



Bundesinstitut
für Sportwissenschaft



Wir helfen
dem Sport

Theresa Manges · Daniel Jensen · Kevin Seidel · Felix Hamann
Nadja Walter · Anne-Marie Elbe

Wertebasierte Dopingprävention

Ein Manual zur Durchführung der No2Doping-Einheiten mit Jugendlichen



Theresa Manges · Daniel Jensen · Kevin Seidel · Felix Hamann
Nadja Walter · Anne-Marie Elbe

Wertebasierte Dopingprävention

Ein Manual zur Durchführung der No2Doping-Einheiten mit Jugendlichen

Dr. Theresa Manges ist wissenschaftliche Mitarbeiterin im Bereich Jugendforschung an der Universität Jena – Institut für Psychologie.

Daniel Jensen arbeitet seit vielen Jahren im Auftrag der Nationalen Anti Doping Agentur Deutschland (NADA) als freiberuflicher Referent in der Dopingprävention.

Kevin Seidel arbeitet als Sportlehrer und war zuvor als wissenschaftlicher Mitarbeiter im Bereich Sportpsychologie an der Universität Leipzig tätig.

Felix Hamann war mitwirkender studentischer Mitarbeiter im Bereich Sportpsychologie an der Universität Leipzig – Sportwissenschaftliche Fakultät.

Dr. habil. Nadja Walter ist wissenschaftliche Mitarbeiterin im Bereich Sportpsychologie an der Universität Leipzig – Sportwissenschaftliche Fakultät.

Prof. Dr. Anne-Marie Elbe ist Professorin für Sportpsychologie an der Universität Leipzig – Sportwissenschaftliche Fakultät.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

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

Impressum

Herausgeber

Bundesinstitut für Sportwissenschaft | BISp
Graurheindorfer Straße 198 · 53117 Bonn
publikation@bisp.de
www.bisp.de

Ansprechperson

Dr. Marc Wonneberger
marc.wonneberger@bisp.de
Tel.: +49 228 99 640 9041

Stand

Dezember 2024

Erscheinungsjahr

2025

Manges, Theresa; Jensen, Daniel; Seidel, Kevin; Hamann, Felix; Walter, Nadja; Elbe, Anne-Marie

Wertebasierte Dopingprävention

Ein Manual zur Durchführung der No2Doping-Einheiten mit Jugendlichen

ISBN 978-3-96523-107-8

DOI <https://doi.org/10.4126/FRL01-006484157>

AZ 070301/19-21

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Kein Teil dieses Werkes darf ohne ausdrückliche Genehmigung des Bundesinstituts für Sportwissenschaft digital oder analog vervielfältigt werden.

Gestaltung

MUMBECK – Agentur für Werbung GmbH, Wuppertal

Bildnachweise

Umschlagfoto: shutterstock_William Perugini

Fotos: AdobeStock_Michael (S. 7), AdobeStock_Joaquin Corbalan (S. 10), AdobeStock_Fanti/peopleimages.com (S. 17), AdobeStock_olegnebesnyy (S. 19), Uni Leipzig_Manuel Prager (S. 20), GettyImages_Yulia Reznikov (S. 22), AdobeStock_saintho (S. 22), AdobeStock_matimix (S. 22), shutterstock_Peter Bernik (S. 22), AdobeStock_Dziurek (S. 22), shutterstock_B.Stefanov (S. 22), AdobeStock_Stefan Schurr (S. 23), AdobeStock_Jacob Lund (S. 26), AdobeStock_ivanko80 (S. 30), AdobeStock_Rido (S. 31), AdobeStock_saintho (S. 34), shutterstock_Andrey Yurlov (S. 42), AdobeStock_OH (S. 49), shutterstock (S. 51), AdobeStock_Dziurek (S. 58), shutterstock (S. 62), AdobeStock_Gorodenkoff (S. 70), AdobeStock_Beaunitta VW/peopleimages.com (S. 72)

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	6
Theoretischer und empirischer Hintergrund	9
Antizipierte Schuld.....	11
Moralisches Disengagement.....	11
Empathie.....	12
Kollektive moralische Normen.....	12
Ein evidenzbasiertes Dopingpräventionsprogramm	12
Literaturnachweise	13
Ziele und Zielgruppe.....	16
Inhalte und Einsatz der Materialien.....	18
Unterrichtsmaterial	21
Einheit 1 Einstieg ins Thema Doping.....	23
Einheit 2 Antizipierte Schuld	34
Einheit 3 Empathie.....	42
Einheit 4 Moralisches Disengagement	51
Einheit 5 Kollektive moralische Normen	62
Einheit 6 Transfer auf andere Situationen	70

Vorwort





Doping kann schwerwiegende negative Folgen für Sportlerinnen und Sportler sowie für die Integrität des Sports mit sich bringen, weshalb wirksame Präventionsprogramme von höchster Bedeutung sind. Das vorliegende Manual stützt sich auf einen wertebasierten Ansatz, wie er im Rahmen des Forschungsprojekts No2Doping an der Universität Leipzig verfolgt wurde. Mit diesem Ansatz sollen die bisherigen Einschränkungen wissenschaftlicher Methoden in der Dopingprävention gezielt überwunden und durch den wertebasierten Ansatz eine nachhaltige Wirkung erzielt werden (<https://www.spowi.uni-leipzig.de/sportpsychologie/forschung/no-2doping>).

Im Vordergrund stehen hierbei Emotionen, Einstellungen, Werte und moralische Aspekte. Mit interaktiven Übungen und Gesprächen sollen Athletinnen und Athleten auf Situationen in ihrer sportlichen Karriere vorbereitet werden, in denen eine Entscheidung bezüglich Doping eine Rolle spielen könnte. Basierend auf aktuellen Forschungsarbeiten liefert das Manual Anregungen und Anleitungen für Übungen, die Athletinnen und Athleten bei der Entwicklung von Werten, Prinzipien und moralischen Kompetenzen unterstützen können.

Das Manual richtet sich insbesondere an Lehrerinnen und Lehrer an Sportschulen, Trainerrinnen und Trainer, Präventions-, Jugend- und Anti-Doping-Beauftragte sowie Personen in Vereinen, Verbänden, Stützpunkten etc., die mit jugendlichen (Leistungs-)Sportlerinnen und Sportlern zusammenarbeiten.

Der Manuallerstellung ging das 3,5-jährige Forschungsprojekt No2Doping zur Entwicklung und Evaluation eines wertebasierten Dopingpräventionsprogramms im Nachwuchssport voraus. Wir bedanken uns beim Bundesinstitut für Sportwissenschaft für die Förderung des Projekts und besonders bei Dr. Marc Wonneberger für sein Engagement. Auch danken wir den Mitarbeitenden der Nationalen Anti Doping Agentur für die sehr gute Kooperation, die uns den Austausch und den Einblick in die stattfindende Präventionsarbeit in Deutschland ermöglicht hat. Im Prozess der Programmentwicklung war die pädagogische Expertise von Sven Schurzmann und Hendrik Richter für uns enorm wichtig, weshalb wir ihnen herzlich danken. Auch Marie-Christin Apel und Patricia Gutmann, die mit ihren Ideen und Illustrationen die Umsetzung des Programms bereicherten, möchten wir danken.

Ein besonderer Dank gilt den Studierenden der Universität Leipzig sowie den Sportlerinnen und Sportlern, Lehrerinnen und Lehrern, Trainerinnen und Trainern und Entscheidungsträgerinnen und Entscheidungsträgern der vielen Sportschulen, Vereine, Verbände und Institutionen, die an den Studien des Projekts teilgenommen haben, sowie den Eltern, die ihr Einverständnis dazu erteilt haben.

Während der Erstellung des Manuals war uns Anne Förster eine große Hilfe, weshalb wir ihr herzlich danken wollen. Schließlich danken wir dem Bundesinstitut für Sportwissenschaft für die Möglichkeit, das Lehrmaterial des No2Doping-Programms in Form dieses Manuals publizieren zu können, und insbesondere Fatma Büyrü für die professionelle Betreuung des Manuskriptarbeitungsprozesses.

Wir hoffen, dass dieses Manual viele dazu ermutigt, einzelne Übungen, Einheiten oder auch das gesamte Programm zur wertebasierten Dopingprävention mit jugendlichen Sportlerinnen und Sportlern durchzuführen, und wünschen dabei viel Spaß und wertvolle Erfahrungen. Für Rückfragen, Anregungen und sonstige Rückmeldungen stehen wir gern per E-mail zur Verfügung:

spopsy@uni-leipzig.de

<https://www.spowi.uni-leipzig.de/sportpsychologie/forschung/no2doping>

Theoretischer und empirischer Hintergrund

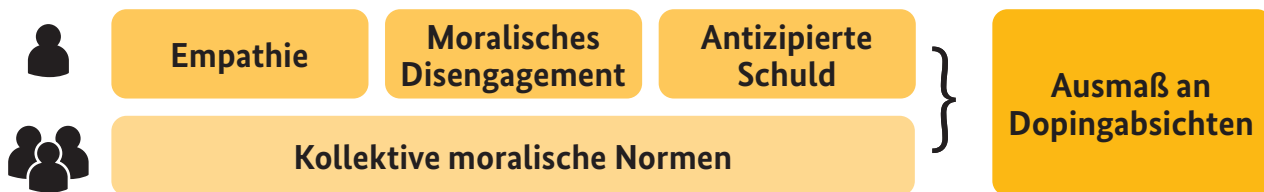


Um effektive Dopingprävention betreiben zu können, ist es unerlässlich, die Faktoren bzw. Variablen, die einen wesentlichen Einfluss auf die Entscheidung bezüglich Doping haben, zu identifizieren. Somit können relevante Einflussfaktoren in Interventions- und Präventionsprogrammen zielgerichtet adressiert werden.

Die Forschung legt nahe, dass sowohl persönliche moralische Variablen als auch das soziale Umfeld betreffende moralische Variablen einbezogen werden sollten (Ntoumanis et al., 2014; Kavussanu et al., 2015). Dies geht einher mit der sozial-kognitiven Theorie Banduras (1991), welche oftmals zur Erklärung von Dopingverhalten herangezogen wird (z. B. Boardley et al., 2017; Kavussanu et al., 2022). Sie sagt aus, dass das Verhalten einer Person durch moralische Standards bzw. Normen gesteuert wird, die diese

Person durch Sozialisationsprozesse entwickelt und verinnerlicht hat. Bei einem Verhalten, das im Widerspruch zu den eigenen moralischen Normen und Überzeugungen steht, erlebt man in der Regel negative Gefühle wie Schuld, Reue oder Scham. Um diese negativen Gefühle zu vermeiden, neigen Menschen dazu, sich ihren Moralvorstellungen entsprechend zu verhalten. Diese emotionalen Reaktionen, ob positiv oder negativ, spielen eine zentrale Rolle bei der Regulierung moralischen Verhaltens, da sie antizipatorisch wirken. Sie bestimmen also mit, ob ein Verhalten gezeigt wird oder nicht.

Im Folgenden werden vier relevante Variablen vorgestellt. Diese sind „Antizipierte Schuld“, „Moralisches Disengagement“, „Empathie“ und „Kollektive moralische Normen“.



Antizipierte Schuld

Eine Variable, die zunehmend in Zusammenhang mit transgressivem Verhalten und insbesondere Dopingverhalten untersucht wurde, ist *antizipierte Schuld*. In Studien aus verschiedenen Sportarten konnte ein starker negativer Zusammenhang zwischen antizipierter Schuld und der Absicht bzw. Wahrscheinlichkeit zu dopen nachgewiesen werden (z. B. Boardley et al., 2017; Kavussanu et al., 2020; Lazuras et al., 2017; Ring & Kavussanu, 2018). Athletinnen und Athleten sind sich durchaus bewusst, dass Doping ein Regelverstoß ist und sie somit betrügen würden, was wiederum als moralisch verwerflich angesehen wird (Probert & Leberman, 2009). Wenn sie sich also mit der Entscheidung zu dopen beschäftigen, kann es sein, dass sie die damit einhergehenden unangenehmen Gefühle wie Schuld oder Reue antizipieren können. Je besser einer Person dies gelingt, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass die Person des Dopings fernbleibt.

Moralisches Disengagement

In bestimmten Situationen können sich Menschen von ihren moralischen Überzeugungen „lösen“, um die erwarteten negativen Emotionen, die bei unethischem Verhalten wie Doping auftreten, zu vermeiden oder zumindest zu verringern. Wie Bandura (1991) in seiner Theorie erklärt, machen Personen dazu Gebrauch von kognitiven Mechanismen, indem sie beispielsweise eigenes Dopingverhalten mit der Begründung rechtfertigen, dass alle Teammitglieder ebenfalls dopen (Verantwortungsdiffusion) oder indem sie Doping mit transgressivem Verhalten aus einem anderen Kontext (z. B. kriminelle Handlungen) vergleichen, um es weniger schlimm wirken zu lassen (vorteilhafter Vergleich). Diese beiden und vier weitere Mechanismen werden zusammen als *Moral Disengagement* bezeichnet. Die Abbildung rechts zeigt die sechs für den Sportkontext identifizierten Mechanismen.

In zahlreichen Forschungsarbeiten zeigte *Moral Disengagement* einen starken Zusammenhang mit Dopingabsichten (z. B. Kavussanu et al., 2020; Manges et al., 2024; Ntoumanis et al., 2014), weshalb eine Reduzierung der moralischen Lösung von Athletinnen und Athleten die Wahrscheinlichkeit zu dopen verringern könnte.

1) Verantwortungsverteilung/-diffusion

Aussagen wie z. B.: „Alle anderen in der Mannschaft dopen auch.“

2) Verantwortungsverschiebung

Aussagen wie z. B.: „Ich wurde von meinem Trainer/meiner Trainerin unter Druck gesetzt zu dopen.“

3) Euphemistische Bezeichnung

Beschönigende Namen und Umschreibungen nutzen wie z. B.: „Vitamine“ und „medizinische Behandlung“ statt Dopingmittel und Dopingmethode.

4) Verzerrung der Folgen

Verharmlosung oder Ignorieren der schädlichen Folgen durch Aussagen wie z. B.: „Es tut ja niemandem weh.“

5) Vorteilhafter Vergleich

Vergleich von Doping mit transgressiven Verhaltensweisen aus anderen Kontexten, die schlimmer erscheinen, wie z. B. kriminelles Verhalten („Verglichen mit anderen Dingen ist Doping halb so wild.“)

6) Moralische Rechtfertigung

Z. B. Rechtfertigung, dass Doping der Mannschaft helfe („Ich kann doch mein Team nicht hängen lassen.“)

Empathie

Ein weiterer Faktor der sozial-kognitiven Theorie des moralischen Handelns, welcher mit Doping in Verbindung steht, ist *Empathie* (Boardley et al., 2017). Empathie ist die Fähigkeit, sich in andere Personen hineinzuversetzen und stellvertretend emotionale und kognitive Reaktionen zu bilden (Davis, 1994). Je mehr man in der Lage ist, die Welt aus der Perspektive von anderen Personen zu sehen, desto besser kann man die Konsequenzen des eigenen Handelns für andere absehen und desto schwieriger ist es, sich unethisch zu verhalten. Obwohl Empathie weniger Forschungsinteresse erfahren hat, gibt es Studien, die zeigen, dass Empathie negativ mit unethischem, antisozialem Verhalten im Sport assoziiert ist (Kavussanu et al., 2009; Stanger et al., 2012). Darüber hinaus berichten Boardley et al. (2017) von einem negativen prädiktiven Effekt von Empathie auf moralisches Disengagement und einem positiven prädiktiven Effekt von Empathie auf antizipierte Schuld. Einer Person mit ausgeprägter Empathiefähigkeit fällt es demnach schwerer, sich moralisch loszulösen, und leichter, die potentiellen Schuldgefühle zu antizipieren. Deshalb sollte eine solche Person auch geringere Dopingabsichten haben.

Diese Befunde bezüglich der Wechselwirkungen zwischen Schuld, Empathie und moralischem Disengagement spiegeln sich sowohl in Banduras Theorie als auch in empirischen Belegen aus anderen Kontexten wider (z. B. im Unternehmenskontext, Detert et al., 2008), weshalb diese drei Variablen ideale Zielkonstrukte in der Dopingprävention darstellen.

Kollektive moralische Normen

Jedoch spielen nicht nur die vorher genannten persönlichen moralischen Faktoren eine Rolle, sondern auch soziale Kontextfaktoren sollten berücksichtigt werden. Den sozialen Kontext, in dem moralische Entscheidungen im Sport stattfinden, bildet in erster Linie das Team oder die Trainingsgruppe einer Person. Sowohl die

Trainerinnen und Trainern als auch die Teamkameradinnen und Teamkameraden tragen nachweislich dazu bei, die Einstellungen und Entscheidungen, die Motivation und das Verhalten einer Person im sportlichen Kontext zu beeinflussen (Ntoumanis et al., 2012). Durch Interaktion unter den Gruppenmitgliedern entstehen über die Zeit hinweg kollektive Werte und Normen, die wiederum bestimmen, welche Verhaltensweisen und Handlungen als akzeptabel gelten, und so beispielsweise auch, ob Doping gebilligt wird. Wie Forschungsarbeiten zeigen, gibt es einen starken Zusammenhang zwischen *kollektiven moralischen Normen* (in der Forschung manchmal auch als moralische Atmosphäre, moralisches Klima oder moralische Einstellung der Gruppe bezeichnet) und Dopingabsichten (Kavussanu et al., 2015; Manges et al., 2021; Ntoumanis et al., 2014). Es erscheint deshalb vielversprechend, kollektive moralische Normen in die Präventionsarbeit zu integrieren und ebenfalls zu thematisieren.

Ein evidenzbasiertes Dopingpräventionsprogramm

Basierend auf den dargestellten empirischen Befunden und geleitet durch die sozial-kognitive Theorie ist ein Präventionsprogramm entstanden, das darauf abzielt, antizipierte Schuld, Empathie und kollektive moralische Normen zu fördern sowie moralisches Disengagement zu verringern (siehe Manges et al., 2022). Jede dieser Variablen wird in einer spezifischen Einheit thematisiert (Einheit 2-5), während die Einheiten 1 und 6 den Rahmen bilden. Die Einheiten sind so konzipiert, dass kognitive, emotionale und gruppenspezifische Prozesse angestoßen werden und eine Reflexion persönlicher Werte und Einstellungen ermöglicht wird. Insgesamt sollen somit die Dopingabsichten der Nachwuchs(leistungs)sportlerinnen und -sportler verringert werden.

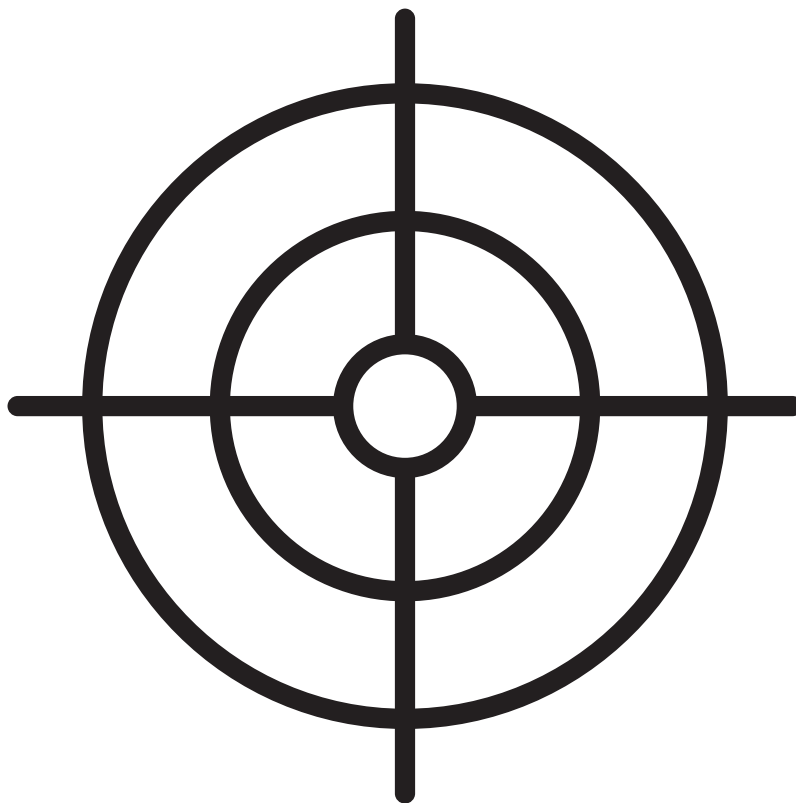
Literaturnachweise



- Bandura, A. (1991). „Social cognitive theory of moral thought and action,“ in *Handbook of moral behaviour and development: Theory, research, and applications*, eds W. M. Kurtines, and J. L. Gewirtz Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 71-129
- Boardley, I. D., Smith, A. L., Mills, J. P., Grix, J., and Wynne, C. (2017). Empathic and self-regulatory processes governing doping behaviour. *Front. Psychol.* 8:1495. doi: 10.3389/fpsyg.2017.01495
- Davis, M. H. (1994). *Empathy. A Social Psychological Approach*. Madison, WI: Brown and Benchmark.
- Detert, J. R., Treviño, L. K., and Sweitzer, V. L. (2008). Moral disengagement in ethical decision making: a study of antecedents and outcomes. *J. Appl. Psychol.* 93, 374–391. doi:10.1037/0021-9010.93.2.374
- Kavussanu, M., Barkoukis, V., Hurst, P., Yukhymenko-Lescroart, M., Skoufa, L., Chirico, A., et al. (2022). A psychological intervention reduces doping likelihood in British and Greek athletes: A cluster randomized controlled trial. *Psychol. Sport Exerc.* 102099. doi: 10.1016/j.psychsport.2021.102099
- Kavussanu, M., Elbe, A.M., and Hatzigeorgiadis, A. (2015). A cross-cultural approach to a cross-cultural issue: Psychosocial factors and doping in young athletes. Report submitted to the World Anti-Doping Agency.
- Kavussanu, M., Stamp, R., Slade, G., and Ring, C. (2009). Observed prosocial and antisocial behaviors in male and female soccer players. *J. Appl. Sport Psychol.* 21, 62–76. doi:10.1080/10413200802624292
- Kavussanu, M., Yukhymenko-Lescroart, M. A., Elbe, A. M., & Hatzigeorgiadis, A. (2020). Integrating moral and achievement variables to predict doping likelihood in football: A cross-cultural investigation. *Psychol. Sport Exerc.* 47:101518. doi: 10.1016/j.psychsport.2019.04.008
- Lazuras, L., Barkoukis, V., Mallia, L., Lucidi, F., and Brand, R. (2017). More than a feeling: The role of anticipated regret in predicting doping intentions in adolescent athletes. *Psychol. Sport Exerc.* 30, 196–204. doi: 10.1016/j.psychsport.2017.03.003
- Manges, T., Seidel, K., Walter, N., Schüler, T., and Elbe, A. M. (2022). Answering the call for values based anti-doping education – An evidence-informed intervention for elite adolescent athletes in Germany and Austria. *Sports and Active Living*, 4, 859153. <https://doi.org/10.3389/fspor.2022.859153>
- Manges, T., Walter, N., & Elbe, A.-M. (2021). Validation of the KMES Scale for Assessing the Collective Moral Attitude of Sport Groups. *Z Sportpsychol.* 28, 2-13. doi: 10.1026/1612-5010/a000324
- Manges, T., Walter, N., and Elbe, A.-M. (2024). Validation of the German Version of the Moral Disengagement in Doping Scale. *J. Appl. Sport & Exerc. Psychol.*, 31(3), 89–102. <https://doi.org/10.1026/2941-7597/a000015>
- Ntoumanis, N., Ng, J., Barkoukis, V., and Backhouse, S. H. (2014). Personal and psychosocial predictors of doping use in physical activity settings: a meta-analysis. *Sports Med.* 44, 1603–1624. doi: 10.1007/s40279-0140240-4
- Ntoumanis, N., Taylor, I. M., and Thøgersen-Ntoumani, C. (2012). A longitudinal examination of coach and peer motivational climates in youth sport: Implications for moral attitudes, well-being, and behavioral investment. *Developm. Psychol.*, 48, 213–223.
- Probert, A., and Leberman, S. (2009). The value of the dark side: an insight into the risks and benefits of engaging in health-compromising practices from the perspective of competitive bodybuilders. *Eur. Sport Manag. Q.* 9, 353–373. doi:10.1080/16184740903331838

- Ring, C., and Kavussanu, M. (2018). The role of self-regulatory efficacy, moral disengagement and guilt on doping likelihood: A social cognitive theory perspective. *J. Sports Sci.* 36, 578–584. doi: 10.1080/02640414.2017.1324206
- Stanger, N., Kavussanu, M., and Ring, C. (2012). Put yourself in their boots: effects of empathy on emotion and aggression. *J. Sport Exerc. Psychol.* 34, 208–222. doi:10.1123/jsep.34.2.208

Ziele und Zielgruppe





Das übergeordnete Ziel einer wertebasierten Dopingprävention ist die Reduzierung der Dopingabsichten der Sportlerinnen und Sportler. Durch die Bereitstellung von Aktivitäten und Übungen, die den Schwerpunkt auf die Entwicklung persönlicher Werte und Prinzipien setzen, soll die Fähigkeit der Lernenden gefördert werden, selbstständig ethische Entscheidungen zu treffen.

Dabei richten sich die Unterrichts- bzw. Lerneinheiten primär an jugendliche Sportlerinnen und Sportler, insbesondere an Nachwuchsleistungssportlerinnen und -sportler. Da die Adoleszenz als kritische Doping-Einstiegsphase angesehen wird, jedoch gleichzeitig eine Phase der Entwicklung

und Veränderung von Werten, Einstellungen und moralischem Verhalten darstellt, erweisen sich primärpräventive Ansätze in diesem Alter als besonders wirksam.

Die Lerneinheiten, wie sie in diesem Manual dargestellt sind, wurden im Rahmen eines mehrjährigen Forschungsprojekts nicht nur hinsichtlich deren Effektivität, sondern auch hinsichtlich deren Durchführbarkeit überprüft. Dabei erwies sich die Durchführung der Einheiten in den Klassenstufen 7 und 8 (Alter: 13 bis 14 Jahre) als besonders empfehlenswert in Bezug auf Passung zwischen Inhalt/Art der Übungen und dem Alter.

Inhalte und Einsatz der Materialien





Das Unterrichtsmaterial wurde so konzipiert, dass es von Lehrkräften, Moderatorinnen und Moderatoren, Ausbilderinnen und Ausbildern, Trainerinnen und Trainern in kleinen Gruppen von Sportlerinnen und Sportlern (fünf bis 15 Teilnehmende) im Präsenz- oder digitalen Format durchführbar ist. Das gesamte Präventionsprogramm besteht aus **sechs Sitzungen**, wobei jede Sitzung **45 Minuten** umfasst, um eine Durchführung innerhalb des Zeitrahmens einer Schulstunde zu ermöglichen. Mit einer Sitzung pro Woche erstreckt sich das Programm im Optimalfall insgesamt über sechs Wochen. Es ist auch eine Durchführung über einen kürzeren Zeitraum möglich. Jedoch sollte zwischen den einzelnen Sitzungen Zeit für Reflexion und zum Nachdenken gewährleistet werden.

Bei der Entwicklung war es für uns entscheidend, das Programm auf einer pädagogisch hochwertigen Grundlage zu entwickeln, um die Inhalte adäquat vermitteln zu können. Daher wurden erfahrene Sport- und Ethiklehrkräfte für das No2Doping-Projekt gewonnen und trugen

wesentlich zur Entwicklung der Lerneinheiten bei. Die Einheiten basieren auf einem problemorientierten Lernansatz, der es den Lernenden ermöglicht, sich aktiv mit dem Lernstoff auseinanderzusetzen. Zu diesem Zweck wurden fiktive und reale Fälle von Sportlerinnen und Sportlern in das Lernmaterial aufgenommen, da der geschichtenähnliche Charakter das Eintauchen in die Inhalte fördert, das Thema zugänglicher macht und damit verbundene Emotionen, Einstellungen usw. auf einer abstrakten Ebene zulässt.

Um das Engagement der Athletinnen und Athleten zu fördern, kommen Rollenspiele und Quizfragen zum Einsatz, Gruppendiskussionen werden angeregt und Inhalte wie Argumente, Poster und Briefe aktiv durch die Teilnehmenden generiert. Dieser Ansatz soll sicherstellen, dass die Teilnehmenden effektiv Fähigkeiten und Kompetenzen erwerben, über den Inhalt reflektieren und ihn zur Problemlösung in möglichen realen Situationen anwenden.



Um einen schnellen und einfachen Überblick zu gewährleisten, finden sich auf den Seiten des Unterrichtsmaterials verschiedene Symbole. Diese Symbole geben erste Hinweise über die Art der Wissensvermittlung, des Austausches oder der Arbeitsweise und sind im Folgenden aufgelistet:

 Einstiegsfrage

 Einzelarbeit


 Paarbeit

 Gruppenarbeit

 Lehrkraftinput

 Austausch

 Video

Spezielle Hinweise für die Durchführung sind gekennzeichnet durch ein „“ an der entsprechende Stelle, wobei sich dazugehörige Informationen am Ende der jeweiligen Seite auffinden lassen.

Zur Durchführung der Einheiten sollte die dazugehörige PowerPoint-Präsentation genutzt werden. Hierbei gibt es jeweils einen Foliensatz für die Durchführung in Präsenz und im digitalen Format. Zudem sind für bestimmte Übungen die dazugehörigen Arbeitsblätter empfehlenswert. Alle Materialien können über die Website des Bundesinstituts für Sportwissenschaft ([Link zur Seite](#)) abgerufen und heruntergeladen werden.

Zu Beginn jeder Einheit befindet sich eine Übersicht des benötigten Materials, das sowohl relevante Folien und Arbeitsblätter als auch nützliche zusätzliche Materialien (z. B. Flipchart, Stifte, Moderationskarten) umfasst. Auch im detaillierten Ablauf der einzelnen Einheiten findet sich das Symbol „Folien“ und „Arbeitsblätter“ an entsprechender Stelle wieder.

 Folien

 Arbeitsblätter

Unterrichtsmaterial



Einheit 1

**Einstieg ins
Thema Doping**



Einheit 2

Antizipierte Schuld



Einheit 3

Emphatie



Einheit 4

**Moralisches
Disengagement**



Einheit 5

**Kollektive moralische
Normen**



Einheit 6

**Transfer auf andere
Situationen**



Einheit 1 | Einstieg ins Thema Doping

1



Lernziel

Verstehen, dass eine Entscheidung gegen Doping nicht immer einfach ist.

Benötigtes Material

Präsenz	Digital
1. Einstieg ins Thema	
2. Eine allgemeine Tendenz	
Folie: „Bist du für oder gegen Doping?“ ‣ Flipchart mit Positionskreuz I	Folie: „Bist du für oder gegen Doping?“
3. Konkretisierung der Situation	
Folie: „Keinen Nachteil“ Folien: „Wie würdest du in Lisas Situation handeln?“ ‣ Flipchart mit Positionskreuz II ‣ Moderationskarten	Folie: „Keinen Nachteil“ Folien: „Wie würdest du in Lisas Situation handeln?“
4. Ausblick	
Folie: Thesen	Folie: Thesen

Kurzüberblick über die Einheit

Zeit	Ziel/Didaktische Funktion	Inhalt	Methode
1. Einstieg ins Thema			
2	Einstieg ins Thema	Einstiegsfrage zur Vorerfahrung zu Dopingprävention Input zu Zielen dieser Intervention	Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch

Zeit	Ziel/Didaktische Funktion	Inhalt	Methode
2. Eine allgemeine Tendenz			
10	Abfragen einer allgemeinen Tendenz	Fixierung des Positionskreuzes ▶ Seid ihr für oder gegen Doping? ▶ Fällt euch diese Entscheidung leicht oder schwer?	Positionskreuz
3. Konkretisierung der Situation			
25	Verstehen, dass eine Entscheidung gegen Doping nicht immer einfach ist	Konkretisierung der Situation mittels eines Fallbeispiels	Dilemma Positionskreuz Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch
4. Ausblick			
8	Ausblick/ Zielorientierung	Schüler:innen werden auf kommende Inhalte neugierig gemacht	Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch

Ablauf

1. Einstieg ins Thema (2 Min.)



UNIVERSITÄT
LEIPZIG

Gefördert durch:



Bundesinstitut
für Sportwissenschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Wertebasierte Dopingprävention

Sportpsychologie | Universität Leipzig

? Einstiegsfrage:

Wer hat schon mal bei der NADA eine Präventionsveranstaltung besucht?



Lehrkraftinput:

- › Thema Doping, aber nicht Fakten, sondern mit Werten auseinandersetzen und mit Situationen beschäftigen, in denen man vor einer schwierigen Frage steht und sich entscheiden muss.
- › Üben, eine Entscheidung zu begründen und Argumente für diese Entscheidung zu finden und diese auch vor anderen auszusprechen und zu diskutieren.
- › Fähigkeiten erlernen, die einem generell im Leben, aber vor allem beim Thema Doping weiterhelfen.



2. Eine allgemeine Tendenz (10 Min.)

? Fragestellung:

Positioniere dich, bist du für oder gegen Doping?

Aufgabenstellung:

Schülerinnen und Schüler haben die Aufgabe, ihr Positionskreuz festzulegen.

Präsenz:

- › Anonym
z. B. jede/r einzeln am Flipchart einzeichnen
oder das digitale Tool Mentimeter nutzen
- › Offen
z. B. in Kleingruppen am Flipchart einzeichnen

Digital:

Schülerinnen und Schüler schreiben direkt via Chat an die Lehrkraft, in welchem Quadranten sich ihr Kreuz befindet. Alternativ kann das digitale Tool Mentimeter genutzt werden.



Lehrkraftinput:

Die Lehrkraft fasst kurz zusammen, was sich für ein Gesamtbild ablesen lässt.



Impulsfragen:

- › Habt ihr schon oft über diese Option (ob leistungssteigernde Substanzen ein Thema sein könnten) nachgedacht?
- › War mit diesem Ergebnis (Bezug zum Positionskreuz) zu rechnen? Begründet.
- › Ist euch die Entscheidung heute schwer oder leicht gefallen? Warum?
- › Sind Situationen denkbar, in denen ihr euch anders entschieden hättet? Wenn ja, welche?
- › Warum schließt ihr diese Option kategorisch aus?



Hinweise

Hat man das Ganze anonym machen lassen, dann ist es nur schwer möglich, bestimmte Schülerinnen und Schüler nach den Gründen für ihre Entscheidung zu fragen. Hat sich die Lehrkraft aber für die andere Version entschieden, dann kann dies deutlich leichter ausgewertet werden.

Es ist zu erwarten, dass der Großteil der Schülerinnen und Schüler sich tendenziell im Bereich dagegen/leicht einordnen wird. Ziel ist es aber, ihnen zu zeigen, dass eine derartige Entscheidung nicht immer einfach ist.

Materialien

2. Eine allgemeine Tendenz



Folien

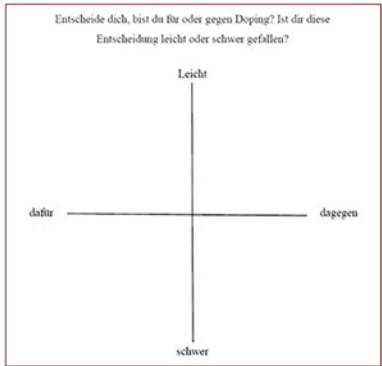
Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

1. BLOCK
EINSTIEG INS THEMA DOPING

Bist du für oder gegen Doping?

Ist dir die Entscheidung eher leicht oder schwer gefallen?

- **Denk** drüber nach
- Setze dein **Kreuz** im Koordinatensystem



UNIVERSITÄT LEIPZIG Sportwissenschaftliche Fakultät/ Sportpsychologie 5

Präsenzunterricht

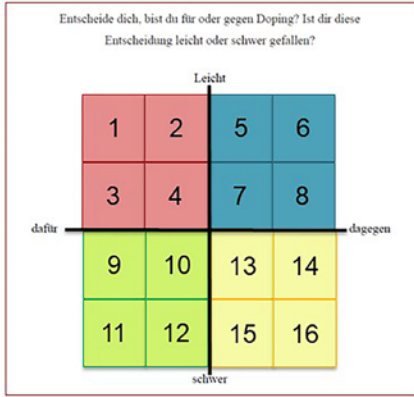
Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

1. BLOCK
EINSTIEG INS THEMA DOPING

Bist du für oder gegen Doping?

Ist dir die Entscheidung eher leicht oder schwer gefallen?

- **Denk** drüber nach
- Schreibe via Chat direkt die Zahl des Feldes, in dem dein Kreuz liegt



UNIVERSITÄT LEIPZIG Sportwissenschaftliche Fakultät/ Sportpsychologie 5

Digitalunterricht

3. Konkretisierung der Situation (25 Min.)



Lehrkraftinput:

Vorlesen „Lisa-Dilemma“



Schülerinnen und Schüler:

Vorlesen „Lisa-Dilemma“



Digital:

Abspielen Video „Lisa-Dilemma“

„Lisa-Dilemma“ von anderen Schülerinnen und Schülern zusammenfassen lassen.

? Fragestellung:

Wie würdet ihr in Lisas Situation handeln?



Aufgabenstellung:

Schülerinnen und Schülern haben erneut die Aufgabe, ihr Positionskreuz festzulegen.

Präsenz:

- › Anonym
z. B. jede/r am Flipchart einzeichnen
oder das digitale Tool Mentimeter nutzen
- › Offen
z. B. in Kleingruppen am Flipchart einzeichnen

Digital:

Schülerinnen und Schülern schreiben direkt via Chat an die Lehrkraft, in welchem Quadranten sich ihr Kreuz befindet. Alternativ kann das digitale Tool Mentimeter genutzt werden.



Impulsfragen (Lehrkraft-Schülerin/Schüler-Gespräch):

- › Wie ist es euch im Entscheidungsfindungsprozess ergangen?
- › Wie habt ihr euch gefühlt?



Hinweise

Es ist zu erwarten, dass sich hier ein leicht verändertes Bild darbietet. Mit signifikanten Veränderungen ist nicht zu rechnen, weil die Schülerinnen und Schüler auch jetzt noch nicht offen über ihre Gedanken sprechen werden. Allerdings ist damit zu rechnen, dass ein Umdenkeffekt bei den Schülerinnen und Schülern einsetzt, auch wenn dieser sich (wahrscheinlich) nicht sehr deutlich im Positionskreuz widerspiegelt.



Aufgabenstellung:

Schülerinnen und Schüler haben die Aufgabe, ihre Argumente aufzuschreiben.

Präsenz:

Argumente werden auf eine Moderationskarte geschrieben, die anschließend an das entsprechende Kreuz am Flipchart geklebt werden kann.

Digital:

Argumente können offen in den Chat gepostet werden.



Impulsfragen:

- › Warum habt ihr euren Punkt genau an diese Stelle gesetzt?
- › Habt ihr eine andere Stelle als im ersten Kreuz gewählt? Warum?
- › Warum gibt es in einer solchen Situation keine einfachen Antworten?
- › Inwiefern hat sich eure Sichtweise jetzt verändert? Warum?



Lehrkraftinput:

In manchen Situationen ist es schwer, eine eindeutige Entscheidung zu treffen, da einiges für, aber auch einiges gegen die Entscheidung sprechen könnte.



4. Ausblick (8 Min.)



Aufgabenstellung:

Schülerinnen und Schüler haben die Aufgabe, die Thesen auf der Folie zu lesen und darüber nachzudenken.

1. Die Frage, ob Doping gut oder schlecht ist, ist zu einfach.
2. Wird die Situation konkreter, fällt die Entscheidungsfindung deutlich schwerer.
3. Bin ich persönlich betroffen, dann scheint die Situation (anfangs) unlösbar zu sein.



Gedankenaustausch und Diskussion



Was haben wir heute gelernt?

- › Wir haben ein Bauchgefühl.
- › Wir haben einige Argumente.
- › In den kommenden Stunden sollen unsere Annahmen überprüft und systematisiert werden.



Lehrkraftinput:

- › Ziel der kommenden Stunden ist es nicht, Schülerinnen und Schülern, die sich heute offen zu ihrer Unsicherheit bekannt haben, zu belehren oder zu stigmatisieren. Sondern einen offenen Umgang mit diesem Problem herzustellen und verschiedene Perspektiven zu betrachten, die uns helfen können, zu einer begründeten Entscheidung zu finden.

Materialien

3. Konkretisierung der Situation

4. Ausblick/Zielorientierung



Folien

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

1. BLOCK
EINSTIEG INS THEMA DOPING

KEINEN NACHTEIL

...die Geschichte von Lisa



UNIVERSITÄT
HAW
Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

KEINEN NACHTEIL

Für Lisa ist Sport das Wichtigste im Leben. Sie trainiert viel und hart und steckt sich ehrgeizige Ziele. Sie ist bereit, auf vieles zu verzichten, um ihre Karriere weiter voranzutreiben. Um sich bestmöglich vorzubereiten, hält sie sich streng an alle Trainings- und Ernährungspläne und richtet ihr ganzes Leben nach dem Trainingsrhythmus aus. Leistungsmäßig befindet sich Lisa im oberen Drittel ihrer Gruppe. Sie hat aber den Sprung an die Spitze noch nicht geschafft.

In Gesprächen bekommt sie mit, wie zwei ihrer unmittelbaren Konkurrentinnen im Verein, die immer etwas bessere Leistungen bringen als sie, von ihren Erfahrungen mit Unterstützungsmitteln reden. Noch nie ist eine von ihnen positiv getestet worden. Lisa will es sich nicht mit ihren Mannschaftskameradinnen verderben und behält das Gespräch für sich. Sie lehnt die Einnahme von unerlaubten Mitteln vom Grundsatz her ab, aber sie will auch keinen Nachteil dadurch haben, dass sie ehrlich kämpft. Da Lisa möglichst erfolgreich sein will und davon ausgeht, dass sich sonst nichts an ihrer Situation ändern wird, überlegt sie, ob sie die zwei bitten soll, ihr etwas zu besorgen, was ihr beim letzten Schritt an die Spitze helfen kann.

Wie würdest du dich in Lisas Situation entscheiden?

UNIVERSITÄT
HAW
Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie

oder

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

KEINEN NACHTEIL



UNIVERSITÄT
HAW
Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie


Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

1. BLOCK
EINSTIEG INS THEMA DOPING

Versetze dich in Lisas Situation.

Wie sieht deine Entscheidung jetzt aus?

- Denk drüber nach
- Setze dein **Kreuz** im Koordinatensystem



UNIVERSITÄT
HAW
Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie

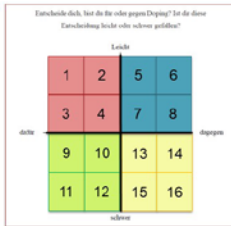
Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

1. BLOCK
EINSTIEG INS THEMA DOPING

Versetze dich in Lisas Situation.

Wie sieht deine Entscheidung jetzt aus?

- Denk drüber nach
- Schreibe via Chat direkt die Zahl des Feldes, in dem dein Kreuz liegt



UNIVERSITÄT
HAW
Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie

Präsenzunterricht

Digitalunterricht

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchssport

1. BLOCK
EINSTIEG INS THEMA DOPING



Die Frage ob Doping gut oder schlecht ist
→ zu einfach

Wird die Situation konkreter, fällt die Entscheidungsfindung deutlich schwerer.

Bin ich persönlich betroffen, dann scheint die Situation (anfangs) unlösbar zu sein.

UNIVERSITÄT
DUISBURG
ESSEN Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie

13

Einheit 2 | Antizipierte Schuld

2





Lernziele

- › Verstehen, warum das Einhalten von Regeln wichtig für den Sport ist.
- › Verständnis dafür entwickeln, wie es sich anfühlt, wenn man Regeln bricht.

Benötigtes Material

Präsenz	Digital
1. Einstieg ins Thema	
Folie: „Keinen Nachteil – eine Fortsetzung“	Folie: „Keinen Nachteil – eine Fortsetzung“
2. Ein fiktives Ende	
Folie: „Arbeitsauftrag“ › Leeres Blatt Papier & Moderationskarten	Folie: „Arbeitsauftrag“
3. Visualisierung der Ergebnisse	
Folien: „Folgen, wenn Lisa (nicht) des Dopings überführt wird.“ › Flipchart	Folien: „Folgen, wenn Lisa (nicht) des Dopings überführt wird.“ › Whiteboard-Programm
4. Analyse der Konsequenzen	
Folie: „Folgenanalyse“	Folie: „Folgenanalyse“
5. Was haben wir heute gelernt?	

Kurzüberblick über die Einheit


Zeit	Ziel/Didaktische Funktion	Inhalt	Methode
1. Einstieg ins Thema			
3	Einstieg / Anknüpfen an Inhalte Einheit 1	Rückbezug erste Einheit und fiktiver Ausgang des „Lisa-Dilemmas“	Lehrkraftvortrag/ Schülerin- oder Schüler-vortrag
2. Ein fiktives Ende			
15	Erarbeitung	Erarbeitung möglicher Konsequenzen und Ausgang der Geschichte schreiben. Präsentation einiger Ergebnisse	Einzelarbeit Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch
3. Visualisierung der Ergebnisse			
12	Ergebnissicherung I	Visualisierung und Kategorisierung der Ergebnisse	Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch
4. Analyse der Konsequenzen			
13	Anwendung	Anwendung der neuen Erkenntnisse in der Praxis	Paararbeit Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch
5. Was haben wir heute gelernt?			
2	Ergebnissicherung II	Zusammenfassung der Erkenntnisse der Stunde	Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch


Ablauf

1. Einstieg ins Thema (3 Min.)

Lehrkraftinput:

Antizipierte Schuld – Was ist das? Antizipieren = vorwegnehmen;
Antizipierte Schuld > vorweg alle Folgen berücksichtigen, die aufgrund des schuldhaften Verhaltens (Doping) eintreten. Bezug zur letzten Stunde wird hergestellt.

 **Lehrkraftinput:**
Vorlesen der Fortsetzung
„Lisa-Dilemma“

 **Schülerinnen und Schüler:**
Vorlesen der Fortsetzung
„Lisa-Dilemma“

 **Digital:**
Abspielen Video
„Keinen Nachteil –
eine Fortsetzung“

2. Ein fiktives Ende (15 Min.)



Aufgabenstellung:

Schülerinnen und Schüler sollen sich folgende Gedanken machen:

- Wie könnte die Geschichte weitergehen?
- Was sind mögliche positive oder negative Konsequenzen für Lisas Entscheidung?

... und anschließend ein fiktives Ende der Geschichte schreiben.

Präsenz:
Leeres Blatt Papier nutzen.

Digital:
Geschichte in den Chat schreiben, aber noch nicht absenden.



Präsentation der Ergebnisse im Plenum:

Verschiedene Ausgänge der Geschichte werden von den Schülerinnen und Schülern vorgetragen und genannte Konsequenzen stichpunktartig festgehalten.

Präsenz:
Sammeln der Konsequenzen auf Moderationskarten.

Digital:
Sammeln der Konsequenzen via Chat
ohne absenden.



Hinweise

Es ist darauf zu achten, dass verschiedene Ausgänge thematisiert werden.
Die Lehrkraft steuert durch geschicktes Nachfragen, wer sein Ergebnis vorstellt.

Materialien

1. Einstieg ins Thema

2. Ein fiktives Ende



Folien

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

2. BLOCK
ANTIZIPIERTE SCHULD

KEINEN NACHTEIL...eine Fortsetzung

Für Lisa ist Sport das Wichtigste im Leben. Sie trainiert viel und hart, und steckt sich ehrgeizig Ziele. [...] Leistungsmäßig befindet sich Lisa im oberen Drittel ihrer Gruppe. Sie hat aber den Sprung an die Spitze noch nicht geschafft. In Gesprächen bekommt sie mit, wie zwei ihrer unmittelbaren Konkurrentinnen, die immer etwas bessere Leistungen bringen als sie, von ihren Erfahrungen mit Unterstützungsmitteln reden. [...] Da Lisa möglichst erfolgreich sein will und davon ausgeht, dass sich sonst nichts an ihrer Situation ändern wird, entscheidet sie sich die beiden Mädchen anzusprechen, um sie zu fragen, ob sie auch ihr die besagten Unterstützungsmittel besorgen können. Lisa hat sich entschieden, sie möchte die Wirkungsweise dieser Substanzen selbst testen...

UNIVERSITÄT
DUISBURG
Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie 17

oder

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

KEINEN NACHTEIL...eine Fortsetzung



UNIVERSITÄT
DUISBURG
Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie 18

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

2. BLOCK
ANTIZIPIERTE SCHULD

Arbeitsauftrag

- Wie könnte die Geschichte weiter gehen?
- Schreibt ein fiktives Ende
- Überlegt euch mögliche positive und negative Konsequenzen für Lisas Entscheidung
- Nutzt hierfür Word bzw. andere Text-Software

UNIVERSITÄT
DUISBURG
Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie 19

3. Visualisierung der Ergebnisse (12 Min.)

? Fragestellung:

Wie können wir die genannten Konsequenzen einteilen/Kategorien zuordnen?



Kategorisierung der Konsequenzen im Plenum:

Verschiedene Ausgänge der Geschichte werden von den Schülerinnen und Schülern vorgetragen und genannte Konsequenzen stichpunktartig festgehalten.

Präsenz:

Moderationskarten entsprechend verschieben und Überschriften finden.

Digital:

Schülerinnen und Schüler teilen Argumente offen mit allen und Lehrkraft schreibt auf PPT mit.



Lehrkraftinput:

Lehrkraft ergänzt mögliche Konsequenzen, wenn nicht alle Kategorien von den Schülerinnen und Schülern herausgearbeitet wurden. Dabei soll zwischen den folgenden Varianten unterschieden werden:

- a) Lisa wird des Dopings überführt
- b) Lisa wird nicht erwischt



Lehrkraftlösung:

a) Lisa wird des Dopings überführt

Soziale Folgen:

- › Verlust an Glaubwürdigkeit
- › Fans verlieren den Glauben an den sauberen Sport
- › privater Ärger (mit Eltern etc.)

Rechtliche Folgen:

- › Aberkennung des Titels
- › Sperre, bei Wiederholung lebenslange Sperre
- › Anklage

Gesundheitliche Folgen:

- › Gewichtszunahme
- › Herzinfarktrisiko steigt

Finanzielle Folgen:

- › Schadenersatzforderungen?
- › Werbepartner distanzieren sich

b) Lisa wird nicht überführt

Soziale Folgen:

- › Mehr Anerkennung aufgrund der neuen Erfolge
- › Popularität steigt
- › Interview-Anfragen steigen

Rechtliche Folgen

- › Keine Folgen zu erwarten

Gesundheitliche Folgen:

- › Gewichtszunahme
- › Herzinfarktrisiko steigt

Finanzielle Folgen:

- › Es wird mehr Geld verdient
- › Neue Werbepartner

Psychische Folgen:

- › Gewissensbisse



Hinweise

Es ist zu erwähnen, dass über potenzielle gesundheitliche Folgen im Einzelfall nur spekuliert werden kann.

Auf die sozialen und psychischen Folgen ist vorerst nicht näher einzugehen. Diese sollen lediglich erwähnt werden, um einen Ausblick auf die Empathie-Einheit zu ermöglichen.

4. Analyse der Konsequenzen (13 Min.)



Aufgabenstellung:

Nachdem die Schülerinnen und Schüler potenzielle Konsequenzen kennengelernt und besprochen haben, sollen die neu gewonnenen Erkenntnisse in der Praxis getestet werden. Dazu werden die zu Beginn der Stunde (siehe: 3.2) geschriebenen Geschichten mit der Partnerin oder dem Partner getauscht.

Präsenz:

Alle tauschen die Geschichten mit dem Sitznachbarn oder der Sitznachbarin. Mit Grün werden die genannten Konsequenzen markiert. Mit Rot, die noch fehlen, ergänzt.

Digital:

Die Geschichte wird im Chat an eine Partnerin oder einen Partner geschickt. Diese/r hat die Aufgabe, genannte und fehlende Konsequenzen aufzuschreiben und via Chat rückzusenden.

Im Anschluss erhalten die Schülerinnen und Schüler kurz Zeit, um ihr Feedback durchlesen zu können. In Abhängigkeit von der Zeit lässt die Lehrkraft einige Schülerinnen und Schüler ihre Folgeanalyse vorstellen (Freiwilligkeit berücksichtigen).

5. Was haben wir heute gelernt? (2 Min.)



Zusammenfassender Überblick im Plenum:

Die Lehrkraft lässt die Schülerinnen und Schüler mit der Frage „Was haben wir heute gelernt?“ die Erkenntnisse der Stunde zusammenfassen.

Materialien

3. Visualisierung der Ergebnisse

4. Analyse der Konsequenzen

5. Was haben wir heute gelernt?



Folien



Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

2. BLOCK
ANTIZIPIERTE SCHULD

Folgenanalyse

- tauscht eure geschriebene Geschichte mit eurer/m Sitznachbar/in
- Markiert genannte Konsequenzen
- ergänzt eurer Meinung nach fehlende Konsequenzen in der Geschichte in die rechte Spalte

Universität
HAW
Sportwissenschaftliche Fakultät/Sportpsychologie

22

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

2. BLOCK
ANTIZIPIERTE SCHULD

Folgenanalyse

- jeder sendet seine Geschichte (Chat persönlich) an die Person, die im Chat benannt wurde
- antwortet der Person und ergänzt ggf. Konsequenzen, die noch nicht beleuchtet wurden

Universität
HAW
Sportwissenschaftliche Fakultät/Sportpsychologie

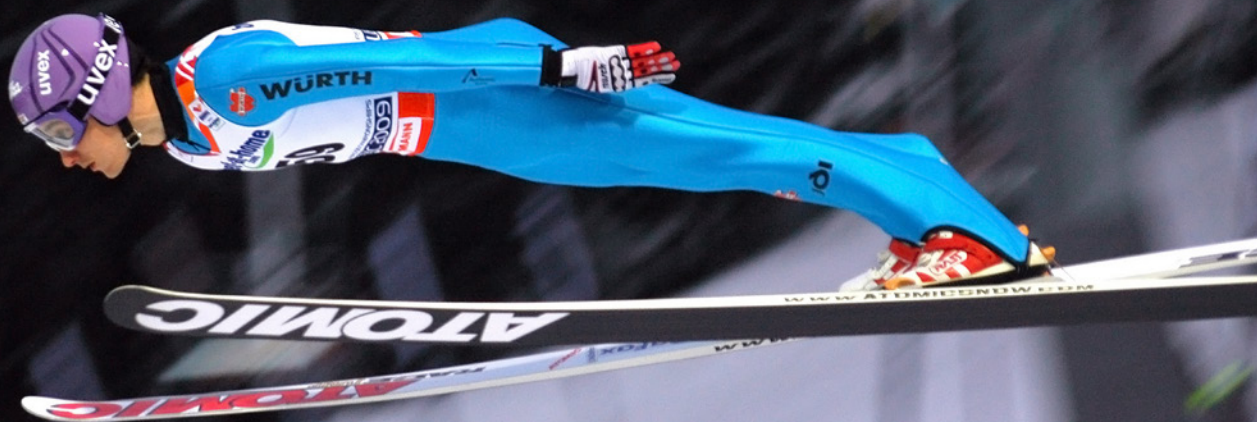
22

Präsenzunterricht

Digitalunterricht

Einheit 3 | Emphatie

3





Lernziele

- › Stärkung der Persönlichkeit im Hinblick auf sportliche Werte – Spirit of Sport.
- › Verstehen, warum das Einhalten von Regeln im Sport wichtig ist.
- › Verständnis dafür entwickeln, wie es sich für andere anfühlt, wenn man die Regeln bricht.

Benötigtes Material

Präsenz	Digital
1. Einstieg ins Thema	
<u>Folie:</u> „Wie war das noch mal mit Lisa?“ <u>Folie:</u> „Keinen Nachteil – eine Fortsetzung II“	<u>Folie:</u> „Wie war das noch mal mit Lisa?“ <u>Folie:</u> „Keinen Nachteil – eine Fortsetzung II“
2. Der innere Monolog	
<u>Folie:</u> „Der innere Monolog“ <u>Folie:</u> „Rollen“ <u>AB 1:</u> „Rollenbeschreibungen“	<u>Folie:</u> „Der innere Monolog“ <u>Folie:</u> „Rollen“
3. Vergleich der Monologe	
4. Auswertung	
<u>Folie:</u> „Thesen“	<u>Folie:</u> „Thesen“

Kurzüberblick über die Einheit

Zeit	Ziel/Didaktische Funktion	Inhalt	Methode
1. Einstieg ins Thema			
5	Einstieg / Anknüpfen an Inhalte Einheit 2	Rückbezug zur zweiten Einheit und Lehrkraft ergänzt „Lisa-Dilemma“ um ein weiteres Stück	Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch (nacherzählen) Lehrkraftvortrag (Ergänzung der Geschichte)
2. Der innere Monolog			
15	Erarbeitung (Phase 1)	Rollenzuteilung einer Person, die durch Lisas Entscheidung zu dopen, potenziell geschädigt wurde	Innerer Monolog (Einzelarbeit und Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch)
3. Vergleich der Monologe			
15	Erarbeitung (Phase 2)	Vergleich der Monologe	Gruppenarbeit
4. Auswertung			
10	Ergebnissicherung	Von der Gruppe ausgewählte Monologe werden im Plenum präsentiert und diskutiert	Schüler:invortrag Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch

Ablauf

1. Einstieg ins Thema (5 Min.)



Rückblick auf letzte Stunde:

Die Lehrkraft lässt die Klasse noch einmal die Geschichte „Keinen Nachteil – eine Fortsetzung I“ aus der letzten Einheit nacherzählen.



Lehrkraftinput:

Nun wird die Geschichte noch ein Stück weiter erzählt, nämlich bis zu dem Punkt, an dem Lisa positiv getestet und des Dopings überführt wird.



Digital:

Abspielen Video „Keinen Nachteil – eine Fortsetzung II“

Lehrkraftinput:

Im Anschluss soll der Schwerpunkt der Stunde vermittelt werden: Es geht nicht um Lisa und ihre zu erwartenden Sanktionen, sondern um die Auswirkung auf unbeteiligte Dritte.

Hinweise

Sollte dies Probleme bereiten, kann auch noch einmal auf die Folie aus der letzten Stunde zurückgegriffen werden. Die Folien können auch hier optional verwendet werden.

Materialien

1. Einstieg ins Thema

Folien

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

**3. BLOCK
EMPATHIE**

Keinen Nachteil - Eine Fortsetzung I...

Für Lisa ist Sport das Wichtigste im Leben. Sie trainiert viel und hart, und steckt sich ehrgeizig Ziele. [...] Leistungsmäßig befindet sich Lisa im oberen Drittel ihrer Gruppe. Sie hat aber den Sprung an die Spitze noch nicht geschafft. In Gesprächen bekommt sie mit, wie zwei ihrer unmittelbaren Konkurrentinnen, die immer etwas bessere Leistungen bringen als sie, von ihren Erfahrungen mit Unterstützungsmitteln reden. [...] Da Lisa möglichst erfolgreich sein will und davon ausgeht, dass sich sonst nichts an ihrer Situation ändern wird, entscheidet sie sich die beiden Mädchen anzusprechen, um sie zu fragen, ob sie auch ihr die besagten Unterstützungsmittel besorgen können. Lisa hat sich entschieden, sie möchte die Wirkungsweise dieser Substanzen selbst testen...

Wie war das nochmal mit Lisa?

UNIVERSITÄT
DUISBURG
Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie 26

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

**3. BLOCK
EMPATHIE**

Keinen Nachteil - Eine Fortsetzung II

Die Substrate schlagen gut an, Lisa ist sehr zufrieden und ihre Leistungsfähigkeit steigt, sie scheint über sich hinaus zu wachsen. Damit sie dauerhaft an der Spitze bleibt, nimmt sie auch immer wieder diese Unterstützungsmittel zu sich. Die Erfolge häufen sich, jetzt bekommt Lisa sogar Werbeverträge von namenhaften Sportausstattern angeboten, sie ist jetzt in der Weltspitze angekommen. Bei einer Dopingkontrolle nach der Teilnahme an den Olympischen Spielen wird sie positiv getestet.

Wie geht es weiter mit Lisa?

UNIVERSITÄT
DUISBURG
Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie 27

oder

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

KEINEN NACHTEIL...eine Fortsetzung II



UNIVERSITÄT
DUISBURG
Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie 28

2. Der innere Monolog (15 Min.)



Lehrkraftinput:

Die Lehrkraft präsentiert die Folie und erläutert die Aufgabe.



Aufgabenstellung:

Jede Schülerin und jeder Schüler bekommt eine zufällige Rolle zugeteilt. Eine Rolle einer Person, die durch Lisas Entscheidung zu dopen potenziell geschädigt wurde.

- Fan
- Sportlerin oder Sportler, dem/der eine Medaille erst fünf Jahre später zugesprochen wird
- Eltern, die ihr talentiertes Kind nicht zum Leistungssport schicken, weil der „Dopingsumpf“ zu groß ist
- Lisas Eltern



Die Schülerinnen und Schüler sollen sich nun in die ihnen zugeteilte Rolle hineinversetzen und einen inneren Monolog schreiben. Dabei können auch die Fragen aus der Präsentation helfen.

3. Vergleich der Monologe (15 Min.)



Aufgabenstellung:

Die Schülerinnen und Schüler mit der gleichen Rolle treffen sich nun in einer Gruppe und stellen sich gegenseitig ihre Monologe vor.

Präsenz:

Die Gruppen treffen sich an einem vorher festgelegten Ort (es wäre günstig, hier ggf. einen zweiten Raum zu haben, damit sich die Gruppen nicht gegenseitig stören).

Digital:

Die Gruppen werden verschiedenen „Breakout-Rooms“ zugeteilt.



Die Gruppe wählt anschließend einen Monolog aus, der dann der Klasse vorgestellt wird.



Hinweise

Sollten die Schülerinnen und Schüler Schwierigkeiten haben und nicht wissen, wie sie an die Aufgabe herangehen sollen, dann hilft ggf. der Hinweis, dass sie einen Tagebucheintrag/einen Brief an Lisa aus der Perspektive der entsprechenden Rolle schreiben sollen.

Es kann vorteilhaft sein, den Schülerinnen und Schülern erst nach dem Schreiben des inneren Monologs den weiteren Vorgang mitzuteilen, da sonst damit gerechnet werden muss, dass sich nicht alle Schülerinnen und Schüler intensiv genug mit dem Schreiben eines Monologs beschäftigen.

Materialien

2. Der innere Monolog

3. Vergleich der Monologe



Folien

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

3. BLOCK
EMPATHIE

Der innere Monolog

Versuche dich in die dir zugeteilte Rolle hineinzuversetzen und schreibe einen inneren Monolog (**Tagebucheintrag**).

Wie hast du dich gefühlt, als du davon erfahren hast, dass Lisa nicht mit fairen Mitteln gekämpft hat?

- Was hat dies in dir ausgelöst?
- Inwiefern hat dies ein **Umdenken** angeregt?
- Wenn du die Gelegenheit hättest, mit **Lisa** zu sprechen, **was** würdest du ihr **sagen**? Welche Fragen würdest du ihr stellen?

Bleib dabei immer in eurer Rolle!

UNIVERSITÄT
DUISBURG
ESSEN Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie 29

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

3. Block
EMPATHIE

Fan

Sportler/in, dem/der seine/ihre Medaille erst 5 Jahre später zugesprochen wird

Lisas Eltern

Eltern, die ihr talentiertes Kind nicht zum Leistungssport schicken, weil der Dopingsumpf zu groß ist

UNIVERSITÄT
DUISBURG
ESSEN Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie 30

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

3. BLOCK
EMPATHIE

Der innere Monolog

Versuche dich in die dir zugeteilte Rolle hineinzuversetzen und schreibe einen inneren Monolog (**Tagebucheintrag**).

- gleiche Rollen gruppenweise zusammen setzen
- Austausch innerhalb der Gruppe
- wählt einen Monolog aus, den ihr den anderen vorstellen möchtet

Wie hast du dich gefühlt, als du davon erfahren hast, dass Lisa nicht mit fairen Mitteln gekämpft hat?

Wenn du die Gelegenheit hättest, mit **Lisa** zu sprechen, **was** würdest du ihr **sagen**? Welche Fragen würdest du ihr stellen?

Bleib dabei immer in eurer Rolle!

UNIVERSITÄT
DUISBURG
ESSEN Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie 31

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

3. BLOCK
EMPATHIE

Der innere Monolog

Versuche dich in die dir zugeteilte Rolle hineinzuversetzen und schreibe einen inneren Monolog (**Tagebucheintrag**).

- gleiche Rollen gruppenweise zusammen → Breakout-Rooms
- Austausch innerhalb der Gruppe
- wählt einen aus, den ihr den anderen vorstellen möchtet

Wie hast du dich gefühlt, als du davon erfahren hast, dass Lisa nicht mit fairen Mitteln gekämpft hat?

Wenn du die Gelegenheit hättest, mit **Lisa** zu sprechen, **was** würdest du ihr **sagen**? Welche Fragen würdest du ihr stellen?

Bleib dabei immer in eurer Rolle!

UNIVERSITÄT
DUISBURG
ESSEN Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie 31

Präsenzunterricht

Digitalunterricht



Arbeitsblätter

Der Fan – Rollenbeschreibung

Du bist ein langjähriger Fan von Lisa. Du hast in deiner Jugend den gleichen Sport betrieben, den Lisa heute betreibt, und kennst dich gut aus. Heute richtest du deine gesamte Wochenplanung danach, dass du keinen von Lisas Wettkämpfen verpasst. Du fährst nicht in den Urlaub und hast dir auch kein Haus gekauft, weil du dein gesamtes Vermögen und deine gesamte Freizeit investierst, um Lisa bei ihren Wettkämpfen begleiten und mitfiebern zu können.

Die Konkurrentin – Rollenbeschreibung

Du betreibst den gleichen Sport wie Lisa. Leider war Lisa immer ein Tickchen besser als du, Lisa hat dich bei zahlreichen Wettkämpfen geschlagen und du bist oft auf dem undankbaren vierten Platz gelandet. Als du dich für die Olympischen Spiele qualifiziert hast, hattest du nur ein Ziel, du wolltest Lisa schlagen, nur dieses eine Mal. Du hast dir einen kleinen Nebenjob besorgt, damit du dir eine bessere Ausrüstung und extra Physiotherapie-Einheiten leisten kannst. Bei den Spielen bist du dann leider doch wieder nur Vierte geworden. Das hat dich so frustriert, dass du den Leistungssport an den Nagel gehängt hast. Fünf Jahre nachdem Lisa des Dopings überführt worden war, hat man dir aber dann doch noch den dritten Platz zugesprochen, aber davon nimmt fünf Jahre später keiner mehr eine Notiz.

Eltern eines talentierten Kindes – Rollenbeschreibung

Dein Kind ist super sportlich und hat viel Potenzial. Schon oft haben Talentscouts angefragt und langsam glaubst du auch, dass deine Tochter imstande ist, Überdurchschnittliches zu leisten. Du willst ihr eine herbe Enttäuschung ersparen, daher fällt dir die Entscheidung nicht leicht. Gerade als du dich entschlossen hast, deine Tochter auf ein Sportgymnasium zu schicken und sie zu fördern, hörst du von Lisas positivem Doping-Test. Aufgrund dieser Nachricht überlegst du erneut, ob du dein Kind auf ein Sportgymnasium schickst, weil der Dopingsumpf zu groß ist.

AB 1: „Rollenbeschreibungen (2-seitig)“



4. Auswertung (10 Min.)



Präsentation und Diskussion:

Die von den Gruppen ausgewählten Monologe werden jetzt im Plenum präsentiert und diskutiert.



Impulsfragen:

- › Könnt ihr euch vorstellen, dass es den Betroffenen wirklich so ergehen könnte?
- › Wie würdet ihr euch in dieser Situation (Fan, Eltern, Konkurrentin oder Konkurrent etc.) fühlen?
- › Welche Personengruppen könnten noch von der Entscheidung eines Sportlers bzw. einer Sportlerin zu dopen betroffen sein (Freunde, Großeltern, Trainingspartnerinnen und Trainingspartnern ...) und welche Auswirkung könnte das auf sie haben?



Lehrkraftinput:

Am Ende soll die Thesenfolie aus Einheit 1 um eine weitere These ergänzt werden. Damit wird gleichzeitig noch einmal der Lernzuwachs von der Lehrkraft zusammengefasst.

Und im Anschluss wird noch ein kurzer Ausblick auf das Thema „moralisches Disengagement“ der kommenden Stunde gegeben.

Materialien

4. Auswertung



Folien

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport

3. BLOCK
EMPATHIE

Die Frage ob Doping gut oder schlecht ist

Indirekt geschädigte Personen werden oft nicht mit in die Überlegungen einbezogen.

Wird die korrekte Entscheidung deutlich?

Manchmal scheint die Situation (anfangs) unlösbar zu sein.

UNIVERSITÄT LEIPZIG Sportwissenschaftliche Fakultät/ Sportpsychologie 32

Einheit 4 | Moralisches Disengagement

4



Lernziele

- › Verstehen, was „moralisches Disengagement“ bedeutet und es in eigenen Worten wiedergeben können.
- › Rechtfertigungsstrategien für Doping identifizieren und entkräften können.

Benötigtes Material

Präsenz	Digital
1. Einstieg ins Thema	
2. Rechtfertigungsstrategien	
Folie: „Moralisches Disengagement“ › AB 2: „Beispiele Rechtfertigungsstrategien“ › Flipchart Folie: „Video Jan Ullrich“	Folie: „Moralisches Disengagement“ Folie: „Wirkmechanismen und Beispiele“ Folie: „Video Jan Ullrich“
3. Vorbereitung Rollenspiel	
› Folie: „Rollenspiel Interview“ › Ggf. AB 3 & 4 „Hilfestellungen“	› Folie: „Rollenspiel Interview“ › Ggf. AB 3 & 4 „Hilfestellungen“
4. Durchführung Rollenspiel	
Folie: „Aufgabe Fans“	Folie: „Aufgabe Fans“
5. Auswertung	

Kurzüberblick über die Einheit

Zeit	Ziel/Didaktische Funktion	Inhalt	Methode
1. Einstieg ins Thema			
3	Einstieg / Begriffsklärung	Rückbezug dritte Stunde und Erläuterung „moralisches Disengagement“	Lehrkraftvortrag
2. Rechtsfertigungsstrategien			
10	Erarbeitung Rechtsfertigungsstrategien	Brainstorming, Zuordnung der Beispiele zu Mechanismen	Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch
3. Vorbereitung Rollenspiel			
15	Dekonstruktion „Ausreden“	3er/4er-Gruppen bereiten Rollenspiel vor (Lisa trifft nach Dopingenthüllung auf Medienschaaffende)	Gruppenarbeit
4. Durchführung Rollenspiel			
12	Durchführung Rollenspiel	Einzelne Gruppen stellen Rollenspiel vor	Rollenspiel
5. Auswertung			
5	Ergebnissicherung	Reflexion gezeigter Rollenspiele	Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch

Ablauf

1. Einstieg ins Thema (2 Min.)



Lehrkraftinput:

Letzte Woche war Empathie im Fokus und die Konsequenzen für Dritte. Diese Woche steht der Athlet bzw. die Athletin wieder im Fokus und zwar geht es um Rechtfertigungsstrategien, die man z. B. im Falle einer Dopingenthüllung oftmals hört.



Was ist „moralisches Disengagement“?



Lehrkraftinput:

Moral: moralisch ist, den Normen und Werten einer Gesellschaft oder einer bestimmten Gruppe entsprechend zu handeln

Engagement = Verpflichtung, Verbindlichkeit

Disengagement = Loslösung, Losgelöstsein

Im Fall von Doping: Du bist grundsätzlich aufgrund deiner Norm- und Wertvorstellungen gegen etwas, aber rechtfertigst in deiner persönlichen Situation deine Handlungen.



Hinweise

Möglich ist hier auch, die Schülerinnen und Schüler zunächst nach der Bedeutung von „Moral“ und anschließend nach der Bedeutung von „Engagement“/„Disengagement“ zu fragen.

2. Rechtfertigungsstrategien (10 Min.)



Brainstorming im Plenum:

Schülerinnen und Schüler sollen aufzählen, welche Rechtfertigungsstrategien ihnen spontan einfallen.



Lehrkraftinput:

Heutiges Ziel:

- › Nähere Betrachtung der Rechtfertigungen
- › Strukturierung und Gliederung verschiedener Rechtfertigungen
- › Dekonstruktion von Rechtfertigungen



Aufgabenstellung:

Die Schülerinnen und Schüler sollen Beispiele für Aussagen von Sportlerinnen und Sportlern zur Rechtfertigung von Doping den entsprechenden Wirkmechanismen zuordnen.

Präsenz:

Die sechs Wirkmechanismen werden vorgestellt und an der Tafel aufgehängt. Anschließend sollen die Beispiele vorgelesen und den Mechanismen zugeordnet werden.

Digital:

Die sechs Wirkmechanismen werden kurz vorgestellt. Zusammen werden die Beispiele auf der Folie durchgegangen, wobei sich mehrere Schülerinnen und Schüler äußern können, sodass auch diskutiert werden kann.



Aufgabenstellung:

Die Schülerinnen und Schüler sollen sich aufmerksam das Video von Jan Ullrich anschauen und seine Rechtfertigungen notieren.



Ergebnisbesprechung im Plenum

Materialien

1. Einstieg ins Thema

2. Rechtfertigungsstrategien



Folien

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchssport

**4. BLOCK
MORALISCHES DISENGAGEMENT**

Welche Rechtfertigungsstrategien fallen euch ein?

↓

Strategien in den Chat schreiben

Die 6 Wirkungsmechanismen:

- Aus etwas Schlechtem etwas Gutes machen
- Schuld sind andere
- Konsequenzen falsch darstellen
- Die Schuld trägt nicht der Einzelne
- Beschönigender Vergleich
- Verharmlosende Namen geben

UNIVERSITÄT
SPO Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchssport

**4. BLOCK
MORALISCHES DISENGAGEMENT**

Welche Rechtfertigungsstrategien fallen euch ein?

Strategien in den Chat schreiben

Die 6 Wirkungsmechanismen:

- Aus etwas Schlechtem etwas Gutes machen
- Schuld sind andere
- Konsequenzen falsch darstellen
- Die Schuld trägt nicht der Einzelne
- Beschönigender Vergleich
- Verharmlosende Namen geben

Rechtfertigungsstrategien zuordnen!

UNIVERSITÄT
SPO Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie

Präsenzunterricht

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchssport

**4. BLOCK
MORALISCHES DISENGAGEMENT**

- Aus etwas Schlechtem etwas Gutes machen
- Schuld sind andere
- Konsequenzen falsch darstellen
- Beschönigender Vergleich
- Die Schuld trägt nicht der Einzelne
- Verharmlosende Namen geben

„Ich vergleiche das immer mit dem Autofahren. Wissen Sie, wenn sie einen Führerschein haben, fahren sie irgendwann auch mal zu schnell, dann bekommen sie ein Ticket.“ Danach sei alles gut und man fahre vorsichtiger.“ (Julia Efimova)

UNIVERSITÄT
SPO Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie

Digitalunterricht

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchssport

**4. BLOCK
MORALISCHES DISENGAGEMENT**

UNIVERSITÄT
SPO Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie



Arbeitsblätter

<p>Ich konnte die Mannschaft nicht im Stich lassen.</p> <p>Ich wollte niemanden enttäuschen.</p> <p>Ich wollte die Erwartungen erfüllen.</p> <p>Nur ein Mittel, um Potenzial auszuschöpfen.</p>	<p>Es ist nur fair, wenn ich zu Dopingmitteln greife! Es ist die einzige Chance, mit den hochgedopten Konkurrenten mithalten zu können! Es ist zwar traurig, aber die einzige Möglichkeit, den Wettkampf näher an Gerechtigkeit heranzuführen!</p>
<p>Hilft nur, um schnell die normale Leistung wiederzuerlangen (Gerechtigkeit nach einer unglücklichen Trainingsverletzung) .</p> <p>Mehr als eine Mineralbrause ist das auch nicht.</p>	<p>Mit Eigenblutdoping verwende ich nur das ohnehin Körpereigene, ich führe nichts von außen hinzu.</p> <p>„Ich bin nicht schuldiger als die anderen. Sie haben das doch auch gemacht.“ (Ben Johnson)</p>
<p>In einem einzigen schwachen Moment hat mich der Druck überwältigt! Auch die Neugier, es auszuprobieren, hat eine Rolle gespielt und ich habe den medizinischen Behandlungen zugestimmt. Heute möchte ich mit meinem Geständnis den jungen Sportlern aufzeigen, wozu ein kurzer Moment der Schwäche und Unachtsamkeit führen kann.</p>	<p>Die eigentlichen Täter sind die Ärzte und Manager, die den Sportler benötigen.</p> <p>Der Fortschritt der Medizin führt dazu, dass Doping heute gesundheitlich unbedenklich ist.</p>
<p>„Ich vergleiche das immer mit dem Autofahren. Wissen Sie, wenn Sie einen Führerschein haben, fahren Sie irgendwann auch mal zu schnell, dann bekommen Sie ein Ticket.“ Danach sei alles gut und man fahre vorsichtiger. (Julia Efimova)</p>	<p>Verglichen mit Leuten, die sich die ganze Zeit mit Pillen volldröhnen, bin ich nur einmal schwach geworden.</p> <p>Das ist doch nur ein Vitamintrunk!</p>
<p>Der Druck, der auf dem Leistungssportler lastet, ist unmenschlich. Man muss sich nicht wundern, wenn er zum Doping als letztem Ausweg greift.</p>	<p>Ohne Doping hat man keine Chance, in diesem System zu bestehen. Ich, als einzelner Sportler, kann da gar nichts machen. Entweder ich mache das, was die Verantwortlichen und Manager wollen, oder ich verliere meine Existenzgrundlage. Da sich niemand meiner Konkurrenten diesem stillen Zwang entziehen konnte, hatte ich keine andere Chance.</p>
<p>Ich habe nur gedopt, um für Chancengleichheit zu sorgen.</p> <p>Ich muss dopen, weil alle es gemacht haben.</p>	

AB 2: „Beispiele Rechtfertigungsstrategien“



3. Vorbereitung Rollenspiel (15 Min.)

Aufgabenstellung:

Schülerinnen und Schüler werden in 3er/4er-Gruppen eingeteilt und bereiten das Rollenspiel vor:



- › Situation: Lisa trifft nach Dopingenthüllung auf Medienschaffende
- › Rollen: Lisa und Medienschaffende im Interview



Lehrkraftinput (falls notwendig): Beispiele für Fragen und Aussagen

Journalist:

- › Haben Sie schon einmal daran gedacht, wie „gerecht“ die Einnahme von Doping gegenüber anderen Sportlerinnen und Sportlern ist (nicht Marie und Steffi), die nicht gedopt haben?
- › Was ist eine Freundschaft langfristig wert, wenn sie auf Lügen und Doping aufbaut?
- › Sollte in einer Freundschaft nicht das langfristige Wohl des anderen im Vordergrund stehen?
- › Ist „Mittelchen“ nicht ein irreführender Name für etwas, das große gesundheitliche Risiken birgt?

Lisa:

- › Ich möchte keinen Nachteil gegenüber Steffi und Marie durch Doping erleiden. Ich nehme etwas, nur um die Lücke zu den beiden zu schließen, und das ist in der jetzigen Situation nur gerecht. Schließlich ist die Lücke nur aufgetreten, weil mich die beiden mit Doping betrogen haben. Neben der Gerechtigkeit tue ich auch noch etwas für unsere Freundschaft. Denn innerhalb einer Mannschaft verpetzt man sich nicht. Das wäre unmoralisch.
- › Ich nehme die Sachen nur, um die gleichen Chancen wie alle anderen zu haben. Das wird auch eine einmalige Sache bleiben, denn das Mittelchen sorgt ja nur dafür, dass mein hartes Training richtig zur Geltung kommt. Letztlich ist es ja nur der allerletzte Schritt dorthin, wo ich ohnehin hingehöre.

4. Durchführung Rollenspiel (12 Min.)



Vorstellung Rollenspiel

Die Lehrkraft wählt eine „Medienschaffende-Gruppe“ und eine „Lisa-Gruppe“ aus, welche jeweils eine stellvertretende Person wählt, die das Rollenspiel durchführt.



Aufgabenstellung:

Alle anderen übernehmen die Rolle der Fans und sollen sich folgende Fragen notieren und sich dazu Gedanken machen:

- › Wie glaubwürdig sind die Argumente?
- › Wie verhält sich Lisa?
- › Seid ihr weiterhin Lisas Fans?

5. Auswertung (12 Min.)



Besprechung Rollenspiel:

Zum Ende werden zunächst die Notizen der „Fans“ besprochen und die Frage besprochen, wie Lisa sich gefühlt hat.

Materialien

3. Vorbereitung Rollenspiel

4. Durchführung Rollenspiel

5. Auswertung



Folien

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchssport

4. BLOCK
MORALISCHES DISENGAGEMENT

Rollenspiel „Interview“

- **Situation:** Lisa trifft nach Dopingenthüllung auf Journalist:in
- 3er/4er Gruppen
- bereitet euch auf ein **Rollenspiel** vor (Teams: Lisa, Journalist:in)
- **Lisa und Journalist(in)** im Interview

Lisa und Journalist:in
sammelt Argumente (aufschreiben) für eure Rolle
bedenkt mögliche Fragen/Argumente der anderen
wählt eine Person im Team, die euch im Rollenspiel vertritt

UNIVERSITÄT
DUISBURG
Sportwissenschaftliche Fakultät/Sportpsychologie

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchssport

4. BLOCK
MORALISCHES DISENGAGEMENT

Aufgabe Fans:

Wie glaubwürdig sind die Argumente?
Wie verhält sich Lisa?
Seid ihr weiterhin Lisas Fans?

UNIVERSITÄT
DUISBURG
Sportwissenschaftliche Fakultät/Sportpsychologie



Arbeitsblätter

Lisa – Beispiele Fragen und Aussagen

Ich möchte keinen Nachteil gegenüber Steffi und Marie durch Doping erleiden. Ich nehme etwas, nur um die Lücke zu den beiden zu schließen, und das ist in der jetzigen Situation nur gerecht. Schließlich ist die Lücke nur aufgetreten, weil mich die beiden mit Doping betrogen haben. Neben der Gerechtigkeit tue ich auch noch etwas für unsere Freundschaft. Denn innerhalb einer Mannschaft verpetzt man sich nicht. Das wäre unmoralisch.

Ich nehme die Sachen nur, um die gleichen Chancen wie alle anderen zu haben. Das wird auch eine einmalige Sache bleiben, denn das Mittelchen, sorgt ja nur dafür, dass mein hartes Training richtig zur Geltung kommt. Letztlich ist es ja nur der allerletzte Schritt dorthin, wo ich ohnehin hingehöre.

Die beiden zwingen mich ja fast dazu, auch etwas zu nehmen. Wenn die Kontrollen besser wären, wären die beiden erwischt worden und ich wäre jetzt mit meiner natürlichen Leistung schon ganz oben. Deshalb sind auch die laschen Kontrollen dafür verantwortlich, dass ich jetzt mitmachen muss. Härter trainieren und mich besser auf die Wettkämpfe vorbereiten, geht nicht. Was bleibt mir anderes übrig, als jetzt auch an diesem letzten Rädchen zu drehen?

Steffi und Marie werden nicht erwischt, weil jeder, der sich nicht besonders dämlich anstellt, ohnehin nicht erwischt werden wird. Da ich die Sachen ja ohnehin nur ganz kurz nehme, kann mir auch gesundheitlich nichts passieren. Bei Steffi und Marie haben die Sachen offensichtlich auch keine negativen Begleiterscheinungen.

Journalist:in – Beispiele Fragen und Aussagen

Haben Sie schon einmal daran gedacht, wie „gerecht“ die Einnahme von Doping gegenüber anderen Sportlern ist (nicht Marie und Steffi), die nicht gedopt haben?

Was ist eine Freundschaft langfristig wert, wenn sie auf Lügen und Doping aufbaut?

Sollte in einer Freundschaft nicht das langfristige Wohl des anderen im Vordergrund stehen?

Ist „Mittelchen“ nicht ein irreführender Name für etwas, das große gesundheitliche Risiken birgt?

Dass das Ganze einmalig bleibt, haben schon viele behauptet. Bei den meisten wurde es letztlich regelmäßig.

Wo bleibt die Chancengleichheit für die, die sauber sind? Du trägst mit deinem Doping gerade nicht dazu bei, dass Chancengleichheit hergestellt wird.

Natürlich gibt es auch genügend andere Stellen, bei denen etwas schief läuft. Aber ist das wirklich ein guter Grund, die eigenen Prinzipien über den Haufen zu werfen? Nur weil es auf der Welt Verbrecher gibt, rechtfertigt das noch lange keine eigenen Verbrechen.

Gehört es nicht zum Sport dazu, die eigenen Grenzen zu akzeptieren?

Bist du sicher, dass du wirklich auf jedem legalen Gebiet so professionell wie möglich arbeitest? Es gibt immer andere Wege. Wenn man nur danach sucht.

Auch Armstrong, Ullrich und Co. dachten, sie würden nicht erwischt werden. Und die haben bestimmt professionellere Maßnahmen treffen können als du.

Dass man keine Nebenwirkungen sieht, heißt nicht, dass es keine gibt. Sollte man die Gesundheit wirklich riskieren?

AB 3: „Hilfestellung Lisa“

Beispiel eines Interviews zwischen Lisa und einem oder einer Journalist:in

Journalist:in: „Hallo, Lisa, warum hast du für die olympischen Spiele gedopt?“

Lisa: „Das war auch nur eine einmalige Sache, denn das Mittelchen hat nur dafür gesorgt, dass mein hartes Training richtig zur Geltung kommt. Letztlich ist es ja nur der allerletzte Schritt dorthin, wo ich ohnehin hingehöre.“

Journalist:in: „Ist Mittelchen nicht ein irreführender Name für etwas, das große gesundheitliche Risiken birgt?“

Lisa: „Es war nur ein ungefährliches Unterstützungsmittel.“

Journalist:in: „Woher weißt du, dass es ‚ungefährlich‘ sein soll? Immerhin steht es nicht ohne Grund auf der Liste der unerlaubten Mittel.“

Lisa: „Wie gesagt, es war eine einmalige Sache, da wird nichts passieren und ich habe auch nur für Chancengleichheit sorgen wollen.“

Journalist:in: „Du sprichst von Chancengleichheit, aber ist es nicht erst recht ungerecht, wenn Sportler:innen wenn Sportler:innen wie du dopen?“

Lisa: „Ich bin nicht die einzige Sportlerin, die dopt, alle anderen machen das auch!“

Journalist:in: „Du behauptest also, dass alle Sportler:innen dopen. Wer dopt denn noch und woher willst du wissen, dass alle dopen?“

Lisa: „Wir sind hier im Hochleistungssport und alle Sportler:innen stehen unter Druck von außen, neue Rekorde zu brechen und ihre Leistung ins Unermessliche zu steigern. Als Sportlerin wird man auch mal schwach und muss Dopen, um den Anforderungen gerecht zu werden.“

AB 5: „Beispiel eines Interviews“

AB 4: „Hilfestellung Journalist:in“

Einheit 5 | Kollektive moralische Normen

5





Lernziele

- › Werte im Sport kennen und in Kategorien einordnen können sowie deren Wichtigkeit einschätzen können.
- › Lernen, inwiefern moralische Werte mit Doping vereinbar sind.

Benötigtes Material

Präsenz	Digital
1. Einstieg ins Thema	
Folie: „Kollektive moralische Normen“ inklusive Video	Folie: „Kollektive moralische Normen“ inklusive Video
2. Wertezuordnung in Kategorien	
Folie: „Werte und Kategorien“ › Arbeitsblatt 6 „Werte im Sport“ (Aufgabe 1)	Folie: „Werte und Kategorien“ › Arbeitsblatt 6 „Werte im Sport“ (Aufgabe 1)
3. Wichtigkeit der Werte	
Folie: „Aufgabenstellung“ › Arbeitsblatt 6 „Werte im Sport“ (Aufgabe 2)	Folie: „Aufgabenstellung“ › Arbeitsblatt 6 „Werte im Sport“ (Aufgabe 2)
4. Werte und Doping	
Folie: „Aufgabenstellung“ › Arbeitsblatt 6 „Werte im Sport“ (Aufgabe 3)	Folie: „Aufgabenstellung“ › Arbeitsblatt 6 „Werte im Sport“ (Aufgabe 3)
5. Auswertung	
› Flipchart für die Erstellung einer Mindmap	› Whiteboard-Programm zur Erstellung einer Mindmap

Kurzüberblick über die Einheit

Zeit	Ziel/Didaktische Funktion	Inhalt	Methode
1. Einstieg ins Thema			
5	Einstieg / Begriffsklärung	Video abspielen, Frage notieren, Lösung besprechen	Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch/Video
2. Wertezuordnung in Kategorien			
10	Zuordnung der Werte in Kategorien	Arbeitsblatt austeilen, Schülerinnen und Schüler ordnen selbst zu, einzelne Werte werden an der Tafel durch Schülerinnen und Schülern zugeordnet	Einzelarbeit, Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch
3. Wichtigkeit der Werte			
5	Einordnung der Wichtigkeit der Werte	Individuelle Einordnung der Wichtigkeit der Werte	Einzelarbeit, Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch
4. Werte und Doping			
5	Vereinbarkeit der Werte mit Doping	Einzelne Schülerinnen und Schüler zur Vereinbarkeit einzelner Werte mit Doping befragen und Begründung.	Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch
5. Auswertung			
20	Ergebnissicherung	Einordnung der Werte im eigenen Team/in der eigenen Trainingsgruppe	Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch

Ablauf

1. Einstieg ins Thema (5 Min.)



Lehrkraftinput:

Letzte Woche war Moralisches Disengagement das Thema. Diese Woche möchten wir uns mit den kollektiven moralischen Normen und damit besonders mit Werten im Sport auseinandersetzen. Dazu schauen wir uns gleich ein Video an.



Einstiegsfrage:

Welche Werte werden in folgendem Video in Zusammenhang mit dem Sport vermittelt?

Präsenz:

<https://www.youtube.com/watch?v=oYePQk0m7c0>
abspielen

Digital:

Abspielen Video
„Spirit of Sport – Mountainbiker
Nino Schurter über Doping”



Lehrkraftinput:

Beantwortung der Frage:

- › Lebensgefühl
- › Wettkämpfen/sich miteinander messen
- › Grenzen des Körpers kennen/auskurieren
- › Relevanz von Technik erkennen
- › Sport für alle gleich → harter Weg → keine Abkürzungen
- Respekt, Freundschaft, Leistung



Hinweise

Möglich ist hier auch, kurz ein oder zwei Schülerinnen und Schüler die Fragen beantworten zu lassen und dann erst aufzulösen.

2. Wertezuordnung in Kategorien (10 Min.)



Aufgabenstellung:

Die Schülerinnen und Schüler sollen die gezeigten Werte in die drei vorgegebenen Kategorien einordnen.

Präsenz:

Tabelle auf Arbeitsblatt ausfüllen

Digital:

Tabelle in Datei (Word oder interaktiv) ausfüllen



Besprechung Zuordnung

Mögliche Fragen an die Schülerinnen und Schüler:

- › Was verstehst du unter diesem Wert?
- › In welche Gruppe hast du ihn eingeordnet?
- › Warum?

Jeder Wert wird von einer Schülerin oder einem Schüler vorgestellt.



Besprechung

Sind diese Werte ausreichend? Fallen euch weitere wichtige Werte ein?

3. Wichtigkeit der Werte (5 Min.)



Aufgabenstellung:

Die Schülerinnen und Schüler sollen in der nächsten Tabelle auf dem Arbeitsblatt für jede der drei Kategorien ihre zwei wichtigsten Werte eintragen.



Besprechung Zuordnung

Die Schülerinnen und Schüler stellen ihre Top 2 vor. Die Lehrkraft zählt die Nennungen mit und kann so am Ende die Top 2 der gesamten Gruppe vorstellen.



Hinweise

Sollte die Zeit zu knapp werden, können natürlich auch nur ausgewählte Werte vorgestellt werden.

4. Werte und Doping (5 Min.)



Aufgabenstellung:

Die Schülerinnen und Schüler sollen nun die dritte Aufgabe des Arbeitsblatt erledigen und dabei überlegen, in welchem Verhältnis Doping mit den Top-2-Werten in jeder Kategorie steht. Und warum?



Besprechung Verhältnis zu Doping

Einige Schülerinnen und Schüler dürfen ihre Ideen vorstellen.

5. Auswertung (20 Min.)



Austausch:

1. Wie sind die Werte in den Teams/Trainingsgruppen bei den Schülerinnen und Schüler?
2. Sind die häufigsten Top-2-Werte auch eure eigenen?



Erarbeitung Mindmap

Gemeinsame Erarbeitung einer Mindmap von den wichtigsten fünf bis sechs Werten der Gruppe (= kollektive Werte). Sollte gut und groß sichtbar sein. Die Erarbeitung der Mindmap geht mit einer Diskussion einher, in der alle zu Wort kommen dürfen/sollen. Der/die Durchführende sollte dabei immer wieder auf die (Nicht-)Vereinbarkeit der Werte mit Doping hinweisen bzw. das Gespräch entsprechend lenken.

Materialien

1. Einstieg ins Thema
2. Wertezuordnung in Kategorien
3. Wichtigkeit der Werte
4. Werte und Doping
5. Auswertung



Folien

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchssport

5. BLOCK
KOLLEKTIVE MORALISCHE NORMEN

university of applied sciences Sport 00:24,85 44

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchssport

5. BLOCK
KOLLEKTIVE MORALISCHE NORMEN

(1) Ordne die vorgegebenen **Werte** den entsprechenden **Kategorien** zu.

Teamspirit	Kooperation	Verhalten gegenüber dem eigenen Team/ Umfeld
Unterstützung	Umgang mit Niederlagen	
Respekt	Anerkennung	Verhalten gegenüber den sportlichen Kontrahent:innen
Stärke	Alles Geben	
Never Give Up	Fair Play	Verhalten gegenüber mir selbst
Wertschätzung	Persönlichkeit entwickeln	
Toleranz		

university of applied sciences Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie 45

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchssport

5. BLOCK
KOLLEKTIVE MORALISCHE NORMEN

- (1) Ordne die vorgegebenen Werte den entsprechenden Kategorien zu.
- (2) Notiere in jeder der drei Gruppen die beiden für dich wichtigsten Werte.
- (3) Überlege nun, in welchem Verhältnis jeweils deine 2 TOP-Werte zum Stichwort Doping stehen. Sind sie mit der Einnahme von Doping vereinbar? Begründe kurz!

university of applied sciences Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie 46

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchssport

5. BLOCK
KOLLEKTIVE MORALISCHE NORMEN

- (1) Ordne die vorgegebenen Werte den entsprechenden Kategorien zu.
- (2) Notiere in jeder der drei Gruppen die beiden für dich wichtigsten Werte.
- (3) Überlege nun, in welchem Verhältnis jeweils deine 2 TOP-Werte zum Stichwort Doping stehen. Sind sie mit der Einnahme von Doping vereinbar? Begründe kurz!

Welche Werte sind euch besonders wichtig?
Sind sie für euch mit Doping vereinbar?

university of applied sciences Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie 47



Arbeitsblätter

Welche Sportler wollen wir sein? Was ist uns wichtig? Über gemeinsame Werte im Sport...

(1) Ordne die vorgegebenen Werte den entsprechenden Kategorien zu:

Verhalten gegenüber dem eigenen Team / Umfeld	Verhalten gegenüber den sportlichen Kontrahenten	Verhalten gegenüber mir selbst

(2) Notiere in jeder der drei Gruppen die beiden für dich wichtigsten Werte.

Verhalten gegenüber dem eigenen Team / Umfeld	Verhalten gegenüber den sportlichen Kontrahenten	Verhalten gegenüber mir selbst

(3) Überlege nun, in welchem Verhältnis jeweils deine 2 TOP-Werte zum Stichwort Doping stehen. Sind sie mit der Einnahme von Doping vereinbar? Begründe kurz!

Verhalten gegenüber dem eigenen Team / Umfeld	Verhalten gegenüber den sportlichen Kontrahenten	Verhalten gegenüber mir selbst

AB 6: „Werte im Sport“

Einheit 6 | Transfer auf andere Situationen

6





Lernziele

- › Stärkung der Persönlichkeit im Hinblick auf sportliche Werte – Spirit of Sport.
- › Verstehen, warum das Einhalten von Regeln im Sport wichtig ist.
- › Verstehen, dass eine Entscheidung gegen Doping nicht immer einfach ist.

Benötigtes Material

Präsenz	Digital
1. Einstieg ins Thema	
2. Der innere Gerichtshof	
Folie: „Der innere Gerichtshof“ › Arbeitsblätter 7a bis 7e „Der innere Gerichtshof“ mit neuen Situationen	Folie: „Der innere Gerichtshof“ › Arbeitsblätter 7a bis 7e „Der innere Gerichtshof“ mit neuen Situationen
3. Präsentation/Abschlussdiskurs	
Folie: „Präsentation Gruppenarbeit“ › Plakate/Abbildungen	Folie: „Präsentation Gruppenarbeit“ › digital erstellte Plakate/Abbildungen
4. Verabschiedung	



Kurzüberblick über die Einheit

Zeit	Ziel/Didaktische Funktion	Inhalt	Methode
1. Einstieg ins Thema			
2	Einstieg	Stundenthema erklären	Lehrkraftvortrag
2. Der innere Gerichtshof			
28	Bearbeitung des inneren Gerichtshofs	Gruppen finden lassen, Szenarios zuordnen, Schülerinnen und Schüler Aufgaben erledigen lassen, lediglich als Unterstützung fungieren	Gruppenarbeit, Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch
3. Präsentation/Abschlussdiskurs			
13	Vorstellung der Ausarbeitung	Einzelne Gruppen präsentieren, andere dürfen ergänzen, gemeinsamer Diskurs über Ausarbeitung	Gruppenarbeit, Lehrkraft-Schülerin/ Schüler-Gespräch
4. Verabschiedung			

Ablauf

1. Einstieg ins Thema (2 Min.)



Lehrkraftinput:

Letzte Woche haben wir über kollektive moralische Normen bzw. Werte im Sport gesprochen. Heute in der letzten Einheit möchten wir noch einmal das Gelernte aus den fünf vorherigen Einheiten anwenden und auf neue Situationen übertragen. Dabei gilt es, genau abzuwägen und am Ende eine fundierte, gut begründete, Entscheidung treffen zu können.

2. Der innere Gerichtshof (28 Min.)



Aufgabenstellung:

1. Zusammenfinden in 4er-Gruppen der Schülerinnen und Schüler
2. Durchlesen des zugeteilten Szenarios inklusive kurzer Diskussion über den Inhalt und kurzer Notizen, wie man sich in dieser Situation entscheiden würde (spontan)
3. Gruppen in Analyseteam und Konsequenzabschätzerinnen bzw. -abschätzer teilen (jeweils zwei Schülerinnen oder Schüler)
 Analyseteam → in Tabelle potenzielle Vor- und Nachteile für beide Entscheidungen zusammentragen
 Konsequenzabschätzerinnen bzw. -abschätzer → Zusammentragen von Konsequenzen, welche Personen profitieren vom Ausgang und wer zieht Nachteile aus dem Ausgang?
4. Zusammenfinden in den 4er-Gruppen und Ergebnisse diskutieren → Entscheidung treffen!

Präsenz:

Zusammensetzen der Gruppen an Tischen

Digital:

Einteilung in Breakout-Rooms



Hinweise

Die Lehrkraft fungiert dabei nur als Ansprechperson, um mögliche Fragen zu beantworten. Die Schülerinnen und Schüler haben aber auch die Möglichkeit, zu signalisieren, dass sie Hilfe benötigen.

3. Präsentation/Abschlussdiskurs (13 Min.)



Aufgabenstellung:

Ausgewählte Gruppen präsentieren die Ergebnisse.
Andere Gruppe mit selbem Thema ergänzt.



Diskurs

Sprecht gemeinsam über die Bewertung der Situation:

- › Haben die Gruppen alle Perspektiven berücksichtigt?
- › Gibt es strittige Situationen, die unter Umständen anders bewertet werden sollten?
- › Reichen die vorbetrachteten Argumente aus, um eine fundierte Entscheidung treffen zu können?
- › Gibt es Ergänzungen?



Hinweise

Es bietet sich an, eine Gruppe ihre Ergebnisse vorstellen zu lassen, bei der man das Gefühl hat, dass die Ausarbeitung gut gelaufen ist.

Materialien

1. Einstieg ins Thema
2. Der innere Gerichtshof
3. Präsentation/Abschlussdiskurs



Folien

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchssport

6. BLOCK
TRANSFER AUF ANDERE SITUATIONEN

„Der Innere Gerichtshof“

- erarbeitet in 4er Gruppen eine begründete Entscheidung
- erstellt ein Plakat/Abbildung/ o.Ä.
- 25 Minuten Zeit

Hilfestellung:

- Sind mir alle Folgen bewusst, die ich damit auslöse?
- Wie wird es mir/anderen ergehen?
- Was rechtfertigt mich zu dopen? Oder ist es nur eine Ausrede?
- Ist dies mit meinen Werten zu vereinbaren?

Lehramt
2020 Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie 51

Wertebasierte Dopingprävention im Nachwuchssport

6. BLOCK
TRANSFER AUF ANDERE SITUATIONEN

Präsentation Gruppenarbeit

Wurden alle Perspektiven berücksichtigt?

Gibt es strittige Situationen?

Reichen die vorgebrachten Argumente?

Lehramt
2020 Sportwissenschaftliche Fakultät Sportpsychologie 52

Arbeitsblätter

Der innere Gerichtshof...

In dieser Übung soll es nicht darum gehen, über jemanden zu richten oder eine Person zu verurteilen! Wir wollen versuchen, die Erkenntnisse aus den vergangenen Stunden dahingehend zu nutzen, dass sie uns helfen, in einer schwierigen Situation eine fundierte Entscheidung treffen zu können. Dabei wollen wir versuchen, so viele Faktoren wie möglich zu berücksichtigen.



Der Ablauf:

1. Findet euch in Dreier-/Vierer-Gruppen zusammen. (3 Min. Zeit)
2. Leset gemeinsam das euch zugewiesene Szenario und diskutiert kurz über dessen Inhalt. Macht euch gemeinsam eine Notiz, wie ihr euch in der betreffenden Situation (bei aus dem Bauch heraus) entschieden hättet. (5 Min. Zeit)
3. Verteilt jetzt die folgenden Aufgaben: (12 Min. Zeit)
 - I. **Das Analyseteam** (1-2 Schüler/innen):
Analysiert den vorliegenden Fall dahingehend, dass keine Optionen durchdacht werden und potenzielle Vorteile und Nachteile aufgeschlüsselt werden. Legt dazu eine Tabelle für den jeweiligen Entschluss (Doping ja oder nein) an.
 - II. **Die Konsequenzabschätzer/innen** (1-2 Schüler/innen):
Überlegt euch, welche Konsequenzen zu erwarten sind und welche Personen von dem jeweiligen Ausgang der Geschichte profitieren könnten, oder wer womöglich Nachteile aus dem jeweiligen Entschluss ziehen könnte. Haltet eure Ergebnisse schriftlich fest.
4. Findet euch wieder in euren Stammgruppen zusammen, diskutiert die Ergebnisse und füllt gemeinsam einen Entschluss. Wie entscheidet ihr euch? Begründet! (5 Min. Zeit)

Gewichtsprobleme

Caroline ist Judoka und lebt für ihren Sport. Mit ihren knapp 50 kg muss sie vor jedem Wettkampf eiserne Disziplin zeigen, damit sie ihr Kampfgewicht von 48 kg erreichen kann. Das schlaucht total. Ihr größtes Ziel ist es, an eine Sportschule zu kommen, doch ihre Gewichtsklasse ist hart umkämpft. In der höheren Gewichtsklasse hätte sie überhaupt keine Chance, weshalb sie ihr Ziel nur in der niedrigeren schaffen kann.

Wieder einmal steht ein wichtiges Sichtungsturnier an, doch diesmal schafft sie einfach ihr Kampfgewicht nicht. Sie ist kaum noch, doch sie nimmt nicht schnell genug ab.

Im Internet hat sie gelesen, dass Diuretika helfen, schnell Gewicht zu verlieren. Von den möglichen Nebenwirkungen lässt sie sich nicht abschrecken, da sie dringend Gewicht verlieren muss. Caroline weiß, dass ihre Oma solche Medikamente nehmen muss. Sie stiehlt ihrer Oma ein paar Tabletten und überlegt, diese zu nehmen.

Enttäushtes Umfeld

Karsten trainiert seit über zehn Jahren Leichtathletik und ist mit Abstand der Beste in seiner Trainingsgruppe. Normalerweise kann er auch als Einziger seines Teams bei Wettkämpfen mit um den Sieg kämpfen. Bei den letzten Wettkämpfen hat Karsten allerdings keine gute Leistung abgeliefert. Seine mitgereiste Familie und sein Trainer waren enttäuscht, haben das aber als Ausrutscher abgetan.

Für den Wettbewerb in einem Monat wird er sowohl von seinem Trainer und seinen Trainingspartnern als auch von seiner Familie, die ihn bei jeder Veranstaltung unterstützt, als Favorit gehandelt. Karsten möchte, dass seine Eltern, Geschwister und auch sein родliches Umfeld stolz auf ihn sein können. Um ihren Erwartungen gerecht zu werden und sie nicht erneut zu enttäuschen, möchte er sichergehen, dass er in vier Wochen eine zufriedenstellende Leistung bringen kann. Trotz intensivem Training hat er Angst davor, erneut zu versagen. Er befürchtet auch, dass nach einer weiteren Niederlage seine Leistungsprobleme noch mehr in den Mittelpunkt geraten und diskutiert werden. Er besorgt sich von einem Trainingsfreund ein Mittel und überlegt, es beim Wettkampf unterstützend einzunehmen. Versetzt dich in die Lage von Karsten ...

Schmerzbekämpfung

Benjamin hatte lange mit einer Knieverletzung zu kämpfen, die er sich bei einem Sturz vom Rad zugezogen hat. Er betreibt seit seiner Kindheit Karate und hat im letzten Jahr fast die Deutschen Meisterschaften gewonnen. Wenn er ab sofort wieder voll ins Training einsteigen würde, könnte die Vorbereitungszeit noch ausreichen, um auch beim diesjährigen Wettkampf gute Chancen auf eine Platzierung oder sogar den Sieg zu haben.

Bei den ersten Trainingseinheiten hat Benjamin Schmerzen im Knie, die nach dem Training noch stärker werden. Sein Trainer besorgt ihm deswegen Schmerzmittel, die seine Schmerzempfindlichkeit verringern sollen.

Für Benjamin ist sein Trainer eine Respektsperson, der er normalerweise in allen Angelegenheiten vertraut. Bei den Schmerzmitteln, die er ihm besorgt, fühlt er sich aber etwas unsicher. Auf seine Fragen, um was es sich genau handelt, gibt der Trainer nur kurze Antworten. Er beruhigt Benjamin aber und meint, dass es sich um nichts Illegales handeln würde. Benjamin überlegt nun hin und her, ob er sie nehmen soll. Versetzt dich in die Lage von Benjamin ...

Falsches Spiel

Micha und Tobias trainieren seit Jahren gemeinsam. Der Kanusport ist ihr Leben. Die Freunde treten im Zweier bei nationalen und internationalen Wettkämpfen erfolgreich an. Ab und zu streiten sich die beiden, weil Tobias das Training nicht so ernst nimmt wie Micha. In letzter Zeit kommen diese Zusammenstöße häufiger vor, da Tobias nicht mehr seine Leistung bringt.

Der Trainer will sein erfolgreiches Zweierteam trennen, damit Micha nicht der Weg in die internationale Spitze verbaut wird. Tobias ist über diese Entscheidung sehr enttäuscht, weil er befürchtet, seinen Freund zu verlieren. Er fängt an härter zu trainieren, doch seine Leistungen verbessern sich nicht.

Micha bekommt mit, dass sein Freund Tobias mit dem Gedanken spielt, leistungssteigernde Mittel einzunehmen. Micha weiß, dass ihr Trainer Doping auf das Schärfste ablehnt. Er spricht Tobias deshalb an und fordert in auf, lieber mit dem Trainer zu sprechen, als einen solchen Weg einzuschlagen. Tobias lehnt ab. Micha überlegt, selbst zum Trainer zu gehen und seinen besten Freund zu verpfleien. Versetzt dich in die Lage von Micha ...

Hüchstleistungen

Sarah ist eine sehr gute Hochspringerin. Aufgrund ihrer Körpergröße dominierte sie den Kinder- und Jugendbereich. Seitdem sie bei den Junioren startet, fällt es ihr immer schwerer mitzukommen. Zunehmend plagen sie Verletzungen, sodass sie nicht an ihre bisherigen Leistungen anknüpfen kann. Sie möchte aber unbedingt in diesem Jahr zu den Junioren-Weltmeisterschaften fahren, um es allen – ihrem Trainer, den Eltern und Sponsoren – zu zeigen.

Seit einiger Zeit wird in Hochspringerkreisen gemunkelt, dass es ein neues Mittel gibt, das die Kraftschnelligkeitsleistung merklich steigern kann. Das Mittel sei schwer nachweisbar, weil es angeblich schnell vom Körper abgebaut wird.

Sarah fragt sich vorsichtig bei Teamkameraden durch, bis ihr eine Freundin das Mittel verschafft. Sie überlegt, es zur nächsten Trainingsphase zum ersten Mal einzunehmen. Versetzt dich in die Lage von Sarah ...

AB 7: „Der innere Gerichtshof“ und AB 7a bis 7e: Neue Situationen



www.bisp.de

Bundesinstitut für Sportwissenschaft
Graurheindorfer Straße 198 · 53117 Bonn
Telefon +49 (0) 228 99 640-9001
info@bisp.de



Wir helfen
dem Sport