

9.1 | HERKUNFT UND WERDEGANG DER TRAINER

Die Trainerschaft in der Para Leichtathletik ist bezüglich des Alters weit gestreut, reicht vom Studenten- bis zum Rentenalter. Hier mag die schnelle Stellenvermehrung aufgrund steigender öffentlicher Förderung eine Ursache spielen (s. o., Kap. 2). Anders als in stark formalisierten Berufen, in denen der eigenverantwortlichen Berufsausübung eine verbindliche Ausbildung und mehrstufige Prüfung vorausgeht (z. B. Handwerk, Medizin), können (angehende) Trainer zumeist schon auf erhebliche Erfahrungen im Handlungsfeld Sport zurückblicken, bevor sie eine entsprechende Ausbildung beginnen.

9.1.1 Erfahrungen im Tätigkeitsfeld

Ungeachtet des Alters war die Mehrzahl der Trainer zuvor selber leistungssportlich aktiv, sei es als Sportler ohne oder mit Behinderung. Als ältere Athleten bzw. als solche, die ihre eigenen leistungssportlichen Ambitionen abgeschlossen haben, sind sie nolens volens in eine Berateroder Assistentenrolle gelangt, haben daran Gefallen gefunden und möchten nun selbstständig eine Trainingsgruppe übernehmen.

- Sie haben eine Menge Erfahrungen im Handlungsfeld Leistungssport gesammelt
- Sie haben eine positiv-konstruktive Haltung zum Sport von Menschen mit Behinderung
- bzw. sie haben mögliche Vorbehalte verarbeitet und überwunden (vergl. Wegner, 2015)
- Sie möchten ihr Wissen an die „nächsten Generationen“ weitergeben
- Sie verfügen über ausreichend Zeit neben Beruf, Studium und familialen Pflichten

Oft ist der Übergang gleitend, noch selber leistungssportlich aktiv, nimmt man Teilbetreuungsaufgaben wahr, wenn z. B. der Trainer verhindert ist. So erprobt man sich in der neuen Rolle, findet möglicherweise Gefallen daran und wechselt allmählich in eine feste Betreuungsfunktion über. Doch müssen die angehenden Trainer – in der Regel ohne pädagogische und auch noch ohne sportfachliche Ausbildung – einen erheblichen Rollenwechsel vollziehen,

werden vom Betreuten zum Betreuer, vom Lernenden zum Lehrenden. Statt unverbindlichen Rat unter Aktiven zu geben, sollen sie nun eine Gruppe führen und dafür einen Kanon von Aufgaben, entsprechende Verhaltensweisen, ja Haltungen übernehmen. Trainer sollen:

- Ihre Führungsrolle erkennen, annehmen und ggf. auch durchsetzen
- Vorbild sein, Regeln und Normen des Sports vorleben
- Eine gesunde Mischung aus Nähe und Distanz entwickeln

- Angemessene Trainings- und Wettkampfaufgaben formulieren gemäß der individuellen Ausprägung der Behinderung
- Bei deren Umsetzung hartnäckig, zugleich gewährend bzw. geduldig sein
- Die Individualität der Athleten erkennen und fördern
- Die Besonderheiten der einzelnen Startklassen/Behinderungen kennen
- Sich an den Stärken bzw. Reserven der Sportler orientieren (mit ihren „Defiziten“ werden die Sportler schon anderswo genug konfrontiert)
- Aufmerksam und kommunikativ sein, konfliktlösend agieren
- Jedem Gruppenmitglied Wertschätzung und Respekt entgegenbringen
- Gruppenbildende und -erhaltende Maßnahmen initiieren und durchführen
- Vertrauen bilden, motivieren, aber auch trösten oder sich mitfreuen (vergl. Richarz, 2018; Baumann, Dierauer & Meyer-Heim, 2018)

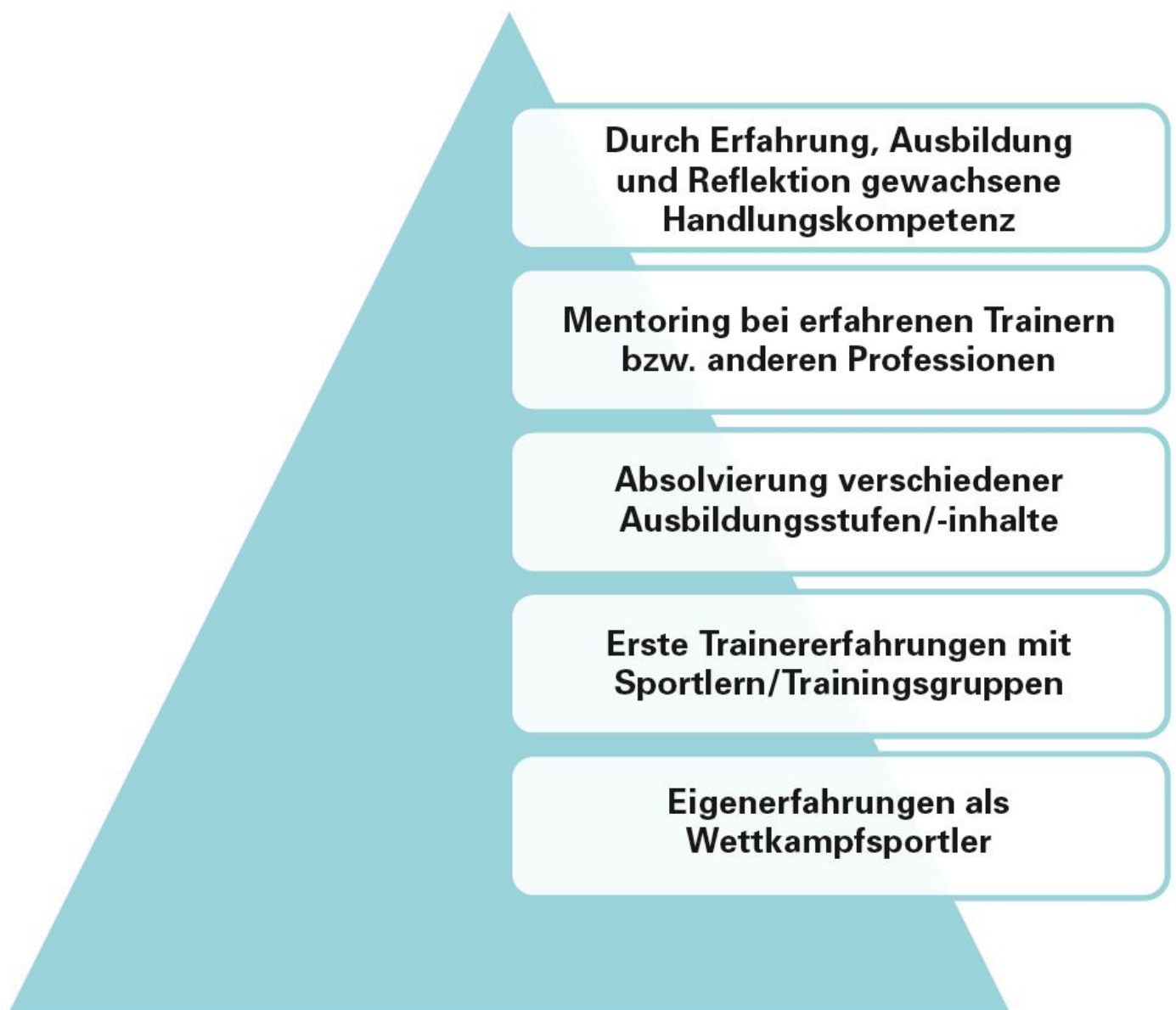


Abb. 9.1 Stufen trainerischer Kompetenz vom Athleten zum erfahrenen Trainer

Je nach Vorerfahrung bringen die angehenden Trainer unterschiedliche Kompetenzen in das Training mit Para Athleten ein:

- Junge Trainer, die selbst noch leistungssportlich aktiv, gar erfolgreich sind, können ihre sportmotorischen Fähigkeiten bzw. ihr Wissen darüber im Umgang mit ihren Sportlern einsetzen und damit eine unmittelbare Vorbildrolle einnehmen.
- Trainer mit erfolgreicher Leistungssportkarriere leiten ihr Training z. T. aus ihren früheren Erfolgsrezepten ab, wirken dadurch authentisch und gewinnen Autorität.
- Trainer, die schon einzelne Athleten trainiert und zu Erfolgen geführt haben, können bei ihrem künftigen Training auf diese Erfahrungen zurückgreifen, ohne dass sie solche Einzelerfahrungen überschätzen bzw. unreflektiert auf künftige Athleten übertragen (Abb. 9.1, vergl. auch Goldmann & Killing, 2021).

Wer weder über Eigenerfahrungen noch trainerische Erfolge verfügt bzw. bei dem der eigene leistungssportliche Hintergrund altersbedingt allmählich verblasst, muss seine Kompetenz und Autorität auf andere Weise, nicht zuletzt durch eine Ausbildung gewinnen.

9.1.2 Traineraus- und Fortbildung

Die Mehrzahl der Trainer hat keine universitäre sportwissenschaftliche Ausbildung durchlaufen. Dann ist die Teilnahme an der verbandlichen Traineraus- und Fortbildung bzw. der Erwerb der Trainerlizenzen C, B und A ein wichtiger, die eigenen Erfahrungen ergänzender Baustein, um trainerische Kompetenz zu gewinnen. In der Ausbildung werden systematisch Informationen über Technik, Training und Wettkampf, medizinisch-therapeutische Hintergründe der einzelnen Startklassen/Behinderungsarten, erforderliche Heil- und Hilfsmittel, Trainings- und Wettkampfgeräte, richtiges Trainerverhalten, verbandliche Abläufe und Strukturen gegeben, nicht zuletzt Kontakte zu Trainern anderer Vereine und den Lehrkräften geknüpft. Man kann bezüglich der

verbandlichen Ausbildung von einem „dualen Ausbildungskonzept“ sprechen, da die Ausbildung tätigkeitsbegleitend verläuft. Nach dem Erwerb der ersten Trainer-Lizenz (C-Trainer) sollte der Trainer zumindest zwei Jahre das erworbene Know-how in der Vereinsarbeit anwenden, bevor er die nächste Lizenz (B-Trainer) erwirbt usw. Die Trainer-Lizenzstufen sind bestimmten Alters- bzw. Leistungsstufen zugeordnet (Abb. 9.2), der C-Trainer für das Grundlagen-, der B-Trainer für das Aufbau- und der A-Trainer für das Hochleistungstraining, so dass der Trainer mit seinen Athleten „mitwachsen“ und mit jeder weiteren Ausbildung sein Know-how dem steigenden Leistungsniveau seiner Athleten anpassen kann.

Neben der eigenen Ausbildung erkennt der DBS auch die Lizenzen der Fachverbände wie des

Deutschen Leichtathletik-Verbandes an, wobei allerdings nicht auf die Besonderheiten des Sports von Menschen mit Behinderung eingegangen wird. Durch regelmäßige Fortbildungen kann/muss einerseits die Lizenz verlängert, andererseits die Ausbildung ergänzt und um aktuelle Inhalte erweitert werden. Hier kann beispielsweise das Wissen über einzelne Formen der Behinderung vertieft oder über neue technische Entwicklungen informiert werden.

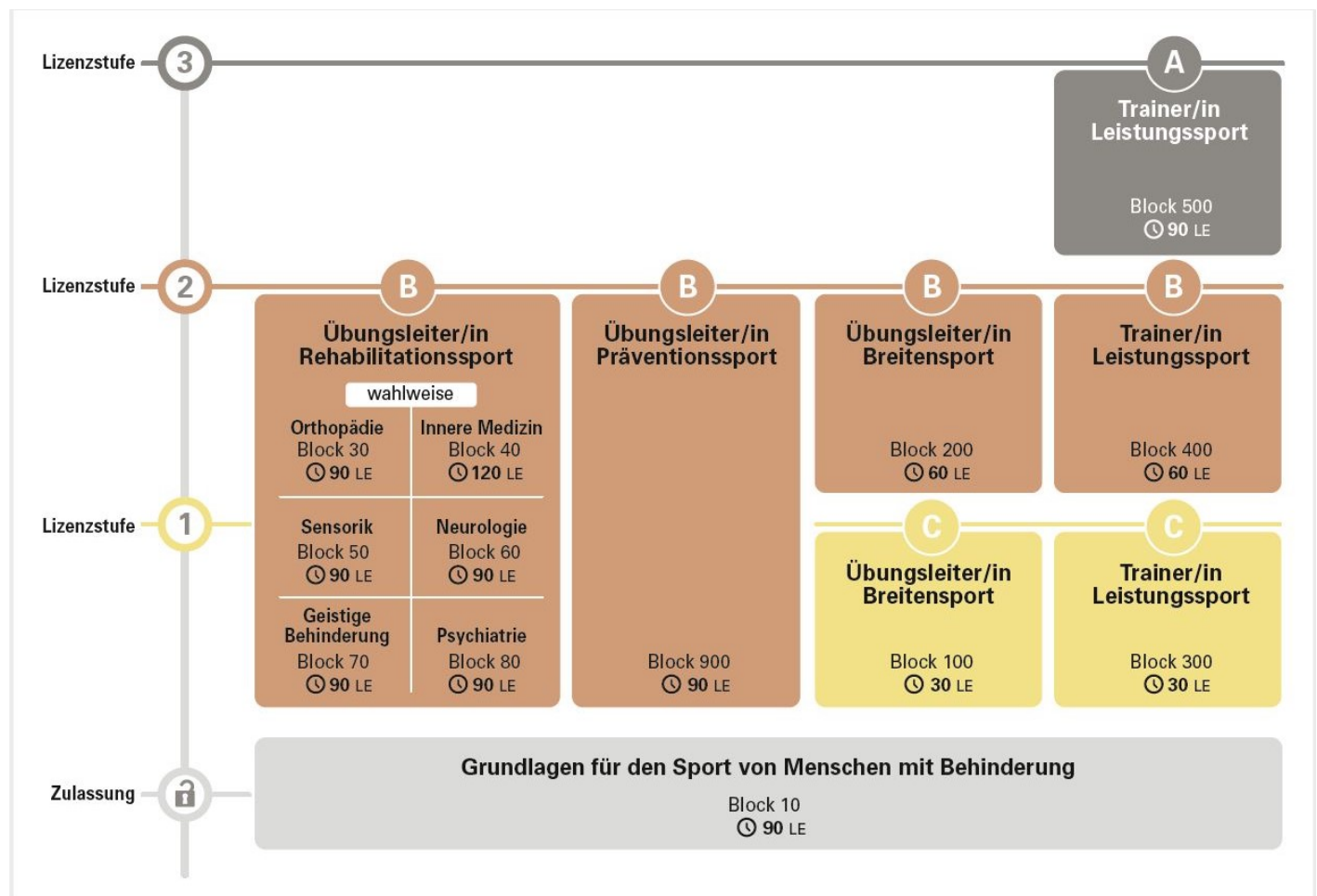


Abb. 9.2 Das Trainerausbildungssystem des DBS (Stand: 2023)



Abb. 9.3 Der Trainer hat eine Führungsrolle für seine Athleten

9.1.3 Mentoring und Hospitationen

Neben Aus- und Fortbildung (en) ist für angehende Trainer das Vorbild erfahrener und erfolgreicher Trainer prägend. Damit werden die eigenen Erfahrungen als Athleten und die theoretischen Erkenntnisse der Ausbildung komplettiert. Im Idealfall können erfahrene Trainer als Mentoren gewonnen werden, die ihren jungen Kollegen nicht nur als Vorbild oder Vorlage (Role-Model) dienen, sondern ihnen die Möglichkeit zur Hospitation und Mitwirkung in ihrer Trainingsgruppe einräumen, eventuell den jungen Trainern auch ein Feedback für ihre trainerische Tätigkeit geben. In der Wechselwirkung von eigenen Erfahrungen, Ausbildung und geleiteten Einblicken in vorbildliches Training kann sich der angehende Trainer weiterentwickeln, sein eigenes Verhalten reflektieren und schließlich einen eigenen Stil, eine „Trainerhandschrift“ gemäß seiner Persönlichkeit ausprägen (Richarz, 2018, 137).