



HUMBOLDT-UNIVERSITÄT ZU BERLIN

LEHRSTUHL FÜR PÄDAGOGISCHE PSYCHOLOGIE
UND GESUNDHEITSPSYCHOLOGIE

PROF. DR. MATTHIAS JERUSALEM

TRAINER PLUS

Alkoholprävention im Jugendfußball

EIN PROJEKT DER HUMBOLDT-UNIVERSITÄT ZU BERLIN

ENDBERICHT



TrainerPLUS

Alkoholprävention im Jugendfußball

Endbericht

Matthias Jerusalem, Björn Kröske, Carina Küper, Anna Vierling

Inhalt

Abbildungsverzeichnis	3
Zusammenfassung	6
Einleitung	8
Das Projekt TrainerPlus	9
Workshops: Organisation, Inhalte und Rückmeldungen.....	12
Schulungswelle 1	12
Organisation der ersten Schulungswelle	12
Inhalte des ersten Workshops	14
Rückmeldungen zum ersten Workshop	16
Schulungswelle 2	22
Organisation der zweiten Schulungswelle	22
Inhalte des zweiten Workshops	23
Rückmeldungen zum zweiten Workshop	24
Schulungswelle 3	27
Organisation der dritten Schulungswelle	27
Inhalte des dritten Workshops	27
Rückmeldungen zum dritten Workshop	30
Auswertung der drei Projektjahre	35
Ausgangsbefragung der Trainerinnen und Trainer.....	35
Das erste Projektjahr – Saison 2010/2011.....	41
Zweite Evaluationsbefragung der Trainerinnen und Trainer.....	41
Veränderungen während der Saison 2010/2011	42
Befragung der Jugendlichen	45
Einflussfaktoren auf die Häufigkeit des Alkoholkonsums.....	50
Einflussfaktoren auf den Einstieg in den Alkoholkonsum.....	52
Das zweite Projektjahr – Saison 2011/2012.....	57
Dritte Evaluationsbefragung der Trainerinnen und Trainer	57
Veränderungen über die ersten beiden Projektjahre	58
Kommunikation mit Jugendlichen über alkoholbezogene Themen.....	59

Förderung des Trainingsklimas	60
Trainerkompetenzen: Motivierung und Förderung des Teamgeistes.....	63
Präventives Führungsverhalten der Trainer	64
Befragung der Jugendlichen	68
Das dritte Projektjahr – Saison 2012/2013.....	75
Vierte Evaluationsbefragung der Trainerinnen und Trainer.....	75
Veränderungen während des dritten Projektjahres	76
Kommunikation mit Jugendlichen über alkoholbezogene Themen.....	76
Förderung des Trainingsklimas	77
Trainerkompetenzen: Motivierung und Förderung des Teamgeistes.....	78
Präventives Führungsverhalten der Trainer	80
Befragung der Jugendlichen	83
Der gesamte Projektverlauf – Entwicklungen bei den Trainerinnen und Trainern.....	89
Kommunikation mit Jugendlichen über alkoholbezogene Themen.....	89
Förderung des Trainingsklimas	90
Trainerkompetenzen: Motivierung und Förderung des Teamgeistes.....	92
Präventives Führungsverhalten der Trainer	94
Einstellungen der Trainer zum Alkoholkonsum Jugendlicher.....	97
Ausblick	101
Literatur.....	103
Anhang	106
In Interviews erhobene Originaltöne der Trainer.....	106

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Struktur bzw. Design des Präventionsprojekts TrainerPlus.	10
Abbildung 2: Angaben zu theoretischen Vorkenntnissen der Workshopteilnehmer.....	16
Abbildung 3: Häufigkeit der Gespräche über Alkohol zwischen Workshopteilnehmern und ihren Teams.	17
Abbildung 4: Einschätzungen der Verständlichkeit der Inhalte des Workshops.	17
Abbildung 5: Einschätzungen zum Bezug der Inhalte zur praktischen Trainertätigkeit.....	18
Abbildung 6: Angaben der Teilnehmer, ob sie im Workshop Sinnvolles und Wichtiges gelernt haben.....	18
Abbildung 7: Angaben der Teilnehmer, inwieweit sie in den Workshopinhalten einen praktischen Nutzen für ihren Trainingsalltag sehen.....	19
Abbildung 8: Prozentuale Anteile der Workshopteilnehmer zu unterschiedlichen Ausprägungen der Absicht, die Präventionsempfehlungen praktisch umzusetzen und auszuprobieren.	19
Abbildung 9: Einschätzungen, wie sicher die Teilnehmer sind, dass die Jugendlichen von der Alkoholprävention profitieren 20	20
Abbildung 10: Durchschnittliche Gesamtbewertung der Workshops.....	21
Abbildung 11: Angaben der Workshopteilnehmer zu ihren Vorkenntnissen und zur Häufigkeit der Gespräche mit den Spielern über Alkohol.	25
Abbildung 12: Auswertung der Rückmeldungen der Workshopteilnehmer.	26
Abbildung 13: Angaben der Workshopteilnehmer zu ihren theoretischen Vorkenntnissen und zur Häufigkeit der Gespräche mit den Spielern über Alkohol.	30
Abbildung 14: Entwicklung der Angaben der Workshopteilnehmer zur Häufigkeit der Gespräche mit den Spielern über Alkohol.	30
Abbildung 15: Rückmeldungen der Trainer zum dritten Workshop.....	32
Abbildung 16: Prozentuale Anteile von Vertragsverhältnissen der Trainertätigkeit (N=452 Befragte)....	36
Abbildung 17: Anzahl der Jugendmannschaften, die von Trainerinnen und Trainern betreut werden. ...	37
Abbildung 18: Einschätzungen der Trainerinnen und Trainer zum Anteil der unter 15-Jährigen, die schon einmal Alkohol getrunken haben.	38
Abbildung 19: Anzahl von Stunden pro Woche, die Trainerinnen und Trainer für Training und Jugendarbeit aufwenden.....	39
Abbildung 20: Anteil der Interventionsgruppen-Trainer mit weniger bzw. mit mehr als 10 richtigen Antworten, vor dem 1. (TI 1) und vor dem 2. Workshop (TII 1).....	43
Abbildung 22a: Mittlerer Wert in "Kommunikation" bei den Interventionsgruppen-Trainern vor dem 1. (TI 1) und vor dem 2. Workshop (TII 1).	43
Abbildung 22b: Vergleich der prozentualen Zuwächse auf der Skala "Kommunikation" zwischen Interventions- & Kontrollgruppe von TI 1 (vor dem 1. Workshop) zu TII 1 (vor dem 2. Workshop).	43
Abbildung 23: Mittelwerte auf der Skala "Engagement im Verein zur Prävention von Alkoholkonsum" vor dem 1. (TI 1) und dem 2. Workshop (TII 1).....	44
Abbildung 24: Veränderung der Skala "Fürsorglichkeit des Trainers" über die zwei Messzeitpunkte.	44
Abbildung 25 Ergebnis der Frage "Hast du schon einmal Alkohol getrunken?".....	46
Abbildung 26: Ergebnis der Frage „Wie oft trinkst Du zurzeit Alkohol?“ bei den 12- bis 17-Jährigen....	46
Abbildung 27: Ergebnis der Frage nach Zustimmung zur Aussage "Wenn ich älter bin, werde ich auch Alkohol trinken." unterteilt nach Altersgruppen.....	47
Abbildung 28: Einschätzung der Jugendlichen zum Trinkverhalten der Gleichaltrigen (obere Reihe) und das angegebene eigene Trinkverhalten (untere Reihe), gruppiert nach Alter.	48
Abbildung 29: Anteil der Jugendlichen, bei denen keiner oder die beiden besten Freunde Alkohol trinken differenziert nach Altersgruppen. Innerhalb der Balken lässt sich das Trinkverhalten der Spieler ablesen.	49
Abbildung 30: Ergebnismodell einer schrittweisen Regression mit den Skalenwerten aller erhobenen Variablen bei den Jugendlichen, die schon Alkoholkontakt hatten.....	51

Abbildung 31: Ergebnismodell einer schrittweisen Regression mit den Skalenwerten aller erhobenen Variablen bzgl. der Frage, ob die Jugendlichen schon einmal Alkohol getrunken haben.	52
Abbildung 32: Häufigkeit des Alkoholkonsums der Jugendlichen unterteilt in Raucher und Nicht-Raucher.	55
Abbildung 33: Entwicklung der berichteten Kommunikation mit der Mannschaft über das Thema Alkohol vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).	60
Abbildung 34: Entwicklung der eigenen Fürsorglichkeit der Trainer für ihre Spieler vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).	61
Abbildung 35: Entwicklung der berichteten Trainer-Mannschafts-Beziehung vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).	61
Abbildung 36: Entwicklung der von den Trainern wahrgenommenen Teamatmosphäre (Hilfsbereitschaft unter den Spielern) vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).	62
Abbildung 37: Entwicklung der berichteten Selbstwirksamkeit der Trainer ihre Spieler motivieren zu können vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).	63
Abbildung 38: Entwicklung der berichteten kollektiven Selbstwirksamkeit der Jugendtrainer in Bezug auf ihre Mannschaft vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).	64
Abbildung 39: Entwicklung des berichteten aufgabenorientierten Trainings vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).	65
Abbildung 40: Entwicklung des Einsatzes von positivem Feedback der Trainer an ihre Spieler vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).	65
Abbildung 41: Entwicklung der fachlichen Unterweisung, die die Trainer ihren Spielern geben, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).	66
Abbildung 42: Entwicklung des berichteten demokratischen Verhaltens der Trainer im Training vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).	67
Abbildung 43: Entwicklung der berichteten sozialen Unterstützung, die Trainer ihren Spielern anbieten, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).	67
Abbildung 44: Entwicklung der berichteten psychosomatischen Beschwerden der Spieler, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop (April 2012).	70
Abbildung 45: Entwicklung der berichteten positiven Erwartungen der Spieler an den Alkoholkonsum, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop (April 2012).	71
Abbildung 46: Entwicklung des Widerstands gegen sozialen Trinkdruck, die die Spieler berichten, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop (April 2012).	72
Abbildung 47: Berichtete Absicht der Spieler, später auch Alkohol zu trinken vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop (April 2012).	73
Abbildung 48: Entwicklung der berichteten Absicht der 15- bis 16-jährigen Spieler, später Alkohol zu konsumieren, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop (April 2012) für Spieler mit hoch intrinsisch motivierten Trainern und Spieler mit gering intrinsisch motivierten Trainern.	74
Abbildung 49: Entwicklung der Kommunikation über das Thema Alkohol, die die Trainer berichten, vor dem dritten Workshop (August 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).	77
Abbildung 50: Entwicklung der von den Trainern wahrgenommenen Teamatmosphäre (Hilfsbereitschaft unter den Spielern) vor dem dritten Workshop (August 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).	78

Abbildung 51: Entwicklung der berichteten Selbstwirksamkeit der Trainer ihre Spieler motivieren zu können vor dem dritten Workshop (April 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).....	79
Abbildung 52: Entwicklung der kollektiven Selbstwirksamkeit, die die Trainer berichten, vor dem dritten Workshop (August 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).....	79
Abbildung 53: Entwicklung der Aufgabenorientierung bei der Gestaltung des Trainings vor dem dritten Workshop (August 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).....	81
Abbildung 54: Entwicklung der vom Trainer berichteten fachlichen Unterweisung im Training vor dem dritten Workshop (August 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).	82
Abbildung 55: Entwicklung der berichteten positiven Erwartungen der Spieler an den Alkoholkonsum, nach dem zweiten Workshop (April 2012) und nach dem dritten Workshop (August 2013).....	84
Abbildung 56: Entwicklung der von Spielern berichteten Trinknormen der Trainer, nach dem zweiten Workshop (April 2012) und nach dem dritten Workshop (August 2013).....	85
Abbildung 57: Entwicklung des Widerstands gegen sozialen Trinkdruck, die die Spieler berichten, nach dem zweiten Workshop (April 2012) und nach dem dritten Workshop (August 2013).....	86
Abbildung 58: Entwicklung der berichteten Absicht der 15- bis 16-jährigen Spieler, später Alkohol zu konsumieren, nach dem zweiten Workshop (April 2012) und nach dem dritten Workshop (August 2013).	87
Abbildung 59: Entwicklung der berichteten Kommunikation mit der Mannschaft über das Thema Alkohol vor dem ersten Workshop (August 2010) und dem dritten Workshop (April 2013).	90
Abbildung 60: Entwicklung der berichteten Trainer-Mannschafts-Beziehung vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).....	91
Abbildung 61: Entwicklung der von den Trainern wahrgenommenen Teamatmosphäre (Hilfsbereitschaft unter den Spielern) vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).	91
Abbildung 62: Entwicklung der berichteten Selbstwirksamkeit der Trainer ihre Spieler motivieren zu können vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).	92
Abbildung 63: Entwicklung der berichteten kollektiven Selbstwirksamkeit der Jugendtrainer in Bezug auf ihre Mannschaft vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).....	93
Abbildung 64: Entwicklung des berichteten aufgabenorientierten Trainings vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).....	94
Abbildung 65: Entwicklung des Einsatzes von positivem Feedback der Trainer an ihre Spieler vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).....	95
Abbildung 66: Entwicklung der fachlichen Unterweisung, die die Trainer ihren Spielern geben, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).....	95
Abbildung 67: Entwicklung des berichteten demokratischen Verhaltens der Trainer im Training vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).....	96
Abbildung 68: Entwicklung der berichteten sozialen Unterstützung, die Trainer ihren Spielern anbieten, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).....	97
Abbildung 69: Entwicklung der berichteten positiven Einstellung der Trainer zum Alkoholkonsum Jugendlicher vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).	98
Abbildung 70: Entwicklung der berichteten kognitiven Auseinandersetzung der Trainer mit drogenrelevanten Fragestellungen nach dem zweiten Workshop (August 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).	99
Abbildung 71: Entwicklung des von Trainern berichteten Konsumverhaltens der Jugendlichen im Sportverein nach dem zweiten Workshop (August 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).	99

Zusammenfassung

Das Projekt „TrainerPlus – Alkoholprävention im Jugendfußball“ wurde vom Arbeitsbereich Pädagogische Psychologie und Gesundheitspsychologie an der Humboldt-Universität zu Berlin entwickelt. Über drei Jahre wurden in drei aufeinander aufbauenden Trainingsseminaren und anschließenden Präventionsphasen mit Beratung insgesamt 1.239 Jugendfußball-Trainer aus 456 Vereinen von Experten der Humboldt-Universität zu Möglichkeiten der Alkoholprävention geschult, die sie dann in ihrem Verein mit den Jugendlichen umsetzen sollten.

Das grundlegende Konzept von TrainerPlus ist die Persönlichkeitsstärkung der Jugendlichen und die Schaffung einer günstigen Vereinsumwelt. Hierzu erhalten die Trainer in Workshops insbesondere entwicklungs- und motivationspsychologisches „Know-How“, das sie für einen kompetenten, die Persönlichkeit stärkenden Umgang mit Jugendlichen benötigen. Wichtige Ziele der präventiven Methoden sind die Vermittlung von Erfolgserleben, sozialer Einbindung und Selbstbestimmung an die Jugendlichen. Gelingt dies, sinkt auch die Wahrscheinlichkeit für frühen Alkoholkonsum. Darüber hinaus geht es um die Stärkung sozialer Widerstandsfähigkeit (z.B. bei Angeboten von Alkohol nein sagen zu können), die Korrektur unrealistischer Vorstellungen zur Verbreitung und zu positiven Wirkungen von Alkoholkonsum sowie die Reduktion von Trinkabsichten.

Der Evaluation der Programmwirkungen über den gesamten Projektzeitraum liegen Daten von Trainern sowie Spielern aus deren Mannschaften zugrunde, die regelmäßig an den Workshops bzw. den Befragungen teilgenommen haben. Die längsschnittliche Evaluation bezieht sich auf die Frage, inwieweit Trainer mit hoher intrinsischer Teilnahmemotivation sich hinsichtlich der Umsetzung von Maßnahmen und ihrer erzielten Wirkungen unterscheiden von gering intrinsisch motivierten Trainern, die von ihren Vereinen zur Teilnahme delegiert wurden. Bei hoch motivierten Trainern zeigten sich stärkere Umsetzungsbemühungen der Workshopinhalte mit den jugendlichen Spielern und infolgedessen auch Präventionswirkungen, d.h. die Programmziele wurden deutlich besser erreicht als bei den gering motivierten Trainern. Bei hoch motivierten Trainern nahmen die Sensibilität für das Thema Alkohol bei Jugendlichen sowie die angeleitete Normentwicklung in der Mannschaft und Kommunikation mit den Jugendlichen über das Thema Alkohol im Laufe der Zeit stetig zu, und sie erreichten positive Entwicklungen im Hinblick auf die Stärkung des sozialen Mannschaftsklimas, ihre Trainerkompetenzen Jugendliche zu motivieren und den Teamgeist zu stärken sowie zentrale Strategien präventiven Führungsverhaltens (z.B. Aufgabenorientierung, positives Feedback, fachliche Unterweisung, demokratisches Verhalten, soziale Unterstützung). Demgegenüber verliefen die Entwicklungen bei den gering motivierten Trainern negativ oder es gab keine Veränderungen. Hoch motivierte Trainer bewerteten das Projekt auch positiver (z.B. Praxisrelevanz; sinnvolle und wichtige Inhalte; Befähigung Jugendlichen bei Stress und Problemen zu helfen; Einschätzung, dass Jugendliche von der Prävention profitieren) als gering motivierte Trainer. Diese motivational bedingten Unterschiede spiegelten sich auch in den Befragungen der Jugendlichen wider. Hoch motivierte Trainer erzielten günstigere Entwicklungen des Wohlbefindens, eine Reduktion positiver Trinkerwartungen, die Stärkung der Widerstandsfähigkeit bei Gruppendruck zu trinken und eine Abschwächung der

Trinkabsichten, während sich bei gering motivierten Trainern diesbezüglich keine Erfolge bzw. ungünstige Entwicklungen ergaben.

Die Präventionserfolge motivierter Trainer zeigen, dass solche Programme nur wirken können, wenn Trainer persönlich engagiert sind und mit den Jugendlichen tatsächlich präventiv arbeiten. Für zukünftige Alkoholpräventionsprojekte sind wichtige Ergänzungen neben der Stärkung der Teilnahmemotivation die Eindämmung von Fluktuationsraten sowie insbesondere ein nicht nur durch den Trainer vermittelter sondern ein direkterer Zugang zu den Jugendlichen über eine interaktive, interessante und insbesondere zur Teilnahme anregende Kommunikation in Form einer jugendgemäßen Spieler-Webseite.

Einleitung

Junge Menschen vor Sucht zu schützen, gelingt am besten dort, wo sie durch positive Vorbilder und Bezugspersonen geprägt werden. Neben der Schule und dem Elternhaus ist der Sport- und Freizeitbereich besonders wichtig. Dem Vereinssport hängt dabei noch der Ruf an, dass er dazu beiträgt, die Jugendlichen von der Straße fernzuhalten und somit auch einen positiven Einfluss auf den Konsum von Alkohol und anderen Drogen auszuüben. Jedoch gibt es eine Reihe von Studien, die belegen, dass Jugendliche in Sportvereinen, und hier besonders Jungen in Mannschaftssportarten wie Fußball oder Handball, vermehrt Alkohol konsumieren (Brettschneider & Kleine 2002; Locher, 2001; Schmid, 2001; Sygusch, 2006). Insofern stellen Fußballvereine ein wichtiges und sinnvolles Umfeld für den Einsatz von Alkoholpräventionsprogrammen dar. Eine Erklärung für solche Befunde kann in den sozialen Gruppendynamiken der Mannschaften, den vielfältigen Gelegenheiten in geselliger Runde, aber auch in dem Konformitätsdruck liegen (Locher, 2000). Letzterer ist vermutlich speziell für Jungen in geschlechts-homogenen Mannschaften sehr hoch, in denen ein starkes Bedürfnis besteht, sich dem Geschlechtsstereotyp von Trinken und Männlichkeit anzupassen.

Die jährlichen Berichte zum Konsumverhalten von Jugendlichen, wie zum Beispiel der Drogenaffinitätsbericht der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA, 2012), zeigen, dass in den letzten Jahren der Alkoholkonsum von Jugendlichen zwischen 12 und 17 Jahren zurückgegangen ist. Ebenso ist beim Alter des ersten Alkoholkonsums eine leichte Altersverschiebung nach hinten, von 14,1 Jahre (2004) auf 14,5 Jahre (2011), zu verzeichnen. Dieser Trend setzt sich auch beim Durchschnittsalter der ersten Rauscherfahrung fort, das im Vergleich zu 2004 um knapp 5 Monate auf 15,9 Jahre anstieg. Auch wenn weitestgehend die Trends bezüglich des jugendlichen Alkoholkonsums in Deutschland rückläufig sind, sollte die Bedeutsamkeit des Themas Alkoholprävention jedoch nicht vernachlässigt werden. Ein Vergleich mit anderen Industrienationen zeigt beispielsweise, dass Deutschland bei der Häufigkeit von Alkoholrausch von 15-Jährigen nur im Mittelfeld landet. Hier stehen Nationen wie Frankreich und Norwegen weitaus besser da (vgl. Kuntsche et al., 2011). Eine Studie der WHO stellte darüber hinaus in Bezug auf das Geschlecht fest, dass Jungen in Bezug auf Bier und Biermixgetränke in Deutschland einen mehr als doppelt so hohen Konsum aufweisen wie Mädchen (HBSC-Team Deutschland, 2012). Alkoholprävention, speziell bei männlichen Jugendlichen, ist somit auch weiterhin ein notwendiges Thema.

Idealerweise setzen Präventionsprogramme dabei in einem Alter von 12 bis 16 Jahren an, denn dort entwickeln sich die entscheidenden Verhaltensmuster für den Konsum (Jerusalem, 2006, 2007). Das Ziel des Präventionsprogramms TrainerPlus besteht jedoch nicht in einer lebenslangen Alkoholabstinenz, was angesichts der gesellschaftlichen Akzeptanz und Präsenz von Alkohol unrealistisch wäre, vielmehr geht es um das Hinauszögern des Einstiegsalters. Denn mit zeitlich späterem Konsumbeginn werden mögliche Risiken bzw. Schwierigkeiten im Umgang mit Alkohol im Erwachsenenalter weniger wahrscheinlich (Moffitt & Caspi, 2001). Anders gesagt: Je früher Kinder und Jugendliche mit dem Alkoholtrinken anfangen, umso eher bekommen sie später größere Probleme mit dem Alkohol. Mit Blick auf das Erwachsenenalter steht also nicht dauerhafte Abstinenz, sondern die Fähigkeit zum verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol in einem risikoarmen bzw. moderaten Maß im Vordergrund.

Bei den 12- bis 16-Jährigen haben insbesondere die Gleichaltrigen (Peers; vgl. Jerusalem, 2007; Fischer & Leppin, 2006; Leppin, 2000), aber auch erwachsene Vorbilder wie etwa Trainer großen Einfluss auf den Umgang mit Alkohol, insbesondere was die Risikoeinschätzung, die Stärkung von Selbstvertrauen und das Selbstwertgefühl betrifft. Jugendfußballtrainer können in besonderem Maße positiv auf das Trinkverhalten ihrer jungen Spieler Einfluss nehmen. Das TrainerPlus-Programm versucht dabei, Unterstützung durch konkrete Impulse für die Trainingsarbeit anzubieten sowie durch die Vermittlung von Hintergrundwissen die Bedeutsamkeit dieser Thematik zu erhöhen. Im Folgenden wird ein kurzer Überblick über das Präventionsprojekt TrainerPlus gegeben, bevor im Anschluss daran die Workshops beschrieben und die Ergebnisse aus den Evaluationsbefragungen berichtet werden.

Das Projekt TrainerPlus

TrainerPlus wurde vom Arbeitsbereich Pädagogische Psychologie und Gesundheitspsychologie an der Humboldt-Universität zu Berlin entwickelt. Es handelt sich um ein mehrstufiges Projekt zur Alkoholprävention im Jugendfußball und wendet sich an die Trainerinnen und Trainer von Jugendlichen in Fußballvereinen. Über drei Jahre hinweg wurden in drei aufeinander aufbauenden Workshops mit anschließenden Präventionsphasen über die Footballsaison Jugendtrainerinnen und -trainer von erfahrenen Experten der Humboldt-Universität zu Berlin zu Möglichkeiten der Prävention geschult, die sie dann in ihrem Verein mit den Jugendlichen umsetzen sollten.

Ziel des Projekts ist es, Trainer und Vereine für das Thema „Umgang mit Alkohol“ und ihre damit verbundene gesellschaftliche Verantwortung zu sensibilisieren. Des Weiteren soll ein möglichst später Einstieg der Jugendlichen in den Konsum bzw. ein verantwortungsvoller Umgang mit Alkohol durch einstellungs- und verhaltensändernde Maßnahmen, vermittelt über die Trainerinnen und Trainer, gefördert werden.

Programme mit hoher präventiver Wirkung gegenüber Alkoholkonsum kombinieren im Wesentlichen drei Elemente (Botvin & Griffin, 2007; Jerusalem, 1997):

1. Stärkung von sozialen Widerstandsfähigkeiten (z.B. Nein sagen können bei Angeboten von Alkohol),
2. Korrektur wahrgenommener sozialer Normen (z.B. Korrektur der überzogenen Vorstellung, dass fast alle anderen auch Alkohol trinken, so dass es von einem selbst auch erwartet wird), und
3. Stärkung der allgemeinen Lebenskompetenzen (z.B. Fähigkeiten zur Bewältigung alltäglicher Anforderungen und Probleme; Alkoholkonsum nicht als Bewältigungsstrategie in belastenden Situationen einsetzen).

Das Projekt TrainerPlus bestand aus drei Phasen mit drei jährlich stattfindenden, aufeinander aufbauenden Workshops (jeweils eines pro Jahr zu Beginn der Footballsaison) sowie begleitenden Präventionsphasen über die Footballsaison hinweg. Die drei Phasen fanden zwischen 2010 bis 2013 statt und hatten folgende Schwerpunkte:

1. *Workshop: Wissensvermittlung (2010-2011)*

- Fakten und Hintergründe zu Alkoholkonsum, Alkoholmissbrauch und Sucht
- Soziale Einflüsse auf das Trinkverhalten
- Wirkungsvolle Prävention im Jugendalter aus entwicklungspsychologischer Sicht
- Mit Jugendlichen ins Gespräch kommen über persönliche Sichtweisen oder Probleme

2. *Workshop: Einstellungsänderung (2011-2012)*

- Stärkung sozialer Widerstandsfähigkeiten und Problemlösestrategien
- Korrektur wahrgenommener sozialer Normen im Kreis der Gleichaltrigen
- Umgang mit Alkohol im Sportverein und in der eigenen Mannschaft
- Gespräche über Alkohol mit Jugendlichen und Eltern

3. *Workshop: Verhaltensänderung (2012-2013)*

- Verhalten und Vorbilder im Verein
- Gleichaltrige (Peers) als Vorbilder gewinnen, selbst Vorbild sein
- Umgang mit Stress und Aggressionen
- Einfluss von Werbung auf das Trinkverhalten von Jugendlichen

Nach jedem der drei Workshops wurden die Trainer und Trainerinnen jeweils über den Rest der Fußballsaison kontinuierlich betreut. Sie erhielten u.a. Newsletter, in denen sie praktische Anregungen für die Trainingsarbeit finden konnten, die die Prävention in der jeweiligen Phase unterstützen sollten. Weitere Materialien konnten über eine Webseite abgerufen werden, die zu allen Workshops die Inhalte und die dort von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern gemeinsam erarbeiteten Vorschläge zur Prävention sowie interessante Links, Beiträge und Neuigkeiten zum Thema Jugendliche und Alkohol enthielt. Die Struktur bzw. das Design des Projektes ist in der Abbildung 1 dargestellt.



Abbildung 1: Struktur bzw. Design des Präventionsprojekts TrainerPlus.

Zur Evaluation der Programmwirksamkeit (Mittag, 2006) fanden in den Vereinen, die am Projekt teilnehmen, regelmäßig Befragungen der Trainerinnen und Trainer sowie der Jugendlichen statt. Um Vergleiche zu ermöglichen, wurden die gleichen Befragungen parallel in 30 Vereinen, die nicht am Projekt teilnehmen, durchgeführt. Die Trainerinnen und Trainer wurden jährlich vor Beginn der Workshops sowie am Ende des Gesamtprojektes befragt. Zusätzlich erhielten sie zum Abschluss jeder Fußballsaison einen kurzen Fragebogen zum Geschehen im Laufe der Fußballsaison. Die Fragen bezogen sich inhaltlich auf die Trainertätigkeit und den Verein, den Umgang mit Jugendlichen, deren Einstellungen und Verhaltensweisen sowie das Trainingsklima. Weitere Bestandteile des Fragebogens waren die Einschätzung persönlicher Kompetenzen, zum Beispiel in Bezug auf die eigene Fähigkeit, Jugendliche zu motivieren, die Förderung des Teamgeists, das Zulassen von Selbstbestimmung, das Vermitteln von Erfolgserfahrungen sowie alkoholbezogene Themen.

Die Befragungen der Trainerinnen und Trainer fanden elektronisch mittels Online-Umfragen statt. Die der Jugendlichen erfolgte während jeder der Präventionsphasen anhand von Kurzfragebögen, die die Trainerinnen und Trainer per Post erhielten und nach der Beantwortung wieder zurückschickten. Die Fragebögen wurden von den Jugendlichen auf freiwilliger Basis und nachdem die Eltern informiert wurden ausgefüllt. Die Informationen wurden vertraulich und anonym behandelt. Der Schwerpunkt der Befragungen der Spieler lag auf der Einschätzung des Mannschaftsklimas und des Trainerverhaltens sowie der Erfassung von Normen, Einstellungen und Verhalten bezüglich des Alkoholkonsums. Die Befragungen der jugendlichen Spieler fanden jeweils zu Beginn und zum Ende der Fußballsaison statt.

Das TrainerPlus-Projekt ist mittlerweile abgeschlossen. Die letzte Schulungswelle wurde im November 2013 beendet und die abschließenden Evaluationsbefragungen der Trainerinnen und Trainer sowie der Spieler durchgeführt und ausgewertet. Nachdem im Oktober 2011 der erste Zwischenbericht erschien, folgten im Oktober 2012 und 2013 der zweite und dritte Zwischenbericht, in denen die Ergebnisse der Evaluationsbefragungen der Trainerinnen und Trainer berichtet wurden (TI 1 bis TIII 2) sowie die ersten beiden Projektjahre der Jugendlichen (TI 1 bis TII 2) ausgewertet wurden. Im Folgenden werden zunächst die drei aufeinander aufbauenden Workshops dargestellt, bevor anschließend die Auswertung der drei Projektjahre sowie eine Gesamtauswertung über die gesamte Laufzeit der Projektes erfolgt.

Workshops: Organisation, Inhalte und Rückmeldungen

Insgesamt fanden über den Projektzeitraum von 2010 bis 2013 drei Schulungswellen statt, wobei die Trainerinnen und Trainer jeweils ein Workshop pro Jahr zu Beginn der Fußballsaison besuchten. Die Schulungen wurden bundesweit durchgeführt. Die Veranstaltungsorte wurden dabei so verteilt, dass die Trainerinnen und Trainer die Workshops weitestgehend im Umfeld ihrer Vereine gut erreichen konnten. Geleitet wurden die Tages-Workshops von vier erfahrenen Präventionsexperten der Humboldt-Universität zu Berlin, die alle drei Schulungen durchführten.

Im Folgenden werden die drei Schulungswellen einzeln dargestellt. Nachdem zunächst einige wichtige Punkte zur Organisation und Durchführung der einzelnen Schulungswellen aufgegriffen werden, werden die aufeinander aufbauenden Inhalte der Workshops beschrieben. Im Anschluss folgt für jede Schulung eine Auswertung der Rückmeldungen der Workshopteilnehmer.

Schulungswelle 1

Organisation der ersten Schulungswelle

Die Organisation und das Zustandekommen der ersten Workshops erwies sich als eine logistische Herausforderung, insbesondere wegen fehlerhafter E-Mailadressen, weil Vereine Personen ohne deren Information oder Zustimmung als Teilnehmer nominiert hatten, wegen Kommunikationsschwierigkeiten innerhalb und zwischen den Vereinen sowie der wissenschaftlichen Begleitung, Terminschwierigkeiten etc. Dies alles hatte zur Folge, dass die Workshops deutlich den ursprünglich geplanten Zeitraum überschritten und sich vom September 2010 bis Mai 2011 hinauszogen.

Von 638 eingeladenen Trainern erschienen 408 zu den Tages-Workshops; dies entspricht einer Quote von 64 Prozent. Die 230 verbleibenden Trainer wurden im Juni 2011 noch einmal letztmalig angeschrieben mit dem Hinweis, sich zu melden und spätestens an der zweiten Phase der Tages-Workshops teilzunehmen, da sie ansonsten nicht mehr berücksichtigt werden könnten. In der ersten Projektphase fanden insgesamt 37 Workshops statt. Tabelle 1 gibt einen Überblick über die Zeitpunkte, Orte und Teilnehmerzahlen der Workshops der ersten Schulungswelle.

Tabelle 1: Zeitpunkte, Veranstaltungsorte und Teilnehmerzahlen der 1. Workshopwelle.

	Datum	Ort	Anwesend
1	10.10.2010	Erfurt	27
2	09.10.2010	Erfurt	21
3	24.09.2010	Berlin	10
4	25.09.2010	Berlin	10
5	01.10.2010	Wolfenbüttel	13
6	02.10.2010	Wolfenbüttel	14
7	22.10.2010	Wolfenbüttel	10
8	23.10.2010	Wolfenbüttel	13
9	23.10.2010	Hamburg	12
10	29.10.2010	Raßnitz	28
11	30.10.2010	Raßnitz	19
12	29.10.2010	Bremen	21
13	05.11.2010	Wolfenbüttel	7
14	06.11.2010	Wolfenbüttel	7
15	05.12.2010	Halle	13
16	08.01.2011	Bremen	18
17	16.01.2011	Hamburg	5
18	15.01.2011	Berlin	8
19	19.01.2011	Osnabrück	11
20	22.01.2011	Mannheim	11
21	29.01.2011	Gießen	18
22	29.01.2011	Erfurt	9
23	22.01.2011	Wolfenbüttel	9
24	12.02.2011	Köln	10
25	11.12.2010	Nürnberg	14
26	12.03.2011	Bremen	11
27	05.03.2011	München	17
28	19.03.2011	Osnabrück	13
29	26.03.2011	Frankfurt am Main	14
30	03.04.2011	Hamburg	18
31	26.03.2011	Recklinghausen	10
32	02.04.2011	Bremen	15
33	09.04.2011	Halle	14
34	16.04.2011	Halle	13
35	30.04.2011	Nürnberg	14
36	14.05.2011	Recklinghausen	9
37	04.06.2011	Halle	7
		Summe:	493

Inhalte des ersten Workshops

In den ersten Workshops ging es inhaltlich um vier Bereiche, die durch eine wissenschaftliche Präsentation und gemeinsame praktische Übungen behandelt wurden.

1. *Ausmaß und Konsequenzen des Alkoholkonsums Jugendlicher*
2. *Erwartungen, Motive und Normen Jugendlicher zum Alkoholkonsum*
3. *Prävention von Alkoholkonsum im Jugendsport – Rolle des Trainers*
4. *Gespräche mit Jugendlichen*

Zu **Beginn** des Workshops wurden Zahlen und Fakten des Alkoholkonsums vermittelt (Ab welchem Alter trinken Jugendliche Alkohol? Wie beschaffen sich Jugendliche Alkohol? Was und wo trinken sie? Welche negativen Wirkungen und langfristigen Risiken hat Alkoholkonsum für sie?). Es wurde dabei so vorgegangen, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erst ihre Einschätzungen zum Alkoholkonsum Jugendlicher abgeben sollten, um danach die wissenschaftlichen Befunde zu diesen Fragen vermittelt zu bekommen. Das Ziel bestand darin, die persönliche Überzeugung und die Fakten gegenüberzustellen und die eigene Einschätzung zu reflektieren. Die teilnehmenden Trainerinnen und Trainer wurden darüber aufgeklärt, dass das Durchschnittsalter des Alkoholeinstiegs etwa bei 14 Jahren liegt; erste Rauscherfahrungen zunehmend früher stattfinden (zurzeit 13,8 Jahre im Durchschnitt); der erste Alkohol überwiegend selbst oder von Freunden gekauft wird und dass vor allem süße Mixgetränke (z.B. Wodka mit Limonade) getrunken werden, wodurch die in diesem Alter natürliche Geschmacksaversion gegenüber Alkohol überspielt wird.

Im **zweiten Teil** des Workshops erarbeiteten die Trainerinnen und Trainer in kleinen Diskussionsgruppen mögliche Beweggründe, die aus ihrer Sicht Jugendliche für Alkoholkonsum haben könnten – z.B. bestimmte Erwartungen, Motive oder Normen. Diese erarbeiteten Vorstellungen wurden unter entwicklungspsychologischer Perspektive betrachtet und es wurde gemeinsam versucht, daraus Hinweise für mögliche Präventionsaktivitäten zu ermitteln. Ziel dieser Übung war es, den ¹Teilnehmern zu verdeutlichen, dass die Erwartungen, Normen und Motive, die Jugendliche zu Alkoholkonsum veranlassen, im Wesentlichen mit den alterstypischen Entwicklungsaufgaben zusammenhängen. Jugendliche, insbesondere in der Pubertät, wollen unabhängig wirken, wollen sich ausprobieren, Spaß und Genuss erleben, selbstbestimmt und souverän wirken, sich stark fühlen, akzeptiert werden, soziale Kontakte haben, kompetent erscheinen, in der Gruppe bestehen und attraktiv wirken. Die Erfüllung dieser Ansprüche fällt häufig sehr schwer und die Erreichbarkeit dieser Ziele erscheint vielen Jugendlichen oft durch Alkoholkonsum leichter zu sein. Sie nehmen häufig an, dass Alkohol ihnen dabei in folgender Weise hilfreich sein: Unter Alkohol fühlt man sich stark, wird in der Gruppe akzeptiert, verliert soziale Hemmungen und kommt besser mit den anderen in Kontakt, Probleme wirken weniger belastend und ähnliches mehr. Diese verschiedensten Bedürfnisse der Jugendlichen lassen sich auf drei wesentliche Grundbedürfnisse zurückführen: Alle

¹ Aus Gründen der sprachlichen Vereinfachung wird in dieser Arbeit die männliche Form verwendet. Sofern nicht explizit auf Männer oder Frauen Bezug genommen wird, sind Personen beiderlei Geschlechts gemeint.

Jugendlichen haben das Bedürfnis nach Erfolgserleben, den Wunsch sozial eingebunden zu sein und das Bedürfnis nach Selbstbestimmung (Deci & Ryan, 2000).

Die Alkoholprävention versucht, genau an diesen Punkten anzusetzen. Sie zielt darauf ab, den Jugendlichen Möglichkeiten zur Erfüllung dieser Bedürfnisse bzw. zur Erreichung ihrer Ziele aufzeigen, ohne dabei auf Alkohol zurückgreifen zu müssen. Daraus ergeben sich für das Präventionsprojekt drei wesentliche Präventionsschwerpunkte, nämlich die Bereitstellung von Erfolgserfahrungen sowie von Möglichkeiten sozialer Einbindung und die Erfahrung von Selbstbestimmung. Aus Trainersicht lautet die Frage: Inwieweit gelingt es mir, möglichst allen Jugendlichen Gelegenheiten zu bieten für

- Erfolgserlebnisse,
- Soziale Einbindung und
- Selbstbestimmung?

Hierzu wird im **dritten Teil** des Workshops gezielt praktisch gearbeitet. Dabei stehen die Trainer oft vor dem Zwiespalt, ihre sportlichen Aufgaben der Leistungsförderung und die der Persönlichkeitsförderung in Einklang zu bringen. Inwieweit es möglich ist, beides miteinander zu vereinbaren, d.h. im Verein die Persönlichkeitsentwicklung von Jugendlichen zu fördern und gleichzeitig etwas für ihre Leistungsentwicklung und den Mannschaftserfolg zu tun, wird in Diskussionsgruppen besprochen. Es werden hierzu mögliche Strategien erarbeitet mit Blick auf die Präventionsschwerpunkte, den Jugendlichen das Erleben von Erfolgen, von sozialer Einbindung und von Selbstbestimmung zu ermöglichen. Die Resultate der gemeinsamen Gruppenarbeit machen deutlich, dass man als Trainer durchaus viel für alle Spieler, unabhängig von ihrem Leistungsniveau, tun kann, um Erfolgserfahrungen, soziale Einbindung und Selbstbestimmung im Training zu vermitteln. Diese, für alle Trainer praktikablen, Vorschläge zum präventiven Handeln bilden die ersten Ansätze, die im weiteren Projektverlauf vertieft und differenziert werden sollen. Die Unterstützung von Erfolgserlebnissen, sozialer Einbindung und Selbstbestimmung bildet den Kern der präventiven Arbeit der Trainerinnen und Trainer und diese Thematik wird über die gesamte Zeit des Projektes wieder aufgegriffen.

Im **vierten Teil** des Workshops geht es schließlich um Möglichkeiten, mit Jugendlichen ins Gespräch zu kommen, auch wenn diese schwierig oder schwer zugänglich sind. Denn nur wenn ein Trainer in der Lage ist, mit Jugendlichen ins Gespräch zu kommen, besteht eine Chance, das notwendige Vertrauensverhältnis aufzubauen, als Vorbild akzeptiert zu werden und somit auch über schwierige Themen wie den Alkoholkonsum mit Jugendlichen zu reden. Im Workshop wurden zu diesem Zweck einige grundlegende Gesprächstechniken in Rollenspielen eingeübt, um diese später im Verein mit den Jugendlichen umzusetzen.

Zum Abschluss fand eine schriftliche Workshop-Evaluation durch Rückmeldungen der Teilnehmenden statt, deren Ergebnisse im Folgenden kurz dargestellt werden.

Rückmeldungen zum ersten Workshop

Theoretische Vorkenntnisse und Gespräche über Alkohol

Die ersten beiden Abbildungen basieren auf 394 Teilnehmerrückmeldungen und zeigen, dass die meisten Trainerinnen und Trainer eher wenig theoretische Vorkenntnisse zu den Inhalten des Workshops hatten (siehe Abbildung 2) und auch bisher nicht oder nur in seltenen Fällen mit ihrem Team über Alkohol gesprochen haben (vgl. Abbildung 3).

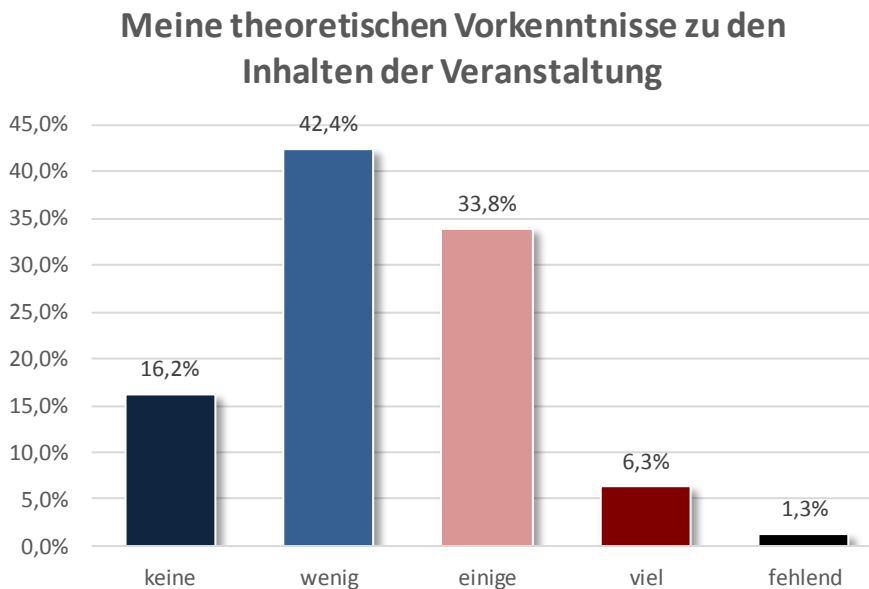


Abbildung 2: Angaben zu theoretischen Vorkenntnissen der Workshopteilnehmer.

Wie häufig haben Sie schon mit Ihrem Team über Alkohol gesprochen?

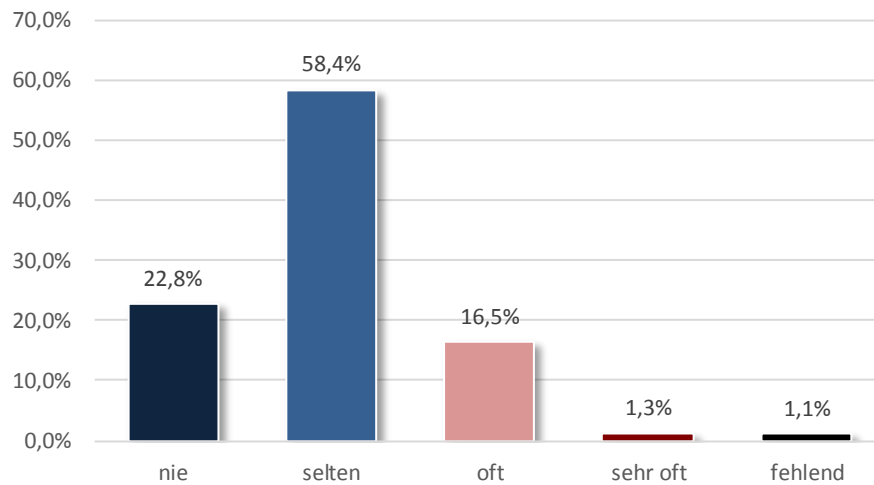


Abbildung 3: Häufigkeit der Gespräche über Alkohol zwischen Workshopteilnehmern und ihren Teams.

Verständlichkeit und Bezüge zwischen Theorie und Praxis

Die Inhalte des Workshops beurteilten etwa 95 Prozent der Teilnehmer als verständlich (siehe Abbildung 4). Für mehr als 80 Prozent der Teilnehmer war auch ein deutlicher Bezug zwischen der theoretischen Darstellung und der praktischen Arbeit im Verein gegeben (siehe Abbildung 5).

Die Inhalte wurden verständlich präsentiert

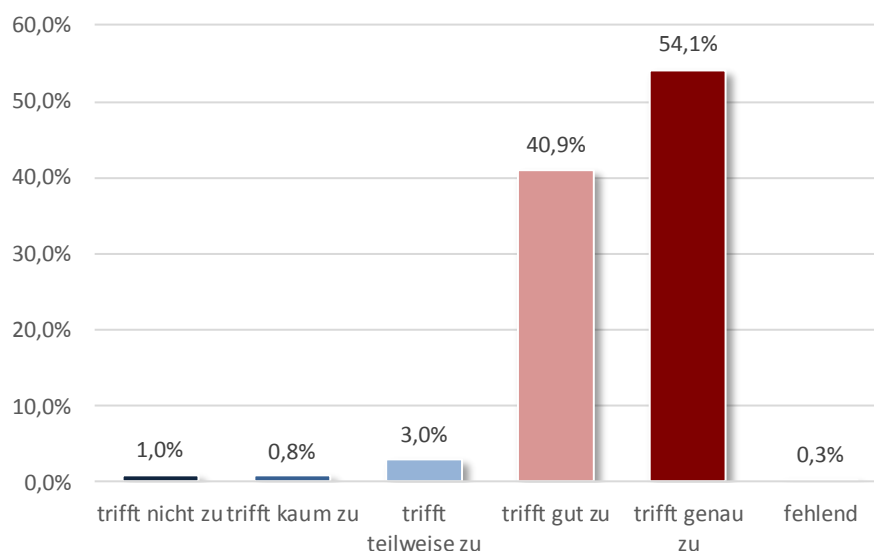


Abbildung 4: Einschätzungen der Verständlichkeit der Inhalte des Workshops.

Der Bezug zwischen Theorie und Praxis wurde hergestellt

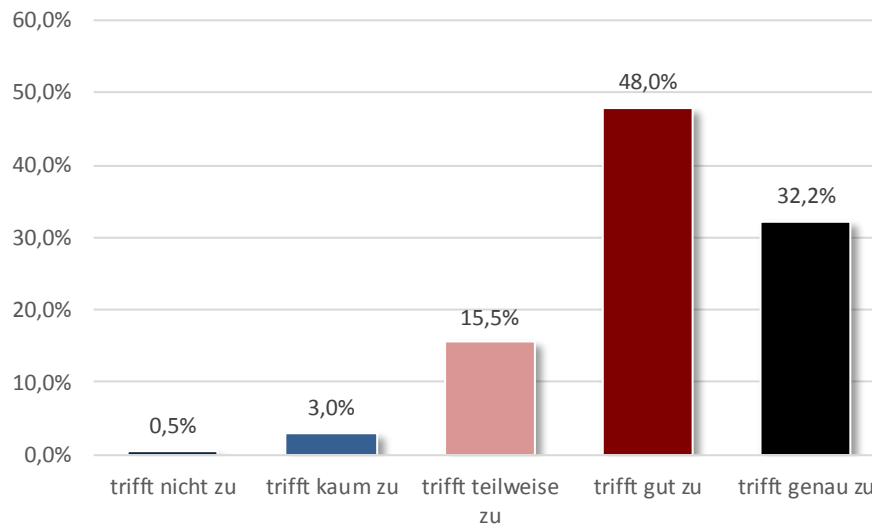


Abbildung 5: Einschätzungen zum Bezug der Inhalte zur praktischen Trainertätigkeit

Bedeutsamkeit und Umsetzungsabsicht

Fast 90 Prozent der Teilnehmer berichteten, dass sie im Workshop Sinnvolles und Wichtiges gelernt haben (siehe Abbildung 6), etwa 70 Prozent sahen auch eindeutig einen praktischen Nutzen des Gelernten für den Trainingsalltag (siehe Abbildung 7).

Ich habe in der Veranstaltung Sinnvolles und Wichtiges gelernt

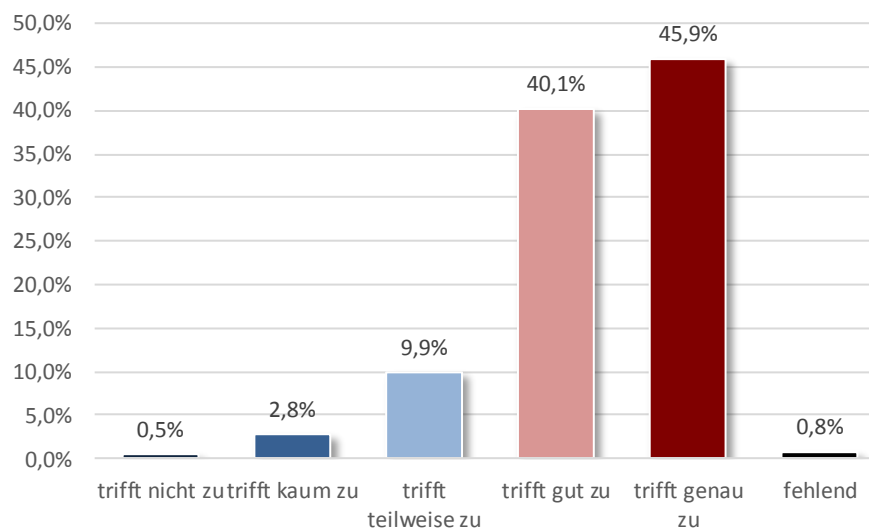


Abbildung 6: Angaben der Teilnehmer, ob sie im Workshop Sinnvolles und Wichtiges gelernt haben

Die Inhalte sind für mich von praktischem Nutzen für den Trainingsalltag

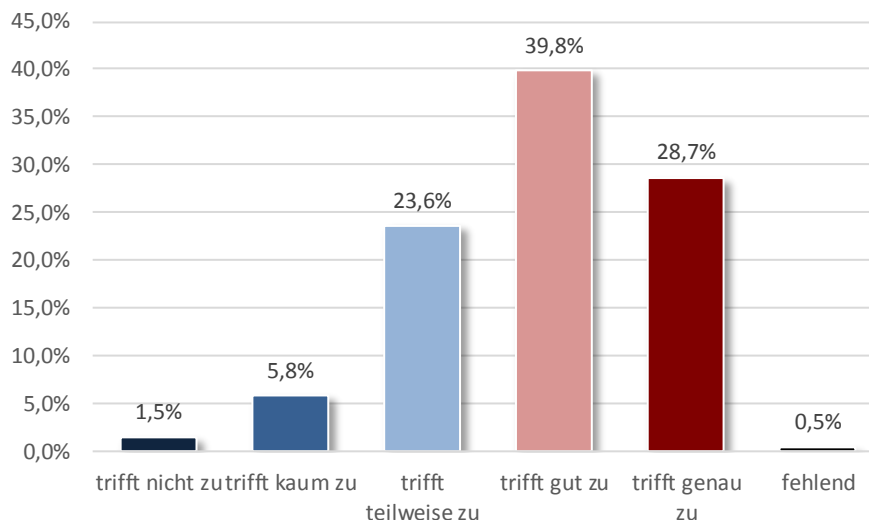


Abbildung 7: Angaben der Teilnehmer, inwieweit sie in den Workshopinhalten einen praktischen Nutzen für ihren Trainingsalltag sehen

Absicht, die Präventionsanregungen im Team der Jugendlichen umzusetzen

Eine besonders wichtige Frage ist, ob die Trainerinnen und Trainer auch die Absicht entwickeln, die Präventionsempfehlungen aus dem Workshop aufzunehmen und in ihrer praktischen Trainingsarbeit umzusetzen. Erfreulich ist, dass drei Viertel der Teilnehmenden berichten, dass sie die Anregungen des Workshops in ihrem Team umsetzen und ausprobieren wollen (s. Abbildung 8).

Die Anregungen aus dem Workshop möchte ich bald in meinem Team umsetzen und ausprobieren

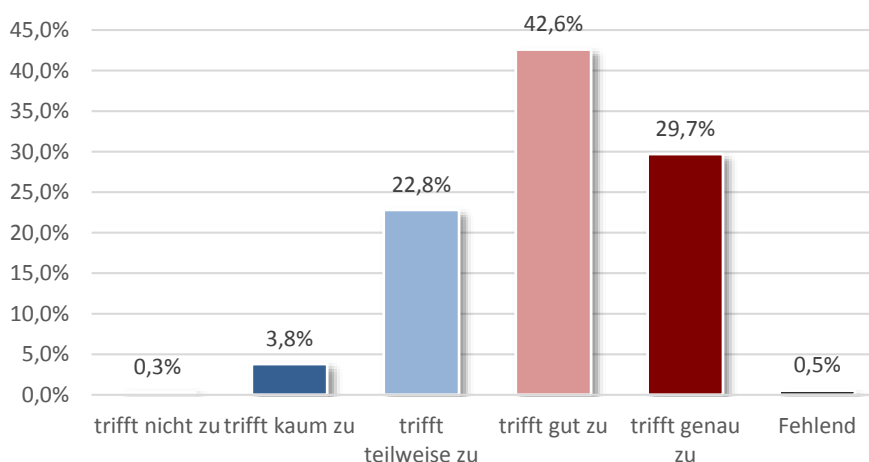


Abbildung 8: Prozentuale Anteile der Workshopteilnehmer zu unterschiedlichen Ausprägungen der Absicht, die Präventionsempfehlungen praktisch umzusetzen und auszuprobieren.

Wahrgenommener Nutzen bzw. Profit der Jugendlichen von der Alkoholprävention

Die Workshopteilnehmer wurden auch danach gefragt, wie sie den Nutzen der Alkoholprävention durch TrainerPlus für die Jugendlichen einschätzen. Die Abbildung 9 stellt die entsprechenden Antworten dar und verdeutlicht, dass sich zwei Drittel der befragten Trainerinnen und Trainer sehr sicher sind, dass die Jugendlichen von der Alkoholprävention profitieren werden.

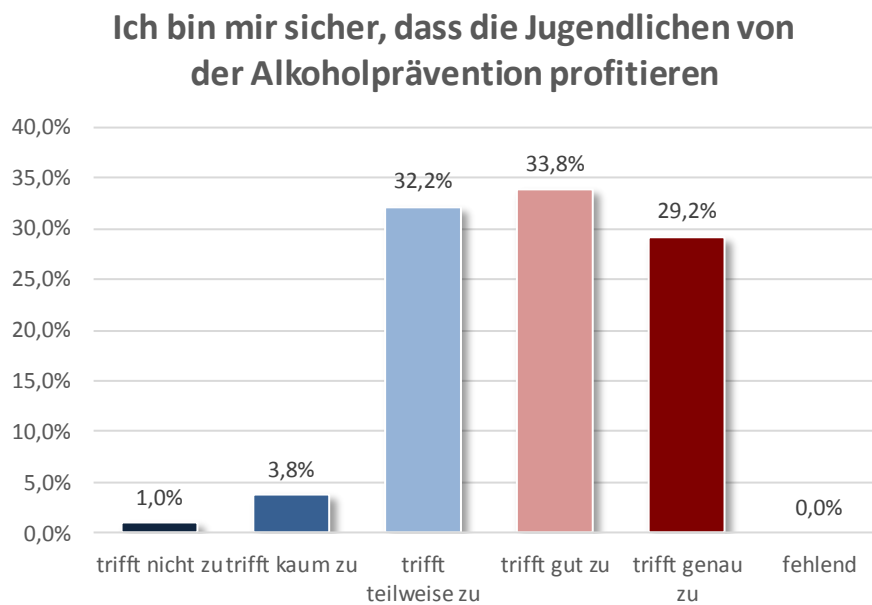


Abbildung 9: Einschätzungen, wie sicher die Teilnehmer sind, dass die Jugendlichen von der Alkoholprävention profitieren

Gesamtbewertung des Workshops

Die Bewertung des Gesamteindrucks des Tages-Workshops dient als Indikator, inwieweit die Inhalte und Anregungen zur Alkoholprävention positiv aufgenommen wurden. Deshalb ist es besonders erfreulich, dass die Teilnehmenden zu 94 Prozent den Workshop als sehr gut bzw. gut bewerteten (siehe Abbildung 10).

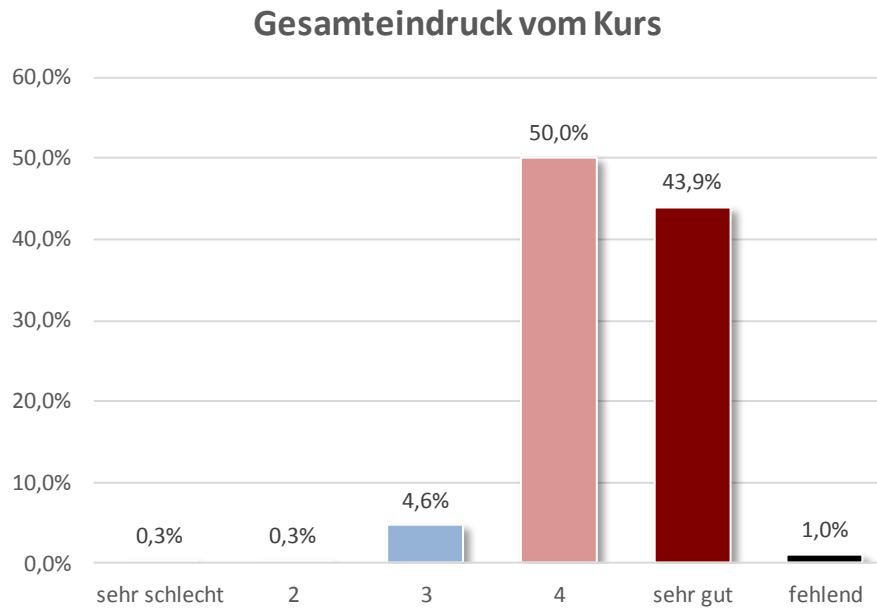


Abbildung 10: Durchschnittliche Gesamtbewertung der Workshops.

Zusammenfassend verdeutlichen die Rückmeldungen der Teilnehmer, dass es bereits im ersten Workshop sehr gut gelungen ist, ihnen sowohl inhaltliche als auch für ihre praktische Arbeit nachvollziehbare und sinnvolle Präventionsmöglichkeiten an die Hand zu geben. Zudem scheinen die Trainerinnen und Trainer nach dem Tages-Workshop motiviert zu sein, gemeinsam mit den Jugendlichen an der Prävention zu arbeiten und die Präventionsempfehlungen auch in der alltäglichen Trainingsarbeit auszuprobieren und umzusetzen. Dies stellt eine gute Voraussetzung dafür da, die vermittelten Maßnahmen tatsächlich umzusetzen.

Schulungswelle 2

Organisation der zweiten Schulungswelle

Im Zeitraum von September 2011 bis Dezember 2011 fanden die Workshops der zweiten Workshopwelle statt. An insgesamt 34 Workshops nahmen 360 Trainerinnen und Trainer teil. Die Tabelle 2 zeigt die Zeitpunkte und Orte der zweiten Schulungswelle sowie die jeweiligen Teilnehmerzahlen.

Tabelle 2: Zeitpunkte, Veranstaltungsorte und Teilnehmerzahlen der 2. Workshopwelle.

	Datum	Ort	Anwesend
1	23.09.2011	Berlin	5
2	18.11.2011	Leipzig	16
3	19.11.2011	Leipzig	20
4	28.10.2011	Leipzig	6
5	29.10.2011	Leipzig	9
6	04.11.2011	Leipzig	6
7	30.09.2011	Erfurt	7
8	12.11.2011	Erfurt	9
9	04.11.2011	Berlin	10
10	30.10.2011	Hamburg	11
11	05.11.2011	Hamburg	17
12	07.10.2011	Bremen	7
13	08.10.2011	Bremen	11
14	14.10.2011	Wolfenbüttel	10
15	15.10.2011	Wolfenbüttel	12
16	29.10.2011	Wolfenbüttel	14
17	04.11.2011	Wolfenbüttel	17
18	05.11.2011	Wolfenbüttel	10
19	26.11.2011	Wolfenbüttel	26
20	26.11.2011	Wolfenbüttel	26
21	14.10.2011	Recklinghausen	7
22	15.10.2011	Recklinghausen	9
23	15.10.2011	Osnabrück	14
24	11.11.2011	Gießen	21
25	11.11.2011	Gießen	21
26	12.11.2011	Frankfurt a. M.	13
27	04.11.2011	Köln	6
28	22.10.2011	Mannheim	7
29	19.11.2011	München	9
30	29.10.2011	Nürnberg	12
31	03.12.2011	Leipzig	8
32	10.12.2011	Halle	11
33	10.12.2011	Göttingen	10
34	10.12.2011	Bremen	10
		Summe:	360

Inhalte des zweiten Workshops

In den Workshops der zweiten Workshopwelle zu Beginn der zweiten Projektphase ging es inhaltlich um vier Bereiche, die durch eine wissenschaftliche Präsentation und gemeinsame praktische Übungen behandelt wurden.

1. *Umgang mit Gruppendruck – Widerstandsargumente*
2. *Soziales Klima: Teambildung*
3. *Gesprächsführungen mit Jugendlichen und Eltern über Alkohol*
4. *Verhältnisprävention – Alkoholprävention im Verein*

Im **ersten Teil** des Workshops wurde noch einmal darauf eingegangen, dass jugendliches Risikoverhalten (z.B. Alkoholkonsum) ein entwicklungsbedingtes Problemverhalten sein kann, um mit den Anforderungen des Alltags und den Entwicklungsaufgaben des Jugendalters zurechtzukommen. Dabei zeigen internationale Studien, dass für den Alkoholkonsum insbesondere soziale Einflüsse der Gruppe der Gleichaltrigen mitentscheidend sind. Häufig entsteht ein Gruppendruck mitzutrinken, dem nachgegeben wird, um z.B. nicht als „Verlierer“ oder „Weichei“ dazustehen. Im Workshop wurde deswegen gefragt, wie man Jugendliche stark machen kann, dem Gruppendruck durch Gleichaltrige zu widerstehen und Überredungsversuchen nicht nachzugeben, sondern mit Gegenargumenten besser begegnen zu können. Anhand beispielhafter Situationen, in denen Jugendliche zu Alkoholkonsum aufgefordert werden, sollten die Trainer Gegenargumente bzw. Widerstandsargumente sammeln und diskutieren. Diese Argumente sollten einerseits überzeugend wirken, so dass die Jugendlichen nicht weiter zum Mittrinken gedrängt werden und andererseits ihre Akzeptanz in der Gruppe nicht gefährden. Anhand der Sammlung solcher Widerstandsargumente wurde schließlich über Gelegenheiten gesprochen, bei denen die Trainer mit ihren Jugendlichen über Alkoholkonsum und mögliche Widerstandsargumente ins Gespräch kommen könnten.

Im **zweiten Teil** des Workshops ging es um die Bedeutung des sozialen Klimas und der sozialen Einbindung jedes Einzelnen in die Gemeinschaft, die für alle Jugendlichen eine wichtige Grundlage für ihren Selbstwert und die Überzeugung mit Problemen zurechtzukommen, darstellen und auf diese Weise dem Alkoholkonsum vorbeugen können. Das soziale Klima wird charakterisiert durch die persönlichen Einschätzungen jedes Einzelnen zu den Beziehungen der Spieler untereinander und der Spieler zum Trainer sowie zur Atmosphäre im Training. Da sich das soziale Klima durch persönliche Wahrnehmungen auszeichnet, war zunächst wichtig zu klären, wie ein Trainer auf ökonomische Weise zu einem zuverlässigen Bild des Klimas in seiner Mannschaft kommt. Hierzu wurden Kurzverfahren wie z.B. eine sogenannte Klima-Zielscheibe vorgestellt und es wurde geübt, wie man damit Einschätzungen des Mannschaftsklimas erhalten kann. Als mögliche Maßnahmen zur Förderung des Mannschaftsklimas ging es um die Erstellung und Umsetzung von Teamregeln, um Verantwortung und Mitbestimmung im Training sowie um die Einholung von Feedback durch den Trainer. Im Workshop übten die Trainer in Kleingruppen, Regeln für das soziale Miteinander anhand von Kriterien aufzustellen, die für die Umsetzung und Einhaltung der Regeln im Trainingsalltag unerlässlich sind. Ebenfalls in kleinen Gruppen wurden Ideen zur Übergabe von Verantwortung und zur Ermöglichung von Mitbestimmung im Training, Spiel und Verein gesammelt und diskutiert. Außerdem wurde nach praktikablen Vorgehensweisen

gesucht, wie sich Trainer von ihren Spielern Feedback einholen können. Alle diese Maßnahmen dienen im Wesentlichen der Stärkung der sozialen Beziehungen untereinander sowie der Gefühle eigener Wertigkeit, sozialer Einbindung und Selbstbestimmung der Jugendlichen.

Im **dritten Teil** des Workshops ging es vor allem darum, wie die Trainer nicht nur mit den Jugendlichen, sondern auch mit den Eltern über das Thema Alkohol ins Gespräch kommen können. Zum einen wurden in Rollenspielen wichtige Prinzipien der Gesprächsführung erprobt. Die Aufgabe war, mit einem Jugendlichen, der nach Vermutung des Trainers möglicherweise Alkohol konsumiert, darüber in ein Gespräch zu kommen, ohne dass der Jugendliche abblockt. In Bezug auf die Gespräche mit Eltern wurde seitens der Workshopleiter die Einbettung des Themas Alkoholkonsum und TrainerPlus-Projekt in einen Elternabend vorgeschlagen. Dies wurde teils kontrovers diskutiert im Hinblick auf die Umsetzungsmöglichkeiten in den eigenen Vereinen und dann in unterschiedlicher Form als möglich erachtet. Auf dem Workshop wurde eine mögliche Struktur und Darstellung des Themas Alkoholkonsum im Rahmen einer Präsentation vorgestellt und den Trainern als Präsentationsdatei zur Anpassung und Verwendung für vereinspezifische Elternabende überlassen. Ein wesentliches Ziel dabei war, die Eltern über das Projekt detailliert zu informieren und sie auf diese Weise in das gemeinsame Boot der Alkoholprävention mit zu holen, da das Verhalten der Eltern häufig eine sehr bedeutsame Rolle für den Einstieg in den Alkoholkonsum spielt.

Im **vierten Teil** des Workshops ging es um die Frage: Alkohol - (k)ein Thema im Sportverein? Dabei wurde unterschieden zwischen Prinzipien der Verhaltensprävention und der Verhältnisprävention. Verhältnisprävention bezog sich hier auf die Verhältnisse im jeweiligen Verein, die mehr oder weniger günstig oder ungünstig für den Alkoholkonsum von Kindern und Jugendlichen sein können. In diesem Zusammenhang wurden strukturelle Präventionsmaßnahmen (z.B. Beschränkung der Verfügbarkeit, Vermeidung der Konsumförderung durch Nachlässigkeit bei Vereinsveranstaltungen, alkoholbezogene Rahmenbedingungen, verantwortungsbewusstes Verhalten aller Vereinsmitglieder im Beisein von Jugendlichen) und Vereinsrituale diskutiert, die im Sinne des Vorlebens durch Erwachsene für die Jugendlichen für den eigenen Alkoholkonsum relevant sein können. In Kleingruppen sollten die Trainer dann diskutieren, was im Verein gegen den Alkoholkonsum von Kindern und Jugendlichen getan wird bzw. werden kann und insbesondere Ideen und Vorschläge sammeln, was sie selbst als Trainer dazu beitragen können. Gesucht wurden praktikable Vorschläge und Maßnahmen (z.B. Regeln, Vereinbarungen, eigenes Trinkverhalten), um im Training, bei Spielen, bei Vereinsfeiern oder Vereinssitzungen oder auch in Trainingslagern und auf Turnieren etwas gegen den Alkoholkonsum von Kindern und Jugendlichen zu tun. Die erarbeiteten Maßnahmen und Vorschläge sollten dann im Laufe der folgenden Saison in den jeweiligen Vereinen angeregt bzw. erprobt werden.

Rückmeldungen zum zweiten Workshop

Zum Abschluss des zweiten Workshops fand ebenfalls eine Evaluation durch Rückmeldungen der Teilnehmer statt, deren Ergebnisse im Folgenden kurz dargestellt werden.

In Abbildung 11 ist zu sehen, dass schon über die Hälfte der Workshopteilnehmer von sich behaupten, einige oder sogar viele Vorkenntnisse zu besitzen, knapp 46% geben hier nur geringe Vorkenntnisse an. Und nur ein Drittel der Teilnehmer sucht oft oder sehr oft das Gespräch mit seinem Team, um über Alkohol zu reden. Diesbezüglich waren nach dem zweiten Workshop in den weiteren Projektphasen also durchaus noch Verbesserungen wünschenswert und zu erwarten.

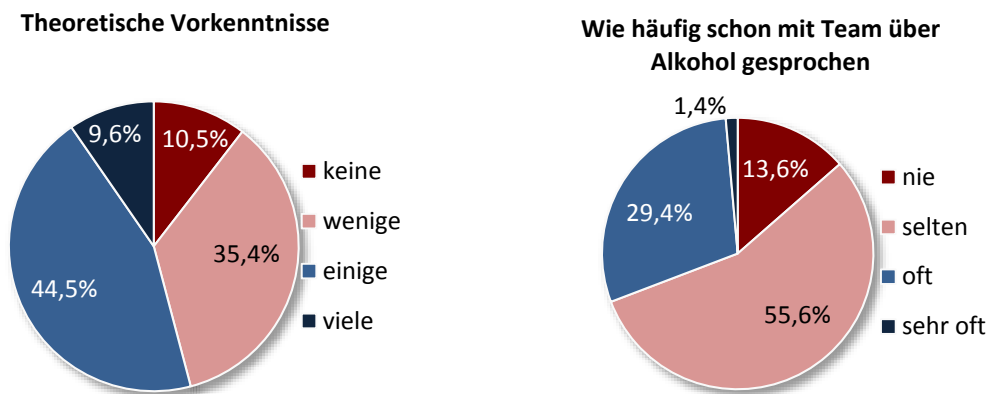


Abbildung 11: Angaben der Workshopteilnehmer zu ihren Vorkenntnissen und zur Häufigkeit der Gespräche mit den Spielern über Alkohol.

Die verschiedenen Rückmeldungen der Trainer aus dem zweiten Workshop sind in Abbildung 12 zusammengefasst. Neben den einzelnen Einschätzungen zu verschiedenen Aspekten des Workshops ist insbesondere die übergreifende Bewertung des Gesamteindrucks des Workshops ein Indikator dafür, inwieweit die Inhalte und Anregungen zur Alkoholprävention positiv aufgenommen wurden. Deshalb ist es besonders erfreulich, dass die Teilnehmenden zu fast 94% den Workshop als sehr gut bzw. gut bewerteten.

Zusammenfassend verdeutlichen auch die Rückmeldungen der Teilnehmer nach dem zweiten Workshop, dass es sehr gut gelungen ist, ihnen inhaltliche und praktische Hinweise für sinnvolle Präventionsmöglichkeiten im Trainingsalltag zu vermitteln. Zudem scheinen die Trainerinnen und Trainer nach dem Tages-Workshop weiterhin motiviert zu sein, wie im ersten Jahr schon gemeinsam mit den Jugendlichen an der Prävention zu arbeiten und die Präventionsempfehlungen in der alltäglichen Trainingsarbeit auszuprobieren und umzusetzen.

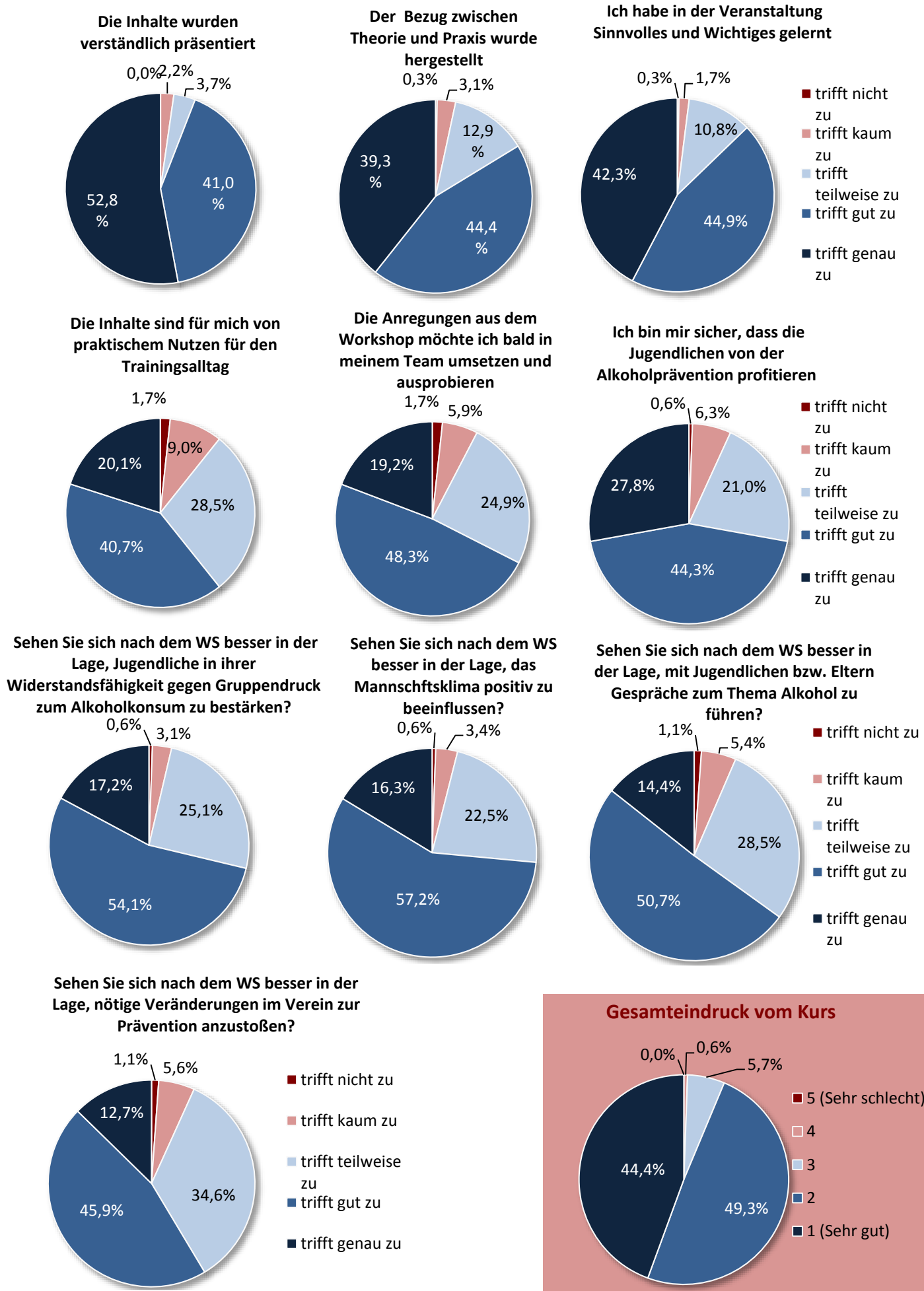


Abbildung 12: Auswertung der Rückmeldungen der Workshopteilnehmer.

Schulungswelle 3

Organisation der dritten Schulungswelle

Im Zeitraum von September 2012 bis Dezember 2012 fanden die Workshops der dritten und letzten Workshopwelle statt.

Die Anmeldung erfolgte erstmalig online über eine zentrale Anmeldeseite, auf der alle geplanten Workshops mit Ort und Datum aufgelistet waren. Die Trainerinnen und Trainer erhielten einen Überblick über alle stattfindenden Workshops, konnten sich selbstständig online für einen Workshop an- und abmelden und wurden über Änderungen in der Workshop-Planung informiert. Dieses zentralisierte Anmeldesystem optimierte die Organisation der dritten Workshopwelle erheblich und wurde von den Trainerinnen und Trainern sehr positiv angenommen.

Insgesamt fanden 28 Workshops statt, an denen 289 Trainerinnen und Trainer teilnahmen. Tabelle 3 gibt einen Überblick über die Zeitpunkte und Orte der Workshops sowie über die jeweilige Zahl der anwesenden Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Inhalte des dritten Workshops

Nachdem im ersten Workshop die Vermittlung von Wissen und im zweiten Workshop das Thema der Einstellungsänderung im Vordergrund stand, lag der Schwerpunkt in der letzten Schulungswelle auf der Verhaltensänderung.

Zu Beginn des Workshops erfolgten eine kurze Wiederholung der Themen aus den ersten beiden Workshops sowie ein rückblickender Erfahrungsaustausch zwischen den Trainerinnen und Trainern. Ziel dieses Austausches war es, Maßnahmen aus den vorangegangenen Workshops zu identifizieren, die bereits erfolgreich in die Praxis umgesetzt werden konnten. Darüber hinaus sollten Schwierigkeiten erläutert werden, die bei der Umsetzung einzelner Maßnahmen für die Trainerinnen und Trainer entstanden sind, um diese gemeinsam zu diskutieren und im besten Fall lösen zu können. Nach dem kurzen Einstieg folgten dann die vier inhaltlichen Themenblöcke:

1. *Stress und Stressbewältigung*
2. *Vorbilder im Verein: Gleichaltrige (Peers) als Vorbilder gewinnen, selbst Vorbild sein*
3. *Einfluss von Werbung auf das Trinkverhalten von Jugendlichen*
4. *Umgang mit Aggressionen*

Tabelle 3: Zeitpunkte, Veranstaltungsorte und Teilnehmerzahlen der 3. Workshopwelle.

	Datum	Ort	Anwesend
1	21.09.2012	Berlin	5
2	22.09.2012	Hamburg	3
3	06.10.2012	Recklinghausen	7
4	12.10.2012	Bremen	12
5	12.10.2012	Wolfenbüttel	11
6	13.10.2012	Nürnberg	8
7	13.10.2012	Osnabrück	13
8	13.10.2012	Wolfenbüttel	12
9	19.10.2012	Leipzig	14
10	26.10.2012	Berlin	9
11	27.10.2012	Ludwigshöhe/Worms	7
12	27.10.2012	München	9
13	27.10.2012	Wolfenbüttel	10
14	02.11.2012	Hamburg	10
15	02.11.2012	Leipzig	13
16	03.11.2012	Bremen	12
17	09.11.2012	Gießen	16
18	09.11.2012		
19.	10.11.2012	Erfurt	12
20.	10.11.2012	Göttingen	11
21.	16.11.2012	Wolfenbüttel	13
22.	17.11.2012	Dresden	11
23	17.11.2012	Hannover	14
24.	17.11.2012	Erlangen	10
25.	24.11.2012	Göttingen	15
26.	30.11.2012	Halle	11
27.	01.12.2012	Halle	14
28.	01.12.2012	Köln	7
		Summe:	289

Im **ersten Teil** des Workshops ging es um das Thema *Stress und Stressbewältigung*. Es wurde noch einmal darauf eingegangen, dass jugendliches Risikoverhalten (z.B. Alkoholkonsum) ein entwicklungsbedingtes Problemverhalten sein kann, um mit den Anforderungen des Alltags und den Entwicklungsaufgaben des Jugendalters zurechtzukommen. In diesem Zusammenhang kann Stresserleben ein potentieller Grund für Jugendliche sein, Alkohol zu trinken. Anhand praktischer Beispiele wurden die Grundlagen für das Entstehen von Stress erklärt und exemplarisch die Möglichkeiten zur Bewältigung diskutiert. Darüber hinaus wurde das Thema der Ursachenzuschreibung (Attribution) und das damit verbundene Konzept von Misserfolgsängstlichkeit (Heckhausen, 1989) behandelt. Ziel dieses Themenkomplexes war es, den Trainern zu vermitteln, wie sie ihren Spielern motivierende und Selbstwert fördernde

Rückmeldungen bei stressauslösenden Misserfolgserlebnissen geben können. Dies wurde im Anschluss durch eine Übung zur Kommentierung von Spielerleistungen praktisch angewendet und vertieft.

Im **zweiten Teil** des Workshops wurde das Thema *Vorbilder im Verein* behandelt. Als Einstieg in diesen Themenkomplex wurden erste Auswertungen aus dem zweiten Zwischenbericht präsentiert, die verdeutlichen, dass das Trinkverhalten der engsten Freunde bedeutsam ist für das eigene (Trink-) Verhalten der Jugendlichen (vgl. 2. Zwischenbericht, S. 14f.). Im Anschluss folgte eine Gruppenarbeit, in der die Workshopteilnehmerinnen und -teilnehmer in Kleingruppen diskutierten, wie man Gleichaltrige (Peers) am besten als Vorbilder gewinnen und zur Alkoholprävention nutzen kann. Darüber hinaus wurden die Trainerinnen und Trainer in Bezug auf ihre eigene Vorbildfunktion sensibilisiert, und es wurden Verhaltensweisen zusammengetragen, mit denen sie präventiv auf ihre Spieler wirken können.

Der **dritte Teil** der Schulung befasste sich mit dem Thema Alkohol und Werbung. Längsschnittstudien haben gezeigt, dass *Alkoholwerbung Auswirkungen auf den Alkoholkonsum* von Jugendlichen hat (Smith & Foxcroft 2009, Anderson 2007, Anderson et al. 2009a). Je häufiger Jugendliche Alkoholwerbung sehen, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass sie beginnen Alkohol zu trinken. Darüber hinaus steigt die Wahrscheinlichkeit, dass sie früher mit dem Trinken beginnen und mehr Alkohol konsumieren. Austin, Chen und Grube (2006) untersuchten in diesem Zusammenhang die Informationsverarbeitung von Alkoholwerbung bei Jugendlichen. Sie konnten zeigen, dass die positive Werbewirkung vor allem durch attraktive Modelle erzielt wird, mit denen sich die Jugendlichen identifizieren. Sie konnten jedoch auch zeigen, dass eine skeptisch-rationale Informationsverarbeitung den Einfluss von attraktiven Modellen auf den Wunsch, Alkohol zu trinken, deutlich eindämmen kann. Aus diesem Grund wurden die Trainerinnen und Trainer in dem Workshop geschult, Werbespots kritisch zu hinterfragen und falsche Werbeversprechen aufzudecken. Darauf aufbauend wurden ihnen praktische Übungen an die Hand gegeben, um mit den Spielern gemeinsam Werbematerial kritisch zu hinterfragen und deren Skepsis anzuregen.

Im **vierten Teil** des Workshops ging es um den *Umgang mit Aggressionen* und wie man Gewalt vorbeugen kann. Die Grundlage für diesen Themenblock bilden Erkenntnisse, dass die Bewältigung von Problemen, die aufgrund von Ärger und Frustration entstehen, ein wesentlicher Grund für den Alkoholkonsum von männlichen Jugendlichen ist (Milgram, 1993). Vor diesem Hintergrund ist es wichtig, dass Fußballtrainerinnen und -trainer aggressives Verhalten ihrer Spieler erkennen und lernen, damit umzugehen und präventiv entgegen zu wirken. Zu diesem Zweck wurden im Workshop unterschiedliche Formen von Aggression, deren Entstehung und typische Auslöser sowie der Umgang mit ihnen erarbeitet. In einer praktischen Übung sollten sich die Trainerinnen und Trainer anschließend darüber austauschen, wie sie Aggressionen im Training und im Spiel vorbeugen können.

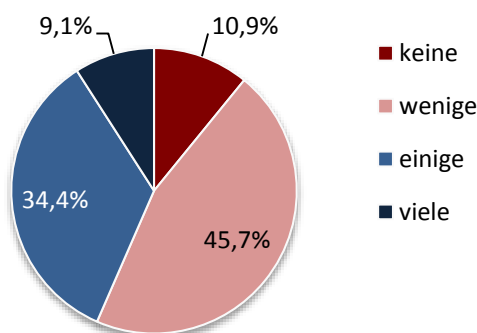
Am Ende des Workshops folgte ein kurzer Exkurs zur Krisenintervention bei gefährlichem Alkoholkonsum. Die Trainerinnen und Trainer bekamen einen Leitfaden an die Hand, wie sie sich verhalten können, wenn der Verdacht einer Gefährdung bei einem Jugendlichen vorliegt und wo sie Ansprechpartner und Kontakte finden, wenn sie professionelle Hilfe benötigen.

Rückmeldungen zum dritten Workshop

Zum Abschluss des Workshops fand erneut eine Evaluation durch Rückmeldung der Teilnehmer statt. Im Folgenden werden die Ergebnisse der Nachbefragung des 3. Workshops kurz dargestellt.

Von insgesamt 289 Workshopteilnehmern füllten 280 (97%) Trainerinnen und Trainer die Feedbackbögen nach dem dritten Workshop aus. In Abbildung 13 ist zu sehen, dass etwas weniger als die Hälfte der Workshopteilnehmer von sich behauptet, einige oder sogar viele Vorkenntnisse zu besitzen. Knapp 56% geben hier allerdings nur wenige oder keine Vorkenntnisse an.

Theoretische Vorkenntnisse



Wie häufig haben Sie mit Ihrem Team über Alkohol gesprochen?

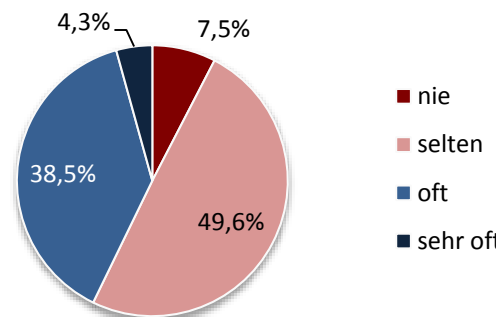


Abbildung 13: Angaben der Workshopteilnehmer zu ihren theoretischen Vorkenntnissen und zur Häufigkeit der Gespräche mit den Spielern über Alkohol.

Dies verdeutlicht, dass im dritten Workshop überwiegend Themen behandelt wurden, die den Trainerinnen und Trainern noch nicht bekannt waren und sie viel Neues gelernt haben, was den Bedarf für derartige Workshops deutlich macht.

Wie häufig haben Sie mit Ihrem Team über Alkohol gesprochen?

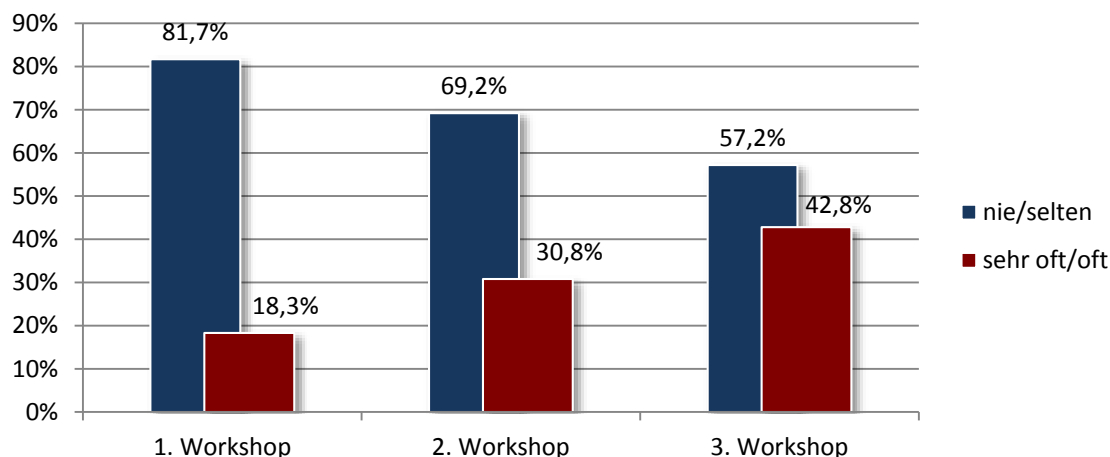


Abbildung 14: Entwicklung der Angaben der Workshopteilnehmer zur Häufigkeit der Gespräche mit den Spielern über Alkohol.

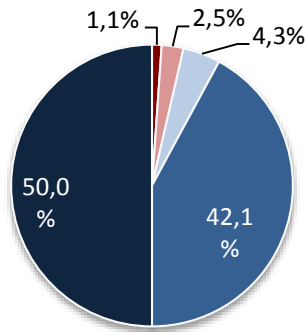
Vergleicht man Angaben, die unmittelbar nach der Durchführung des dritten Workshops zur Häufigkeit der *Gespräche mit den Spielern über Alkohol* gemacht wurden, mit der Rückmeldung nach dem zweiten Workshop, zeigt sich ein deutlicher Anstieg des Anteils derer, die angeben, oft oder sehr oft mit der Mannschaft über Alkohol zu sprechen. So gaben nach dem zweiten Workshop lediglich 31% der Trainerinnen und Trainer an, oft oder sehr oft mit ihren Spielern das Gespräch über Alkohol zu suchen, während nach dem dritten Workshop schon 43% das Thema Alkohol in ihrer Mannschaft ansprechen (s. Abbildung 14). Besonders erfreulich ist auch, dass sich der Anteil der Trainer, die das Thema Alkohol mit ihren Spielern ganz vermeiden, fast halbiert hat. Während nach dem zweiten Workshop noch knapp 14% der Trainerinnen und Trainer angaben, nie mit ihrer Mannschaft über Alkohol zu sprechen, sind es nach dem dritten Workshop nur noch 7,5% (s. Abbildung 13). Dieses Ergebnis verdeutlicht, dass die Trainerinnen und Trainer hinsichtlich der Umsetzung wesentlicher Präventionsziele aus den ersten beiden Workshops gut vorangekommen sind.

Alle weiteren *Rückmeldungen der Trainer* aus dem dritten Workshop sind in Abbildung 15 zusammengefasst. Erfreulicherweise zeigen sich insgesamt vergleichbar positive Rückmeldungen wie nach dem ersten und zweiten Workshop (vgl. Abbildung 12 auf S. 26), die verdeutlichen, dass es auch im letzten Workshop gelungen ist, die Inhalte verständlich zu präsentieren und den Trainerinnen und Trainern sinnvolle Präventionskonzepte zu vermitteln, die sie im praktischen Trainingsalltag umsetzen können und wollen.

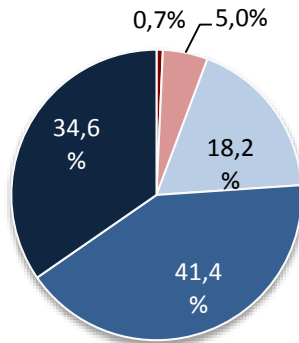
Insbesondere die Fragen mit Bezug auf die konkreten Inhalte des dritten Workshops zeigen, dass sich die Mehrheit der Trainerinnen und Trainer nach dem Workshop kompetenter in den einzelnen Bereichen fühlt, die im Workshop thematisiert wurden. Sie haben Vertrauen in ihre Fähigkeit Jugendlichen beim Umgang mit Stress zu helfen und ihnen bei Siegen, aber auch bei Niederlagen konstruktive und motivierende Rückmeldungen zu geben. Darüber hinaus sehen sie sich in der Lage, mit den Jugendlichen über Alkoholwerbung zu diskutieren und den kritischen Blick ihrer Spieler bezüglich der Werbetricks zu schulen.

Neben den einzelnen Einschätzungen zu verschiedenen Aspekten des Workshops ist insbesondere die übergreifende Bewertung des *Gesamteindrucks des Workshops* ein Indikator dafür, inwieweit die Inhalte und Anregungen zur Alkoholprävention positiv aufgenommen wurden. Deshalb ist es besonders erfreulich, dass die Teilnehmenden zu fast 93% den Workshop als sehr gut bzw. gut bewerteten. Damit konnte die sehr hohe Zufriedenheit, die in den ersten beiden Workshopwellen berichtet wurde, auch im dritten Workshop aufrechterhalten werden.

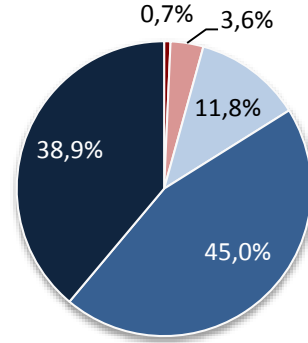
Die Inhalte wurden verständlich präsentiert.



Der Bezug zwischen Theorie und Praxis wurde hergestellt.

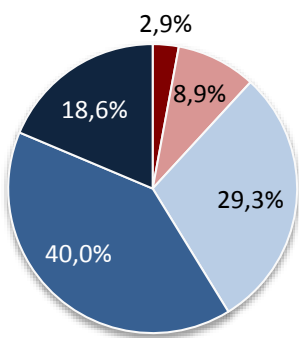


Ich habe in der Veranstaltung ³² Sinnvolles und Wichtiges gelernt.

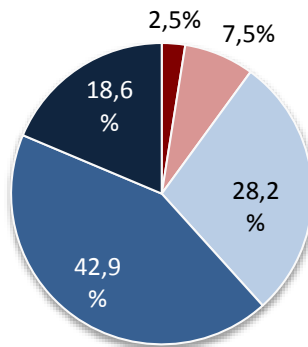


- trifft nicht zu
- trifft kaum zu
- trifft teilweise zu
- trifft gut zu
- trifft genau zu

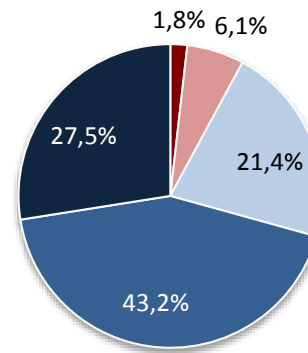
Die Inhalte sind für mich von praktischem Nutzen für den Trainingsalltag.



Die Anregungen aus dem Workshop möchte ich bald in meinem Team umsetzen und ausprobieren.



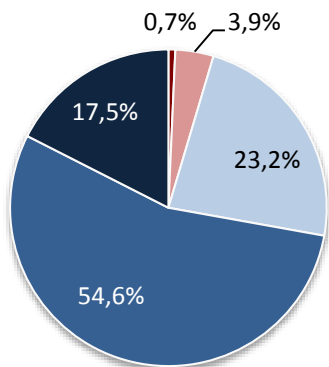
Ich bin mir sicher, dass die Jugendlichen von der Alkoholprävention profitieren.



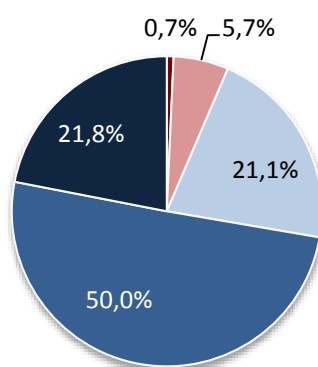
- trifft nicht zu
- trifft kaum zu
- trifft teilweise zu
- trifft gut zu
- trifft genau zu

Sehen Sie sich nach dem Workshop besser als zuvor in der Lage...

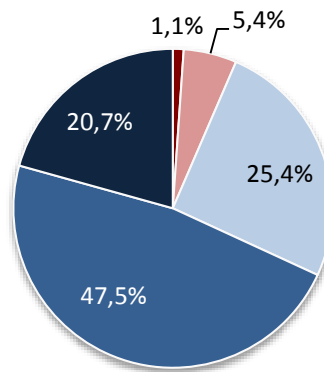
Jugendlichen beim Umgang mit Stress zu helfen?



meinen Spielern bei Erfolgen und Misserfolgen konstruktiv Rückmeldungen zu geben?

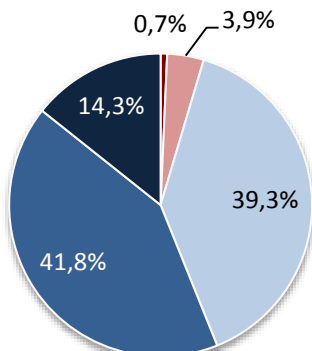


mit Jugendlichen die Wirkung von Alkoholwerbung zu diskutieren?



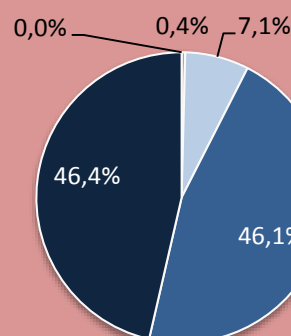
- trifft nicht zu
- trifft kaum zu
- trifft teilweise zu
- trifft gut zu
- trifft genau zu

zu erkennen, wann ein Jugendlicher ein akutes Problem mit Alkohol hat?



- trifft nicht zu
- trifft kaum zu
- trifft teilweise zu
- trifft gut zu
- trifft genau zu

Gesamteindruck vom Kurs



- sehr schlecht
- eher schlecht
- mittel
- eher gut
- sehr gut

Abbildung 15: Rückmeldungen der Trainer zum dritten Workshop.

Zusätzlich zu den geschlossenen Fragen enthielten die Feedbackbögen am Ende ein offenes Antwortfeld zur freien Formulierung von Kritik. Diese Möglichkeit wurde von 120 bzw. 43% der Trainerinnen und Trainern genutzt.

Etwa ein knappes Drittel bzw. 29% dieser Trainer äußerten *allgemeines Lob* in Worten wie „Alles in Ordnung“, „Weiter so“ oder „Super!“ sowie Anregungen und Vorschläge für Optimierungen verschiedener Art. Mehr als zwei Drittel (85 Trainer bzw. 71%) gaben sehr differenzierte Rückmeldungen, die im Folgenden kurz aufgelistet werden.

Das umfassendste Feedback gab es zur *Strukturierung, Vermittlung und Präsentation der Workshop-Inhalte*, wozu sich 42% dieser Gruppe dezidiert äußerten. Positiv hervorgehoben wurden die übersichtliche Vermittlung der Inhalte sowie die klare Strukturierung und der gute Aufbau des Workshops. Die Präsentation wurde als interessant, die Veranstaltung als kurzweilig und abwechslungsreich empfunden. Vor allem die Verständlichkeit der theoretischen Inhalte wurde gelobt, so dass die meisten Trainer viel Neues dazulernen konnten. Nur zwei einzelne Teilnehmer fanden den Kurs zu theoretisch und wissenschaftlich überladen. Hervorzuheben ist insgesamt die trotz heterogener Teilnehmergruppe überwiegende Einigkeit über die hohe Güte der Workshop-Inhalte.

Ebenfalls viel Rückmeldung (25%) gab es zur *Kursleitung und Kompetenz der Dozenten*. Die Rückmeldungen bewerten die Arbeit der Dozenten durchweg positiv. Lob erhielten Vorbereitung, inhaltlich-didaktische Kompetenz, die gute Argumentation und eine offene, ansprechende Kursleitung. Dabei wurden die Dozenten gleichermaßen als Ansprechpartner auf Augenhöhe wie auch als souveräne Wissensvermittler und Anleiter wahrgenommen.

Ein knappes Viertel der Feedbacks spricht den *Praxisbezug* an. Hinsichtlich aller Workshop-Themen wurde ein guter Praxisbezug bescheinigt, wobei insbesondere die Verwendung fußballspezifischer Beispiele und die verständliche, praxisnahe Erklärung theoretischer Inhalte hervorgehoben wurden. Thematisch sei der Kurs gut auf die Belange des Fußballs zugeschnitten, und die Anregungen seien sogar mannschaftsübergreifend zu nutzen. Vor allem die Übungen wurden gelobt. Es gab einzelne (3) Teilnehmer, die sich noch mehr Praxis gewünscht hätten. Darüber hinaus berichten viele Trainer, dass sie im Workshop viel Aufklärung und Anregung erfahren haben und sich bestärkt fühlen, als Fußballtrainer noch mehr für die Alkoholprävention zu tun. Hier hätten sie wertvolle Tipps erhalten, wo sie noch effektiver ansetzen können. Gerade im Umgang mit Jugendlichen seien wichtige Informationen vermittelt worden, die die Trainer und ihre Vereine weiter bringen.

Obwohl der Bedarf nicht erfragt worden war, zeigten 12% der Rückmeldungen ein starkes *Bedürfnis zur Fortführung des Projektes*. Von einer weit größeren Gruppe der Teilnehmerinnen und Teilnehmer am Präventionsprojekt wurde ein solcher Bedarf während der Projektverläufe, auf Workshops, telefonisch oder per Email ebenfalls immer wieder vorgetragen. Die Trainer äußerten Bedarf an einer Fortsetzung des Präventionsprojektes und möchten weiter daran teilnehmen, um die Effekte zu stärken und eine nachhaltige Wirkung bei ihren Spielern zu erlangen. Auch eine fortführende Betreuung wurde ausdrücklich erwünscht. Für die Fortführung des Projektes kamen auch einige Vorschläge von den Trainern, z.B. die Erweiterung des Themas auf andere Drogen wie Tabak und Rauschgift.

Weitere Rückmeldungen bezogen sich auf ...

- **den Austausch zwischen den Teilnehmern:** Der Erfahrungs- und Meinungs austausch zwischen Trainern verschiedener Vereine und mit den Dozenten sowie die aktive Einbeziehung der Teilnehmer in den Workshop wurden als sehr positiv erfahren und gelobt;
- **die Didaktik des Kurses:** Hervorgehoben wurden die gelungene Mischung aus Theorie-Input und praktischen Arbeitsphasen, die praxisnahe Umsetzung der Inhalte sowie die Diskussionen und Gruppenarbeiten, die die Veranstaltung aufgelockert hätten. Offensichtlich hat die Mischung aus Theorie, Praxis und Diskussion zu einem erfolgreichen Workshop-Erlebnis für die Fußballtrainer beigetragen;
- **das angenehme soziale Klima und Workshop-Umfeld:** Insbesondere die lockere Atmosphäre und das gute Gruppenklima wurden gelobt;
- **die gute Organisation:** Gelobt wurden Verpflegung, Unterbringung, Vorbereitung der Dozenten sowie das breite regionale Angebot von Workshops und die Vorabkommunikation zwischen den Teilnehmern und dem TrainerPlus-Team.

Zusammenfassend zeigen die kontinuierlich positiven Rückmeldungen der Teilnehmer nach allen drei Workshops, dass es über alle drei Workshops hinweg gelungen ist, den Trainerinnen und Trainern sowohl inhaltliche als auch für ihre praktische Arbeit nachvollziehbare und sinnvolle Präventionsmöglichkeiten zu vermitteln. Der Austausch zwischen den Trainern wurde als interessant und wichtig wahrgenommen und die Teilnehmer brachten viele praxisbezogene Anregungen ein. Insgesamt konnte ein sehr positiver Gesamteindruck der Workshops über die drei Jahre aufrechterhalten werden. Des Weiteren berichten die Trainerinnen und Trainer nach dem dritten Workshop eine höhere erlebte Kompetenz in Bezug auf die Umsetzung der vermittelten Inhalte. Dies stellt einen ersten wichtigen und notwendigen Schritt in Bezug auf die erfolgreiche Implementation der Präventionsmaßnahmen dar.

Darüber hinaus lässt sich festhalten, dass sowohl die Organisation und Durchführung als auch die Inhalte der Workshops im Laufe des Projektes kontinuierlich optimiert werden konnten. Der Rückgang der teilnehmenden Trainerinnen und Trainer von 408 Teilnehmern zur ersten Schulungswelle, auf 360 zur zweiten und 289 zur dritten Schulungswelle stellt dabei einen akzeptablen und durchschnittlichen Rückgang an Teilnehmern hinsichtlich eines Projektzeitraums von drei Jahren dar.

Auswertung der drei Projektjahre

Nachdem die Organisation, die Inhalte sowie die Rückmeldungen zu den Workshops der drei Schulungswellen detailliert beschrieben wurden, folgt nun die Auswertung der Spieler- und Trainerdaten des TrainerPlus-Projektes. Nach der Auswertung der Ausgangsbefragung der Trainerinnen und Trainer sollen zunächst die drei Projektjahre einzeln und sukzessive ausgewertet werden, bevor am Ende eine zusammenfassende Gesamtbetrachtung über die drei Projektjahre hinweg erfolgt.

Ausgangsbefragung der Trainerinnen und Trainer

Das Projekt TrainerPlus startete mit einer Ausgangsbefragung der Trainerinnen und Trainer sowie der Jugendlichen im August/September 2010. Während der Fußballsaison 2010/2011 begannen dann im September die Workshops der ersten Schulungswelle. Die folgenden Ausführungen beziehen sich auf den ersten Zwischenbericht im Oktober 2011 und basieren auf der Ausgangsbefragung bzw. ersten Evaluationsbefragung der Trainerinnen und Trainer, die einen Einblick in die Teilnehmerstatistiken des Projekts bietet. Eine Auswertung der Befragungen der Jugendlichen konnte aus organisatorischen und datentechnischen Gründen erst im zweiten Projektjahr im Rahmen des Zwischenberichts in 2012 dargestellt werden.

Im August/September 2010 wurde an 638 Trainerinnen und Trainer von Vereinen, die sich zur Teilnahme am Präventionsprojekt TrainerPlus bereit erklärt hatten, der erste Evaluationsfragebogen verschickt. Vollständig ausgefüllt zurückgeschickt wurde der Fragebogen von 452 Trainern (71%). Dies kann für ein solches Projekt als eine beachtliche Rücklaufquote angesehen werden. Im Folgenden werden Ergebnisse berichtet, die sich auf die Zusammensetzung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer beziehen. Es werden demografische Variablen wie auch Faktoren, die mit der individuellen Trainertätigkeit in Verbindung stehen, in den Mittelpunkt der Betrachtung gerückt.

Alter und Trainingserfahrung

Die teilnehmenden Trainer sind im Durchschnitt etwa 42 Jahre alt, dabei reicht die Altersspanne von 18 bis 70 Jahre. Sie weisen eine mittlere Trainererfahrung von etwa 10 Jahren auf, wobei die Spanne der Trainingserfahrung von einem bis hin zu 40 Jahren reicht. Die am Projekt teilnehmende Gruppe von Trainerinnen und Trainern zeigt also eine große Breite des Altersspektrums und der Erfahrungen als Jugendtrainer auf.

Vertragliche Basis der Trainertätigkeit

Aus der Abbildung 16 wird deutlich, dass es sich bei den Teilnehmern im überwiegenden Maße nicht um honorierte oder fest angestellte, sondern um *ehrenamtlich* tätige Trainerinnen und Trainer handelt. Dies lässt auf ein hohes Engagement der Beteiligten schließen, das für die Präventionsarbeit besonders wichtig sein dürfte.

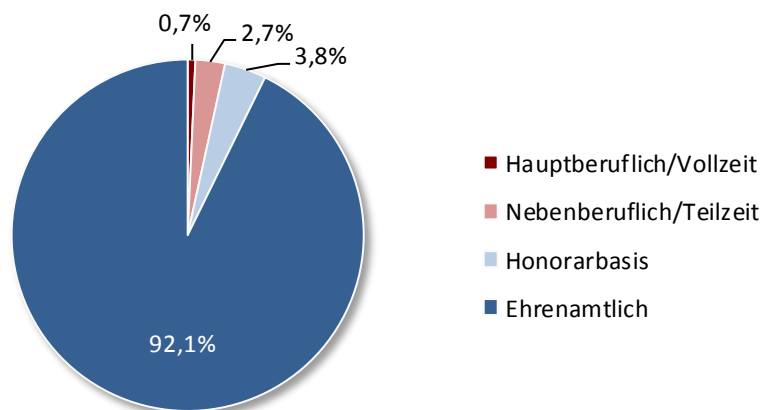


Abbildung 16: Prozentuale Anteile von Vertragsverhältnissen der Trainertätigkeit (N=452 Befragte).

Betreuung von Jugendmannschaften und Vereinsstruktur

Die Zielgruppe des Alkoholpräventionsprojekts liegt bei Jugendlichen zwischen 12 bis 16 Jahren. Die Trainerinnen und Trainer wurden befragt, ob bzw. wie viele Jugendmannschaften sie in diesem Alter trainieren. In der Abbildung 17 wird deutlich, dass nur etwa drei Viertel der Trainerinnen und Trainer Jugendliche in dieser Altersspanne trainieren. Etwa ein Viertel der Teilnehmerinnen und Teilnehmer betreut keine Jugendmannschaft. Bezogen auf die Ermittlung der Präventionswirkung bei den Jugendlichen bedeutet dies, dass auch nur drei Viertel der Stichprobe für die Evaluation herangezogen werden kann.

Wie viele Jugendmannschaften im Alter von 12-16 Jahren trainieren Sie?

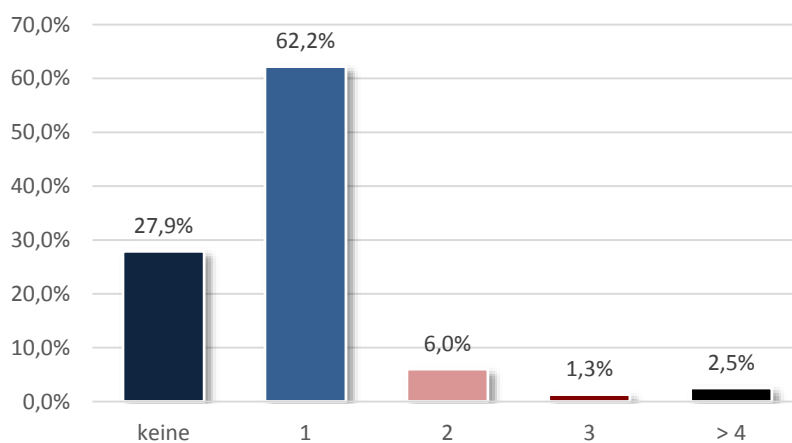


Abbildung 17: Anzahl der Jugendmannschaften, die von Trainerinnen und Trainern betreut werden.

Der überwiegende Teil der Vereine spielt auf Kreisebene (ca. 77%), nur wenige der Teilnehmervereine spielen in höheren Ligen. So trainieren etwa 15 Prozent der Mannschaften auf Bezirksebene und circa 9 Prozent auf der Verbandsebene (s. Tabelle 4).

Tabelle 4: Anzahl der Vereine, die auf Kreis-, Bezirks- oder Verbandsebene spielen.

Spielebene	Häufigkeit	Prozent
Kreisebene (z.B. Kreisklasse, Kreisliga, Landesklasse, Leistungsstaffel)	388	76,5%
Bezirksebene (z.B. Gruppenliga, Bezirksliga, Bezirksstaffel)	74	14,6%
Verbandsebene (z.B. Landesliga, Verbandsliga, Oberliga, Regionalliga, Bundesliga)	45	8,9%

Wie Tabelle 5 verdeutlicht, ist der überwiegende Teil der teilnehmenden Vereine in kleineren Gemeinden bzw. Kleinstädten und weniger in Großstädten beheimatet. Mehr als die Hälfte aller Vereine befindet sich demnach in einer Gemeinde mit weniger als 5000 Einwohnern.

Tabelle 5: Größe der Gemeinden, in denen die teilnehmenden Vereine beheimatet sind.

Größe der Gemeinde	Häufigkeit	Prozent
< 2.000	125	27,7
2.000 5.000	142	31,4
>5.000 20.000	117	25,9
>20.000 100.000	52	11,5
> 100.000	16	3,5

Zur Ermittlung der Strukturen im Verein bezogen auf Alkohol haben wir danach gefragt, ob auf dem Vereinsgelände ein Alkoholausschank vorhanden ist. In 84 Prozent der Fälle war ein solcher gegeben, während lediglich bei 16 Prozent der Vereine kein Ausschank vorhanden war.

Trainereinschätzungen zu junglichem Alkoholkonsum

Ein wichtiges Lernziel der TrainerPlus- Workshops liegt in der Vermittlung von Wissen bezogen auf die Verbreitung und die Folgen von Alkoholkonsum. In Abbildung 18 ist das Ergebnis der Einschätzung der Trainerinnen und Trainer bezüglich der Frage dargestellt, wie groß der Anteil der Jugendlichen unter 15 Jahren ist, die schon einmal Alkohol getrunken haben. Als Ausgangspunkt für das Präventionsprojekt ist es wichtig zu wissen, welche Vorstellungen die Trainerinnen und Trainer zur Verbreitung des Alkoholkonsums unter Jugendlichen und damit zur Notwendigkeit von Prävention haben.

Da der durch epidemiologische Studien festgestellte Anteil von Alkoholgenuss bei Jugendlichen unter 15 Jahren bei 61 Prozent liegt, machen die Einschätzungen aus Abbildung 18 deutlich, dass drei Viertel der teilnehmenden Trainer den Alkoholkonsum der Jugendlichen deutlich unterschätzen. An dieser Stelle wird deutlich, dass es wichtig ist, diesbezüglich eine Sensibilisierung bzw. eine Korrektur dieser Vorstellungen bei den Trainerinnen und Trainern anzustreben, da ansonsten der Sinn und die Wichtigkeit von Prävention nicht angemessen erkannt und akzeptiert werden kann.

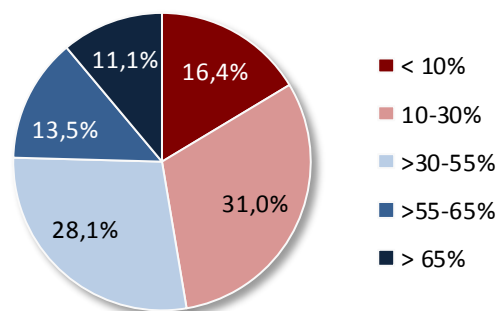


Abbildung 18: Einschätzungen der Trainerinnen und Trainer zum Anteil der unter 15-Jährigen, die schon einmal Alkohol getrunken haben.

Gespräche mit den Jugendlichen

Für die Alkoholprävention und die Stärkung der Persönlichkeit der jungen Fußballspieler ist es besonders wichtig, dass die Trainerinnen und Trainer mit den Jugendlichen ins Gespräch kommen und eine vertrauensvolle Beziehung zu ihnen aufbauen. Inwieweit Gespräche über

Alkohol zwischen Trainern und Jugendlichen stattfinden, hängt nach den Angaben der Befragung wesentlich vom Alter der Trainer ab. Trainerinnen und Trainer, die älter als 40 Jahre sind, geben häufiger als ihrer jüngeren Kollegen an, solche Gespräche zu führen. Die älteren Trainer scheinen nach eigenen Angaben auch für persönliche Anliegen der Jugendlichen ein offeneres Ohr zu haben als die jüngeren Trainer. Dies lässt vermuten, dass das Alter und die Erfahrung der Trainer für den Zugang zu den Jugendlichen, auch bezüglich des Themas Alkohol, von Bedeutung ist. Interessant ist in diesem Zusammenhang die Frage, inwieweit sich die älteren und erfahreneren Trainerinnen und Trainer auch leichter tun bei der Umsetzung der Präventionsbemühungen bei den jugendlichen Spielern.

Zeit für Jugendarbeit

In der Abbildung 19 ist die von den Trainern investierte Zeit für die Jugendarbeit innerhalb des Vereins grafisch dargestellt. Daraus ist zu entnehmen, dass die teilnehmenden Trainerinnen und Trainer beachtlich viel Zeit in Jugendtraining und Jugendarbeit investieren, wobei über die Hälfte der Trainer mehr als fünf Stunden pro Woche hierfür einsetzen.

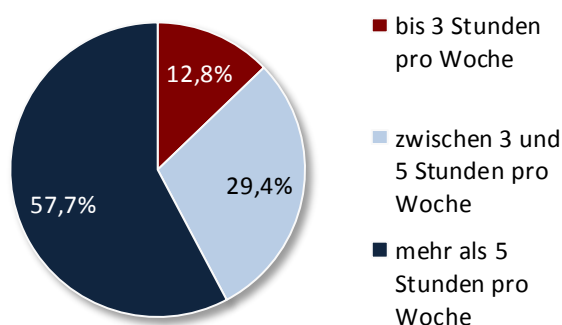


Abbildung 19: Anzahl von Stunden pro Woche, die Trainerinnen und Trainer für Training und Jugendarbeit aufwenden.

Erlebte Kompetenzen von Trainerinnen und Trainern

Ein wesentlicher Komplex der Befragung bezog sich auf die erlebten Kompetenzen der Trainerinnen und Trainer hinsichtlich der Umsetzung teambildender Maßnahmen, Beratung, Aufbau und Aufrechterhaltung eines positiven sozialen Klimas, Gestaltung des Trainings, Umgang mit komplexen Anforderungssituationen und der Etablierung von Mannschaftskohäsion und Mannschaftsgefühl.

Zum einen zeigten sich hier Unterschiede in Abhängigkeit davon, ob Trainerinnen und Trainer überhaupt Jugendmannschaften betreuen. Diejenigen, die Jugendmannschaften betreuen, erleben ihre eigenen Kompetenzen zum Umgang mit Jugendlichen durchweg als positiver als solche, die keine Jugendmannschaften betreuen. Des Weiteren gab es interessante Unterschiede in Abhängigkeit von der Größe der Orte, in denen die Vereine beheimatet sind. Die Vereine wurden unterschieden in solche aus Gemeinden mit weniger als 5000 bzw. mit mehr als 5000 Einwohnern. Es zeigte sich, dass sich die Trainerinnen und Trainer in den größeren Orten kompetenter fühlten, die Jugendlichen zu beraten, die Teambildung zu fördern, das soziale Klima zu stärken, konstruktiv mit der Mannschaft zu kommunizieren, ein Gemeinschaftsgefühl herzustellen, mit komplexen Anforderungen umzugehen und für eine hohe Mannschaftskohäsion zu sorgen als Trainerinnen und Trainer in kleineren Gemeinden.

Aus den differenzierten Angaben in der Befragung der Trainerinnen und Trainer kann die Erkenntnis gezogen werden, dass besonders jüngere Trainer und solche aus kleineren Gemeinden für die Stärkung von Jugendlichen mehr Unterstützungsbedarf haben als ältere Trainer und solche, die in größeren Orten trainieren.

Das erste Projektjahr – Saison 2010/2011

Nach der Ausgangsbefragung im August/September 2010 startete die erste Schulungswelle während der Fußballsaison 2010/2011. Die folgenden Ausführungen stellen den Verlauf der ersten Projektphase bzw. des ersten Projektjahres dar. Nachdem im ersten Zwischenbericht aus datentechnischen Gründen lediglich die Ergebnisse der Ausgangsbefragung bzw. ersten Evaluationsbefragung der Trainerinnen und Trainer berichtet werden konnten, folgten im zweiten Zwischenbericht die Auswertung der ersten Befragung der Jugendlichen sowie der zweiten großen Evaluationsbefragung der Trainerinnen und Trainer. Die Ergebnisse der Auswertungen sollen im Folgenden präsentiert werden.

Zweite Evaluationsbefragung der Trainerinnen und Trainer

An der zweiten großen Trainerbefragung zu Beginn der Fußballsaison 2011/12 und vor Durchführung der zweiten Workshopwelle nahmen 389 Trainerinnen und Trainer teil, von denen 386 Personen den Fragebogen vollständig ausgefüllt haben. Damit lag die Teilnahme im Vergleich zur ersten Trainerbefragung im Sommer 2010 um 14,6% niedriger, was für empirische Feldprojekte einen relativ geringen Rückgang darstellt und damit als zufriedenstellend erachtet werden kann. Das durchschnittliche Alter der Trainerinnen und Trainer lag bei 42,1 Jahren mit einer Spannweite zwischen 17 und 70 Jahren. Die Dauer der Trainertätigkeit lag im Durchschnitt bei 10,1 Jahren mit einer Spannweite von einem bis 42 Jahren. Diese Werte sind mit denen der ersten Befragung in 2010 vergleichbar.

Ebenfalls vergleichbar ist der sehr hohe Anteil der ehrenamtlich tätigen Trainer (94,7%) im Vergleich zu Honorarkräften (3,2%) oder Trainern mit geregelter Teilzeit- (0,8%) bzw. Vollzeitstelle (1,1%). 250 Trainer (71%) trainierten Jugendmannschaften im Zielgruppenalter des Präventionsprojektes, während 110 Trainer (29%) keine Jugendmannschaften trainierten. Die Anteile der jeweiligen Spielklassen (Kreisebene: 322; Bezirksebene: 56; Verbandsebene: 32), die Verteilung der Vereine nach Größe der Gemeinden, in denen die Trainer tätig sind (< 5000 EW: 60%; 5000-20000 EW: 23,5%; > 20000 EW: 16%) sowie die Zeit, die die Trainer persönlich für Training und Jugendarbeit pro Woche im Verein investierten (bis 3 Std.: 16,8%; 3-5 Std.: 30,3%; > 5 Std.: 52,6%), sind vergleichbar mit den Angaben der ersten großen Befragung im Sommer 2010. Insgesamt bedeutet dies, dass die Stichprobe der an der zweiten Befragung teilnehmenden Trainerinnen und Trainer sich in den genannten Aspekten nicht wesentlich von der Stichprobe der ersten Befragung unterscheidet und damit vergleichbar mit dieser ist.

Veränderungen während der Saison 2010/2011

Der erste Workshop zu Beginn des Projektes war vor allem darauf ausgelegt, den Trainern Wissen über den Alkoholkonsum von Jugendlichen und die damit verbundenen Motive, Erwartungen, Normen und Risiken zu vermitteln sowie sie anzuregen, mit Jugendlichen über das Thema Alkohol ins Gespräch zu kommen und ihre Rolle als Trainer im Hinblick auf Alkoholprävention zu reflektieren und sich im Verein dafür einzusetzen.

Themen waren:

- *Ausmaß und Konsequenzen des Alkoholkonsums Jugendlicher*
- *Erwartung, Motive und Normen Jugendlicher zum Alkoholkonsum*
- *Prävention von Alkoholkonsum im Jugendsport – Rolle des Trainers*
- *Gespräche mit Jugendlichen*

Anhand der zweiten großen Evaluationsbefragung lässt sich nun feststellen, inwieweit im Hinblick auf solche inhaltlichen Arbeitsschwerpunkte seitens der Trainer Veränderungen berichtet werden bzw. inwieweit die Workshopinhalte im Trainings- und Vereinsalltag auch erfolgreich umgesetzt werden konnten. Hinsichtlich der Erwartungen, Motive und Normen Jugendlicher zum Alkoholkonsum waren wie erwartet noch keine kurzfristigen Effekte zu beobachten, da es sich hier um relativ stabile und schwer veränderbare Einstellungen handelt. Bezüglich der anderen genannten Präventionsziele konnten allerdings erfreulicherweise durchaus günstige Entwicklungen bzw. Veränderungen schon während der ersten Projektphase festgestellt werden.

Bei den Trainern zeigte sich in der zweiten im Vergleich zur ersten Befragung eine deutlich höhere Anzahl richtiger Antworten (vgl. Abbildung 20) und damit ein klar besseres Wissen zu objektiven Zahlen und Fakten des Alkoholkonsums Jugendlicher (z.B. Einstiegsalter, Häufigkeit des Alkoholkonsums, Art der Getränke und Beschaffungsmöglichkeiten, negative Wirkungen, langfristige Risiken etc.). Dies lässt darauf schließen, dass die vermittelten Workshopinhalte zu einer Verbesserung des Wissens beigetragen haben.

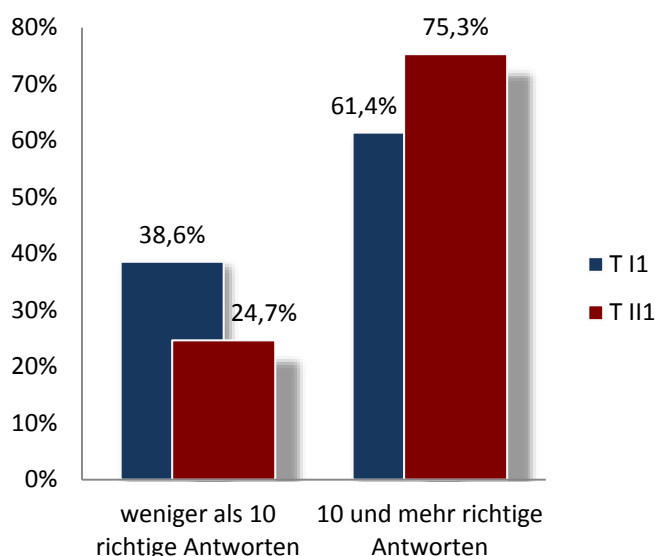


Abbildung 20: Anteil der Interventionsgruppen-Trainer mit weniger bzw. mit mehr als 10 richtigen Antworten, vor dem 1. (TI 1) und vor dem 2. Workshop (TII 1).

Während des ersten Projektjahres ebenfalls zugenommen hat die Kommunikation der Trainer mit den Spielern über Alkohol. Eine solche Veränderung konnte in der Kontrollgruppe nicht beobachtet werden. Im ersten Workshop war ein Schwerpunkt, mit den Jugendlichen ins Gespräch zu kommen. Dort wurden Gespräche in Rollenspielen erprobt mit dem Ziel, schwierige Themen wie Alkoholkonsum überhaupt ansprechen zu können und das dafür notwendige Vertrauensverhältnis aufzubauen. Die Vermittlung entsprechender Gesprächstechniken und Herangehensweisen scheint somit im Trainingsalltag und im Verein seitens der Trainer versucht und auch umgesetzt worden zu sein, da sie im Vergleich zur ersten Befragung von einer deutlich stärkeren Kommunikation ihrerseits mit den Jugendlichen berichten (s. Abbildung 22a und Abbildung 22b).

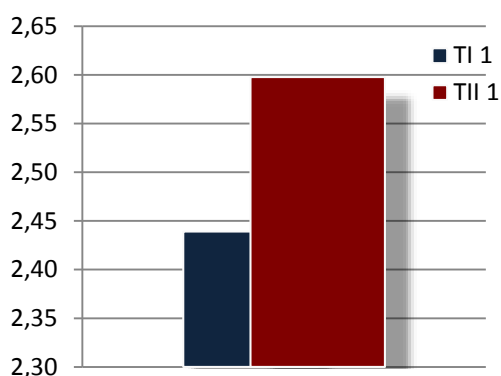


Abbildung 22a: Mittlerer Wert in "Kommunikation" bei den Interventionsgruppen-Trainern vor dem 1. (TI 1) und vor dem 2. Workshop (TII 1).

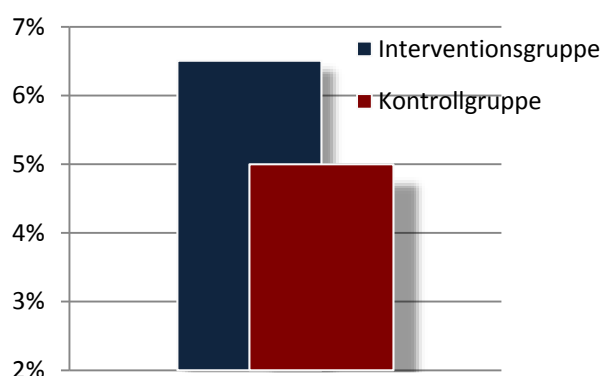


Abbildung 22b: Vergleich der prozentualen Zuwächse auf der Skala "Kommunikation" zwischen Interventions- & Kontrollgruppe von TI 1 (vor dem 1. Workshop) zu TII 1 (vor dem 2. Workshop).

Ebenfalls erfreulich ist offensichtlich die berichtete Umsetzung einer Präventionsmaßnahme, die der Verantwortung als Jugendtrainer im Verein gerecht wird. Im Workshop wurde angeregt, die eigene Rolle als Trainer zu reflektieren und sich für die Alkoholprävention im Verein zu

engagieren. Diesbezüglich wurde in dieser zweiten Erhebung ein deutlicher Zuwachs an Engagement für Alkoholprävention im Verein berichtet, während in der Kontrollgruppe eher ungünstige Veränderungen eintraten (s. Abbildung 23).

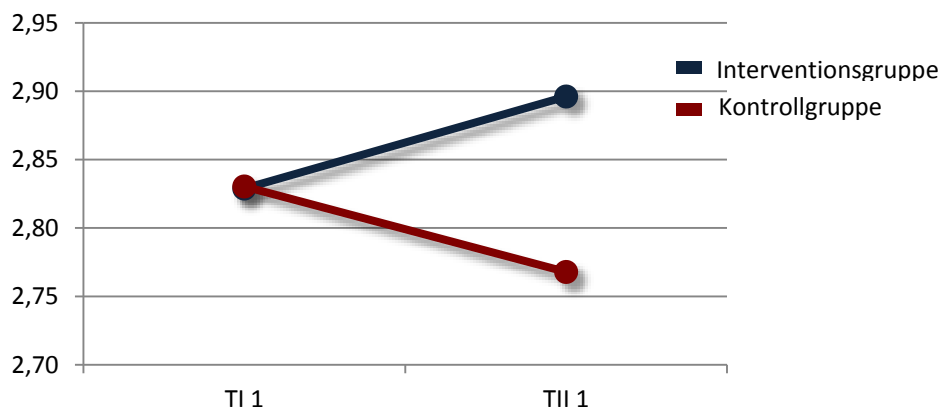


Abbildung 23: Mittelwerte auf der Skala "Engagement im Verein zur Prävention von Alkoholkonsum" vor dem 1. (TI 1) und dem 2. Workshop (TII 1).

Im Hinblick auf das Präventionsziel der sozialen Einbindung und die Herstellung eines Vertrauensverhältnisses zu den Spielern ist vor allem die Fürsorglichkeit des Trainers von Bedeutung, d.h. dass der Trainer für Probleme seiner Spieler stets ein offenes Ohr hat und für Beratungen bereitsteht. In der ersten Befragung hatte sich gezeigt, dass insbesondere die älteren Trainer eine solche fürsorgliche Einstellung beherzigten, während die jüngeren Trainer dies eher weniger taten. Zur zweiten Erhebung zeigt sich nun, dass der relativ hohe Fürsorglichkeitswert der älteren Trainer vergleichsweise konstant bleibt, aber die jüngeren Trainer über das erste Projektjahr hinweg deutlich mehr Fürsorglichkeit an den Tag gelegt haben und das Niveau ihrer älteren Kollegen damit erreichen konnten (siehe Abbildung 24).

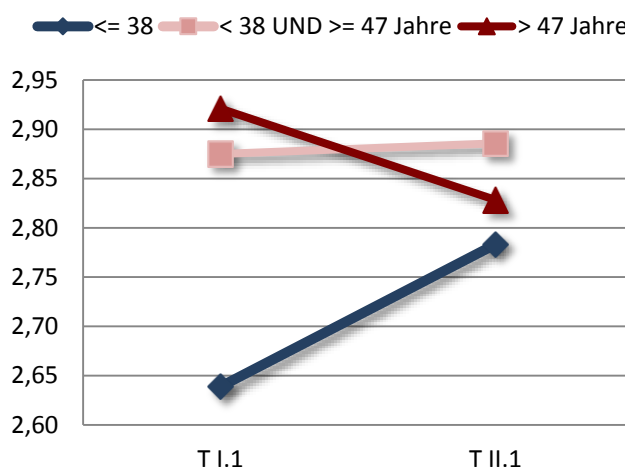


Abbildung 24: Veränderung der Skala "Fürsorglichkeit des Trainers" über die zwei Messzeitpunkte.

Insgesamt zeigt sich in der zweiten Trainerbefragung, dass wesentliche Präventionsmaßnahmen bereits umgesetzt und erste Präventionsziele damit erreicht werden konnten, die im Rahmen des ersten Workshops angestrebt worden sind. Die Trainerinnen und Trainer haben häufiger bzw. intensiver Gespräche über Alkohol mit ihren Spielern gesucht, sie wissen über Hintergründe jugendlichen Alkoholkonsums besser Bescheid, sie haben in ihrem Verein ihr Engagement für die Prävention von Alkoholkonsum bei Jugendlichen erhöht, und die jüngeren Trainer haben eine deutlich fürsorglichere Einstellung gegenüber ihren Spielern entwickelt und damit das Niveau ihrer älteren Kollegen erreicht.

Im Folgenden wenden wir uns nun den Einschätzungen der jugendlichen Spieler selbst zu. Während der Saison 2011/2012 wurden die Jugendlichen mehrmals befragt und die entsprechenden Ergebnisse sollen im Anschluss berichtet werden.

Befragung der Jugendlichen

Die erste Befragung der Jugendlichen fand im Laufe der Saison 2010/2011 statt, wobei diese, um die Spieler zeitlich nicht zu sehr zu beanspruchen, in Form von jeweils zwei kleineren Teilbefragungen in zeitlichem Abstand von einigen Wochen erfolgten. Die Fragen bezogen sich auf für den Alkoholkonsum wichtige Einflussfaktoren in Elternhaus, Schule, Freizeit und Verein (z.B. Stress bzw. Belastungserleben, Trainingsklima, elterliche Unterstützung) sowie alkoholbezogene Einstellungen und persönliche Kompetenzeinschätzungen (z.B. Normen, Erwartungen, Selbstwirksamkeit). Wesentliche Ziele dabei waren zum einen, genauere Informationen über die Verbreitung des Alkoholkonsums bei den Jugendlichen in den am TrainerPlus-Projekt teilnehmenden Vereinen zu bekommen, und zum anderen, wichtige Einflussfaktoren für den Alkoholkonsum zu identifizieren. Vollständige Fragebögen liegen, je nach Zeitpunkt der Befragung, von insgesamt 1793 bzw. 2340 Jugendlichen vor (90-92% männlich; 8-10% weiblich mit einem Durchschnittsalter von etwa 14 Jahren). Im Folgenden werden Befunde berichtet, die sich auf folgende Schwerpunkte beziehen:

- Ausmaß des Alkoholkonsums der Jugendlichen
- Absicht Alkohol zu konsumieren
- Einschätzungen zur Verbreitung des Alkoholkonsums in der Gruppe der Gleichaltrigen
- Alkoholkonsum der engsten Freunde und deren Einfluss auf das eigene Trinkverhalten
- Einflussfaktoren auf die Häufigkeit des Alkoholkonsums
- Einflussfaktoren auf den Einstieg in den Alkoholkonsum
- Risikogruppen: Verbindung von Alkohol- und Nikotinkonsum.

Ausmaß des Alkoholkonsums der Jugendlichen

Von den befragten Jugendlichen geben gut zwei Drittel (70,6%) an, schon einmal Alkohol getrunken zu haben (s. Abbildung 25). Die Spieler, die schon Alkohol konsumiert haben, sind im Durchschnitt 14,7 Jahre alt. Damit entspricht das Einstiegsalter der Spieler etwa dem durchschnittlichen Einstiegsalter deutscher Jugendlicher (14,2 Jahre). Bei der Frage an die 12- bis 17-jährigen Jugendlichen, wie oft sie zurzeit Alkohol trinken, antworten 42%, dass sie dies nie tun (Abbildung 26). 48% der befragten Spieler konsumieren mindestens einmal im Monat oder häufiger Alkohol. Dies bedeutet, dass die Spieler im TrainerPlus-Projekt etwas häufiger Alkohol trinken als der Durchschnitt der Jugendlichen in repräsentativen Befragungen (z.B. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, 2012: 42%).

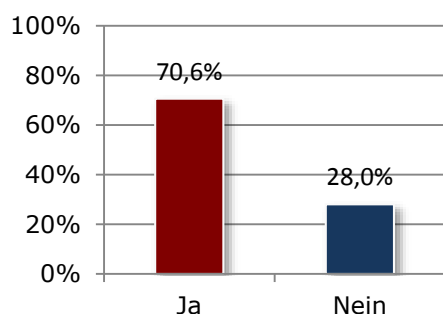


Abbildung 25 Ergebnis der Frage "Hast du schon einmal Alkohol getrunken?".

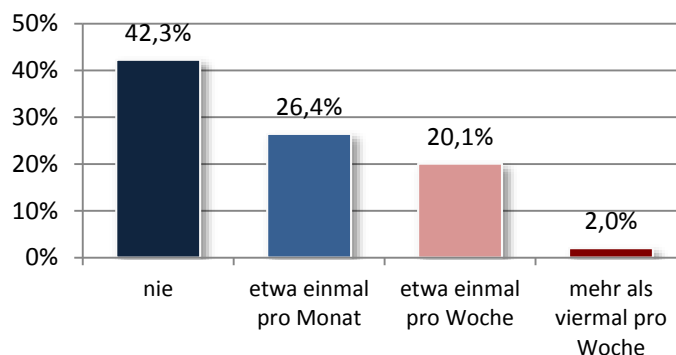


Abbildung 26: Ergebnis der Frage „Wie oft trinkst Du zurzeit Alkohol?“ bei den 12- bis 17-Jährigen.

Die Tabelle 6 zeigt die Trinkhäufigkeiten nach Altersgruppen differenziert: Mehr als ein Viertel der Jugendlichen im Alter zwischen 13 und 14 Jahren geben an, einmal im Monat Alkohol zu konsumieren. Bei den 15- bis 16-Jährigen und in der Gruppe der über 17-Jährigen trinkt die Mehrheit etwa einmal pro Woche Alkohol. Bei Jugendlichen über 17 Jahre geben fast zwei Drittel an, einmal pro Woche oder häufiger alkoholische Getränke zu konsumieren.

Tabelle 6: Konsumhäufigkeit der Jugendlichen unterteilt nach Altersgruppen.

	nie	etwa einmal pro Monat	etwa einmal pro Woche	mehr als viermal pro Woche
zwischen 13 & 14 Jahre	62,4%	27,9%	8,8%	0,9%
zwischen 15 & 16 Jahre	19,0%	36,0%	41,5%	3,5%
über 17 Jahre	8,9%	27,8%	53,3%	10,0%

Absicht Alkohol zu konsumieren

Interessant sind auch die Antworten der Jugendlichen, die noch keinen Alkohol trinken, im Hinblick auf die Wahrscheinlichkeit, später Alkohol zu konsumieren. Dass sie, wenn sie älter

sind, Alkohol trinken, halten 40% der 13- und 14-Jährigen für eher unwahrscheinlich und 60% für wahrscheinlich. Bei den 15- und 16-Jährigen halten dies nur noch knapp 30% für unwahrscheinlich und gut 70% für wahrscheinlich. D.h., mit höherem Alter steigt die Überzeugung, später einmal Alkohol zu trinken. Dies wird in der Abbildung 27 verdeutlicht.

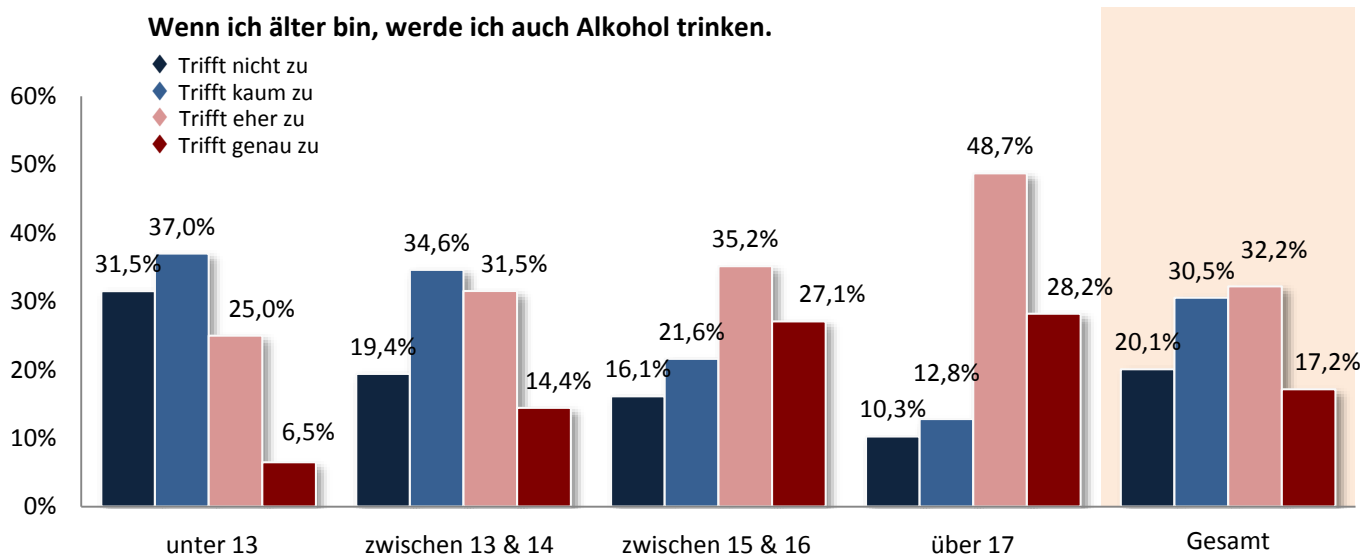


Abbildung 27: Ergebnis der Frage nach Zustimmung zur Aussage "Wenn ich älter bin, werde ich auch Alkohol trinken." unterteilt nach Altersgruppen.

Insgesamt zeigt sich also, dass bei den Jugendlichen in TrainerPlus nicht später mit dem Alkoholkonsum begonnen wird als bei anderen Jugendlichen auch. Bezüglich der Häufigkeit des Alkoholkonsums ist das Ausmaß etwas höher als in repräsentativen Befragungen, und die Einschätzung, später einmal Alkohol zu trinken, wird mit zunehmendem Alter als wahrscheinlicher erlebt.

Einschätzungen zur Verbreitung des Alkoholkonsums in der Gruppe der Gleichaltrigen

In der Literatur zur Alkoholprävention wird häufig von einer verzerrten Einschätzung der Jugendlichen im Hinblick auf die Verbreitung des Alkoholkonsums in der Gruppe der Gleichaltrigen berichtet, die einen sogenannten negativen Gruppendruck ausüben kann. Die Jugendlichen nehmen den Anteil der trinkenden Gleichaltrigen als deutlich höher wahr, als er in Wirklichkeit ist. Damit setzen sie sich unter Druck und glauben, dass, wenn fast alle trinken, sie selbst auch trinken müssten oder sollten. Die vermutete Verbreitung und Normalität zu trinken weckt den Wunsch dazuzugehören. Trinken wird als bedeutsam angesehen, um akzeptiert zu werden.

Deshalb haben wir bei den Jugendlichen in TrainerPlus nachgefragt, wie sie die Verbreitung des Alkoholkonsums unter Gleichaltrigen einschätzen. Diese Angaben haben wir dann mit den Angaben zum tatsächlichen Alkoholkonsum der Jugendlichen in Beziehung gesetzt. Die Ergebnisse sind in der Abbildung 28 zusammengefasst.

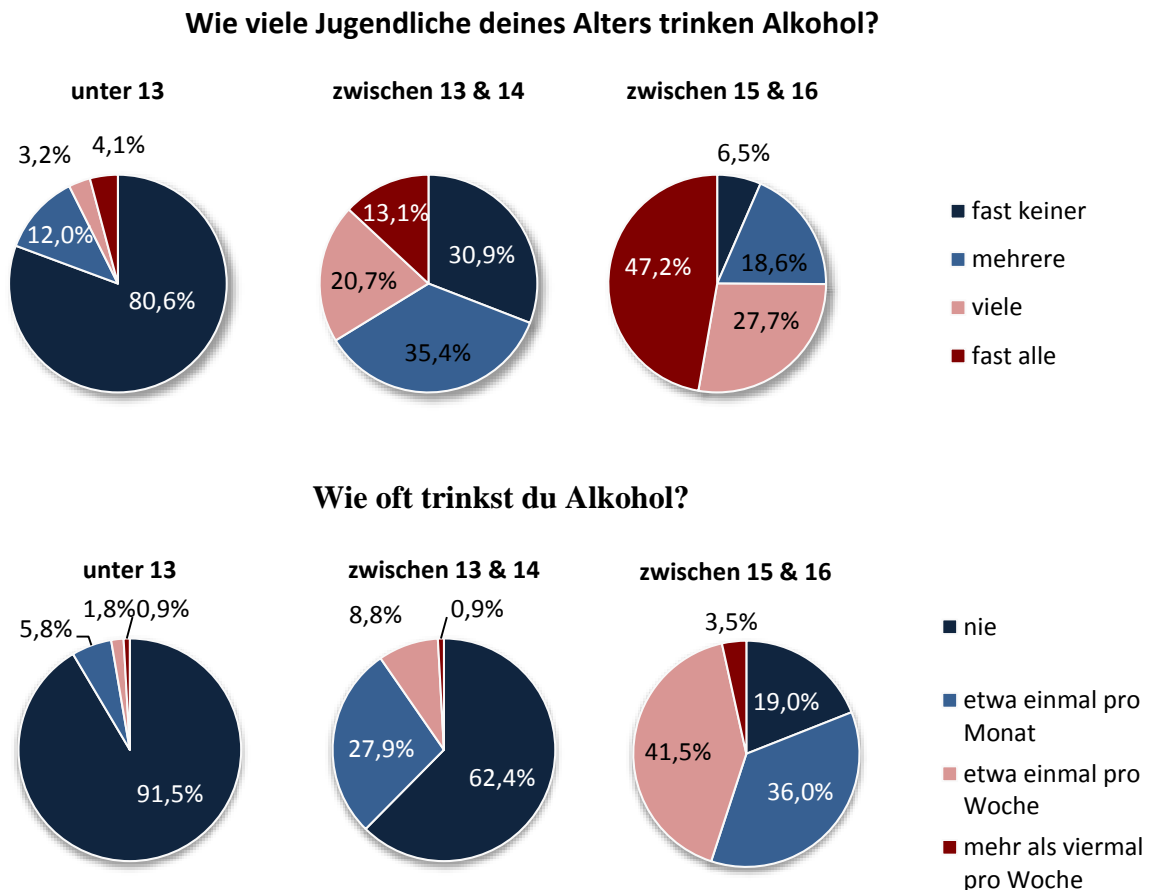


Abbildung 28: Einschätzung der Jugendlichen zum Trinkverhalten der Gleichaltrigen (obere Reihe) und das angegebene eigene Trinkverhalten (untere Reihe), gruppiert nach Alter.

Aus der Abbildung 28 wird deutlich, dass insbesondere die 13- bis 14-jährigen Jugendlichen, eine Altersgruppe, in der der Einstieg in den Alkoholkonsum erfolgt, den Anteil der Gleichaltrigen, die Alkohol trinken, überschätzen. In dieser Gruppe trinken etwa zwei Drittel der Jugendlichen nie Alkohol. Dies wird aber nur von weniger als einem Drittel der Jugendlichen richtig eingeschätzt. Anders ausgedrückt: Eingeschätzt wird, dass nur 31% der Altersgruppe nie Alkohol trinken, in Wirklichkeit sind dies aber doppelt so viele, nämlich fast 62%. Diese Verzerrungen sind in den jüngeren und älteren Altersgruppen nicht so drastisch, aber dennoch in der erwarteten Richtung vorhanden. Hier zeigt sich, dass insbesondere in dem wichtigen Einstiegsalter (13 bis 14 Jahre) diese überzogenen Einschätzungen der Jugendlichen an die Realität angepasst werden sollten, damit sie nicht glauben, um der Mehrheit anzugehören und akzeptiert zu sein, auch Alkohol trinken zu müssen.

Einfluss des Alkoholkonsums der besten Freunde auf das eigene Trinkverhalten

Um den Einfluss der besten Freunde auf das eigene Trinkverhalten zu analysieren, haben wir Jugendliche danach gefragt, wer von ihren beiden besten Freunden Alkohol trinkt. Dann haben wir eine Gruppe, bei der keiner der beiden besten Freunde Alkohol trinkt, verglichen mit der Gruppe, in der beide beste Freunde Alkohol trinken, und untersucht, ob die Gruppenzugehörigkeit das eigene Trinkverhalten beeinflusst. Es geht also um die Frage, inwieweit das Trinkverhalten der Spieler davon abhängt, ob die beiden engsten Freunde Alkohol trinken oder nicht. Die entsprechenden Ergebnisse sind in der Abbildung 29 zusammengefasst.

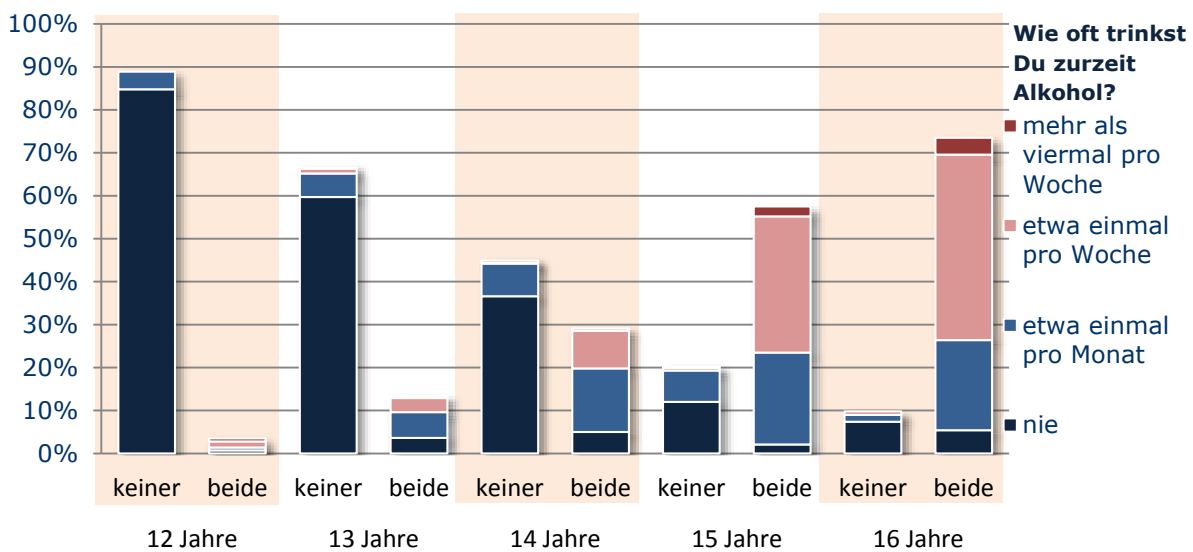


Abbildung 29: Anteil der Jugendlichen, bei denen keiner oder die beiden besten Freunde Alkohol trinken differenziert nach Altersgruppen. Innerhalb der Balken lässt sich das Trinkverhalten der Spieler ablesen.

Die Abbildung 29 zeigt zunächst verschiedene Altersgruppen (12, 13, 14, 15 und 16 Jahre alte Jugendliche) und innerhalb jeder Altersgruppe zwei Teilgruppen. Eine Gruppe besteht aus den Jugendlichen, von denen keiner der beiden besten Freunde trinkt, und die andere aus solchen, deren beide besten Freunde trinken. Die jeweiligen Diagrammblöcke sind farblich markiert und charakterisieren das eigene Trinkverhalten. Betrachtet man nun in jeder Altersgruppe nur den jeweils linken Block (keiner der beiden besten Freunde trinkt), so zeigt sich, dass die Blöcke durchgehend blau gefärbt sind, d.h. die überwiegende Mehrheit trinkt keinen Alkohol und nur ein ganz geringer Anteil trinkt etwa einmal pro Monat Alkohol. Dies gilt erstaunlicherweise auch für die Altersbereiche 14, 15 und 16 Jahre, bei denen eigentlich mit Alkoholkonsum gerechnet werden muss und trotzdem kein nennenswerter Alkoholkonsum zu beobachten ist. Dieser Befund zur Zurückhaltung gegenüber Alkoholkonsum gilt für den Fall, dass beide besten Freunde ebenfalls keinen Alkohol trinken. Ganz anders sehen die Befunde aus bei Jugendlichen, deren beide besten Freunde Alkohol trinken. Dies wird deutlich, wenn man in jeder Altersgruppe jeweils den rechten Block in der Abbildung 29 betrachtet. Dabei zeigt sich, dass mit zunehmendem Alter die Anteile der rot markierten Blockbereiche größer werden, d.h. dass die Anteile derer, die etwa einmal wöchentlich oder mehr als viermal wöchentlich trinken, mit dem Alter zunehmen. Wesentliche Alkoholeinstiege und Häufigkeiten des Konsums finden

sich also nur in den Gruppen, in denen jeweils die beiden besten Freunde Alkohol trinken. Wenn keiner der beiden besten Freunde Alkohol trinkt, konsumieren die Spieler deutlich weniger häufig Alkohol bzw. trinken überwiegend auch nicht. Dieser Trend bleibt auch bei älteren Jugendlichen stabil, obwohl der Alkoholkonsum mit dem Alter allgemein ansteigt. Wenn die beiden besten Freunde Alkohol konsumieren, trinken in der Regel auch die Spieler selbst regelmäßig Alkohol. Dieser Befund unterstützt eindrucksvoll den Einfluss der engsten Freunde auf das eigene Trinkverhalten im Rahmen der Gruppe der Gleichaltrigen. Enge Freunde dienen als Modell für das eigene Verhalten und werden zum Vorbild. Aus Präventionssicht ist es also wichtig, Vorbilder zu generieren und attraktiv zu machen, die keinen Alkohol trinken. Dieses Problem war beispielsweise ein Thema des dritten Workshops.

Einflussfaktoren auf die Häufigkeit des Alkoholkonsums

Vergleicht man die Gruppe der Jugendlichen, die noch nie Alkohol getrunken haben, mit denen, die bereits regelmäßig bzw. häufiger Alkohol konsumieren, zeigen sich eine Reihe statistisch bedeutsamer Unterschiede. Zum einen ist wie erwartet die Gruppe der Nicht-Trinker im Mittel mit 13,4 Jahren deutlich jünger als die Gruppe der Alkoholkonsumenten (15 Jahre). Über diese Altersunterschiede hinaus gibt es eine Reihe weiterer interessanter Zusammenhänge: Nicht-Trinker berichten im Vergleich zu Alkoholkonsumenten über ...

- stärkere Normen, keinen Alkohol zu trinken,
- weniger positive und mehr negative alkoholbezogene Erwartungen,
- höhere Selbstwirksamkeit, Gruppendruck widerstehen zu können,
- günstigeres Trainingsklima,
- besseres alkoholbezogenes Wissen,
- mehr elterliche Unterstützung,
- mehr positives Trainerfeedback,
- geringeres Belastungserleben (Bedrohung, Verlust) sowie
- geringere psychosomatische Beschwerden.

Es gibt also vielfältige Zusammenhänge mit der bzw. Einflussfaktoren auf die Häufigkeit des Alkoholkonsums. So scheint etwa das Trainingsklima, welches die jungen Sportler wahrnehmen, durchaus im Zusammenhang mit Alkoholkonsum zu stehen. Besonders wenn im Training der Schwerpunkt auf der individuellen Verbesserung der Leistungen liegt (aufgabenorientiertes Trainingsklima), steht dies in Verbindung mit einem geringeren Alkoholkonsum. Insbesondere die alkoholbezogene Erwartung (d.h. die Wirkung und die Folgen, welche sich die Jugendlichen vom Alkohol versprechen), steht in starkem Zusammenhang mit der Häufigkeit des Alkoholkonsums. Je mehr sich Jugendliche vom Trinken alkoholischer Getränke erhoffen, desto häufiger trinken sie. Sind Jugendliche davon überzeugt, dass sie dem sozialen Druck durch andere zu trinken, widerstehen können, liegen die Alkoholkonsumwerte niedriger, als wenn sie sich dies nicht zutrauen. Die Normen bezüglich des Trinkens von Alkohol scheinen ebenfalls einen direkten Einfluss auf den

Alkoholkonsum zu haben. Schließlich wissen die Fußballer, die wenig Alkohol trinken, mehr über alkoholbezogene Risiken und fühlen sich von ihren Eltern emotional stärker unterstützt als Jugendliche, die häufiger trinken.

Die o.g. möglichen Einflussfaktoren sind nicht unabhängig voneinander, sondern überschneiden sich auch teilweise (z.B. Wissen hat Einfluss auf Erwartungen, das Trainerfeedback beeinflusst das Trainingsklima, etc.). Deshalb ist es wichtig, unter Berücksichtigung dieser Beziehungen die wesentlichen Faktoren zu analysieren, welche den größten Erklärungswert auf sich vereinen. Eine solche Analyse ergibt ein Erklärungsmodell, das in Abbildung 30 dargestellt ist.

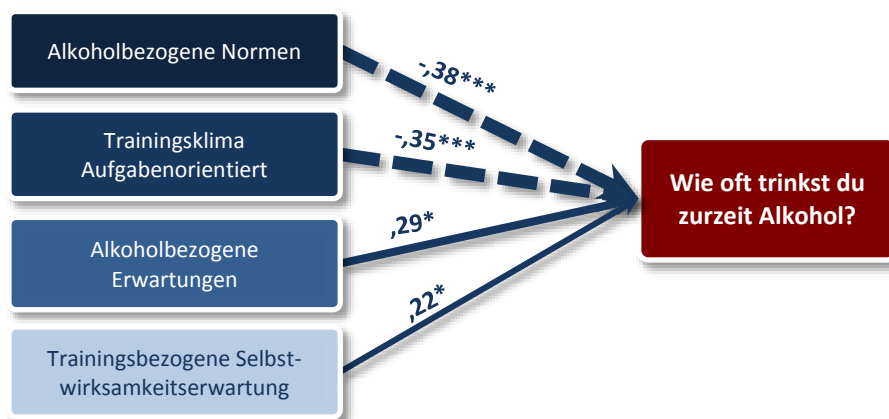


Abbildung 30: Ergebnismodell einer schrittweisen Regression mit den Skalenwerten aller erhobenen Variablen bei den Jugendlichen, die schon Alkoholkontakt hatten.

Die wesentlichsten Faktoren, die die Häufigkeit des Alkoholkonsums bestimmen, sind: alkoholbezogene Normen, aufgabenorientiertes Trainingsklima, alkoholbezogene Erwartungen und trainingsbezogene Selbstwirksamkeitserwartungen. Hohe Normen im Umfeld eines Jugendlichen zur Ablehnung von Alkoholkonsum sind in stärkstem Maße mit geringerem Trinkverhalten verbunden. Den zweitstärksten Einfluss übt ein aufgabenorientiertes Trainingsklima aus, in dem der Schwerpunkt neben dem Wettbewerb insbesondere auf der individuellen Verbesserung der persönlichen Leistungen, verbunden mit entsprechenden Anforderungen und Feedback seitens des Trainers, liegt. Je besser dies gelingt, umso weniger Alkoholkonsum ist vorzufinden. Bei positiven Erwartungen im Zusammenhang mit Alkoholkonsum findet sich ein häufigerer Konsum. Und schließlich ist auch die trainingsbezogene Selbstwirksamkeitserwartung von Bedeutung, d.h. die Kompetenzeinschätzung des Spielers, mit den Anforderungen im Training und Fußballspiel zurechtzukommen. Für die Prävention heißt dies, dass zur Minderung des Alkoholkonsums neben der Korrektur von überzogenen Normvorstellungen zur Verbreitung von Alkoholkonsum in der Gleichaltrigengruppe und der Korrektur von Erwartungen an den Alkoholkonsum auch ein auf persönliche Leistungsentwicklungen fokussiertes Trainingsklima und eine Stärkung der fußballerischen Kompetenzeinschätzung durch die Vermittlung von Erfolgserfahrungen wichtig und notwendig erscheint. Diese Ansatzpunkte wurden im Rahmen des TrainerPlus-Projektes gezielt genutzt.

Das hier ermittelte Modell gilt für die Erklärung der Häufigkeit des Alkoholkonsums. Im Folgenden geht es darum zu klären, welche Einflussfaktoren für den Beginn des Alkoholkonsums entscheidend sind.

Einflussfaktoren auf den Einstieg in den Alkoholkonsum

Die Jugendlichen, die noch nie Alkohol getrunken haben, unterscheiden sich in vielerlei Hinsicht von denen, die schon einmal Alkohol getrunken haben. Im Vergleich zu Jugendlichen, die schon mit dem Alkoholkonsum begonnen haben, berichten die Nicht-Trinker über:

- mehr emotionale Unterstützung durch das Elternhaus
- ein besseres Trainingsklima
- stärkere Normen, nicht zu trinken
- weniger positive und mehr negative alkoholbezogene Erwartungen
- höhere Kompetenzeinschätzung, nein sagen zu können (Widerstandsfähigkeit)
- besseres alkoholbezogenes Wissen und
- ein geringeres Belastungs- bzw. Stresserleben.

Auch hier kann man unter Berücksichtigung der Zusammenhänge zwischen diesen verschiedenen Einflussfaktoren wieder die erklärungsmächtigsten Einflüsse herausfiltern. Das Ergebnis findet sich in der Abbildung 31.

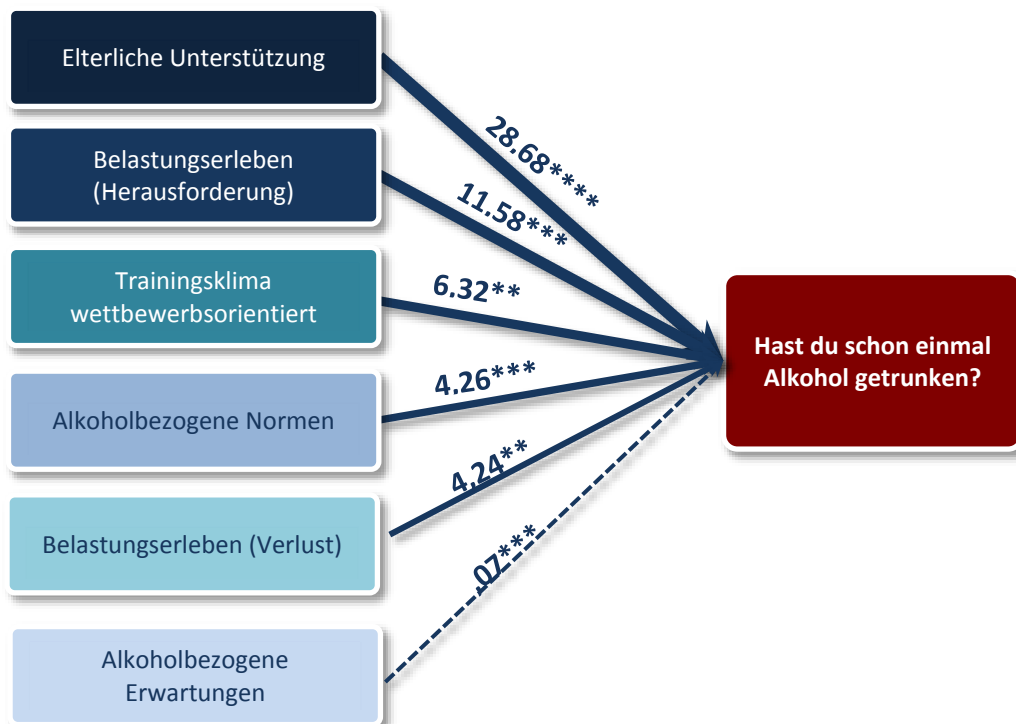


Abbildung 31: Ergebnismodell einer schrittweisen Regression mit den Skalenwerten aller erhobenen Variablen bzgl. der Frage, ob die Jugendlichen schon einmal Alkohol getrunken haben.

Aufgrund der methodischen Vorgehensweise der Analysen sind die in der Abbildung 31 aufgeführten Koeffizienten als Risikoinformationen zu interpretieren. Den stärksten Einfluss auf die Entscheidung, mit dem Alkoholtrinken zu beginnen oder nicht, übt die erlebte elterliche Unterstützung aus. Der entsprechende Koeffizient besagt, dass für Jugendliche, die keine elterliche Unterstützung erleben, das Risiko, mit dem Trinken von Alkohol zu beginnen, 28mal höher ist als für diejenigen, die sich seitens ihres Elternhauses unterstützt fühlen. Die emotionale Einbindung der Jugendlichen und die Fürsorge durch das Elternhaus haben offensichtlich einen sehr großen Einfluss auf den Einstieg in den Alkoholkonsum. Dies zeigt, dass es für das Präventionsziel eines zeitlich möglichst späten Einstiegs in den Konsum wichtig ist, nicht nur mit den Jugendlichen, sondern auch mit den Eltern ins Gespräch zu kommen.

Aus der Abbildung 31 ist zudem ersichtlich, dass, wie schon im Modell zur Erklärung der Häufigkeit des Alkoholkonsums, auch für den Einstieg in den Konsum alkoholbezogene Normen (schwache Normen bedeuten ein etwa vierfach höheres Risiko als starke Normen) bedeutsam sind und, wenn auch mit deutlich schwächerem Einfluss, alkoholbezogene Erwartungen eine Rolle spielen. Während für die Häufigkeit des Trinkens Normen und Erwartungen die wichtigsten Einflussfaktoren darstellen, fallen ihre Einflüsse in Bezug auf den Einstieg in den Alkoholkonsum zwar auch noch bedeutsam, aber wesentlich geringer aus.

Stattdessen stellt für den Beginn des Alkoholkonsums die erlebte allgemeine Belastung der Jugendlichen einen wichtigeren Einflussfaktor dar. Dabei ist zwischen positivem und negativem Belastungserleben zu unterscheiden. Ist das Belastungserleben durch positive Herausforderungseinschätzungen bestimmt, besteht ein 11-fach höheres Risiko, mit dem Konsum von Alkohol zu beginnen, als wenn das Herausforderungserleben gering ausgeprägt ist. Herausforderungserleben charakterisiert eine positive Sicht auf Anforderungen mit der Erwartung, dass diese zwar schwierig, aber dennoch durch eigene Kompetenzen zu bewältigen sind. Das heißt, bei Jugendlichen, die in hohem Maße überzeugt sind, den Herausforderungen ihres Alltags gewachsen zu sein, ist die Wahrscheinlichkeit, dass sie schon einmal Alkohol getrunken haben, deutlich höher als bei Jugendlichen, die den täglichen Problemen und Herausforderungen eher pessimistisch gegenüber stehen. Die optimistische Herangehensweise an die generellen Herausforderungen des Lebens ist möglicherweise ein Indikator für eine tendenziell eher offene und extrovertierte Haltung, die dann wahrscheinlich auch mit mehr Gelegenheiten für und weniger Hemmungen gegenüber dem Alkoholkonsum einhergeht. Bezüglich des negativen Belastungserlebens Verlust zeigt sich ein schwächerer, leicht schützender Effekt hoher Belastung. D.h., dass es bei Jugendlichen, die das Gefühl haben, mit den an sie gestellten Anforderungen nicht zurechtzukommen, weniger wahrscheinlich ist, dass sie schon einmal Alkohol getrunken haben. Auch hier würde sich die Erklärung bestätigen, dass solche Jugendlichen aufgrund ihrer eher pessimistisch-negativen Sicht in geringerem Maße in Situationen geraten, in denen es zum ersten Alkoholkonsum kommt (z.B. sind sie als Freunde weniger attraktiv, nehmen möglicherweise seltener an Feiern teil, sind weniger ausgelassen und bereit für neue Erfahrungen).

Schließlich ist noch interessant zu sehen, dass für den Einstieg in den Alkoholkonsum auch ein wettbewerbsorientiertes Trainingsklima einen schützenden Einfluss auszuüben scheint. Möglicherweise kann durch moderaten Wettbewerb bei den jüngeren Jugendlichen der

Alkoholeinstieg deshalb eingedämmt werden, da die jungen Spieler durch den Wettbewerb bestimmte Ziele für das Training und die Wettkämpfe haben, an denen man sich orientieren und ausrichten kann. Besteht im Training eine Wettbewerbsorientierung, so kann davon ausgegangen werden, dass die sportliche Leistung mehr in den Fokus rückt und weniger Raum für Trinkgelegenheiten bleibt. Besonders bei jungen Spielern, die noch eher den Vorgaben des Trainers und der Eltern, nicht zu trinken, folgen, könnte die Befürchtung, bei Verletzung der Norm bzw. durch Alkoholgenuss ihre Konkurrenzfähigkeit zu beschädigen, möglicherweise eine weitere Erklärung sein. Bei älteren Spielern ist dieser normative Druck durch die Erwachsenen weniger wichtig als die individuelle Spielfähigkeit und persönliche Verbesserungen. Dies könnte erklären, dass für die Häufigkeit des Konsums ein eher aufgabenorientiertes Trainingsklima von höherer Bedeutung ist (vgl. das Modell zur Erklärung der Häufigkeit des Alkoholkonsums in Abbildung 30).

Insgesamt ist festzustellen, dass für den Einstieg in den Alkoholkonsum und für die Häufigkeit des Alkoholkonsums teils gleiche, teils verschiedene Einflussfaktoren bedeutsam sind. Normen und Erwartungen sind für beide Modelle wichtig, aber die Einflüsse sind für die Häufigkeit deutlich stärker als für den Einstieg. Das Trainingsklima als Einflussfaktor findet sich in unterschiedlichen Facetten in beiden Modellen wieder, beim Einstieg (eher jüngere Spieler) ist eine moderate Wettbewerbsorientierung, bei der Häufigkeit (eher ältere Spieler) mit deutlich stärkerer Gewichtung eine klare Aufgabenorientierung förderlich. Für die Häufigkeit des Alkoholkonsums ist schließlich noch die trainingsbezogene Selbstwirksamkeit als schützender Faktor von Bedeutung. Für den Einstieg spielt stattdessen das Stress- bzw. Belastungserleben eine weitere Rolle. Der überragende und bedeutsamste Einflussfaktor auf den Alkoholeinstieg (eher jüngere Spieler) stellt aber die elterliche Unterstützung dar, die sich im Modell zur Erklärung der Häufigkeit des Alkoholkonsums (eher ältere Spieler) nicht findet.

Über die hier dargestellten, deutlichen Einflussfaktoren auf Konsumeinstieg und Konsumhäufigkeit hinaus weisen die Befragungen der Jugendlichen auch auf besondere Risikogruppen für die Persönlichkeitsentwicklung hin. Dabei handelt es sich um noch junge Spieler, die bereits Alkohol trinken und zusätzlich auch rauchen. Darauf wird im Folgenden kurz eingegangen.

Risikogruppen: Verbindung von Alkohol- und Nikotinkonsum

Im Rahmen der Befragungen haben wir die Jugendlichen in TrainerPlus-Vereinen nicht nur nach ihrem Alkoholkonsum gefragt, sondern auch danach, ob sie schon einmal geraucht haben oder nicht bzw. ob sie zurzeit rauchen oder nicht. Dabei zeigten sich interessante Zusammenhänge zwischen Alkohol- und Nikotinkonsum. Zunächst ist festzustellen, dass nach repräsentativen Befragungen der BzGA (2012) 70,8% der Jugendlichen angeben, noch nie geraucht zu haben und 11,7% sich als regelmäßige Raucher einschätzen. Die TrainerPlus-Jugendlichen weisen im Vergleich dazu ähnliche, aber leicht niedrigere Quoten auf: 33,1% haben schon mal geraucht und 66,1% nicht. Betrachtet man nun die Gruppe der zurzeit

Rauchenden (9,5%) und der aktuellen Nichtraucher (89,7%), ergeben sich Zusammenhänge mit dem Alkoholkonsum (s. Abbildung 32).

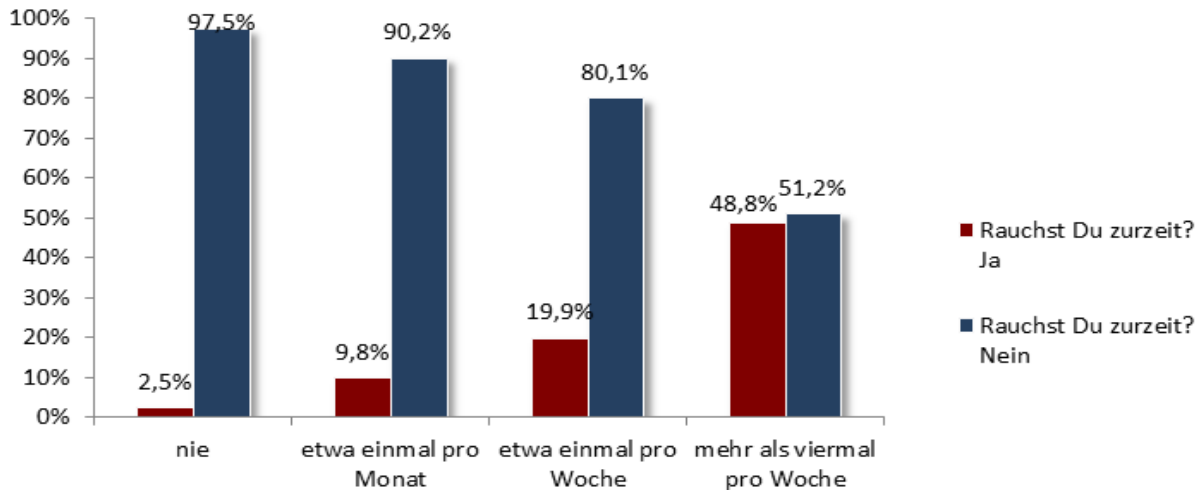


Abbildung 32: Häufigkeit des Alkoholkonsums der Jugendlichen unterteilt in Raucher und Nicht-Raucher.

Bei den nicht trinkenden Jugendlichen ist der Raucher-Anteil verschwindend gering. Hingegen finden sich mit zunehmender Häufigkeit des Alkoholkonsums steigende Anteile von Rauchern. Von den Jugendlichen, die mehr als vier Mal pro Woche Alkohol konsumieren, ist fast jeder Zweite regelmäßiger Raucher. Diese Gruppe von Jugendlichen, die sowohl häufiger Alkohol trinken als auch regelmäßig rauchen, stellt eine besondere Risikogruppe dar. Verdeutlicht wird dies anhand der in dieser Gruppe beobachteten Ausprägung von wichtigen Einfluss- bzw. Risikofaktoren des Alkohol- und Nikotinkonsums.

Die regelmäßig Alkohol trinkenden und rauchenden Jugendlichen erleben im Vergleich zu allen anderen Teilgruppen

- die geringste elterliche Unterstützung,
- die stärksten positiven alkoholbezogenen Erwartungen,
- die geringsten Normen, nicht zu trinken,
- die schwächste Selbstwirksamkeit, gegenüber Gruppendruck Widerstand leisten zu können,
- die stärksten psychosomatischen Beschwerden,
- das höchste Belastungserleben und
- das geringste alkoholbezogene Wissen.

Offensichtlich ist die Affinität zu berauschendem Konsumverhalten bei Jugendlichen dann sehr wahrscheinlich, wenn der Rückhalt aus dem Elternhaus und Normen nicht zu trinken fehlen, wenig Wissen und hohe Belastungen gegeben sind sowie hohe positive Erwartungen mit Alkohol verbunden und gleichzeitig die Widerstandsfähigkeit gering eingeschätzt wird. Diese Faktoren sind allerdings nicht nur für den Substanzkonsum von Bedeutung, sondern auch für

die Persönlichkeitsentwicklung von jungen Menschen, die im Präventionsansatz von TrainerPlus ebenfalls unterstützt werden soll.

Insgesamt zeigen die berichteten Befunde ein sehr differenziertes Bild zum eigenen Trinkverhalten der Jugendlichen und zu Zusammenhängen mit dem Trinkverhalten der Freunde. Darüber hinaus verdeutlichen sie die Einflussfaktoren für den Einstieg und die Häufigkeit des Alkoholkonsums und weisen auf besondere Risikogruppen hin.

In den folgenden Abschnitten wenden wir uns nun dem zweiten Projektjahr von TrainerPlus zu.

Das zweite Projektjahr – Saison 2011/2012

Im Juni 2011 begann mit der Fußballsaison 2011/2012 das zweite Projektjahr von TrainerPlus. Dieses startete mit der zweiten Schulungswelle, in deren Rahmen die Workshops von September bis Dezember 2011 durchgeführt wurden, und endete mit der dritten großen Evaluationsbefragung der Trainerinnen und Trainer sowie der jugendlichen Spieler Mitte des Jahres 2012. Die folgenden Ausführungen beziehen sich auf die Veränderungen innerhalb des zweiten Projektjahres und schließen die dritte große Evaluationsbefragung der Trainerinnen und Trainerinnen sowie die dritte Befragung der Jugendlichen mit ein (T III 1).

Dritte Evaluationsbefragung der Trainerinnen und Trainer

An der dritten großen Trainerbefragung zu Beginn der Fußballsaison 2012/13 und vor Durchführung der dritten Workshopwelle (vgl. Abbildung 1, TIII 1) nahmen 271 Trainerinnen und Trainer teil, von denen 243 Personen den Fragebogen vollständig ausgefüllt haben. Damit lag die Teilnahme im Vergleich zur ersten Trainerbefragung im Sommer 2010 um 40% niedriger und im Vergleich zur zweiten Trainerbefragung um 30% niedriger, was für empirische Feldprojekte einen typischen Rückgang darstellt. Das durchschnittliche Alter der Trainerinnen und Trainer lag bei 44 Jahren mit einer Spannweite zwischen 19 und 72 Jahren. Die Dauer der Trainertätigkeit lag im Durchschnitt bei 21,5 Jahren mit einer Spannweite von einem halben Jahr bis 57 Jahren. Diese Werte liegen etwas über den Werten der ersten beiden Befragungen, was sich durch die Fluktuation der teilnehmenden Trainer zur dritten Befragung ergeben haben könnte.

Vergleichbar zu den früheren Erhebungen ist der sehr hohe Anteil der ehrenamtlich tätigen Trainer (93,4%) gegenüber Honorarkräften (3,3%) oder Trainern mit Teilzeit- (1,6%) bzw. Vollzeitstelle (1,6%). 118 Trainer (48%) trainierten Jugendmannschaften im Zielgruppenalter des Präventionsprojektes, während 125 Trainer (52%) keine Jugendmannschaften trainierten. Damit ist der Anteil teilnehmender Jugendtrainer im Vergleich zur zweiten Erhebung (71%) stark gesunken. Die Zeit, die die Trainer persönlich für Training und Jugendarbeit pro Woche im Verein investierten, liegt durchschnittlich bei acht Stunden mit einer Spannweite von 0-42 Wochenstunden. Dies ist in etwa vergleichbar mit den ersten zwei Befragungen, in denen die Mehrheit der Trainer angab, mehr als fünf Stunden Zeit zu investieren. Deutliche Unterschiede zur ersten und zweiten Befragung liegen in der Dauer der Trainertätigkeit und der Anzahl trainierter Jugendmannschaften vor. Diese Unterschiede in den Durchschnittswerten lassen sich auf einige wenige Ausreißerwerte zurückführen, die dadurch zustande kommen, dass zur dritten Befragung deutlich mehr Pensionäre/Rentner an der Befragung teilnahmen als zu den ersten beiden Befragungen. Diese trainieren wahrscheinlich keine eigenen Mannschaften mehr und haben außerdem mehr Zeit, um sich im Verein zu engagieren und an der Befragung teilzunehmen.

Veränderungen über die ersten beiden Projektjahre

Vergleich der ersten Evaluationsbefragung der Trainer (T1 1, Beginn Saison 2010/2011 im August 2010) mit der dritten Evaluationsbefragung (TIII 1, Beginn Saison 2012/13 im September 2012).

Im Hinblick auf die zu analysierenden Veränderungen der Trainereinschätzungen von der ersten (T1 1) zur dritten (TIII 1) Trainerbefragung ist zunächst festzustellen, dass sich die Anzahl der teilnehmenden Trainer mit kompletten Daten über die Erhebungszeitpunkte aufgrund unregelmäßiger, stark fluktuierender und insgesamt abnehmender Beteiligung an den Befragungen reduziert hat. In der Interventionsgruppe verbleiben für die Veränderungsdarstellung von der ersten zur dritten Evaluationsbefragung demnach insgesamt 120 Trainer. Für den Vergleich über alle drei Evaluationsbefragungen hinweg verbleiben lediglich 69 Trainer. Wegen der Schwierigkeiten Kontrollgruppen zur Teilnahme zu motivieren und für längere Zeit zu halten, zeigt sich in der Vergleichsgruppe eine noch deutlichere Reduzierung der Teilnehmeranzahl. Während für den Vergleich von der ersten zur dritten Evaluationsbefragung acht Trainer aus Kontrollgruppen zur Verfügung stehen, reduziert sich die Anzahl der Trainer, die zu allen drei Messzeitpunkten an der Befragung teilgenommen haben, auf nur noch fünf Trainer. Dies macht deutlich, dass für die Motivierung von Kontrollgruppen in Zukunft mehr getan werden muss, etwa durch ein Wartekontrollgruppenkonzept, das den Teilnehmern ermöglicht, nach einer Phase der Teilnahme an Befragungen auch an dem Präventionsprojekt selbst teilnehmen zu können. Für die vorliegende Fragestellung nach möglichen Veränderungen bedeutet die sehr kleine Zahl von Kontrollgruppentrainern mit kompletten Daten, dass eine seriöse Vergleichsanalyse der Veränderungen von Interventionsgruppen- und Kontrollgruppentrainern statistisch nicht möglich ist.

Aus diesem Grund sind wir bei der Evaluation von Veränderungen einen anderen Weg gegangen. Die Forschung zeigt, dass die Wirkung von Programmen in hohem Maße davon abhängt, welche Beweggründe die Programmvermittler zur Teilnahme haben. Bei den Gründen zur Teilnahme kann man zwischen intrinsischen und extrinsischen Motiven unterscheiden. Extrinsische Teilnahmemotive stellen dabei solche Beweggründe dar, bei denen ein Teilnehmer eher von außen angeregt wird an den Workshops teilzunehmen (z.B. weil der Verein mich als Trainer hingeschickt hat). Anders bei Gründen, die innerhalb einer Person liegen, also intrinsisch sind, sind es hier persönliche Gründe, wie zum Beispiel das Interesse am Thema, die den Trainer zur Teilnahme bewegen. Nur bei Trainern, die interessiert und motiviert sind, ist mit einer tatsächlichen Umsetzung der Präventionsempfehlungen im Verein überhaupt zu rechnen. Die Wirksamkeit des Programms hängt also wesentlich von der Motivation zur Umsetzung und ihrer Realisierung im Trainingsalltag ab. Um die Wirksamkeit des Präventionsprogramms in Abhängigkeit von der Motivation und dem Interesse der Trainer und einer entsprechenden Umsetzung der Maßnahmen zu evaluieren, wurden diejenigen Trainer selektiert, die tatsächlich Jugendmannschaften betreuen und die auch an den ersten beiden Workshops sowie an den Befragungen der ersten beiden Projektjahre teilgenommen haben. Diese Trainer wurden in zwei Gruppen unterschieden: eine Trainergruppe mit geringer

intrinsischer Motivation (40) und eine Trainergruppe mit hoher intrinsischer Motivation (34). Trainer mit *hoher intrinsischer Motivation* geben an, an TrainerPlus teilzunehmen, weil sie ihr Training verbessern, ihre Mannschaft besser fördern und sich mit anderen Trainern austauschen wollen. Sie interessieren sich für das Thema und glauben, dass die Fortbildung zur Alkoholprävention ihnen als Trainer weiterhelfen kann, sie möchten besondere Kenntnisse auf dem Gebiet weitergeben, sich als Trainer profilieren und ihre pädagogischen Vorstellungen verwirklichen, sie haben Spaß an der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen und sind überzeugt, dass sie das Alkoholkonsumverhalten der Jugendlichen in ihrem Verein beeinflussen können. Im Folgenden wird der Frage nachgegangen, inwieweit die hoch intrinsisch motivierten Trainer den Präventionsempfehlungen eher folgen und positivere Präventionseffekte erzielen als die wenig intrinsisch motivierten Trainer.

Die beiden ersten Workshops sowie die beiden ersten Präventionsjahre hatten neben der Vermittlung von Wissen vor allem folgende Schwerpunkte: wirkungsvolle Prävention im Jugendalter durch Stärkung der Persönlichkeit im Sinne einer Vermittlung von Erfolgserleben, sozialer Einbindung und Selbstbestimmung; mit Jugendlichen ins Gespräch kommen über persönliche Sichtweisen oder Probleme und insbesondere über Alkohol; Stärkung sozialer Widerstandsfähigkeiten gegenüber Gruppendruck zu trinken. Für die Trainer geht es dabei um einen konstruktiven Umgang mit Jugendlichen im Hinblick auf eine altersgerechte Kommunikation, die Gestaltung eines positiven Trainingsklimas und die eigene Vorbildfunktion. Maßnahmen zur sozialen Unterstützung über Akzeptanz und Einbindung sowie die Herausbildung von Trainerkompetenzen und präventivem Führungsverhalten zur Vermittlung von Erfolgserfahrungen, zur Förderung des Teamgeistes, zu positivem Feedback und der Ermutigung der Jugendlichen. Bezüglich dieser Präventionskriterien werden im Folgenden die beobachteten Veränderungen dargestellt. Dabei haben wir die Ausgangswerte standardisiert, so dass die Abbildungen jeweils die Trends bzw. Veränderungen in den beiden Trainergruppen über die Zeit dokumentieren.

Kommunikation mit Jugendlichen über alkoholbezogene Themen

In den Workshops wurde anhand von Gesprächen in Rollenspielen erprobt, wie Trainer schwierige Themen wie Alkoholkonsum überhaupt ansprechen können und das dafür notwendige Vertrauensverhältnis aufbauen. Die folgende Abbildung 33 zeigt, dass sich das Ausmaß der Kommunikation über alkoholbezogene Themen (z.B. „Ich rede mit meiner Mannschaft über Alkohol“ oder „Jugendliche kommen mit Fragen zum Alkohol zu mir“) über den Beobachtungszeitraum von zwei Jahren in statistisch bedeutsamen Maße unterschiedlich verändert. Während die niedrig intrinsisch motivierten Trainer das Ausmaß der alkoholbezogenen Kommunikation über die Zeit eher reduzieren, findet sich in der Gruppe der hoch intrinsisch motivierten Trainer eine durch die Prävention beabsichtigte deutliche Steigerung der Kommunikationsrate über alkoholbezogene Themen. Dies zeigt, dass nur die hoch intrinsisch motivierten Trainer den Präventionsempfehlungen folgen und zunehmend mehr über alkoholbezogene Themen mit ihren Mannschaften reden, während die weniger intrinsisch motivierten Trainer dieses Thema kaum bzw. seltener aufgreifen.

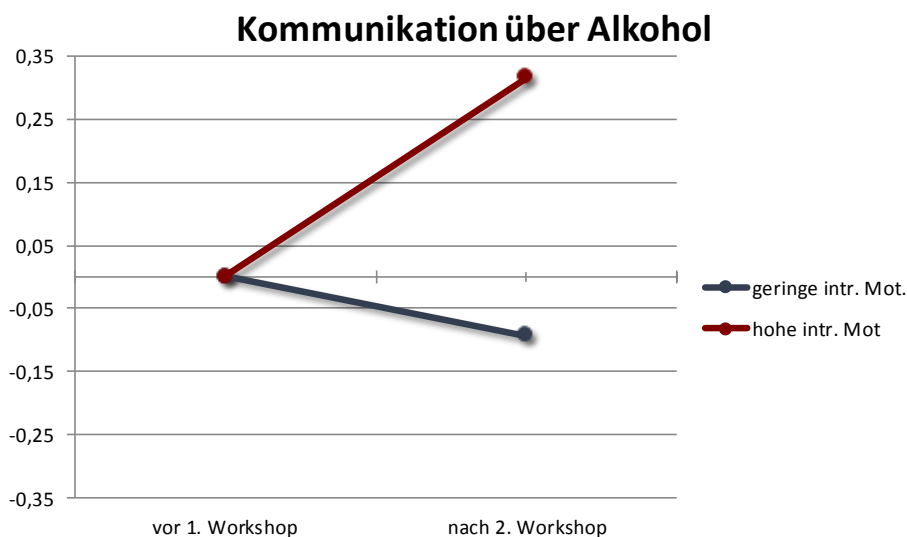


Abbildung 33: Entwicklung der berichteten Kommunikation mit der Mannschaft über das Thema Alkohol vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).

Im nächsten Abschnitt geht es um Maßnahmen zur Förderung des Trainingsklimas im Hinblick auf die Offenheit des Trainers für Probleme der Jugendlichen (Fürsorglichkeit, soziale Unterstützung), der Beziehung zwischen Trainer und Mannschaft sowie der Mannschaftsmitglieder untereinander.

Förderung des Trainingsklimas

Das soziale Klima im Training wird zunächst stark davon beeinflusst, inwieweit der Trainer ein offenes Ohr für Probleme der Jugendlichen hat und auf diese eingehen kann, was durch Skalen zur Fürsorglichkeit und der Beziehung zwischen Trainer und Mannschaft erhoben werden kann.

Im Hinblick auf die *Fürsorglichkeit* (z.B. „Wenn ein Jugendlicher ein persönliches Anliegen hat, gehe ich auch während des Trainings darauf ein“) zeigt die Abbildung 34, dass hoch intrinsisch motivierte Trainer über einen Zeitraum von zwei Jahren ihre Fürsorglichkeit gegenüber den Jugendlichen aufrechterhalten, wohingegen wenig intrinsisch motivierte Trainer ihre Fürsorglichkeit über diesen Zeitraum reduzieren.

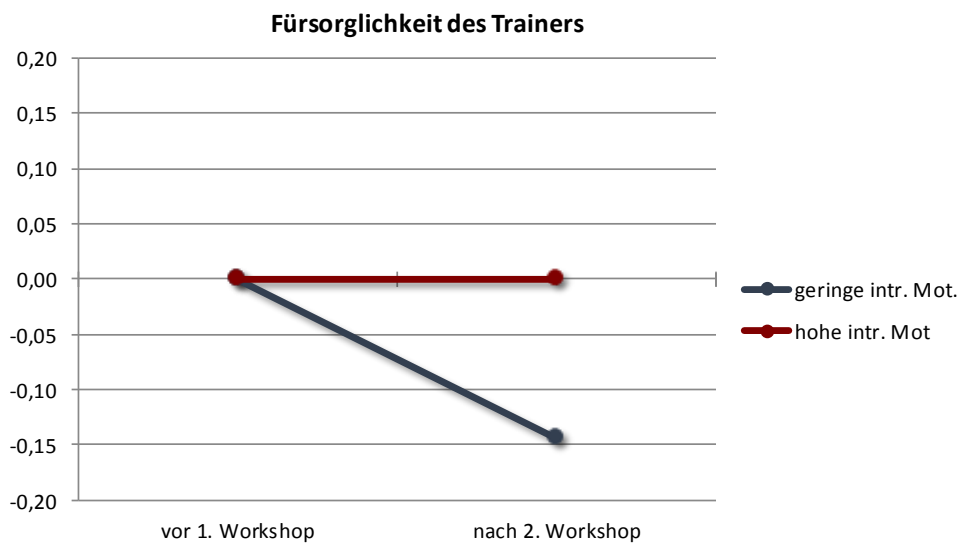


Abbildung 34: Entwicklung der eigenen Fürsorglichkeit der Trainer für ihre Spieler vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).

Im Hinblick auf die *Beziehung zwischen Trainer und Mannschaft* (z.B. „Ich kann meine Spieler gut ansprechen“ oder „Ich habe einen hervorragenden Draht zu meinen Spielern“) ergibt sich, dass diesbezüglich intrinsisch motivierte Trainer über den beobachteten Zeitraum auch eine zunehmende Qualität ihrer Beziehung zur Mannschaft angeben, während die berichtete Qualität der Beziehung zur Mannschaft bei wenig intrinsisch motivierten Trainern über den gleichen Zeitraum abfällt (Abbildung 35). Es finden also signifikant unterschiedliche Entwicklungen statt.

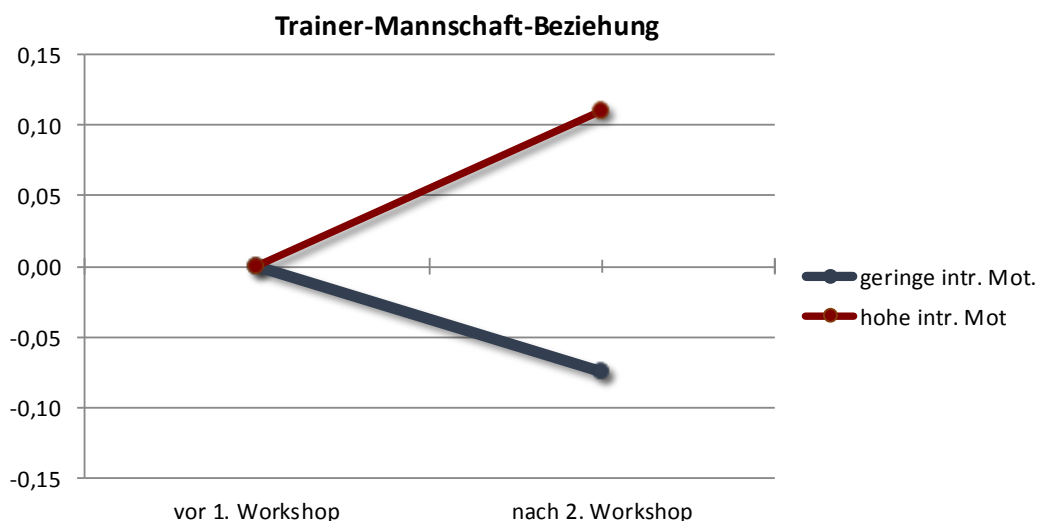


Abbildung 35: Entwicklung der berichteten Trainer-Mannschafts-Beziehung vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).

Diese beiden Befunde verdeutlichen, dass lediglich die hoch intrinsisch motivierten Trainer im Hinblick auf die angezielten Präventionskriterien (fürsorgliche Einstellung und Pflege eines guten Verhältnisses zu den Spielern) günstige Entwicklungen zeigen, bei den gering intrinsisch

motivierten Trainern hingegen eher negative Entwicklungen vorliegen. Mit anderen Worten, hoch intrinsisch motivierte Trainer sind für Probleme der Jugendlichen deutlich offener und haben eine bessere Beziehung zu ihren Spielern als wenig intrinsisch motivierte Trainer. Dies hat Konsequenzen für die Vertrauensstellung des Trainers als Vorbild und Ansprechpartner und kann sich auf das soziale Klima innerhalb der Mannschaft bzw. die Hilfsbereitschaft der Teammitglieder untereinander auswirken.

Für die vom Trainer wahrgenommene *Teamatmosphäre* (*Hilfsbereitschaft innerhalb der Mannschaft*, z.B. „Wenn in meiner Mannschaft jemand Schwierigkeiten hat, helfen ihm die anderen Jugendlichen“ oder „Wenn ein Spieler mal schlechte Leistungen gebracht hat, finden sich meistens Teamkollegen, die ihn trösten“) ergeben sich ebenfalls entsprechende, motivationsabhängige Veränderungen (Ergebnisse in Abbildung 36). Hoch intrinsisch motivierte Trainer nehmen tendenziell eine Verbesserung des internen Mannschaftsklimas bzw. der Hilfsbereitschaft wahr, während wenig intrinsisch motivierte Trainer hier tendenziell eine Verschlechterung erleben.

Diese Befunde machen deutlich, dass das soziale Klima sich bei Teams von hoch intrinsisch motivierten Trainern positiver entwickelt als bei Teams von wenig intrinsisch motivierten Trainern. Hinsichtlich des sozialen Klimas im Training und in der Mannschaft folgen hoch intrinsisch motivierte Trainer den Präventionsempfehlungen offensichtlich stärker und fördern das Klima entsprechend besser als gering intrinsisch motivierte Trainer.

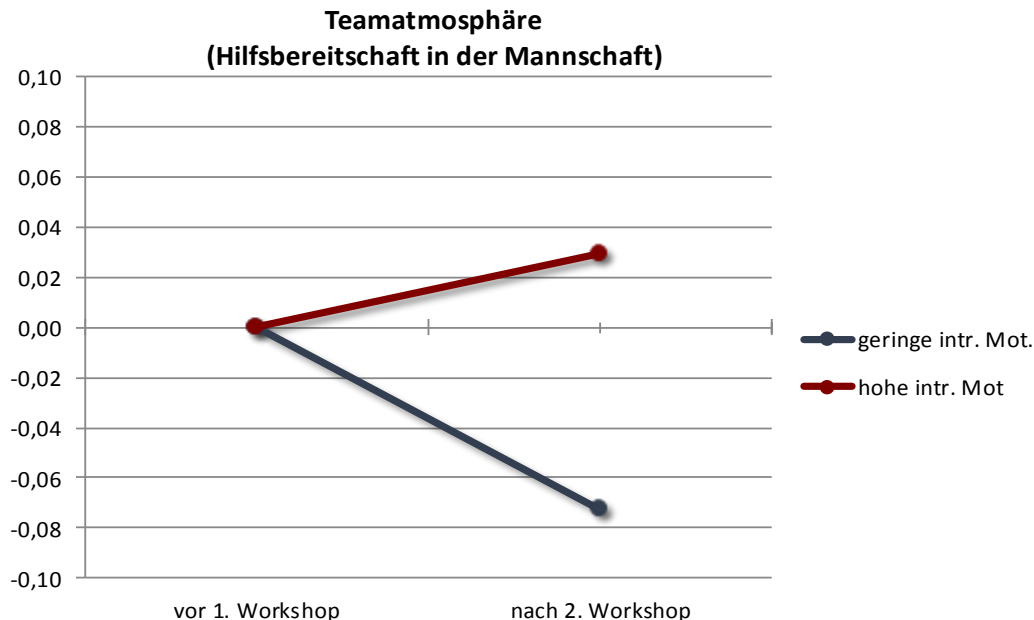


Abbildung 36: Entwicklung der von den Trainern wahrgenommenen Teamatmosphäre (Hilfsbereitschaft unter den Spielern) vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).

In den folgenden Abschnitten geht es um konkrete Kompetenzen und Verhaltensweisen von Trainern zur Vermittlung von Erfolgserfahrungen, sozialer Einbindung und Selbstbestimmung durch Motivierung, Förderung des Teamgeistes, soziale Unterstützung, positives Feedback und

Aufgabenorientierung im Training. Zunächst werden Trainerkompetenzen zur Motivierung der Spieler und zur Förderung des Teamgeistes näher betrachtet.

Trainerkompetenzen: Motivierung und Förderung des Teamgeistes

Auf Seiten der Trainer verändert sich die erlebte Kompetenz bzw. *Selbstwirksamkeit*, seine Spieler *motivieren zu können* („Auch nach Niederlagen kann ich Jugendliche gut motivieren nicht aufzugeben, sondern weiterzumachen“ oder „Auch wenn ein Jugendlicher nicht der beste Fußballer ist, gelingt es mir dennoch, ihm Selbstvertrauen zu geben und Mut zu machen“) in differenzierter Weise (s. Abbildung 37). Hoch intrinsisch motivierte Trainer erleben ihre Kompetenz zu motivieren als über die Zeit stabil. Bei wenig intrinsisch motivierten Trainern hingegen nimmt ihre Selbstwirksamkeit motivieren zu können im Laufe der Zeit deutlich ab.



Abbildung 37: Entwicklung der berichteten Selbstwirksamkeit der Trainer ihre Spieler motivieren zu können vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).

Ähnliche Befunde zeigen sich im Hinblick auf die Einschätzungen zur *kollektiven Selbstwirksamkeit*, d.h. der erlebten Kompetenz zur Förderung des Teamgeistes innerhalb der gesamten Mannschaft (z.B. „Ich habe Vertrauen, dass meine Spieler und ich es schaffen, unsere Ziele zu erreichen, auch wenn Schwierigkeiten auftauchen“ oder „Mein Team und ich können auch Niederlagen überwinden, da wir uns gegenseitig unterstützen“). Wie die Abbildung 38 zeigt, bleiben diese Überzeugungen in die kollektive Stärke der Mannschaft bei hoch intrinsisch motivierten Trainern stabil, während sie bei wenig intrinsisch motivierten Trainern über den Beobachtungszeitraum deutlich geringer werden.

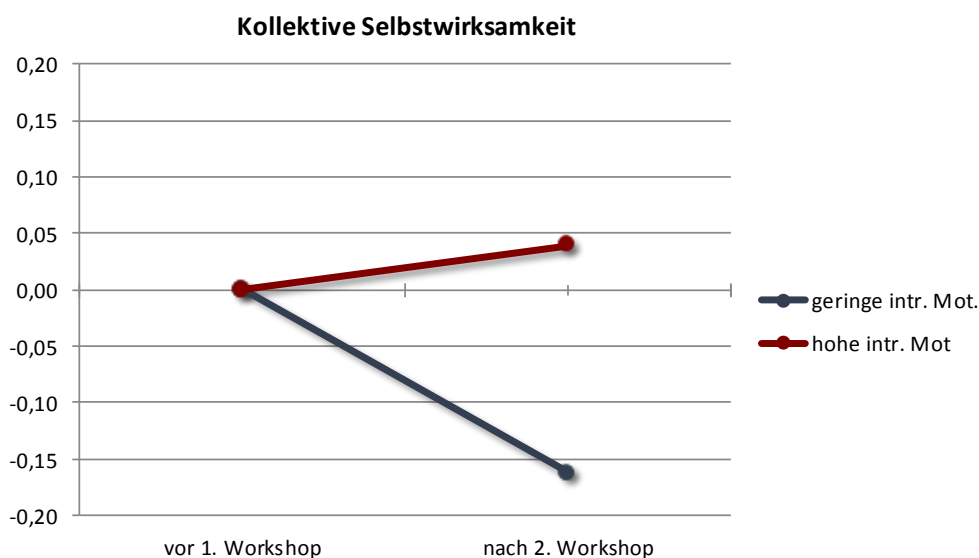


Abbildung 38: Entwicklung der berichteten kollektiven Selbstwirksamkeit der Jugendtrainer in Bezug auf ihre Mannschaft vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).

Beide Ergebnisse deuten darauf hin, dass im Laufe des Präventionsprojektes hoch intrinsisch motivierte Trainer ihre Kompetenzen zur Motivierung und Förderung des Teamgeistes weiterentwickeln und stärken, während wenig intrinsisch motivierte Trainer diesbezüglich eher Kompetenzeinbußen erleben. Das Erleben von Selbstwirksamkeit basiert wesentlich auf erfolgreichen Verhaltensstrategien. Es liegt auf der Hand, dass bei hoch intrinsisch motivierten Trainern die Kompetenzstärkung durch erfolgreiche Umsetzung präventiver Handlungsempfehlungen unterstützt wird. Gering intrinsisch motivierte Trainer profitieren davon nicht, da sie an der Umsetzung der Prävention kaum bzw. nur wenig interessiert sind und somit auch keine Erfolgserfahrungen machen. Wenn für die unterschiedlich erlebten Trainerkompetenzen erfolgreiches präventives Führungsverhalten bedeutsam ist, sollten diesbezüglich entsprechende Unterschiede zwischen den beiden Motivationsgruppen festzustellen sein.

Im Folgenden werden wesentliche präventive Verhaltensweisen, die den Trainern empfohlen wurden (aufgabenorientiertes Training, positives Feedback, fachliche Unterweisung, soziale Unterstützung, demokratisches Verhalten) näher betrachtet.

Präventives Führungsverhalten der Trainer

Zu den im Projekt empfohlenen präventiven Verhaltensweisen zählen zunächst eine aufgabenorientierte Trainingsgestaltung und der Einsatz positiven Feedbacks, zu denen in den beiden folgenden Abbildungen die Ergebnisse dargestellt sind. Ein *aufgabenorientiertes Training* hat zum Ziel, die persönlichen Entwicklungen einzelner Spieler stärker ins Auge zu fassen und nicht nur den Wettbewerb zwischen eher guten und eher schlechten Spielern zu fokussieren. Im Hinblick auf die Aufgabenorientierung (z.B. „In meiner Mannschaft liegt der Schwerpunkt darauf, dass sich die Jugendlichen persönlich verbessern“ oder „In meiner

Mannschaft fühlt jeder Sportler, dass er eine wichtige Rolle in der Trainingsgruppe spielt“) unterscheiden sich die Trainergruppen wiederum (s. Abbildung 39). Hoch intrinsisch motivierte Trainer arbeiten über die Zeit tendenziell zunehmend aufgabenorientiert, während gering intrinsisch motivierte Trainer diesbezüglich keine positiven Entwicklungen zeigen.

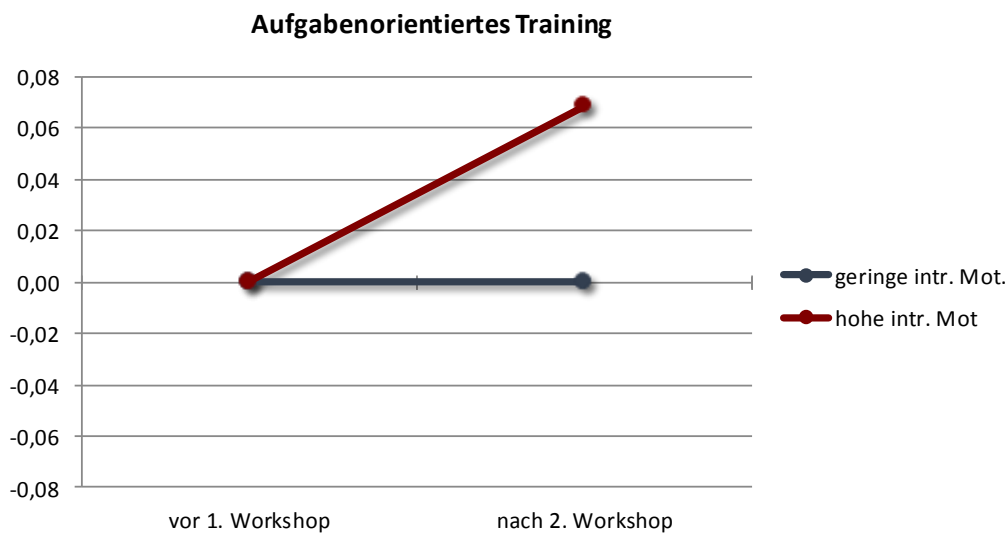


Abbildung 39: Entwicklung des berichteten aufgabenorientierten Trainings vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).

Unterschiedliche Entwicklungen zeigen sich auch bezüglich des Einsatzes von *positivem Feedback* (z.B. „Ich zeige deutlich, dass ich mich freue, wenn ein Sportler eine gute Leistung bringt“). Die Abbildung 40 verdeutlicht, dass hoch intrinsisch motivierte Trainer auf stabilem Niveau konstant positives Feedback nutzen, während wenig intrinsisch motivierte Trainer positives Feedback im Laufe des Beobachtungszeitraums deutlich reduzieren.

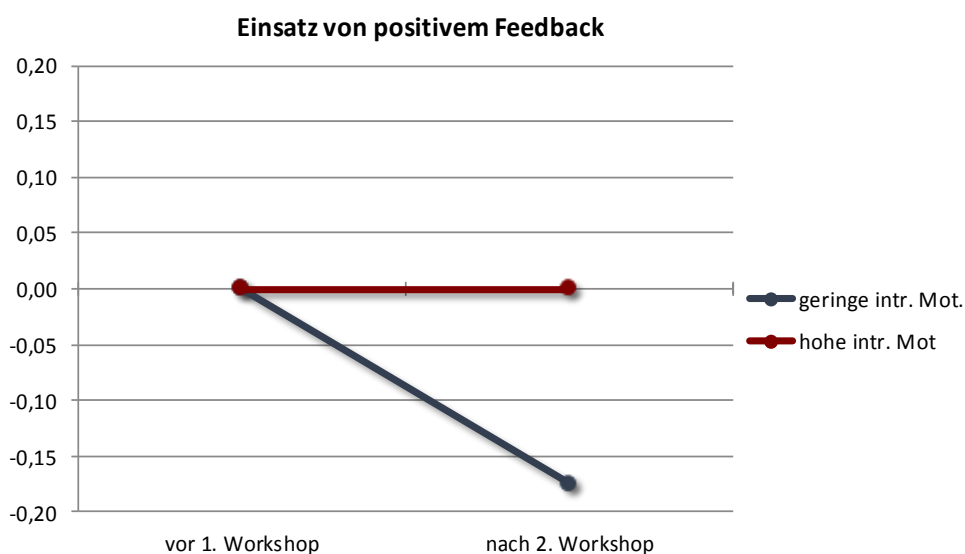


Abbildung 40: Entwicklung des Einsatzes von positivem Feedback der Trainer an ihre Spieler vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).

Schließlich ging es bei den förderlichen, präventiven Verhaltensweisen des Trainers um eine ausgewogene Mischung zwischen dem Ausmaß fachlicher Unterweisung, das bestimmten Regeln folgen muss, dem Zulassen von Mitbestimmung durch die Spieler, was durch das Ausmaß demokratischen Verhaltens des Trainers erfasst werden kann, und die vom Trainer angebotene soziale Unterstützung innerhalb der Mannschaft.

Bezüglich der *fachlichen Unterweisung* (z.B. „Ich stelle sicher, dass jeder seine Rolle in der Trainingsgruppe versteht“ oder „Ich achte darauf, dass das gesamte Training in geordneten Bahnen verläuft“) zeigt die Abbildung 41 eine Tendenz, dass bei hoch intrinsisch motivierten Trainern das Ausmaß dieses Führungsverhaltens über die Zeit leicht zunimmt, während es bei wenig intrinsisch motivierten Trainern leicht abnimmt.

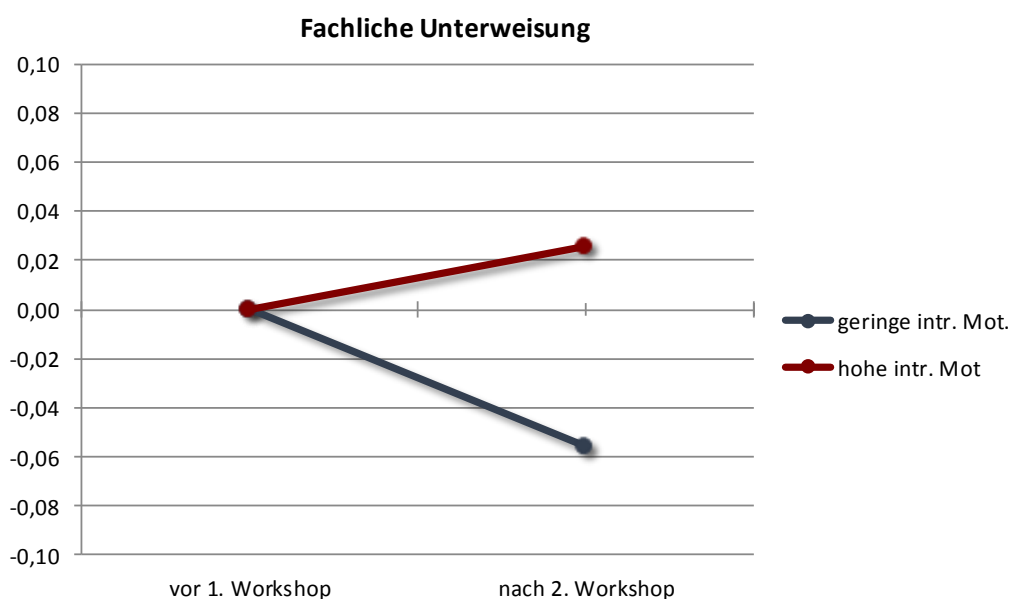


Abbildung 41: Entwicklung der fachlichen Unterweisung, die die Trainer ihren Spielern geben, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).

Im Hinblick auf das *demokratische Trainerverhalten* (z.B. „Ich ermutige meine Sportler, Vorschläge zum Training zu machen“ oder „Ich lasse meine Spieler an wichtigen Entscheidungen teilhaben“) macht die Abbildung 42 deutlich, dass das Ausmaß an Mitbestimmung durch demokratisches Trainerverhalten bei den hoch intrinsisch motivierten Trainern über die Zeit zunimmt, während es bei den wenig intrinsisch motivierten Trainern eher abnimmt. Die Entwicklungen bezüglich des demokratischen Verhaltens des Trainers sind in den beiden Motivationsgruppen signifikant unterschiedlich. Im Gegensatz zu wenig intrinsisch motivierten Trainern, beziehen Trainer mit hoher intrinsischer Motivation ihre Spieler zunehmend stärker in die Trainingsgestaltung ein, berücksichtigen deren Meinung und Vorschläge und fördern somit die Selbstbestimmung ihrer Spieler, was ein wesentliches Präventionsziel des TrainerPlus-Projektes darstellt.

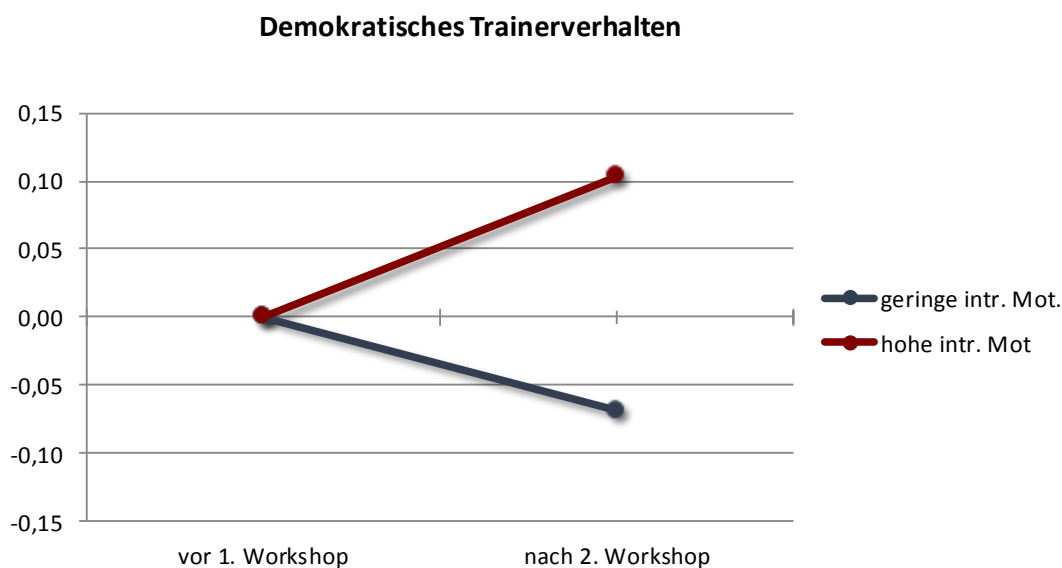


Abbildung 42: Entwicklung des berichteten demokratischen Verhaltens der Trainer im Training vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).

Hinsichtlich der vom Trainer angebotenen *sozialen Unterstützung* für seine Spieler (z.B. „Ich setze mich persönlich für meine Sportler ein“ oder „Ich helfe meinen Spielern, ihren persönlichen Standpunkt bzw. ihre eigene Meinung zu festigen“) verdeutlicht die Abbildung 43, dass bei hoch intrinsisch motivierten Trainern die angebotene Unterstützung über die Zeit aufrechterhalten wird, während sie von den wenig intrinsisch motivierten Trainern im Laufe der Zeit signifikant deutlich zurückgenommen wird.

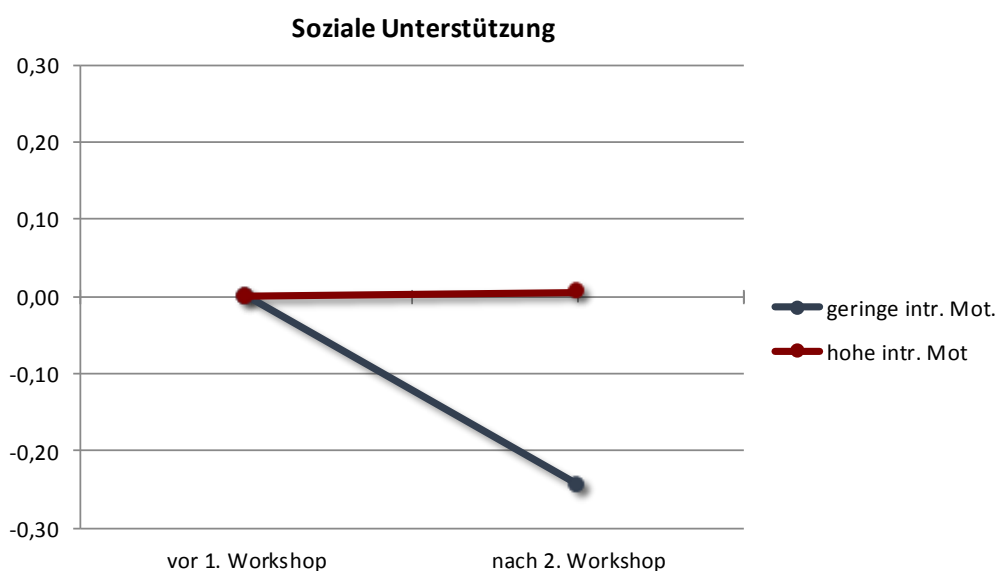


Abbildung 43: Entwicklung der berichteten sozialen Unterstützung, die Trainer ihren Spielern anbieten, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop und der darauf folgenden Umsetzungsphase (August 2012).

Wie erwartet, zeigt sich auch bezüglich der Umsetzung des präventiven Führungsverhaltens, dass intrinsisch motivierte Trainer stärker und zunehmend Präventionsempfehlungen umsetzen als gering intrinsisch motivierte Trainer.

Zusammenfassend lässt sich im Hinblick auf die Veränderungen in den Einschätzungen der Trainer feststellen, dass die Programmziele der Prävention bei den hoch intrinsisch motivierten Trainern deutlich besser erreicht werden als bei den wenig intrinsisch motivierten Trainern. Letztere Gruppe zeigt bezüglich aller Kriterien (Kommunikation, Trainingsklima, Trainerkompetenzen und Führungsverhalten) eher ungünstige Veränderungen, während sich bei den hoch intrinsisch motivierten Trainern von der Prävention angezielte Veränderungen in positivem Sinne ergeben. Die hoch intrinsisch motivierte Gruppe hat sowohl im Hinblick auf die Kommunikation mit Jugendlichen über Alkohol, die Offenheit für Probleme und Schwierigkeiten, und auf das soziale Klima mehr investiert als auch ihre Kompetenzen zur Motivierung und Förderung des Teamgeistes sowie ihre Verhaltensweisen im Hinblick auf Aufgabenorientierung, positives Feedback, fachliche Unterweisung, demokratisches Verhalten und soziale Unterstützung besser entwickelt als die gering intrinsisch motivierte Gruppe.

Insgesamt kann man sagen, dass bei hoch intrinsisch motivierten Trainern gute und positive Wirkungen erzielt worden sind, nicht hingegen bei wenig intrinsisch motivierten Trainern. Der Befund entspricht den durch die Evaluationsforschung unterstützten Erwartungen, dass Programmwirkungen nur eintreten können, wenn die Programmvermittler entsprechend interessiert und motiviert sind, die Programmempfehlungen auch in der Praxis umzusetzen.

Für das vorliegende Präventionsprogramm bedeutet dies, dass bezogen auf die Rekrutierung von am Programm teilnehmenden Trainern zukünftig besonders eine hohe intrinsische Motivation geschaffen werden muss, damit das Programm seine Wirkungen über die gesamte Gruppe auch gut entfalten kann. Dies sichert nicht nur Effektivität, sondern auch Effizienz des Programms, die beide unter dem Einbezug wenig intrinsisch motivierter Gruppen erheblich reduziert werden.

Im Folgenden wenden wir uns stärker den Einschätzungen der jugendlichen Spieler selbst zu. Sowohl während der Saison 2010/2011 als auch während der Saison 2011/12 wurden die Jugendlichen mehrfach befragt. Die entsprechenden Ergebnisse zu wesentlichen Veränderungen nach den ersten beiden Workshops sollen nun berichtet werden.

Befragung der Jugendlichen

Wie in der Saison 2010/11 fanden auch im Laufe der Saison 2011/12 Befragungen der Jugendlichen statt, wobei diese, um die Spieler zeitlich nicht zu sehr zu beanspruchen, in Form von kleineren Teilbefragungen in zeitlichem Abstand von einigen Wochen erfolgten. Die Fragen bezogen sich auf wichtige Einflussfaktoren für den Alkoholkonsum wie Wohlbefinden (z.B. psychosomatische Beschwerden), alkoholbezogene Einstellungen (z.B. Erwartungen) und Absichten (z.B. Konsumintentionen) sowie persönliche Kompetenzeinschätzungen (z.B. Selbstwirksamkeit bzw. Fähigkeit, dem Gruppendruck, Alkohol zu trinken, zu widerstehen).

Für die Analyse von Veränderungen über zwei Jahre liegen vollständige Fragebögen von insgesamt 205 Jugendlichen der Interventionsgruppe und lediglich weniger als 20 Jugendlichen der Kontrollgruppe vor.

Wie schon in der Trainergruppe ist die Anzahl der Jugendlichen mit vollständigen Daten in der Kontrollgruppe so gering, dass bezüglich der Veränderungen keine seriösen Vergleiche zwischen der Interventions- und Kontrollgruppe möglich sind. Schaut man sich die konkreten Daten deskriptiv genauer an, so zeigen sich für die Interventionsgruppe tendenziell günstigere Entwicklungen im Hinblick auf die erlebten Kompetenzen und das soziale Klima in den Mannschaften. Diese Unterschiede sind aber wegen der zu kleinen Gruppe von Jugendlichen in der Kontrollgruppe nicht zuverlässig.

Im Folgenden wurde analog zur Darstellung der Veränderungen im Bereich der Trainer so vorgegangen, dass Jugendliche aus Mannschaften von hoch intrinsisch motivierten Trainern verglichen wurden mit Jugendlichen aus Mannschaften von gering intrinsisch motivierten Trainern. Die Erwartung ist, dass Jugendliche von Trainern mit hoher Motivation, die die Präventionsempfehlungen gut und zielstrebig umgesetzt haben, bezüglich der Präventionskriterien günstigere Entwicklungen aufzeigen als Jugendliche von Trainern mit geringer Motivation, die die Präventionsempfehlungen kaum bzw. weniger umgesetzt haben. Dabei haben wir uns hinsichtlich der Präventionskriterien auf folgende Schwerpunkte konzentriert:

- Psychosomatische Beschwerden (als zentraler Indikator des Wohlbefindens)
- Positive Erwartungen an Alkoholkonsum (alkoholbezogene Einstellungen)
- Widerstandsfähigkeit gegenüber Gruppendruck zu trinken (Selbstwirksamkeit)
- Absicht Alkohol zu konsumieren (alkoholbezogene Intentionen)

Psychosomatische Beschwerden (Wohlbefinden)

Die mit der Prävention angezielte Stärkung der Jugendlichen durch Vermittlung von Erfolgserfahrungen, sozialer Einbindung und Selbstbestimmung sollte sich längerfristig unter anderem auf das Wohlbefinden der Jugendlichen auswirken. Ein Indikator eher negativen Wohlbefindens sind *psychosomatische Beschwerden* (Häufigkeit von z.B. Kopfschmerzen, Unwohlsein, Nervosität), die in der Altersgruppe von 12 bis 16 Jahren bzw. insbesondere in der Pubertät normalerweise zunehmen. Betrachten wir nun Mannschaften von Trainern mit unterschiedlicher Motivation am Präventionsprojekt teilzunehmen, zeigen sich signifikant unterschiedliche Veränderungen der psychosomatischen Beschwerden der von diesen Trainern betreuten Mannschaften. Die Abbildung 44 verdeutlicht, dass die über einen Zeitraum von zwei Jahren in diesem Altersbereich zu erwartende Zunahme psychosomatischer Beschwerden in der Gruppe von Jugendlichen, die von wenig intrinsisch motivierten Trainern trainiert werden, tendenziell stärker ausfällt als in der Gruppe, die mit hoch intrinsisch motivierten Trainern arbeitet. Diese zwar statistisch nicht signifikanten, aber tendenziellen Unterschiede lassen vermuten, dass motivierte Trainer, die bezüglich ihrer Einstellungen und Verhaltensweisen

günstigere präventive Effekte zeigen, möglicherweise auch erreichen, dass der Anstieg psychosomatischer Beschwerden bei ihren Jugendlichen nicht so stark ausfällt. Wenig intrinsisch motivierte Trainer, die die Präventionsempfehlungen kaum bzw. nicht hinreichend umsetzen, erzielen hingegen diesbezüglich keine Tendenzen zu abpuffernden Effekten.

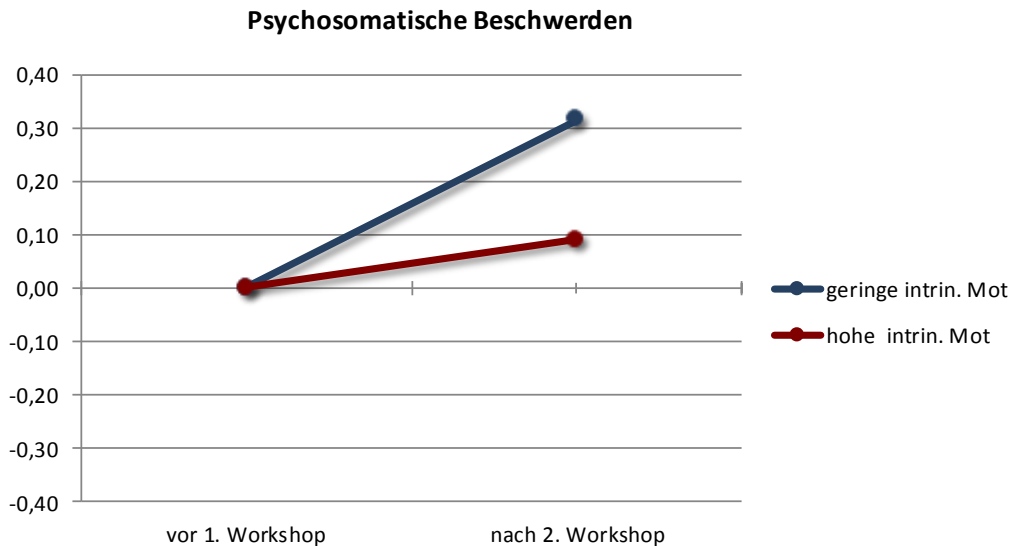


Abbildung 44: Entwicklung der berichteten psychosomatischen Beschwerden der Spieler, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop (April 2012).

Positive Erwartungen an Alkoholkonsum

Eine wesentliche Anregung des Präventionsprojektes an die Trainer war, mit den Jugendlichen über Alkohol ins Gespräch zu kommen und dabei insbesondere die Konsequenzen des Alkoholkonsums zu diskutieren und angesichts der möglichen negativen Folgen die *positiven Erwartungen an Alkoholkonsum* (z.B. „Wenn ich Alkohol trinke, werde ich von meinen Freunden akzeptiert“ oder „Wenn ich Alkohol trinke, werde ich lustig und habe Spaß“) zu relativieren. Nun ist es so, dass Jugendliche in einem Altersbereich, in dem sie noch keinen Alkohol trinken dürfen und noch wenig Erfahrungen mit Alkoholkonsum gemacht haben, zunehmend positive Erwartungen hegen, insbesondere wenn die Altersgrenze, ab der Alkoholgenuss erlaubt ist, näher rückt. Angesichts dieser zu erwartenden Zunahme positiver Alkoholkonsumerwartungen dokumentiert die Abbildung 45 zwar nicht statistisch signifikante, aber in der Richtung ähnliche tendenziellen Unterschiede in den zu beobachtenden Veränderungen wie schon bei den Befunden zu den psychosomatischen Beschwerden. Bei Jugendlichen, die von Trainern mit geringer intrinsischer Motivation trainiert werden, scheinen die positiven Konsumerwartungen eher stärker anzusteigen als bei den Jugendlichen, die von hoch intrinsisch motivierten Trainern betreut werden. Dies ist wiederum ein Indiz dafür, dass motivierte Trainer, denen es eher gelingt, mit den Jugendlichen über Alkohol ins Gespräch zu kommen, möglicherweise auch hier bessere Präventionswirkungen erreichen als wenig intrinsisch motivierte Trainer, die zu diesem Thema kaum kommunizieren bzw. nicht mit den Jugendlichen ins Gespräch darüber kommen.

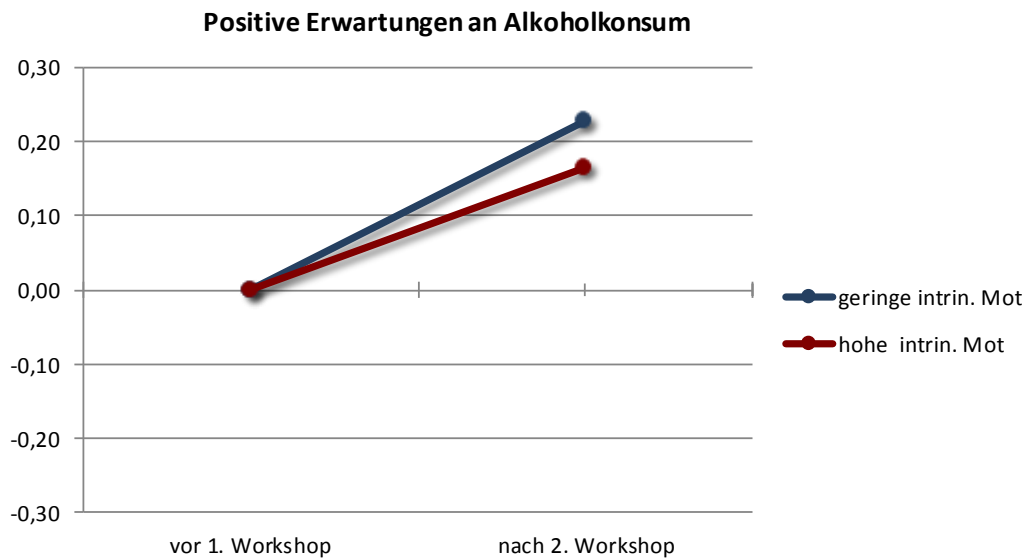


Abbildung 45: Entwicklung der berichteten positiven Erwartungen der Spieler an den Alkoholkonsum, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop (April 2012).

Selbstwirksamkeit bzw. Widerstandsfähigkeit gegenüber Gruppendruck Alkohol zu trinken

Ein weiterer und besonders zentraler Bestandteil der Prävention bestand darin, Jugendlichen altersgerechte und ernstzunehmende Argumente zu vermitteln, mit denen sie sich angesichts des Gruppendrucks unter Gleichaltrigen mitzutrinken, wehren können und nicht trinken müssen, ohne dabei ausgeschlossen oder nicht mehr akzeptiert zu werden. Dies ist bedeutsam, da der Gruppendruck Gleichaltriger für den Einstieg in den Alkoholkonsum oft die entscheidende soziale Einflussgröße ist. Wichtiger Indikator dafür, ob dies gelungen ist, ist die erlebte Kompetenz der Jugendlichen, angesichts solcher Situationen entsprechende Argumente parat zu haben und auch wirkungsvoll einsetzen zu können. Diese Selbstwirksamkeit bzw. Widerstandsfähigkeit sinkt normalerweise im hier beobachteten Altersbereich ab, da mit zunehmendem Alter der Gruppendruck und die Aufforderungen, Alkohol zu trinken, größer bzw. intensiver werden. Betrachtet man die entsprechenden Veränderungen bei den Spielern nach den ersten beiden Workshops (s. Abbildung 46), ergibt sich, dass die Selbstwirksamkeit widerstehen zu können (z.B. „Auch wenn meine Freunde mich auffordern Alkohol zu trinken, kann ich nein sagen“ oder „Auch wenn ich mich unsicher und nervös fühle, brauche ich keinen Alkohol“) in der Gruppe von Jugendlichen, die mit wenig intrinsisch motivierten Trainern arbeiten, deutlich schwächer wird, während sie in der Gruppe von Jugendlichen, die von Trainern mit hoher intrinsischer Motivation betreut werden, nur leicht abfällt. Die Entwicklungen bezüglich dieser Selbstwirksamkeit bzw. Widerstandsfähigkeit fallen hier signifikant unterschiedlich aus. Damit gelingt es den hoch intrinsisch motivierten Trainern deutlich besser, über einen längeren Zeitraum die Widerstandsfähigkeit aufrechtzuerhalten als den eher wenig intrinsisch motivierten Trainern.

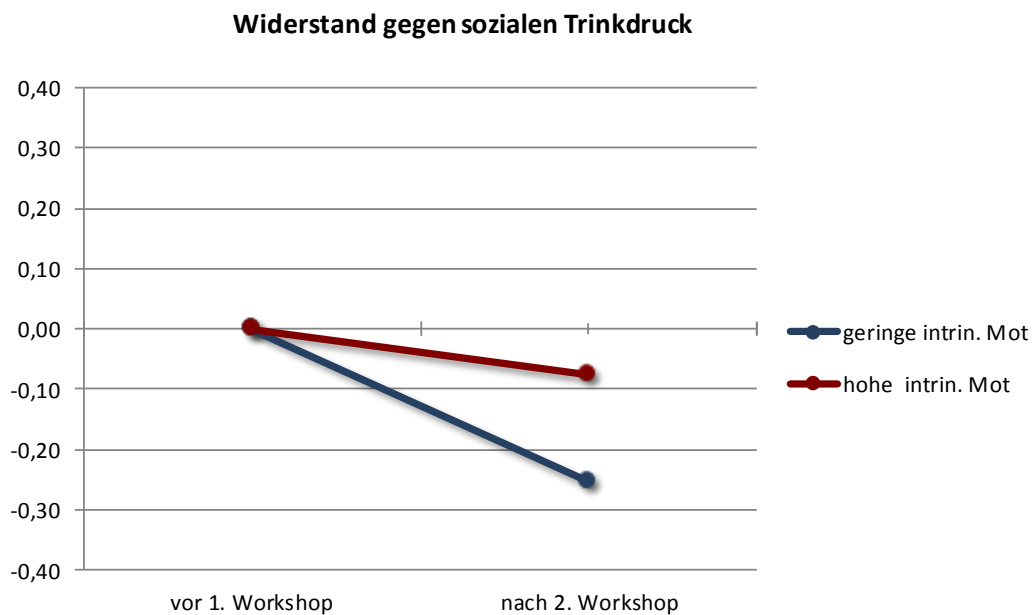


Abbildung 46: Entwicklung des Widerstands gegen sozialen Trinkdruck, die die Spieler berichten, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop (April 2012).

Die hier vorliegenden Veränderungen zu psychosomatischen Beschwerden, positiven Erwartungen an Alkoholkonsum und zur Selbstwirksamkeit Gruppendruck widerstehen zu können, zeigen, dass die hoch intrinsisch motivierten Trainer bei den Jugendlichen tendenziell sowie statistisch signifikant bessere Präventionswirkungen erzielen als die wenig intrinsisch motivierten Trainer. Zugleich wird erneut deutlich, wie wichtig es ist, dass die Programmvermittler (Trainer) persönlich interessiert und motiviert zur Prävention sind, da sie nur dann versuchen, die Präventionsempfehlungen umzusetzen und folgerichtig auch entsprechende Wirkungen bei den Jugendlichen erzielen können. Wenig intrinsisch motivierte Trainer hingegen setzen die Handlungsempfehlungen im Training kaum oder weniger stark um, so dass Präventionseffekte bei den Jugendlichen nicht zu erreichen sind.

Absicht Alkohol zu konsumieren

Am Anfang der Saison 2010/2011 hatten wir die Jugendlichen der Interventionsgruppe getrennt nach Altersbereichen (unter 13 Jahre, 13 bis 14 Jahre, 15 bis 16 Jahre) gefragt, inwieweit sie beabsichtigen Alkohol zu trinken, wenn sie älter sind. Diese Frage haben wir auch wiederum zum Ende der Saison 2011/12 gestellt. Die Absicht zu trinken ist ebenfalls eine wichtige Determinante für späteres Trinkverhalten. Die spannende Frage ist nun, inwieweit sich die *Absicht später Alkohol zu trinken*, innerhalb des Präventionsjahres im Vergleich zum Ende des 1. Präventionsjahres, verändert hat. Positive Präventionseffekte würden dann vorliegen, wenn die Intention Alkohol zu trinken schwächer geworden wäre. Die entsprechenden Ergebnisse der Befragungen sind in Abbildung 47 dargestellt. Sie enthält die Angaben der Jugendlichen vor dem ersten Workshop (TI 1) im August 2010 und stellt daneben das Antwortverhalten nach dem zweiten Workshop (TII 2) im April 2012 dar.

Unterscheidet man die Jugendlichen in eine Gruppe derjenigen, die beabsichtigen, später Alkohol zu trinken (Antwortkategorien „trifft zu“), und eine Gruppe derer, die nicht beabsichtigen später Alkohol zu trinken (Antwortkategorie „trifft nicht zu“), ergibt sich beim Vergleich der beiden Erhebungszeitpunkte folgendes Bild:

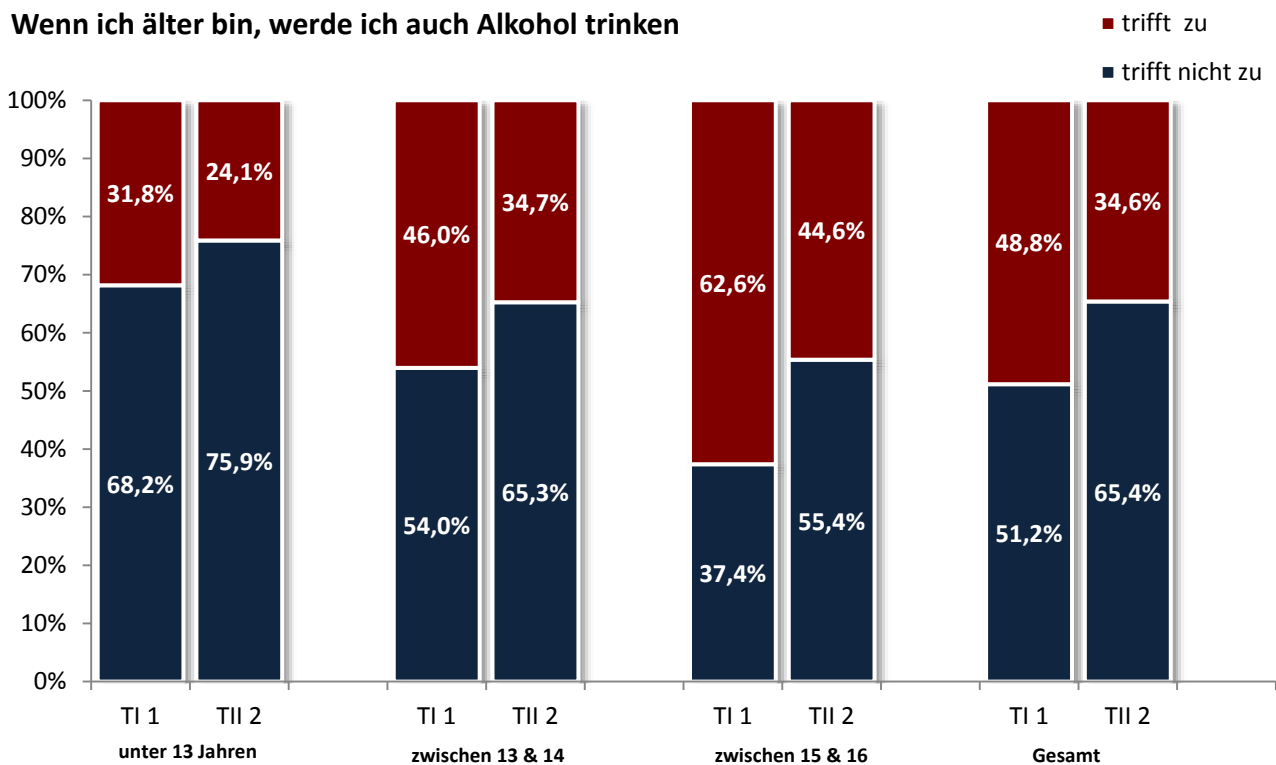


Abbildung 47: Berichtete Absicht der Spieler, später auch Alkohol zu trinken vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop (April 2012).

Während am Anfang der Saison 2010/11 noch insgesamt 49% der Jugendlichen beabsichtigten Alkohol zu trinken, sind es zum Ende der Saison 2011/12 nur noch knapp 35%, also gut 14% weniger. Zugleich hat der Anteil derer, die nicht beabsichtigen Alkohol zu trinken, von 51% auf 65% um 14% zugenommen. Dies ist eine beachtliche präventive Wirkung im Hinblick auf die für späteren Alkoholkonsum sehr zentrale Absicht Alkohol zu trinken, die im Interventionsprojekt deutlich abgeschwächt werden konnte. Hervorzuheben ist auch, dass diese Abnahme der Absicht später Alkohol zu trinken, in allen Altersgruppen erreicht werden konnte. Für die unter 13-Jährigen fällt die Absicht zu trinken von 32 auf 24% (minus 8%), für die 13- und 14-Jährigen von 46% auf 35% (minus 11%) und für die 15- und 16-Jährigen von 63% auf 45% (minus 18%). Die präventiv angezielte Minderung bzw. Abschwächung der Absicht Alkohol zu trinken ist also mit zunehmendem Alter besser bzw. stärker gelungen. Die Abnahme des Anteils der Jugendlichen, die zu trinken beabsichtigen, ist in der mittleren Altersgruppe stärker als in der jüngsten Altersgruppe und in der höheren Altersgruppe wiederum stärker als in den beiden jüngeren Gruppen. Dies ist besonders wichtig, da spätestens am Ende des hier betrachteten Altersbereichs die gesetzliche Trinkerlaubnis (zunächst für Bier, später für andere Alkoholika) eintritt und somit in den höheren Altersgruppen die Absicht zu

trinken auch eine höhere Relevanz für das tatsächliche Trinkverhalten hat. Insgesamt zeigt sich hier eine sehr erfreuliche und bedeutsame Programmwirkung sowohl bei den jüngeren Altersgruppen als insbesondere auch bei den älteren Jugendlichen.

Es zeigt sich, dass dieser Effekt vor allem auf die Veränderungen bei denjenigen Spielern zurückgeht, die von hoch intrinsisch motivierten Trainern betreut werden: Die hoch intrinsisch motivierten Trainer erzielen insbesondere in der für den Alkoholeinstieg kritischen Altersgruppe der 15- bis 16-jährigen Jugendlichen deutlich bessere Resultate als die niedrig intrinsisch motivierten Trainer. Dies macht die Abbildung 48 deutlich. Die Abbildung 48 zeigt, dass in diesem kritischen Altersbereich der Anteil derjenigen Spieler, die beabsichtigen, Alkohol zu trinken, bei niedrig intrinsisch motivierten Trainern von 60 auf ca. 58% fällt, d.h. um nur 2% reduziert wird. Bei hoch intrinsisch motivierten Trainern hingegen wird dieser Anteil, der zu trinken beabsichtigt, von ursprünglich 63% auf fast 39% reduziert, was einen Rückgang von 24% bedeutet. Mit anderen Worten, bezüglich der Absicht Alkohol zu trinken, erzielen in der kritischen Altersgruppe der 15- und 16-jährigen hoch intrinsisch motivierte Trainer eine um ein Vielfaches höhere Präventionswirkung als niedrig intrinsisch motivierte Trainer.

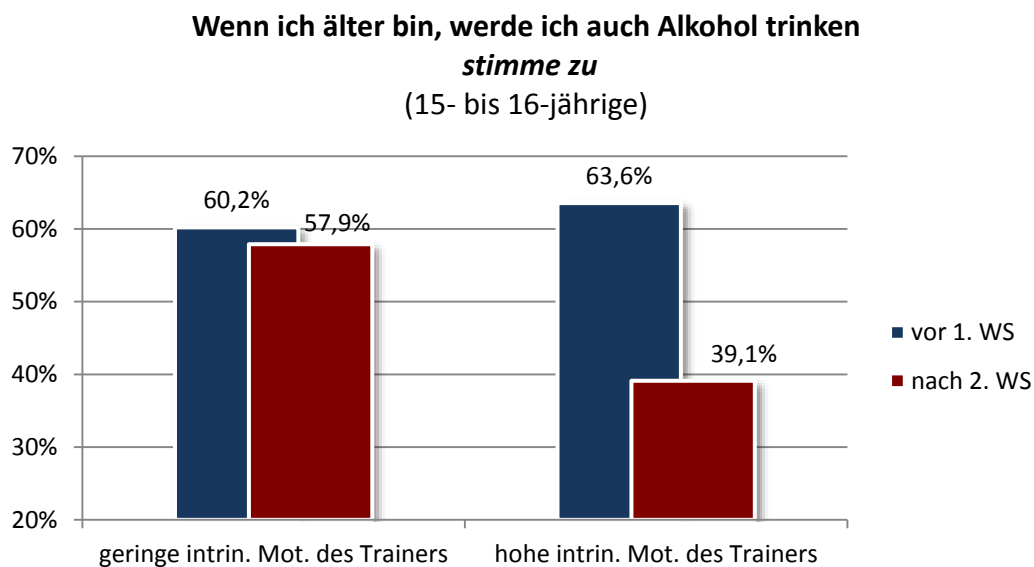


Abbildung 48: Entwicklung der berichteten Absicht der 15- bis 16-jährigen Spieler, später Alkohol zu konsumieren, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem zweiten Workshop (April 2012) für Spieler mit hoch intrinsisch motivierten Trainern und Spieler mit gering intrinsisch motivierten Trainern.

Insgesamt zeigen sich für die Jugendlichen von an der Prävention persönlich interessierten und intrinsisch motivierten Trainern positive Präventionswirkungen im Hinblick auf die Eindämmung psychosomatischer Beschwerden und damit die Aufrechterhaltung des Wohlbefindens, die Reduzierung positiver Erwartungen an den Alkoholkonsum und die Selbstwirksamkeit einem Gruppendruck Alkohol zu trinken widerstehen zu können. Darüber hinaus konnte erreicht werden, dass die Absicht Alkohol zu konsumieren über den Zeitraum des zweiten Projektjahres in allen Altersgruppen abgenommen hat bzw. schwächer geworden ist.

Das dritte Projektjahr – Saison 2012/2013

Im Juli 2012 begann mit der Fußballsaison 2012/2013 das dritte Projektjahr von TrainerPlus. Dieses startete mit der dritten Schulungswelle, in deren Rahmen die Workshops von September bis November 2012 durchgeführt wurden, und endete mit der großen Evaluationsbefragung der Trainerinnen und Trainer sowie der jugendlichen Spieler Mitte des Jahres 2013. Die folgenden Ausführungen beziehen sich auf die Veränderungen innerhalb des dritten Projektjahres und schließen die vierte große Evaluationsbefragung der Trainerinnen und Trainer sowie die Befragungen der Jugendlichen zu Beginn und zum Ende der Saison ein.

Vierte Evaluationsbefragung der Trainerinnen und Trainer

An der vierten großen Trainerbefragung zum Ende der Fußballsaison 2012/2013 nahmen 197 Trainerinnen und Trainer teil, von denen 179 Personen den Fragebogen vollständig ausgefüllt haben. Damit lag die Teilnahme im Vergleich zur ersten Trainerbefragung im Sommer 2010 um rund 60% niedriger, im Vergleich zur zweiten Trainerbefragung um 55% und im Vergleich zur dritten Trainerbefragung um 25% niedriger, was für empirische Feldprojekte einen typischen Rückgang darstellt. Das durchschnittliche Alter der Trainerinnen und Trainer lag bei 43 Jahren mit einer Spannweite zwischen 20 und 71 Jahren. Die Dauer der Trainertätigkeit lag im Durchschnitt bei 21 Jahren mit einer Spannweite von 0 Jahren bis 57 Jahren. Diese Werte liegen etwas über den Werten der ersten beiden Befragungen, sind aber vergleichbar mit den Werten der dritten Befragung und durch die Fluktuation der teilnehmenden Trainer zur dritten Befragung zu erklären.

Ebenfalls vergleichbar ist der sehr hohe Anteil der ehrenamtlich tätigen Trainer (93%) im Vergleich zu Trainern mit Teilzeit- bzw. Vollzeitstelle. Der Anteil der Trainer, die mindestens eine Jugendmannschaft trainieren, stieg im Vergleich zur dritten Befragung um 33% an, so dass die Stichprobe diesbezüglich mit denen der ersten beiden Befragungen vergleichbar ist. So trainierten 111 Trainer (63%) Jugendmannschaften im Zielgruppenalter des Präventionsprojektes, während 67 Trainer (37%) keine Jugendmannschaften trainierten. Die Zeit, die die Trainer persönlich für Training und Jugendarbeit pro Woche im Verein investierten, lag durchschnittlich bei 8,5 Stunden mit einer Spannweite von 0-50 Wochenstunden. Dies ist in etwa vergleichbar mit den ersten drei Befragungen. Die hervorsteckende Besonderheit dieser Stichprobe im Vergleich zu den Stichproben der vorangegangenen Befragungen liegt darin, dass trotz höherer Trainertätigkeitsdauer bei gleichbleibendem Altersdurchschnitt (vergleichbar mit dritter Befragung) der Anteil der Jugendtrainer vergleichbar hoch ist wie in den ersten beiden Befragungen. Somit liegt in dieser vierten Befragung eine günstige Kombination von hoher Trainingserfahrung und Zielgruppenpassung vor. Zusammenfassend kann man festhalten, dass die Stichprobe der vierten Befragung mit den Trainergruppen, die an den ersten drei Befragungen teilgenommen haben, vergleichbar ist.

In der folgenden Untersuchung des dritten Projektjahres werden den Analysen die Daten der Trainer zugrunde gelegt, die zu beiden Messzeitpunkten (vor und nach dem dritten Projektjahr) den Fragebogen vollständig ausfüllten.

Veränderungen während des dritten Projektjahres

Vergleich der dritten Evaluationsbefragung der Trainer (T III 1, Beginn Saison 2012/13 im September 2012) und der vierten Evaluationsbefragung (T III 2, Ende der Saison 2012/13 im Mai/Juni 2013)

Im Hinblick auf die zu analysierenden Veränderungen der Trainereinschätzungen von der dritten (T III 1) zur vierten (T III 2) Teilbefragung ist zunächst wiederum festzustellen, dass sich die Anzahl der teilnehmenden Trainer mit kompletten Daten über die Erhebungszeitpunkte aufgrund unregelmäßiger, stark fluktuierender und insgesamt abnehmender Beteiligung an den Befragungen erneut reduziert hat. Dies betrifft insbesondere die Trainergruppe mit geringer intrinsischer Motivation, für die zu den beiden Evaluationsbefragungszeitpunkten nur noch 19 Teilnehmer mit kompletten Daten verfügbar sind, während die Trainergruppe mit hoher intrinsischer Motivation mit 41 Teilnehmern relativ stabil bleibt. Im Folgenden wird für das letzte Projektjahr wiederum der Frage nachgegangen, inwieweit die hoch intrinsisch motivierten Trainer den Präventionsempfehlungen eher folgen und positivere Präventionseffekte erzielen als die wenig intrinsisch motivierten Trainer. Die Unterscheidung dieser beiden Trainergruppen und die zu evaluierenden Präventionskriterien sind in dem Kapitel zu den Veränderungen in den ersten beiden Projektjahren näher aufgeführt (S. 58 f.). Analog werden hier Veränderungen für das dritte Projektjahr gegliedert nach folgenden Präventionsbereichen beschrieben:

- Kommunikation mit Jugendlichen über alkoholbezogene Themen
- Förderung des Klassenklimas
- Trainerkompetenzen: Motivierung und Förderung des Teamgeistes
- Präventives Führungsverhalten des Trainers

Kommunikation mit Jugendlichen über alkoholbezogene Themen

In den Workshops wurde anhand von Gesprächen in Rollenspielen erprobt, wie Trainer schwierige Themen wie Alkoholkonsum überhaupt ansprechen können und das dafür notwendige Vertrauensverhältnis aufbauen. Die folgende Abbildung 49 zeigt, dass sich das Ausmaß der Kommunikation über alkoholbezogene Themen (z.B. „Ich rede mit meiner Mannschaft über Alkohol“ oder „Jugendliche kommen mit Fragen zum Alkohol zu mir“) auch im dritten Projektjahr im bedeutsamen Maße unterschiedlich verändert. Während die niedrig intrinsisch motivierten Trainer das Ausmaß einer alkoholbezogenen Kommunikation über die Zeit tendenziell eher verringern, findet sich in der Gruppe der hoch intrinsisch motivierten Trainer eine durch die Prävention beabsichtigte weitere Steigerung der Kommunikationsrate

über alkoholbezogene Themen. Wie in den ersten beiden Projektjahren ergibt sich auch für das dritte Projektjahr, dass nur die hoch intrinsisch motivierten Trainer den Präventionsempfehlungen folgen und zunehmend mehr über alkoholbezogene Themen mit ihren Mannschaften reden, während die weniger intrinsisch motivierten Trainer dieses Thema kaum bzw. seltener aufgreifen.

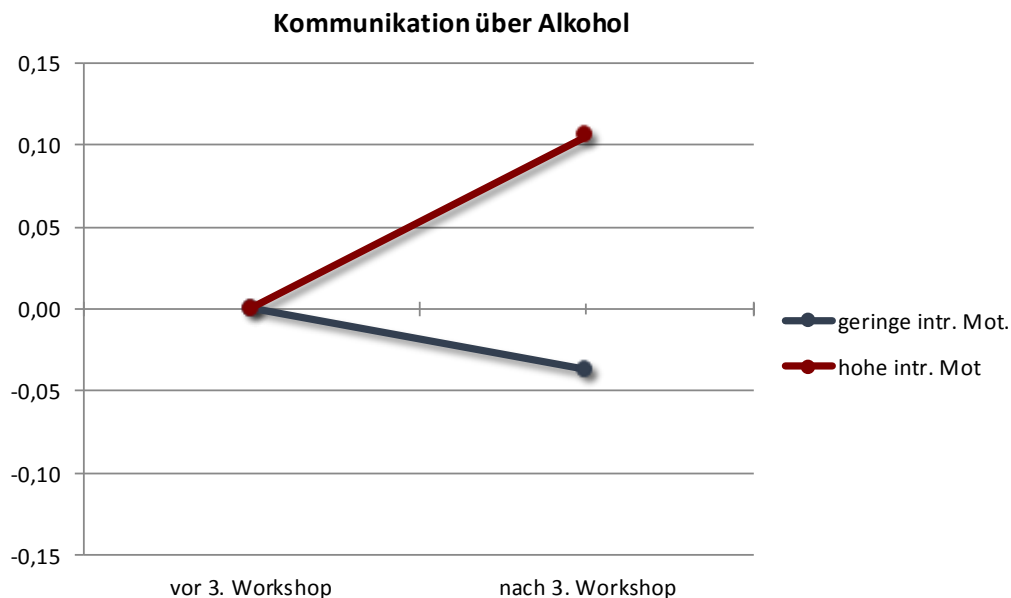


Abbildung 49: Entwicklung der Kommunikation über das Thema Alkohol, die die Trainer berichten, vor dem dritten Workshop (August 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Im nächsten Abschnitt geht es um Maßnahmen zur Förderung des Trainingsklimas im Hinblick auf die Offenheit des Trainers für Probleme der Jugendlichen (Fürsorglichkeit, soziale Unterstützung), die Beziehung zwischen Trainern und Mannschaft sowie der Mannschaftsmitglieder untereinander.

Förderung des Trainingsklimas

Das soziale Klima im Training wird zunächst stark davon beeinflusst, inwieweit der Trainer ein offenes Ohr für Probleme der Jugendlichen hat und auf diese eingehen kann, was durch Skalen zur Fürsorglichkeit und der Beziehung zwischen Trainer und Mannschaft erhoben werden kann. Bezüglich beider Kriterien hatten wir für hoch intrinsisch motivierte Trainer während der ersten beiden Projektjahre deutlich positivere Entwicklungen festgestellt als für wenig intrinsisch motivierte Trainer. Erstere zeigten eher Zunahmen der *Fürsorglichkeit* (z.B. „Wenn ein Jugendlicher ein persönliches Anliegen hat, gehe ich auch während des Trainings darauf ein“) sowie der Qualität der *Beziehung zwischen Trainer und Mannschaft* (z.B. „Ich kann meine Spieler gut ansprechen“ oder „Ich habe einen hervorragenden Draht zu meinen Spielern“) im Vergleich zu der wenig intrinsisch motivierten Trainergruppe. Diese Unterschiede bleiben während des dritten Projektjahres erhalten, differenzieren sich aber nicht weiter aus. Weiterhin sind hoch intrinsisch motivierte Trainer für Probleme der Jugendlichen deutlich offener und

haben eine bessere Beziehung zu ihren Spielern als wenig intrinsisch motivierte Trainer. Dies hat Konsequenzen für die Vertrauensstellung des Trainers als Vorbild und Ansprechpartner und kann sich auf das soziale Klima innerhalb der Mannschaft bzw. die Hilfsbereitschaft der Teammitglieder untereinander auswirken.

Vergleichbare Befunde zeigen sich für die vom Trainer wahrgenommene *Teamatmosphäre* (*Hilfsbereitschaft innerhalb der Mannschaft*, z.B. „Wenn in meiner Mannschaft jemand Schwierigkeiten hat, helfen ihm die anderen Jugendlichen“ oder „Wenn ein Spieler mal schlechte Leistungen gebracht hat, finden sich meistens Teamkollegen, die ihn trösten“). Die erzielten positiven Entwicklungen der hoch intrinsisch motivierten Trainergruppe im Vergleich zu der wenig intrinsisch motivierten Trainergruppe setzen sich im dritten Projektjahr tendenziell weiter fort. Hoch intrinsisch motivierte Trainer erleben auch im dritten Projektjahr tendenziell eine weitere Verbesserung der Teamatmosphäre bzw. der Hilfsbereitschaft innerhalb der Mannschaft (siehe Abbildung 50).

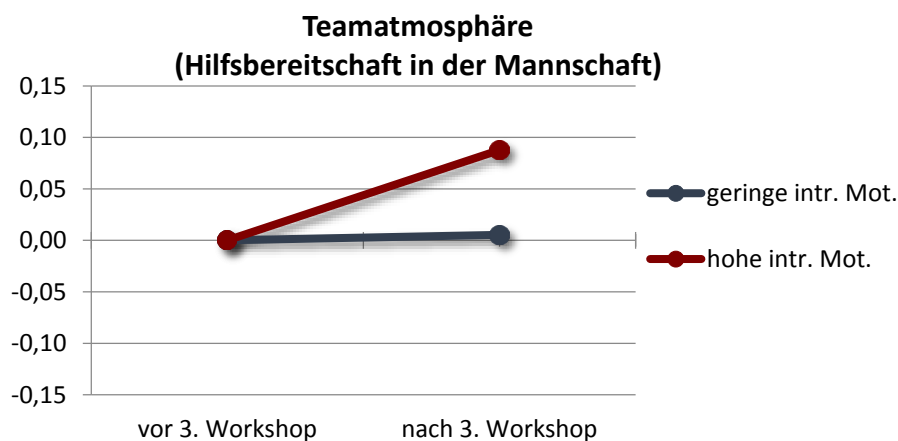


Abbildung 50: Entwicklung der von den Trainern wahrgenommenen Teamatmosphäre (Hilfsbereitschaft unter den Spielern) vor dem dritten Workshop (August 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Diese Befunde machen deutlich, dass sich die günstigere Entwicklung des sozialen Klimas bei hoch intrinsisch motivierten Trainern stabilisiert hat, so dass auch im dritten Projektjahr diese Trainergruppe wahrscheinlich den diesbezüglichen Präventionsempfehlungen weiterhin eher folgt und das Klima besser fördert als die Gruppe der wenig intrinsisch motivierten Trainer.

Trainerkompetenzen: Motivierung und Förderung des Teamgeistes

Auf Seiten der von den Trainern erlebten Kompetenz bzw. *Selbstwirksamkeit*, Spieler *motivieren zu können* („Auch nach Niederlagen kann ich Jugendliche gut motivieren nicht aufzugeben, sondern weiterzumachen“ oder „Auch wenn ein Jugendlicher nicht der beste Fußballer ist, gelingt es mir dennoch, ihm Selbstvertrauen zu geben und Mut zu machen“) zeigte sich während der ersten beiden Projektjahre, dass diese Kompetenzen bei intrinsisch motivierten Trainern leicht zunahmen, während sie bei wenig intrinsisch motivierten Trainern

deutlich abnehmen. Dieser Trend setzt sich auch im dritten Projektjahr tendenziell fort, wie aus Abbildung 51 zu ersehen ist.

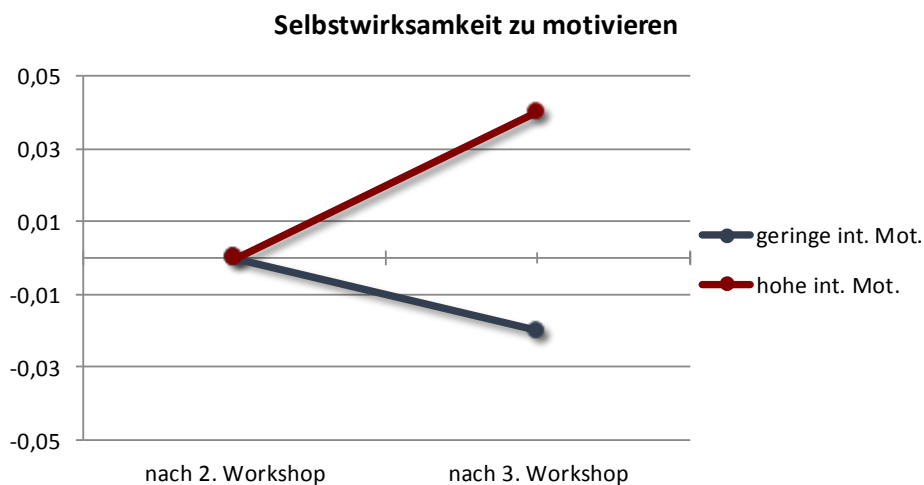


Abbildung 51: Entwicklung der berichteten Selbstwirksamkeit der Trainer ihre Spieler motivieren zu können vor dem dritten Workshop (April 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Ähnliche und statistisch noch stärkere Befunde zeigen sich im Hinblick auf die Einschätzungen zur *kollektiven Selbstwirksamkeit*, d.h. der erlebten Kompetenz zur Förderung des Teamgeistes innerhalb der gesamten Mannschaft (z.B. „Ich habe Vertrauen, dass meine Spieler und ich es schaffen, unsere Ziele zu erreichen, auch wenn Schwierigkeiten auftauchen“ oder „Mein Team und ich können auch Niederlagen überwinden, da wir uns gegenseitig unterstützen“). Die bereits während der ersten beiden Projektjahre beobachteten differentiellen Veränderungen der beiden Trainergruppen setzen sich im dritten Projektjahr weiter fort (siehe Abbildung 52). Während sich bei wenig intrinsisch motivierten Trainern die kollektive Stärke der Mannschaft als eher stabil bzw. leicht und tendenziell abnehmend erweist, zeigt sich bei hoch intrinsisch motivierten Trainern weiterhin ein deutlicher Anstieg.

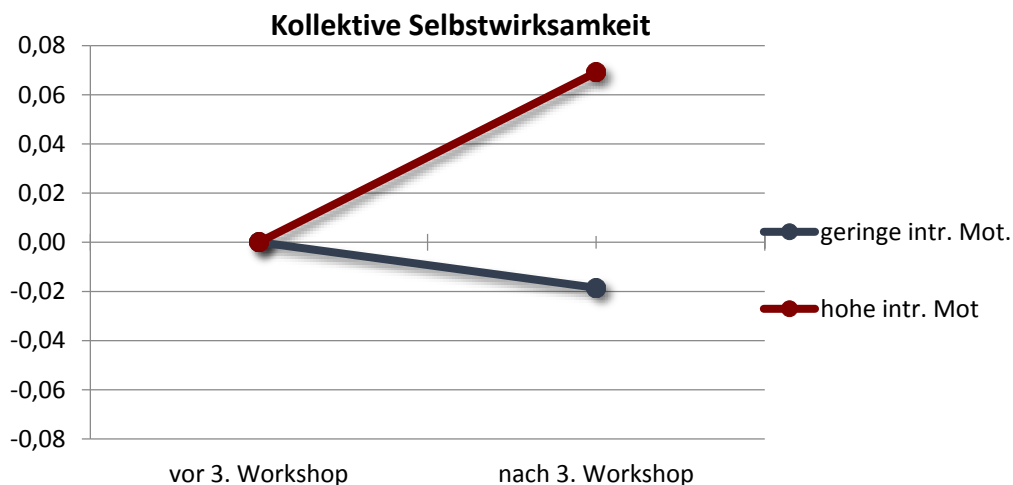


Abbildung 52: Entwicklung der kollektiven Selbstwirksamkeit, die die Trainer berichten, vor dem dritten Workshop (August 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Beide Ergebnisse deuten darauf hin, dass hoch intrinsisch motivierte Trainer auch im Laufe des letzten Projektjahres ihre Kompetenzen zur Motivierung und Förderung des Teamgeistes weiterentwickeln und stärken, während dies wenig intrinsisch motivierte Trainer eher nicht tun. Das Erleben von Selbstwirksamkeit basiert wesentlich auf erfolgreichen Verhaltensstrategien. Somit liegt auf der Hand, dass bei hoch intrinsisch motivierten Trainern die Kompetenzstärkung durch erfolgreiche Umsetzung präventiver Handlungsempfehlungen weiterhin unterstützt wird. Gering intrinsisch motivierte Trainer profitieren davon nicht, da sie an der Umsetzung der Prävention kaum bzw. nur wenig interessiert sind und somit auch keine Erfolgserfahrungen machen. Wenn für die unterschiedlich erlebten Trainerkompetenzen erfolgreiches präventives Führungsverhalten bedeutsam ist, sollten diesbezüglich vergleichbare Unterschiede zwischen den beiden Trainergruppen festzustellen sein.

Wie in den beiden ersten Projektjahren werden im Folgenden auch für das dritte Projektjahr wesentliche präventive Verhaltensweisen, die den Trainern empfohlen wurden, (aufgabenorientiertes Training, positives Feedback, fachliche Unterweisung, soziale Unterstützung, demokratisches Verhalten) bezüglich ihrer weiteren Entwicklung näher betrachtet.

Präventives Führungsverhalten der Trainer

Zu den im Projekt empfohlenen präventiven Verhaltensweisen zählt zunächst eine aufgabenorientierte Trainingsgestaltung unter Einsatz positiven Feedbacks. Während der ersten beiden Projektjahre zeigte sich im Hinblick auf den Einsatz von *positivem Feedback* (z.B. „Ich zeige deutlich, dass ich mich freue, wenn ein Spieler eine gute Leistung bringt“), dass hoch intrinsisch motivierte Trainer es auf stabilem Niveau konstant nutzten, während wenig intrinsisch motivierte Trainer positives Feedback im Laufe des Beobachtungszeitraumes deutlich reduzierten. Die damit etablierten Unterschiede im Feedbackverhalten der beiden Trainergruppen verändern sich während des dritten Projektjahres nicht weiter, sondern bleiben erhalten.

Präventives Führungsverhalten im Hinblick auf ein *aufgabenorientiertes Training* hat zum Ziel, persönliche Entwicklungen einzelner Spieler stärker ins Auge zu fassen und nicht nur den Wettbewerb zwischen eher guten und eher schlechten Spielern zu fokussieren. Im Hinblick auf die Aufgabenorientierung (z.B. „In meiner Mannschaft liegt der Schwerpunkt darauf, dass sich die Jugendlichen persönlich verbessern“ oder „In meiner Mannschaft fühlt jeder Sportler, dass er eine wichtige Rolle in der Trainingsgruppe spielt“) wurde während der ersten beiden Projektjahre berichtet, dass hoch intrinsisch motivierte Trainer über die Zeit tendenziell zunehmend aufgabenorientiert arbeiteten, während gering intrinsisch motivierte Trainer diesbezüglich keine positiven Entwicklungen zeigten. Dieser Trend setzt sich auch im letzten Projektjahr weiter fort, wie aus der Abbildung 53 ersichtlich ist.

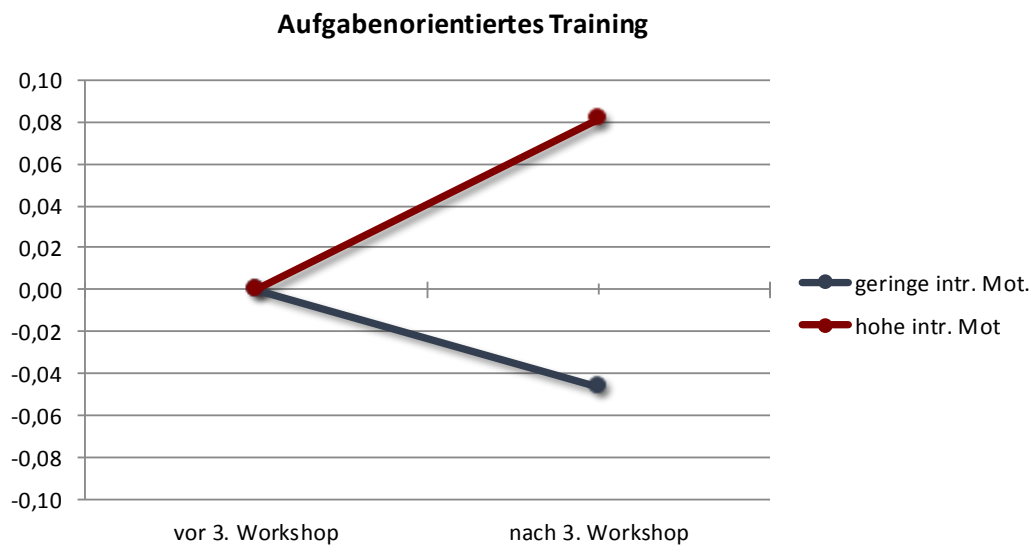


Abbildung 53: Entwicklung der Aufgabenorientierung bei der Gestaltung des Trainings vor dem dritten Workshop (August 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Bei wenig intrinsisch motivierten Trainern nimmt die Aufgabenorientierung im Trainingsklima tendenziell weiter ab, während sie bei hoch intrinsisch motivierten Trainern deutlich zunimmt.

Schließlich ging es bei den förderlichen, präventiven Verhaltensweisen des Trainers um eine ausgewogene Mischung zwischen dem Ausmaß fachlicher Unterweisung, das bestimmten Regeln folgen muss, dem Zulassen von Mitbestimmung durch die Spieler, was durch das Ausmaß demokratischen Verhaltens des Trainers erfasst werden kann, und die vom Trainer angebotene soziale Unterstützung innerhalb der Mannschaft.

Bezüglich der *fachlichen Unterweisung* (z.B. „Ich stelle sicher, dass jeder seine Rolle in der Trainingsgruppe versteht“ oder „Ich achte darauf, dass das gesamte Training in geordneten Bahnen verläuft“) ergab sich in den ersten beiden Projektjahren eine Tendenz, dass bei hoch intrinsisch motivierten Trainern die fachliche Unterweisung über die Zeit leicht zunahm, während diese bei wenig intrinsisch motivierten Trainern leicht abnahm. Diese unterschiedliche Entwicklung setzt sich noch etwas deutlicher im dritten Projektjahr fort, wie in Abbildung 54 zu sehen ist.

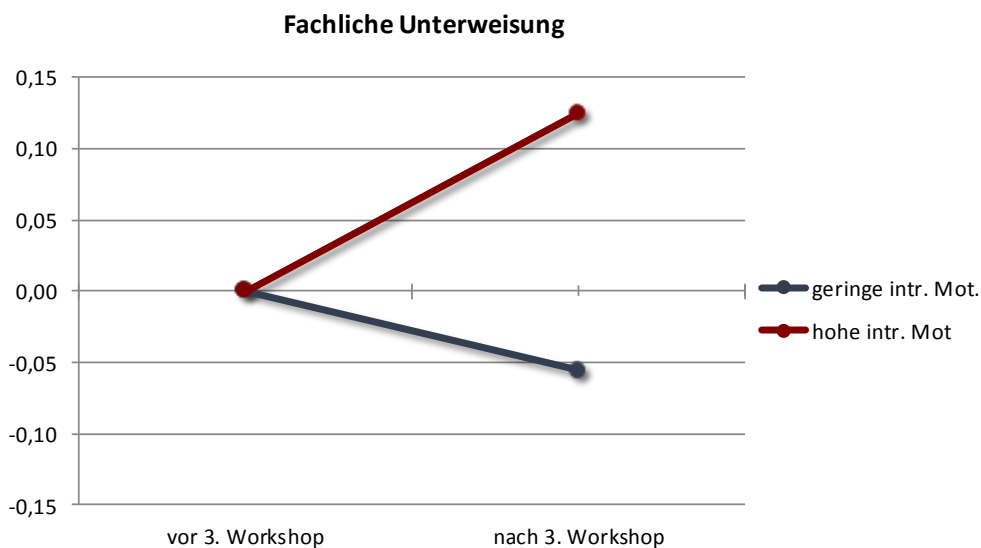


Abbildung 54: Entwicklung der vom Trainer berichteten fachlichen Unterweisung im Training vor dem dritten Workshop (August 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Während das Ausmaß der fachlichen Unterweisung bei wenig intrinsisch motivierten Trainern leicht abnimmt, steigt es bei hoch intrinsisch motivierten Trainern in bedeutsamer Weise an.

Während der ersten beiden Projektjahre hatten sich in den beiden Motivationsgruppen auch unterschiedliche Entwicklungen bezüglich *demokratischen Trainerverhaltens* (z.B. „Ich ermutige meine Sportler Vorschläge zum Training zu machen“ oder „Ich lasse meine Spieler an wichtigen Entscheidungen teilhaben“) sowie der vom Trainer angebotenen *sozialen Unterstützung* für seine Spieler (z.B. „Ich setze mich persönlich für meine Sportler ein“ oder „Ich helfe meinen Spielern, ihren persönlichen Standpunkt bzw. ihre eigene Meinung zu festigen“) gezeigt. Hoch intrinsisch motivierte Trainer zeigen diesbezüglich günstigere Entwicklungen als niedrig intrinsisch motivierte Trainer. Diese motivationsbedingten Unterschiede zwischen den Trainern im demokratischen Führungsstil und in der angebotenen sozialen Unterstützung bleiben während des dritten Projektjahres erhalten, differenzieren sich aber nicht weiter aus.

Zusammenfassend lässt sich im Hinblick auf die Veränderungen in den Einschätzungen der Trainer feststellen, dass auch im dritten Projektjahr die Programmziele der Prävention bei den hoch intrinsisch motivierten Trainern deutlich besser erreicht werden als bei den wenig intrinsisch motivierten Trainern. Letztere Gruppe zeigt bezüglich aller Kriterien (Kommunikation, Trainingsklima, Trainerkompetenzen und Führungsverhalten) eher weiterhin ungünstige Ausprägungen bzw. ungünstige Veränderungen, während sich bei den hoch intrinsisch motivierten Trainern von der Prävention angezielte Veränderungen im positiven Sinne stabilisieren bzw. noch weiterentwickeln. Die hoch intrinsisch motivierte Gruppe hat sowohl im Hinblick auf die Kommunikation mit Jugendlichen über Alkohol, die Offenheit für Probleme und Schwierigkeiten sowie das soziale Klima mehr investiert als auch ihre Kompetenzen zur Motivierung und Förderung des Teamgeistes sowie ihrer Verhaltensweisen bezüglich Aufgabenorientierung, positivem Feedback, fachlicher Unterweisung,

demokratischem Verhalten und sozialer Unterstützung besser entwickelt als die gering intrinsisch motivierte Gruppe. Insgesamt kann man sagen, dass bei hoch intrinsisch motivierten Trainern auch im dritten Projektjahr weiterhin gute und positive Wirkungen erzielt worden sind, nicht hingegen bei wenig intrinsisch motivierten Trainern. Der Befund entspricht den durch die Evaluationsforschung unterstützten Erwartungen, dass Programmwirkungen nur eintreten können, wenn die Programmvermittler entsprechend interessiert und motiviert sind, die Programmempfehlungen auch in die Praxis umzusetzen. Für weitere Präventionsprojekte im Jugendfußball wäre deswegen insbesondere darauf zu achten, möglichst motivierte Teilnehmer zu gewinnen, um Projektbemühungen nicht ins Leere laufen zu lassen, sondern auch insgesamt gut umsetzen zu können.

Im Folgenden wenden wir uns wieder stärker den Einschätzungen der jugendlichen Spieler selbst zu. Auch in der Saison 2012/13 wurden die Jugendlichen befragt.

Befragung der Jugendlichen

Wie schon in den Saisons 2010/11 und 2011/12 fanden in der Saison 2012/13 Befragungen der Jugendlichen statt. Dabei ging es um Einflussfaktoren für den Alkoholkonsum wie Wohlbefinden, alkoholbezogene Einstellungen und Absichten sowie persönliche Kompetenzeinschätzungen. Aufgrund ständiger altersabhängiger Wechsel von Jugendlichen in andere Mannschaften bzw. Altersklassen, der Reduktion von teilnehmenden Trainern, einem relativ hohen Anteil von wenig intrinsisch motivierten Trainern und fehlender direkter Kontakte mit den Spielern liegen für das dritte Projektjahr vollständige Fragebögen von insgesamt 110 Jugendlichen der Interventionsgruppe vor. Demgemäß sind die im Folgenden berichteten Befunde entsprechend vorsichtig zu interpretieren und erhalten ihre Bedeutung insbesondere dadurch, dass sich konsistent systematische Tendenzen aufzeigen lassen.

Wie schon für die ersten beiden Projektjahre wird im Folgenden analog zur Darstellung der Veränderungen im Bereich der Trainer so vorgegangen, dass Spieler von hoch intrinsisch motivierten Trainern verglichen werden mit Spielern von gering intrinsisch motivierten Trainern. Da hoch intrinsisch motivierte Trainer die Präventionsempfehlungen gut und zielstrebig umgesetzt haben, sollten diese bezüglich der Präventionskriterien bei den Spielern günstigere Entwicklungen aufzeigen als Trainer mit geringer Motivation, die die Präventionsempfehlungen kaum bzw. weniger umgesetzt haben. Dabei haben wir uns hinsichtlich der Präventionskriterien auf folgende Schwerpunkte konzentriert:

- Positive Erwartungen an Alkoholkonsum (alkoholbezogene Einstellungen)
- Trinknormen der Trainer (alkoholbezogene Einstellungen)
- Widerstandsfähigkeit gegenüber Gruppendruck zu trinken (Selbstwirksamkeit)
- Absicht Alkohol zu konsumieren (alkoholbezogene Intentionen)

Positive Erwartungen an Alkoholkonsum

Eine wesentliche Anregung des Präventionsprojektes an die Trainer war, mit den Jugendlichen über Alkohol ins Gespräch zu kommen und dabei insbesondere die Konsequenzen des Alkoholkonsums zu diskutieren und angesichts der möglichen negativen Folgen die *positiven Erwartungen an Alkoholkonsum* (z.B. „Wenn ich Alkohol trinke, werde ich von meinen Freunden akzeptiert“ oder „Wenn ich Alkohol trinke, werde ich lustig und habe Spaß“) zu relativieren. Jugendliche, die noch keinen Alkohol trinken dürfen und wenige Erfahrungen mit Alkoholkonsum haben, hegen zunehmend positive Erwartungen, insbesondere wenn die Altersgrenze, ab der Alkoholgenuss erlaubt ist, näher rückt. Angesichts dieser zu erwartenden Zunahme positiver Alkoholkonsumerwartungen konnte im Verlaufe der ersten beiden Projektjahre festgestellt werden, dass sich tendenzielle Unterschiede in den zu beobachtenden Veränderungen in Abhängigkeit von der Motivation der Trainer ergaben. Bei den Jugendlichen von Trainern mit geringer intrinsischer Motivation schienen die positiven Konsumerwartungen stärker anzusteigen als bei Jugendlichen von hoch intrinsisch motivierten Trainern. Die Abbildung 55 macht deutlich, dass sich diese Tendenz im dritten Projektjahr statistisch bedeutsam stärker herausdifferenziert. Da hoch intrinsisch motivierte Trainer eher mit Jugendlichen über Alkohol ins Gespräch kommen, erreichen sie auch bessere Präventionswirkungen als wenig intrinsisch motivierte Trainer, die zu diesem Thema kaum kommunizieren bzw. nicht mit den Jugendlichen ins Gespräch darüber kommen. Dieser Befund wird ergänzt dadurch, dass die Jugendlichen von unterschiedlich motivierten Trainern auch seitens dieser Trainer verschiedene Trinknormen erleben.

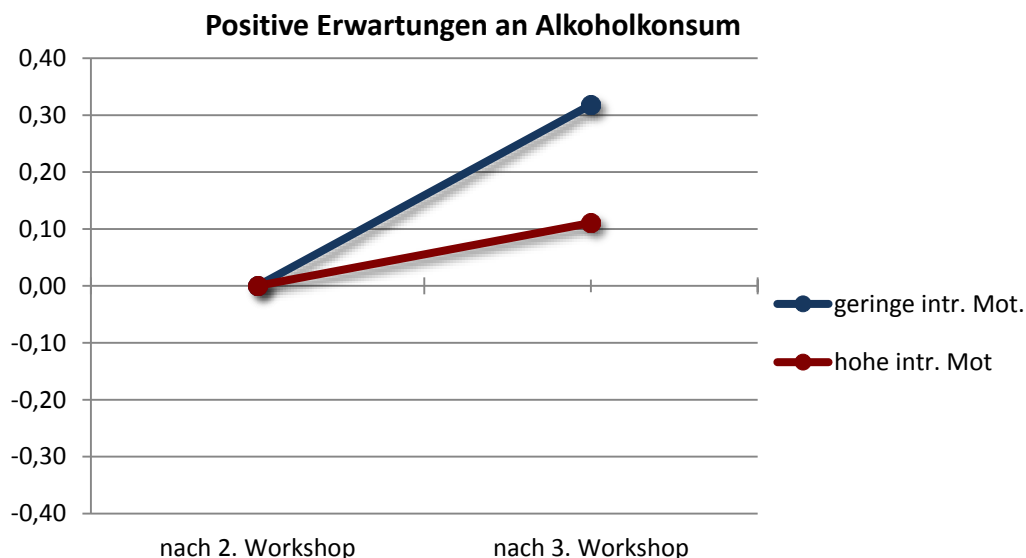


Abbildung 55: Entwicklung der berichteten positiven Erwartungen der Spieler an den Alkoholkonsum, nach dem zweiten Workshop (April 2012) und nach dem dritten Workshop (August 2013).

Trinknormen der Trainer

Ein wesentlicher Präventionsinhalt des TrainerPlus-Programms war, in den Gesprächen mit den Jugendlichen darauf hinzuweisen, dass Alkohol im Sport und insbesondere im Jugendfußball seitens der Trainer nicht gewünscht bzw. nicht toleriert ist. Bezüglich der erlebten *Trinknormen der Trainer* (z.B. „Mein Trainer meint, ich sollte keinen Alkohol trinken“) zeigt die Abbildung 56, dass Jugendliche von wenig intrinsisch motivierten Trainern erleben, dass sich die gesetzte Norm des Trainers keinen Alkohol zu trinken im Laufe der Saison abschwächt, während sie bei hoch intrinsisch motivierten Trainern stabil bleibt. Dieser signifikante Unterschied macht deutlich, wie der Trainer als Vorbild Normen setzen kann, die sich möglicherweise auf die Einschätzungen und Einstellungen der Spieler auswirken. Bei den Jugendlichen wenig intrinsisch motivierter Trainer können solche Normvorstellungen dann eher ungünstige, bei denen hoch intrinsisch motivierter Trainer entsprechend günstige Effekte hervorrufen.

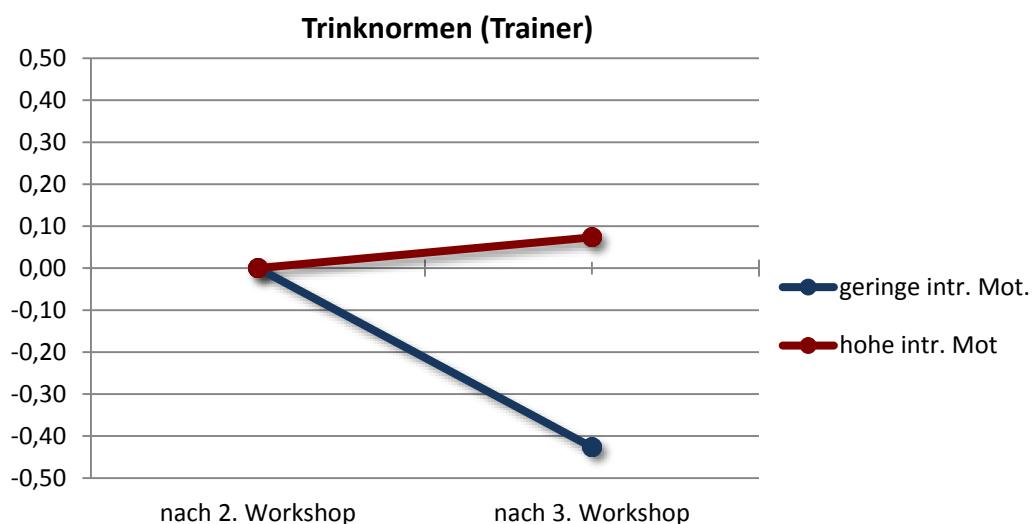


Abbildung 56: Entwicklung der von Spielern berichteten Trinknormen der Trainer, nach dem zweiten Workshop (April 2012) und nach dem dritten Workshop (August 2013).

Selbstwirksamkeit bzw. Widerstandsfähigkeit gegenüber Gruppendruck Alkohol zu trinken

Ein weiterer und besonders zentraler Bestandteil der Prävention bestand darin, Jugendlichen altersgerechte und ernstzunehmende Argumente zu vermitteln, mit denen sie sich angesichts des Gruppendrucks, unter Gleichaltrigen mitzutrinken, wehren können und nicht trinken müssen, ohne dabei ausgeschlossen oder nicht akzeptiert zu werden. Dies ist bedeutsam, da der Gruppendruck Gleichaltriger für den Einstieg in den Alkoholkonsum oft die entscheidende soziale Einflussgröße ist. Wichtiger Indikator dafür, ob dies gelungen ist, ist die erlebte Kompetenz der Jugendlichen, angesichts solcher Situationen entsprechende Argumente parat zu haben und auch wirkungsvoll einsetzen zu können. Diese Selbstwirksamkeit bzw. Widerstandsfähigkeit sinkt normalerweise im hier beobachteten Altersbereich ab, da mit zunehmendem Alter der Gruppendruck und die Aufforderungen Alkohol zu trinken größer bzw. intensiver werden. Während der ersten beiden Projektjahre zeigten die entsprechenden

Veränderungen bei den Spielern eine für Jugendliche von wenig intrinsisch motivierten Trainern deutlich ungünstigere negative Entwicklung als bei Jugendlichen von hoch intrinsisch motivierten Trainern. Auch im dritten Projektjahr setzt sich diese Entwicklung in tendenzieller Weise fort (siehe Abbildung 57). Die Selbstwirksamkeit widerstehen zu können (z.B. „Auch wenn meine Freunde mich auffordern Alkohol zu trinken, kann ich nein sagen“ oder „Auch wenn ich mich unsicher oder nervös fühle, trinke ich keinen Alkohol“) nimmt in der Gruppe von Jugendlichen wenig intrinsisch motivierter Trainer tendenziell weiter ab, während sie bei Jugendlichen von hoch intrinsisch motivierten Trainern stabil bleibt. Damit gelingt es den hoch intrinsisch motivierten Trainern weiterhin besser, über einen längeren Zeitraum die Widerstandsfähigkeit aufrechtzuerhalten als den eher wenig intrinsisch motivierten Trainern. Die hier vorliegenden Veränderungen zu Erwartungen an Alkoholkonsum, Trainernormen und Selbstwirksamkeit Gruppendruck widerstehen zu können, zeigen, dass auch im dritten Jahr hoch intrinsisch motivierte Trainer tendenziell sowie signifikant bessere Präventionswirkungen erzielen als wenig intrinsisch motivierte Trainer. Zugleich wird erneut deutlich, wie wichtig es ist, dass die Programmvermittler (Trainer) persönlich interessiert und motiviert zur Prävention sind, da sie nur dann versuchen, die Präventionsempfehlungen umzusetzen und folgerichtig auch entsprechende Wirkungen bei den Jugendlichen erzielen können. Wenig intrinsisch motivierte Trainer hingegen setzen die Handlungsempfehlungen im Training kaum oder weniger stark um, so dass positive Präventionseffekte bei den Jugendlichen nicht zu erreichen sind.

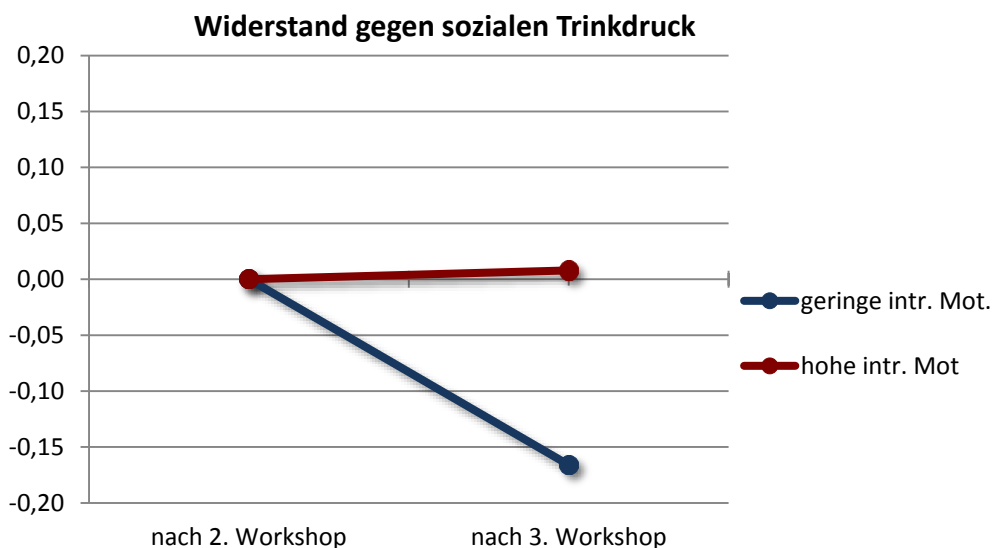


Abbildung 57: Entwicklung des Widerstands gegen sozialen Trinkdruck, die die Spieler berichten, nach dem zweiten Workshop (April 2012) und nach dem dritten Workshop (August 2013).

Absicht Alkohol zu konsumieren

Die Absicht Alkohol zu konsumieren ist eine wichtige Determinante für späteres Trinkverhalten. Während der ersten beiden Präventionsjahre war festgestellt worden, dass sich hier positive Präventionseffekte derart einstellen, dass in allen Altersgruppen der Anteil derjenigen Jugendlichen, die später einmal Alkohol konsumieren möchten, über den

Projektzeitraum um insgesamt 14% gesunken ist, bei der dem Alkoholeinstieg zeitlich nahen Altersgruppe der 15- bis 16-Jährigen sogar um 18%. Zum Ende der ersten beiden Projektjahre gaben knapp 35% der Jugendlichen an, später Alkohol trinken zu wollen, während ca. 65% angaben, dies später nicht tun zu wollen. Zum Ende des 3. Projektjahres verändern sich diese Anteile kaum, sondern bleiben relativ stabil. Zum Ende der Saison 2012/13 geben 66,2 % der Jugendlichen an später einmal keinen Alkohol trinken zu wollen, während 33,8 % beabsichtigen, dies tun zu wollen. Somit konnte langfristig eine beachtliche präventive Wirkung im Hinblick auf die für späteren Alkoholkonsum sehr zentrale Absicht Alkohol zu trinken erzielt werden. Die präventiv angezielte Minderung bzw. Abschwächung der Absicht Alkohol zu trinken gelingt mit zunehmendem Alter besser und wirkt insbesondere in der höheren Altersgruppe der 15- bis 16jährigen Jugendlichen. Dies ist besonders wichtig, da spätestens am Ende des hier betrachteten Altersbereiches die gesetzliche Trinkerlaubnis (zunächst für Bier, später für andere Alkoholika) eintritt und somit in den höheren Altersgruppen die Absicht Alkohol zu trinken auch eine höhere Relevanz für das tatsächliche Trinkverhalten hat. Insgesamt zeigt sich hier auch über das dritte Projektjahr eine stabile und erfreuliche Programmwirkung sowohl bei den jüngeren Altersgruppen als insbesondere auch bei den älteren Jugendlichen.

Im Hinblick auf mögliche Unterschiede zwischen Jugendlichen hoch intrinsisch motivierter und Jugendlichen wenig intrinsisch motivierter Trainer zeigte sich während der ersten beiden Projektjahre, dass die hoch intrinsisch motivierten Trainer insbesondere in der für den Alkoholeinstieg kritischen Altersgruppe der 15- bis 16jährigen Jugendlichen deutlich bessere Resultate erzielten als die wenig intrinsisch motivierten Trainer. Dieser Befund lässt sich auch während des 3. Projektjahres replizieren. Die Abbildung 58 zeigt, dass im 3. Projektjahr für diesen kritischen Altersbereich der Anteil derjenigen Spieler, die beabsichtigen, Alkohol zu trinken, bei hoch intrinsisch motivierten Trainern von 59% auf 23% sinkt, d.h. um 26% reduziert wird. Bei niedrig intrinsisch motivierten Trainern hingegen steigt dieser Anteil von Jugendlichen, die beabsichtigen, später Alkohol zu trinken, von 31% auf 43% um 12% an.

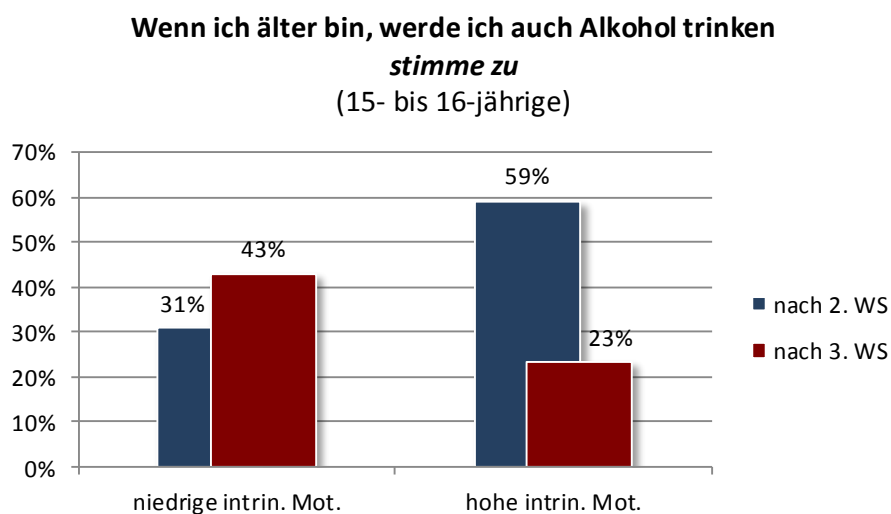


Abbildung 58: Entwicklung der berichteten Absicht der 15- bis 16-jährigen Spieler, später Alkohol zu konsumieren, nach dem zweiten Workshop (April 2012) und nach dem dritten Workshop (August 2013).

Insgesamt ergibt sich für die Entwicklung der Jugendlichen im 3. Projektjahr ein ähnliches Bild wie schon in den ersten beiden Projektjahren. Die Stichprobe ist zwar relativ klein und die Ergebnisse sind nicht durchgängig signifikant, aber konsistent in ihren übereinstimmenden Tendenzen zwischen den verschiedenen Beobachtungszeiträumen. Daraus lässt sich entnehmen, dass auch im 3. Projektjahr bei Jugendlichen von an der Prävention persönlich interessierten und intrinsisch motivierten Trainern positive Präventionswirkungen im Hinblick auf die Reduzierung positiver Erwartungen an den Alkoholkonsum, die Stärkung der Selbstwirksamkeit gegenüber Gruppendruck Alkohol zu trinken widerstehen zu können und die Verminderung der Absicht Alkohol zu konsumieren konstatiert werden können. Diese positiven Programmwirkungen zeigen sich sowohl während der ersten beiden Projektjahre als auch während des dritten Projektjahres. Eine Gesamtbetrachtung der Veränderungen über alle drei Projektjahre im Bereich der Jugendlichen ist nicht möglich, da wegen unterschiedlicher Fluktuationen (Mannschaftswechsel, Altersgruppenaufstieg, Trainerwechsel, Vereinswechsel, Teilnahmebereitschaft an Befragungen, etc.) für zu wenige Jugendliche komplette Daten über den gesamten Beobachtungszeitraum vorliegen. Dies war auch so erwartet worden, da solche Fluktuationen normal sind und nur dann aufgefangen werden könnten, wenn Jugendliche in einem großen Verein mit Angeboten in allen Altersgruppen und mehreren Trainern für den Jugendbereich über den gesamten Projektverlauf beobachtet werden könnten.

Für den Bereich der Trainer gibt es hingegen eine hinreichend große Gruppe mit kompletten Daten zur Beurteilung von Veränderungen von Beginn bis zum Ende des Projektes. Diese Veränderungen werden im folgenden Kapitel noch einmal eingehend und zusammenfassend dargestellt.

Der gesamte Projektverlauf – Entwicklungen bei den Trainerinnen und Trainern

Im Hinblick auf die erste Evaluationsbefragung und die letzte Evaluationsbefragung der Trainerinnen und Trainer liegen für 33 Trainer mit geringer intrinsischer Motivation sowie 59 Trainer mit hoher intrinsischer Motivation komplette Daten vor. Diese beiden Teilgruppen werden im Folgenden bezüglich der zentralen Präventionskriterien im Hinblick auf den Gesamtverlauf über das Projekt miteinander verglichen. Erwartet wird, dass über den dreijährigen Projektzeitraum hoch intrinsisch motivierte Trainer bessere Präventionswirkungen zeigen als niedrig intrinsisch motivierte Trainer. Dabei konzentrieren wir uns wiederum schwerpunktmäßig auf die folgenden Präventionskriterien:

- Kommunikation mit Jugendlichen über alkoholbezogene Themen
- Förderung des Trainingsklimas
- Trainerkompetenzen: Motivierung und Förderung des Teamgeistes
- Präventives Führungsverhalten der Trainer
- Einstellungen der Trainer zum Alkoholkonsum Jugendlicher

Kommunikation mit Jugendlichen über alkoholbezogene Themen

Im Rahmen der drei Workshops haben die Trainer jeweils anhand von Gesprächen in Rollenspielen erprobt, wie sie schwierige Themen wie Alkoholkonsum überhaupt bei ihren Jugendlichen ansprechen können und das dafür notwendige Vertrauensverhältnis aufbauen. Die Abbildung 59 zeigt, dass sich über den gesamten Projektzeitraum das Ausmaß der Kommunikation über alkoholbezogene Themen (z.B. „Ich rede mit meiner Mannschaft über Alkohol“ oder „Jugendliche kommen mit Fragen über Alkohol zu mir“) in statistisch bedeutsamem Maße unterschiedlich verändert.

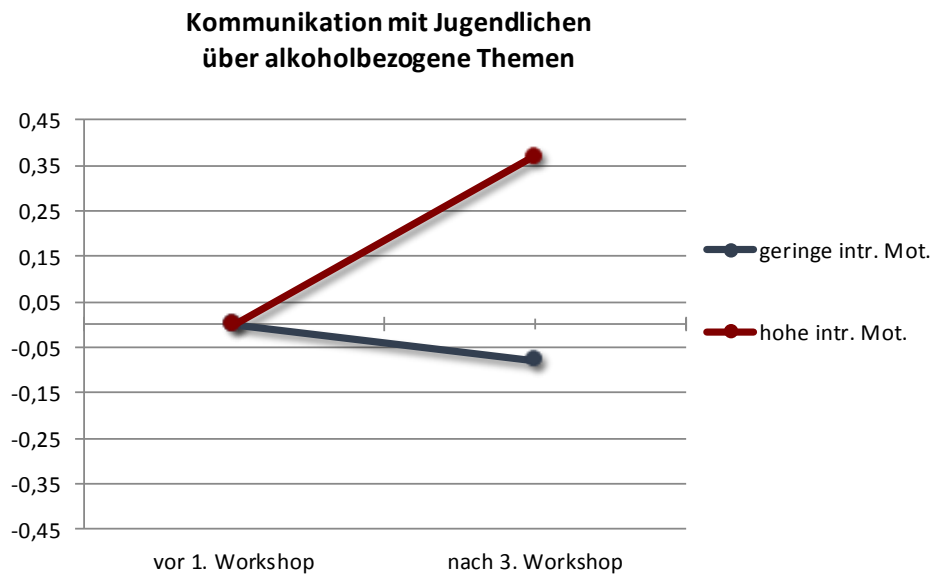


Abbildung 59: Entwicklung der berichteten Kommunikation mit der Mannschaft über das Thema Alkohol vor dem ersten Workshop (August 2010) und dem dritten Workshop (April 2013).

Während die niedrig intrinsisch motivierten Trainer das Ausmaß ihrer alkoholbezogenen Kommunikation über die Zeit eher verringern, findet sich in der Gruppe der hoch intrinsisch motivierten Trainer eine durch die Prävention beabsichtigte deutliche Steigerung der Kommunikationsrate über alkoholbezogene Themen. Dies zeigt, dass während des gesamten Projekts nur die hoch intrinsisch motivierten Trainer den Präventionsempfehlungen folgen und zunehmend mehr über alkoholbezogene Themen mit ihren Mannschaften reden, während die weniger intrinsisch motivierten Trainer dieses Thema eher meiden. Das Ergebnis verdeutlicht, dass die motivierten Trainerinnen und Trainer die in den Schulungen erprobten Gesprächstechniken auch im praktischen Trainingsalltag anwenden konnten. Sie suchen signifikant häufiger das Gespräch über Alkohol mit ihren Spielern, was eines der wesentlichen Ziele des TrainerPlus-Projektes war. Hier ergeben sich somit deutliche Präventionswirkungen in der beabsichtigten Richtung.

Förderung des Trainingsklimas

Das soziale Klima im Training wird ganz wesentlich von der Beziehung zwischen dem Trainer und seiner Mannschaft sowie der Beziehung der Mannschaftsmitglieder untereinander beeinflusst. Dies wird im Folgenden durch die beiden Klimavariablen der *Trainer-Mannschaft-Beziehung* und der *Teamatmosphäre (Hilfsbereitschaft in der Mannschaft)* operationalisiert.

Im Hinblick auf die *Beziehung zwischen Trainer und Mannschaft* (z.B. „Ich kann meine Spieler gut ansprechen“ oder „Ich habe einen hervorragenden Draht zu meinen Spielern“) zeigt sich für den gesamten Projektzeitraum, dass hoch intrinsisch motivierte Trainer eine zunehmende Qualität ihrer Beziehung zur Mannschaft erleben, während bei wenig intrinsisch motivierten Trainern diese Qualität der Trainer-Mannschaft-Beziehung über die Zeit deutlich abnimmt. Es

finden sich also signifikant unterschiedliche Entwicklungen über den gesamten Projektzeitraum, wie in Abbildung 60 erkennen ist.

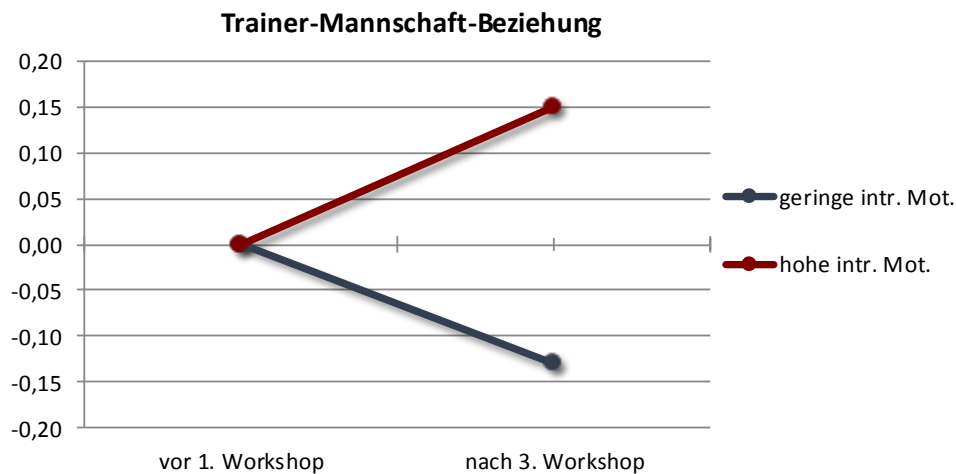


Abbildung 60: Entwicklung der berichteten Trainer-Mannschafts-Beziehung vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Bezüglich der *Atmosphäre innerhalb des Teams* bzw. der erlebten Hilfsbereitschaft untereinander (z.B. „Wenn ein Spieler mal schlechte Leistungen gebracht hat, finden sich meistens Teamkollegen, die ihn trösten“ oder „Wenn in meiner Mannschaft jemand Schwierigkeiten hat, helfen ihm die anderen Jugendlichen“) ergeben sich ähnliche Entwicklungen. Hoch intrinsisch motivierte Trainer berichten, dass die Qualität dieses sozialen Klimas innerhalb der Mannschaft sich über den gesamten Projektzeitraum deutlich verbessert, während niedrig intrinsisch motivierte Trainer diesbezüglich eher eine Verschlechterung angeben (siehe Abbildung 61).

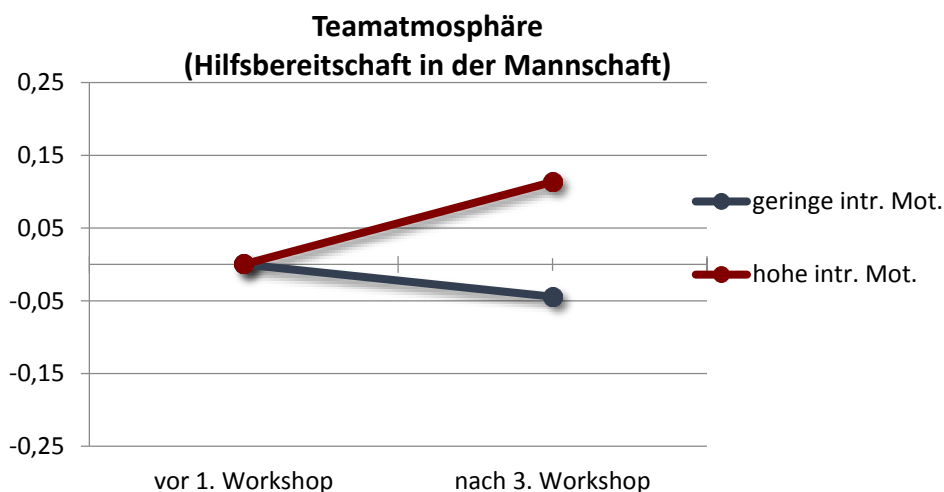


Abbildung 61: Entwicklung der von den Trainern wahrgenommenen Teamatmosphäre (Hilfsbereitschaft unter den Spielern) vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Diese beiden Befunde verdeutlichen, dass während des gesamten Projektzeitraums lediglich die hoch intrinsisch motivierten Trainer im Hinblick auf die angezielten Präventionskriterien des sozialen Klimas (Trainer-Mannschaft-Beziehung, Teamatmosphäre bzw. Hilfsbereitschaft)

günstige Entwicklungen erzielen, während bei den gering intrinsisch motivierten Trainern eher negative Entwicklungen zu konstatieren sind. Mit anderen Worten, hoch intrinsisch motivierte Trainer sind für Probleme der Jugendlichen über den gesamten Projektzeitraum deutlich offener und entwickeln eine bessere Beziehung zu ihren Spielern als wenig intrinsisch motivierte Trainer. Dies hat natürlich Konsequenzen für die Vertrauensstellung des Trainers als Vorbild und Ansprechpartner und wirkt sich auf das soziale Klima innerhalb der Mannschaft bzw. die Hilfsbereitschaft der Teammitglieder untereinander deutlich aus. Insgesamt entwickelt sich also das soziale Klima in Teams hoch intrinsisch motivierter Trainer über den gesamten Projektzeitraum positiver als in Teams von wenig intrinsisch motivierten Trainern. Nach diesen Befunden folgen hinsichtlich der Förderung des sozialen Klimas im Training und in der Mannschaft hoch intrinsisch motivierte Trainer den Präventionsempfehlungen offensichtlich stärker und erzielen ein besseres Klima als wenig intrinsisch motivierte Trainer.

Trainerkompetenzen: Motivierung und Förderung des Teamgeistes

Auf Seiten der Trainer entwickeln sich die Kompetenzen über den gesamten Projektzeitraum ebenfalls in differenzierter Weise. Die erlebte Kompetenz bzw. *Selbstwirksamkeit*, seine Spieler *motivieren zu können* („Auch nach Niederlagen kann ich Jugendliche gut motivieren, nicht aufzugeben, sondern weiterzumachen“ oder „Auch wenn ein Jugendlicher nicht der beste Fußballer ist, gelingt es mir dennoch, ihm Selbstvertrauen zu geben und Mut zu machen“) verändert sich in den Motivationsgruppen wie in Abbildung 62 dargestellt.



Abbildung 62: Entwicklung der berichteten Selbstwirksamkeit der Trainer ihre Spieler motivieren zu können vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Hoch intrinsisch motivierte Trainer erleben einen tendenziellen Anstieg ihrer Kompetenz zu motivieren, während diese subjektive Kompetenz bei wenig intrinsisch motivierten Trainern über den Beobachtungszeitraum eher abnimmt. Am Ende des gesamten Projektraumes ergibt sich eine deutliche Differenz zugunsten der hoch intrinsisch motivierten Trainer, die ihre Selbstwirksamkeit zu motivieren eher positiv entwickelt haben, während sie sich bei Trainern

mit geringer intrinsischer Motivation deutlich ungünstiger entwickelt hat. Vergleichbare und noch deutlich unterschiedlichere Entwicklungen zeigen sich im Hinblick auf die Einschätzungen zur *kollektiven Selbstwirksamkeit*, d.h. der erlebten Kompetenz zur Förderung des Teamgeistes innerhalb der gesamten Mannschaft (z.B. „Ich habe Vertrauen, dass meine Spieler und ich es schaffen, unsere Ziele zu erreichen, auch wenn Schwierigkeiten auftauchen“ oder „Mein Team und ich können auch Niederlagen überwinden, da wir uns gegenseitig unterstützen“). Wie die Abbildung 63 zeigt, steigen diese Überzeugungen hinsichtlich der kollektiven Stärke ihrer Mannschaft bei hoch intrinsisch motivierten Trainern während des gesamten Projektzeitraumes bedeutsam an, während sie bei wenig intrinsisch motivierten Trainern zunehmend schwächer werden.



Abbildung 63: Entwicklung der berichteten kollektiven Selbstwirksamkeit der Jugendtrainer in Bezug auf ihre Mannschaft vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Beide Ergebnisse belegen eindeutig, dass hoch intrinsisch motivierte Trainer ihre Kompetenzen zur Motivierung und Förderung des Teamgeistes im Laufe des Präventionsprojektes deutlich weiterentwickeln und stärken, während wenig intrinsisch motivierte Trainer diesbezüglich eher längerfristig Kompetenzeinbußen erleben. Das Erleben von Selbstwirksamkeit basiert wesentlich auf erfolgreichen Verhaltensstrategien. Dies bedeutet, dass die Kompetenzstärkung hoch intrinsisch motivierter Trainer durch erfolgreiche Umsetzung präventiver Handlungsempfehlungen unterstützt wird. Davon profitieren hingegen gering intrinsisch motivierte Trainer nicht, da sie an der Umsetzung der Prävention kaum bzw. nur wenig interessiert sind und somit auch keine Erfolgserfahrungen machen.

Im Folgenden werden wesentliche präventive Verhaltensweisen, die den Trainern empfohlen wurden (aufgabenorientiertes Training, positives Feedback, fachliche Unterweisung, soziale Unterstützung, demokratisches Trainerverhalten) näher betrachtet.

Präventives Führungsverhalten der Trainer

Zu den im Projekt empfohlenen präventiven Verhaltensweisen zählen zunächst eine aufgabenorientierte Trainingsgestaltung und der Einsatz positiven Feedbacks, zu denen die beiden folgenden Abbildungen die Ergebnisse zeigen. Ein *aufgabenorientiertes Training* hat zum Ziel, die persönlichen Entwicklungen einzelner Spieler stärker ins Auge zu fassen und nicht nur den Wettbewerb zwischen eher guten und eher schlechten Spielern zu fokussieren. Im Hinblick auf die Aufgabenorientierung (z.B. „In meiner Mannschaft liegt der Schwerpunkt darauf, dass sich die Jugendlichen persönlich verbessern“ oder „In meiner Mannschaft fühlt jeder Sportler, dass er eine wichtige Rolle in der Trainingsgruppe spielt“) zeigen die Motivationsgruppen der Trainer über den gesamten Zeitraum unterschiedliche Entwicklungen (siehe Abbildung 64).

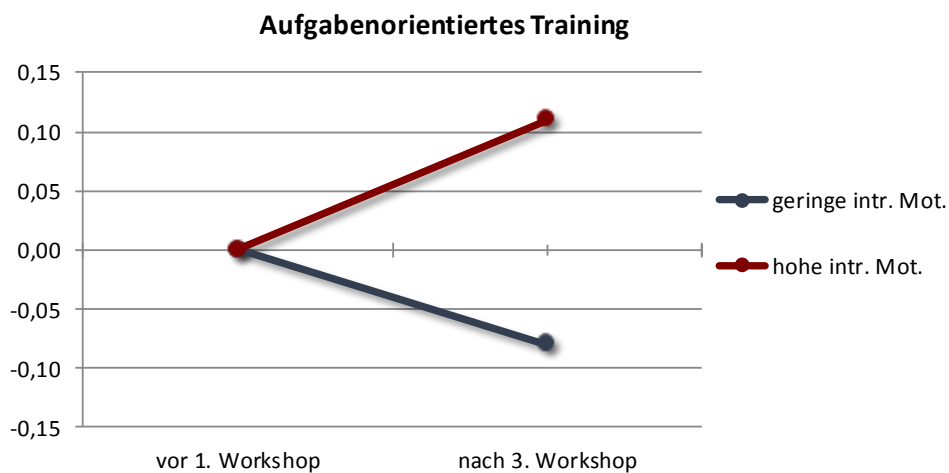


Abbildung 64: Entwicklung des berichteten aufgabenorientierten Trainings vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Hoch intrinsisch motivierte Trainer arbeiten über die Zeit in bedeutsamem Ausmaß zunehmend aufgabenorientiert, während gering intrinsisch motivierte Trainer ihre Aufgabenorientierung im Training eher reduzieren und negative Entwicklungen zeigen.

Ebenfalls unterschiedliche Entwicklungen zeigen sich über den gesamten Projektzeitraum bezüglich des Einsatzes von *positivem Feedback* (z.B. „Ich zeige deutlich, dass ich mich freue, wenn ein Sportler eine gute Leistung bringt“). Die Abbildung 65 verdeutlicht, dass hoch intrinsisch motivierte Trainer über die Projektdauer zunehmend stärker positives Feedback einsetzen, während der Einsatz von positivem Feedback bei niedrig intrinsisch motivierten Trainern stark abnimmt.

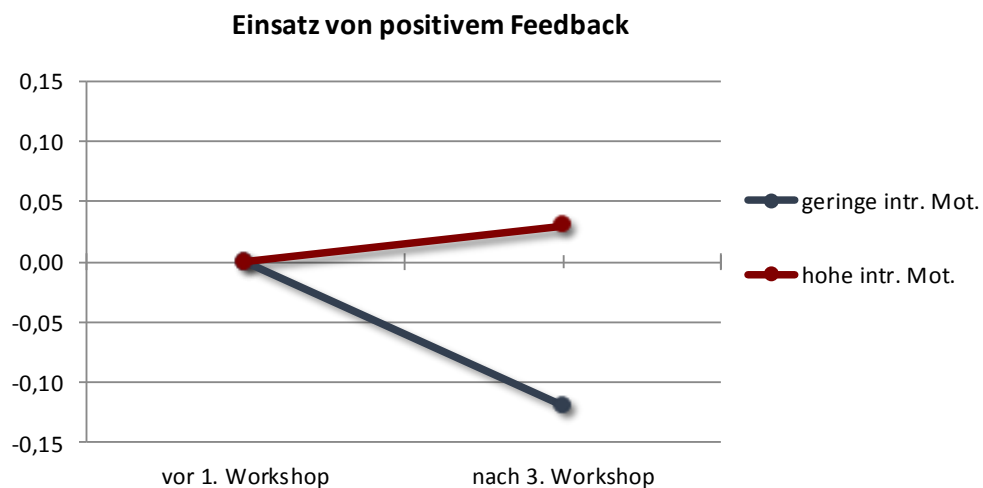


Abbildung 65: Entwicklung des Einsatzes von positivem Feedback der Trainer an ihre Spieler vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Schließlich ging es bei den förderlichen präventiven Verhaltensweisen des Trainers um eine ausgewogene Mischung zwischen dem Ausmaß fachlicher Unterweisung, das bestimmten Regeln folgen muss, dem Zulassen von Mitbestimmung durch die Spieler, was durch das Ausmaß demokratischen Verhaltens des Trainers erfasst werden kann, und die vom Trainer angebotene soziale Unterstützung innerhalb der Mannschaft.

Bezüglich der *fachlichen Unterweisung* (z.B. „Ich stelle sicher, dass jeder seine Rolle in der Trainingsgruppe versteht“ oder „Ich achte darauf, dass das gesamte Training in geordneten Bahnen verläuft“) zeigt die Abbildung 66, dass bei hoch intrinsisch motivierten Trainern über den gesamten Projektzeitraum das Ausmaß dieses Führungsverhaltens bedeutsam zunimmt, während es bei wenig intrinsisch motivierten Trainern eher abnimmt.

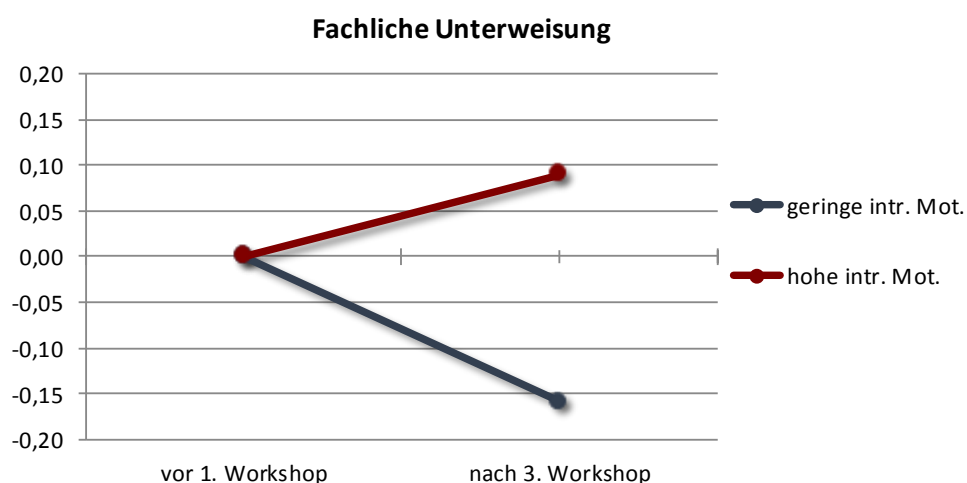


Abbildung 66: Entwicklung der fachlichen Unterweisung, die die Trainer ihren Spielern geben, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Im Hinblick auf das *demokratische Trainerverhalten* (z.B. „Ich ermutige meine Sportler, Vorschläge zum Training zu machen“ oder „Ich lasse meine Spieler an wichtigen Entscheidungen teilhaben“) macht die Abbildung 67 deutlich, dass das Ausmaß an Mitbestimmung der Spieler durch demokratisches Trainerverhalten bei den hoch intrinsisch motivierten Trainern über die gesamte Projektlaufzeit deutlich zunimmt, während es bei wenig intrinsisch motivierten Trainern eher stagniert. Somit sind die Entwicklungen bezüglich des demokratischen Verhaltens des Trainers in den beiden Motivationsgruppen unterschiedlich. Im Gegensatz zu wenig intrinsisch motivierten Trainern beziehen Trainer mit hoher intrinsischer Motivation ihre Spieler zunehmend stärker in die Trainingsgestaltung ein, berücksichtigen deren Meinung und Vorschläge und fördern somit die Selbstbestimmung ihrer Spieler, was ein wesentliches Präventionsziel des TrainerPlus-Projektes darstellt.

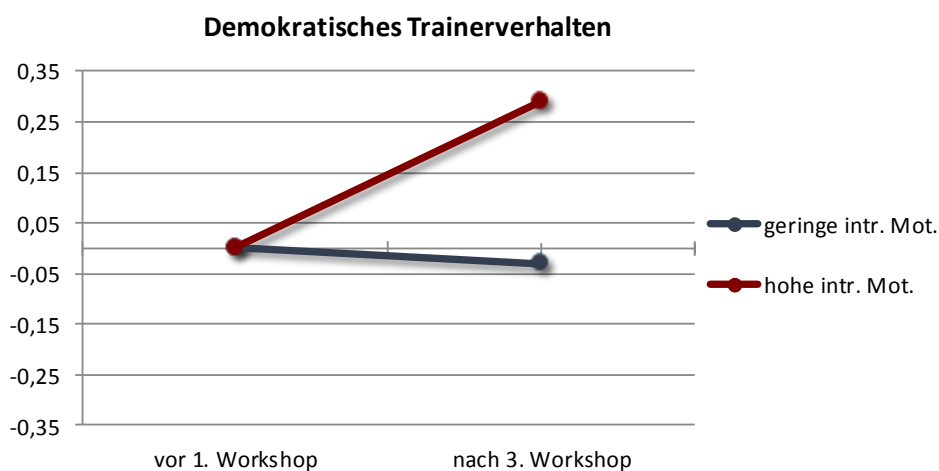


Abbildung 67: Entwicklung des berichteten demokratischen Verhaltens der Trainer im Training vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Hinsichtlich der vom Trainer angebotenen *sozialen Unterstützung* für seine Spieler (z.B. „Ich setze mich persönlich für meine Sportler ein“ oder „Ich helfe meinen Spielern, ihren persönlichen Standpunkt bzw. ihre eigene Meinung zu festigen“) verdeutlicht die Abbildung 68, dass bei hoch intrinsisch motivierten Trainern die angebotene Unterstützung über den gesamten Projektzeitraum in bedeutsamem Maße zunimmt, während die Unterstützung von wenig intrinsisch motivierten Trainern im Laufe dieses Zeitraums deutlich zurückgenommen wird.



Abbildung 68: Entwicklung der berichteten sozialen Unterstützung, die Trainer ihren Spielern anbieten, vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Bezüglich der Umsetzung präventiver Führungsverhaltensweisen zeigt sich wie erwartet, dass motivierte Trainer über den gesamten Projektzeitraum stärker und zunehmend Präventionsempfehlungen umsetzen als wenig intrinsisch motivierte Trainer.

Zusammenfassend lässt sich im Hinblick auf die Veränderungen in den Einschätzungen der Trainer während des gesamten Projektzeitraumes feststellen, dass die Programmziele der Prävention bei den hoch intrinsisch motivierten Trainern deutlich besser erreicht werden als bei den wenig intrinsisch motivierten Trainern. Letztere Gruppe zeigt bezüglich aller Kriterien (Kommunikation, Trainingsklima, Trainerkompetenzen und Führungsverhalten) eher ungünstige Veränderungen, während sich bei der hoch intrinsisch motivierten Trainergruppe positive Präventionswirkungen ergeben. Die hoch intrinsisch motivierte Gruppe hat sowohl im Hinblick auf die Kommunikation mit den Jugendlichen über Alkohol, die Offenheit für Probleme und Schwierigkeiten sowie das soziale Klima mehr investiert als auch ihre Kompetenzen zur Motivierung und Förderung des Teamgeistes sowie ihre Verhaltensweisen im Hinblick auf Aufgabenorientierung, positives Feedback, fachliche Unterweisung, demokratisches Verhalten und soziale Unterstützung besser entwickelt als die gering intrinsisch motivierte Gruppe.

Einstellungen der Trainer zum Alkoholkonsum Jugendlicher

Wenn Trainer bezüglich des Alkoholgenusses von Jugendlichen Regeln aufstellen oder Normen setzen möchten, ist vor allem wichtig, welche Einstellungen sie selbst gegenüber dem Alkoholkonsum von Jugendlichen haben. Diesbezüglich zeigt die Abbildung 69 unterschiedliche Entwicklungen.



Abbildung 69: Entwicklung der berichteten positiven Einstellung der Trainer zum Alkoholkonsum Jugendlicher vor dem ersten Workshop (August 2010) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Im Laufe des Projektzeitraumes entwickeln wenig intrinsisch motivierte Trainer deutlich positivere Einstellungen zum Alkoholkonsum von Jugendlichen (z.B. „Ich bin der Meinung, dass bei meinen Spielern Alkohol in Maßen in Ordnung ist“ oder „Ein Fest ohne Alkohol ist für Jugendliche langweilig“), während sich bei hoch intrinsisch motivierten Trainern über den Projektzeitraum eher weniger positive Einstellungen entwickeln. Dies hat Konsequenzen nicht nur für die Aufstellung von entsprechenden Regeln, sondern auch für die Glaubwürdigkeit des Trainers. Bei positiven Einstellungen zum Alkoholkonsum Jugendlicher ist die Wahrscheinlichkeit, Alkoholkonsum durch Regelsetzung bei Jugendlichen zu reduzieren, eher geringer. Auch die Glaubwürdigkeit des Trainers ist eher schwächer, als wenn auf Trainerseite bezüglich des Alkoholkonsums von Jugendlichen distanziertere Einstellungen vorliegen. Im Hinblick auf die Präventionswirkungen des Projektes ergibt sich aus dem Befund, dass es offensichtlich nur bei hoch intrinsisch motivierten Trainern gelungen ist, sie für die Problematik des Alkoholkonsums von Jugendlichen über den Projektzeitraum stärker zu sensibilisieren, nicht hingegen bei wenig intrinsisch motivierten Trainer.

Noch deutlicher werden diese Unterschiede in der Sensibilisierung für das Thema Alkohol, wenn man danach fragt, inwieweit sich die Trainer kognitiv mit dem Problem Alkohol und den damit verbundenen Gefahren auseinandersetzen sowie welche Einstellungen sie zum Alkoholkonsum der Jugendlichen haben. Beides haben wir aus ökonomischen Gründen erst zum Ende des 2. Projektjahres und dann wieder zum Ende des 3. Projektjahres erfragt. Die diesbezüglichen Entwicklungen für die letzte Saison des Projektes zeigen die Abbildung 70 und Abbildung 71. Wie die Abbildung 70 verdeutlicht, nimmt die kognitive Auseinandersetzung mit drogenrelevanten Fragestellungen (z.B. „Aufgrund von TrainerPlus mache ich mir vermehrt Gedanken über meinen eigenen Konsum von Alkohol“ oder „Aufgrund von TrainerPlus habe ich vermehrt über meine Verantwortung gegenüber Kindern und Jugendlichen nachgedacht“) bei hoch intrinsisch motivierten Trainern während des letzten Projektjahres noch deutlich zu, während sie bei niedrig intrinsisch motivierten Trainern stagniert.

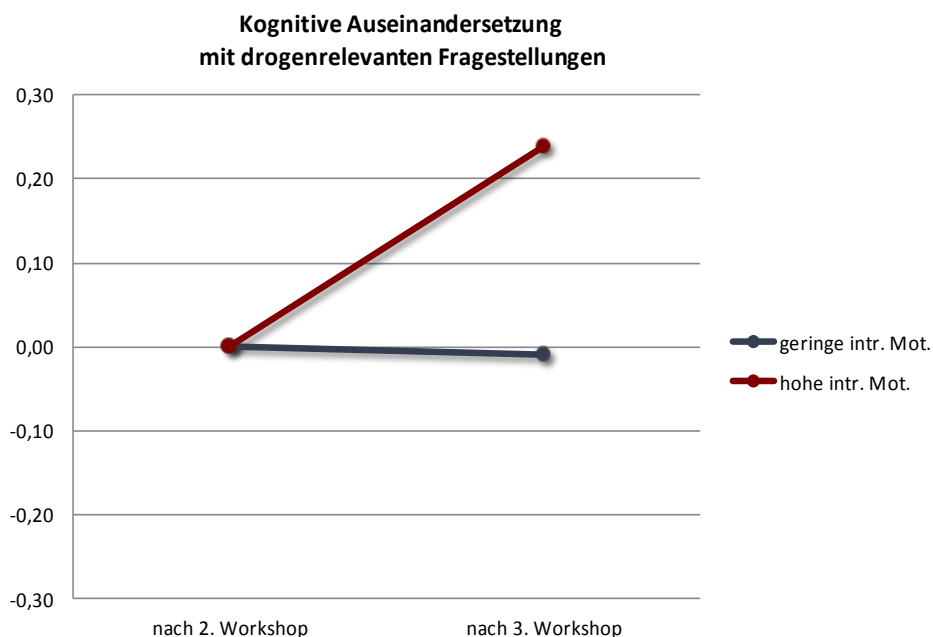


Abbildung 70: Entwicklung der berichteten kognitiven Auseinandersetzung der Trainer mit drogenrelevanten Fragestellungen nach dem zweiten Workshop (August 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

In ähnliche Richtungen gehen die Befunde bezüglich der Frage nach dem Konsumverhalten der Jugendlichen im Sportverein, das die Trainer berichten (z.B. „Trinken Spieler Ihrer Jugendmannschaft in der Vereinsgaststätte Alkohol?“ oder „Trinken Spieler Ihrer Jugendmannschaft nach einem Vereinsieg Alkohol?“). Wie die Abbildung 71 zeigt, steigt der Alkoholkonsum der Spieler von gering intrinsisch motivierten Trainern während der letzten Saison an, während hoch intrinsisch motivierte Trainer eher einen leichten Rückgang des Konsumverhaltens ihrer Spieler im Sportverein berichten.

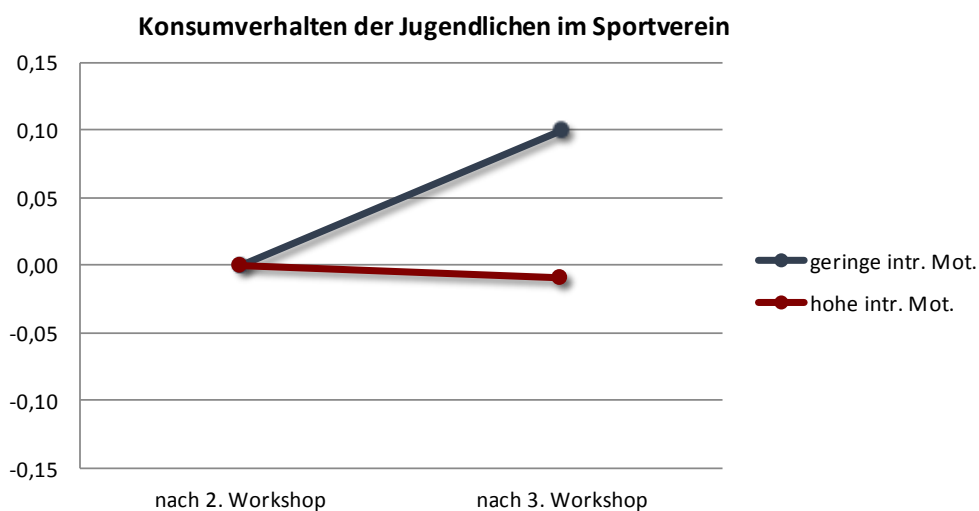


Abbildung 71: Entwicklung des von Trainern berichteten Konsumverhaltens der Jugendlichen im Sportverein nach dem zweiten Workshop (August 2012) und nach dem dritten Workshop (April 2013).

Insgesamt kann man im Hinblick auf den gesamten Projektzeitraum sagen, dass bei hoch intrinsisch motivierten Trainern gute und positive Wirkungen erzielt worden sind (bezüglich der Kommunikation mit Jugendlichen über Alkoholkonsum, der Schaffung eines positiven Trainingsklimas, der Entwicklung von Trainerkompetenzen und präventivem Führungsverhalten sowie der Einstellung zum Alkoholkonsum der Jugendlichen), nicht hingegen bei gering intrinsisch motivierten Trainern. Diese Wirkungen zeigen sich auch bei den Jugendlichen, die von diesen unterschiedlich motivierten Trainern trainiert worden sind. Hoch intrinsisch motivierte Trainer erzielen günstigere Entwicklungen des Wohlbefindens, eine Reduktion positiver Trinkerwartungen, die Stärkung der Selbstwirksamkeit zur Widerstandsfähigkeit gegenüber Gruppendruck zu trinken und eine Abschwächung der Absicht zu Alkoholkonsum, während niedrig intrinsisch motivierte Trainer diesbezüglich keine Erfolge, sondern eher ungünstige Entwicklungen erreichen. Der Befund, dass nur in der motivierten Trainergruppe erfolgreiche Präventionswirkungen erzielt wurden, entspricht den durch die Evaluationsforschung unterstützten Erwartungen, dass Programmwirkungen nur eintreten können, wenn die Programmvermittler entsprechend interessiert und motiviert sind, die Programmempfehlungen auch in die Praxis umzusetzen. Für weitere Präventionsbemühungen in dieser Richtung bedeutet dies, dass bezogen auf die Rekrutierung von am Programm teilnehmenden Trainern zukünftig besonders eine hohe intrinsische Motivation vorhanden sein muss, damit das Programm seine Wirkungen über die gesamte Gruppe entfalten kann. Dies sichert nicht nur Effektivität sondern auch Effizienz des Programms, die beide unter Einbezug wenig intrinsisch motivierter Gruppen erheblich reduziert werden. Solche unterschiedlichen Effekte werden nicht zuletzt auch durch die Einstellungen der Trainer selbst vermittelt.

Hier verdeutlichen die Befunde zu Veränderungen während der Projektsaison 2012/13, dass wenig intrinsisch motivierte Trainer sich deutlich weniger mit drogenrelevanten Fragen des Jugendalters beschäftigen und eine weniger distanzierte Haltung zum Alkoholkonsum haben, während hoch intrinsisch motivierte Trainer sich diesbezüglich zunehmend mehr Gedanken machen und auch eine distanziertere Einstellung zum Konsum von Alkohol im Beisein von Jugendlichen entwickeln. Darüber hinaus berichten hoch intrinsisch motivierte Trainer einen Rückgang des Alkoholkonsums der Jugendlichen in ihrem Sportverein innerhalb der letzten Saison, während gering intrinsisch motivierte Trainer einen Zuwachs beobachten.

Diese Ergebnisse der Trainer sind zusätzlich ein Hinweis darauf, dass Programmvermittler, die wenig hinter den Programminhalten stehen und deren Ziele nicht verinnerlicht haben bzw. insgesamt wenig interessiert am Thema sind, selbstverständlich auch weniger für die Umsetzung der Programmmaßnahmen tun und weniger Effekte erzielen können.

Demgegenüber stehen hoch intrinsisch motivierte Programmvermittler, die sich für das Thema sensibilisieren lassen und präventiv wichtige Einstellungen entwickeln sowie sich für die Projektinhalte und Projektziele einsetzen, so dass sie sich auch stärker bemühen, die Projektmaßnahmen umzusetzen und mit Ausdauer Programmwirkungen zu erzielen. Diese Unterschiede zeigen sich durchgängig in fast allen Ergebnissen über den gesamten Projektzeitraum. Programmwirkungen werden dort erzielt, wo sensibilisierte und hoch interessierte Trainer mit den Jugendlichen präventiv arbeiten, nicht hingegen dort, wo dies nicht der Fall ist.

Ausblick

Die dokumentierten Präventionswirkungen von TrainerPlus und die überaus positive Resonanz der teilnehmenden Jugendtrainer (siehe auch O-Töne von Trainern im Anhang) sind sehr ermutigend. Im Rahmen des Projektes traten aber auch Schwierigkeiten und Probleme auf, die für weitere Forschung bzw. Prävention in diesem Bereich wertvolle Hinweise dahingehend liefern, wie die Präventionsstrategien weiterentwickelt und die Wirkungen optimiert werden könnten.

Eine Schwierigkeit bestand darin, dass Trainer unterschiedlicher Vereine zu den Workshops jeweils anreisen mussten und zudem deutliche motivationale Unterschiede im Hinblick auf die Teilnahme mitbrachten. Beides hat zu einer starken Fluktuation der Teilnehmer beigetragen und die Anzahl der Trainer, die über das gesamte Projekt regelmäßig teilnahmen und Fragebogen ausfüllten, deutlich reduziert. Deshalb gilt es zum einen, möglichst motivierte bzw. an der Prävention persönlich interessierte Trainer zu finden und zum anderen den Aufwand für Workshops hinsichtlich Anreise und Anzahl der Termine so weit wie möglich zu reduzieren. Workshops etwa könnten im jeweiligen Heimatverein der Trainer stattfinden und die Anzahl der Workshops von drei auf zwei verringert werden.

Die Fluktuation der Trainer hat zudem den Nachteil, dass bei Ausscheiden oder Vereinswechsel eines Trainers das präventive Wissen bei dem Trainer bleibt und nicht im Verein weiter genutzt werden kann. Dies wiederum hat Auswirkungen auf die Anzahl teilnehmender Jugendlicher, die ohne den geschulten Trainer dann ebenfalls aus dem Präventionsprojekt ausscheiden. Um dies zu vermeiden, könnte man für die Prävention Vereine mit großen Jugendabteilungen und einer entsprechend größeren Anzahl von Jugendtrainern zu gewinnen versuchen. Dann wären einzelne Trainerwechsel nicht mehr so fatal, da die Trainergruppe insgesamt die Prävention weiterführt und die Jugendlichen weiterhin davon profitieren. Bei hinreichend großer Anzahl von Jugendtrainern eines Vereins könnten Schulungen dann auch im Verein stattfinden.

Schließlich hat sich gezeigt, dass viele Trainer mit der Aufgabe, ihre Jugendlichen dazu zu motivieren, auf dem Sportplatz Fragebögen auszufüllen, überfordert sind bzw. dass die Jugendlichen dazu einfach wenig Lust verspüren. Hier bedarf es verstärkter Bemühungen, mit den Jugendlichen viel direkter in Kontakt zu kommen und sie für die Teilnahme an der Evaluation durch altersgerechte und anregende Kommunikationsstrategien zu überzeugen. Dies könnte über eine jugendgemäße Spieler-Webseite geschehen, über die dann interaktiv sowohl Informationen vermittelt als auch entsprechende Befragungen durchgeführt werden könnten. Im vorliegenden Präventionsprojekt haben motivierte Trainer sich präventiv mehr engagiert und deutlich bessere Präventionswirkungen erzielt als wenig motivierte Trainer. Um solche und andere Unterschiede bei der Umsetzung der Projektempfehlungen im Hinblick auf die Wirkungen genauer beurteilen zu können, bedarf es mehr und differenzierterer Daten zu der Frage, welche Maßnahmen Trainer wann und wie konkret umsetzen und welche Erfahrungen sie dabei machen. Solche Implementationsinformationen könnte man auf ökonomische Weise etwa durch häufigere elektronische Kurzbefragungen erheben.

Nicht zuletzt ist wichtig dafür zu sorgen, dass zur Evaluation der Programmwirkungen auch eine hinreichend große Kontrollgruppe verfügbar ist. Eine fiskalische Vergütung für das

Ausfüllen von Fragebögen ist langfristig nicht zielführend bzw. führt nicht zu einer nachhaltigen Ausdauer von Mitgliedern einer Kontrollgruppe. Die Integration von Wartekontrollgruppen in einem Untersuchungsdesign, also Kontrollgruppen, die zeitlich versetzt ebenfalls am Interventionsprojekt teilnehmen, könnte die Motivation während der reinen Evaluationsbefragungen aufrechterhalten und damit die Evaluationsbasis erweitern.

Literatur

- Anderson, P. (2007) The impact of Alcohol Advertising: ELSA project report on the evidence to strengthen regulation to protect young people. Utrecht: National Foundation for Alcohol Prevention.
- Anderson, P., de Bruijn, A., Angus, K., Gordon, R., Hastings, G. (2009a). Impact of Alcohol Advertising and Media Exposure on Adolescent Alcohol Use: A Systematic Review of Longitudinal Studies. In: *Alcohol & Alcoholism, Vol. 44* (3). 229 - 243.
- Austin EW, Chen MJ, Grube JW (2006). How does alcohol advertising influence underage drinking? The role of desirability, identification and skepticism. *Adolesc Health, 38*(4), 376–384.
- Botvin, G. J. & Griffin, K. W. (2007). School-based programs to prevent alcohol, tobacco and other drug use. *International Review of Psychiatry, 19*, 607-615.
- Brettschneider, W.-D. & Kleine, T. (2002). *Jugendarbeit im Sportverein – Anspruch und Wirklichkeit*. Schorndorf: Hofmann.
- BZgA. (2012). *Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2011*. Köln.
- Fischer, V. & Leppin, A. (2006). Rauchen und Alkoholkonsum. In A. Lohaus, M. Jerusalem & J. Klein-Heßling (Eds.). *Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter* (S. 133-154). Göttingen: Hogrefe.
- HBSC-Team Deutschland. (2012). *Studie Health Behaviour in School-aged Children – Faktenblatt „Alkoholkonsum von Kindern und Jugendlichen in Hamburg, Hessen, NRW und Thüringen“*. Bielefeld: Bielefeld: WHO Collaborating Centre for Child and Adolescent Health Promotion.
- Jerusalem, M. (1997). Gesundheitsförderung und Gesundheitserziehung in der Schule. In R. Schwarzer (Hrsg.), *Gesundheitspsychologie* (S. 575-593). Göttingen: Hogrefe.
- Jerusalem, M. (2006). Theoretische Konzeptionen der Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter. In A. Lohaus, M. Jerusalem & J. Klein-Heßling (Eds.). *Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter* (S. 31-57). Göttingen: Hogrefe.
- Jerusalem, M. (2007). Gesundheitspsychologische Prävention. In B. Röhrle (Ed.), *Prävention und Gesundheitsförderung, Bd. III Kinder und Jugendliche* (S. 127-149). Tübingen: dgvt-Verlag.
- Kuntsche, E., Kuntsche, S., Knibbe, R., Simons-Morton, B., Farhat, T., Hublet, A., Bendtsen, P., et al. (2011). Cultural and gender convergence in adolescent drunkenness: evidence from 23 European and North American countries. *Archives of pediatrics & adolescent medicine, 165*(2), 152–8.

- Leppin, A. (2000). Alkoholkonsum und Alkoholmissbrauch bei Jugendlichen: Entwicklungsprozesse und Determinanten. A. Leppin, K Hurrelmann & H. Petermann (Hg.), *Jugend und Alltagsdrogen* (S. 64-94). Neuwied: Luchterhand.
- Locher, B. (2000). *Zwischen „Feuchtbiotop“, „Dritter Halbzeit“ und „Heiler Welt“*. *Notwendigkeit und Möglichkeit suchtpreventiver Maßnahmen im Interventionsfeld des jugendlichen Vereinssports*. Unveröffentlichte Dissertation, Universität Heidelberg.
- Locher, B. (2001). Bedeutung suchtpreventiver Maßnahmen im Kontext der Inzidenz und Prävalenz von Alkohol und Nikotin 13- bis 16-jähriger Jugendlicher in Sportvereinen. *Sucht*, 47(1), 33–48.
- Milgram GG. (1993). Adolescents, alcohol and aggression. *Journal of Studies on Alcohol*, 11, pp. 53–61.
- Mittag, W. (2006). Evaluation von Gesundheitsförderungsmaßnahmen. In A. Lohaus, M. Jerusalem & J. Klein-Heßling (Eds.). *Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter* (S. 87-112). Göttingen: Hogrefe.
- Moffitt, T.E. & Caspi, A. (2001). Childhood predictors differentiate life-course persistent and adolescence-limited antisocial pathways among males and females. *Development and Psychopathology*, 13, 355-375.
- Schmid, H. (2001). Die Rolle der Gleichaltrigen. In H. Schmid, E. N. Kuntsche, & M. Delgrand (Hrsg.), *Anpassen, ausweichen, auflehnen? Fakten und Hintergründe zum psychosozialen Gesundheitsstatus Schweizer Schülerinnen und Schüler* (pp. 239–262). Bern: Haupt Verlag.
- Smith, Lesley A.; Foxcroft, David R. (2009). The effect of alcohol advertising, marketing and portrayal on drinking behaviour in young people: systematic review of prospective cohort studies. *BMC Public Health*, 9(51).
- Sygyusch, R. (2006). Körperlich-sportliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen – ein Beitrag für die Gesundheit ? *Spectrum der Sportwissenschaften*, 18(1), 54–73.
- Locher, B. (2000). *Zwischen „Feuchtbiotop“, „Dritter Halbzeit“ und „Heiler Welt“*. *Notwendigkeit und Möglichkeit suchtpreventiver Maßnahmen im Interventionsfeld des jugendlichen Vereinssports*. Unveröffentlichte Dissertation, Universität Heidelberg.
- Locher, B. (2001). Bedeutung suchtpreventiver Maßnahmen im Kontext der Inzidenz und Prävalenz von Alkohol und Nikotin 13- bis 16-jähriger Jugendlicher in Sportvereinen. *Sucht*, 47(1), 33–48.
- Mittag, W. (2006). Evaluation von Gesundheitsförderungsmaßnahmen. In A. Lohaus, M. Jerusalem & J. Klein-Heßling (Eds.). *Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter* (S. 87-112). Göttingen: Hogrefe.

- Moffitt, T.E. & Caspi, A. (2001). Childhood predictors differentiate life-course persistent and adolescence-limited antisocial pathways among males and females. *Development and Psychopathology*, 13, 355-375.
- Schmid, H. (2001). Die Rolle der Gleichaltrigen. In H. Schmid, E. N. Kuntsche, & M. Delgrand (Hrsg.), *Anpassen, ausweichen, auflehnen? Fakten und Hintergründe zum psychosozialen Gesundheitsstatus Schweizer Schülerinnen und Schüler* (pp. 239–262). Bern: Haupt Verlag.
- Sygyusch, R. (2006). Körperlich-sportliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen – ein Beitrag für die Gesundheit ? *Spectrum der Sportwissenschaften*, 18(1), 54–73.

Anhang

In Interviews erhobene Originaltöne der Trainer

1. Ralf Wojtasik - SG Eisdorf 1918 e.V.

Für mich war das Projekt TrainerPLUS sehr lehrreich, weil sich dadurch einige meiner Standpunkte verändert haben. Früher habe ich das Thema „Alkohol im Jugendfußball“ für wenig problematisch gehalten. Die Workshops haben mich aber auf die durchaus bestehenden Probleme aufmerksam gemacht.

Ich habe mir früher nie Gedanken darüber gemacht, wenn ich Jugendliche mit 15-16 Jahren am Spielfeldrand mit einer Bierflasche in der Hand gesehen habe, aber jetzt weiß ich, dass es wichtig ist auf die Jugendlichen einzugehen und ein Ohr für sie zu haben.

Das Projekt hat mich bezogen auf das Thema „Alkohol im Jugendfußball“ ganz schön wach gerüttelt!

Außerdem habe ich beschlossen darauf zu achten, dass meine Spieler, wenn sie unter 18 Jahre alt sind, nicht mit Alkohol in Berührung kommen, denn sie sollen einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol lernen.

Als Trainer vertrete ich nach dem Projekt noch stärker die Meinung, dass Alkohol keine Lösung ist und das versuche ich auch meinen Spielern zu vermitteln.

Besonders gut gefallen bei TrainerPLUS hat mir der Erfahrungsaustausch mit den anderen Trainern. Zu erfahren, welche Probleme andere Trainer haben und welche Gemeinsamkeiten es gibt, fand ich sehr hilfreich.

Für folgende Workshops würde ich mir wünschen, dass die Abstände dazwischen kürzer wären.

2. Robert Wüstefeld - SV Rot-Weiß Obernfeld 1920 e.V.

Meine Jugendmannschaft war bei Beginn des Projektes zwischen 14 und 15 Jahren alt und hatte damals noch wenig Berührung mit Alkohol. Jetzt sind die Jugendlichen 3 Jahre älter und mein Eindruck ist, dass sie gelernt haben, gut mit dem Thema Alkohol umzugehen.

Die Jugendlichen in unserem Verein, die häufiger Alkohol getrunken haben, sind nicht lange in der Mannschaft geblieben, denn Fußball und Alkohol, das passt einfach nicht zusammen.

TrainerPLUS hat den Jugendlichen ja vor allem vermittelt: „Ihr seid uns wichtig!“. Alleine die verstärkte Aufmerksamkeit hatte schon eine gute Auswirkung auf die Spieler, da sie das Gefühl bekommen haben gesehen zu werden.

Besonders gut am Projekt TrainerPLUS hat mir die Wissensvermittlung der Grundlagen zum Thema „Alkohol im Jugendfußball“ gefallen. Jetzt kann ich die Risikofaktoren für kritischen

Alkoholkonsum besser einschätzen und habe eine Idee davon, wie ich mich verhalten sollte, wenn es wirklich mal Probleme mit dem Thema geben sollte.

3. Rainer Heineke - FC Hambergen 1930 e.V.

Es wurde für das Thema Alkohol im Sport sensibilisiert. Die Augen wurden mir geöffnet und ich gehe jetzt bewusster durchs Leben. Anhand der Verhaltensmuster der Jugendlichen erkenne ich nun eher, ob jemand Probleme mit Alkohol hat.

Durch TrainerPlus ist mir klar geworden, dass ich für die Jugendlichen meiner Mannschaft ein Vorbild bin. Vorbilder können auch negativ wirken. Deshalb rauche und trinke ich nicht mehr während der Spiele. Mein eigenes Verhalten hat sich geändert. Auch ich habe früher auf dem Sportplatz doch mal ein Bier getrunken, das mache ich jetzt nicht mehr. Darauf achte ich jetzt sehr.

Mein Umgang mit der Mannschaft hat sich verändert. Ich beschäftige mich mehr mit den Jugendlichen; ich spreche sie jetzt eher an, wenn ich denke, dass sie etwas bedrückt und sie Probleme haben. Früher standen solche Gespräche für mich beim Training nicht im Vordergrund. Auch die Jugendlichen verhalten sich mir gegenüber anders: Sie kommen jetzt auf mich zu, wenn ihnen etwas auf dem Herzen liegt.

4. Denis Kruppa - Postsportverein Dresden e.V.

Seit dem Start des Projekts wird in meinem Verein mehr über das Thema Alkohol gesprochen. Alle sind sensibilisiert. Im Verein wurden Schilder aufgehängt, dass bei Turnieren und Spielen der Jugendlichen am Feldrand kein Alkohol getrunken werden darf. Zuschauer, die sich daran nicht halten, werden auf das Verbot aufmerksam gemacht.

Die Inhalte wurden offen, nachvollziehbar und einfach erklärt. Auf unnötigen Fachjargon wurde verzichtet.

Folgeprojekt: Besuch des Vereins von Dr. Jerusalem, der dann auch mit den Jugendlichen spricht und Feedback an die Trainer gibt („...dass direkt am Verein gearbeitet wird, mit den Trainern vor Ort“).

5. Frank John - VfL Hüpstedt e.V. 1892

Alkohol ist gerade bei Jugendlichen ein sehr wichtiges Thema, welches unbedingt angesprochen werden muss.

Für mich hat TrainerPlus viel gebracht. Ich gehe viel sensibler mit dem Thema Alkohol um.

Es geht ja nicht nur um Alkohol, sondern auch um Vertrauen und Zusammenhalt in der Mannschaft, also dass sich einer auf den anderen verlassen kann. Mir wurde auch schon von Eltern bestätigt, dass meine Mannschaft einen sehr guten Zusammenhalt hat, was ich mir - aber auch TrainerPlus - auf die Fahnen schreibe. Mein Eindruck ist: Die Mannschaft ist gewachsen!

Ich sage der Mannschaft immer (wie ich es bei TrainerPLUS gelernt habe), dass sie **eine** Mannschaft sind, alle an einem Strang ziehen sollen und dass es nicht darum geht sich gegenseitig auszubooten. Gute Leistung ist wichtig, aber Teamfähigkeit und Zusammenhalt vorrangig.

6. Holger Zalesinski - TSV Gielde 07 e.V.

Jugendliche davon abzuhalten nicht zu früh in den Alkoholkonsum einzusteigen, finde ich unheimlich wichtig.

Vor allem das, was ich zu Teamarbeit und Teambuilding bei TrainerPlus gelernt habe, konnte ich direkt auf dem Spielfeld (aber auch bei der Arbeit) anwenden, nämlich dass alle für einander da sind.

7. Jörg Lindecke - SV "Heide Jävenitz" e.V.

Ich bin sensibilisierter bezüglich des Themas Alkohol. Ich achte selber darauf, bei Abschluss- oder Weihnachtsfeiern und am Spielfeldrand bei Ehrenturnieren keinen Alkohol zu trinken.

Ich bin jetzt anders eingestellt.

8. Nihat Sagir – SG Lühe

(hat nicht an TrainerPlus teilgenommen → Kontrollgruppe)

Unsere U19-Mannschaft hat sich leider vor kurzem aufgelöst.

Einer der wesentlichen Gründe ist meines Erachtens auch Alkohol. Meine Jungs haben ab 15-16 Jahren schon mal angefangen, daran zu nippen. Später haben sie regelmäßig an Wochenenden getrunken. Inzwischen wird nur noch tablettweise bestellt und nicht mehr getrunken, sondern gesoffen!

Das Gefühl, in der Gruppe als größter Säufer wahrgenommen zu werden, ist für die Jungs anscheinend viel mehr wert als das entscheidende Tor in der 90. Minute.