
Rekonstruktion subjektiver Konzepte erfolgreichen Nachwuchstrainings (KerN) (AZ 070504/08)

Andreas Hohmann (Projektleiter), Ajit Singh & Lenard Voigt

Universität Bayreuth, Lehrstuhl für Trainings- und Bewegungswissenschaften

Problem

Ungeachtet der aktuellen Forschungsbemühungen spitzensportlicher Fördereinrichtungen (z. B. BISP, 2007) befindet sich das System des Nachwuchsleistungssports weiterhin auf dem Prüfstand. Speziell das Nachwuchstraining steht bei der Interpretation mangelhafter Leistungsentwicklungen innerhalb des deutschen Spitzensports regelmäßig im Fokus der Kritik. Denn trotz der vorherrschenden Einigkeit über die grundlegende Notwendigkeit eines effektiv wirksamen und zugleich belastungsverträglichen, langfristigen Trainingsprozesses stehen den Trainerinnen bzw. Trainern als Grundlage zur Trainingsplanung im Nachwuchstraining vorwiegend sehr abstrakte Basismodelle oder Rahmentrainingskonzeptionen zur Verfügung, welche jedoch als „teilweise fehlerhaft und im Allgemeinen nicht als datenbasiert formuliert und evaluiert“ (Ferrauti et al., 2008, S. 24-25) anzusehen sind. Auf der anderen Seite belegen die ausgezeichneten und regelmäßigen Erfolge bestimmter Sportarten bzw. Fachverbände (z. B. Rudern und Kanu, Skilanglauf und Biathlon, Hockey und Handball), aber auch bestimmter Spitzensportvereine und Bundesstützpunkte, dass in der Trainingspraxis des Nachwuchsleistungssports durchaus das notwendige „Know-How“ zu Leistungs- und Trainingsstrukturen, zu effektiven Trainingsinhalten, -methoden und -mitteln, sowie zu adäquaten Kaderstrukturen und Trainingsorganisationsformen vorhanden sein muss.

Träger dieses für sportlichen Erfolg notwendigen Wissens bzw. der hierfür notwendigen Erfahrung sind in erster Linie die Nachwuchstrainerinnen bzw. -trainer, die als zentrale Steuerungsinstanz der sportlichen Trainings bzw. primäre „Mitverursacher“ von Spitzenleistungen anzusehen sind und somit eine unersetzliche Bedingung erfolgreicher Nachwuchskarrieren bilden (Kalinowski, 1985). Das „KerN-Projekt“ zielt nun explizit auf die Teilhabe an diesem exklusiven „Expertenwissen“.

Methode

Die Studie orientiert sich am *Paradigma der qualitativen Sozialforschung*, das sich im Wesentlichen durch einen interpretativen und deutenden Zugang zur sozialen Wirklichkeit kennzeichnet. Soziale Wirklichkeit lässt sich aus Sicht der Handelnden als das Ergebnis „gemeinsam in sozialer Interaktion hergestellter Bedeutungen und Zusammenhänge verstehen“ (Flick, 2008, S. 20). Damit unterliegt das Verständnis von Realität der Annahme, dass sie zum einen dauerhaft in *interaktiven Prozessen* hergestellt wird und zum anderen, dass sie in der Konsequenz das Resultat eines *sozialen Konstruktionsprozesses* ist (Berger & Luckmann, 1969). Aus Sicht der Forschenden und auch der Akteure im Feld hat dies zur Folge, dass wir es immer mit

einer bereits vorkonstruierten Wirklichkeit zu tun haben, auf die Bezug genommen wird. Ein Ansatzpunkt qualitativer Forschung liegt demnach zusammengefasst in der Rekonstruktion der Konstruktion sozialer und kommunikativ erzeugter Wirklichkeiten.

Sample

Qualitative Forschungsdesigns zielen darauf ab, möglichst verschiedene Fälle zu identifizieren, um ein im qualitativen Sinne umfassendes Bild eines Wirklichkeitsausschnitts darstellen zu können. Für die Auswahl geeigneter Trainerinnen bzw. Trainer werden daher zunächst „äußere“ Kriterien an das Feld herangetragen, nach denen gesichtet, kontaktiert und rekrutiert wird. Zur Beforschung des sehr komplexen Feldes Nachwuchstraining wurden Trainerinnen und Trainer (N = 60) gesucht,

- deren Nachwuchsleistungssportlerinnen bzw. -sportler im Höchstleistungsalter mehrfach auf internationalem Niveau herausragende sportliche Erfolge erzielt haben und
- welche längere Zeit als Heimtrainerin bzw. -trainer gearbeitet und regelmäßig über einen längeren Zeitraum hinweg (mehrere) Nachwuchsathletinnen bzw. -athleten zu erfolgreichen Spitzensportlerinnen bzw. -sportlern ausgebildet hat.

Nach der Maßgabe eines theoretischen Samplings wurden aber auch andere „Trainer-Typen“ gesucht, die bspw. als Bundes- oder Landestrainerin bzw. -trainer tätig sind und nur zu bestimmten Zeitpunkten auf die Athletinnen und Athleten zugreifen können. Des Weiteren fanden sich Honorartrainerinnen oder -trainer oder andere, die ihre Traineraufgabe neben einer hauptberuflichen Tätigkeit ausüben. Darüber hinaus ließen sich verschiedene Settings ausfindig machen, in denen Trainerinnen bzw. Trainer in unterschiedlichen Funktionen und institutionellen Kontexten den Prozess des Nachwuchstrainings koordinieren, sei es als Stützpunktleiterin bzw. -leiter oder in Form kleinerer Nachwuchsprojekte und „Versuchslabore“. Eine weitere Kontrastierung ist schließlich im Studiendesign selbst angelegt: Durch die Befragung über verschiedene Sportartengruppen hinweg sind unweigerlich sportartspezifische Kontexte zu berücksichtigen.

Datenerhebung

Als Erhebungsmethode wurde das *qualitative Experteninterview* ausgewählt, das als ein adäquater Zugang – neben einer Vielzahl weiterer qualitativer Interviewformen – zu subjektiven Sichtweisen angesehen werden kann. Es eignet sich in besonderer Weise dafür, Handlungsmotive, Alltagstheorien und Deutungsmuster in einer offenen oder teilstandardisierten Form zu erfragen. Soziologisch gesehen steht weniger die Person in ihrer biographischen Selbstausslegung im Zentrum der Untersuchung, sondern der Ausschnitt einer Person in einer gesellschaftlich zugeschriebenen Funktion. Daher fokussierte die Befragung vor allem auf die Expertise und das Wissen, über das die Person als Repräsentant und Experte einer spezifischen Gruppe mit kontextspezifischen Handlungs- und Sichtweisen verfügt (vgl. Bogner & Menz, 2005). Für die Erhebung wurde das Experteninterview vornehmlich leitfadengestützt geführt. Hierzu wurde ein Fragenkatalog zu verschiedenen

Themen erstellt, der in mehr oder weniger flexibler oder strukturierender Form im Verlauf der Gesprächssituation zum Einsatz kam.

Datenauswertung

Über die Auswertung qualitativer Experteninterviews liegen vereinzelte Ansätze vor (u. a. Meuser & Nagel, 2005). Je nach Erkenntnisinteresse unterscheiden sich die Auswertungsverfahren aber nach ihrer deduzierenden oder induzierenden Kategorienbildung. Da unser Anliegen im Wesentlichen in der Rekonstruktion von Trainer-sichtweisen begründet lag und neben womöglich Bekanntem auch die Offenheit für Neues gewährleistet werden sollte, wurde für die Analyse eine hermeneutisch-rekonstruktive Vorgehensweise ausgewählt. In Anlehnung an das Kodierparadigma der Grounded Theory (vgl. Strauss, 1998) wurden die transkribierten Texte zunächst kodiert und ausgewählte Passagen einer hermeneutischen Feinanalyse unterzogen, um relevante Fallstrukturen aufzudecken. Demgemäß wurden in einem ersten Schritt die einzelnen (Trainer-)Fälle separat ausgewertet, um diese in einem zweiten Schritt durch Fallvergleiche nach Gemeinsamkeiten und Unterschieden zu untersuchen. Das Ziel der Analyse lag schließlich in einer Annäherung an übergreifende Strukturen des Nachwuchstrainings. Die eigentliche Herausforderung bestand jedoch darin, ein ausgewogenes Maß zwischen sportspezifischen Eigenheiten und übergreifenden, generalisierbaren Thesen zu finden, die notwendigerweise immer eine (Re-)Konstruktion der subjektiven Trainerrealität darstellen.

Ergebnisse

Mit Blick auf die spezifischen Akteurslagen der Trainerinnen bzw. Trainer zeigt sich, dass das Training in einem sozialen und strukturellen Spannungsfeld stattfindet, in welchem sich die Athletinnen bzw. Athleten (darunter auch Trainingsgruppen), Trainerinnen bzw. Trainer, Eltern oder aber auch Institutionen wie Schulen, Förder-einrichtungen, die Bundeswehr usw. in einer Beziehung zueinander befinden. Für die Trainerinnen und Trainer leitet sich diesbezüglich die Aufgabe ab, diese Zusammenhänge zu erkennen und in ihren Planungen des Trainingsalltags zu berücksichtigen. Die rekonstruierten Relevanzen und Deutungen der Spitzentrainerinnen bzw. -trainer im Nachwuchsbereich sind dabei nicht primär aktuell determiniert, sondern vielmehr konsequent perspektivisch angelegt. Handlungsleitendes und entscheidungsrelevantes Kriterium stellt dabei grundsätzlich die Orientierung an einem zukünftigen spitzensportlichen Erfolg im Erwachsenenalter dar. Unter dem Dach der Erfolgsorientierung entspricht der Grundsatz der Langfristigkeit ebenso, wie eine frühe Talentsichtung und ein ganzheitlicher und nachhaltiger Ausbildungsanspruch, der den gesamten Verlauf des Nachwuchstrainings prägt. Ganzheitlichkeit der Ausbildung des sportlichen Nachwuchses im Sinne einer allseitigen Persönlichkeitsentwicklung hin zur selbstständigen Spitzensportlerin bzw. zum selbstständigen Spitzensportler stellt in diesem Zusammenhang ein zentrales Motiv dar. Damit eng verwoben ist der Grundsatz der Nachhaltigkeit, der die Verantwortung der Trainerin bzw. des Trainers für die bestmögliche Entfaltung sowohl der frühen Begabungspotenziale, als auch der langfristigen Leistungsreserven begründet. Insgesamt folgt daraus, dass die interviewten Trainerinnen bzw. Trainer eine komplexe Perspektive

auf den Trainingsprozess besitzen, welche sowohl physiologische und kognitive als auch soziale und schulungsorganisatorische Aspekte einer auf Dauer angelegten Entwicklung hin zum erfolgreichen Leistungssport beinhaltet.

In Abhängigkeit von den betrachteten Sportarten können daher, bezogen auf den Prozess des Trainings, folgende übergreifende Leitprinzipien identifiziert werden: (1) Erziehung im Nachwuchstraining, (2) Teamorientierung und (3) Technikorientierung; für die Spielsportarten werden diese Prinzipien noch um die (4) Schnelligkeits- und (5) Spielorientierung erweitert; die technisch-kompositorischen Sportarten um eine (6) ästhetische Orientierung.

1. Die Betreuung und Entwicklung von Kindern hin zu individuell-entscheidungsfähigen Athletinnen und Athleten steht aus Sicht der befragten Trainerinnen und Trainer im Vordergrund. Neben einer kognitiv-physiologischen, sportbezogenen Ausbildung deuten sich verschiedene *Erziehungsvorstellungen* der Trainerinnen und Trainer an, die auf die komplexen Anforderungen des Leistungssports, hinsichtlich Trainingsbereitschaft, Willens- und Charakterbildung und darüber hinaus zu einer leistungssportgerechten Lebensführung vorbereiten sollen. Die sachlich gerahmte Trainer-Athlet-Beziehung scheint dabei im zeitlichen Verlauf dynamischen und entwicklungsbedingten Veränderungen zu unterliegen, die innerhalb des Spannungsfeldes zwischen Steuerung und Selbstbestimmung der Athletin bzw. des Athleten angesiedelt sind.
2. Dem Bereich der Teamorientierung, verstanden als Kontextsteuerung und (personelle) Rahmung des Nachwuchstrainings wird von Seiten der Trainerinnen und Trainer eine wichtige Bedeutung zugeschrieben. Neben infrastrukturellen Voraussetzungen, die z. T. erst geschaffen werden müssen, rücken vor allem soziale Bezugsgruppen in den Fokus des Nachwuchstrainings: Der Trainingsprozess selbst kennzeichnet sich zunehmend durch eine funktionale Ausdifferenzierung und Spezialisierung von Trainerstäben (bspw. Technik-, Athletiktrainerinnen bzw. -trainer, Psychologinnen und Psychologen, Ernährungsberaterinnen bzw. -berater). Darüber hinaus haben die befragten Trainerinnen und Trainer auch die lebensweltlichen Einflüsse der Athletinnen und Athleten im Blick, wie etwa die familiäre oder schulische Situation.
3. Schwerpunkt und zentrales Motiv innerhalb der sportlichen Ausbildung bildet für die interviewten Trainerinnen bzw. Trainer die Entwicklung, Perfektionierung und Stabilisierung der sportlichen Technik. Nicht nur in den technisch kompositorischen Sportarten, die im Kern aus der Präsentation perfekter Bewegungen bestehen, sondern auch in allen anderen Sportartengruppen dominiert die Annahme, dass ein erfolgreicher Anschluss an das angestrebte Leistungsniveau nur auf Grundlage einer hohen sporttechnischen Ausführungsqualität gelingen kann. Dabei wird die Sporttechnik sportartübergreifend als zentral im Fähigkeitskomplex der verschiedenen Wettkampfleistungen angesehen und als unmittelbar relevant für die Qualität weiterer spezifischer Inhalte erachtet.
4. Zusätzlich stellt in den Spielsportarten die Schnelligkeitsorientierung des Nachwuchstrainings eine unersetzliche Handlungsmaxime dar. Weder die Talentsichtung, noch die sportspielspezifische Ausbildung der Nachwuchsspielerinnen

und -spieler ist ohne eine explizite Schnelligkeitsbetonung optimal wirksam. Die Entwicklung der komplexen Spielschnelligkeit als Zielkategorie im Hochleistungstraining geschieht dabei über die Schulung der aufeinander aufbauenden Koordinations- Technik- und Handlungsschnelligkeit innerhalb des Nachwuchstrainings.

5. Um die Qualität des spielerischen Problemlöse- und Entscheidungsverhaltens von Nachwuchsspielerinnen bzw. -spielern zu entwickeln, muss der Ausbildungsprozess einerseits auf einer perspektivisch möglichst fortschrittlichen Spielphilosophie gründen und andererseits durch eine möglichst effektive Ausbildungskonzeption steuerbar, d. h. planbar, praktisch durchführbar und kontrollierbar gemacht werden. Die erfolgreichen Nachwuchstrainerinnen bzw. -trainer stellen die Ausbildung der Spielfähigkeit in den Mittelpunkt des Trainings und gehen dabei von sportspielübergreifenden Zielkategorien wie z. B. „Spielfreude“ und „Spielverständnis“ im Laufe des Ausbildungsprozesses sukzessive zu spezifischen Aspekten wie die der taktischen Integration in ein Spielsystem über.
6. Speziell in den technisch-kompositorischen Sportarten wird durch eine ästhetische Orientierung der Relevanz gelungener und eindrucksvoller Repräsentation der sportlichen Leistung Rechnung getragen. Beginnend mit einer auf anthropometrischen Merkmalen basierenden Selektion, beinhaltet diese Kategorie auch ergänzende Aspekte und Facetten eines Trainings, welches bspw. durch Schulung des „künstlerischen Ausdrucks“, des Auftretens des Schauspiels erweitert wird.

Diskussion

Vor dem Hintergrund einer originär trainingswissenschaftlichen Fragestellung muss der Einsatz des hier beschriebenen qualitativen Forschungsdesigns als Ausnahme in einer primär naturwissenschaftlich-quantitativ ausgerichteten Disziplin angesehen werden¹. Die Zielsetzung lag dementsprechend in der Erlangung eines Verständnisses über den Gegenstand des Nachwuchstrainings und für die Komplexität der Problembezüge aus der Sicht der Trainerinnen und Trainer. Anders ausgedrückt: Im Mittelpunkt der Untersuchung stand weniger die Perspektive des Forschenden, sondern vielmehr die Perspektive der Beforschten. Gerade im Verhältnis zu quantitativen Verfahren repräsentieren die Ergebnisse des KerN-Projektes durch ihren explorativen, (re-)konstruktiven und theoriegenerierenden Charakter die Besonderheiten qualitativer Forschung:

Explorativer Charakter: Durch die offene Vorgehensweise konnten aus wissenschaftlicher Perspektive neue Aspekte und Problemlagen aufgedeckt werden, die zu Beginn nicht Bestandteil der Forschungsfrage waren und auch zumeist nicht Bestandteil der RTKs und sonstiger Lehrbuchliteratur sind. Dies gelang nicht zuletzt auch deshalb, weil versucht wurde die subjektiven Relevanzen der Trainerinnen und Trainer, welche auch die sozialen und kontextuellen Bedingungen miteinbeziehen, zu erhalten.

¹ Ausnahmen (z. B. Roth et. al, 1996))

(Re-)konstruktiver Charakter: Bei der Erhebung subjektiver Relevanzen zum Prozess des Nachwuchstrainings, handelt es sich um eine Form des Wissens, welches für standardisierte Erhebungsformen nicht zugänglich ist. Bereits die mehrjährige Zeitspanne des langfristigen Leistungsaufbaus lässt eine rein experimentelle Herangehensweise problematisch erscheinen. Der forschungsmethodisch geleitete Rückgriff auf bewährte und komplexitätsreduzierend wirkende „Alltagstheorien“ hingegen hat sich im Zuge dieses Projektes als eine geeignete Möglichkeit erwiesen, das Wissen und das Verständnis über komplexe und langfristige Prozesse, wie der des Nachwuchstrainings, zu ergänzen, zu vertiefen und zu differenzieren.

Theoriegenerierender Charakter: Zuletzt zeigt sich ein Ende der Zuständigkeit hypothesenprüfender Verfahren immer genau dort, wo keine bestehenden Theorien oder Modelle existieren. Zwar folgen die meisten Rahmentrainingspläne der unterschiedlichen Sportverbände folgen dem prinzipiell anerkannten und schulungsorganisatorisch umgesetzten Schema zur Struktur des Langfristigen Leistungsaufbaus (z. B. Pechtl, Ostrowski & Klose, 1993). Allerdings kann eine Betrachtung des Nachwuchstrainings aus rein trainingswissenschaftlicher Sicht ein systematisches Kinder- und Jugendtraining nicht hinreichend erklären, wenn pädagogische, psychologische und soziale Aspekte ausgeklammert werden. So gesehen können die Ergebnisse der KerN-Studie ihren Beitrag zur Bildung einer umfassenden Theorie des Nachwuchstrainings leisten.

Zur Verwendungsproblematik der (qualitativen) Forschungsergebnisse: Über die dem qualitativen Forschungsprozess eigene symmetrisch-zirkuläre Kommunikation zwischen Wissenschaft und Praxis kann auch in der traditionell eher naturwissenschaftlich geprägten Trainingswissenschaft eine leichtere Überwindung des Theorie-Praxis-Grabens angestrebt werden (vgl. Roth et al., 1996). Entsprechend wurden bereits projektbegleitend Teilergebnisse Praktikern und Wissenschaftlern vorgestellt (z. B. BISp-Symposium „TOP-Forschung für den Spitzensport“). Dabei sind die vorgestellten Analysen zum Nachwuchstraining in erster Linie als Beratung und „Angebot zur Reflexion“ (von Kardoff, 2008) für Verbände, Trainerinnen und Trainer sowie Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler zu verstehen, welche durch eine umfassende Beschreibung versuchen, neue Problemlagen dort zu erfassen, wo „man mit quantifizierenden Verfahren nur an der Oberfläche streift“ (Lüders, 2008). Daher wird zusätzlich angestrebt, die Veröffentlichung der Ergebnisse in Form eines „Handbuches“ für die Praktiker anschlussfähig zu gestalten.

Literatur

- Berger, P. L. & Luckmann, T. (1969). *Die gesellschaftliche Konstruktion der Wirklichkeit. Eine Theorie der Wissenssoziologie*. Frankfurt/M: Suhrkamp.
- Bogner, A. & Menz, W. (2005). Expertenwissen und Forschungspraxis: die modernisierungstheoretische und die methodische Debatte um die Experten. Zur Einführung in ein unübersichtliches Problemfeld. In A. Bogner, B. Littig & W. Menz (Hrsg.), *Das Experteninterview: Theorie, Methode, Anwendung* (S. 7-30). Wiesbaden: VS Verlag.
- Bundesinstitut für Sportwissenschaft, BISp (2007). *Programm zur Schwerpunktsetzung sportwissenschaftlicher Forschung*. Bonn: Bundesinstitut für Sportwissenschaft.
- Ferrauti, A., Platen, P. & Müller, J. (2008). *Sport ist Spitze. Landesprogramm Talentsuche und Talentförderung*. 22. Internationaler Workshop Sportgespräch in Hattingen 2007. Aachen: Meyer & Meyer.
- Flick, U. (2008). Was ist qualitative Forschung? Einleitung und Überblick. In U. Flick, U., E. von Kardorff & I. Steinke (Hrsg.), *Qualitative Forschung. Ein Handbuch* (S. 13-29). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Kalinowski, A. G. (1985). The Development of Olympic Swimmers. In B. S. Bloom (ed.), *Developing Talent in Young People* (pp. 139-192). New York: Ballantine.
- Kardorff, E. von (2008). Zur Verwendung qualitativer Forschung. In U. Flick, E. von Kardorff & I. Steinke (Hrsg.), *Qualitative Forschung. Ein Handbuch* (S. 615-623). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Lüders, C. (2008). Herausforderungen qualitativer Forschung. In U. Flick, E. von Kardorff & I. Steinke (Hrsg.), *Qualitative Forschung. Ein Handbuch* (S. 632-642). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Meuser, M. & Nagel, U. (2005). ExpertInneninterviews – vielfach erprobt, wenig bedacht. Ein Beitrag zur qualitativen Methodendiskussion. In A. Bogner et al. (Hrsg.), *Das Experteninterview: Theorie, Methode, Anwendung* (S. 71-94). Wiesbaden: VS Verlag.
- Pechtl, V., Ostrowski, C. & Klose, S. (1993). Positionen zur Erstellung bundeseinheitlicher Kaderkriterien. In DSB/BAL (Hrsg.), *Beiträge zur Förderung des Nachwuchsleistungssport* (S. 7-30). Frankfurt/Main: Deutscher Sportbund
- Roth, K., Hossner, E.-J., Künzell, S., Pauer, T., Raab, M., Schipke, D., Szymanski, B. & Wollny, R. (1996). *Techniktraining im Spitzensport. Rekonstruktion Zusammenfassung und Validierung der Alltagstheorien erfahrener und erfolgreicher Trainer* (Berichte und Materialien des Bundesinstituts für Sportwissenschaft, 1996,13). Köln: Sport und Buch Strauss.
- Strauss, A. L. (2007). *Grundlagen qualitativer Sozialforschung*. München: Fink (UTB).