wieder freigemacht werden. Wir haben das Format genutzt, um TrainerInnen, Verbandsverantwortliche, die VerbandspsychologInnen und Lauf-

bahnberaterInnen sprechen zu lassen (Innenkreis) und mehr über ihre Haltungen und ihre Erfahrungen zu erfahren. Als Zeitdauer für die Fishbowl sind 30–45 Minuten günstig.

Zukunftswerkshop

Die oben beschriebene Zukunftskonferenz bildet im Rahmen unseres Konkretisierungsvorschlags den ersten Teil der Veranstaltungsreihe. Die zweite Tagesveranstaltung trug bei uns den Titel **Zukunftswerkshop**, wie das ihr zugrundeliegende Format, das wir im Folgenden beschreiben.

Der Zukunftswerkshop¹¹ baut auf die wiederholte, vertiefende und individuelle Auseinandersetzung mit dem Thema Duale Karriere. Vor allem lassen sich mit ihm Sorgen und Fragen „versorgen“, die dem Nachwuchs, Eltern und Trainerinnen und Trainer im Nachgang zur ersten Veranstaltung aufgekommen sein könnten!

Daher ist es wichtig, dass auch hier zentrale Ansprechpartner und Expertinnen aus dem Spitzenverband dabei sind (z. B. Trainerinnen des Olympiakaders, Laufbahnberater). Sie können ihre Erfahrung, ihr Wissen und ihre Sicht auf das Thema in den Diskussionsrunden mit einbringen.

Die Zukunftswerkstatt als Workshop

Das weitere Format hat Workshop-Charakter. Es bietet sich als Möglichkeit an, über die „duale Laufbahn“ gemeinsam – zunächst in Kleingruppen, dann im Plenum – aus unterschiedlichen Perspektiven heraus zu diskutieren und auf relevante Fragen gemeinsam Antworten zu finden.

Bei Zukunftswerkshops betrachten die Teilnehmenden in Kleingruppen (4-9 Personen pro Gruppe) das Thema Duale Karriere systematisch aus folgenden Blickwinkeln: zunächst mit dem Hut des Pessimisten (Risiken; 1. Runde), dann mit dem Hut des Optimisten (Stärken, Chancen; 2. Runde) und am

¹¹Kuhnt, B. & Müllert, N. R. (2006). *Moderationsfibel – Zukunftswerkstätten verstehen, anleiten, einsetzen*. AG SPAK Bücher.

Ende aus Perspektive des Realisten (Praxis, Empirie; 3. Runde).

Die jeweiligen Ergebnisse jeder Kleingruppe werden über Moderationskarten nach jeder Arbeitsrunde zusammengetragen, an Pinnwänden für alle anderen sichtbar gemacht und dann im Plenum vorgestellt und gemeinsam diskutiert (Diskussionsrunden).

Durch die drei Diskussionsrunden führt eine oder ein ModeratorIn. Sie oder er leitet die Diskussion und fasst die Ergebnisse am Ende jeder Runde zusammen. Die einzelnen Runden dauern in der Regel ca. 60 Minuten. Als Zeitdauer für den gesamten Zukunftswerkstatt sollten Sie 5-6 Stunden einplanen (inkl. kleinerer Pausen sowie einer großen Mittagspause).

Personelle Besetzung

Mit Blick auf die Zielgruppe, **den AthletInnen**, empfehlen wir, AthletInnen **ab ca. 15 Jahre** und ihre Eltern einzuladen. Zu dieser Altersgruppe passende **Trainerinnen und Trainer** sind ideal.

Auf Seiten der **ReferentInnen und ExpertInnen** hat sich Vielseitigkeit als erfolgreich erwiesen. Wir empfehlen es zu ermöglichen, dass die spezifischen und wahrscheinlich unterschiedlichen Perspektiven von BundestrainerInnen, aktiven KaderathletInnen, ehemaligen Duale-Karriere-SportlerInnen und LaufbahnberaterInnen dargestellt werden können.

Voraussetzungen für erfolgreiche dialogsuchende Veranstaltungen sind unserer Meinung nach zwei Dinge:

- ✓ Erstens, je gründlicher die **Vorbereitung** der einzelnen Veranstaltungen, desto wahrscheinlicher der Erfolg.
- ✓ Zweitens, für die **Prozessgestaltung** der Veranstaltungen und Steuerung der Diskussion empfehlen wir, eine geübte **Moderatorin** oder einen geübten **Moderator** zu beauftragen.

Aus unserer Sicht ist es ein Erfolgsfaktor, wenn der **Moderator** oder die **Moderatorin** ein „neues Gesicht“ im Umfeld der Veranstaltung ist! Optimal klappt die Moderation wahrscheinlich, wenn sie von einer **neutralen Person** übernommen wird. Denn bei solchen Veranstaltungen spielen Transparenz und Vertrauen eine große Rolle. Oft sind die Themen insbesondere für Eltern „emotional aufgeladen“. Eine Person, die vielleicht Erfahrung mit Sport hat, aber eben nicht als „zu parteiisch“ für den Verband wahrgenommen wird, ist dabei sicher ideal.

Bitte bedenken Sie: Formate mit Einbezug von Teilnehmenden können zu wahren „Wundertüten“ werden. Dies meinen wir zum einen durchaus positiv: Lassen Sie sich überraschen, wie Außenstehende auf das Geschehen bei Ihnen vor Ort blicken und gehen Sie konstruktiv damit um! Zum anderen können sich dadurch jedoch auch Herausforderungen ergeben: Der offene Dialog schafft für alle Durchführenden Risiken und birgt immer auch die Gefahr eines gewissen Kontrollverlusts! **Die Moderation ist daher eine anspruchsvolle Aufgabe und sollte professionell durchgeführt und geübt sein** (zum Beispiel durch SportpsychologInnen oder Sportpsychologie-ExpertInnen). Als optimal hat es sich bei uns erwiesen, dass die Veranstaltungen im Zweierteam aus zwei Personen moderiert werden konnten.

Schritt 5: Das Backlog – Was ist sonst noch zu tun?

Zusätzlich müssen Themenpunkte und Aufgaben bedacht werden, die für eine erfolgreiche Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung der Veranstaltungen wichtig sind. Sie folgen hier als Checkliste.

(1) Veranstaltungsvorbereitung: Der Rahmen

Zur Vorbereitung des Nachwuchsprogramms ist eine *Kick-Off-Veranstaltung* im Organisationsteam hilfreich. Im Modell-Projekt mit dem Deutsche Segler-Verband haben wir uns in zwei mehrstündigen Meetings mit dem gesamten Organisationsteam getroffen und die folgenden Eckpunkte des Nachwuchs-Programms ausführlich besprochen und vereinbart:

- ✓ **Definition „Duale Karriere“:** Die Ausgestaltung, der Kenntnisstand und die Ideen hinter, wie auch die persönlichen Einstellungen zur Dualen Karriere, können sehr unterschiedlich sein. Entsprechend ist es hilfreich, *vorab* zu reflektieren, zu klären und festzuhalten, was in der Summe im Team der Stakeholder (also den Personen im und um den Verband, den VeranstalterInnen) unter dem Label „Duale Karriere“ verstanden wird.
- ✓ **Standortbestimmung:** Um nicht losgelöst von bisher vielleicht weniger erfolgreichen Veranstaltungen oder bereits etablierten Maßnahmen (z. B. im Spitzenverband oder auf Ebene der Landesverbände) zu agieren, sollten bestehende Nachwuchs-Formate der Laufbahnberatung, der (Sichtungs-) TrainerInnen und des Verbands zum Thema „Zukunft“ und „Duale Karriere“ gesammelt und im Vorgespräch gemeinsam bewertet werden. Erscheint etwas auf dem Radar, ist zu klären, wie sich daran mit Zukunftswerkstätten anknüpfen lässt und worin der Mehrwert des Neuen liegt.
- ✓ **Gemeinsames Ziel:** Eine gleichermaßen wichtige Aufgabe besteht darin, dass sich der Verband vor den Veranstaltungen mit den eigenen Zielen beschäftigt und diese

bei unterschiedlichen zugrundeliegenden Interessen auslotet. Nur so kann vermieden werden, dass VeranstalterInnen ganz unterschiedliche Erwartungen in die Veranstaltung hineinbringen und gegebenenfalls Uneinigkeiten auf offener Bühne aufscheinen. Alle Akteurinnen und Akteure, die von Verbandsseite in die Veranstaltungen eingebunden werden, sollten auf das gleiche und am allerbesten auf ein gemeinsames Ziel hinarbeiten.

- ✓ **Zielgruppe:** Mit Blick auf die AdressatInnen der Veranstaltungen (Leistungssport-Talente und ihre Eltern) sind für die gute Planung und Durchführung Vorüberlegungen notwendig. Für die Maßnahmen im Deutsche Segler-Verband wurde beispielsweise beschlossen, dass sich die Veranstaltungen auf die Gruppe Athletinnen und Athleten beziehen soll, die auf den Übergang *Ende der Schulzeit* → *Beginn der Ausbildung/ Studium* zusteuern. Also wurde ein passendes Herangehen für AthletInnen im Alter zwischen 16-18 Jahre geplant.
- ✓ **Merkmale der ReferentInnen:** Wie schon betont, ist es sinnvoll, nicht ausschließlich „dekorierte Karrieren“ (Weltmeisterschafts- und Olympia-Medaillen-TrägerInnen) als gelungene Sport-Karrieren zu präsentieren, sondern vor allem auch „normale“ (im statistischen Sinne) LeistungssportlerInnen einzuladen, also diejenigen AthletInnen, die eine leistungssportliche Karriere absolvieren oder absolviert haben, aber bei den entscheidenden Events (bisher) nicht auf dem Treppchen gestanden sind.
- ✓ **Wahl einer/es Programmbeauftragten:** Es empfiehlt sich, auf Organisationsebene des Verbandes eine oder einen *Programmbeauftragten* auszuhandeln. Diese Person sollte vor allem Augenmerk auf die Sicherung der Nachhaltigkeit von Zukunftskonferenzen und Zukunftswerkshops richten. Damit meinen wir die wiederholte Durchführbarkeit und Fortführung der Veranstaltungsreihe in den Folgejahren! Die gewählte Person sollte dann auch verbandsintern als AnsprechpartnerIn für das Programm fungieren. Im Deutsche Segler-

Verband hat man sich dafür entschieden, dass die Referentin für Leistungssport des Spitzensportverbands diese Rolle einnimmt.

- ✓ **Kosten:** Etwas Neues in guter Qualität durchzuführen, braucht in der Regel finanzielles Budget. Budget sollte vorhanden sein, mindestens symbolische Honorare für die Moderation und mindestens die Erstattung von Reise- und Übernachtungskosten für die Referierenden (eingeladene SportlerInnen mit gelungener dualer Karriere, Trainerinnen und Trainer) sind einzukalkulieren. Darüber hinaus ist es bei Tagesveranstaltungen sinnvoll, Teilnehmenden in den Pausen Snacks und Getränke sowie ein warmes Mittagessen anzubieten (möglich auch mit einem Selbstkostenanteil).

(2) Veranstaltungsplanung: Die Details

Wenn die oben beschriebenen Rahmenpunkte mit dem gesamten Organisationsteam geklärt sind, lässt sich die Detailplanung und Ausgestaltung der einzelnen Veranstaltung in einem kleineren, agilen **Umsetzungsteam** durchführen. Es zahlt sich aus, wenn hier Moderierende und Ausrichtende (in unserer Zusammenarbeit mit dem Deutsche Segler-Verband waren es die jeweiligen BundesstützpunkttrainerInnen Nachwuchs) im Vorfeld zusammenarbeiten. Innerhalb des Umsetzungsteams lassen sich dann auch die einzelnen Aufgaben klären, zum Beispiel wer bis wann für was zuständig ist. Folgende Themenpunkte können dabei besprochen werden:

- ✓ **Zeitplanung:** Konkrete Planungen müssen frühzeitig zumindest skizziert sein, um auf Unvorhergesehenes noch professionell reagieren zu können. Schließlich müssen die Location, die Referierenden und natürlich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer am Tag X auch da sein. Lieber sollte ein „save the Date“ mehr, als eine zu späte Einladung versendet werden. Zwischen Folgeveranstaltungen muss ausreichend Zeit zum „verdauen“ des neu Erfahrenen eingeplant sein (mindestens drei Monate erscheinen uns als sinnvoll).

- ✓ **Ort und Räumlichkeiten:** Bei der Wahl des Durchführungsortes sollte Neutralität gegenüber unterschiedlichen Laufbahnen und Perspektiven gewahrt und möglichst ein Ort mit *Allparteilichkeit* gewählt werden (z. B. eben nicht im Besprechungsraum der Bundestrainerin, deren Parteinahme für den Leistungssport ja irgendwie „klar“ ist). Die Räumlichkeiten müssen groß genug sein, dass alle TeilnehmerInnen komfortabel sitzen und sich bewegen können (einschließlich Stellwände und Arbeitstische).
- ✓ **Zielgruppe:** Auch wenn die Zielgruppe zuvor bereits festgelegt wurde, kann es bei der konkreten Planung notwendig werden, dass Teilnehmerkreise noch einmal verkleinert werden müssen (z. B. hat bei uns die Größe der verfügbaren Location für die Zahl der Angemeldeten in einem Fall nicht ausgereicht). Bei Sportarten mit verschiedenen Disziplinen ließe sich schon im Vorfeld darüber nachdenken, ob Veranstaltungen für unterschiedliche Gruppen (z. B. entlang von Sportarten- Disziplinen) ins Auge gefasst werden sollten.
- ✓ **Anzahl TeilnehmerInnen:** Auch wenn wir Veranstaltungsformate vorgestellt haben, die die Anzahl an Teilnehmerinnen und Teilnehmer zunächst offen lassen, ist es für die konkrete Vorbereitung sinnvoll, eine Richtzahl festzulegen. In der Zusammenarbeit mit dem Deutsche Segler-Verband sind wir mit Gruppengrößen von 30 bis einmal 70 Teilnehmenden zurechtgekommen.
- ✓ **ReferentInnen:** Bei der Entscheidung, welche Referentinnen und Referenten für eine Veranstaltung angefragt werden, sollte man auf die ausrichtende Stützpunkttrainerin oder den ausrichtenden Stützpunkttrainer zählen. In der Regel haben diese einen guten Überblick über besonders geeignete Partnerinnen und Partner unter den aktiven und ehemaligen Athletinnen und Athleten, und sie können den Kontakt zu ihnen herstellen.

- ✓ **Briefing aller verbandsseitig bestellten Akteure:** Vor der eigentlichen Veranstaltung brauchen alle Referierenden – egal ob Laufbahnberaterin, Trainer, aktive Spitzensportlerinnen oder ehemaliger Spitzensportler – eine Einführung in das Ziel und den Ablauf Ihres Vorhabens, so dass sie sich (und sei es nur gedanklich) auf ihren Part der Veranstaltung vorbereiten können. Manche der eingeladenen SportlerInnen brachten bei uns für ihre Impulsvorträge sogar Folien oder Flipcharts mit; daher ist das Briefing wichtig.
- ✓ **Programm:** Die Vorabankündigung der Veranstaltung muss zumindest kurze Informationen zum Hintergrund und zum Ziel der jeweiligen Veranstaltung enthalten. Denn Teilnehmende wollen wissen, wofür *genau* sie sich Zeit nehmen sollen! Einladungen sollten eine Übersicht über „prominente“ TeilnehmerInnen, den oder die ModeratorIn und einen genauen Zeitplan enthalten. Ist das Dokument einmal erstellt, lässt es sich für jede Folgeveranstaltung anpassen und wiederverwenden.
- ✓ **Einladung:** Zusätzlich können noch persönliche Einladungen an den potentiellen TeilnehmerInnenkreis verschickt werden. Sie signalisieren *echtes* Interesse, dass Verantwortliche am Stützpunkt oder im Verband *wirklich* ins Gespräch kommen wollen. Mit der Einladung muss dann auch noch einmal deutlich werden, dass die Teilnehmenden nicht „nur“ als ZuhörerInnen gefragt sind, sondern aktives Mitmachen gewünscht sein wird.
- ✓ **Catering:** Wenn (so wie bei uns mit dem Deutsche Segler-Verband) Tagesveranstaltungen geplant sind, muss auch für das leibliche Wohl aller Teilnehmenden gesorgt sein. Mindestens Getränke und die Möglichkeit zum Mittags-Snack sind dann Pflicht!
- ✓ **Bestuhlung, Ausrüstung, Technik:** Es sind auch die Kleinigkeiten, die Veranstaltungen professionell und ernsthaft (bei aller erforderlichen „Leichtigkeit“) erscheinen lassen. Raumbestuhlung und bewegliche

Tische, Stellwände, Laptop, Beamer und Mikrophone – auch an solche Dinge will im Vorfeld gedacht sein.

- ✓ **Material:** Damit Erkenntnisse aus der Veranstaltung schon währenddessen sichtbar werden, aber auch um sie für die Dokumentation festzuhalten, empfehlen wir die Arbeit mit Moderationskarten und Flipcharts. Vor einer Veranstaltung muss also geklärt werden, wer Stifte, Papier, Moderationskarten, Klebestreifen, Heftnadeln (etc.) mitbringt. Ist die professionelle Moderation der Veranstaltung vorgesehen, gehört es in der Regel zu den Aufgaben dieser Person, die benötigten Materialien dabei zu haben. Aber auch das sollte vorab besprochen sein.

(3) Veranstaltungsnachbereitung: Das Ergebnis

Für den Part *nach* den einzelnen Veranstaltungen sollten folgende Punkte nicht aus den Augen verloren werden:

- ✓ **Ergebnisdokumentation:** Zur Sicherung der Ergebnisse, die zum Beispiel im Open Space erarbeitet wurden, lassen sich Moderationskarten und Flipcharts *abfotografieren* und im Anschluss den Teilgenommenen *digital zur Verfügung stellen*. Nachwuchstrainerinnen und -trainer können auch einzelne Punkte im Training noch einmal gezielt aufgreifen.
- ✓ **Überführung der Ergebnisse in Handlungen:** In unseren Veranstaltungen haben sich in den Gesprächen mit dem Nachwuchs und den Eltern immer auch *konkrete Implikationen für den Spitzensportverband* ergeben oder ableiten lassen. Beispielsweise haben sich Eltern mehr Informationen zum Sponsoring und Detailinformationen zu den einzelnen Karriereabschnitten sowie zu relevanten Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner gewünscht. Das macht zwar extra Arbeit, aber wir empfehlen den veranstaltenden Sportverbänden, solche Hinweise ernst zu nehmen. Sie sollten unbedingt als

relevante Ergebnisse der Veranstaltung und wichtige „Learnings“ betrachtet werden – und in konkrete Taten münden!

- ✓ **Veranstaltungsevaluation:** Wenn eine strukturierte, umfassende, sach- und fachgerechte Bewertung der Veranstaltung(en) gewollt ist, kann man Teilnehmende bitten, am Ende der Veranstaltung einen *Fragebogen* auszufüllen. Dieser kann Fragen zur Struktur und zum Tempo, der Anregung zur Auseinandersetzung mit den Inhalten, Möglichkeiten der Interaktion, Fragen zum sozialen Klima, zu den Rahmenbedingungen und der Gesamtbewertung enthalten. Eine Alternative zum Fragebogen ist beispielsweise das *5-Finger-Feedback*. Mit einer Schlagwortsuche im Internet finden Sie zahlreiche Hinweise zur Arbeit mit dieser Methode. Nichts spricht dagegen, dass man sich auch nach (!) der Veranstaltung noch um persönliche Gespräche mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern bemüht oder sich zumindest offen zeigt. Generell sind Veranstaltungsevaluationen (wenn sie gut gemacht sind) zur kontinuierlichen Verbesserung zukünftiger Veranstaltungen natürlich äußerst hilfreich.

Schritt 6: Das Ergebnis, die Wirkung und das Fazit

Die persönlichen Rückmeldungen und Evaluationen zu unseren eigenen Veranstaltungen mit dem Deutsche Segler-Verband zeigen, dass mit dem oben beschriebenen Vorgehen – **Zukunftskonferenz und Zukunftswerkshop** – ein informatives, ansprechendes und interessantes Kommunikationsformat gelingen kann, das beim Nachwuchs und den Eltern gut ankommt.

O-Ton eines jungen Seglers nach dem Zukunftswerkshop:

„Was bei dem Workshop aufgefallen ist: Dass ich danach eine ziemlich große, ziemlich starke Motivation hatte, jetzt diesen Weg zu gehen. Da kam, dass ich das Gefühl hatte: Jetzt weiß ich, wo ich mich so ungefähr hinbewege und nicht ganz ins Leere, quasi, meinen Schritt in die Zukunft wage.“

Diese und weitere O-Töne zu unseren Zukunftswerkstätten lassen sich in dem elfminütigen Film *„Sport mit Perspektive! Zukunftswerkstätten zur dualen Karriere im Nachwuchsleistungssport – BISp“* auf YouTube nachhören (siehe auch letztes Kapitel).

Inwieweit sich die Maßnahmen auf die Dropout-Quote und die Offenheit gegenüber der Dualen Karriere im Deutsche Segler-Verband auswirken, wird in der Folge beobachtet und geprüft. Gesichert ist, dass es den jungen Athletinnen und Athleten sowie den Eltern mit den dargestellten Veranstaltungen auf eine bisher nicht dagewesene Weise ermöglicht wurde, Informationen einzufangen, die unterstützt haben, stimmige Zukunftsentscheidungen zu treffen.

3 Zum Abschluss

Zum Abschluss: Der Film zum Projekt (auf YouTube)

Dieser Leitfaden wird durch einen Film ergänzt, bestehend aus O-Tönen von ReferentInnen, VeranstalterInnen und TeilnehmerInnen der Zukunftswerkstätten, die wir im Modell-Projekt mit dem Deutsche Segler-Verband aufgenommen haben. Der elfminütige Film ist auf dem YouTube-Kanal des Bundesinstituts für Sportwissenschaft (BISp) veröffentlicht und dort frei unter dem Titel „Sport mit Perspektive! Zukunftswerkstätten zur dualen Karriere im Nachwuchsleistungssport – BISp“ verfügbar.

In dem Film wurden **Erfahrungsberichte und Einschätzungen zur Dualen Karriere aus Sicht einiger Referentinnen und Referenten** eingefangen. Es sind Argumente und Einblicke, die auch die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Zukunftswerkstätten erhalten haben. Besonders freut uns das dort festgehaltene Fazit durch einen der jungen Nachwuchsteilnehmer und der **Sportdirektorin** des Deutschen Segler-Verbands. Auch Sie werden sehen: die Mühe und Arbeit, die Sie in Zukunftswerkstätten stecken, lohnt sich!

Zeigen Sie diesen Film ruhig auch als Teil ihrer eigenen Veranstaltungen zur Dualen Karriere oder zur Motivation derjenigen, die sie für die Durchführung von Zukunftswerkstätten noch überzeugen müssen.

Die Sportdirektorin des Deutsche Segler-Verband, Nadine Stegenwalner, meint:

„Die Veranstaltungsreihen haben wir als so erfolgreich empfunden, sodass wir sie zukünftig gerne fortführen möchten. Weil diese Kommunikation zu den Seglerinnen und Seglern und auch deren Eltern – dort mit ihnen in Kontakt zu treten, intensiv uns mit ihnen auszutauschen, ihnen die Informationen zu geben, dass sie auch die richtigen und wichtigen individuellen Entscheidungen treffen können, damit dann auch die leistungssportliche Karriere entsprechend vollzogen werden kann, das ist ganz wichtig“.

Kiel, 9. Juli 2019

Anmerkungen

Das vorgestellte Projekt „Sport mit Perspektive“ wurde mit Forschungsmitteln des Bundesinstituts für Sportwissenschaft aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages gefördert (AZ: ZMVI4-072033/18-19).

Ein herzliches Dankeschön für die Förderung durch das BISp und an alle Beteiligten!

„Sport mit Perspektive“ ist der Claim von KADA – einem Verein, der in Österreich mit Blick auf die duale Laufbahnentwicklung österreichischer Hochleistungssportler wunderbare Arbeit leistet und als ordentliches Vorbild gilt. Wir durften den Claim für unser Projekt benutzen, vielen Dank an KADA!



Dr. phil. Nadine Thomas (geb. 1980), Diplom-Psychologin und Systemische Beraterin. Geschäftsführerin im Beratungsbüro Thomas, Landau. Arbeitsschwerpunkte: Persönlichkeitsdiagnostik, Talententwicklung, Schwellensituationen und Veränderungsprozesse.



Dr. phil. Ole Benthien (geb. 1972), leitete bis 2020 das Zentrum für praktische Sportpsychologie (ZPS) an der UP Transfer GmbH; derzeit freiberufliche Tätigkeit mit Arbeitsschwerpunkten in der sportpsychologischen Betreuung, der konzeptionellen Entwicklung, Strukturgebung und Qualitätssicherung sportpsychologischer Maßnahmen im Spitzensport.



Univ.-Prof. Dr. habil. Ralf Brand (geb. 1971), Diplom-Psychologe und staatlich geprüfter Sport- und Englischlehrer. Leiter der Professur für Sportpsychologie an der Universität Potsdam; Leiter des Landesteams Sportpsychologie Brandenburg; Arbeitsschwerpunkte Praktische Sportpsychologie im Spitzensport, Anti-Doping und Gebrauch von leistungssteigernden Substanzen im Sport und im Alltag, Gesundheitsverhaltensänderung.

Sie möchten in Ihrem Spitzensportverband den leistungssportlichen Nachwuchs und die Eltern in der kritischen Phase sportlicher Laufbahnen unterstützen? Sie für eine Karriere im Leistungssport sensibilisieren und gangbare, lohnenswerte duale Zukunftswege aufzeigen?

Unser Leitfaden aus dem BISP-Projekt „Sport mit Perspektive“ hilft Ihnen dabei, gemeinsam mit den Nachwuchstalente auf wichtige Zukunftsfragen Antworten zu finden. Er soll es Verantwortlichen in Spitzensportverbänden erleichtern, Maßnahmen zu planen, die hilfreich sind, Leistungssport-Talente im Übergang zwischen Jugend- und Erwachsenenzeit durch Zukunftssorgen nicht zu verlieren. Das beschriebene Konzept zur Ausrichtung von Zukunftswerkstätten kann „right away“ für die Nachwuchsarbeit übernommen werden.

Mit dem vorliegenden Leitfaden möchten wir allen Interessierten Informationen zu unserem Vorgehen und unseren Erfahrungen bereitstellen und unterstützen, ähnliche Zukunftsveranstaltungen zur Dualen Karriere auf die Beine zu stellen.