TRAINERLEITBILD

Ein Trainerleitbild für das Para Schwimmen muss die Doppelanforderung der Sportart abbilden: fachlich-methodische Exzellenz im leistungssportlichen Training bei gleichzeitiger Sensibilität für die individuellen medizinischen, psychosozialen und klassifizierungsbezogenen Voraussetzungen jede*r Athlet*in. Es orientiert sich an den gemeinsamen Werten des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS) und des Deutschen Schwimm-Verbandes (DSV), die im Rahmen einer formalen Kooperationsvereinbarung eng zusammenarbeiten und sich zu Fairness, Chancengleichheit, Vielfalt und einem diskriminierungsfreien, wertschätzenden Trainingsumfeld bekennen (DSV, o. J.; DBS & DSV, 2025). Ein aktuelles systematisches Review zu Einflussfaktoren der Trainer-Athlet-Beziehung im Parasport identifiziert dazu drei Kompetenzdomänen: professionelle Kompetenz (Fachwissen, Methodik, Anpassungsfähigkeit), interpersonelle Kompetenz (Kommunikation, Vertrauen, individuelle Passung) und intrapersonelle Kompetenz (Selbstreflexion, Empathie, Belastbarkeit) (Liu et al., 2024). Ergänzend zeigt aktuelle Forschung, dass Trainer*innen im Parasport zudem eine aktive Rolle im Klassifizierungsprozess der Athlet*innen einnehmen und entsprechendes Regelwissen benötigen (Birchall et al., 2024).

Für das Para Schwimmen lassen sich diese drei Kompetenzdomänen in fünf konkrete Rollenprofile der Trainerin bzw. des Trainers ausdifferenzieren:

• Pädagogin/Pädagoge und Förderin/Förderer: individuelle Anpassung von Technik, Taktik und Kondition an Bedürfnisse, Fähigkeiten, Ziele und Beeinträchtigungsart jede*r Athlet*in (professionelle Kompetenz)

• Motivator und Vertrauensperson: wertschätzende, respektvolle und motivierende Grundhaltung, die Selbstbestimmung und Eigenverantwortung stärkt (interpersonelle Kompetenz)

• Fachkraft mit Fortbildungsbereitschaft: kontinuierliche Weiterqualifizierung in Klassifizierung, aquatischer Biomechanik, Sportpsychologie und Inklusionspädagogik (professionelle Kompetenz)

• Teamplayer: enge interdisziplinäre Zusammenarbeit mit Physiotherapie, Klassifizierer*innen, Betreuungspersonal und Angehörigen (interpersonelle Kompetenz)

• Vorbild für Inklusion: aktives Eintreten für Diversität, Fairness und ein diskriminierungsfreies Sportumfeld – eine Haltung, die DBS und DSV in ihren Grundsatzdokumenten gleichermaßen einfordern (intrapersonelle und interpersonelle Kompetenz) (DBS, o. J.)

Das deutsche Ausbildungssystem für den Behindertensport ist im modularen Lizenzsystem des Deutschen Behindertensportverbandes (Übungsleiter/Trainer der Lizenzstufen C, B und A) verankert und zielt auf sozial-kommunikative, fachliche, methodische und strategische Handlungskompetenz (DBS, 2023). Es ist eng mit dem DSV verzahnt: Trainerlizenzen werden bislang im DSV absolviert, und der DBS hat seit 2023 zusätzliche, auf den Parasport zugeschnittene Ausbildungsformate etabliert – darunter die rund 160 Unterrichtseinheiten umfassende A-Trainer-Ausbildung Para Sport –, um Trainer*innen gezielt auf die spezifischen Anforderungen des Parasports vorzubereiten (DBS & DSV, 2025). Dieses System bildet den formalen Ausbildungsrahmen; das vorliegende Trainerleitbild konkretisiert ihn für das Para Schwimmen entlang der Trainingsphasen des Nachwuchsleistungssports:

Tabelle 2: Trainerrolle und Coaching-Schwerpunkte nach Trainingsphase

Trainingsphase	Coaching-Schwerpunkt	Mentale & soziale Aspekte	Coaching-Besonderheiten
Nachwuchstraining (ca. 8–13 Jahre)	– Wassergewöhnung und Grundtechnik – Freude und intrinsische Motivation – Vielfalt vor Frühspezialisierung	– Aufbau von Selbstwertgefühl – Förderung von Inklusion in der Trainingsgruppe – spielerischer Umgang mit der eigenen Beeinträchtigung	– hohe Geduld und kreative Vermittlungswege – aktive Einbindung der Eltern – Sichtung und Talentdiagnostik
Aufbautraining (ca. 14–17 Jahre)	– systematischer Technikausbau und Athletik – Entwicklung einer Trainingsstruktur – Vorbereitung auf die Klassifizierung	– Stärkung des Selbstvertrauens – Umgang mit Pubertät und Identitätsentwicklung – erste nationale Wettkampfteilnahmen	– individuell angepasste Zielgespräche – auf die Beeinträchtigung abgestimmtes Technikcoaching – Erhalt der Trainingsmotivation
Anschlusstraining (ca. 17–20 Jahre)	– Spezialisierung auf Strecke und Lage – gezielte Belastungssteuerung – nationale und internationale Wettkämpfe	– Stärkung der Eigenverantwortung – Umgang mit Leistungsdruck – Entscheidung für den Leistungssportweg	– differenzierte Leistungsdiagnostik – Teamcoaching – enge Zusammenarbeit mit den Verbänden
Hochleistungstraining (ab 20 Jahre)	– Optimierung der Höchstleistung – Periodisierung und Tapering – Steuerung über Paralympiadezyklen	– Umgang mit Medien, Erwartungsdruck und Sponsoring – Karriereplanung – Prävention mentaler Erschöpfung	– interdisziplinäres Betreuungsteam – höchstes Maß an Individualisierung – mentales Coaching und Visualisierung

Phasenübergreifend gelten für das Leitbild: wissenschaftsbasiertes Handeln entsprechend der Konzeption zur wissenschaftlichen Unterstützungsleistung, eine athletenzentrierte Grundhaltung, die individuelle Beeinträchtigung und Leistungsanspruch gleichermaßen ernst nimmt, sowie eine Vorbildfunktion für Fairness, Chancengleichheit und Respekt im Sinne der gemeinsamen DBS-DSV-Wertebasis. Da sich Klassifizierungsregeln, Trainingswissenschaft und internationale Wettkampfstandards im Para Schwimmen dynamisch weiterentwickeln – wie Kapitel 1.2 zeigt –, gehört die Bereitschaft zu kontinuierlicher Qualifizierung untrennbar zum Leitbild. Die para-sportspezifische Trainerforschung selbst gilt allerdings noch als vergleichsweise junges Feld mit deutlichem Ausbaubedarf (Bentzen et al., 2021).