



fairplayer.sport¹

Ein Programm zur Förderung sozialer und moralischer Kompetenzen

fairplayer.sport – Soziale und moralische Kompetenz bei Jugendlichen fördern

Sport ist unter Kindern und Jugendlichen als Freizeitaktivität nach wie vor sehr beliebt. Sport bietet nicht nur die Gelegenheit, Gesundheit und Körpergefühl zu fördern, sondern auch die Möglichkeit sozialer Kontakte zu Peers. Aushandlungen mit den Mitgliedern der eigenen und gegnerischen Mannschaft erfordern kooperatives Geschick und die Anwendung angemessener Konfliktlösungsstrategien. Damit wird Sport aus sozial-konstruktivistischer Sichtweise zu einer idealen Lernumwelt verschiedener psychosozialer Kompetenzen. Dazu zählen Perspektivenübernahme und Empathie, Emotionsregulation und nicht zuletzt moralische Sensibilität. Diese kognitiven, emotionalen und motivationalen Aspekte können mit dem nicht nur im Sport sehr häufig verwendeten Begriff des „Fairplay“ in Zusammenhang gebracht werden.

Obwohl im Profi- und Breitensport inzwischen eine Reihe von „Fairplay“-Initiativen etabliert werden konnten, mangelt es bisher an Maßnahmen, die a) orientiert an entwicklungspsychologischen Erkenntnissen, b) in aufeinander aufbauenden Aktivitäten münden und c) den Versuch des Transfers des Gelernten in den Alltag unternehmen sowie - weg vom Projektcharakter – eine dauerhafte, „verstetigte“ Perspektive bieten. Zudem bleibt d) oftmals die systematische Evaluation der Aktivitäten – z.B. im Hinblick auf die Wirkung im Rahmen einer Gewaltprävention oder Förderung von sozialen und moralischen Kompetenzen – aus.

Welchen Stellenwert haben moralische und soziale Kompetenzen?

Der Erwerb sozialer, emotionaler und moralischer Kompetenzen zählt zu den wichtigsten Entwicklungsaufgaben, die sich Jugendlichen und Heranwachsenden stellen (z.B. Petermann, Niebank & Scheithauer, 2004): Viele Studien haben gezeigt, dass sozial, emotional und moralisch kompetente Jugendliche bei ihren Gleichaltrigen beliebter sind, ein positiveres Selbstbild aufweisen, einen größeren Freundeskreis aufbauen und auch tendenziell eine akademisch und beruflich erfolgreichere Laufbahn aufzuweisen haben. Soziale, emotionale und moralische Kompetenzen gelten zudem als wichtige Schutzfaktoren gegen Gewalt, Bullying/Mobbing und delinquentes Verhalten.

Wissen darüber, was andere denken und fühlen, Wissen über richtiges Handeln und moralische Urteilsfähigkeit alleine reichen aber nicht aus! Erst die Erprobung und Umsetzung dieses Wissens in lebensnahen Szenarien hilft den Jugendlichen, sich „fair“ zu verhalten und ein verbindliches moralisches Selbst zu entwickeln. Ein moralisches Selbst hilft vor allem dabei, das moralische Urteil über Sachverhalte und das tatsächliche Verhalten in entsprechenden Situationen in Kongruenz zu bringen. Da in Sportvereinen viele junge Menschen mit einem gemeinsamen Ziel miteinander in Kontakt treten und gemeinsam die (Frei)Zeit verbringen, ist dieser

¹ Ein Projekt der Freien Universität Berlin (Projektleitung: Prof. Dr. Herbert Scheithauer), unterstützt durch die Jacobs Foundation

Rahmen sehr gut dafür geeignet, faires Verhalten und zugehörige Kompetenzen zu erlernen und einzuüben. Allerdings stellt der Sport einen Kontext dar, der oftmals eigenen Regeln gehorcht („Foul ist, wenn der Schiedsrichter pfeift!“). Durch den omnipräsenten Wettbewerbscharakter ist der Konflikt zwischen der Verfolgung eigener Interessen und der moralischen Orientierung am Wohl anderer bei sportlichen Aktivitäten besonders ausgeprägt. Damit kann eine Übertragung der in diesem Kontext erworbenen sozialen, emotionalen und moralischen Kompetenzen in andere Lebensbereiche nicht zwangsläufig vorausgesetzt werden. Deshalb stellen Aspekte des Alltagstrainers einen Kernpunkt in der Förderung der genannten Kompetenzen dar.

Welche Rolle hat der Trainer?

Trainer und Übungsleiter sind für Jugendliche wichtige Vertrauenspersonen, an deren Verhalten sich die jungen Sportler auch außerhalb des Sports orientieren. Damit beschränkt sich das Aufgabenfeld des Trainers oder Übungsleiters nicht auf den sportartspezifischen Inhalt von Trainingseinheiten, sondern umfasst ebenso die begleitende Persönlichkeitsentwicklung der Trainierenden. Der Trainer ist hierbei nicht nur als Verhaltensmodell und Vertrauensperson, sondern auch als aktiver Pädagoge gefordert. Die sportliche Betätigung allein macht den Spieler nicht zu einem fairen und toleranten Menschen. Weder im Sport noch im übrigen Leben. Faires Verhalten ist jedoch erlernbar und die einem fairen Verhalten zugrunde liegenden Fähigkeiten und Fertigkeiten können gefördert werden. Es muss vorgelebt, ausprobiert und eingeübt werden. Die häufig dominante Wettkampforientierung im Sport wird den Ansprüchen eines guten technisch-taktischen und fairen Spiels sowie eines hohen Gruppenzusammenhalts untergeordnet. Dabei steht die Leistung der Mannschaft und somit die Teilleistungen jedes einzelnen Spielers über dem spielerischen Erfolg der Mannschaft. Angeleitet durch geschulte Führungskräfte, die über ethisches Verantwortungsbewusstsein verfügen und gezielte Übungsformen einsetzen, soll faires und tolerantes Handeln trainiert werden und seine gewaltvorbeugende Kraft entfalten.

Was ist fairplayer.sport?

Ziel des von uns entwickelten Programms fairplayer.sport (Scheithauer, Hess & Pawlizki, 2009) ist es, vor einem entwicklungs- und sportwissenschaftlich fundierten Hintergrund, in spielerischer und bewegungsorientierter Form die sozialen, emotionalen und moralischen Kompetenzen von Jugendlichen zu stärken und neue soziale Fertigkeiten zu trainieren. Durch das Programm soll bei den Jugendlichen faires und prosoziales Verhalten gefördert und aggressiv-dissoziales Verhalten verhindert werden.

Das Programm richtet sich in erster Linie an Jugendliche im Alter von 11 bis 14 Jahren und deren Trainer in Sportvereinen und Sportgruppen. Die Altersspanne der Frühadoleszenz – also die Transition von Kindheit zur Jugend – stellt in biologischer, psychosozialer und emotionaler Hinsicht eine wichtige Lebensphase dar, in der eine Weichenstellung für die spätere Anpassung erfolgt. Das Programm ist gedacht für Mädchen und Jungen, die im Breitensport aktiv sind und eine Mannschaftssportart betreiben. Die einzelnen Elemente des Programms berücksichtigen den Entwicklungsstand der Jugendlichen und bauen aufeinander auf. Es thematisiert zudem Geschlechterunterschiede.

fairplayer.sport verfolgt als primärpräventives Programm einen universellen Ansatz. Besondere Problemlagen in einer Mannschaft können aber durch die Akzentuierung einzelner thematischer Blöcke mithilfe zusätzlicher Übungen berücksichtigt werden. Um die Nachhaltig-

keit des Programms zu sichern, wurden die Mannschaftstrainer in Vorgesprächen informiert und in den Programmablauf eingebunden. Der Trainer ist sowohl Vorbild als auch direkter Vermittler von fairem Verhalten. Wir sprechen dem Trainer damit eine aktivere Rolle im Rahmen der Förderung sozialer Kompetenzen zu als in anderen Präventionskonzepten im Bereich Sport.

Entwickelt und evaluiert wurde das Programm von Psychologen und Sportwissenschaftlern der Freien Universität Berlin, unterstützt durch eine Förderung der Jacobs Foundation. fairplayer.sport knüpft dabei am im Jugendbereich bereits erfolgreich umgesetzten Programm fairplayer.manual des Vereins fairplayer e.V. an (Scheithauer & Bull, 2008).

Wie sieht der Ablauf des Programms aus?

Die geschulten fairplayer.sport.teamer führen in verschiedenen Jugendmannschaften sinnhaft aufeinander abgestimmte, bewegungsorientierte Übungen und Spiele durch. Anhand dieser sportorientierten Übungen sollen die Jugendlichen Situationen, in denen faires Verhalten gefordert wird, spielerisch kennen lernen und ihre dort gemachten Erfahrungen reflektieren, diskutieren und ggf. ihr Verhalten ändern. Zudem werden im Rahmen des Programms aktiv Bezüge zu ähnlichen Situationen aus anderen Lebensbereichen hergestellt, um einen Alltagstransfer der erworbenen Kompetenzen zu erleichtern. Trainern bzw. Jugendleitern möchten wir Anregungen geben, wie sie in Konfliktsituationen mit den Jugendlichen besser agieren könnten, um die Auseinandersetzungen zum Wohle aller Beteiligten optimal zu lösen. Zugleich möchten wir Trainern mit Hilfe der einzelnen Bausteine unseres Programms die Möglichkeit geben, den Anforderungen der jeweiligen Trainingsgruppe entsprechend, aktiv und in spielerischer Form, moralische Sensibilität und soziale Kompetenz bei den Jugendlichen zu fördern.

Zum Einstieg in das Programm fairplayer.sport wird ein Rahmen geschaffen, der gewährleistet, dass alle Beteiligten eine Vorstellung davon erhalten, was unter fairem Verhalten zu verstehen ist (Gruppendiskussion mit Hilfe von Bildmaterialien), dass eine Verpflichtung zur Teilnahme am Programm eingegangen wird (Unterzeichnung eines Kontraktes), sowie dass gemeinsam erarbeitete übergreifende Regeln und Ziele vereinbart und sichtbar gemacht werden (Gruppendiskussion mit Visualisierung). Dem entwicklungspsychologisch fundierten Präventionsmodell entsprechend durchlaufen die Jugendlichen während des Programms nach dieser Einführungsphase mehrere aufeinander aufbauende thematische Schritte. Die sechs fairplayer.sport-Schritte befassen sich gemäß unseres vorab formulierten Wirkmodells inhaltlich mit den Themen Selbstkonzept, Emotionsregulation, Perspektivenübernahme, Empathie, Kooperation/Vertrauen sowie Moral/Fairplay. Die angewendeten Methoden kombinieren einschlägige Verfahren der Gewaltprävention mit gängigen Übungsformen aus der Trainingslehre. Es finden sich Methoden wie Rollenspiele und Gruppen- und Dilemmadiskussionen. Zu den bewegungsorientierten Elementen gehören strukturierte Spielsituationen zumeist auf kleineren Spielfeldern (Intensitätssteigerung bei außergewöhnlichen Regelvorgaben) oder das so genannte Kolonnentraining, bei dem die Spieler der Reihe nach eine bestimmte Trainingssituation (z.B. Hindernislauf) durchlaufen.

Für die Einführung und jeden der weiteren thematischen Schritte sind bei einer exemplarischen Durchführung des Programms zwei Trainingseinheiten vorgesehen. Einer Erweiterung der standardisierten Programmdurchführung und einer Verstetigung der Trainingsinhalte mit der wiederholten Durchführung einzelner Programmelemente steht aber nichts im Wege. Im Gegenteil ist zu erwarten, dass durch eine Verstetigung höhere Lerngewinne für die Jugend-

lichen resultieren. Allerdings sollte dabei die inhaltliche Sequenzierung und Grundstruktur des Programms berücksichtigt werden. Jede Trainingseinheit folgt dabei dem gleichen Ablaufschema, das eingehalten werden sollte: (1) *Begrüßung*: Rekapitulation der letzten Trainingseinheit, thematische Einführung in die aktuelle Einheit, Fokussierung auf die sozialen Anteile der Übungen; (2) *Partneraufwärmen*: gemäßigt Warmlaufen, Vorgabe von Leitfragen zur thematischen Einführung im Tandem, Anregung der teaminternen Kommunikation, Fokussierung der Aufmerksamkeit, Abschluss durch strukturierte Feedbackrunde; (3) *Einstiegs- und Hauptübung*: Bewegungsorientierte Übungen vermitteln in spielerischer Form Inhalte des jeweiligen thematischen Schrittes, meist Modifikation oder Erweiterung von in der Trainingslehre üblichen Übungsformen, (4) *Reflexion zum Thema und Feedbackrunde*: Erfahrungsaustausch, Vertiefung relevanter Inhalte, Lerneffekt erzielen.

Wirksamkeit des Programms

Vor der flächendeckenden Implementierung des Programms wurde eine Pilotstudie in drei Mannschaften eines Berliner Fußballvereins durchgeführt. Hier wurde das Programm in seiner ursprünglichen Form zum ersten Mal durchgeführt. Außerdem wurden die Evaluationsinstrumente für ihren Einsatz in der Hauptevaluation getestet. Nach den erforderlichen Modifikationen wurde das Programm fairplayer.sport von geschulten fairplayer.sport.teamern und/oder den Mannschaftstrainern mit den Jugendlichen in 14 Mannschaften aus 14 Berliner Fußballvereinen durchgeführt. Für die Mannschaftstrainer wurde vorbereitend auf die Programmdurchführung Vorgespräche angeboten und durchgeführt. Angestrebt wurde eine enge Kooperation zwischen Teamern und Trainern sowie zwischen Jugendlichen und Erwachsenen, denn Grundhaltung während des Programms ist eine partizipative, d.h. insbesondere die Jugendlichen werden dazu aufgefordert, Verantwortung zu übernehmen und zum Gelingen des Teams beizutragen. Zur Qualitätssicherung und im Rahmen der formativen Evaluation des Programms fanden in regelmäßigen Abständen begleitende Supervisionssitzungen für die Teamer statt. Zudem wurde kontinuierlich die Implementierungsqualität des Programms anhand standardisierter Rückmeldebögen für die Teamer kontrolliert. Die fairplayer.sport-Trainingseinheiten fanden einmal wöchentlich im Rahmen der gewöhnlichen Trainingsstunden auf dem Fußballplatz statt. Jede Einheit dauert 50-60 Minuten. Dabei ist anzumerken, dass durch ungünstige Witterungsbedingungen, Nachholspiele, etc. zahlreiche Trainingseinheiten in den Vereinen ausfielen, so dass ein wöchentlicher fairplayer.sport-Trainingsturnus nicht eingehalten werden konnte.

Das Programm wurde im Rahmen eines Warte-Kontrollgruppendesigns evaluiert (mit Laufzeit der Studie bis Oktober 2009), die Ergebnisse liegen aber zum derzeitigen Zeitpunkt noch nicht vollständig vor. An der Evaluationsstudie nahmen insgesamt 14 Berliner Jugendmannschaften aus 14 Vereinen teil. Sieben Mannschaften (ca. 80 Jugendliche) wurden der Interventions- und 7 Mannschaften der Warte-Kontroll-Gruppe (ca. 70 Jugendliche) zugeteilt. Es erfolgten Prä-, Post- und Follow-up-Messungen in beiden Gruppen im Abstand von etwa 3 Monaten. Die Evaluation verfolgt einen multiperspektivischen und multimethodalen Ansatz. Es wurden standardisierte Fragebögen für die Jugendlichen und die Trainer zur Erhebung von Selbst-, Fremdeinschätzungen der Jugendlichen und Trainer sowie von Peernominierungen eingesetzt. Ebenso wurden strukturelle Merkmale der Vereine (Größe, Wettbewerbsorientierung, soziale Lage, etc.) erfasst. Zusätzlich wurden in ausgewählten Gruppen Verhaltensbeobachtungen und standardisierte Tests in einer Laborsituation durchgeführt.

Fakten

- fairplayer.sport ist ein Präventionsprogramm zur Förderung sozialer, emotionaler und moralischer Kompetenzen bei Jugendlichen (11-14 Jahre) im Breitensport (Mannschaftssportarten)
- eine Umsetzung des Programms im Schulsport oder im Rahmen anderer Sportsettings erscheint ebenso möglich
- das Programm wurde von Sportwissenschaftlern und Entwicklungspsychologen entwickelt
- das Programm kann – nach einer Schulung – durch Trainer, auch unterstützt durch fairplayer.sport.teamer, im Laufe des Sportjahres umgesetzt werden
- neben dem manualisierten und strukturierten Programm fairplayer.sport, liegen konzipierte Fortbildungen für Trainer, FSJler etc. vor (fairplayer.sport.fortbildung) sowie Wochenendseminare (fairplayer.sport.seminar)
- fairplayer.sport wurde im Rahmen einer Längsschnittstudie auf die Wirksamkeit und Durchführbarkeit hin erfolgreich evaluiert
- nach einmaligem Durchlaufen des Programms und der Fortbildungen sollen die Methoden und Maßnahmen in der Arbeit mit den Jugendlichen verstetigt werden und somit dauerhaft zur positiven Veränderung in der Jugendarbeit beitragen
- Ziel des Programms ist eine dauerhafte und damit nachhaltige Förderung sozialer, emotionaler und moralischer Kompetenzen sowie die dauerhafte und damit nachhaltige Förderung wichtiger Kompetenzen auf Seiten der Sporttrainer

Kontakt

Informationen über die Aktivitäten von fairplayer e.V. sind im Internet verfügbar (www.fairplayer.de). Kontakt kann zudem über die Adresse info@fairplayer.de aufgenommen werden.

Prof. Dr. Herbert Scheithauer
Arbeitsbereich Entwicklungswissenschaft & Angewandte Entwicklungspsychologie
Fachbereich Erziehungswissenschaft und Psychologie
Wissenschaftsbereich Psychologie, Pf 19
Freie Universität Berlin
Habelschwerdter Allee 45
D-14195 Berlin
Mail: hscheit@zedat.fu-berlin.de
Web: <http://www.fairplayer-sport.de>
<http://www.ewi-psy.fu-berlin.de/einrichtungen/arbeitsbereiche/entwicklungswissenschaft/index.html>



Literaturangaben

- Petermann, F., Niebank, K. & Scheithauer, H. (2004). *Entwicklungswissenschaft: Entwicklungspsychologie – Genetik - Neuropsychologie*. Berlin: Springer.
- Scheithauer, H. & Bull, H.D. (2008). *fairplayer.manual: Förderung von sozialen Kompetenzen und Zivilcourage - Prävention von Bullying und Schulgewalt*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht. (Mit einem Geleitwort von Wolfgang Edelstein).
- Scheithauer, H., Hess, M. & Pawlizki, C. (2009). *fairplayer.sport.trainerheft - Soziale Kompetenzen spielerisch fördern*. Berlin: Freie Universität Berlin, Arbeitsbereich Entwicklungswissenschaft und Angewandte Entwicklungspsychologie.