

Masterarbeit im Rahmen des
Masters of Advanced Studies ZFH
in Berufs-, Studien-, und Laufbahnberatung

**Berufs-, Studien-, und Laufbahnberatung
im Leistungssport**
Erarbeitung eines Leitfadens

Eingereicht dem

IAP Institut für Angewandte Psychologie,
Departement Angewandte Psychologie ZHAW

von

Daniela Torre

am 11. Dezember 2017

Referent: Prof. Dr. Marc Schreiber

„Diese Arbeit wurde im Rahmen der Ausbildung an der ZHAW, IAP Institut für Angewandte Psychologie, Zürich verfasst. Eine Publikation bedarf der vorgängigen schriftlichen Bewilligung des IAP“.

Management Summary

Mit dieser Arbeit wird für Swiss Olympic ein Leitfaden für die Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung (BSLB) im Leistungssport erarbeitet.

Hierfür werden Theorien über Athletenentwicklung, Berufswahl und Laufbahn erläutert sowie die Situation von Schweizer Leistungssportlern zum Ende ihrer Karriere dargestellt. Weiter wird ein Überblick über die Beratungs- und Informationsangebote der BSLB im Leistungssport gegeben und das Berner Beratungsmodell als Raster für diesen Leitfaden vorgestellt. Anhand von Experteninterviews werden die zentralen Aspekte für die Beratung von Leistungssportlern identifiziert.

Aus den Erkenntnissen der Theorie und der Interviews wird, in Anlehnung an die Module des Berner Beratungsmodells, ein erster Entwurf des Leitfadens formuliert. Er zeigt die Besonderheiten in der Beratung von Leistungssportlern vor und während des Beratungsprozesses auf. Weiter enthält er Qualitätsstandards sowie Verweise auf spezifisches Unterstützungsmaterial.

Vorwort

Über 20 Beratende sind im Netzwerk von Swiss Olympic im Bereich der Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung (BSLB) für Leistungssportler tätig. Sie alle, sowie Eltern, Vereine, Verbände, Schulen, Kantone, Arbeitgeber und viele mehr, engagieren sich für den Leistungssport in der Schweiz. Alle verfolgen dasselbe Ziel: Sie wollen für die Talente möglichst optimale Bedingungen schaffen und sie gut begleiten, damit diese ihre Ziele verwirklichen können. Als Mitarbeiterin von Swiss Olympic, die einerseits selber Leistungssportler berät aber auch das Netzwerk der Beratungspersonen betreut, ist es mir ein Anliegen, die Berater zu unterstützen und die Brücke zwischen dem Sport und der BSLB zu schlagen. Während meiner Weiterbildung am IAP für den Master of Advanced Studies in Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung habe ich viele wertvolle Informationen erhalten und konnte mich intensiv mit meinen Kommilitonen austauschen. Daraus ist der Wunsch entstanden die Besonderheiten in der Beratung von Leistungssportlern sichtbar und für andere Beratungspersonen zugänglich zu machen. An dieser Stelle bedanke ich mich ganz herzlich bei meinem Arbeit- und Auftraggeber, der Abteilung Sport von Swiss Olympic, dass er mich in diesem Vorhaben unterstützt hat und ich den Leitfaden für die BSLB im Leistungssport im Rahmen dieser Masterarbeit realisieren konnte.

Zum Gelingen dieser Arbeit haben viele verschiedene Menschen beigetragen. Mein besonderer Dank gilt den sechs Interviewpartnern für ihre Zeit und ihre wertvollen Inputs, Prof. Dr. Marc Schreiber für seine moralische und inhaltliche Unterstützung, sowie meiner Familie, die mich während der Ausbildung oft entbehren musste und mich dennoch immerzu unterstützt und motiviert hat. Weiter bedanke ich mich bei all den Menschen, mit denen ich mich über die Arbeit ausgetauscht habe und die mich mit ihren Gedanken inspiriert haben.

Zur besseren Lesefreundlichkeit wurde durchgängig die männliche Schreibweise gewählt. Es sind selbstverständlich immer beide Geschlechter gemeint.

Daniela Torre, im Dezember 2017

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung und Fragestellung	1
1.1 Fragestellung und Zielsetzung	2
1.2 Aufbau der Arbeit	2
2 Theoretische und wissenschaftsbasierte Fundierung	3
2.1 Begriffsdefinition Leistungssport und Leistungssportler	3
2.2 Organisation Swiss Olympic	4
2.3 Athletenentwicklung	5
2.3.1 FTEM Schweiz – Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung...5	
2.3.2 Karriere-Übergänge	7
2.3.3 Situation bei Karriereende in der Schweiz.....	10
2.4 Berufs-, Studien-, und Laufbahnberatung im Leistungssport	13
2.4.1 Beratungsangebot im Leistungssport	13
2.4.2 Informationsmaterial für die Beratung im Leistungssport	14
2.5 Laufbahntheorien und Berufswahlbereitschaft	17
2.5.1 Career Construction Theory	17
2.5.2 Karriere-Ressourcen.....	19
2.5.3 Berufswahlbereitschaft von Fussballtalenten	20
2.6 Das Berner Beratungsmodell	21
3 Methode	24
3.1 Erhebungsmethode Experteninterviews	24
3.2 Stichprobe	25
3.3 Methodisches Vorgehen	26
3.3.1 Entwicklung der Interviewleitfäden	26
3.3.2 Interviewdurchführung und Aufzeichnung	27
3.4 Datenaufbereitung und Auswertung	27
4 Ergebnisse der Experteninterviews	28
4.1 Beratungsprozess	28
4.2 Faktoren Sport	31
4.3 Faktoren Individuum	32
4.4 Faktoren Bildung	33
4.5 Spezifisches Berufsberatung	34
4.6 Spezifisches Studienberatung	35
4.7 Spezifisches Laufbahnberatung	36
4.8 Zusammenarbeit mit Institutionen/Vereinen	36
4.9 Rat an Beratungspersonen	36
4.10 Bedürfnisse/Wünsche Experten BSLB	37
4.11 Bedürfnisse/Wünsche Experten Sport	37

5	Diskussion.....	38
5.1	Leitfaden-Struktur	38
5.2	Beratungsprozess	39
5.3	Faktoren Sport.....	42
5.4	Faktoren Individuum.....	44
5.5	Faktoren Bildung.....	44
5.6	Spezifisches Berufsberatung.....	45
5.7	Spezifisches Studienberatung.....	46
5.8	Spezifisches Laufbahnberatung	46
5.9	Zusammenarbeit mit Institutionen/Vereinen	47
5.10	Rat an Beratungspersonen	47
5.11	Bedürfnisse/Wünsche Experten BSLB	48
5.12	Bedürfnisse/Wünsche Experten Sport.....	48
5.13	Evaluation	48
6	Reflexion und Ausblick.....	49
	Literaturverzeichnis	
	Anhang	

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1	Die zehn Phasen des FTEM Schweiz
Abbildung 2	The holistic athletic career model
Abbildung 3	Höchste abgeschlossene Ausbildung ehemaliger Leistungssportler bei Karriereende
Abbildung 4	Entwicklung des höchsten Ausbildungsniveaus zwischen Karriereende und Befragungszeitpunkt bei allen Sportlern
Abbildung 5	Entwicklung des höchsten Ausbildungsniveaus zwischen Karriereende und Befragungszeitpunkt bei Amateuren und Profis
Abbildung 6	Karriere-Ressourcen-Modell
Abbildung 7	Konzeptentwurf Berner Beratungsmodell
Abbildung 8	Das Berner Beratungsmodell Version A

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1	Vergleich FTEM Schweiz mit Modell Wylleman, Reints und de Knop
Tabelle 2	Relevante Faktoren für die Kombination von Leistungssport und Studium in Anlehnung an Swiss Olympic
Tabelle 3	Beratungsmodule mit Arbeitsblättern
Tabelle 4	Übersicht Experten

1 Einleitung und Fragestellung

(...) der Plan war also, Etappe um Etappe zurückzulegen und immer am Ende eines Abschnitts festzulegen, wohin die Reise als nächstes führen soll. Man kann sich ein grobes Raster über mehrere Jahre zu-rechtlegen, muss aber auch damit rechnen, ihn zwischendurch revi-dieren zu müssen, weil im Sport immer wieder Unvorhergesehenes passieren kann. Flexibilität ist also eine massgebende Vorausset-zung. Diego Benaglio (2016, zitiert nach Birrer, Herzog, Keller & Trunz, 2016, S. 73)

Die zunehmende Professionalisierung im Leistungssport führt dazu, dass Athleten ihr Umfeld in allen Bereichen optimieren müssen, um den Anforderungen gerecht wer-den zu können. Dazu gehört auch, dass sie ihre berufliche Laufbahnplanung den in-dividuellen Bedürfnissen und Anforderungen anpassen. Heutzutage sind sportliche Höchstleistungen in vielen Sportarten nur möglich, wenn eine Fokussierung auf den Spitzensport als hauptberufliche Tätigkeit erfolgt (Nagel & Conzelmann, 2006, S. 238).

Die Ethik-Charta des Schweizer Sports statuiert in ihrem Prinzip Nummer zwei fol-gendes: *„Sport und soziales Umfeld im Einklang. Die Anforderungen in Training und Wettkampf sind mit Ausbildung, Beruf und Familie vereinbar.“* (Swiss Olympic, 2016, S. 1). Auf der Grundlage dieser Charta pflegt Swiss Olympic ein Netzwerk an Bera-tungspersonen der Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung (BSLB), die sich auf die besonderen Bedürfnisse der Leistungssportler spezialisiert haben. Die beratenen Athleten sollen sich ganz auf den Sport konzentrieren können. Sie sollen gleichzeitig aber auch die Möglichkeit haben, ihre berufliche Laufbahn neben dem Sport aufzu-bauen, um am Ende ihrer Spitzensportkarriere bereit für den Arbeitsmarkt zu sein.

Obwohl Swiss Olympic einmal jährlich einen Austausch für die Beratungspersonen organisiert, gibt es aktuell kein gemeinsames Beratungsverständnis unter den Spezi-alisten. Jede Person arbeitet für sich alleine nach eigenen Leitlinien. Swiss Olympic

ist es ein Anliegen, dass die Personen im Netzwerk alle in ähnlicher Form arbeiten und die Qualität der Beratung in Bezug auf die speziellen Bedürfnisse des Leistungssports hoch ist. Dafür braucht es sowohl fundiertes Wissen aus der BSLB als auch aus dem Sport. Aus Sicht der Unternehmung kann dies unter anderem erreicht werden, wenn es einen ‚Leitfaden für die BSLB im Leistungssport‘ gibt, nach welchem die Beratungspersonen im Netzwerk arbeiten. Aufbauend auf diesen Leitfaden soll es Schulungen für die Personen im Netzwerk geben. Die Ziele des Leitfadens aus Sicht von Swiss Olympic sind folgende:

- Die Beratenden werden in ihrer Arbeit mit Leistungssportler unterstützt.
- Die Beratenden erhalten Informationen, wie sie den Beratungsprozess mit Sportlern gestalten können, damit diese sich in ihrer Rolle als Sportler verstanden fühlen.

Mit der Anwendung des Leitfadens sowie durch weitere Massnahmen sollen ausserdem folgende Ziele erreicht werden:

- Es gibt ein gemeinsames Verständnis für die Beratung von Leistungssportler.
- Die Nähe zum System Sport wird gewährleistet.

Swiss Olympic hat die Autorin als Mitarbeiterin der Unternehmung beauftragt, im Rahmen dieser Masterarbeit einen solchen Leitfaden zu entwickeln.

1.1 Fragestellung und Zielsetzung

Die Fragestellung dieser Arbeit lautet: Welches sind die zentralen Aspekte in der Beratung von Leistungssportlern? Das Ziel der Arbeit ist die Erarbeitung eines Leitfadens für die BSLB im Leistungssport.

Diese Masterarbeit legt den Fokus auf die Besonderheit in der Beratung von jugendlichen wie auch erwachsenen Leistungssportlern. Andere relevante Aspekte der BSLB werden nicht betrachtet.

1.2 Aufbau der Arbeit

Im ersten Teil der vorliegenden Arbeit werden die Begriffe Leistungssport und Leistungssportler definiert, dann folgt eine Übersicht der wichtigsten Theorien in Bezug auf die Fragestellung. Athletenentwicklungs-Modelle, Berufswahl- und Laufbahntheo-

rien werden erläutert sowie die Situation von Schweizer Leistungssportlern zum Zeitpunkt des Karriereendes dargestellt. Weiter wird eine Übersicht zu den Beratungs- und Informationsangeboten der BSLB im Leistungssport gegeben sowie das Berner Beratungsmodell als Raster für den Leitfaden vorgestellt.

Im Methodenteil erfolgt die qualitative Erhebung und Auswertung. Anhand von sechs Experteninterviews werden die zentralen Aspekte in der Beratung von Leistungssportlern identifiziert.

Aus den Erkenntnissen der Theorie und der Interviews wird, in Anlehnung an die Module des Berner Beratungsmodells, ein erster Entwurf des Leitfadens formuliert. Er zeigt die Besonderheiten in der Beratung von Leistungssportlern vor und während des Beratungsprozesses auf. Weiter enthält er Qualitätsstandards sowie den Verweis auf spezifisches Unterstützungsmaterial.

Zum Schluss der Arbeit wird der Erarbeitungsprozess reflektiert und zusätzlich ein Ausblick über die sich anschliessende Arbeit mit dem Leitfaden gegeben.

2 Theoretische und wissenschaftsbasierte Fundierung

In Kapitel 2 wird neben der Begriffsdefinition die Organisation Swiss Olympic vorgestellt. Ausserdem werden zwei Modelle der Athletenentwicklung beschrieben, das Angebot der BSLB skizziert und theoretische Grundlagen vermittelt. Abschliessend wird das Berner Beratungsmodell vorgestellt.

2.1 Begriffsdefinition Leistungssport und Leistungssportler

In der Literatur gibt es für den Begriff Leistungssport eine Vielzahl an Definitionen. In dieser Arbeit wird die Begriffsdefinition aus dem Leistungssportkonzept des Bundes verwendet

Der Begriff Leistungssport umfasst alle Stufen des leistungsorientierten Trainings vom Kindes- über das Jugendalter bis hin zu den Leistungsstufen im Erwachsenenalter. Er unterscheidet sich vom Breitensport durch die manifeste Ausrichtung auf Leistungsziele und den

Leistungsvergleich anlässlich von nationalen und internationalen Wettkämpfen. Der Leistungssport zeichnet sich zudem durch ein umfangreiches und gezieltes Training aus und verlangt ein leistungssportfreundliches Trainingsumfeld um Sport, Schule, Beruf und Familie optimal aufeinander abzustimmen. (BASPO, 2015, S. 7)

Entsprechend dieser Definition sind in der vorliegenden Arbeit mit dem Begriff Leistungssportler alle Personen gemeint, die den Sport im Jugend oder Erwachsenenalter leistungsorientiert ausüben.

2.2 Organisation Swiss Olympic

Swiss Olympic ist das Nationale Olympische Komitee und der Dachverband für den privatrechtlichen, organisierten Schweizer Sport. Die Athleten stehen im Zentrum der Überlegungen und des Handelns des Komitees. Die Hauptaufgaben umfassen gemäss Strategie folgende (Swiss Olympic, 2015):

- Als Dachverband unterstützt und stärkt Swiss Olympic die Mitgliedverbände und damit den Schweizer Sport in all seinen Facetten.
- Swiss Olympic verbreitet und verankert die olympischen Werte (Höchstleistung, Respekt, Freundschaft) in der Gesellschaft, insbesondere in den Schulen.
- Swiss Olympic schafft die bestmöglichen Voraussetzungen um sportlichen Erfolg auf internationaler Ebene zu realisieren.
- Swiss Olympic vertritt die Interessen des privatrechtlichen Bereichs im Schweizer Sport und setzt sich für dessen gesellschaftliche Anerkennung ein.

Von Bedeutung für diese Arbeit ist vor allem Punkt drei dieses Leitbilds. Zu den bestmöglichen Voraussetzungen zählen sowohl das Netzwerk für die BSLB im Leistungssport wie auch die Qualität der Beratung im Netzwerk.

2.3 Athletenentwicklung

Die beiden folgenden Modelle zeigen die typischen Phasen der Athletenentwicklung und die entsprechenden Entwicklungsaufgaben.

2.3.1 FTEM Schweiz – Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung

Jede sportliche Laufbahn verläuft anders. Je nach Sportart unterscheiden sich das Einstiegsalter, das Nachwuchsleistungsalter, das Höchstleistungsalter und das Alter der Sportler bei Karriereende stark voneinander. Im Rahmen der Erarbeitung des Leistungssportkonzepts des Bundes wurde festgestellt, dass erfolgreiche Nationen jeweils einen systematischen Rahmenplan verfolgen. Aus diesem Grund wurde das Projekt FTEM Schweiz – Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung in der Schweiz – lanciert. Dieses Konzept dient als zentrales Element des Athletenweges für Swiss Olympic, die Verbände, den Bund, die Kantone und die Schulen, sowie, auf die jeweilige Sportart angepasst, auch für Vereine, Trainer, Eltern etc. (Swiss Olympic, 2017d). FTEM steht für Foundations, Talent, Elite, Mastery und zeigt im Kern die Athletenentwicklung einer bestimmten Sportart auf, beginnend in der ersten Phase, Foundation (F1–F3), über die Talent-Phase (T1–T4) bis hin zur Elite-Phase (E1–E2) und, als höchst mögliche Phase im Leistungssport, Mastery-Phase (Swiss Olympic, 2017d). In Abbildung 1 sind die zehn Phasen jeweils kurz beschrieben. Jede Sportart passt das FTEM-Konzept ihren jeweiligen Bedürfnissen an. Dabei kann es sein, dass einzelne Phasen weggelassen oder hinzugefügt werden. Neben der sportlichen Entwicklung sollen längerfristig auch Unterstützungsmassnahmen auf dem Athletenweg im Rahmen des FTEM-Konzepts abgebildet werden, so auch das Netzwerk der BSLB für Leistungssportler, welches von Swiss Olympic gepflegt wird (vgl. Kapitel 2.4.1). Aktuell beraten diese Personen mehrheitlich Athleten in den T-Phasen. Das Beratungsangebot von Swiss Olympic hingegen richtet sich ausschliesslich an Leistungssportler der Phasen E1, E2 und M. Personen, die in der Studienberatung tätig sind, bewegen sich ebenfalls in den Phasen E1, E2 und M. Swiss Olympic postuliert, dass besondere Flexibilisierungsmöglichkeiten aufgrund des Sports auf der Tertiärstufe exklusiv für Sportler in den Phasen E und M sein sollten.

Die zehn Phasen des «FTEM Schweiz» in der Übersicht

«FTEM Schweiz» beruht auf vier Schlüsselbereichen: F steht für Foundation (Fundament, Grundlagen, Basis), T für Talent, E für Elite und M für Mastery (Weltklasse). Diese vier Schlüsselbereiche sind in zehn Phasen aufgeteilt (F1, F2, F3, T1, T2, T3, T4, E, E2, M). Aufgrund sportartspezifischer Bedürfnisse können Phasen hinzugefügt, gestrichen oder auch umbenannt werden.

Abbildung: «FTEM Schweiz» – Sport- und Athletenentwicklung (modifiziert nach Gulbin et al. 2013)

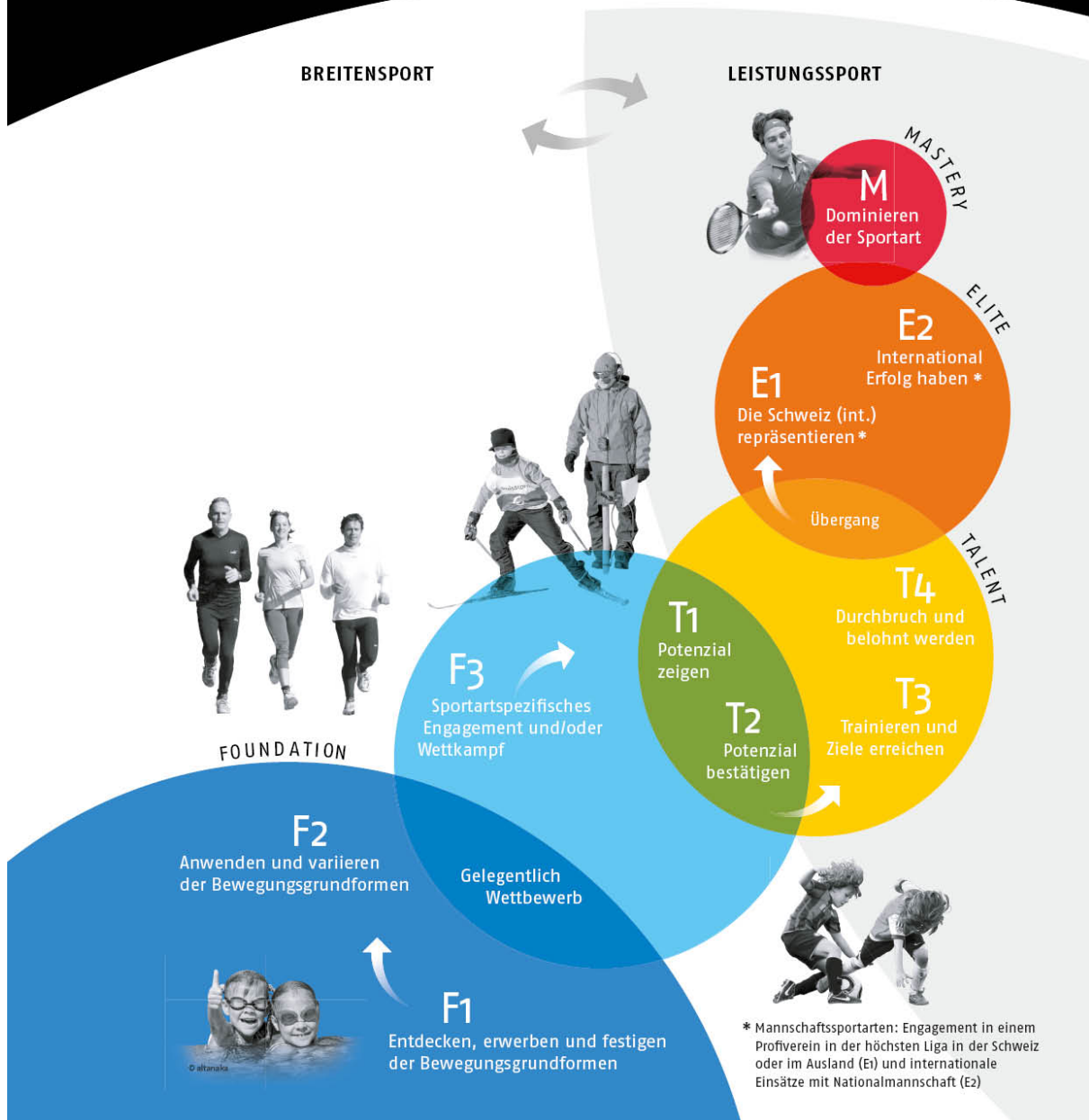


Abbildung 1: Die zehn Phasen des FTEM Schweiz (Swiss Olympic, 2017d, S. 6)

2.3.2 Karriere-Übergänge

Während einer sportlichen Laufbahn sehen sich Athleten mit unvermeidlichen Karriere-Übergängen, beispielsweise dem Wechsel vom Talent- in den Elite-Bereich oder dem Ende einer Leistungssportkarriere, konfrontiert. Schlossberg definiert einen Übergang als „*an event or non-event (which) results in a change in assumptions about oneself and the world, and thus requires a corresponding change in one's behavior and relationships.*“ (Schlossberg, 1981, S. 5) Weiter wird in der Literatur die Art des Übergangs unterschieden. Wylleman und Lavallee (2004) differenzieren zwischen normativen und nicht-normativen Übergängen. Erstere sind voraussehbar und Teil einer definierten Abfolge, wie etwa der Übergang vom Junioren in den Elite-Bereich. Unter nicht-normativen Übergängen verstehen die Autoren situationsbezogene, wenig bis nicht vorhersehbare Prozesse wie das Ausscheiden aus dem Leistungssport aufgrund einer Verletzung. Bei jedem Übergang müssen die Athleten Anpassungsleistungen erbringen.

Alfermann und Stambulova (2007) zeigen, dass im Forschungsbereich der Sportpsychologie verschiedene Modelle von Karriere-Phasen und Karriere-Übergängen entwickelt worden sind. Gemäss Wylleman und Lavallee (2004) haben Bloom (1985), Salmela (1994), Stambulova (1994) und Côté (1999) alle ein eigenes Karrieremodell mit verschiedenen *Athletic Career Stages* und dazugehörigen *Normative Athletic Career Transitions* entwickelt. Im Rahmen dieser Arbeit wird einzig das Modell von Wylleman und Lavallee (2004), respektive dessen Erweiterung, das *holistic athlete career model* (HAC Modell) von Wylleman, Reints und De Knop (2013) näher betrachtet und dem FTEM gegenübergestellt. Das HAC Modell wurde in Schottland, Frankreich, Holland und Belgien zur Grundlage für den Karrieresupport der Athleten. Ebenfalls wurde es für die Erstellung der *EU Guidelines on Dual Careers of Athletes* verwendet (Wylleman, Rosier, De Brandt, De Knop, 2017). Das Modell beschreibt nicht nur die sportliche Entwicklung der Athleten und die damit verbundenen Übergänge, sondern umfasst alle relevanten Bereiche der Athletenentwicklung. Durch diese holistische Perspektive wurde ein wichtiger Schritt im Verständnis von Athletenkarrieren gemacht (Alfermann & Stambulova, 2007). Das Modell von Wylleman und Lavallee (2004) beinhaltet die Entwicklung und die Übergänge auf der sportlichen, psychologischen, psychosozialen und akademischen Ebene. Weiter ordnen die Autoren jede Ebene einer Altersspanne zu. Wylleman und Lavallee (2004) be-

trachten die sportliche Laufbahn als einen Entwicklungsprozess, der in einer abhängigen Verbindung mit den Entwicklungsprozessen der Kindheit, der Jugend und dem Erwachsenenalter steht. Wylleman et al. (2013) haben das Modell um eine Ebene erweitert. Das *holistic athlete career model*, welches in Abbildung 2 dargestellt ist, umfasst zusätzlich eine finanzielle Ebene.

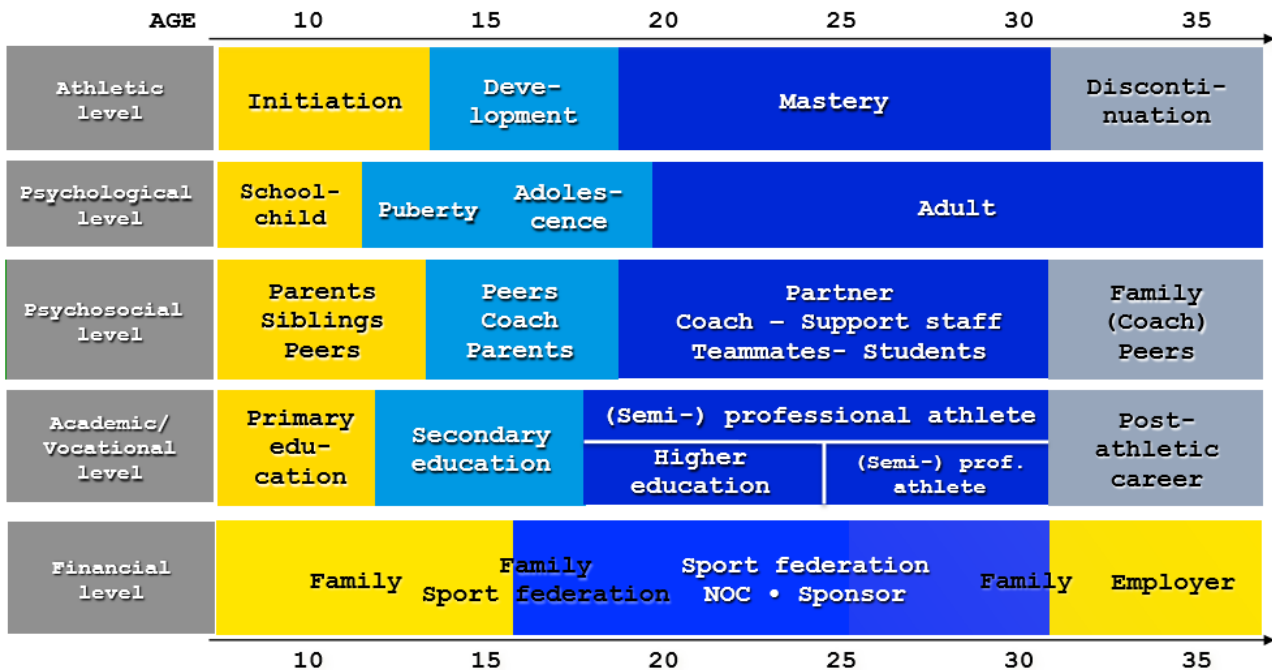


Abbildung 2: The holistic athletic career model (Wylleman et al. 2013, zitiert nach Wylleman, De Brandt, Rosier, Van Rossem, Kegelaers, 2016, S. 5)

Die Athletenebene beinhaltet ähnliche Stufen wie das FTEM, wenn auch weniger detailliert. Wylleman et al. (2013) unterscheiden zwischen der Initiation, dem Development, dem Mastery und der Discontinuation. Die Autoren postulieren, dass Athleten auf dieser Ebene mit altersabhängigen, strukturellen oder wettbewerbsabhängigen Übergängen konfrontiert sind. Die Altersspanne in der ein Übergang stattfindet ist, wie beim FTEM-Konzept, je nach Sportart und Athletenleistung unterschiedlich. Wylleman et al. (2013) sehen den Übergang in den nachsportlichen Bereich als Teil der sportlichen Laufbahn nach der Stufe Mastery. Im FTEM-Konzept hingegen stellt der Breitensport in jeder Phase den Ausstieg aus dem Leistungssport dar. Stellt man die beiden Modelle in Bezug auf die Athletenebene nebeneinander, ergibt sich folgendes Bild:

Tabelle 1: Vergleich FTEM Schweiz mit Modell Wylleman, Reints und De Knop

FTEM	Transitions faced by athletes
Foundation	Initiation
Talent	Development
Elite	Mastery
Mastery	Mastery
Breitensport	Discontinuation

Die psychologische Ebene des HAC-Modells basiert auf entwicklungspsychologischen Übergängen. Im Kindesalter gehört zu den Aufgaben beispielsweise die Bereitschaft, Sport in Wettkampfform zu betreiben, inklusiv motivationaler und kognitiver Aspekte. In der Adoleszenz und im Erwachsenenalter ist es insbesondere die Entwicklung der eigenen Identität, die als spezifische Entwicklungsaufgabe der Phase beschrieben wird. Leistungssport kann einen starken Einfluss auf das Selbstkonzept haben. Wenn junge Athleten während der Adoleszenz im Leistungssport bleiben, ist ihr Selbstkonzept oft stark von ihrer sportlichen Leistung abhängig und manchmal gar ausschliesslich darauf aufgebaut (Coakley, 1983). Individuen, welche sich stark mit ihrer Rolle als Athleten identifizieren, sind oft weniger interessiert im Bereich der Ausbildung und weniger offen, andere Laufbahnwege zu explorieren (Baillie & Danish, 1992, Werthner & Orlik, 1986, zitiert nach Küttel, 2017).

Die psychosoziale Ebene des Modells befasst sich mit dem sozialen System der Athleten. Je nach Phase sind die Eltern, Trainer die Peergroup oder Lebenspartner wichtige Bezugspersonen und Unterstützungsressourcen (Wylleman et al., 2017).

Auf der akademischen Ebene zeigen sich die verschiedenen Wege der schulischen und beruflichen Laufbahnen. Leistungssportler können nach der Sekundarstufe II ihre akademische Laufbahn vorantreiben und während der Sportkarriere eine Ausbildung auf der Tertiärstufe in Angriff nehmen. Sie können diese Ausbildung jedoch auch auf später verschieben und sich für eine Laufbahn als Teil- oder Vollprofi entscheiden. Das gleiche Bild ergibt sich bei der Kombination mit einem zweiten Beruf. Auch hier sind Karrierewege als Halb- oder Vollprofi möglich (Wylleman et al., 2017). Abbildung 2 zeigt die Herausforderung für die BSLB: Je nach athletischer Entwick-

lung sind die Übergänge zur akademischen/beruflichen Entwicklung asynchron. Da alle Ebenen interdependent sind, kann diese Asynchronität sowohl zu Schwierigkeiten in der sportlichen wie auch in der beruflich-schulischen Entwicklung führen. Wylleman et al. (2017) stellen fest, dass Athleten auf der Tertiärstufe im Vergleich zu der Sekundarstufe II mehr Selbstdisziplin brauchen und mehr Selbstverantwortung für ihre Ausbildung übernehmen müssen als gleichaltrige Nichtathleten.

Die finanzielle Ebene zeigt die unterschiedliche finanzielle Unterstützung während einer Leistungssportlaufbahn. Je nach Alter und sportlichem Niveau sind es andere Personen und Institutionen, die die Athleten unterstützen. Meist beginnt die Unterstützung in der Familie. Später kommen dann Verein, Verband, Sponsoren und Stiftungen oder das Nationale Olympische Komitee dazu. De Bosscher, Shibli, Westerbeek & van Bottenburg (2015) stellen in der finanziellen Unterstützung von Athleten grosse Unterschiede fest, einerseits zwischen den Sportarten, andererseits auch innerhalb einer Sportart, nämlich zwischen erfolgreicheren und weniger erfolgreichen Athleten.

2.3.3 Situation bei Karriereende in der Schweiz

Neben den Übergängen während einer Leistungssportlaufbahn, stellt das Ausscheiden aus dem Leitungssport, sprich das Karriereende, eine weitere Herausforderung für die Athleten dar. Um Informationen über die akademische/berufliche Situation der Schweizer Leistungssportler bei Karriereende zu erhalten, hat Swiss Olympic dem Institut für Angewandte Psychologie der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (IAP) den Auftrag erteilt, Daten aus der Studie „*Wer sie waren, was sie wurden*“ (2011) der Universität Bern mit besonderem Augenmerk auf die akademische/berufliche Situation auszuwerten. Für die wurden 433 (ehemalige) Leistungssportler 1999 und 2011 zu ihrer persönlichen und beruflichen Situation befragt. Die wichtigsten Ergebnisse werden im Folgenden dargestellt.

Höchste Ausbildungsstufe

Nach Schreiber und Müller (2017) weisen 96 % der Sportler bei Karriereende einen Abschluss auf Sekundarstufe II oder höher auf. Deutliche Unterschiede zeigen sich zwischen Profisportlern und Amateuren: Von den Profis erreichten 18 % einen Tertiärabschluss während bei den Amateuren 49 % einen Abschluss auf derselben Stufe

vorweisen konnten. Der häufigste Abschluss auf Sekundarstufe II war die berufliche Grundbildung (69 %). Auf der Tertiärstufe waren es Master-, Lizentiat- oder Nachdiplom-Abschlüsse (45 %).

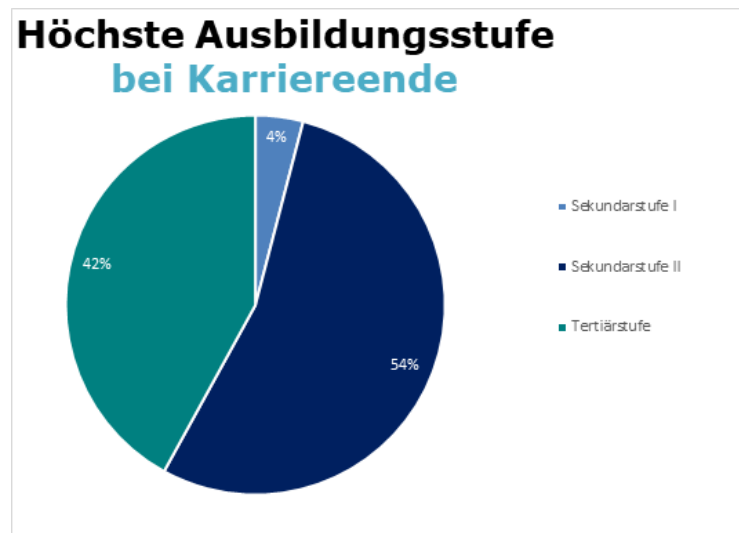


Abbildung 3: Höchste abgeschlossene Ausbildung ehemaliger Leistungssportler bei Karriereende (Schreiber & Müller, 2017, S. 7)

Entwicklung des Ausbildungsniveaus nach Karriereende

Zwischen Karriereende und dem Befragungszeitpunkt der Studie (die Karriere der Athleten war durchschnittlich seit 7,59 Jahren beendet) ist die Bildungsstufe bei der Mehrheit der Sportler (58 %) gleichgeblieben.

26 % der ehemaligen Spitzensportler konnten ihr Ausbildungsniveau seit dem Laufbahnende von der Sekundarstufe 2 zur Tertiärstufe erhöhen. Diese Steigerung beläuft sich insbesondere auf Höhere Fach- und Berufsausbildungen mit eidgenössischem Diplom (von 42 auf 84 Personen) sowie Ausbildungen im Master, Nachdiplom oder Doktorat (von 75 auf 113 Personen).“ (Schreiber & Müller, 2017, S. 8)

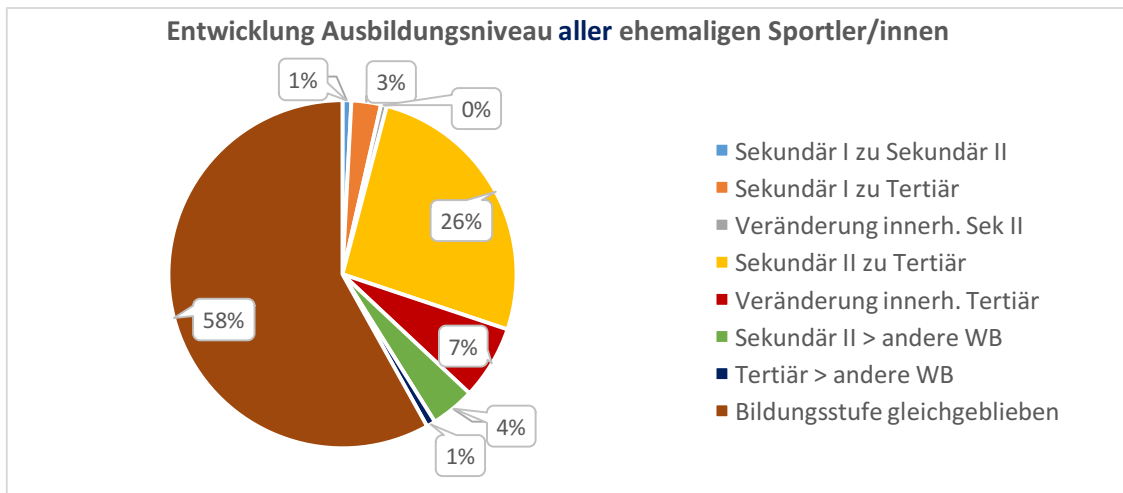


Abbildung 4: Entwicklung des höchsten Ausbildungsniveaus zwischen Karriereende und Befragungszeitpunkt bei allen Sportlern (Schreiber & Müller, 2017, S. 8)

Schreiber und Müller (2017) stellen fest, dass im Vergleich zu den Amateuren (22 %) deutlich mehr Profisportler (60 %) nach Karriereende ihr Ausbildungsniveau von der Sekundarstufe II auf die Tertiärstufe erhöhen.

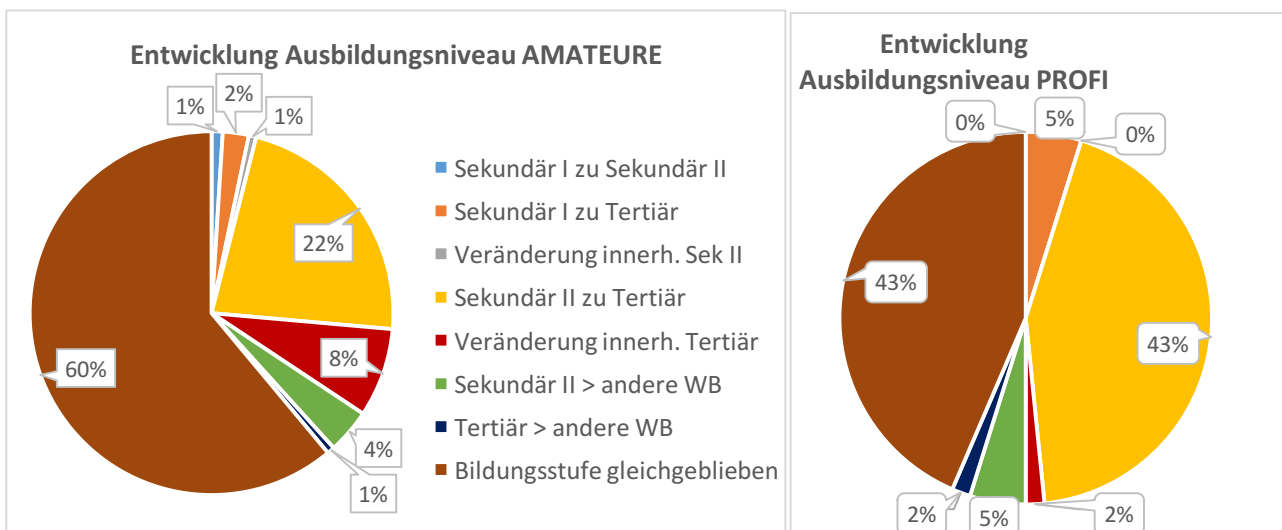


Abbildung 5: Entwicklung des höchsten Ausbildungsniveaus zwischen Karriereende und Befragungszeitpunkt bei Amateuren und Profis (Schreiber & Müller, 2017, S. 9)

Berufsfelder

Schreiber und Müller (2017) stellen fest, dass die Mehrheit der erwerbstätigen Leistungssportler (41 %) nach Karriereende in akademischen Berufen tätig ist. Von den Amateuren arbeiten gar 43 % als Akademiker. Ehemalige Profis finden sich eher in

Technikerberufen (34 %) wieder. Im Vergleich zur Schweizer und EU-Bevölkerung arbeiten fast doppelt so viele ehemalige Leistungssportler in einem akademischen Beruf. Ebenso sind Führungskräfte und Techniker häufiger vertreten. Klassifiziert man die Berufe nach Zihlmann (2017, zit. nach Schreiber und Müller, 2017), so kann festgehalten werden, dass 29 % der ehemaligen Leistungssportler im Bereich Wirtschaft und Verwaltung und jeweils 10 % in den Bereichen Schönheit und Sport sowie Bildung und Soziales arbeiten. 9 % gehen einer Tätigkeit im Gesundheitswesen nach, 7 % in der Planung und Konstruktion sowie 5 % in der Informatik.

Sportbezug Beruf

Schreiber und Müller (2017) zeigen, dass hauptberuflich etwa 19 % der ehemaligen Leistungssportler nach Karriereende im Bereich des Sports arbeiten. Je professioneller sie den Sport ausgeübt haben, desto höher scheint der Anteil derjenigen zu sein, die aktuell einer Hauptbeschäftigung im Sport nachgehen. Unter den Profis ist der Anteil mit 30 % deutlich höher als unter den Amateuren (17 %). Zudem konnte festgestellt werden, dass Personen, deren Karriereende weniger als 5,21 Jahre zurückliegt, am häufigsten einen Sportbezug in ihrer Haupttätigkeit aufweisen.

2.4 Berufs-, Studien-, und Laufbahnberatung im Leistungssport

Wie das Beratungs- und Informationsangebot für Schweizer Leistungssportler aktuell aussieht, wird in Kapitel 2.4.1 und 2.4.2 beschrieben.

2.4.1 Beratungsangebot im Leistungssport

In der Schweiz existiert ein Netzwerk an Beratungspersonen der BSLB, die sich auf die besonderen Bedürfnisse von Leistungssportlern spezialisiert haben. Sie arbeiten grösstenteils mit Jugendlichen in der T- oder mit Erwachsenen in der E-Phase (vgl. Kapitel 2.3.1). Alle 22 Beratungspersonen sind in einer öffentlichen BSLB angestellt. Die Kosten für die Beratung richten sich nach den lokalen Gegebenheiten. Gemäss zwei Befragungen durch Swiss Olympic (2017e) am Forum Nachwuchsförderung und Ausbildung (2016) und am Forum Leistungssport (2017) sind in der Schweiz aktuell lediglich zwei Personen aus der BSLB von Seiten des Sports (Verband, Verein, etc.) angestellt. Im Vergleich dazu sind in Deutschland an jedem Olympiastützpunkt mehrere hauptamtliche Laufbahnberater tätig. Die einzige Kooperation zwischen ei-

nem Verband und der öffentlichen BSLB besteht in der Schweiz auf Seiten des Fussballverbands.

Weiter bietet Swiss Olympic Unterstützung über das Swiss Olympic Athlete Career Programme an. Das Programm wird in Kooperation mit der Adecco Group Switzerland umgesetzt. Es beinhaltet Beratungsleistungen und Schulungen in der BSLB (durch Swiss Olympic), Arbeitsmarktvorbereitung, Job-Coaching, Schulungen, Vermittlung von Praktika, Temporär- und Dauerstellen (durch Adecco). Zugang zum Programm haben Leistungssportler mit einer Swiss Olympic Card Elite, Bronze, Silber und Gold. Die Beratung beginnt in der Phase E und geht bis zur Phase Mastery (vgl. Kapitel 2.3.1). Leistungssportler, die ihre Karriere beenden, dürfen bis zu einem Jahr nach Karriereende eine Beratung in Anspruch nehmen. Die französischsprachigen Beratungen werden für Swiss Olympic durch das BIZ Biel durchgeführt und sind für die entsprechenden Personen ebenfalls kostenlos. Es besteht eine Kooperationsvereinbarung zwischen Swiss Olympic und dem BIZ Biel.

Im Bereich des Studiums pflegt Swiss Olympic in enger Zusammenarbeit mit dem Schweizerischen Hochschulsport Verband (SHSV) ein Netzwerk an Hochschulkoordinatoren, die sich den Anliegen der Leistungssportler annehmen. Diese arbeiten meist eng mit den Studienberatungen der Fakultäten/Institute zusammen. Dabei geht es jedoch mehr um die konkrete Planung eines Studiums und weniger um die Studienwahl an und für sich.

2.4.2 Informationsmaterial für die Beratung im Leistungssport

Für die Beratung von Leistungssportlern bieten sowohl Swiss Olympic als auch das Internationale Olympische Komitee (IOC) Informationen auf ihren Webseiten an. Bei Swiss Olympic sind die Informationen aktuell unter ‚Beruf und Karriere‘ oder unter dem Swiss Olympic Athlete Career Programme zu finden. Beim IOC sind alle relevanten Informationen über das ‚Athlete Career Programme‘ verfügbar (International Olympic Committee, 2017). Neben den Online-Ressourcen gibt es verschiedene Printprodukte, die im Weiteren beschrieben werden.

Sekundarstufe I und II

Auf der Sekundarstufe gibt es die Broschüre ‚Schulangebote für Sporttalente‘, welche jedes Jahr im Herbst als Neuauflage erscheint (Swiss Olympic, 2017a). Darin enthalten sind unter anderem Informationen über die speziellen Schulangebote für Leistungssportler auf der Sekundarstufe I und II sowie die wichtigsten Ansprechpersonen und Adressen. ‚Berufliche Grundbildung und Leistungssport‘ ist das zweite Printprodukt. Neben Informationen über Anforderungen und Erwartungen an Lehrbetriebe und Talente für das Programm Leistungssportfreundliche Lehrbetriebe enthält die Broschüre einen Informationsteil über den Einfluss der Berufswahl auf die Sportkarriere. Als wichtigste Einflussfaktoren sieht Swiss Olympic (2017b) die Arbeitszeit, die körperliche Belastung, saisonale Unterschiede, die Witterung, ein wechselnder Arbeitsort und ein knappes (Lehr-)Stellenangebot/seltene Berufe. Nachfolgend werden die einzelnen Faktoren beschrieben.

Unregelmässige oder vom normalen Tagesrhythmus abweichende Arbeitszeiten können einen negativen Einfluss auf die Vereinbarung mit den Trainingszeiten haben. Auch Schichtarbeit kann bereits während, vor allem aber nach der Lehrzeit zu einem Problem werden. Berufe, welche einen besonderen Körpereinsatz verlangen, können sich entweder unterstützend oder aber leistungsvermindernd auswirken. Diese Auswirkungen hängen von der eigenen Konstitution und der Sportart ab. Saisonal stark schwankende Arbeitszeiten können je nach Sportart einen Vor- oder Nachteil bewirken. Der Faktor Witterung sollte hinsichtlich der eigenen Witterungsbeständigkeit geprüft werden. Gleiches gilt für Berufe mit besonderen Bedingungen (Kälte/Wärme), wie beispielsweise bei einer Lehre in der Lebensmitteltechnologie. Wechselnde Arbeitsorte und die sich dadurch ändernden Wegzeiten können die Flexibilität einschränken und sollten bei der Wahl einer Berufslehre berücksichtigt werden. Ein knappes Lehrstellenangebot in seltenen Berufen erschwert die Suche nach einem geeigneten Ausbildungsplatz. Auch sind die Wege zu den Berufsfachschulen und überbetrieblichen Kursen oft weiter. Die Belastung durch Wegzeiten nimmt dadurch zu. Damit die Koordination von Berufslehre und Leistungssport gelingt, sollten alle genannten Faktoren in die Überlegungen miteinbezogen und zwingend Schnupperlehren im gewünschten Beruf absolviert werden. Diese Überlegungen sind nötig, um das körperliche und zeitliche Engagement realistisch einschätzen zu können (Swiss Olympic, 2017b).

Tertiärstufe

Auf der Tertiärstufe ist Swiss Olympic einzig im Bereich Studium aktiv. Berufliche Weiterbildungen auf Stufe Höhere Fachschule, Berufsprüfung oder Höhere Fachprüfung werden nicht speziell bearbeitet. So gibt es im Bereich Studium eine Situationsanalyse Spitzensport und Studium, welche angehende Studierende auf die relevanten Fragen für die Kombination von Leistungssport und Studium in den Bereichen Sport, Individuum und Studium aufmerksam macht. Folgende Faktoren werden von Swiss Olympic (2017c) als bedeutend erachtet:

Tabelle 2: Relevante Faktoren für die Kombination von Leistungssport und Studium in Anlehnung an Swiss Olympic (2017c)

Sport	Individuum	Studium
Training	Persönlichkeit	Spezielle Bedingungen für Sportler
Wettkampf	Interessen/Fähigkeiten	Variable Studiendauer
Höchstleistungsalter	Finanzielle Möglichkeiten	Unterrichtsform
	Unterstützung Umfeld	Zeitliche Belastung während des Semesters
	Wohnort	Flexibilität Stundenplan
		Anwesenheitspflicht
		Flexibilität Prüfungen/ Leistungsnachweise

Es gibt schweizweit keine speziellen zertifizierten Studiengänge für Sportler. Die Lösungen müssen individuell auf die Person abgestimmt werden, was eine hohe Motivation und eine gute Organisation von Seiten der Athleten und Flexibilität von den Hochschulen bedingt. Swiss Universities und Swiss Olympic haben im September 2017 eine gemeinsame Absichtserklärung unterschrieben (vgl. Medienmitteilung Swiss Olympic vom 18. September 2017). Von den Schweizer Teilnehmenden an den Olympischen Winterspielen in Sotschi 2014 waren 32 % Studierende. An den Olympischen Sommerspielen in London 2012 waren es 46 % (Matter & Antener, 2015).

2.5 Laufbahntheorien und Berufswahlbereitschaft

Für die Erarbeitung des Leitfadens sind neben den Theorien aus den Disziplinen des Sports und der Sportpsychologie, Konzepte der Laufbahnentwicklung und der Berufswahlbereitschaft von Bedeutung. Im Folgenden wird eine Laufbahntheorie, ein Laufbahnmodell sowie eine Arbeit über die Berufswahlbereitschaft von Fußballtalenten vorgestellt.

2.5.1 Career Construction Theory

Wie in Kapitel 2.3.3 dargestellt, verfolgt ein Grossteil der Leistungssportler während der sportlichen Laufbahn eine duale Karriere im Sinn von Ausbildungs- und Leistungssportlaufbahn. Daraus entstehen individuelle Lebensläufe, die sich von den Lebensläufen von Nicht-Leistungssporttreibenden unterscheiden. Athleten können ihre beruflich-akademische Laufbahn nicht in gleichen Massen vorantreiben, weil der Sport einen beachtlichen Teil ihrer zeitlichen und oft auch finanziellen Ressourcen beansprucht (De Knop, Wylleman, & Van Rossem, 2015). Gleichzeitig sammeln sie im Sport Erfahrungen, die auch für die nachsportliche Laufbahn von Bedeutung sind. In der Schweiz gibt es keinen offiziellen Beruf als Sportler, weder auf Stufe Fähigkeitszeugnis noch auf Stufe Berufsprüfung. *„Eine formelle Berufsanerkennung für Spitzensportler existiert nicht. Ein Transfer von Kompetenzen in andere Berufsfelder, die Spitzenathleten und -athletinnen im Laufe ihrer Karriere erwerben, erfolgt heute allenfalls informell.“* (BASPO, 2015, S. 27). Entsprechend fehlt ein Anforderungs- beziehungsweise ein Kompetenzprofil des Berufs Leistungssportler. Im Bericht zur Finanzierungs- und Vorsorgesicherheit (Bürgi, 2016) wird ein solches Profil oder eine Berufsprüfung gefordert. Bis dies jedoch in die Praxis umgesetzt werden kann, wird es noch einige Jahre dauern. Dies hat zur Folge, dass das Individuum gefordert ist, die erworbenen Kompetenzen aus dem Sport eigens herauszukristallisieren und sichtbar zu machen. Ein Ansatz der BSLB, der diesen Prozess mit einem narrativen Verfahren unterstützt, ist die Career Construction Theory (CCT) von Savickas (2013).

Mithilfe der CCT versucht Savickas, die von ihm beschriebenen drei Paradigmen zu kombinieren. Die CCT ist dem Paradigma des Life Designs zuzuordnen. In Folge

werden die drei Paradigmen beschrieben, wobei ein besonderes Augenmerk dem Life Design gilt. Anschliessend wird Savickas Theorie erläutert.

Das Paradigma des Life Designs wurde von einer Gruppe internationaler Forscher entwickelt (Schreiber, 2015). Die Arbeitswelt des 21. Jh., die durch den permanenten Wandel und fehlende stabile Strukturen gekennzeichnet ist, geht mit einer Individualisierung der Lebensläufe einher. Arbeitnehmer orientieren sich über Unternehmensgrenzen hinweg und verfolgen oft keine lineare Laufbahn mehr. In der Beratung geht es deshalb vermehrt um die aktive Entwicklung der eigenen Identität und das Gestalten der beruflichen Laufbahn. Nach Schreiber (2015) wird der rote Faden der Identität vom Individuum selbst gespannt. Die Person übernimmt dadurch mehr Verantwortung für die eigene Laufbahn und bestimmt selber, welchen Aspekten sie wieviel Bedeutung beimisst. Dabei spielen konstruktivistische oder auch sozialkonstruktionistische Ansätze eine wichtige Rolle. Der Subjektivität wird dabei eine besondere Bedeutung zugeschrieben. Gemäss Savickas (2012) existiert das Selbst nicht per se, es wird durch die Erzählung der Person und ihrer Erklärung konstruiert. Sicherheit und Stabilität resultieren aus einer kohärenten Lebensgeschichte:

Diese Lebensgeschichte wird in der Beratung auf der Basis eines reflektierten Selbst konstruiert und weiterentwickelt. Über die Erfahrung einer Person im sozialen Kontext der Arbeit, aber auch in anderen Lebensbereichen wie Familie oder Freizeit, ergänzen und aktualisieren sich auch Selbst und Identität kontinuierlich.“ (Schreiber 2015, S. 92)

Das Selbst wird in diesem Paradigma als Projekt betrachtet. Beim Paradigma der Passung wird das Selbst als Objekt betrachtet. Anhand der Interessen und Eigenschaften einer Person wird analysiert, in was für ein berufliches Umfeld sie passt (Schreiber, 2015). Im Paradigma des lebenslangen Lernens hingegen wird das Selbst nach Schreiber (2015) als Subjekt gesehen. Bewältigungsstrategien, Übergänge und psychosoziale Prozesse der Laufbahn-Adaptabilität stehen im Zentrum. Konkret geht es darum, wie sich eine Person entwickelt.

Die Career Construction Theory von Savickas (2013) integriert alle drei Paradigmen. Mithilfe des Career Construction Interviews beschreiben sich die Klienten in Geschichten in einem sozialen Kontext. Die Beratungsperson versucht dann gemeinsam mit den Klienten auf Basis von prototypischen Geschichten, zentrale Lebens-themen, Motive und sinnstiftende Erklärungen herauszukristallisieren. Dabei steht die Interpretation von Laufbahnerfahrungen im Zentrum der Betrachtung, aus welcher eine kohärente Fortsetzung der Laufbahn für die Person konstruiert wird (Young, Vallach & Collin, 2002). Ein reflektiertes Selbst dient als Basis für die Weiterentwicklung der Lebensgeschichte. Mit Identität ist bei dieser Theorie gemeint, wie sich das Selbst in verschiedenen sozialen Rollen verhält. Die konstruktivistischen Prozesse in der Beratung verfolgen das Ziel einer aktiven Identitätsgestaltung. Für Savickas (2012) ist es nicht die planbare oder stabile Laufbahn, welche den Klienten Sicherheit und Stabilität gibt, sondern die kohärente Lebensgeschichte auf der Basis einer flexiblen Identität.

Schreiber (2017) hat die Wirksamkeit von Savickas Methode an fünf ehemaligen Spitzensportlern überprüft. Alle befragten Personen sind durch das Career Construction Interview in ihrem persönlichen Laufbahnprozess vorwärtsgekommen. Zwei der fünf Versuchspersonen konkretisierten die Vorstellungen ihrer beruflichen Zukunft und hatten nach dem Prozess klare Ideen, wie es für sie beruflich weitergehen kann. Nach Schreiber (2017) war die Methode insbesondere hinsichtlich der Selbstreflexion und Selbsterkenntnis hilfreich. Die Teilnehmenden gewannen Klarheit und Selbstvertrauen.

2.5.2 Karriere-Ressourcen

Das von Hirschi (2015) entwickelte Karriere-Ressourcen-Modell fasst verschiedene Aspekte der sich stetig wandelnden Arbeitswelt zusammen. Es wird in der Beratung unter anderem für das Begleiten von Laufbahnübergängen verwendet. Hirschi (2015) geht davon aus, dass jede Person über verschiedene Ressourcen verfügt, die den Laufbahnerfolg beeinflussen. In seinem Modell fasst er die Ressourcen in vier Kategorien zusammen. Unter den Humankapital-Ressourcen sind arbeitsrelevante Fähigkeiten, Fertigkeiten, Wissen, Persönlichkeitsmerkmale und weitere Eigenschaften zusammengefasst, die eine Person mitbringen muss, um den Anforderungen eines bestimmten Berufes gerecht werden zu können. Mit Sozialen Ressourcen meint Hir-

schi (2015) die Unterstützung durch Bezugspersonen und Netzwerke durch Ermutigen und das Vermitteln von Erfahrung, sprich alle Kontakte, die eine Person hat, welche Einfluss und Information bieten können. Unter den Psychologischen Ressourcen versteht Hirschi (2015) allgemeine, nicht berufsbezogene, kontextunabhängige Persönlichkeitsmerkmale und Eigenschaften einer Person. Wie sich eine Person im beruflichen Kontext sieht, wie sie ihre Eigenschaften, Fähigkeiten und Werte in Bezug auf ihre Rolle wahrnimmt, klassifiziert Hirschi (2015) als Identitäts-Ressource.

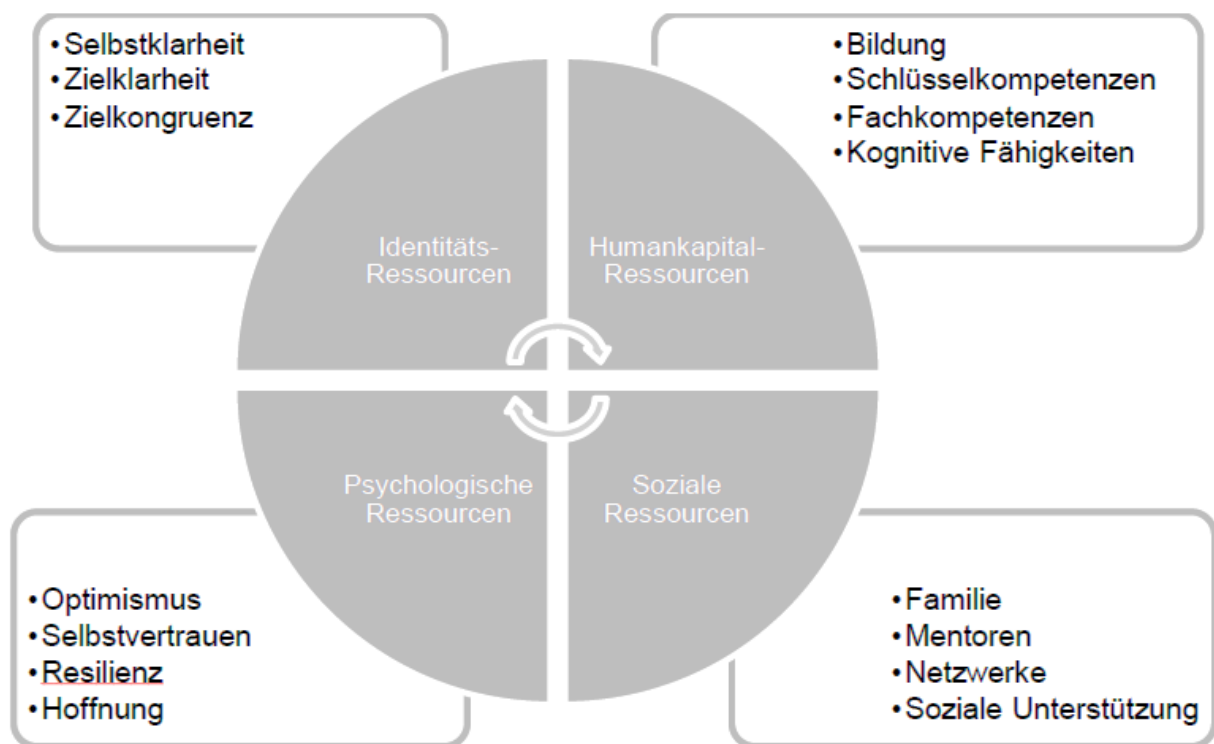


Abbildung 6: Karriere-Ressourcen-Modell (Hirschi, 2010, S. 195)

2.5.3 Berufswahlbereitschaft von Fußballtalenten

Die Berufswahlbereitschaft bezeichnet die Fähigkeit und Bereitschaft einer Person, mit den Entwicklungsaufgaben im Berufswahlprozess erfolgreich umzugehen (Super, 1990, zitiert nach Hirschi, 2015). Graf und Schultheiss (2016) haben die Berufswahlbereitschaft von Fußballtalenten untersucht und festgestellt, dass die jungen Sporttalente ganz klar einen Berufswahlentscheid treffen: „*Sie wollen Fussballer werden.*“ (Graf & Schultheiss, 2016, S. 47). Die Autoren stellen weiter fest, dass die Sportler nur oberflächliches Wissen über die Berufswelt haben. Ihre Fähigkeiten und Interessen scheinen nur wenig reflektiert. Kompromissbereitschaft und die Auseinanderset-

zung über den Beruf Fussballer hinaus waren oftmals nicht gegeben, ebenso wenig die Realitätsorientierung und eine zukunftsgerichtete Planung über das Fussballkarriereende hinaus. Graf und Schultheiss (2016) empfehlen deshalb die Berufswahl – gedanklich – rückwärts anzugehen und eine langfristige Perspektive vom sportlichen Karriereende aus einzunehmen. Weiter befürworten sie die Stärkung der Berufswahlkompetenzen anhand der Karriere-Ressourcen. Es soll insbesondere bei den Humankapital- und den Psychologischen Ressourcen angesetzt werden. Die starke Identität der Fussballer könnte zusätzlich genutzt werden. Die Auseinandersetzung mit den persönlichen Interessen und Fähigkeiten könnte anhand des Berufsbilds des Fussballers erarbeitet werden. So würde sich der Fussballer abgeholt fühlen und könnte dadurch weitere Identitäts-Ressourcen bilden (Graf & Schultheiss, 2016).

2.6 Das Berner Beratungsmodell

Neben den theoretischen Grundlagen für den Inhalt des Leitfadens, wird nun das Modell für die Struktur dessen vorgestellt.

Das Berner Beratungsmodell wurde 2002 im Auftrag der Geschäftsleitung der BSLB Bern-Mittelland von einer Arbeitsgruppe erarbeitet. 2012 entstand eine aktualisierte und ergänzte Fassung durch Anton Simonett, einem Mitarbeiter des BIZ Bern-Mittelland. Das Modell beinhaltet Beratungsmodule, Teilmodule und prozessfördernde Interventionen sowie dazu definierte Qualitätsstandards (BIZ Bern-Mittelland, 2012). Es orientiert sich an verschiedenen Metatheorien und Grundlagen. Abbildung 7 zeigt den Konzeptentwurf des Berner Beratungsmodell.



Abbildung 7: Konzeptentwurf Berner Beratungsmodell
(BIZ Bern-Mittelland, 2012, S. 15)

Im Rahmen dieser Masterarbeit wird einzig das Handlungsmodell, also die oberste Ebene, erläutert. Das Beratungsmodell enthält auf dieser Ebene solche Module, welche in jeder Beratung enthalten sein müssen und sogenannte Kann-Module. Im Beratungsprozess wird davon ausgegangen, dass die Module in der beschriebenen Reihenfolge eingesetzt werden. Es kann jedoch vorkommen, dass auf einzelne Module erneut zugegriffen werden muss (BIZ Bern-Mittelland, 2012). Weiter enthält es prozessfördernde Interventionen. Diese dienen der transparenten Gesprächsführung. Sie sollen ausserdem die Beratungsbeziehung stärken und sind an kein bestimmtes Modul gekoppelt, sondern können während des gesamten Beratungsprozesses eingesetzt werden.

Neben den Modulen und Interventionen hat das BIZ Bern-Mittelland (2012) Qualitätsstandards formuliert. Diese beziehen sich auf die einzelnen Beratungsmodule. Sie erklären, was innerhalb eines Moduls zu tun, zu besprechen oder zu vereinbaren ist. Die Qualitätsstandards sind in die drei Ebenen des Beratungsgesprächs gegliedert: die inhaltliche, die strukturelle und die Beziehungsebene. Auf der inhaltlichen Ebene ist der Informationsgehalt oder -anteil am Beratungsgespräch gemeint. Die strukturelle Ebene bezieht sich auf die Gestaltung des Gesprächs, sprich die Techniken und die definierten Module. Die Beziehungsebene stellt die Beziehung zwischen Athlet und Beratungsperson, insbesondere emotionale und inhaltliche Aspekte, in den Fokus.

Das Berner Beratungsmodell – Version A

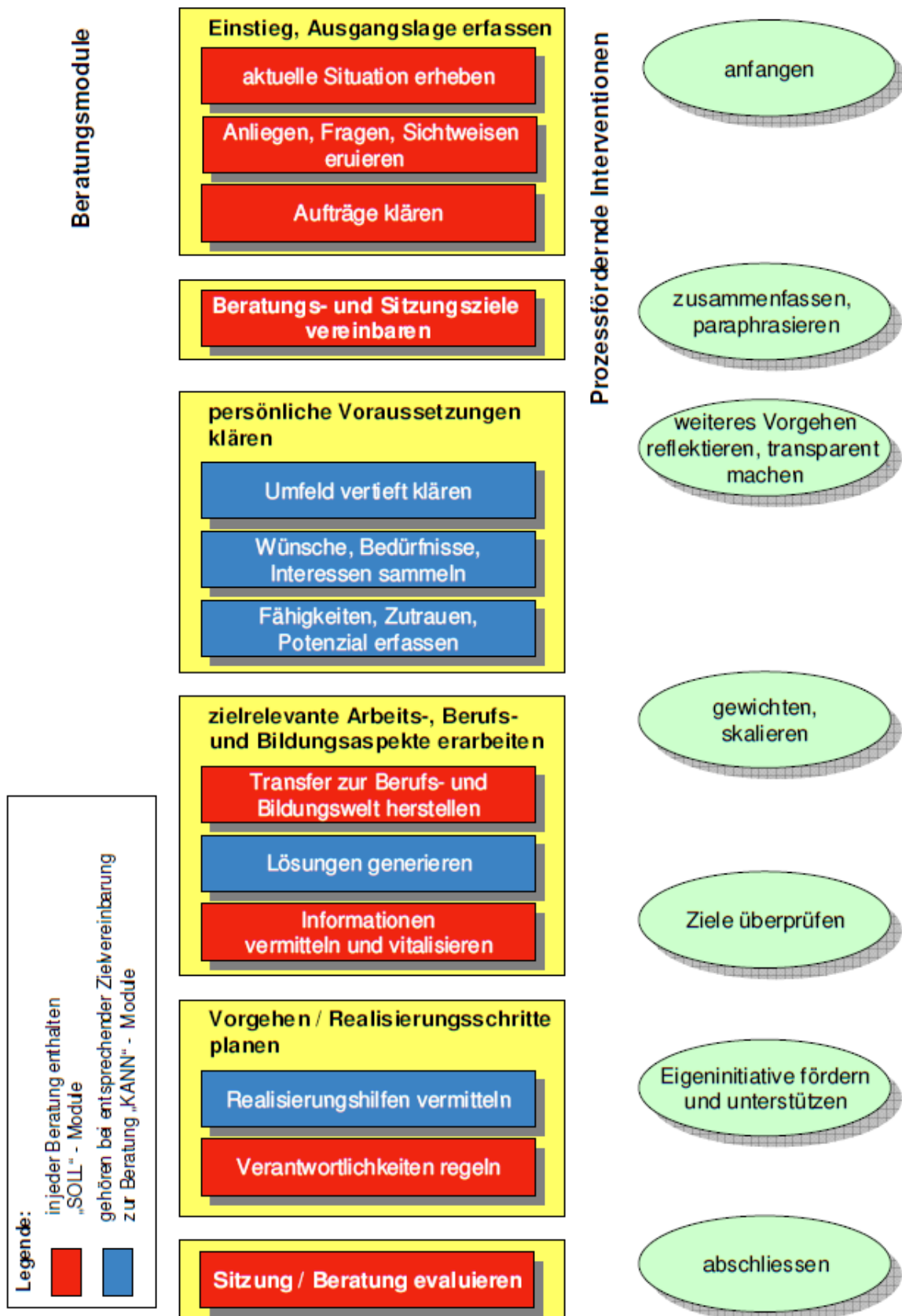


Abbildung 8: Berner Beratungsmodell Version A (BIZ Bern-Mittelland, 2012a, S. 6)

Um die Beratungspersonen zu unterstützen hat das BIZ Bern-Mittelland (2012b) die Beratungsmodule mit Arbeitsblättern ergänzt. Diese sind auf der Webseite abrufbar und können per Mausklick geöffnet werden. Tabelle 3 zeigt die Struktur dieser Ergänzung.

Tabelle 3: Beratungsmodule mit Arbeitsblättern (BIZ Bern-Mittelland, 2012b, S. 1)

Beratungsmodule	Qualitätsstandards	Arbeitsblätter: Beratung oder Hausaufgabe
1 Einstieg und Ausgangslage erfassen	Die BSLB stellt eine förderliche Arbeitsatmosphäre her, indem sie aktuelle physische Bedürfnisse (z.B. Durst, Sitzgewohnheiten) und psychische Bedürfnisse wie Sicherheit und Aktivitätsniveau beachtet. Sie erleichtert den Gesprächseinstieg, indem sie sich dem Klienten nonverbal zuwendet und die «Sprache» des Klienten aufnimmt.	
1a *Aktuelle Situation erheben	Die BSLB hat die Klientinnen-Darstellung ihrer aktuellen Berufs- und Arbeitssituation so zusammengefasst, dass sich die Klientin erkannt und verstanden fühlt.	▪ 1a_1 Meine berufliche Veränderung Themen und Fragestellungen.doc
1b Anliegen, Fragen, Sichtweisen eruieren	Die diesen Anliegen und Fragen zu Grunde liegenden Sichtweisen der Beteiligten sind ausgetauscht. Es ist geklärt, von welchen Sichtweisen in der Beratung ausgegangen wird	▪ 1b_1 Neuorientieren ja! aber wie.doc
1c Aufträge klären		

3 Methode

Im Methodenteil wird erst die Erhebungsmethode erläutert und dann die Stichprobe beschrieben. In einem dritten Schritt wird auf das methodische Vorgehen eingegangen, insbesondere auf die Erarbeitung der Leitfäden und die Interviewdurchführung sowie Aufzeichnung. Als letzter Teil folgt die Datenaufbereitung und Auswertung.

3.1 Erhebungsmethode Experteninterviews

Aufgrund der theoretischen Erkenntnisse wurden folgende zentrale Aspekte identifiziert und in den Interviews abgefragt:

- Auf was ist bei der BSLB von Leistungssportlern speziell zu achten?
- Welche Faktoren von Seiten des Sports, des Individuums und des Umfelds müssen in die Beratung miteinbezogen werden?
- Welche Bedürfnisse/Wünsche, welchen Rat haben Experten der BSLB und des Sports in Bezug auf die Beratung von Leistungssportlern?

Basierend auf der Fragestellung und der Zielsetzung wurde ein qualitatives Verfahren als Methode gewählt. Nach Mieg und Brunner (2004) ist das Experteninterview ein Verfahren, um zeiteffektiv erfahrungsgestütztes Expertenwissen abzuholen. Sechs Experten wurden mittels halbstandardisierter Interviews befragt. Bei dieser Form des Interviews stehen die Bedeutungsinhalte der befragten Personen im Zentrum (Lamnek, 2010). Die Interviewten werden durch einen Interviewleitfaden auf Fragestellungen hingelenkt, dürfen jedoch offen antworten (Mayring, 2016). In Bezug auf die Fragestellung war es wichtig, mit den Interviewpersonen ein möglichst natürliches Gespräch zu führen, bei welchem sie ihre Gedanken mit eigenen Worten formulieren dürfen und die Gelegenheit haben, bei Unklarheiten nachzufragen. Bogner, Littig & Menz (2005) empfehlen, Experteninterviews möglichst offen zu gestalten aber dennoch zur minimalen Strukturierung einen Leitfaden zu erstellen. Die Interviewpersonen können so selbst Zusammenhänge beziehungsweise grössere kognitive Strukturen entwickeln. Daraus ergibt sich die Chance, auf interessante Aussagen spontan einzugehen, wodurch weitere Informationen gewonnen werden können, die im Vorfeld nicht in Betracht gezogen wurden, jedoch für die Fragestellung von Bedeutung sein können.

3.2 Stichprobe

Für die Interviews wurden sechs Experten ausgewählt. Um die Nähe zum Sportbereich zu gewährleisten, wurden zu gleichen Teilen Personen aus der Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung wie auch aus dem Sportkontext gewählt. Ein weiteres, wichtiges Auswahlkriterium war der Erfahrungsschatz in der direkten Beratung von Leistungssportlern. Das Alter der Interviewten und die Verteilung Frauen/Männer war für die Befragung nicht von Bedeutung.

Die drei Berufsberatungspersonen wurden anhand einer Liste von Swiss Olympic, in der die Anzahl an Beratungsgesprächen pro Jahr und Berater erfasst ist, ausgewählt. Es wurden die drei Personen ausgewählt, welche die meisten Beratungsgespräche mit Leistungssportlern vorzuweisen hatten. Alle drei Personen, zwei Männer und eine Frau, waren zum Zeitpunkt der Befragung in einem öffentlichen Berufsinformationszentrum in den Kantonen Basel, Bern und Zürich angestellt und sind diplomierte Berufs-, Studien- und Laufbahnberater.

Die Auswahl der Experten aus dem Sport erfolgte anhand des Kriteriums ‚Erfahrungsschatz in der direkten Beratung‘ durch das Team Athleten- und Karrieresupport der Abteilung Sport von Swiss Olympic. Rekrutiert wurden eine Frau und ein Mann, welche in ihrem Kanton jeweils die Verantwortlichen für Leistungssport sind, sowie eine Frau, die in der Funktion als Koordinationsperson Spitzensport und Studium einer Hochschule tätig ist. Tabelle 4 gibt einen Überblick über die Experten.

Tabelle 4: Übersicht Experten

Experte	Feld	Gespräche mit Leistungssportlern
Person 1	BSLB	3600
Person 2	BSLB	180
Person 3	BSLB	120
Person 4	Sport	1700
Person 5	Sport	500
Person 6	Sport	390

3.3 Methodisches Vorgehen

In Kapitel 3.3 wird die Entwicklung der beiden Interviewleitfäden beschrieben, die Interviewdurchführung und Aufzeichnung aufgezeigt sowie auf die Datenaufbereitung und Auswertung eingegangen.

3.3.1 Entwicklung der Interviewleitfäden

Als Grundlage für die Befragung wurden zwei Leitfäden entwickelt (vgl. Anhänge A und B): ein Leitfaden für die Expertengruppe Beratungspersonen und einer für die Sportexperten. Beide Interviewleitfäden bauen auf der Fragestellung und den Theorien (vgl. Kapitel 2) dieser Arbeit auf. Die Fragen beziehen sich auf die Handlungsebene und die Beratungsgestaltung (vgl. Kapitel 2.6) und beinhalten Fragen zur Beratung von Leistungssportlern sowie den Bedürfnissen/Wünschen der Experten in Bezug auf die Beratung. Die Interviewleitfäden wurden im Dezember 2016 dem Netzwerk der ‚BSLB im Leistungssport‘ von Swiss Olympic in einem Workshop zur kritischen Überprüfung und Ergänzung vorgelegt. Aufgrund der Inputs der Teilnehmenden wurden die Interviewleitfäden leicht angepasst.

3.3.2 Interviewdurchführung und Aufzeichnung

Die Interviews wurden im Zeitraum von Januar bis März 2017 durchgeführt. Die Experten wurden vorgängig persönlich per Telefon zur freiwilligen Teilnahme angefragt. Dabei wurden sie darauf aufmerksam gemacht, dass ihre Daten anonym und vertraulich behandelt würden. Die Terminkoordination erfolgte ebenfalls telefonisch. Alle interviewten Personen verfügen über ein Einzelbüro, weshalb die Befragung an ihrem Arbeitsplatz erfolgte. Unmittelbar vor dem Interview wurde jeweils eine A4-Seite mit Ziel und Inhalt der Arbeit abgegeben und das Einverständnis der Mitwirkenden mittels Unterschrift abgeholt.

Der Interviewleitfaden bewährte sich und bedurfte keiner weiteren Anpassung. Bei den Interviews wurden jeweils diejenigen Fragen in den Vordergrund gestellt, die sich auf die entsprechende Expertise der Person bezog.

Die Interviews dauerten zwischen 25 und 45 Minuten. Sie wurden mittels der Applikation Audiomemo über das iPad aufgenommen und später über die Dropbox gesichert. Die Audioaufnahmen auf dem iPad wurden nach der Sicherung gelöscht.

3.4 Datenaufbereitung und Auswertung

Für die Aufbereitung der Interviews wurden diese zunächst wörtlich transkribiert. Dabei wurden die Tonbandaufnahmen ins Schriftdeutsche übertragen. Nach Mayring (2016) eignet sich diese Protokolltechnik vor allem, wenn die inhaltlich-thematische Ebene im Vordergrund steht und die Befragten beispielsweise als Experten auftreten. Nach Bogner et al. (2005) sind Pausen, Stimmlage, nonverbale oder parasprachliche Elemente bei Experteninterviews nicht Gegenstand der Interpretation, weshalb auf aufwendige Notationssysteme verzichtet wurde.

Um das Textmaterial auszuwerten wurde in einem zweiten Schritt eine zusammenfassende qualitative Inhaltsanalyse mithilfe der Software MAXQDA durchgeführt. Gemäss Mayring (2016) ist die Stärke der qualitativen Inhaltsanalyse, dass sie methodisch streng kontrolliert das Material schrittweise analysiert. Das Ziel der zusammenfassenden Analyse ist es, das Material so zu reduzieren, dass die wesentlichen Inhalte erhalten bleiben, das Material jedoch durch Abstraktion überschaubar gemacht wird.

Um die transkribierten Interviews mittels Software auswerten zu können, wurde als erstes ein Codesystem entwickelt. Die verschiedenen Codes wurden von den einzelnen Fragen der beiden Interviewleitfäden abgeleitet. Die Interviews wurden dann in MAXQDA importiert und die einzelnen Textstellen der Reihe nach den verschiedenen Codes zugeordnet. Konnten wichtige Textstellen nicht zugeordnet werden, wurden während der Bearbeitung weitere Codes hinzugefügt (vgl. Anhang C: Kategorie-system Codierung).

Nachdem alle Interviews in MAXQDA codiert wurden, konnten die einzelnen Kategorien mit den jeweiligen zugeordneten Aussagen zu Gunsten einer besseren Übersicht exportiert werden. Die Ergebnisse der sechs Interviews lagen damit geordnet nach Kategorie vor und konnten in einem nächsten Schritt für den Beratungsleitfaden aufbereitet werden. Bei Bedarf wurden sie mit Zitaten untermauert. Das folgende Kapitel 4 zeigt die Ergebnisse der Experteninterviews.

4 Ergebnisse der Experteninterviews

Für die Entwicklung des Beratungsleitfadens wurde nach den wichtigsten Aspekten für die Beratung von Leistungssportlern gefragt. Durch die qualitative Inhaltsanalyse wurden diese zentralen Aspekte herausgefiltert und kategorisiert. Die Ergebnisse werden nachfolgend anhand dieser Kategorien dargestellt. Es folgen Erläuterungen zur Kategorie und anschliessend eine Zusammenfassung der wichtigsten Aussagen der Interviewpersonen, untermauert mit Zitaten. Die zentralen Aspekte werden möglichst objektiv und neutral dargestellt. Die Interpretation der Ergebnisse erfolgt in Kapitel 5.

4.1 Beratungsprozess

Bei der ersten Frage wurde erfasst, was aus Sicht der Experten für die Beratung von Leistungssportlern besonders ist und wodurch sich diese von anderen Klienten unterscheiden.

Status – Wer ist Leistungssportler?

Wenn es um die Frage geht, welche Athleten überhaupt beraten werden sollen, dann sind sich alle sechs Interviewpersonen einig, dass das Klientel eingegrenzt werden

muss. *„Es gibt halt manchmal schon solche, die trainieren vielleicht ein paarmal in der Woche und haben dann das Gefühl, sie gehören jetzt zu den Spitzensportlern.“* Oder: *„Es muss schon eine Eintrittstüre geben. Nicht, dass die ambitionierte Mutter ihren Sohn zum Sport-Berufsberater schicken kann.“*

Die Experten haben auch klare Vorstellungen, wie sie das Klientel eingrenzen würden. *„Ich vertraue auf das Card-System. Ja, ich würde es als Beweis für das sportliche Talent nehmen.“* *„Ich sage immer, der Sport gibt das System vor und die Partner rund herum passen ihre Angebote an. Und im Sport haben wir die Karten und darauf würde ich mich stützen als BIZ.“* Neben den Swiss Olympic Karten wird das sportliche Potenzial genannt, welches sich jedoch wiederum durch die Karten verifizieren lässt.

Beziehung Athlet – Beratungsperson

Wenn es um die Beziehung oder den Beziehungsaufbau zwischen Klient und Beratungsperson geht, geht es vor allem darum, den Sportler dort abzuholen, wo er steht und auf ihn und das besondere Umfeld einzugehen. *„Du brauchst die Sportaffinität. Also du musst den Sportler verstehen, seine Sprache sprechen.“* *„Mal zuhören, was ist das für eine Sportart.“* Weiter geht es darum, sich nicht nur auf die Berufs- oder Studienwahl zu fokussieren, sondern ihn in seiner Rolle als Sportler ernst zu nehmen. *„Das Wichtigste bei den Berufsberatern ist, dass sie wirklich nicht nur den Berufswunsch anschauen, sondern den Sportwunsch auch.“* *„Das Besondere ist, dass sie erst mal sehr stark auf den Bereich fokussiert sind und alles andere gar nicht wahrnehmen.“* Im Unterschied zu Gleichaltrigen Nichtsportlern müssen sich Sportler erst mal Zeit freischaufeln, um überhaupt in eine Beratung zu kommen. Viele von ihnen sind so ausgelastet, dass sie meist nur das Nötige machen. Um die Sportler besser verstehen zu können, sollten sich Beratende bewusst sein, dass die Klienten voll und ganz auf den Sport fokussiert sind: *„Der Sport ist bei ihnen ja schon das Zentrum von der Welt.“* Der Sport wird auch dann sehr ernst genommen, wenn man damit kein Geld verdienen kann. Weiter hilft es, viele Einzelschicksale zu kennen, um sich in die Gedankenwelt einfühlen zu können.

Berufswahlbereitschaft Leistungssportler

„Der grösste Unterschied ist, sie haben eine Berufswahl getroffen, das ist der Sport, und sie müssen eigentlich Plan B entwickeln. Alle anderen müssen einen Plan A entwickeln.“ Zu der Voraussetzung, den Sport ernst zu nehmen, gehört auch das Verständnis, ihn als Beruf zu sehen, unabhängig davon, ob damit Geld verdient werden kann oder nicht. Viele, vor allem Jugendliche, die eine Beratung in Anspruch nehmen, haben mit dem Sport bereits ihren Traumberuf gefunden. *„Sie wollen ja eigentlich alle Profisportler werden.“* Und dennoch ist es in der Mehrzahl der Fälle so, dass sie eine duale Karriere (Sport und einen zweiten Beruf) verfolgen. *„Den meisten ist schon bewusst, dass es das braucht.“* Sie beim Sport abzuholen und dennoch offen für eine zweite Berufswahl zu machen, dieses Ziel sollte thematisiert werden. *„Also, wenn das dein Ziel ist, was musst du dafür tun? Sportmässig? Wer hilft dir dabei? Wie ist es organisiert?“* In einem zweiten Schritt sollte dann das *„Was, wenn nicht?“* geklärt werden. Das Bewusstsein zu schaffen, dass der Sport kein Lifetime-Job ist und dass das Karriereende ein fester Bestandteil einer Leistungssportkarriere ist, sollte als ein Teil der Beratung gesehen werden. Ein zweiter Punkt ist es abzuklären, was die Person überhaupt zu investieren bereit ist. Wie viel Raum (gedanklich, zeitlich) hat und will sie dem zweiten Beruf geben? *„Oft ist es dann so, dass wenn sie denn so weit sind und Schnupperlehren anfangen, dass sie da auch schon eingeschränkt sind. Ja eben mit der Zeit, die zur Verfügung steht.“* Speziell hervorgehoben wurden die Fussballer: *„Fussballer sind gefährdeter.“* Alle drei Experten aus dem Bereich der BSLB stellten fest, dass es bei Fussballern öfter vorkommt, dass sie sich ausschliesslich auf den Sport konzentrieren wollen und dadurch weniger Interesse oder Motivation für einen Plan B haben. Ein Berufsberater erwähnt, dass er in seinen Anfangszeiten das Gefühl hatte: *„Man muss ihnen einen Beruf fas taufschwätzen, so wie: aber du musst noch einen Beruf lernen.“* Durch die Beratungserfahrung lernte er den Berufswunsch Profisportler ernst zu nehmen und stellt diesen heute in den Beratungen ins Zentrum.

Weitere spezielle Faktoren

In der Beratung wird der Sport in den Fokus gestellt. Es geht dabei nicht nur um das Jetzt, sondern auch darum, was jemand später machen möchte. Die Experten sind sich einig, dass jeder Fall ein Einzelfall ist und es keine allgemein gültigen Regeln gibt. Oft geht es um Kompromisse, darum, Prioritäten zu setzen. *„Ich möchte jetzt ei-*

gentlich einen Gesundheitsberuf lernen. Das geht nicht mit dem Fussball zusammen. Was hat jetzt Priorität?“. Die Beratungsleistung ist dann, den Klienten aufzuzeigen wie der Weg langfristig aussehen könnte, damit sie in einer Krise nicht das Gefühl haben einen Fehler gemacht zu haben. „Dass sie nicht den Wunsch begraben müssen, sondern auf einen späteren Zeitpunkt schieben. (...) Du musst ja auch wissen, wie der Unterbau sein muss. (...) Wenn er später Sportlehrer werden will, dann musst du ihm ja aufzeigen, wie kommt er später dort hin.“ Da in den meisten Fällen der Sport im Zentrum steht, ist das Aufzeigen der verschiedenen Wege mit ihren Konsequenzen ein wichtiger Aspekt. Das Finden von Kompromissen, das Abwägen, was mit der Sportart vereinbar ist und der Fokus auf die Langfristigkeit sind Punkte, die in den Sportberatungen besonders wichtig sind.

4.2 Faktoren Sport

Eines der Ziele der Interviews war es, diejenigen Aspekte herauszufiltern, die von den Beratungspersonen in einer BSLB bei Leistungssportlern zusätzlich abgefragt bzw. erfasst werden sollten. Die Faktoren werden in die Bereiche Sport, Individuum und Bildung unterteilt. Im Folgenden sind die zentralen Aspekte aus dem Bereich Sport dargestellt.

Training

Im Bereich des Trainings erachten die Experten *„Trainingszeit“, „Trainingsort“, „Wieviel trainierst du pro Woche?“*, also Trainingsumfang/-intensität als zentrale Aspekte.

Wettkampf

Weiter beziehen sie die Wettkampfplanung mit ein. Das gibt ihnen die Möglichkeit, die Gesamtbelastung von Training und Wettkampf zu berechnen. Einzelne lassen ihre Klienten sogar eine Wochenplanung im 30-Minuten-Takt machen, um eine exakte Vorstellung davon zu erhalten, wie viele zeitliche Ressourcen der Sport bindet.

Höchstleistungsalter

Wie lange jemand eine Sportart ausüben kann, wird ebenfalls als wichtiger Faktor genannt. *„Im Kunstturnen hast du nicht lange Zeit, also dann schiebst du wahrscheinlich die Ausbildung nach hinten (...) ein Bobfahrer kann viel vorher machen. Das Höchstleistungsalter ist sicher ein Punkt.“*

Karriereplanung Sport

Nicht nur die aktuelle Trainings- und Wettkampfsituation wird erfasst, sondern oder vor allem die sportliche Perspektive: *„(...) dann wollen sie mir ja immer sagen, was jetzt im Moment ist, aber ich muss eigentlich nicht jetzt im Moment wissen, ich muss wissen, wie das in zwei drei Jahren aussieht.“* Die Beratungsperson muss von den Athleten wissen, wie die sportliche Planung in Zukunft aussieht, um abschätzen zu können, welche Ausbildung sich mit dem Sport vereinbaren lässt. *„(...) ihnen kommt gar nicht in den Sinn, dass sich das ändert.“* Als besonders wichtig wird dabei das konkrete Aufzeichnen und exakte Abklären genannt. *„Klärt das genau ab und zeichne es für einen Lehrbetrieb zum Beispiel auf, wie die Zeiten sind. Die Abwesenheiten zum Beispiel von der Nati oder den Zusammenzügen.“* Als mögliche Unterstützung in der sportlichen Planung wird der Nachwuchstrainer oder der Trainer der Nationalmannschaft genannt. Bei Jugendlichen stellt sich zusätzlich die Frage: *„Geht es überhaupt weiter?“* Neben der Planung, müssen Athleten auch die Flexibilisierungsmöglichkeiten von Seiten des Sports kennen. Welche Trainings sind flexibel? Kann ich Wettkämpfe auslassen?

4.3 Faktoren Individuum

Neben den sportlichen Faktoren wurde in den Interviews auch nach spezifischen individuellen Faktoren gefragt, die für die Beratung von Leistungssportlern relevant sind. Die Resultate werden nachfolgend dargestellt.

Umfeld

Das direkte persönliche Umfeld wird als wichtige Ressource genannt. *„Ich denke, ein Sportler, wenn er wirklich schon voll auf der Leistungsschiene fährt, ist wahrscheinlich mehr darauf angewiesen als andere Jugendliche, dass jemand das Coaching ein bisschen übernimmt.“* Dabei spielen sowohl Eltern als auch Trainer und Betreuer eine wichtige Rolle *„Wenn man etwas gegen den Willen des Trainers macht, wird er immer kommen und sagen, ich habe dir ja gesagt, dass das nicht geht.“* Es wird als wichtig erachtet, dass alle am gleichen Strick ziehen und hinter der Entscheidung der Person stehen. Als weiterer Aspekt wird die Unterstützung von Zuhause erwähnt. *„Wo auch immer sie wohnen, die müssen mitziehen. Weil sie einem ja die entsprechende Zeit zur Verfügung stellen oder einem den Rücken freihalten.“* In Bezug auf das Finden einer Lehr- oder Arbeitsstelle mit flexiblen Bedingungen wird das persön-

liche Netzwerk genannt. *„Es ist wirklich sehr wichtig, dass man in seiner engen Umgebung aktiv tätig wird, um etwas zu finden.“*

Wohnort

Der Wohnort wird bei Jugendlichen und Studierenden vor allem im Zusammenhang mit dem Trainings- und Ausbildungsort und den damit verbundenen Wegzeiten als wichtig erachtet. *„Bin ich der Pendlertyp? Kann ich im Zug schlafen? Nein, ich muss mit dem Auto, weil ich Gepäck habe. Ok, was heisst das? Habe ich dann einen Parkplatz? Das sind alles so kleine Dinge, die entscheidend sein können.“* *„Wie komme ich von A nach B?“*

Finanzielle Möglichkeiten

Die finanziellen Möglichkeiten werden als ganz besonders wichtig erachtet, insbesondere bei jungen Erwachsenen in der Laufbahn- und Studienberatung. Zudem stellt sich die Frage: *„Wie teuer darf die Ausbildung sein?“*

Persönlichkeit

Wenn es um die Suche nach Lehr- oder Arbeitsstellen geht, dann sollten die Athleten versuchen, ihre Fähigkeiten, die sie im Leistungssport brauchen, hervorzuheben. *„Sie sind ganz klar belastbarer als der Durchschnitt. Sie sind zuverlässiger. Pünktlichkeit, solche Sachen. Sie sind strukturierter. Also vorausdenken, planen.“* Als weiterer Punkt wird das Commitment der Person genannt. Der Athlet muss es wirklich wollen.

Militär

Im Bereich Studium wird das Militär, wenn es um die langfristige Planung geht, als wichtiger Aspekt genannt. *„Wie weit nach hinten darf ich das Militär schieben? Bei der Sport-Rekrutenschule ist klar, dass man das abklärt.“*

4.4 Faktoren Bildung

Neben den sportlichen und individuellen Faktoren wurden in den Interviews auch Faktoren der Bildung ermittelt. Auch hier geht es, um die Besonderheiten in Bezug auf die Beratung von Leistungssportler. Andere wichtige Faktoren der Beratung werden nicht dargestellt, auch wenn sie teilweise in den Interviews genannt worden sind.

Ausbildungsmöglichkeiten

„Neben der Abklärung von Interessen/Fähigkeiten kommt ein Informationsteil dazu. Was es überhaupt für Sportlösungen gibt da im Raum (...), die für diesen Jugendlichen offenstehen.“ Welche Ausbildungen den Sportlern offenstehen, muss in jedem Fall individuell angeschaut werden. „Da muss man halt beides auf den Tisch legen und schauen, geht denn der Beruf mit dem Sport oder wo könnte es Probleme geben?“ Der Sport schränkt das Angebot einerseits ein, dafür kommen andere Ausbildungen dazu, die in ‚normalen‘ Beratungen weniger Thema sind. „Also bei den Erwachsenen habe ich viel mehr Teilzeit- und Fernausbildungen.“

Flexibilisierungsmöglichkeiten/Reglemente

Sowohl auf der Sekundarstufe II wie auch auf der Tertiärstufe sind Sportler auf Individuallösungen angewiesen, dafür müssen die Reglemente manchmal grosszügig ausgelegt werden. „Man kann das verschieden interpretieren und ein Sportler ist darauf angewiesen, dass man oft die Bandbreite von diesen Anforderungen ausnützen kann.“ Eine Beratungsperson kann entsprechend nicht einfach „seine Unterlagen hervorheben, durchlesen und sagen, das geht sowieso nicht, weil es so drinsteht.“ Flexibilisierungsmöglichkeiten werden auch in Bezug auf die Belastung während der Ausbildung genannt. Wenn eine Ausbildung verlängert werden kann, Teilzeit möglich ist oder bei Bedarf unterbrochen werden kann, wird das als positiv und erleichternd gewertet.

4.5 Spezifisches Berufsberatung

In diesem Teil der Interviews wurden die spezifischen Aspekte der Berufsberatung von Leistungssportlern erfasst. In einem weiteren Teil folgen die der Studien- und im darauffolgenden die der Laufbahnberatung.

Bei der Berufswahl gibt es zwei Aspekte, die als besonders wichtig erachtet werden: Erstens das Sensibilisieren für die Berufe und ihre Anforderungen. Nur so haben die Sportler die Möglichkeit einen Beruf zu finden, der zu ihrem Sport passt. „Dann kann jemand vielleicht Bodenleger lernen, weil das zu seinem Sport passt und ein anderer nicht. Für den einen kann das ein zusätzliches Krafttraining sein und für einen anderen, der vielleicht filigran ist, geht das dann nicht.“ Die körperliche Belastung und damit verbunden die Regeneration werden von den Experten mehrfach genannt. Um

die körperliche Belastung einschätzen zu können, wird die Schnupperlehre empfohlen. *„Erlebe es einmal, dann merkst du dann vielleicht selber, dass du die Leistung vielleicht nicht mehr bringen kannst, wenn du den Tag durch acht Stunden intensiv gearbeitet hast.“* Als zweiter wichtiger Faktor wird das Interesse genannt. *„Gerade in der Berufsberatung, denke ich, ist es wichtig, dass man einen Beruf findet, welcher einem gefällt. Sonst macht man die Lehre nämlich nicht fertig.“* Sollte es dann soweit kommen, dass es doch ein körperlich anspruchsvoller Beruf ist, wird wieder auf die speziellen Bedingungen hingewiesen. Die Lehrbetriebe haben grundsätzlich viele Möglichkeiten. Die Experten unterstreichen, dass es zentral ist, den Lehrmeister frühzeitig über den Sport aufzuklären und mit ihm individuelle Lösungen zu suchen. Da es in der Schweiz bei den meisten Ausbildungen keine Alterslimite gibt, stellt sich bei den Leistungssportlern zusätzlich die Frage, ob sie wirklich alles jetzt machen müssen, oder ob es nicht sinnvoller wäre, die Ausbildung weiter nach hinten zu schieben und die Sportler ihre Laufbahn *„langfristig anschauen“* sollten. Bei dieser Frage sollte der Bezug zur sportlichen Planung gemacht werden und ein Augenmerk auf die Übergänge in den sportlichen Kategorien gelegt werden. *„Jetzt gehe ich von der U15 in die U16.“*

4.6 Spezifisches Studienberatung

Nachfolgend werden die Ergebnisse der Besonderheiten in der Studienberatung von Leistungssportlern aufgeführt.

Der Aspekt des Interesses wird auch in der Studienberatung als relevant erachtet. *„Es geht auch da darum ein Studium zu finden, das passt, an einem Studienort, der passt.“* Weiter werden die Vorbereitung und das genaue Abklären der Möglichkeiten als wichtig eingestuft. Hinzu kommen der langfristige Blick und das Antizipieren von eventuellen Konflikten zwischen Sport und Studium. Das Wissen der (angehenden) Studierenden um Flexibilisierungsmöglichkeiten von Seiten des Studiums wie auch von Seiten des Sports gilt als Voraussetzung für eine gute Kombination von Leistungssport und Studium. Ebenso zentral ist das Bewusstsein, dass ein Studium ohne Kompromisse kaum möglich sein wird. *„Es ist ein Nebenbei und es ist ein Kompromiss.“*

4.7 Spezifisches Laufbahnberatung

In diesem Abschnitt werden die Ergebnisse der Besonderheiten in der Laufbahnberatung von Leistungssportlern aufgeführt.

Ähnlich wie bei der Berufsberatung stehen die Anforderungen der Berufe und Ausbildungen im Fokus. *„Kann ich diesen Beruf später auch parallel zu meinem Sport ausüben? Ist es ein Beruf, in welchem ich vielleicht Teilzeit arbeiten kann?“* Kommt dann ein Erwachsener Sportler in die Beratung, geht es sicher auch um die Fragen *„Wo steht er? Ist er Profi? Verdient er etwas?“* Weitere Faktoren wurden nicht genannt. Die Experten nannten in der Laufbahnberatung grösstenteils dieselben Aspekte wie in der Berufsberatung.

4.8 Zusammenarbeit mit Institutionen/Vereinen

In den Interviews wurde mehrfach von der Zusammenarbeit mit Institutionen und Vereinen gesprochen, weshalb dazu eine eigene Kategorie gebildet wurde. Die Erkenntnisse daraus sind wie folgt.

In einem Kanton gibt es eine sehr enge Zusammenarbeit zwischen der Berufsberatung und dem Sportamt, respektive der Leistungssportförderung. *„Er (anm. der Berufsberater) ist offiziell bei uns im Netzwerk integriert. Wenn es darum geht was, dann ist klar, dann schick ich sie (anm. die Sportler) dorthin.“* In einem anderen Kanton läuft die Zusammenarbeit direkt mit dem Verein. *„Im Fussball kommen zum Teil die Talentmanager mit und begleiten die Jugendlichen.“* Im dritten Kanton treffen sich die Verantwortlichen des Kantons: *„Institutionalisiert treffen wir uns zwischen zwei- und viermal im Jahr im Rahmen einer Konferenz, an welcher auch alle Schulen des Kantons mit dabei sind.“* Die Zusammenarbeit zwischen BSLB und Vertretern des Sports und der Kantone wird in allen Fällen als bereichernd und fördernd beschrieben.

4.9 Rat an Beratungspersonen

Die Interviewten wurden aufgefordert, Tipps an Beratungspersonen der BSLB zu formulieren, die ganz neu Leistungssportler beraten. Die wichtigsten Aspekte werden nachfolgend erläutert.

Die Individualität und die langfristige Perspektive sind die zwei meist genannten Faktoren. *„Es gibt kein Schema F.“* Als weiteren Tipp formulierten die Experten eine gute Analyse der sportlichen Situation: *„Die sportliche Situation genau abklären, damit man sieht, was überhaupt möglich ist.“* Die Mehrheit der Experten ist der Meinung, dass die Beratungsperson die wichtigsten Sportarten in ihrer Region kennen muss oder mindestens *„einen Draht aufbauen [muss] zu den verantwortlichen Leuten von den Verbänden oder den Sportarten (...) oder sicher auch zum Sportamt“*. Der Austausch mit den Fachpersonen aus dem Bereich Sport und das Interesse am Sport werden als zentrale Voraussetzungen angesehen, um Sportler gut beraten zu können.

4.10 Bedürfnisse/Wünsche Experten BSLB

Im Rahmen der Interviews wurden die Bedürfnisse der Berufsberatungsexperten erfasst. Konkret wurde nach der Art der Unterstützung gefragt, die sie sich für ihre Tätigkeit wünschen.

Einzig eine Person äusserte konkrete Unterstützungswünsche. Sie wünscht sich mehr Lehrstellen für schulisch schwache Sportler. *„Es ist unbefriedigend, die bräuchten eigentlich ein Coaching.“* Konkret wünscht sie sich mehr sportfreundliche Lehrstellen auf der Stufe des eidgenössischen Berufsattests (EBA) sowie *„für die Schwächeren vielleicht auch einen unkomplizierteren Zugang.“*

4.11 Bedürfnisse/Wünsche Experten Sport

Die Sportexperten hatten ebenfalls die Möglichkeit, ihre Wünsche zu formulieren. Sie waren aufgefordert, ihre Bitten an die BSLB-Personen zu formulieren.

Die Personen aus dem Fachbereich Sport wünschen sich, dass die Beratungsperson *„das Schema ein bisschen verlässt“*. Die Suche nach individuellen, spezifisch auf die Person angepasste Lösungen wird von allen drei Experten genannt. Weiter wünschen sie sich, dass die Beratungspersonen *„ein offenes Ohr haben“* und es nicht heisst: *„Nein, es ist bei uns nicht möglich.“* Auch wird Kontinuität in der Beratung gewünscht, sprich, dass sich Personen auf die Bedürfnisse der Leistungssportler spezialisieren und die Sportler immer an diese Personen verwiesen werden. Die Sport-

beratungen dürfen kein „Nebenprodukt sein“. Zum Schluss wünschen sich alle drei, dass es „gute Lösungen“ für Sportler gibt.

5 Diskussion

Swiss Olympic hat der Autorin den Auftrag erteilt, einen ‚Leitfaden für die BSLB im Leistungssport‘ zu erarbeiten. Auf dieser Grundlage wurde die zentrale Fragestellung für diese Arbeit formuliert: Welches sind die zentralen Aspekte in der Beratung von Leistungssportlern?

In den folgenden Abschnitten werden die Ergebnisse aus den Experteninterviews zu diesen zentralen Aspekten diskutiert, interpretiert und in einen Leitfaden integriert. Dafür wird vorgängig die Struktur des Leitfadens erläutert, bevor auf die einzelnen Ergebnisse eingegangen wird.

5.1 Leitfaden-Struktur

Das Handlungsmodell (vgl. Kapitel 2.6, Abbildung 7), sprich die oberste Ebene des Berner Beratungsmodells, dient als Grundlage für die Struktur des Leitfadens. Es ist in der Beratungslandschaft der Schweiz bekannt und beschränkt sich auf die Handlungsebene. Die Interviewfragen waren so formuliert, dass die Experten Informationen sowohl zur inhaltlichen, strukturellen wie auch der Beziehungs-Ebene (vgl. Kapitel 2.6) lieferten. Durch die Kategorisierung der Ergebnisse konnte eine erste Struktur geschaffen werden. Die Zuordnung zu den verschiedenen Ebenen wird aber erst in diesem Teil der Arbeit vorgenommen. Für die Formulierung des Leitfadens werden die Ergebnisse den drei Ebenen (farblich) zugeordnet und als Qualitätsstandards (QS) formuliert. Des Weiteren werden spezifische Prozessschritte, die sich aus den Ergebnissen ableiten lassen, den Modulen des Berner Beratungsmodells zugeordnet. Sie werden in einer eigenen Spalte unter ‚Spezifisches Leistungssport‘ dargestellt. Eine vierte Spalte zeigt, in Anlehnung an die Arbeitsblätter des Berner Beratungsmodells (vgl. Kapitel 2.6, Tabelle 3), das Unterstützungsmaterial, welches für das entsprechende Beratungsmodul aktuell vorhanden ist. Daraus ergibt sich für den Leitfaden folgende Struktur:

Beratungsmodul	Spezifisches Leistungssport	Qualitätsstandards Strukturelle Ebene Inhaltliche Ebene Beziehungsebene	Unterstützungsmaterial
----------------	-----------------------------	--	------------------------

Ergebnisse, die sich auf die Beratungsgestaltung beziehen, können nicht in dieser Struktur abgebildet werden. Sie werden unter ‚Allgemeine Hinweise für die BSLB von Leistungssportlern‘ zusammengefasst. Für die Ebene der Beratungsgestaltung wird explizit nicht Bezug auf ein Modell oder eine Theorie genommen. Die Beratungspersonen im Netzwerk sind bei verschiedenen Arbeitgebern angestellt, die entsprechend auch unterschiedliche Vorstellungen über die Gestaltung einer Beratung oder das Beziehungsverständnis haben. Swiss Olympic kann und will den Beratungspersonen nicht vorschreiben, wie sie beraten sollen. Allgemeine Hinweise zu den Besonderheiten in der Beziehungsgestaltung mit Leistungssportlern sind aus Sicht der Autorin dennoch möglich.

5.2 Beratungsprozess

Status – Wer ist Leistungssportler?

Die Experten empfehlen, die Klienten auf die „Swiss Olympic Card“-Inhaber zu begrenzen. Grundsätzlich kann jede Institution oder Beratungsperson selbst entscheiden, wie und wo sie die Abgrenzung zur ‚normalen‘ Beratung macht. Entsprechend wird im Leitfaden unter den ‚Allgemeinen Hinweisen‘ einzig eine Empfehlung gemacht. Neben den Card-Inhabern empfiehlt die Autorin zusätzlich, Sportler, die im Kader einer Top-Liga, z. B. National League/Swiss League Eishockey sind, in Sportberatungen aufzunehmen. Diese Athleten besitzen oft keine Karten, sind auf dem Athletenweg dennoch in der E-Phase und auf besondere Bedingungen angewiesen.

Beziehung Athlet – Beratungsperson

Um eine gute Beziehung zwischen dem Athleten und der Beratungsperson herzustellen, wird von den Experten empfohlen, sie als Sportler abzuholen und nicht nur den Berufs-, sondern eben auch den Sportwunsch aufzunehmen. Eine Sportaffinität sowie die Sprache des Sports zu sprechen scheinen wichtige Faktoren zu sein, um eine gute Beziehung aufbauen zu können. Der Sport soll ins Zentrum gestellt werden, weil er genau das für das Leben vieler Sportler bedeutet. Sie fühlen sich nur verstan-

den, wenn die Beratungsperson daran anknüpft. Aufgrund dieser Erkenntnisse wird der allgemeine Hinweis formuliert, dass *vom Sport im Zentrum ausgegangen werden soll*. Weiter werden zwei QS auf der Beziehungs-Ebene formuliert: *Die Beratungsperson nimmt die Sprache des Sportlers auf* und *Die Beratungsperson respektiert den Sportler in seiner Rolle als Sportler*. Diese beiden QS gelten nicht nur für ein bestimmtes Modul im Beratungsprozess, sondern über den gesamten Beratungsprozess hinweg. Auch wenn es keinen offiziellen Beruf des Sportlers gibt scheint es wichtig zu sein, diesen Wunsch ernst zu nehmen, zu thematisieren und ins Zentrum der Beratung zu stellen.

Berufswahlbereitschaft Leistungssportler

Als grössten Unterschied zu ‚normalen‘ Beratungen sehen die Experten den Fakt, dass Athleten meist schon eine Berufswahl getroffen haben: Sie wollen Sportler werden. Es geht bei ihnen deshalb oft nicht darum, einen Plan A, sondern einen Plan B zu entwickeln. Wie Graf und Schultheiss (2016) festgestellt haben, sind die Kompromissbereitschaft und die Auseinandersetzung über das Berufsziel Sportler hinaus oft nicht gegeben. Ebenso wenig besteht bei den meisten die Realitätsorientierung und eine langfristige Planung über das Karriereende hinweg. Schreiber und Müller (2017) hingegen stellen fest, dass über 96 % aller Leistungssportler bei Karriereende einen Abschluss auf der Sekundarstufe II vorweisen können. Viele der Sportler haben also dennoch während der Karriere eine zweite Berufswahl getroffen, auch wenn dies vielleicht Plan B war. Die Experten empfehlen deshalb, die Sportler beim Beruf des ‚Sportlers‘ abzuholen und sie über die Identität, sprich über das von Hirschi (2015) beschriebene Humankapital, abzuholen. Über diesen (Um)Weg sollen sie offen für eine zweite Berufswahl gemacht und die Frage nach dem: was, wenn nicht? beantwortet werden. Graf und Schultheiss (2016) empfehlen in ihrer Arbeit, die Auseinandersetzung mit den persönlichen Interessen und Fähigkeiten anhand des Berufsbilds des Sportlers zu machen. Die erworbenen Kompetenzen als Sportler werden gemäss dem Leistungssportkonzept des Bundes (2016) informell in andere Berufsfelder transferiert, da es kein offizielles Kompetenzprofil gibt. Sie für die Berufswahl zu nutzen, könnte aus Sicht der Autorin die Berufswahlbereitschaft erhöhen und den Beratungsprozess positiv beeinflussen. Die Beratungsperson soll den Klienten darin unterstützen, seine Kompetenzen in die Terminologie der Arbeitswelt zu übersetzen. Im Beratungsmodul ‚Einstieg und Ausgangslage erfassen‘ wird deshalb der Inhalt *Be-*

rufswahlbereitschaft klären eingefügt, sowie unter ‚Fähigkeiten, Zutrauen, Potenzial erfassen‘ *Besondere Eigenschaften und Kompetenzen als Sportler erfassen (z. B. zielstrebig, fokussiert)*. Weiter werden die folgenden QS formuliert:

Die BP hat den Klienten bei seiner Identität als Sportler abgeholt - Die BP hat die, über den Sport erworbenen, Kompetenzen erfasst - Die BP hat erfasst, ob es sich um einen Plan A oder einen Plan B handelt - Die BP hat die Eigenschaften und Fähigkeiten im Sport in die Terminologie der Arbeitswelt übersetzt - Die BP hat die sportliche Situation so zusammengefasst, dass sich der Sportler erkannt und verstanden fühlt.

Obwohl die Experten darauf hinweisen, dass speziell Fussballer weniger Interesse oder Motivation an einem Plan B haben, wird im Leitfaden darauf verzichtet, sportartspezifische Aussagen zu machen.

Die interviewten Experten halten fest, dass das Bewusstsein, dass der Sport kein Lifetime-Job ist, ein Bestandteil der Beratung sein sollte. Graf und Schultheiss (2016) würden deshalb die Berufswahl – gedanklich – rückwärts angehen und eine langfristige Perspektive vom sportlichen Karriereende aus einnehmen. Im Modul ‚Transfer zur Berufs- und Bildungswelt herstellen‘ wird deshalb der QS *Die BP hat den Athleten auf die Besonderheiten des Berufs „Sportler“ aufmerksam gemacht (Karriereübergänge und -ende)* mit aufgenommen. Weiter wird der allgemeine Hinweis *es ist zentral, dass eine langfristige Perspektive eingenommen wird* formuliert.

Weitere spezielle Faktoren

Die Experten sind sich einig, dass jeder Fall ein Einzelfall ist und es keine allgemeinen Regeln gibt. Die Einzelfallanalyse, das Suchen von individuellen Wegen und Kompromisslösungen sind zentrale Aspekte. Weiter erachten sie als wichtig, dass der Sport ins Zentrum gestellt wird. Daraus ergeben sich die ‚Allgemeinen Hinweise‘, *dass es zentral ist jeden Fall als Einzelfall zu betrachten, Kompromisslösungen und Individuallösungen zu suchen, vom Sport im Zentrum auszugehen ist*. Das Priorisieren beziehungsweise Einordnen des Sports in Bezug auf die Berufs- oder Studienwahl ist ein Schritt, der im Vergleich zu ‚normalen‘ Beratungen hinzukommt. Im Modul ‚Einstieg und Ausgangslage erfassen‘ wird deshalb der Schritt *Priorisieren/Einordnen des Sports in Bezug auf die Berufs- und Studienwahl* eingefügt. Als

QS kommt hinzu: *Die BP hat erfasst, welches Verständnis der Klient vom Sport als Beruf hat.*

Die langfristige Perspektive und der damit verbundene langfristige Ansatz für die Ausbildung ist ein weiterer wichtiger Aspekt. Das Modell von Wylleman et al. (2014) zeigt, dass der Leistungssport mit seinen Übergängen und den entsprechenden Entwicklungsaufgaben ein Prozess ist, der mit dem Einstieg in den leistungsorientierten Sport beginnt, mit dem Karriereende jedoch nicht abgeschlossen ist. Die verschiedenen Ebenen beeinflussen einander. Das Modell FTEM (Swiss Olympic, 2017d) zeigt ein ähnliches Bild: Einige Berufs- oder Ausbildungswünsche lassen sich aufgrund des Sports zum Zeitpunkt der Beratung eventuell nicht realisieren. Im Sinne einer langfristigen Perspektive ist die Beratungsperson in diesem Fall besonders gefordert, mit ihrem Wissen dem Klienten aufzuzeigen, wie er seinen Wunsch gegebenenfalls zu einem späteren Zeitpunkt realisieren kann und welche Schritte er aktuell schon unternehmen könnte, um möglichst rasch an sein Ziel zu kommen. Daraus entsteht der QS *Falls der Berufswunsch sich Aufgrund des Sports aktuell nicht realisieren lässt, kennt der Sportler den Weg, wie er den Berufswunsch später verwirklichen kann.* Um mögliche Wege zu eruieren, könnte sich die Beratungsperson am Ressourcen-Modell von Hirschi (2015) orientieren. Sollte es für den Klienten nicht möglich sein, Humankapital-Ressourcen während der Sportkarriere aufzubauen, könnte er sich beispielsweise auf das aktive Aufbauen eines Netzwerkes kümmern oder seine Identitäts-Ressourcen stärken. Dies scheint vor allem für die Profisportler ein interessanter Weg zu sein. Die Auswertungen von Schreiber und Müller (2017) zeigen, dass unter den Profis 18 %, im Vergleich zu 49 % bei den Amateuren, bei Karriereende einen Tertiärabschluss aufweisen können. Die Profisportler holen jedoch nach Karriereende auf. Davon abgeleitet wird unter dem Modul ‚Informationen vermitteln und vitalisieren‘ der Schritt *Die BP informiert den Sportler, wie der Sportler verschiedene Ressourcen für den Laufbahnerfolg aufbauen kann* sowie der QS *Der Sportler weiss, wie er Identitäts-, Psychologische, Soziale, und Humankapital-Ressourcen aufbauen kann.*

5.3 Faktoren Sport

Die zentralen Aspekte aus dem Sport werden dem Modul ‚Umfeld vertieft klären‘ zugeordnet. Je nachdem wie die Beratungsperson arbeitet und wie sie den Beratungs-

prozess gestaltet, könnte es Sinn machen, diesen Teil bereits im Einstieg aufzunehmen. Im Leitfaden wird deshalb im Einstieg ein Verweis mit Stern* auf das Modul *Sportliche Situation erfassen* gemacht. Die sportlichen Aspekte werden unter dem Überbegriff *Sportliche Situation erfassen* zusammengefasst. Aus den Interviews können einzelne Faktoren dem Training und dem Wettkampf zugeordnet werden. Weiter wird das Höchstleistungsalter genannt. In den Leitfaden werden die Punkte *Training: Zeit, Ort, Umfang/Intensität* sowie *Wettkampf: Planung Verein/Kader* und das *Höchstleistungsalter* aufgenommen. In der Situationsanalyse Spitzensport und Studium (Swiss Olympic, 2017c) sind dieselben Faktoren genannt und als Fragen formuliert. Der Leitfaden wird deshalb als Unterstützungsmaterial angegeben und dient so den Beratungspersonen als Gedankenstütze. Neben den bereits genannten Faktoren steht in der Broschüre weiter „*Gehe von der maximalen Trainings- und Wettkampfbelastung aus.*“ Daraus wird der QS *Die BP kennt die aktuelle und zukünftige (langfristige) maximale zeitliche und körperliche Belastung des Sportlers* formuliert. Die körperliche Belastung ist besonders zu berücksichtigen, wenn der Sportler sich für einen Beruf interessiert, der einen hohen Körpereinsatz verlangt (Swiss Olympic, 2017b). Um die Belastung erfassen zu können, empfiehlt ein Experte, die Klienten einen Wochenplan erstellen zu lassen. Dieser Punkt wird ebenfalls in den Leitfaden aufgenommen.

Die langfristige sportliche Karriereplanung und das sportliche Potenzial sind das Kernstück für viele weitere Schritte. Sie sind die Grundlage, auf welche alle weiteren Puzzleteile (Ausbildung, Arbeit etc.) aufgebaut werden. Die Schritte *Sportliches Potenzial erfassen* und *Sportwunsch erfassen* werden in den Leitfaden eingefügt. Die Experten halten fest, dass viele Athleten nur ihre aktuelle Situation kennen, es für die BSLB jedoch zentral ist, Informationen über die nächsten zwei bis fünf Jahren zu erhalten. Weiter müssen die Sportler wissen, welche Flexibilisierungsmöglichkeiten sie auf sportlicher Seite haben. Nur so kann die Beratungsperson einschätzen, welche Ausbildung überhaupt möglich ist. Trainer können Hilfestellung geben, diese Fragen realistisch zu beantworten. Aufgrund dieser Erkenntnisse wird das Modul *Karriereplanung Sport (langfristig)* in den Leitfaden integriert. Für die QS kommen *Der Sportler und die BP kennen die langfristige sportliche Planung*, *Der Sportler kennt die Flexibilisierungsmöglichkeiten von Seiten des Sports* sowie *Die langfristige sportliche Karriereplanung ist mit dem Trainer/Verband abgesprochen* hinzu.

5.4 Faktoren Individuum

Umfeld

Neben den sportlichen Faktoren sind die individuellen Voraussetzungen eine wichtige Basis, um Entscheidungen treffen zu können. Im Modul ‚Umfeld vertieft klären‘ wird neben dem Teil ‚sportliche Situation erfassen‘ deshalb ein zweiter Teil *individuelle Situation erfassen* eingefügt. Als zentrale soziale Ressource (vgl. Hirschi, 2015) wird von den Experten das direkte persönliche Umfeld, insbesondere das Elternhaus, genannt. Die Unterstützung der Eltern hat grossen Einfluss auf die Athleten. Aus diesem Grund ist es wichtig, dass sie die Entscheidungen des Athleten mittragen. Gleiches gilt für den Trainer oder andere nahestehende Personen. Die Beratungsperson sollte entsprechend auf das persönliche Umfeld eingehen. Als Modul wird die *Unterstützung: Eltern/Trainer/Verein/Verband/weiteres Umfeld (Partner, Arbeitgeber etc.)* eingefügt und dazu der QS *Die BP hat die wichtigsten Bezugspersonen (Trainer, Verein, Eltern etc.) des Sportlers erfasst* formuliert.

Neben dem Umfeld ist der Wohnort, respektive die Distanzen zwischen Wohn- und Trainingsort, ein wichtiger Aspekt. Ob eine Person im Zug lernen kann oder nicht, kann beispielsweise für ein Studium mit einem langen Anfahrtsweg von Bedeutung sein. Die Faktoren *Wohnsituation/Wohnort* und die *Wegzeiten zwischen Trainings-, Wohn-, Ausbildungs- und Arbeitsort* werden entsprechend in den Leitfaden aufgenommen. Weiter werden die *Finanziellen Möglichkeiten* und das *Militär* als weitere Individuelle Faktoren in den Leitfaden integriert und entsprechende Links zur Sporthilfe (finanzielle Unterstützung) und der Spitzensportförderung der Armee als Unterstützungsmaterial aufgeführt. Als QS, der sämtliche individuelle Faktoren umfasst, wird folgender definiert: *Die BP hat die individuelle Situation so zusammengefasst, dass sich der Sportler verstanden fühlt.*

5.5 Faktoren Bildung

Im Bereich der Bildung kommt für die Sportler ein Informationsteil hinzu. *Die BP informiert den Sportler über spezifische Ausbildungsangebote* wird als Modul im Bereich ‚Transfer in die Berufs- und Bildungswelt herstellen‘ hinzugefügt und dazu der QS *Die von der BP abgegebenen Informationen zu den Sportlösungen sind aktuell und inhaltlich richtig.* Besondere Ausbildungsmöglichkeiten finden die Beratungspersonen über die Webseite von Swiss Olympic oder die verschiedenen Broschüren.

Die entsprechenden Links zum Informationsmaterial werden im Leitfaden als Unterstützungsmaterial aufgeführt. Neben den speziell für Sportler ausgerichteten Ausbildungen, gibt es vor allem in den Bereichen der Beruflichen Grundbildung aber auch auf der Tertiärstufe viele Athleten, die ‚normale‘ Ausbildungen absolvieren. Dabei sind sie darauf angewiesen, dass *Reglemente grosszügig ausgelegt werden*. Dieser wichtige Aspekt wird als ‚Allgemeiner Hinweis‘ aufgenommen, da er sowohl für Ausbildungen wie auch für Arbeitsreglemente gilt. Oftmals lassen sich Reglemente auf verschiedene Weisen interpretieren. Sportler sind darauf angewiesen, dass die Beratungsperson sie grosszügig auslegt und über die Flexibilisierungsmöglichkeiten informiert. *Die BP informiert den Sportler über Flexibilisierungsmöglichkeiten/Auslegung von Reglementen von Seiten der Bildung*. Damit sie dies kann, muss sie *die grosszügigen Interpretationsweisen von Ausbildungsbestimmungen kennen*. Wenn der Sportler die Ausführungen der Beratungsperson im Bereich der Bildung verstanden hat, dann *ist dem Sportler bewusst, welche Informationen im Zusammenhang mit Sport und BSL-Wahl für ihn bedeutsam sind und wo er diese beschaffen kann*. Diese beiden Punkte werden als QS formuliert.

5.6 Spezifisches Berufsberatung

Ob sich eine Ausbildung oder ein Beruf mit dem sportlichen Engagement verbinden lässt, kann nie pauschal beantwortet werden. Die Vereinbarkeit hängt sowohl die Berufliche Grundbildung als auch das Studium betreffend jeweils von einer Kombination der sportlichen und individuellen Voraussetzungen und der entsprechenden Ausbildung oder dem Beruf ab (Swiss Olympic, 2017c). Die Experten unterstützen diese Aussage und erachten es als wichtige Beratungsleistung, *die Sportler über die Anforderungen eines Berufes bzw. eines Studiums zu informieren*. Dabei ist es wichtig, dass *die BP den Sportler über mögliche Hürden und Einflussfaktoren in der Kombination von Sport und Beruflicher Grundbildung informiert*. Damit sie dies kann, muss sie die entsprechenden relevanten Faktoren kennen. Dieser Aspekt wird sowohl als Schritt wie auch als QS in den Leitfaden integriert sowie die entsprechenden Informationen (Swiss Olympic, 2017b) als Unterstützungsmaterial angegeben. Weiter sehen die Experten im Bereich der Lösungsgenerierung ihre Aufgabe darin, *dass die BP die Anforderungen von Beruf/Ausbildung in Kombination mit dem Sport (langfristige Perspektive) prüft*. Dabei soll sie das Augenmerk auch auf die Übergänge legen (vgl. Wylleman et al., 2014; Swiss Olympic, 2017d). Oft ist nicht nur die Frage nach

der Art der Ausbildung wichtig, sondern auch nach dem optimalen Zeitpunkt für den Ausbildungsbeginn. Je nach Sportart und FTEM-Phase kann es sinnvoll sein, mit dem Ausbildungsstart zu warten. Entsprechend soll in der Beratung *die BP die langfristige Ausbildungsplanung thematisieren und den optimalen Zeitpunkt für den Ausbildungsstart prüfen.*

5.7 Spezifisches Studienberatung

In der Studienberatung sind ebenfalls die Aspekte des richtigen Zeitpunkts und der langfristigen Planung wichtig. Diese wurden jedoch bereits in den Leitfaden aufgenommen. Weiter wird von den Experten in diesem Bereich darauf hingewiesen, dass es in der Kombination von Leistungssport und Studium immer um Kompromisslösungen geht. Auch hier ist bereits ein entsprechender ‚Allgemeiner Hinweis‘ formuliert.

5.8 Spezifisches Laufbahnberatung

In der Beratung von Erwachsenen kommt sicher die Frage hinzu, wo der Sportler aktuell steht. Wenn die Beratungsperson eine umfassende Analyse der persönlichen Voraussetzungen gemacht hat, kommen keine neuen, noch nicht beschriebene, Aspekte hinzu, weshalb der Leitfaden nicht ergänzt werden muss. Die Experten hatten keine zusätzlichen Inputs an dieser Stelle. Für die Autorin stellt sich jedoch die Frage nach der Arbeitslosenentschädigung von ehemaligen Profisportlern oder nach dem Umgang mit IV-Anmeldungen aufgrund einer Sportinvalidität. Soweit ihr bekannt ist, gibt es keine speziellen Kurse oder Unterstützungsmöglichkeiten für ehemalige Leistungssportler, die sich beim RAV oder der IV anmelden. Vereinzelt Rückmeldungen von ehemaligen Profi-Fussballern und Profi-Eishockey-Spielern zeigen, dass ein Bedürfnis nach diesen Unterstützungsmöglichkeiten besteht. Ein entsprechendes Angebot wäre daher wünschenswert. Auch ist es für die 4 % (vgl. Schreiber & Müller, 2017) der Leistungssportler, die zum Zeitpunkt ihres Karriereendes keinen Sekundarstufe II Abschluss vorweisen können zentral, dass die Beratungspersonen die Möglichkeiten der Berufsprüfungen ohne EFZ-Abschluss, der Validierungsverfahren und der Nachholbildung kennen. Schreiber und Müller (2017) haben festgestellt, dass überdurchschnittlich viele ehemalige Sportler in akademischen Berufen arbeiten. Entsprechend sind das Wissen um Ausbildungsqualifikationen auf der Tertiärstufe und Kenntnisse über die Anrechnung erworbener Kompetenzen aus dem Sport ein wichtiger Faktor in der Beratung von Athleten.

5.9 Zusammenarbeit mit Institutionen/Vereinen

Die Nähe der BSLB zu Kanton, Verein oder Verband ist von Institution zu Institution unterschiedlich, Da sich die lokalen Gegebenheiten stark unterscheiden. Je nachdem, wie im Kanton die Nachwuchs- und Leistungssportförderung organisiert ist, gibt es eine engere Zusammenarbeit. Von den Experten beider Seiten wird die Nähe zur Gegenseite sehr geschätzt und als bereichernd empfunden. Da die Beratungspersonen diese Strukturen nur bedingt beeinflussen können, wird ein ‚Allgemeiner Hinweis‘ formuliert: *Eine Zusammenarbeit mit dem Sportamt und/oder den Trainern/Vereinen in der Region ist wünschenswert.* Falls dies nicht schon initiiert ist, wäre es wünschenswert, dass die Personen im Netzwerk der BSLB im Leistungssport sich dafür einsetzen würden, eine Zusammenarbeit mit dem Sport aufzubauen. Dazu gehört für die Autorin die Kooperation mit den wichtigen Vereinen in der Region, wenn möglich sogar auf Stufe der Trainer oder Talentmanager, den wichtigsten Sportschulen, den Hochschulkoordinatoren sowie mit dem Kantonalen Sportamt, respektive dem Kantonalen Beauftragten für Nachwuchsförderung. Einmal im Jahr schafft Swiss Olympic im Rahmen der ‚Konferenz Leistungssport und Ausbildung‘ die Gelegenheit, dass sich genau diese Vertreter treffen können. Damit Sportler optimal unterstützt werden können, braucht es aus Sicht der Autorin regelmässige lokale Treffen. Gemäss den Experten geschieht dies in ihren Regionen bereits. In anderen Kantonen sieht es erfahrungsgemäss leider noch anders aus. Swiss Olympic sollte deshalb weitere Bestrebungen unternehmen, die verschiedenen Akteure einander näher zu bringen.

5.10 Rat an Beratungspersonen

Ein Interesse am Sport und das Wissen, dass es kein Schema F für alle Sportler gibt scheint wichtig zu sein. Die wichtigsten Sportarten in der Region zu kennen, wird von den Experten als weiterer zentraler Faktor angegeben. Über die Vereinshomepages, die Kaderpyramiden (als Unterstützungsmaterial angegeben) oder über das persönliche Gespräch mit Trainern und Vereinen können sich die Beratungspersonen über die Sportarten informieren. Die Experten wie auch die Autorin sind überzeugt, dass die Beratungsqualität steigt, wenn die Beratungsperson weiss, wie die Sportart funktioniert und wann erfahrungsgemäss wichtige Übergänge stattfinden. Aus diesem Grund wird der ‚Allgemeine Hinweis‘ *Die Beratungsperson weiss, wie die wichtigsten Sportarten in der Region funktionieren* formuliert. Da sich das System des Sports etwa im selben Tempo verändert wie die Bildungslandschaft, muss zwingend ein re-

gelmässiger Austausch auf lokaler Stufe stattfinden. Auch könnten die Beratungspersonen neue Ausbildungen oder andere spezielle Bedingungen für Sportler forcieren oder gemeinsam mit anderen kantonalen Institutionen, wie dem Sportamt, aufbauen. Vor allem auf der Stufe EBA und Studium gibt es noch Bedarf an flexiblen Ausbildungsmöglichkeiten.

5.11 Bedürfnisse/Wünsche Experten BSLB

Für schulisch schwache Sportler gibt es aktuell wenige Möglichkeiten. Da die Athleten mit dem Training oft schon stark ausgelastet sind, fehlt ihnen manchmal die Motivation oder Energie, sich um eine Lehrstelle zu bemühen. Spezielle Coaching-Angebote für diese Sportler wurden von einer Expertin gewünscht. Je nach Umfeld des Sportlers können auch die Eltern, der Trainer oder Verein einen Teil dieser Verantwortung übernehmen. Umso wichtiger ist es, dass diese Personen in den Beratungsprozess miteinbezogen werden. Im Modul ‚Verantwortlichkeiten regeln‘ wird der Schritt *Unterstützungsmöglichkeiten von Seiten Trainer/Verein miteinbeziehen, falls die Eltern den Sportler nur ungenügend unterstützen können* eingeführt. Dazu wird der QS *Der Sport/das sportliche Umfeld sind im Plan mit Vorgehensweisen, Terminen, Verantwortlichkeiten und evtl. Unterstützungsmöglichkeiten miteinbezogen* integriert.

5.12 Bedürfnisse/Wünsche Experten Sport

Die Experten aus dem Sport wünschen sich vor allem, dass Beratungspersonen nach individuell auf die Person angepassten Lösungen suchen. Das aktive Suchen nach kreativen Wegen und eine Kontinuität in der Beratung ist erwünscht. Optimierungspotenzial sieht die Autorin vor allem in der Kommunikation der besonderen Beratungsangebote für Sportler. In einigen Regionen gibt es zwar Spezialisten, aber die Nachwuchsleistungssportler kennen die Angebote nicht. Entsprechend suchen sie eine ‚normale‘ BSLB auf. Auch besteht das Netzwerk in der Schweiz noch nicht flächendeckend. Das Ziel für Swiss Olympic sollte sein, ein schweizweites Netzwerk an spezialisierten Beratungspersonen zu haben.

5.13 Evaluation

Das letzte Modul im Berner Beratungsmodell ist die Evaluation der Sitzung/Beratung. Um zu überprüfen, ob sich der Sportler in seiner Rolle auch wirklich verstanden fühlt,

wird der QS *In der Evaluation der Beratung wird erfasst, ob sich der Sportler in seiner Rolle als Sportler verstanden gefühlt hat* aufgenommen. Falls sich der Sportler nicht verstanden fühlt: *Was würde er brauchen, um sich verstanden zu fühlen?* Wenn schon eine spezielle Sportberatung angeboten wird, dann sollte sich der Sportler bei dieser Beratungsperson auch wirklich verstanden fühlen.

6 Reflexion und Ausblick

Das Ziel dieser Arbeit war die Erarbeitung eines Leitfadens für die BSLB im Leistungssport. Ein erster Entwurf dieses Leitfadens konnte anhand der Theorien und Ergebnissen aus den Interviews formuliert werden (vgl. Anhang D). Das grundlegende Ziel ist damit erreicht. Ob der Leitfaden nun die Wirkung hat, die Swiss Olympic sich wünscht, ist unter anderem davon abhängig, wie er den Beratungspersonen vermittelt wird und wie sie die Inhalte interpretieren und nutzen können. Er muss sicher auf seine Alltagstauglichkeit hin geprüft werden. Die aktuelle Version ist allgemein formuliert und sowohl für Jugendliche und Erwachsene gültig als auch für alle Bereiche der BSLB. Inwiefern eine solche allgemeine Variante im Beratungsalltag hilfreich ist, muss mit den Beratungspersonen diskutiert werden. Weiter gilt es, sich über die Inhalte zu unterhalten. Nach intensiver Beschäftigung mit Theorie und Interviewmaterial ist für die Autorin klar, was sie mit den Formulierungen im Leitfaden meint. Ob Personen, die sich nicht genauso intensiv mit der Thematik beschäftigt haben, das gleiche Verständnis haben, ist schwer abzuschätzen und zu überprüfen. Es kann gut sein, dass zu den Modulen oder Qualitätsstandards Erklärungen beziehungsweise Ergänzungen nötig sind. Gleiches gilt für das Unterstützungsmaterial. Die Autorin geht davon aus, dass es ein Begleitdokument braucht, welches die Inhalte beschreibt, weil die Module und Qualitätsstandards lediglich stichwortartig formuliert sind und für sportferne Personen deshalb wahrscheinlich nicht selbsterklärend sind. Eine erste Prüfung des Leitfadens ist durch die drei Interviewpartner aus der BSLB erfolgt. Ihr Feedback wurde in die aktuelle Version bereits integriert. Als Experten sind sie sehr nah an der Thematik dran. Deshalb wäre ein zusätzliches Feedback von ‚leistungssportfernen‘ Beratenden sicher wertvoll. Eine Expertin hat Bedenken geäußert, ob der Leitfaden von leistungssportfernen Personen verstanden werden kann. Sie hat das Gefühl, dass zusätzliche Erklärungen nötig sind.

Im Prozess war es sowohl für die Experten als auch für die Autorin eine Herausforderung, implizites Wissen explizit zu machen. Es war viel Wissen da, aber man wusste nicht, woher es kam. Besonders im Kapitel ‚Theoretische und wissenschaftsbasierte Fundierung‘ war es daher nötig, entsprechende Quellen für das implizite Wissen zu finden. Da die Autorin einige der Broschüren von Swiss Olympic selbst erarbeitet hat, tat sie sich zu Beginn schwer, sich selbst, respektive Swiss Olympic, als Quelle anzugeben. Diese Hürde konnte zum Glück überwunden werden. In der Disziplin der Sportpsychologie, insbesondere im Bereich von Karriereübergängen, konnte auf verschiedene aktuelle Quellen zurückgegriffen werden. Im Gebiet der Laufbahnforschung hingegen gibt es bisher nur wenige Untersuchungen die sich mit dem Thema Leistungssport befassen. Wissenschaftliche Arbeiten, die sich explizit mit der BSLB von Leistungssportlern befassen, hat die Autorin, abgesehen von der Studie von Schreiber (2017) und der Masterarbeit von Graf und Schultheiss (2016), nicht finden können. Für die Qualitätssteigerung in der Beratung von Schweizer Leistungssportlern wäre es sicher unterstützend, wenn die Besonderheiten in der BSLB im Leistungssport und entsprechende Beratungsmethoden auch wissenschaftlich untersucht würden. Im Bereich der Sportpsychologie liegt der Fokus oft auf dem Ende der Karriere und dem damit verbundenen Übergang in die nachsportliche Laufbahn. Ein Beratungsansatz, der den Leistungssport als integralen Bestandteil einer Laufbahn annimmt und eine langfristige Perspektive über das Karriereende hinaus einnimmt, wäre wünschenswert. Sportler könnten ihre duale Karriere (Sport und Arbeit/Ausbildung) viel aktiver gestalten, als sie das heutzutage in vielen Fällen tun. Die Werkzeuge dazu sollten ihnen die Beratungspersonen der BSLB im Leistungssport zur Verfügung stellen.

Der erste Entwurf des Leitfadens wird in einem nächsten Schritt mit allen Beratungspersonen der BSLB im Netzwerk der Swiss Olympic in Form eines Workshops während einer Tagung inhaltlich diskutiert: Was verstehen die Beratungspersonen unter den einzelnen Punkten? Ist der Leitfaden hinreichend oder würden sie etwas ergänzen? Braucht es weiteres Unterstützungs- oder Erklärungsmaterial? Andererseits können sie Feedback zu Layout und Form geben. Danach wird der Leitfaden überarbeitet und in ein anwenderfreundliches Layout gebracht. Diese definitive Version wird dann von Swiss Olympic verabschiedet und es wird entschieden, wie er in der Praxis

eingesetzt werden soll. In einem nächsten Schritt sollen Begleitmassnahmen definiert werden, um die Ziele (vgl. Kapitel 1) zu erreichen. Mögliche Weiterentwicklungsmöglichkeiten des Leitfadens sind sicher die Anpassung für andere Zielgruppen wie beispielsweise Koordinationspersonen von Schulen und Hochschulen, Karriereverantwortliche von Sportverbänden oder auch die Entwicklung eines Stellenprofils für Beratungspersonen der BSLB, die sich auf den Bereich Leistungssport spezialisieren.

Literaturverzeichnis

Alfermann, D. & Stambulova, N. (2007). Career Transitions and Career Termination. In Tenenbaum, G. & Eklund, R.C. (Hrsg.) *Handbook of Sport Psychology (3rd ed.)*. (S. 712–733). New York: Wiley.

Bundesamt für Sport BASPO (2015). *Leistungssportkonzept des Bundes*. Magglingen: BASPO.

Birrer, P., Herzog, P., Keller, M. & Trunz, A. (2016). *Sportkarriere. Lernen von Profis*. Oensingen: Stiftung Next Sport Generation.

BIZ Bern-Mittelland (2012a). *Das Berner Beratungsmodell*. Bern: BIZ Bern-Mittelland.

BIZ Bern-Mittelland (2012b). *Arbeitsblätter Berner Beratungsmodell*. Bern: BIZ Bern-Mittelland. Zugriff am 20.10.2017 unter:

http://www.biz.erz.be.ch/biz_erb/de/index/ueber_uns/ueber_uns/Direkteinstieg_fuer/Beratende_Coachs_Partner/Beratungsqualitaet.assetref/dam/documents/ERZ/MBA/de/berufsberatung/BernMittelland/BBM_Verknuepfung_mit_Arbeitsblaettern.pdf

Bogner, A., Littig, B. & Menz, W. (Hrsg.) (2005). *Das Experteninterview: Theorie, Methode, Anwendung* (2. Aufl.). Wiesbaden: VS.

Bürgi, A. (2016). *Bericht Finanzierungs- und Vorsorgesicherheit im Spitzensport der Schweiz*. Magglingen: BASPO. Zugriff am 20.10.2017 unter:

<http://www.baspo.admin.ch/de/aktuell/themen--dossiers-/finanzierungs--und-vorsorgesicherheit-im-spitzensport-in-der-schweiz.html>

Coakley, J. J. (1983). Leaving competitive sport: Retirement or rebirth? *Quest*, 35 (1), S. 1–11. Zugriff online am 10.11.2017 unter:

https://www.researchgate.net/profile/Jay_Coakley/publication/236001304_Leaving_Competitive_Sport_Retirement_or_Rebirth/links/0046351573ec92fc4b000000.pdf

De Bosscher, V., Shibli, S., Westerbeek, H. & van Bottenburg, M. (2015). *Successful elite sport policies: An international comparison of the Sport Policy factors Leading to International Sporting Success (SPLISS 2.0) in 15 nations*. Maidenhead: Meyer & Meyer Sport.

De Knop, P., Wylleman, P., & Van Rossem, N. (2015). The dual career of elite student-athletes: A competence profile. *During the 14th FEPSAC European Congress of Sport Psychology*. Bern, Switzerland: FESPAC. University of Bern.

Graf, T. & Schultheiss, C. (2016). *Berufswahlbereitschaft von Fussball-Talenten. Eine qualitative Exploration zur Optimierung und Förderung der Berufswahlbereitschaft im Leistungssport*. Zürich: IAP Institut für Angewandte Psychologie.

Hirschi, A. (2015). Konzepte zur Förderung von Laufbahnentwicklung im 21. Jahrhundert. In Zihlmann, R. (Hrsg.), *Berufswahl in Theorie und Praxis* (4. Auflage). Bern: SDBB.

Hirschi, A. (2010). Career Services zur Steigerung von Karriere-Ressourcen. *Das Hochschulwesen*, 6, 193-197.

International Olympic Committee (2017). *Athlete Career Programme*. Lausanne: IOC. Zugriff am 20.10.2017 unter: <https://www.olympic.org/athlete-career-programme>

Küttel, A. (2017). *A Cross-Cultural Comparison of the Transition out of Elite Sport - An investigation across the Swiss, Danish, and Polish elite sports contexts*. Odense: University of Southern Denmark.

Lamnek, S. (2010). *Einführung in die qualitative Sozialforschung* (5. Aufl.). Weinheim: Beltz Verlag.

Matter, M. & Antener, E. (2015). *Facts and Figures Spitzensport und Studium*. Schweiz. Zürich: Schweizer Hochschulsport-Verband.

Mayring, P. (2016). *Einführung in die Qualitative Sozialforschung* (6. überarb. Aufl.). Weinheim: Beltz Verlag.

Mieg, H. A. & Brunner, B. (2004). Experteninterviews. Reflexionen zur Methodologie und Erhebungstechnik. *Schweizerische Zeitschrift für Soziologie*, 30, S. 199–222.

Nagel, S. & Conzelmann, A. (2006). *Zum Einfluss der Hochleistungssport-Karriere auf die Berufskarriere – Chancen und Risiken*. *Sport und Gesellschaft*, 3, S. 237–261.

Savickas, M.L. (2013). Career Construction Theory and Practice. In S.D. Brown & R.W. Lent (Eds.), *Career Development and Counseling. Putting Theory and Research to Work* (2nd ed., pp. 147–183). Hoboken, N.J.: John Wiley & Sons.

Savickas, M.L. (2012). Life design: A paradigm for career intervention in the 21st century. *Journal of Counseling and Development*, 90 (1), 13–19.

Schlossberg, N. K. (1981). A model for analyzing human adaption to transition. *The Counseling Psychologist*, 9 (2), S. 2–18.

Schreiber, M. (2017). Berufliche (Neu-)Orientierung nach dem Leistungssport – das Career Construction Interview (CCI) als Beratungsmethode: Tagungsreferat. In: *Laufbahnen im Sport*. IAP Tagung. (17. Mai 2017). Zürich: IAP Institut für Angewandte Psychologie.

Schreiber, M. & Müller, I. (2017). *Wer sie waren, was sie wurden. Karriere von Schweizer Leistungssportlerinnen und Leistungssportler*. Unveröffentlichter Bericht. Zürich: IAP Institut für Angewandte Psychologie.

Schreiber, M. (2015). Life Design und Career Construction Theory. In R. Zihlmann & D. Jungo (Hrsg.), *Berufswahl in Theorie und Praxis* (S. 83–104). Bern: SDBB.

Swiss Olympic (2017a). *Schulangebote für Sporttalente 2016/2017. Leistungssport und Ausbildung*. Bern: Swiss Olympic.

Swiss Olympic (2017b). *Berufliche Grundbildung und Leistungssport. Leistungssportfreundliche Lehrbetriebe*. Bern: Swiss Olympic.

Swiss Olympic (2017c). *Situationsanalyse Spitzensport und Studium*. Bern: Swiss Olympic.

Swiss Olympic (2017d). *FTEM Schweiz. Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung in der Schweiz*. Bern: Swiss Olympic.

Swiss Olympic (2017e). *Karriereverantwortliche in Sportverbänden*. Unveröffentlichter Bericht. Bern: Swiss Olympic.

Swiss Olympic (2016). *Ethik-Charta im Sport*. Bern: Swiss Olympic.

Swiss Olympic (2015). *Strategie Swiss Olympic*. Bern: Swiss Olympic.

Wylleman, P., Rosier, N., De Brandt, K. & De Knop, P. (2017). Coaching athletes through career transitions. In Thelwell, R. & Harwood, Ch. & Greenless I. (Hrsg). *The Psychology of Sports Coaching: Research and Practice*. (S. 7–22). London und New York: Routledge.

Wylleman, P., Rosier, N., De Brandt, K. & De Knop, P. (2016). *Final report. A lifespan and holistic approach to the influence of career transitions on athletes drug-taking behaviours*. Zugriff am 20.10.2017 unter:
https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/port_a_lifespan_and_holistic_approach_in_studying_the_influence_of_career_transitions_on_athletes_drug-taking_behaviours_2.pdf

Wylleman, P., Reints, A. & De Knop, P. (2013). A developmental and holistic perspective on the athletic career. In L. Wei (Ed.), *Abstracts of the ISSP 13th World Congress of Sport Psychology*. (S. 2). Beijing: ISSP - Beijing Sport University.

Wylleman, P. & Lavallee, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. In M. Weiss (Ed.), *Developmental sport and exercise psychology: A Lifespan perspective* (S. 507–527). Morgantown, WV: Fitness Informations Technology.

Anhang

Anhang A

Interviewleitfaden Experteninterview Sport

Zur Person

- Funktion
- Inwiefern arbeiten sie mit Sportlern und/oder Berufsberatern zusammen?
- Wie viele Beratungsgespräche führen Sie ca. pro Jahr?
- Wie lange beraten Sie schon Leistungssportler?

Beratung

- Auf was ist aus Ihrer Sicht bei der Beratung von Leistungssportler/Leistungssportler speziell zu achten?
 - o bei der Berufsberatung?
 - o bei der Studienberatung?
 - o bei der Laufbahnberatung?
- Welche Faktoren von Seiten des Sports beziehen Sie in die Beratung mit ein?
- Welche Faktoren von Seiten des Umfelds beziehen Sie in die Beratung mit ein?
- Welchen Tipp würden Sie anderen (Berufs-)Beratungspersonen geben für die Beratung von Leistungssportlern/Leistungssportler geben?

Bedürfnisse

- Was wünschen Sie sich von Seiten der Berufsberatenden in Bezug auf die Leistungssportler/Leistungssportler?

Anhang B

Interviewleitfaden Experteninterview Berufsberatende

Zur Person

- Funktion
- Seit wann arbeiten Sie mit Sportlern?
- Wie viele Beratungsgespräche führen Sie ca. pro Jahr?
- Wie lange beraten Sie schon Leistungssportler?

Beratung

- Auf was ist aus Ihrer Sicht bei der Beratung von Leistungssportlern/Leistungssportler speziell zu achten?
 - bei der Berufsberatung?
 - bei der Studienberatung?
 - bei der Laufbahnberatung?
- Welche Faktoren von Seiten des Sports beziehen Sie in die Beratung mit ein?
- Welche Faktoren von Seiten des Umfelds beziehen Sie in die Beratung mit ein?
- Worin unterscheidet sich die Beratung von Leistungssportlern/Leistungssportler zu anderen Beratungen?
- Welchen Tipp würden Sie anderen (Berufs-)Beratungspersonen für die Beratung von Leistungssportlern/Leistungssportler geben?

Bedürfnisse

- Welche Unterstützung wünschen Sie sich für die Beratung von Leistungssportlern/Leistungssportler?

Anhang C

Kategoriesystem Codierung

Faktoren Beratung

- Beziehungsebene
 - Beziehung Athlet/-in – Beratungsperson
 - Status Sportler – wer ist Spitzensportler?
 - Berufswahlbereitschaft
- Spezifisches Leitungssportler
- Spezifisches Berufsberatung
- Spezifisches Studienberatung
- Spezifisches Laufbahnberatung

Faktoren Sport

- Training
 - Trainingsort
 - Trainingszeiten
 - Trainingsumfang/Trainingsintensität
- Wettkampf
 - Kategorien Kader/Wettkampf
 - Wettkampfsystem
- Höchstleistungsalter
- Karriereplanung Sport

Faktoren Bildung

- Ausbildungsmöglichkeiten
- Wissen um Flexibilisierungsmöglichkeiten/Reglemente
- Belastung während der Ausbildung

Faktoren Individuum

- Eltern
- Persönlichkeit
- Finanzielle Möglichkeiten
- Unterstützung Umfeld
- Wohnort
- Militär
- Planung

Zusammenarbeit mit Institutionen/Vereinen

- Zusammenarbeit Kanton
- Zusammenarbeit Verein

Rat an Berufsberatungspersonen

Bedürfnisse/Wünsche Experten BSLB

Bedürfnisse/Wünsche Experten Sport

Anhang D

Leitfaden für die BSLB im Leistungssport

Swiss Olympic Leitfaden

für die

Berufs-, Studien-, und Laufbahnberatung
im Leistungssport

Autorin: Daniela Torre (2017)

Einleitung

Die zunehmende Professionalisierung im Leistungssport führt dazu, dass Leistungssportler ihr Umfeld in allen Bereichen optimieren müssen, um den Anforderungen gerecht werden zu können. Dazu gehört auch, dass sie ihre berufliche Laufbahnplanung den individuellen Bedürfnissen und Anforderungen des Sports anpassen.

Swiss Olympic ist es ein Anliegen, dass die Qualität der Beratung in Bezug auf die speziellen Bedürfnisse des Leistungssports hoch ist und die Personen im Netzwerk [«BSLB im Leistungssport»](#) alle nach denselben Prinzipien arbeiten. Dafür braucht es sowohl fundiertes Wissen aus der Berufs-, Studien-, und Laufbahnberatung (BSLB) als auch aus dem Sport. Dieser Leitfaden verfolgt dementsprechend folgende Ziele:

- die Beratenden werden in ihrer Arbeit mit Leistungssportlern unterstützt.
- Leistungssportler fühlen sich von den Beratungspersonen verstanden.

Aufbau

In Anlehnung an die Module des Berner Beratungsmodell der BSLB (2012) werden die spezifischen Inhalte für Leistungssportler dargestellt, Qualitätsstandards formuliert und auf entsprechendes Unterstützungsmaterial verwiesen.

Abgrenzung

Dieser Leitfaden geht ausschliesslich auf die Besonderheiten in der Beratung von Jugendlichen und Erwachsenen Leistungssportler ein. Andere Aspekte der BSLB werden nicht betrachtet. Dies gilt insbesondere für die Qualitätsstandards und die Unterstützungsmaterialien.

Allgemeine Hinweise für die BSLB von Leistungssportlern

Voraussetzungen

Bevor es zu einer «Sportberatung» kommt, müssen die Voraussetzungen dafür geklärt werden. Swiss Olympic empfiehlt folgende Klienten aufzunehmen: Sportler im Besitz einer [Swiss Olympic \(Talent\) Card](#) oder im Kader einer Top-Liga, z.B. National League/Swiss League Eishockey. Ob jemand eine gültige Karte besitzt, kann [hier](#) nachgeschlagen werden.

Zentrale Aspekte

In der BSLB mit Leistungssportlern ist es zentral, dass:

- ...vom Sport im Zentrum ausgegangen wird.
- ...eine langfristige Perspektive eingenommen wird.
- ...von der maximal möglichen Trainings- und Wettkampfbelastung ausgegangen wird.
- ...jeder Fall als Einzelfall betrachtet wird.
- ...Individuallösungen gesucht werden.
- ...Kompromisslösungen gesucht werden.
- ...Reglemente grosszügig ausgelegt werden.
- ...die Beratungsperson weiss, wie die wichtigsten Sportarten in der Region funktionieren.

Weiter ist eine Zusammenarbeit mit dem Sportamt und/oder den Trainern/Vereinen in der Region wünschenswert.

Hinweise für den Beratungsprozess

Beratungsmodul	Spezifisches Leistungssport	Qualitätsstandards <i>Strukturelle/Inhaltliche/Beziehungs-Ebene</i>	Unterstützungsmaterial
Einstieg und Ausgangslage erfassen			
Aktuelle Situation erheben	Sportliche Situation erfassen*	Die BP hat den Klienten bei seiner Identität als Sportler abgeholt.	Swiss Olympic-Card-Liste Kaderpyramiden FTEM Arbeitsblatt Karriereplanung
Anliegen, Fragen und Sichtweisen eruieren	Sportliches Potenzial erfassen Berufswahlbereitschaft klären	Die BP hat erfasst, ob es sich um einen Plan A oder einen Plan B handelt. Die BP hat die sportliche Situation so zusammengefasst, dass sich der Sportler erkannt und verstanden fühlt.	
Aufträge klären	Priorisieren/Einordnen des Sports in Bezug auf die Berufs- oder Studienwahl	Die BP hat erfasst, welches Verständnis der Klient vom Sport als Beruf hat.	
Persönliche Voraussetzungen klären			
Umfeld vertieft klären	<p>*Sportliche Situation erfassen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Training: Zeit, Ort, Umfang/Intensität • Wettkampf: Planung Verein/Kader • evtl. Wochenplan erstellen lassen • Höchstleistungsalter • Karriereplanung Sport (langfristig) • Sportliches Potenzial erfassen <p>Individuelle Situation erfassen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterstützung: Eltern/Trainer/Verein/ • Verband/weiteres direktes Umfeld • Wohnsituation/Wohnort • Wegzeiten zwischen Training-, Wohn-, Ausbildungs- und Arbeitsort • Finanzielle Möglichkeiten • Militär (Spitzensport RS, Qualifizierter Athlet) 	<p>Die BP kennt die aktuelle und zukünftige (langfristige) maximale zeitliche und körperliche Belastung des Sportlers.</p> <p>Der Sportler und die BP kennen die langfristige sportliche Planung.</p> <p>Die langfristige sportliche Karriereplanung ist mit dem Trainer/Verband abgesprochen.</p> <p>Der Sportler kennt die Flexibilisierungsmöglichkeiten von Seiten des Sports.</p> <p>Die BP hat die wichtigsten Bezugspersonen (Trainer, Verein, Eltern, etc.) des Sportlers erfasst.</p> <p>Die BP hat die Fähigkeiten im Sport in Terminologie der Arbeitswelt übersetzt.</p>	<i>Die Beratungsperson (BP) nimmt die Sprache des Sportlers auf. Die BP respektiert den Sportler in seiner Rolle als Sportler.</i>
Wünsche, Bedürfnisse, Interessen sammeln	Sportwunsch erfassen	Die BP hat die, über den Sport erworbenen, Kompetenzen erfasst.	
Fähigkeiten, Zutrauen, Potenzial erfassen	Besondere Eigenschaften und Kompetenzen als Sportler erfassen (z.B. zielstrebig, fokussiert).	Die BP hat die individuelle Situation so zusammengefasst, dass sich der Sportler verstanden fühlt.	
			Kaderpyramiden FTEM Arbeitsblatt Karriereplanung Broschüre Situationsanalyse Spitzensport und Studium Spitzensportförderung der Armee Sporthilfe ACP Kompetenzliste (ab S.19)

Zielrelevante Arbeits-, Berufs- und Bildungsaspekte erarbeiten			
Transfer zur Berufs- und Bildungswelt herstellen	**	Die BP hat den Athleten auf die Besonderheiten des Berufs Sportler aufmerksam gemacht (Karriereübergänge und -ende).	Broschüre Schulangebote für Sporttalente
Lösungen generieren	Die BP prüft die Anforderungen von Beruf/Ausbildung in Kombination mit dem Sport (langfristige Perspektive).	Die von der BP abgegebenen Informationen zu den Sportlösungen sind aktuell und inhaltlich richtig. Die BP kennt die grosszügigen Interpretationsweisen von Ausbildungs-Bestimmungen.	Broschüre Berufliche Grundbildung und Leistungssport Berufsliste Berufliche Grundbildung und Leistungssport
Informationen vermitteln und vitalisieren	**Die BP informiert den Sportler über spezifische Ausbildungsmöglichkeiten in seiner Situation Die BP informiert den Sportler über mögliche Hürden und Einflussfaktoren in der Kombination von Beruflicher Grundbildung und Sport. Die BP informiert den Sportler über Flexibilisierungsmöglichkeiten/Auslegung von Reglemente von Seiten der Bildung. Die BP informiert den Sportler über die Anforderungen eines Berufes/eines Studiums. Die BP thematisiert die langfristige Ausbildungsplanung und prüft den optimalen Zeitpunkt für den Ausbildungsstart. Die BP informiert, wie der Sportler verschiedene Ressourcen (vgl. Ressourcen-Modell von Hirschi, 2015) für den Laufbahnerfolg aufbauen kann.	Die BP kennt die Einflussfaktoren und Hürden in der Kombination von Beruflicher Grundbildung und Sport. Dem Sportler ist bewusst, welche Informationen im Zusammenhang mit Sport und BSL-Wahl für ihn bedeutsam sind und wo er diese beschaffen kann. Falls der Berufswunsch sich Aufgrund des Sports aktuell nicht realisieren lässt, kennt der Sportler den Weg, wie er den Berufswunsch später verwirklichen kann. Der Sportler weiss, wie er Identitäts-, psychologische-, sozial-, und Humanressourcen aufbauen kann.	Leistungssportfreundliche Lehrbetriebe Broschüre Situationsanalyse Spitzensport und Studium Leistungssportfreundliche Arbeitgeber Stellenvermittlung für Leistungssportler Leistungsausweis für Spitzensportler IOC Athlete Career Programme
Vorgehen und Realisierungsschritte planen			
Realisierungshilfen vermitteln		Der Sport/das sportliche Umfeld sind im Plan mit Vorgehensweisen, Terminen, Verantwortlichkeiten und evtl. Unterstützungsmöglichkeiten miteinbezogen.	Kantonale Beauftragte für Nachwuchsförderung
Verantwortlichkeiten regeln	Unterstützungsmöglichkeiten von Seiten Trainer/Verein miteinbeziehen, falls die Eltern den Sportler ungenügend unterstützen können.		Koordinationsstellen Leistungssportfreundliche Lehrbetriebe Koordinationspersonen Spitzensport und Studium
Sitzung / Beratung evaluieren			
		In der Evaluation der Beratung wird erfasst, ob sich der Sportler in seiner Rolle als Sportler verstanden gefühlt hat. Der Sportler kann angeben, was er brauchen würde, um sich noch besser verstanden zu fühlen.	

Anhang E

Selbständigkeits- und Herausgabeerklärung

MAS-Arbeit: Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung im Leistungssport. Er-
arbeitung eines Leitfadens

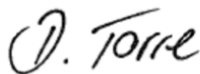
im Studiengang: MAS BSLB 15-F

Selbständigkeitserklärung Studierende

Erklärung der MAS-Studierenden Daniela Torre

Ich erkläre hiermit, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig und ohne Benutzung anderer als der angegebenen Hilfsmittel angefertigt habe. Alle wörtlichen oder sinn- gemäss verwendeten Gedanken, Aussagen und Argumente sind unter Angabe der Quellen (einschliesslich elektronischer Medien) kenntlich gemacht. Die vorliegende Arbeit oder Auszüge daraus wurden in keiner anderen Prüfung vorgelegt.

Solothurn, 11. Dezember 2017



(Ort, Datum) (Unterschrift des Verfassers/der Verfasserin)

Die MAS Arbeiten sind grundsätzlich öffentlich zugänglich. In begründeten Fällen können Einschränkungen der Herausgabe festgelegt werden. In einzelnen Fällen werden die MAS Arbeiten elektronisch auf der ZHAW Internetseite veröffentlicht. Diese elektronische Veröffentlichung beinhaltet jedoch keinen rechtlichen Anspruch auf eine Publikation.

Herausgabeerklärung Betreuungsperson

Die vorliegende MAS-Arbeit darf

- Uneingeschränkt herausgegeben werden
- Nur unter Aufsicht der Betreuungsperson oder der Studiengangleitung einge-
sehen und nicht vervielfältigt werden
- Nicht herausgegeben werden

Zürich, 2. März 2018

.....
(Ort, Datum) (Unterschrift der Betreuungsperson)