



Martin-Luther-Universität
Halle-Wittenberg
Institut für Medien, Kommunikation und Sport
Department Sportwissenschaft

Liebe Trainer/innen, Liebe Sportler/innen, Liebe Sportinteressierte,

wir sind von der Universität Halle-Wittenberg (Department Sportwissenschaft) und möchten demnächst in Absprache mit dem DGS eine psychologische Studie zum Gehörlosen-Spitzensport durchführen. Deshalb möchten hiermit Uns und unser Projekt genauer vorstellen.

ZIELSTELLUNG DES FORSCHUNGSPROJEKTES: WAS MÖCHTEN WIR HERAUSFINDEN?

Systematische und seriöse sportpsychologische Forschung zum Personenkreis von Spitzenathleten mit einer Behinderung gibt es in Deutschland kaum. Dies trifft für den paralympischen Sport zu und in noch stärkerem Maße für den deaflympischen. Um Spitzenleistungen zu erbringen und international konkurrenzfähig zu bleiben, sollten u.E. jedoch auch Athleten mit einer Hörbehinderung auf anwendungsbezogene, sportpsychologische Forschungsergebnisse zurückgreifen können. Wir wollen hier einen Anfang machen. Wir möchten herausfinden, welche psychologischen Fertigkeiten bzw. Methoden hörbehinderte Spitzenathleten im Training und Wettkampf einsetzen und ggf. Zusammenhänge mit deren Leistung erkennen. Aus der Sportpsychologie (v.a. der amerikanischen) ist nämlich bekannt, dass z.B. Techniken wie Visualisierung (gedanklich-bildhaftes Vorstellen von Handlungs-/Bewegungsabläufen), Selbstgespräch, Aktivierung, Entspannung oder Zielsetzung eine leistungsförderliche Funktion haben kann. Kann man z.B. hier Defizite aufdecken, sind diese oft relativ einfach und effektiv trainierbar. Unser Ziel besteht darin, zunächst eine Bestandsaufnahme zum Einsatz solcher Techniken/Fertigkeiten durch Kaderathleten des DGS zu machen.

VORGEHENSWEISE: WIE LÄUFT DAS PROJEKT AB?

Wir haben einen Fragebogen erarbeitet, der den Einsatz wichtiger psychologischer Fertigkeiten / Methoden (im Englischen auch als Mental Skills bezeichnet) im Training und Wettkampf erfragt. Dieser Fragebogen existiert als Online-Version. Dieser Fragebogen soll von den Kaderathleten des DGS (A und B-Kader) ausgefüllt werden. Im Anschluss werden wir den Fragebogen auswerten und wichtige Ergebnisse den Trainern rückmelden.

NUTZEN: WAS BRINGT DAS PROJEKT DEN TRAINERN UND ATHLETEN?

Unsere Absicht besteht darin, v.a. den Trainern die Ergebnisse rückzumelden. Wir streben an, neben einer allgemeinen Bestandsaufnahme v.a. Aussagen hinsichtlich möglicher leistungsfördernder bzw. –mindernder Wirkungen machen zu können. Im Idealfall finden wir z.B. Anhaltspunkte, dass bestimmte Fertigkeiten häufig eingesetzt werden und mit hoher Leistungsfähigkeit einhergehen oder dass für bestimmte Sportartengruppen die Anwendung einzelner Fertigkeiten leistungsbegünstigend erscheint. Die Erkenntnisse könnten somit als eine Grundlage dienen, um ggf. gezielte Trainings einzuleiten.

BEARBEITUNG DES FORSCHUNGSPROJEKTES: WER SIND WIR?

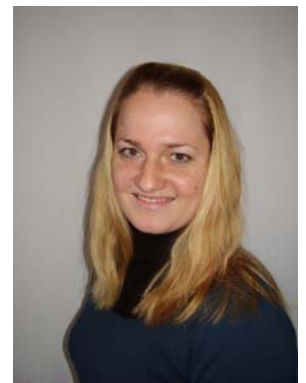
Rainer Schliermann:

Ich war von 1994 bis 2005 (mit verletzungsbedingten Unterbrechungen) im Hochleistungssport der sehbehinderten Leichtathletik aktiv und hierbei z.B. auch Teilnehmer der Paralympics 2000 in Sydney (4. Plätze; Startklasse B2). Mein Betätigungsfeld war die Mittelstrecke (800 & 1500 Meter-Bestzeiten: 2:00,59 & 4:05,8min). Heute laufe ich noch zum Spaß in den Wäldern Leipzigs und komme ca. auf wöchentlich 60 bis 80Km. Beruflich bin ich wissenschaftlicher Mitarbeiter (Habilitation) am Arbeitsbereich Sportpsychologie & Sportpädagogik der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg und hier v.a. auch mit Forschungen im Bereich des Spitzensports von Menschen mit einer Behinderung betraut. Seit Anfang 2006 untersuchen wir z.B. die psychischen Voraussetzungen für (Spitzen-)Leistungen im Rollstuhlbasketball und arbeiten hierbei eng und konstruktiv mit dem Deutschen Rollstuhlsportverband (DRS) zusammen. Meine Hobbys sind: Sport in allen Varianten (Wissenschaft & Praxis), interessante Gespräche mit interessanten Menschen, Städtereisen, Journalismus, Integration behinderter Menschen u.v.m. Lebensmotto: Behandle andere so, wie du auch behandelt werden möchtest.



Steffi Bourhim:

Ich heiße Steffi Bourhim, bin 23 Jahre alt und verheiratet. Geboren bin ich am 09.07.1984 in Gotha/Thüringen. Dort erlangte 2003 ich mein Abitur. Sportliche Erfahrungen sammelte ich bereits seit frühester Kindheit. Neben 12 Jahren Gerätturnen und 4 Jahren Leichtathletik spielte ich sehr erfolgreich Volleyball (Regionalliga). Da ich meine große Leidenschaft unbedingt zum Beruf machen wollte, begann ich 2003 mit dem Studium der Sportwissenschaft an der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg an. Dort belege ich den Schwerpunkt Prävention, Rehabilitation und Therapie. Meine Diplomprüfungen bestand ich bereits vor kurzem erfolgreich und möchte nun meine Diplomarbeit schreiben. Durch viele Verletzungen musste ich den Volleyballsport vor 3 Jahren aufgeben. Somit begann ich schon während meines Studium die Trainertätigkeit im präventiven Sportbereich (Rückenschule, Nordic Walking, Aquafitness, Aerobic,...). Weitere Hobbys, neben dem Sport, von mir sind: Reisen, fremde Kulturen, Lesen, Kochen u.v.m.



Ich bin sehr froh, dass ich die Gelegenheit bekomme, meine Diplomarbeit im psychologischen Bereich des Gehörlosensportes zu schreiben. Ich hoffe, dass die daraus resultierenden Erkenntnisse dem Gehörlosensportlern nutzen werden. Für die Hilfe und Unterstützung danke ich Ihnen schon im Voraus!

KONTAKT: WIE ERREICHEN SIE UNS BEI FRAGEN UND ANREGUNGEN?

Wenn Sie Fragen oder Anregungen zum Projekt haben, können Sie sich jederzeit gerne an uns wenden. Sie erreichen uns am besten per E-Mail:

Rainer Schliermann(rainer.schliermann@sport.uni-halle.de; Projektleitung)

Steffi Bourhim (steffi_bruder@web.de; Diplomandin).