



FORSCHUNG AKTUELL #5-2016

Der Forschungsnewsletter der Deutschen Sporthochschule Köln

INHALT



PAPER / Wie sportliche Aktivität aggressive Gefühle mildern kann *S.01*



PROJEKTE / „Safe Sport“ – Daten zu sexualisierter Gewalt im Sport *S.02*



PERSONEN / Kampfsport in der Schule *S.03*



NEWS / *S.04*

PAPER - Wie sportliche Aktivität aggressive Gefühle mildern kann

Kann das Ausüben einer Kampfsportart Ärger und Gereiztheit mindern? Zahlreiche Studien zur Wirkung von Training auf aggressive Gefühle liefern bislang widersprüchliche Ergebnisse. Wissenschaftler des Psychologischen Instituts der Deutschen Sporthochschule Köln nahmen sich deshalb der Frage an, wie sich kampfsportnahe oder -ferne Bewegungen auf aggressive Gefühle auswirken; hierbei betrachteten sie vor allem soziale Bedingungen von Sport wie individuelle, kooperative und wettkampforientierte Aufgaben. Letztlich zeigten sich aggressionsmindernde Effekte vor allem bei kampfsportfernen Aufgaben, die individuell ohne einen Partner oder Gegner durchgeführt wurden.



AUTOREN

Univ.-Prof. Dr. Jens Kleinert
Psychologisches Institut
kleinert@dshs-koeln.de
+49 221 4982-5490

Dr. Fabian Pels
Psychologisches Institut
f.pels@dshs-koeln.de
+49 221 4982-5740

Aggressive Gefühle (wie z.B. Ärger) beeinflussen Aggression, die definiert werden kann als „jegliches Verhalten gegenüber einem anderen Individuum, das mit der (unmittelbaren) Absicht ausgeführt wird, dem anderen Individuum Schaden zuzufügen“. Konkret sollte daher in der Studie herausgefunden werden, ob und inwiefern aggressive Gefühle von sportlicher Aktivität beeinflusst werden können. Vergangene Studien konnten hierzu bisher weder einzelne Effekte sozialer Aufgaben während des allgemeinen Sporttreibens noch den kombinierten Effekt von sozialen Aufgaben in Zusammenhang mit einem bestimmten Bewegungstyp nachweisen.

Um gegensätzliche, aber dennoch vergleichbare belastende Bewegungsaufgaben zu definieren, wurden einerseits kampfsportnahe Bewegungen (z.B. gegen einen Boxsack schlagen) mit kampfsportfernen Bewegungen (Rudern auf einem Ergometer) verglichen. Zudem wurden diese Aufgaben andererseits entweder individuell, in einer Wettkampfbedingung oder in einer kooperativen Bedingung durchgeführt. Um eine aggressiv-gereizte Grundstimmung zu erzeugen, waren die Probanden in einer vorhergehenden Aufgabe zuvor verärgert bzw. frustriert worden.

Die Wissenschaftler fanden über alle verschiedenen Bedingungen hinweg eine Reduktion der aggressiven Gefühle im Verlauf der Bewegungsaufgaben. Unterschiede zwischen den sozialen Bedingungen Kooperation und Wettkampf gab es nicht. Allerdings hatte das individuelle Rudern eine stärkere aggressionsreduzierende Wirkung im Vergleich zu individuell ausgeführten Kampfsportaufgaben. Da beide Aufgaben ähnlich belastungsintensiv waren, vermuten die Autoren hinter diesen Ergebnissen eine stärker befriedigende und stimmungsaufhellende Wirkung der Ruderbewegung im Vergleich zu einer Box- oder Schlagbewegung. Zukünftige Forschungsarbeiten sollten daher nicht nur danach fragen, welcher Sport wie intensiv durchgeführt wird, sondern besonders auch untersuchen, wie und mit welcher persönlichen Zielsetzung eine Sportaktivität durchgeführt wird.

Text: Oliver Riedel

PROJEKTE - „Safe Sport“ – Daten zu sexualisierter Gewalt im Sport

Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler der Deutschen Sporthochschule Köln und des Universitätsklinikums Ulm liefern mit dem Forschungsprojekt „Safe Sport“ erstmals Daten zur sexualisierten Gewalt im organisierten Sport in Deutschland. Gefördert wird das Projekt für die Laufzeit von drei Jahren vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF). Nach gut zwei Jahren Laufzeit legt die Forschungsgruppe nun erste Ergebnisse vor, um dem gemeinnützig organisierten Sport in Deutschland unmittelbar Wissen für die Praxis bereit zu stellen.



KONTAKTE

Dr. Bettina Rulofs
Institut für Soziologie und
Genderforschung
rulofs@dshs-koeln.de
+49 221 4982-7230

Der organisierte Sport in Deutschland zählt zu den wichtigsten Orten für Freizeitaktivitäten von Kindern und Jugendlichen. Mehr als 27 Millionen Mitgliedschaften in über 90.000 Turn- und Sportvereinen zählt aktuell der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB). Die Deutsche Sportjugend repräsentiert mit über zehn Millionen jungen Menschen den größten freien Träger der Kinder- und Jugendhilfe in Deutschland. Die Sportverbände und -vereine fördern nicht nur die sportliche Entwicklung der Kinder und Jugendlichen, sondern stellen einen wichtigen Sozialisationsrahmen für die Heranwachsenden dar. Besonders die Nähe und die Bindungen, welche im Sport entstehen, bergen aber auch Risiken für den Schutz von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Im aktuellen Forschungsprojekt „Safe Sport“ untersuchen Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler die Häufigkeiten und Formen von sexualisierter Gewalt im Wettkampf- und Leistungssport sowie den Umsetzungsstand von Präventions- und Interventionsmaßnahmen in Sportverbänden und -vereinen. Das Projekt liefert schon jetzt erste spannende Ergebnisse.

Das Forschungsprojekt besteht aus fünf Modulen: Zu Beginn der Datenerhebung steht eine Basisbefragung von zentralen Organisationen und Einrichtungen des Sports in Deutschland, durchgeführt unter der Leitung der Deutschen Sporthochschule Köln (Modul 1). Mit Hilfe von Onlinefragebögen und Telefoninterviews werden die Ansprechpersonen in den 98 Mitgliedsorganisationen des Deutschen Olympischen Sportbundes bzw. der Deutschen Sportjugend (dsj) sowie die Leitungen von 19 Olympiastützpunkten und 62 Sportinternaten befragt. Daraufhin folgt im Modul 2 eine vertiefende Interviewstudie in ausgewählten Organisationen, um die hemmenden und förderlichen Bedingungen für die Prävention zu analysieren. Im dritten Modul wird unter Leitung des Universitätsklinikums Ulms eine Befragung von Kader-Athletinnen und Athleten durchgeführt, um ihre Gewalterfahrungen im Kontext des Sports zu erheben. Im Modul 4 werden im Rahmen des Sportentwicklungsberichts durch die Deutsche Sporthochschule Köln auch die Sportvereine befragt, um den Umsetzungsstand von Präventionsmaßnahmen auf Vereinsebene zu erheben. Schließlich führt die Projektgruppe unter der Leitung des Universitätsklinikums Ulm im Modul 5 eine Evaluation von Fortbildungen durch.

Während der gesamten Untersuchung wird der Begriff „sexualisierte Gewalt“ in Anlehnung an die einschlägige Fachliteratur als ein Oberbegriff für verschiedene Formen der Machtausübungen mit dem Mittel der Sexualität aufgefasst. Hierbei werden sowohl Handlungen mit als auch ohne Körperkontakt sowie grenzverletzendes Verhalten mit einbezogen.

Die ersten Ergebnisse zeigen: Sexualisierte Gewalt kommt im Wettkampf- und Leistungssport vor, und zwar nicht seltener oder häufiger als in der Allgemeinbevölkerung. Etwa ein Drittel der rund 1.800 befragten KaderathletInnen gab an, schon einmal eine Form von sexualisierter Gewalt im Sport erfahren zu haben. Eine/r von neun Befragten gab an, schwere und/oder länger andauernde sexualisierte Gewalt im Sport erlebt zu haben. Die sexualisierte Gewalt tritt dabei in der Regel nicht isoliert auf, sondern gemeinsam mit anderen Gewaltformen, wie etwa der emotionalen oder körperlichen Gewalt. Die Mehrheit der betroffenen AthletInnen ist bei der ersten Erfahrung sexualisierter Gewalt im Sport unter 18 Jahre alt.

„Die Daten bestätigen, dass Sportverbände und -vereine in der Verantwortung stehen, den Schutz von Kindern und Jugendlichen vor sexualisierten Übergriffen zu optimieren“, betont die Koordinatorin des Verbundprojektes Dr. Bettina Rulofs, wissenschaftliche Mitarbeiterin im Institut für Soziologie und Genderforschung der Deutschen Sporthochschule Köln. Ein großer Teil der deutschen Sportverbände habe diese Notwendigkeit erkannt und verschiedene Maßnahmen zur Prävention und Intervention eingeführt. Insbesondere die Deutsche Sportjugend und die Landessportbünde zeigen sich nach den Befunden der Studie als wichtige Impulsgeber für die Einführung von Präventionsmaßnahmen, während z.B. in den Spitzenverbänden bisher vergleichsweise seltener spezifische Maßnahmen gegen sexualisierte Gewalt implementiert wurden.

An der Basis des Sports, in den rund 90.000 Sportvereinen, bestehe noch Optimierungsbedarf bei der Sensibilisierung für das Thema und bei der konkreten Umsetzung von Schutzmaßnahmen. Nur gut ein Drittel der befragten Vereine setzt sich laut der Studie aktiv gegen sexualisierte Gewalt ein, regelmäßige Schulungen zu dieser Thematik führen neun Prozent der Vereine durch. „Diese relativ schwach ausgeprägte Präventionsstruktur in den Vereinen ist angesichts der Ergebnisse der AthletInnen-Befragung umso bedenklicher, denn sexualisierte Gewalterfahrungen machen AthletInnen am häufigsten im unmittelbaren Kontext des Vereins“, sagt Bettina Rulofs.

Gemeinsam mit dem Universitätsklinikum Ulm hat die Deutsche Sporthochschule Köln die ersten Ergebnisse des Projekts „Safe Sport“ auf einem Kongress der Deutschen Sportjugend am 15. November 2016 vorgestellt. Zu diesem Anlass ist auch eine Broschüre mit ersten Ergebnissen und Infos erschienen, die Sie hier herunterladen können.

Text: Alina Knops

PERSONEN - Kampfsport in der Schule

Seit 1999 ist Kampfsport fester Bestandteil des Schulsports an nordrhein-westfälischen Schulen. Denn vor mittlerweile fast 20 Jahren wurde der Inhaltsbereich „Ring und Kämpfen – Zweikampfsport“ als einer von neun Pflichtbereichen in den Rahmenvorgaben für den Schulsport festgeschrieben. Soweit zumindest die Theorie. Leo Istas, Promotionsstudent und Graduiertenstipendiat an der Deutschen Sporthochschule Köln, hat es sich zur Aufgabe gemacht, Anspruch und Wirklichkeit von Kampfsport in der Schule nachzugehen. Die folgenreiche Fußnote „Boxen gehört nicht zu den Schulsportarten“ wurde für den 30-Jährigen dabei zum Ausgangspunkt seiner Forschung.



KONTAKT

Leo Istas
Institut für Pädagogik und
Philosophie
l.istas@dshs-koeln.de
+49 221 4982-3810

In schwarzer Trainingshose und schwarzem Kapuzenpulli gekleidet steht Leo Istas in der Sporthalle umringt von Studierenden. An den Händen trägt er schwarze Boxhandschuhe, mit einem Studenten macht er die nächste Übung vor. Ruhig und präzise sind seine Anweisungen, dennoch merkt man ihm seine Leidenschaft schnell an. Hier unterrichtet er gerade in der Profilergänzung „Kampfkunst, Kampfsport und Selbstverteidigung“ – sein persönliches Steckpferd ist dabei der Boxsport: Als Jugendlicher kam er 2002 erstmals mit dem Boxen in Berührung und entdeckte den Sport für sich. Nach seiner Zeit als aktiver Athlet engagierte er sich seit 2008 als Boxtrainer, u.a. im Vereins- und Schulsport, und konzentrierte sich ab 2011 auf den Aufbau des studentischen Boxsports an der Sporthochschule. Auf dieses Engagement gehen nicht zuletzt die durchschlagenden Erfolge bei den Hochschulmeisterschaften in den vergangenen Jahren zurück. Auch die hochschulinternen Kampfsport-Events erfreuen sich stetig wachsender Beliebtheit. Zum einen ist ihm also der Kampfsport – und insbesondere der Boxsport – eine Herzensangelegenheit. Zum anderen hat er sein Studium in den Fächern Sport, Geschichte und Englisch für das Lehramt an Gymnasien und Gesamtschulen abgeschlossen und fühlt sich mit der Entwicklung von Schule und Schulsport stark verbunden. Aus der Schnittmenge dieser zwei Interessen entstand schließlich auch seine Frage, warum Boxen ursprünglich für den Sportunterricht an Schulen ausgenommen war.

„Seit 1999 ist der Komplex Kampfsport und Kampfkunst in den nordrhein-westfälischen Lehrplänen festgeschrieben, und zwar unter dem Titel ‚Ring und Kämpfen – Zweikampfsport‘. Gemeint sind hiermit die klassischen normierten Formen des Zweikampfsports, aber genauso spielerische Vorformen. Allerdings wird hier das Boxen als möglicher Zweikampfsport in einer einfachen Fußnote und ohne nähere Erläuterungen kurzerhand ausgeschlossen“, erklärt Istas den Ansatz und Anstoß für sein Forschungsinteresse. „Diese Fußnote ‚Boxen gehört nicht zu den Schulsportarten‘ steht ganz klar im Widerspruch zur ursprünglichen Grundidee einer pädagogischen Öffnung des Schulsports“.

Ausgehend von den Widersprüchlichkeiten in den Lehrplänen, entwickelte Istas so die Idee für sein Promotionsvorhaben, welches sich in drei Teile gliedert. Die theoretische Basisarbeit umfasst eine inhaltliche Analyse aller curricularen Vorgaben zum Kampfsport. „Dazu erhebe ich die Situation in den Lehrplänen und anderen ministeriellen Erlässen und fasse die Entwicklungen

zusammen – eine literaturgestützte Rekonstruktion des curricularen Entwicklungsprozesses sozusagen“, erklärt Istas den ersten Schritt seiner Arbeit. Der zweite Teil beschäftigt sich mit der Frage: Was passiert in der Lehrerausbildung beim Thema Kampfsport? Hierzu hat Istas bereits mehrere Experteninterviews mit Dozierenden an den NRW-Hochschulen durchgeführt und bereits erhebliche Unterschiede in Umfang und Strukturierung der Lehramtsausbildung feststellen können. „Von der klassischen Judo-Ausbildung über inklusives Fechten bis hin zum unkonventionellen Mannschaftskampfsport ‚Rugby‘ gestaltet sich die universitäre Ausbildungspraxis als teilweise sehr heterogen“, beschreibt er.

Der dritte, für das kommende Jahr geplante Teil der Arbeit soll schließlich die schulische Praxis, also – im Neusprech der kompetenzorientierten Lehrpläne – den konkreten „Output“ im Kontext Schule, ins Auge fassen. Dazu plant Istas in einem kombinierten Verfahren Online-Befragungen und qualitative Interviews mit Sportlehrkräften durchzuführen. Erste Annahmen aus Voruntersuchungen lassen sich aber bereits jetzt äußern: „Es deutet sich eine relativ große Diskrepanz zwischen dem Soll- und dem Ist-Zustand an. Sprich: Die Umsetzung in der Praxis steht weit hinter den theoretischen Vorgaben zurück. Ob sich die bereits konstatierte Uneinheitlichkeit in den ministeriellen Vorgaben bzw. der universitären Ausbildung in einer entsprechend großen Unsicherheit bei den Lehrkräften niedergeschlagen hat, bleibt abzuwarten“, sagt Istas. Den Abgleich zwischen Anspruch und Wirklichkeit möchte er erst im abschließenden Teil seiner Promotion erörtern, wenn alle Fakten und Befunde ausgebreitet vor ihm liegen.

Mit seinem wissenschaftlichen Engagement im Bereich Kampfsport ist Istas in guter Gesellschaft: Seit 2011 tagt die Kommission „Kampfkunst und Kampfsport“ der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft (dvs) jährlich. In diesem Jahr hat die Jahrestagung an der Sporthochschule unter dem Titel „Martial Arts and Society“ den Anschluss an den internationalen Diskurs vollzogen. Als Organisator und Fürsprecher für den Kampfsport trat neben Istas auch dessen Doktorvater Univ.-Prof. Dr. Swen Körner für eine verstärkte Forschung in diesem Bereich ein.

Text: Julia Neuburg

NEWS



Neues IMPULSE erschienen

Auch die zweite Ausgabe des Jahres enthält wieder spannende Beiträge rund um die Forschung an der Deutschen Sporthochschule Köln: Muskelabbau im Alter, Besuchermonitoring im Nationalpark Eifel, Innovative Leistungsindikatoren im Profifußball oder sportbedingte Gehirnerschütterungen sind nur einige der vielfältigen Aktivitäten. Diese stellen die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler der Deutschen Sporthochschule Köln in der neuen Ausgabe vor und geben Einblicke in aktuelle Forschungsprojekte und -ergebnisse.



Kooperationen mit dem Tennisverband Mittelrhein e.V.

Das Institut für Vermittlungskompetenz in den Sportarten hat mit Beginn des Wintersemesters 2016/17 zwei Kooperationen mit dem Tennisverband Mittelrhein e.V. (TVM) gestartet. Eine davon beinhaltet die Nutzung der neuen Smart-Court-Technologie „Playsight“, die im Landesleistungszentrum des TVM in Köln-Chorweiler installiert ist. „Playsight“ ist ein Kamerasystem, welches die Aufzeichnung und Analyse von Trainings- und Wettkampfgeschehen in Echtzeit ermöglicht. Dies soll insbesondere der forschungsba-sierten Lehre des Lehr- und Forschungsgebietes Tennis zugute kommen.



Lehramtsstudentin erhält Förderpreis des Deutschen Sportlehrerverbandes NRW

Lehramtsstudentin Ruth Broeckmann hat für ihre Bachelorarbeit zum Thema „Auswirkungen von Bewegung auf die Kognition von Schülerinnen und Schülern“ den dritten Preis beim Förderpreis 2016 des Deutschen Sportlehrerverbandes NRW gewonnen. In ihrer Arbeit fand sie heraus, dass die Effekte körperlicher Aktivität auf die Kognition von SchülerInnen im Allgemeinen positiv sind und in allen Bereichen altersunabhängig, ausgenommen bei der Inhibitionsleistung. Vor allem regelmäßige körperliche Aktivität würde sich positiv auf die kognitive Leistung auswirken, wohingegen die aktuelle Studienlage zu den Effekten von akuter Bewegung auf die Kognition nicht ganz eindeutig sei. Bezogen auf den Sportunterricht in Schulen zieht Broeckmann folgendes Fazit: „Eine Reduzierung des Sportunterrichts zugunsten ‚kognitiver Fächer‘ ist nicht sinnvoll. Vielmehr sollten Schulen einen größeren Beitrag zur Gesundheitsförderung leisten, indem Bewegung in den Schulalltag integriert wird. Somit werden auch positive Effekte auf die kognitive Leistung von Schülerinnen und Schülern erzielt.“



Dr. Kirstin Hallmann erhält Abstract Reviewing Award 2016

Bei der diesjährigen Konferenz der Sport Management Association of Australia & New Zealand (SMAANZ) wurde die Wissenschaftlerin ausgezeichnet. Am Kongress, der vom 23. bis 25. November in Auckland (Neuseeland) stattfand, nahmen rund 160 Personen aus Praxis und Wissenschaft aus Asien, Europa, Nordamerika und Ozeanien teil. Mit dem Award wurde Dr. Kirstin Hallmann für ihre hervorragende Arbeit ausgezeichnet. „Ich freue mich sehr über die Anerkennung der Gutachtertätigkeit“, so Hallmann.

IMPRESSUM

Redaktion: Deutsche Sporthochschule Köln, Stabsstelle Akademische Planung und Steuerung, Abt. Presse und Kommunikation
Am Sportpark Müngersdorf 6 | 50933 Köln, Telefon: +49 (0)221 4982-3850, E-Mail: presse@dshs-koeln.de