

QuATraS – Wissenstransfer im Topsport

25. Darmstädter Sport-Forum – Professor Frank Hänsel beschließt die Reihe mit einem Forschungsprojekt an der TUD.

VON HANS-PETER SEUBERT

Das Finale beim 25. Darmstädter Sport-Forum widmete der Dirigent der jüngsten Reihe, Professor Frank Hänsel, einer Studie des Instituts für Sportwissenschaft der TU Darmstadt. Damit leistete auch der vierte Professor des Instituts im Jubiläumsjahr seinen inhaltlichen Beitrag zur fünfteiligen Reihe, die am Montagabend endete.

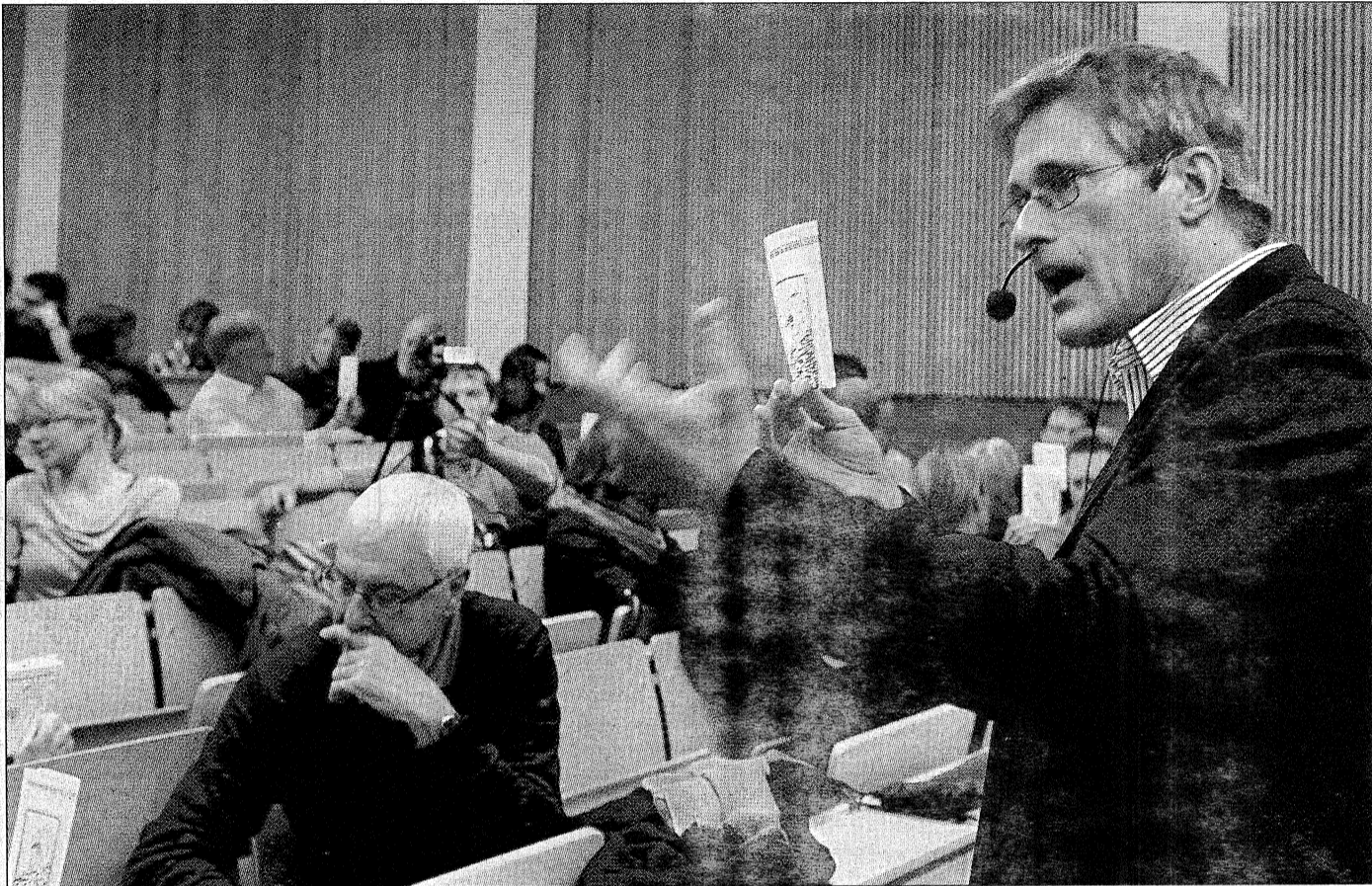
Der Sportpsychologe, seit 2005 in Darmstadt tätig, diskutierte eine Studie zur Trainings- und Wettkampfqualität – Baustein der TU Darmstadt zu einem wissenschaftlichen Verbundsystem im Leistungssport (WVL). „Durch Forschungsprojekte versuchen wir Wettbewerbsvorteile zu erreichen.“ Eingebunden sind alle Träger und Geldgeber des deutschen Hochleistungssystems sowie die Sportwissenschaft.

Es geht um Wissenstransfer, Trainingsgüte und Qualitätsmanagement. Das TUD-Projekt firmiert unter „QuATraS“ und stellt Optimierung und Gestaltung der Athlet-Trainer-Beziehung in den Mittelpunkt sowie psychosoziale Einflussfaktoren. Ideen kurieren viele in der Sportwissenschaft, doch im Zusammenspiel hapert es auch hier. Hänsel: „Jede Disziplin ist Herr im eigenen Haus.“

Aussagen aus zehn ausgewählten Sportarten

Vier Jahre (2008 bis 2012) erhebt die zehnköpfige Arbeitsgruppe unter Leitung von Frank Hänsel, unterstützt von Mitarbeitern und Studierenden, am Institut disziplinenübergreifend Daten und Aussagen von Athleten aus zehn ausgewählten Sportarten. Darunter sind Leichtathletik, Turnen, Volleyball und Skisport ebenso wie Triathlon, Judo und Fechten.

Am Ende der Studie sollen neben der Optimierung von Wissen und Qualität zur Trainingssteuerung bei Athleten und Trainern, auch die Verbesserung des Zusammenspiels, ein elektronisches Diagnose-Werkzeug für Trainer zur Qualitätsüberprüfung sowie Lehr- und Lernmodule für die Aus- und Fortbildung stehen. „Wir sind mitten in



Sportpsychologe Frank Hänsel beschloss am Montagabend den Reigen der Vorträge beim 25. Darmstädter Sport-Forum. FOTO: CLAUS VÖLKER

der Mache“, verstand Hänsel seine Zwischenanalyse als Werkstatt-Bericht.

Eine erste Erkenntnis lautet: „Sei flexibel, den richtigen Führungsstil gibt es nicht. Ein guter Trainer kann verschiedene Führungsstile formen.“ Im Optimierungsprozess geht es um sensible Individualisierung, zugleich aber auch klare Ansagen. Am Ende wartet die schwierige Implementierung (Einpflanzung) der Erkenntnisse in die Fachverbände. Ein Feld, das bisher große Defizite und Reibungsverluste offenbart und in der konservativen deutschen Verbandsstruktur schwer zu beackern sein

dürfte. Eine zentrale Rolle bei diesem wissenschaftlichen Ansatz, an der Wurzel, im Binnenklima Trainer – Athlet, spielen neben der Sichtweise die Bewertung und der Qualitätsbegriff. Der situative Führungsstil hat die Person, Aufgabe und Rahmenbedingungen im Blick.

Die Studie setzt auf den besonderen Lernprozess bei kritischen Ereignissen. Schlüsselerlebnisse, die Athlet und Trainer gleichermaßen voranbringen. Hänsel: „Die können positiv und negativ sein. Der Moment der Entscheidung, der Schmetterlingsschlag, der Katastrophen auslöst.“ Selbst die Wechselwir-

kung zwischen mündigen Athleten und autoritären Trainern kann durchaus erfolgreich sein.

Erfolge helfen ebenso wie Enttäuschungen. „Krisen können ja wachstumsfördernd sein. Selbst der Tod des Vaters.“

Trainer nannte Hänsel „Experten in natürlichen Entscheidungssituationen“. Ihre Stärken liegen in der intensiven Bewertung, spätem und bewusstem Handeln, in der Überwachung, in Lösungsangeboten und Entscheidungen. Selbstüberschätzung, Fixierung auf bestimmte Wege sowie Probleme im Zusammenspiel mit Anfängern schmälern deren Kompetenz.

Als Problem bei der Daten-Erhebung erweist sich die subjektive Sichtweise (Wahrnehmung). Der Sportwissenschaftler schilderte das Dilemma am Beispiel der Volkskrankheit Rückenschmerzen. „Das Problem ist, es ist total falsch.“ 98 Prozent der Krankheitsempfindungen rühren von keinen schwerwiegenden, lediglich zwei Prozent von schwerwiegenden Ursachen her. 80 Prozent der Deutschen klagen einmal im Leben,

etwa 40 Prozent einmal im Jahr über Schmerzen. Diese werden als chronisch oder schlimme Verletzung wahrgenommen, die Schonung oder ärztliche Hilfe verlangen. Der Sportpsychologe weiß: „Rückenschmerzen sind in der Regel kein Indiz für eine schwere Erkrankung. Subjektive Theorien sind vielfach richtig, aber manchmal können sie auch in die falsche Richtung führen.“

Erkenntnisse und Erfolgskontrolle

Gleiches gilt für die Wahrnehmung von Qualität. „Das ist erst mal ein leerer Begriff, der gefüllt werden muss.“ Hier spielen Perspektive und Rahmenbedingungen für den Athleten hinein. „Es ist unglaublich schwer zu systematisieren.“ Was die Sportwissenschaftler der TU Darmstadt und ihren Projekt-Stab nicht entmutigt, aus über 5000 Aussagen in einer Datenbank, einen roten Faden und Erkenntnisse zur Leistungssteigerung und Erfolgskontrolle herauszufiltern. Professor Frank Hänsel: „2012 wissen wir mehr.“

EINBLICKE IN DIE FORSCHUNGSARBEIT DER TUD

2011 ist das 26. Sport-Forum geplant

Das 25. Darmstädter Sport-Forum stellte 2010 die Arbeit des Instituts für Sportwissenschaft der TU Darmstadt in den Mittelpunkt. Neben dem Grundsatzreferat von Professor Helmut Digel (Uni Tübingen), dem Begründer der fünfteiligen Vortragsreihe, gaben die vier Professoren am Insti-

tut einen Einblick in Forschungsarbeit, Studien und Projekte in der Sportsoziologie, -pädagogik, -informatik und -psychologie, aber auch im disziplinen-übergreifenden Zusammenspiel. Die Reihe, die wieder lebhaftes Echo fand, soll im November 2011 die 26. Auflage erfahren. hps

Anzeige

Echo 1. Dezember 2010

Vortrag: 29.11.2010