

Deutscher Sportbund

Qualitative empirische Studie zum Thema
"Miteinander aktiv"
Ergebnisse und Empfehlungen
September 1986

Gefördert von der Bundeszentrale für
gesundheitliche Aufklärung im Auftrag des
Bundesministers für Jugend, Familie,
Frauen und Gesundheit.

ARCHIVEXEMPLAR

Reg.-No. 80007
(8.1.7)

1. ZIELSETZUNG UND FRAGESTELLUNGEN

Der Kerngedanke der Aktion: Wie können bereits aktive Sporttreibende dazu motiviert und angeleitet werden, als "Multiplikatoren" und "Gruppenbildner" tätig zu werden und bisher inaktive Personen ihres Bekanntenkreises zu sportlichen Aktivitäten bewegen.

"Miteinander aktiv" will also nicht unmittelbar die sportlich Inaktiven ansprechen, sondern bezieht sich zunächst vor allem auf die Zielgruppe der aktiv Sporttreibenden.

Entsprechend dieser Konzeption wurde die Untersuchung angelegt.

Sie orientiert sich dabei an folgenden Fragestellungen:

- Zeigen sich im Sport- und Freizeitverhalten Strukturen, die die Aktion "Miteinander aktiv" aufgreifen und verstärken kann?
- Wie bewerten sportlich Aktive und Inaktive das Konzept des "Sportpartners"?
- Welches Interesse haben aktiv Sporttreibende an der Aufgabe eines "Sportpartners"?
- Wie sehen sportlich Aktive die Aufgaben des "Sportpartners"?
- Was erwarten sportlich Inaktive von einem "Sportpartner"?
- Welche Motivationshilfen können gegeben werden?

2. METHODISCHES VORGEHEN

Zur Akzeptanz des Konzepts des "Sportpartners" wurden folgende Personenkreise befragt:

- 75 aktiv Sporttreibende und 25 sportlich Inaktive wurden anhand eines Gesprächsleitfadens einzeln interviewt.
- Jeweils eine Gruppendiskussion wurde mit sportlich Aktiven und Inaktiven durchgeführt.
- Eine Gruppendiskussion wurde mit 10 Vertretern von Kölner Sportvereinen durchgeführt.

(s. Ergebnisse im Anhang)

Um auf empirischem Wege eine Argumentationshilfe für interessierte aktiv Sporttreibende zu entwickeln, wurde in den Interviews neben der üblichen Fragemethodik die Methode des Rollenspiels eingesetzt: Es wurde in den Interviews eine Gesprächssituation geschaffen, in der

- ein aktiv Sporttreibender die Rolle eines "Sportpartners" übernimmt und
- ein Interviewer die Rolle des "sportlich inaktiven Bekannten" übernimmt, der zu gemeinsamen Sportaktivitäten motiviert werden soll.

Die Dialoge dieser Modellgesprächssituationen wurden nach folgendem Schema ausgewertet:

- Welche Zielsetzungen und Problempunkte der Sport-Partnerschaft wurden in den Gesprächen gesehen und herausgearbeitet?
- Welche Hinweise und Lösungsvorschläge für eine erfolgreiche Gesprächsführung wurden gefunden?

(Diese Ergebnisse werden in Form eines Leitfadens dargestellt, s. Punkt 4.)

3. DARSTELLUNG DER ERGEBNISSE

3.1 Strukturen des Sport- und Freizeitverhaltens

Fast zwei Drittel der Bevölkerung bezeichnen sich als sportlich aktiv - die meisten betreiben allerdings Sport nur gelegentlich.¹⁾ 37 % der Bevölkerung halten sich selbst für sportlich inaktiv, obwohl 30 % dieser "Inaktiven" schon häufig - wenn auch ohne Erfolg - den Vorsatz gefaßt haben, aktiv oder wieder aktiv zu werden.

Sportlich Inaktive und Aktive bevorzugen weitgehend die gleichen Sportarten, vor allem Ausdauersportarten. Übersicht 1²
Nur 4 von 25 sportlich Inaktiven geben an, daß sie sich niemals sportlich betätigen.

Gemeinsam Sport treiben ist sowohl für Aktive wie auch für Inaktive attraktiv. Unterhaltung, Geselligkeit, das gemeinsame Erlebnis und die Möglichkeit, neue Freunde zu gewinnen, stehen dabei im Vordergrund. Für sportlich Aktive ist auch der sportliche Leistungsansporn und Wettkampf von Bedeutung. Übersicht 2

Mehr als zwei Drittel der aktiv Sporttreibenden sind durch Anregung von Bekannten zum Sporttreiben gekommen, ein Beleg für die Wirksamkeit von Sportpartnerschaften. Übersicht 3

3.2 Bewertung des Konzepts "Sportpartner"

Eine systematische Förderung und Verstärkung von Sportpartnerschaften durch die Aktion "Miteinander aktiv" wird von der Mehrheit der Befragten befürwortet. Übersicht 11

1) Vgl. Grundlagenstudie "Freizeitsport - Gesundheit - Wirtschaft, 1985

2) Die Ergebnis-Übersichten befinden sich im Anhang

Bei einem Drittel der sportlich Inaktiven besteht die Bereitschaft, sich durch Ansprache und Kontakt zu sportlichen Aktivitäten anregen zu lassen.

86 % der sportlich Aktiven und

64 % der Inaktiven befürworten die Aktion "Miteinander aktiv".

31 % der interessierten aktiv Sporttreibenden wären bereit,

als "Sportpartner" sportlich Inaktive im Freundes- und Bekanntenkreis anzusprechen.

3.3 Bisherige Erfahrungen aktiv Sporttreibender

Fast alle sportlich Aktiven haben schon einmal versucht, sportlich wenig aktive Familienmitglieder, Freunde und Bekannte für gemeinsame Sportaktivitäten zu interessieren. Gemeinsame Sportaktivitäten entstehen vor allem aus Gesprächen über Sport und aus dem Wunsch nach sinnvoller Freizeitgestaltung. Zumeist handelt es sich um Ausdauer- und Spilsportarten.

Übersicht
4a, 4b

Sportlich Inaktive begrüßen diese Initiativen. In mehr als drei Viertel der Fälle kommt es tatsächlich zu (häufigen bzw. gelegentlichen) Sportaktivitäten.

Übersicht 4c

Der "Sportpartner" muß sich häufig auf den Neuling einstellen: Techniken und Regeln erklären, seine Leistungsanforderungen verringern.

Etwa zwei Drittel der "Sportpartner" sehen ihren Versuch zu gemeinsamer Sportaktivität als problematisch an.

Übersicht 4d

Bereits im Vorfeld sind Schwierigkeiten zu bewältigen:

Die Einigung auf einen Termin und auf eine geeignete Sportart, das Fehlen einer Sportausrüstung und die Angst des Sportanfängers, sich zu blamieren.

Bei der Sportausübung selbst tritt das Problem auf, daß der untrainierte Anfänger überfordert wird und für den besser trainierten Sportler ein Hemmnis darstellt.

Diese Leistungsunterschiede stellen eine besondere Anforderung an die Geduld des "Sportpartners" sowie an seine Fähigkeit zu kompetenter Anleitung dar.

Die wichtigste Voraussetzung zur Bewältigung dieser Probleme ist nach Ansicht der befragten Aktiven ein guter persönlicher Kontakt zwischen den Beteiligten. Der "Sportpartner" sollte den Anfänger ermutigen und ihm die Angst vor Fehlern nehmen. Der Anfang könnte dadurch erleichtert werden, daß mehrere Neulinge eine Gruppe bilden.

Obersicht 5

3.4 Voraussetzungen einer Sportpartnerschaft

Gegenseitige Sympathie ist ein wichtiges Kriterium bei der Wahl eines Partners für gemeinsames Sporttreiben. Wichtig sind aber auch sportbezogene Eigenschaften:

Obersicht 6a

Wenn der sportlich Aktive einen bisher Inaktiven zum Sport einlädt, erwartet er von ihm zwar keine guten sportlichen Fähigkeiten, wohl aber die Bereitschaft, den Sport auszuprobieren, sich anzustrengen und die Leistung allmählich zu steigern.

Die wichtigsten Argumente, bei sportlich Inaktiven ein Interesse am Sport zu wecken, sind nach den Erfahrungen der aktiv Sporttreibenden:

Obersicht 6b

- Gesundheit, Fitness
- Spaß
- Gemeinschaft
- Psychisches Wohlbefinden.

Neben Gesprächen über Sport, in denen versucht wird, gemeinsame Interessen herauszufinden, halten viele Befragte die praktische Heranführung an den Sport für entscheidend. Der Inaktive müsse eingeladen werden, bei einer bestimmten Sportart zuzusehen oder sie einmal auszuprobieren.

Sportlich Aktive wissen, daß die Überwindung von Anfangsschwellen noch nicht ausreicht. Der Anfänger muß immer wieder zum Sport aufgefordert und ermutigt werden, um dauerhaft aktiv zu bleiben. Die Bereitschaft zu einer ständigen Ansprache des Anfängers ist bei vielen Aktiven gering.

Obersicht 6c

Es erscheint den Befragten sinnvoller, die Regelmäßigkeit des Sporttreibens durch die Vereinbarung eines festen Termins oder die Anregung zu einem Vereinsbeitritt sicherzustellen.

3.5 Erwartungen der sportlich Inaktiven

Über die Hälfte der befragten sportlich Inaktiven äußert den Wunsch, sportlich (wieder) aktiv zu werden. Übersicht 8

Der "Sportpartner" sollte sympathisch sein, Geduld und didaktische Fähigkeiten mitbringen, er sollte eine gute Kondition haben und als Vorbild überzeugen und mitreißen können.

Mehr als 50 % der Befragten sind schon von sportlich Aktiven angesprochen und zum Sport aufgefordert worden. Übersicht 9

Das wichtigste Argument für den Sport ist nach Ansicht der Inaktiven der positive Einfluß von Sport auf Gesundheit und Fitness. Übersicht 10

Von einem "Sportpartner" wünschen sich die Inaktiven, daß er bei der gemeinsam geplanten Sportaktivität mitmacht, daß er motiviert und hilft. Neben Ansporn und Unterstützung erwarten sie, daß der "Sportpartner" auf ihre eigenen Vorstellungen Rücksicht nimmt: Sie möchten die Sportart selbst aussuchen können und von ihrem "Sportpartner" nicht unter Druck gesetzt werden.

3.6 Motivationshilfen für "Sportpartner"

Nach Ansicht der Befragten sollten Anzeigen und Werbekampagnen zur Aktion "leicht" und "humorvoll" gestaltet sein, vielleicht als Bildserien oder Cartoons. Übersicht 13

Auszeichnungen und Anstecknadeln für sportlich Aktive werden eher kritisch gesehen - die meisten Befragten halten es für sinnvoller, sportlich Interessierte zu informieren, z.B. Übersicht 14a, 14b

in Form von Trainingsanleitungen und Übungsplänen oder Informationsbroschüren, die auch im Bekanntenkreis weiterverteilt werden können. Durch solche Broschüren können Aktive in ihrer Aufgabe als "Sportpartner" unterstützt und motiviert werden. Bei interessierten Inaktiven kann durch verbesserte Information eine Stärkung der sportlichen Selbständigkeit und eine Vertiefung und Stabilisierung des Sportinteresses erreicht werden.

4. EMPFEHLUNGEN IN FORM EINES LEITFADENS

Auf der Grundlage der Untersuchungsergebnisse werden Kommunikations- und Motivationshilfen für "Sportpartner" entwickelt, die interessierten aktiv Sporttreibenden (z.B. in Form eines Leitfadens) zur Verfügung gestellt werden könnten.

Dieser Leitfaden sollte 2 Fragen beantworten:

- Was macht ein "Sportpartner"?
- Was sollte bei einem Gespräch mit einem sportlich inaktiven Freund/Bekanntem/Nachbarn/Arbeitskollegen beachtet werden?

4.1 Was macht ein "Sportpartner"?

Je nach Lebens- und Freizeitgewohnheiten seiner Freunde/Bekanntem/Nachbarn/Arbeitskollegen ist der "Sportpartner" in unterschiedlicher Weise aktiv.

- Gemeinsame Aktivitäten
 - Er kann als Vorbild und durch sein persönliches Engagement vorhandene Hemmnisse und Schwellenängste von sportlich Inaktiven überwinden helfen.
 - Er nimmt sportlich inaktive Freunde/Bekanntem zu seinem Sport mit.
 - Er beginnt mit sportlich wenig aktiven Freunden/Bekanntem eine neue Sportart.

- Informationsvermittlung
 - Er informiert sportlich Inaktive über geeignete Probierangebote und Sportarten.
 - Er verteilt im Freundes- und Bekanntenkreis Informationsmaterial.
- Weitervermittlung von Sportbeginnern
 - Er vermittelt sportlich Inaktive in Anfängerkurse.
 - Er versucht, den Sportneuling in eine bestehende Gruppe zu integrieren.
 - Er gründet mit sportlich Inaktiven eine Gruppe, die auch später - ohne ihn - weiterbesteht.

4.2 Was sollte bei einem Gespräch mit einem sportlich inaktiven Freund/Bekanntem/Nachbarn/Arbeitskollegen beachtet werden?

4.2.1 Das Gespräch vorbereiten

- Überlegen Sie einmal, wen Sie in Ihrer Familie, in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis, bei Arbeitskollegen und Nachbarn ansprechen und für gemeinsame sportliche Aktivitäten gewinnen können.
- Überlegen Sie einmal, wie Sie selbst an den Sport herangeführt wurden.

4.2.2 Ein guter, persönlicher Kontakt ist wichtig

- Finden Sie zusammen mit dem Sportbeginner die gemeinsamen Interessen und Vorlieben (auch außerhalb des Sports) heraus und stimmen Sie Ihre Sportinteressen aufeinander ab.
- Erzählen Sie ihm von Ihren Erfahrungen mit Sport; von Ihren Gründen, Sport zu treiben.

- Sorgen Sie für Erfolgserlebnisse und Spaß beim Sport.
- Versuchen Sie, ein Gruppen- oder Wir-Gefühl zu entwickeln.

4.2.3 Sportlich Inaktive haben zwar den Vorsatz zu sportlichen Aktivitäten, brauchen aber die Initiative des "Sportpartners"

- Helfen Sie bei der Wahl der geeigneten Sportart. Erläutern Sie die Vor- und Nachteile der jeweiligen Sportart.
- Besprechen Sie mit ihm die Möglichkeit, eine ganz neue Sportart auszuprobieren, bei der beide Anfänger sind.
- Nehmen Sie den sportlich Inaktiven zu Ihrem Sport/ zu einer neuen Sportart mit.
- Informieren Sie ihn über Probierangebote und Sportarten.
- Vermitteln Sie ihn in Anfängerkurse/versuchen Sie, ihn in eine bestehende Gruppe zu integrieren.
- Gründen Sie mit sportlich Inaktiven eine Gruppe, die auch später - ohne Sie - weiterbesteht.

4.2.4 Sportlich Inaktive fürchten, sich bei sportlichen Aktivitäten zu blamieren und trauen sich alleine den (Wieder-) Einstieg nicht zu

- Versuchen Sie, diese Befürchtungen zu verstehen, wenn Sie ihn zu Ihrem Sport mitnehmen wollen.
- Ermutigen Sie ihn.
- Nehmen Sie ihm die Angst, Fehler zu machen.
- Führen Sie ihm Ihre/eine neue Sportart vor.
- Erklären Sie ihm Techniken und Regeln in Ihrer Sportart bzw. erarbeiten Sie gemeinsam mit ihm die Regeln bei einer neuen Sportart.

4.2.5 Denken Sie an die Leistungsunterschiede, die zwischen sportlich Aktiven und Inaktiven bestehen

- Stellen Sie sich in der Probierphase auf seine sportliche Kondition ein.
- Führen Sie ihn in kleinen Schritten an den Sport heran.
- Haben Sie Geduld und überschätzen Sie nicht seine Leistungsfähigkeit.
- Erkennen Sie seine Leistungen an.
- Spornen Sie ihn an.

4.2.6 Die Eigenmotivation des sportlich Inaktiven sollte geweckt und aufrechterhalten werden

- Knüpfen Sie an die Bereitschaft an, mit Sport (wieder) zu beginnen und helfen Sie bei der Entwicklung eines echten Sportinteresses.
- Erklären Sie, daß
 - Sport hilft, fit zu bleiben
 - Sport gut für die Figur ist
 - Sport gut für die Schönheit ist.

4.2.7 Die Sportpartnerschaft braucht einen organisatorischen Rahmen

- Machen Sie konkrete Vorschläge für gemeinsame Sportaktivitäten.
- Vereinbaren Sie einen festen Termin zum regelmäßigen Sporttreiben.
- Sorgen Sie für eine entsprechende Sportausrüstung.
- Machen Sie ihn mit anderen Sportlern bekannt.
- Besprechen Sie mit dem Sportneuling einen Vereinsbeitritt.

BEWERTUNG DER AKTION "MITEINANDER AKTIV" UND MITWIRKUNGSMÖGLICHKEITEN VON SPORTVEREINEN¹⁾

Grundsätzlich begrüßten die Diskussionsteilnehmer die Intention der geplanten Aktion, noch mehr Menschen für sportliche Aktivitäten zu gewinnen.

Einwände und Vorbehalte gegenüber der Aktion beziehen sich auf folgende Punkte:

In bestimmten Bereichen (Turnhallen/Schwimmbäder) seien die Kapazitäten der Vereine bereits ausgelastet. Es bestünden z.T. schon Aufnahmestopps in Sportvereinen, weil Sportanlagen und -hallen überfüllt seien.

Eine Voraussetzung für die Integration von noch mehr Menschen in sportliche Aktivitäten sei die Schaffung von Angeboten zum Sporttreiben (Sportanlagen, Bereitstellung von Grünanlagen für den Freizeitsport).

Die Vereinsvertreter gehen davon aus, daß die DSB-Aktion auch den Vereinen zugute kommt.

Eine große Chance für den Erfolg dieser Aktion sehen die Teilnehmer darin, daß zunächst ein ungezwungener Rahmen für sportliche Aktivitäten angeboten wird. Bei einer zunächst sporadischen sportlichen Betätigung wachse zwangsläufig die Erkenntnis, daß es einer qualifizierten Anleitung und Betreuung beim Sport bedarf. Dadurch sei eine weiterführende Motivation für regelmäßiges Sporttreiben zu gewährleisten. Dies könne sich dann auch mittelfristig für die Mitgliederentwicklung in Sportvereinen auswirken.

1) Dieses Protokoll gibt die zentralen Tendenzen im Meinungsbild von 10 Vereinsvertretern wieder. Die vertretenen Kölner Vereine weisen Mitgliederzahlen auf von 200 bis 1.200.

Eine wichtige Voraussetzung zur Durchführung der Aktion "Miteinander aktiv" sei - so die einhellige Ansicht der Diskussionsteilnehmer - eine Abstimmung und regionale Koordination der Sportvereine untereinander. Durch eine Fragebogen-Aktion sollte zunächst einmal der Auslastungsgrad (Über- und Minderauslastung) der Sportvereinskapazitäten ermittelt werden, um dann zielgerecht auf die Sportbedürfnisse von sportlich Aktiven und Inaktiven eingehen zu können.

VERZEICHNIS DER ÜBERSICHTEN

Übersicht

- 1 Gemeinsame Sportaktivitäten in der Freizeit
- 2 Positive Gesichtspunkte gemeinsamer Sportaktivitäten
- 3 Anlässe zum Sporttreiben
- 4a Erfahrungen als "Sportpartner"
- 4b Erfahrungen als "Sportpartner" (Fortsetzung)
- 4c Erfahrungen als "Sportpartner" (Fortsetzung)
- 4d Erfahrungen als "Sportpartner" (Fortsetzung)
- 5 Interesse an der Aufgabe eines "Sportpartners"
- 6a Argumentationsformen von "Sportpartnern"
- 6b Argumentationsformen von "Sportpartnern" (Fortsetzung)
- 6c Argumentationsformen von "Sportpartnern" (Fortsetzung)
- 7 Wirkungskreis von "Sportpartnern"
- 8 Bereitschaft und Voraussetzungen zu gemeinsamen sportlichen Aktivitäten
- 9 Erfahrungen mit "Sportpartnern"
- 10 Überzeugende Argumente für sportlich eher Inaktive
- 11 Einschätzung der Aktion "Miteinander aktiv"
- 12 Vorschläge zur Motivation von aktiv Sporttreibenden zu "Sportpartnern"
- 13 Vorschläge für Motivationshilfen (Anzeigenwerbung)
- 14a Einschätzung von Motivationshilfen für "Sportpartner"
- 14b Einschätzung von Motivationshilfen für "Sportpartner" (Fortsetzung)
- 15 Statistik

Obersicht 1

MITEINANDER AKTIV

Gemeinsame Sportaktivitäten in der Freizeit

| | Sportlich Aktive n = 75 ¹⁾ | Sportlich Inaktive n = 25 ¹⁾ |
|-----------------------|--|--|
| 1. Ausdauersportarten | | |
| - Schwimmen | 42 | 9 |
| - Joggen | 38 | 2 |
| - Radfahren | 27 | 8 |
| - Wandern | 22 | 3 |
| - Skilanglauf | 8 | - |
| - Gymnastik | 5 | - |
| - Schlittschuhlaufen | 5 | - |
| 2. Spielsportarten | | |
| - Tennis | 29 | 3 |
| - Volleyball | 28 | 2 |
| - Fußball | 26 | 4 |
| - Tischtennis | 7 | 3 |
| - Federball | 6 | - |
| - Basketball | 4 | - |
| - Kegeln | 4 | 1 |
| - Prellball | 2 | - |
| - Squash | 2 | - |
| - Hockey | 2 | - |
| 3. Sonstiges | | |
| - Ski alpin | 28 | 1 |
| - Leichtathletik | 5 | - |
| - Turnen | 1 | - |
| - Tanzen | 1 | 2 |
| - Surfen | 1 | 1 |
| - Bodybuilding | - | - |
| 4. Nichts | - | 4 |

1) Mehrfachnennungen

Obersicht 2

MITEINANDER AKTIV

Positive Gesichtspunkte gemeinsamer Sportaktivitäten

| | Sportlich Aktive n = 75 ¹⁾ | Sportlich Inaktive n = 25 ¹⁾ |
|---|---|---|
| Frage: Was ist Ihrer Ansicht nach besonders attraktiv bei gemeinsamen Sportaktivitäten? | | |
| - Unterhaltung, Geselligkeit | 69 | 19 |
| - Gemeinsames Erlebnis | 64 | 15 |
| - Man gewinnt neue Freunde | 53 | 11 |
| - Man lernt einander besser kennen | 51 | 7 |
| - Es macht mehr Spaß | 51 | 5 |
| - Es fällt leichter, sich aufzuraffen | 47 | 2 |
| - Ansporn zu höherer Leistung | 33 | - |
| - Wettkampf | 30 | - |
| - Man hält besser durch | 28 | - |
| - Ausgleich zum Beruf | 17 | 3 |
| - Abwechslung bei der Freizeitgestaltung | 16 | 3 |
| - Bewegung, Fitness | 11 | 9 |
| - Keine Angabe | 2 | - |

1) Mehrfachnennungen

Obersicht 3

MITEINANDER AKTIV

Sportlich
Aktive

n = 75¹⁾

Anlässe zum Sporttreiben

| Frage: Wie sind Sie selbst zum Sporttreiben gekommen? | |
|---|----|
| - Anregung durch andere Sporttreibende | 59 |
| - Vereinsmitgliedschaft | 27 |
| - Schulsport | 22 |
| - Ich wollte fit und gesund sein | 21 |
| - Suche nach sinnvoller Freizeitbeschäftigung | 18 |
| - Informationen durch Medien | 17 |
| - Möglichkeit, um andere Menschen kennenzulernen | 12 |
| - Keine Angabe | - |

1) Mehrfachnennungen

Obersicht 4a

MITEINANDER AKTIV

Erfahrungen als "Sportpartner"

Sportlich
Aktive

n = 75¹⁾

Frage: Haben Sie selbst schon einmal versucht, sportlich wenig aktive Familienmitglieder, Freunde oder Bekannte für gemeinsame Sportaktivitäten zu interessieren?

- Ja

68

- Nein

7

Insgesamt

75

Frage: Wer wurde angesprochen?

| | Altersgruppen | | | | | |
|-----------------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|----------------------|
| | 10 - 19 Jahre | 20 - 29 Jahre | 30 - 39 Jahre | 40 - 49 Jahre | 50 - 59 Jahre | 60 Jahre u. älter |
| 1. Eltern/ein Elternteil | - | - | - | 9 | 4 | - |
| 2. Ehepartner | - | 3 | 4 | 3 | 1 | - |
| 3. Kind/er | 2 | 11 | - | - | - | - |
| 4. Freund/in, Bekante | - | 29 | 12 | 17 | 3 | 2 |
| 5. Arbeits- kollegen | - | 12 | 16 | 9 | 5 | - |
| 6. Geschwister | - | 6 | 6 | 4 | - | - |

1) Mehrfachnennungen

Obersicht 4b

MITEINANDER AKTIV

Erfahrungen als "Sportpartner" (Forts.)

Sportlich
Aktive

n = 68¹⁾

| | |
|--|----|
| Frage: Aus welchen Anlässen/Situationen hat sich die gemeinsame sportliche Aktivität mit Inaktiven entwickelt? | |
| - Gespräche über Sport | 32 |
| - Wunsch nach sinnvoller Freizeitgestaltung | 30 |
| - Urlaub | 22 |
| - Partner/Verstärkung für bestehende Gruppe gesucht | 13 |
| - Mehr freie Zeit | 8 |
| - Angesprochener signalisierte Interesse | 5 |
| - Neugier auf neue Sportarten | 4 |
| - Übergewicht | 3 |
| Frage: Welche gemeinsame sportliche Betätigung haben Sie vorgeschlagen? | |
| - Ausdauersport (Radfahren, Schwimmen, Laufen, Wandern u.ä.) | 42 |
| - Spilsport (Tennis, Volleyball, Tischtennis u.ä.) | 38 |
| - Kampfsport (Judo, Karate u.ä.) | 7 |
| - Sonstiges | 11 |

1) Mehrfachnennungen

Obersicht 4c

MITEINANDER AKTIV

Erfahrungen als "Sportpartner" (Forts.)

Sportlich
Aktive

n = 68¹⁾

Frage: Wie hat die angesprochene Person reagiert?

- | | |
|-------------------------------------|----|
| - Sehr positiv | 16 |
| - Positiv und interessiert | 26 |
| - Erst skeptisch, dann positiv | 7 |
| ----- | |
| - Erst positiv, dann uninteressiert | 4 |
| - Uninteressiert | 3 |
| - Ablehnend | 12 |

Insgesamt 68

Frage: Ist es zu weiteren gemeinsamen Sportaktivitäten gekommen?

- | | |
|--------------------|----|
| - Ja, häufig | 33 |
| - Ja, gelegentlich | 20 |
| - Nein | 15 |

Insgesamt 68

Frage: Mußten Sie sich beim Sport auf den Neuling einstellen?

- | | |
|--------|----|
| - Ja | 37 |
| - Nein | 31 |

Insgesamt 68

In welcher Art und Weise?

- | | |
|---|----|
| - Techniken und Regeln erklären | 21 |
| - Tempo verringern, kürzere Strecken wählen | 17 |
| - Geduld haben | 8 |
| - Rücksicht nehmen | 7 |
| - Hilfestellung geben | 5 |

1) Mehrfachnennungen

Erfahrungen als "Sportpartner" (Forts.)

| | |
|---|--|
| <p>Frage: Welche Probleme hatten Sie bei dem Versuch, gemeinsam Sport zu treiben?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Der Angesprochene hatte Angst, sich zu blamieren - Es war schwierig, sich auf einen Termin zu einigen - Schlechte Kondition des Neulings - Der Angesprochene hatte keine Sportausrüstung - Es war schwierig, eine geeignete Sportart auszuwählen - Der Neuling wirkte hemmend - Meine Geduld wurde überstrapaziert - Ich fühlte mich nicht kompetent für die sportliche Anleitung - Der Angesprochene hatte eigentlich gar keine Lust - Ich habe die Fähigkeiten des Neulings überschätzt <hr style="border-top: 1px dashed black;"/> <ul style="list-style-type: none"> - Keine Probleme | <p>28</p> <p>25</p> <p>19</p> <p>16</p> <p>10</p> <p>9</p> <p>8</p> <p>6</p> <p>6</p> <p>3</p> <p>22</p> |
| <p>Frage: Was glauben Sie, wie könnte man diese Probleme lösen?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Es muß ein guter persönlicher Kontakt bestehen - Mut machen - Angst vor Fehlern nehmen - Übungsleiter oder Anleitungen (wie bei Trimm-Pfaden) zur Verfügung stellen - Sportplätze und -hallen für private Nutzung öffnen - Vorher Gespräche über Sport führen - Interessen abstimmen - Fehler akzeptieren - Zeit einteilen (Anfängertraining) - Geduld haben - Mehrere Anfänger gewinnen - Ziele nicht zu hoch stecken | <p>18</p> <p>15</p> <p>12</p> <p>9</p> <p>9</p> <p>7</p> <p>5</p> <p>3</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>1</p> |

1) Mehrfachnennungen

Obersicht 5

MITEINANDER AKTIV

Interesse an der Aufgabe eines "Sportpartners "

Sportlich
Aktive

n = 75

| | |
|--|----|
| Frage: Wie groß ist Ihr Interesse, (weiterhin) sportlich eher Inaktive im Freundes- und Bekanntenkreis anzusprechen? | |
| - Sehr groß | 6 |
| - Groß | 17 |
| - Mittelmäßig | 34 |
| - Gering | 12 |
| - Ganz gering | 6 |
| Insgesamt | 75 |

Obersicht 6a

MITEINANDER AKTIV

Argumentationsformen von "Sportpartnern"

Sportlich
Aktive

n = 75¹⁾

| | |
|--|----|
| Frage: Bitte beschreiben Sie eine Person, mit der Sie gerne gemeinsam Sport treiben würden. | |
| - Sympathisch, gleiche Wellenlänge | 41 |
| - Gute sportliche Fähigkeiten | 22 |
| - Interesse am Sport | 18 |
| - Bereitschaft zur Regelmäßigkeit | 17 |
| - Bessere sportliche Fähigkeiten als ich | 16 |
| - Ehrgeiz, Eigenmotivation | 12 |
| - Aufgeschlossen | 6 |
| - Vertrauen in eigene Leistung | 2 |
| - Gleichaltrig | 2 |
| Frage: Wenn Sie einen Inaktiven zu gemeinsamen sportlichen Aktivitäten einladen würden, was würden Sie von ihm erwarten? | |
| - Interesse, Aufgeschlossenheit | 32 |
| - Bereitschaft, den Sport auszuprobieren | 31 |
| - Durchhaltevermögen | 25 |
| - Leistungsbereitschaft | 12 |
| - Allmähliche Steigerung der sportlichen Aktivitäten | 9 |
| - Spaß, Enthusiasmus | 7 |
| - Ausrüstung kaufen | 6 |
| - Termine einhalten | 5 |

1) Mehrfachnennungen

| | |
|--|---|
| <p>Frage: Durch welche Argumente kann man Ihrer Erfahrung nach bei Nicht-Sportlern ein Interesse auslösen? Was würden Sie einem Nicht-Aktiven sagen?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sport fördert Gesundheit, Fitness - Sport macht Spaß - Durch Sport entsteht eine Gemeinschaft - Sport trägt zum psychischen Wohlbefinden und zur Entspannung bei - Beim Sport kann man neue Bekanntschaften schließen - Sport setzt eigene Begeisterung voraus - Sport ist eine sinnvolle Freizeitgestaltung - Sport sorgt für eine gute Figur | <p>41 37 19 19 12 9 7 6</p> |
| <p>Frage: Angenommen, Sie wollten mich als sportlich Inaktiven dazu bringen, mit Ihnen eine Sportart auszuprobieren. Was würden Sie tun?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ich würde Sie mitnehmen oder einladen - Ich würde von meiner eigenen Sportaktivität erzählen (z.B.: vom eigenen Spaß am Sport) - Ich würde versuchen, unsere gemeinsamen Interessen herauszufinden (Es macht mehr Spaß, gemeinsam Sport zu treiben) - Ich würde Ihnen die Sportart vorführen - Ich würde Sie in kleinen Schritten an den Sport heranzuführen (nicht mit eigener Leistung protzen) - Ich würde Sie mit anderen Sportlern bekanntmachen - Ich würde für Erfolgserlebnisse sorgen und Mut machen | <p>47 35 22 19 15 11 7</p> |

1) Mehrfachnennungen

Obersicht 6c

MITEINANDER AKTIV

Sportlich
Aktive

n = 75¹⁾

Argumentationsformen von "Sportpartnern"

| | | |
|--------|---|----|
| Frage: | Was würden Sie unternehmen, damit ich als sportlich Inaktiver aktiv bleibe? | |
| | - Ich würde Sie immer wieder einladen und zum Sport auffordern | 35 |
| | - Ich würde einen festen Termin vereinbaren | 17 |
| | - Ich würde Ihre Aktivitäten anerkennen und Sie anspornen | 15 |
| | - Ich würde Sie zu einem Vereinsbeitritt anregen | 11 |
| | - Ich würde Sie mit anderen Sportlern bekanntmachen | 9 |
| | - Nichts, ich will nicht zuviel Druck ausüben | 16 |
| | - Weiß nicht | 3 |

1) Mehrfachnennungen

MITEINANDER AKTIV

Sportlich
Aktive

n = 75

Wirkungskreis von "Sportpartnern"

| | | |
|-------------------------------------|--|----|
| Frage: | Zählen Sie doch bitte einmal nach, wieviele "Sport-Muffel" es in Ihrem weiteren Bekanntenkreis gibt. | |
| 1. In der eigenen (engeren) Familie | 1 - 2 Personen | 41 |
| | 3 - 5 Personen | 18 |
| | 6 - 9 Personen | 16 |
| | 10 und mehr Personen | - |
| 2. Im Freundeskreis | 1 - 2 Personen | 13 |
| | 3 - 5 Personen | 31 |
| | 6 - 9 Personen | 22 |
| | 10 und mehr Personen | 9 |
| 3. Bei Arbeitskollegen | 1 - 2 Personen | 17 |
| | 3 - 5 Personen | 19 |
| | 6 - 9 Personen | 12 |
| | 10 und mehr Personen | 2 |
| | weiß nicht | 25 |
| 4. Bei Nachbarn | 1 - 2 Personen | 7 |
| | 3 - 5 Personen | 22 |
| | 6 - 9 Personen | 16 |
| | 10 und mehr Personen | 3 |
| | weiß nicht | 27 |
| Frage: | Wieviele von denen könnten Sie in diesem Jahr ansprechen und zum Sport bewegen? | |
| | 1 - 2 Personen | 7 |
| | 3 - 5 Personen | 38 |
| | 6 - 9 Personen | 16 |
| | 10 und mehr Personen | 2 |
| | weiß nicht | 12 |

Obersicht 8

MITEINANDER AKTIV

Sportlich
Inaktive

n = 25¹⁾

Bereitschaft und Voraussetzungen zu gemeinsamen sportlichen Aktivitäten

| | | |
|--------|--|----|
| Frage: | Haben Sie den Wunsch, (wieder) sportlich aktiv zu werden? | |
| | - Ja, sehr | 7 |
| | - Ja, ein bißchen | 8 |
| | - Nein | 10 |
| | - Nein, überhaupt nicht | - |
| | Insgesamt | 25 |
| Frage: | Versuchen Sie einmal, die Personen zu beschreiben, von der Sie sich gerne zu gemeinsamen Sportaktivitäten auffordern ließen: | |
| | - Sympathisch, gleiche Wellenlänge | 13 |
| | - Geduld | 7 |
| | - Didaktische Fähigkeiten | 6 |
| | - Sportlich aktiv, gute Kondition | 6 |
| | - Muß mich motivieren, mitreißen können | 5 |
| | - Vielseitig | 2 |
| | - Nicht zu ehrgeizig | 2 |

1) Mehrfachnennungen

MITEINANDER AKTIV

Erfahrungen mit "Sportpartnern"

Sportlich
Inaktive

n = 25

| | | |
|---|-----------------------|----|
| Frage: Gibt es in Ihrer Familie oder in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis sportlich aktive Personen, die versucht haben, Sie zum Sporttreiben zu motivieren? | | |
| - Ja | | 13 |
| - Nein | | 12 |
| Insgesamt | | 25 |
| Mit welchem Erfolg? | | |
| - Ich habe mitgemacht | - einmal | 2 |
| | - gelegentlich | 3 |
| | - regelmäßig | 1 |
| - Ich habe nicht mitgemacht | - keine Zeit | 3 |
| | - keine Lust | 2 |
| | - fehlende Ausrüstung | 1 |
| | - zu teuer | 1 |

Obersicht 10

MITEINANDER AKTIV

Überzeugende Argumente für sportlich eher Inaktive

Sportlich
Inaktive

n = 25¹⁾

| | |
|--|---|
| <p>Frage: Angenommen, ich als aktiv Sporttreibender wollte Sie dazu bringen, eine Sportart gemeinsam mit mir auszuprobieren. Welche Sportart würden Sie sich wünschen?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tennis - Joggen - Schwimmen - Gymnastik - Jazzgymnastik, Jazztanz - Volleyball - Stepptanz - Sonstiges | <p>10</p> <p>9</p> <p>5</p> <p>4</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>2</p> <p>3</p> |
| <p>Frage: Was müßte ich als aktiv Sporttreibender Ihnen sagen, um Sie zu überzeugen?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sport ist gut für meine Gesundheit, Fitness - Es macht Spaß - Konkrete Angebote machen und die Sportaktivitäten organisieren - Sport ist gut für die Figur - Man müßte mir nicht viel sagen, ich würde sofort mitmachen | <p>22</p> <p>6</p> <p>4</p> <p>2</p> <p>5</p> |
| <p>Frage: Was würden Sie von mir als aktiv Sporttreibendem erwarten?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mitmachen und durchhalten - Motivieren, mitreißen - Hilfestellung geben - Anspornen, loben - Geduld - Techniken erklären - Sportart selbst aussuchen lassen - Nicht zu viel Ehrgeiz im Sport - Zuverlässigkeit - Konkrete Vorschläge | <p>19</p> <p>11</p> <p>6</p> <p>5</p> <p>4</p> <p>4</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>2</p> <p>2</p> |

1) Mehrfachnennungen

Obersicht 11

MITEINANDER AKTIV

Einschätzung der Aktion "Miteinander aktiv"

| | Sportlich Aktive n = 75 ¹⁾ | Sportlich Inaktive n = 25 ¹⁾ |
|--|---|---|
| <p>Erläuterung der Aktion: Der Deutsche Sportbund möchte denjenigen helfen, die wieder mit Sport beginnen wollen. Er möchte die aktiv Sporttreibenden dafür gewinnen, daß sie ihn ihrer Freizeit ihre sportlich weniger aktiven Freunde und Bekannte zu gemeinsamen sportlichen Aktivitäten einladen. Wie beurteilen Sie diese Idee?</p> | | |
| <p>positiv</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gesundheit wird gefördert - Sport ist auch Erziehung - Viele Unsportliche brauchen nur einen Anstoß - Ansprache und Kontakt spornen an - Sport macht Spaß - Sport bringt neue Kontakte - Mit Freunden geht es leichter - Aktive können gut überzeugen | <p>61 16 13 - 12 12 7 3</p> | <p>11 - - 13 11 - - 5</p> |
| <p>negativ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Das wird sowieso schon immer gemacht - Das muß jeder selbst wissen - Anderes ist mir wichtiger - Der DSB soll mich nicht bevormunden - Ich habe keine Lust - Ich treibe lieber Sport mit Untrainierten | <p>11 3 - - - -</p> | <p>- - 3 3 2 1</p> |

1) Mehrfachnennungen

MITEINANDER AKTIV

Vorschläge zur Motivation von aktiv Sporttreibenden zu "Sportpartnern"

| | Sportlich Aktive n = 75 ¹⁾ | Sportlich Inaktive n = 25 ¹⁾ |
|--|---|---|
| Frage: Was meinen Sie, wie könnte der DSB die aktiv Sporttreibenden dazu bringen, mit sportlich eher Inaktiven gemeinsam Sport zu treiben? | | |
| - Geeignete Sportanlagen zur Verfügung stellen | 51 | 3 |
| - Anzeigen, Werbeaktionen | 32 | 5 |
| - Offizielle Veranstaltungen mit Preisen | 31 | 10 |
| - Finanzielle Anreize | 19 | 7 |
| - Möglichkeiten zu preiswertem Sport | 18 | - |
| - Feste, Veranstaltungen | 13 | 3 |
| - Probetraining | 16 | 1 |
| - Auszeichnungen | 12 | - |
| - Offene Sportangebote (z.B. am Wochenende) | 11 | 5 |
| - Beiträge senken | 10 | - |
| - Gruppenunternehmungen fördern | 6 | 4 |
| - Sport verpflichtender machen (z.B. Betriebssport) | 4 | - |
| - Trainingstips, "Gebrauchsanleitungen" | 4 | 7 |
| - Der DSB braucht dabei keine Anreize zu geben | 12 | - |

1) Mehrfachnennungen

Obersicht 13

MITEINANDER AKTIV

Vorschläge für Motivationshilfen (Anzeigenwerbung)

| | Sportlich Aktive n = 75 | Sportlich Inaktive n = 25 |
|---|-----------------------------------|-------------------------------------|
| Gestaltung von Zeitschriften-Anzeigen | | |
| - Humorvoll und leicht gestalten | 20 | - |
| - Bildserien, Cartoons | 16 | - |
| - Aktive versus Inaktive | 9 | 7 |
| - Verantwortungsgefühl der Aktiven stärken | 9 | - |
| - Aktive vorstellen, die früher inaktiv waren | 8 | 5 |
| - Profis mit Inaktiven zeigen | 7 | - |
| - Gesundheit betonen | 5 | 3 |
| - Spaß betonen | 5 | 2 |
| - Sporttreibende zeigen: "Mach mit" | 3 | 5 |
| - Appelle an Aktive | 2 | 4 |
| Bereitschaft, mit Foto und persönlicher Stellungnahme auf Postern und Schriften für den aktiven Sport aufzutreten | | |
| - Bereitschaft besteht | 32 | 11 |
| - Bereitschaft besteht nicht (Man sollte lieber Gruppen oder bekannte Sportler zeigen.) | 43 | 14 |

Obersicht 14a

MITEINANDER AKTIV

Einschätzung von Motivationshilfen für "Sportpartner"

| | Sportlich Aktive n = 75 | Sportlich Inaktive n = 25 |
|---|-------------------------------|---------------------------------|
| Auszeichnungen und Anstecknadeln für sportlich Aktive | | |
| - Ja, das spricht viele an | 42 | 17 |
| - Nein, das wäre für mich kein Anreiz | 27 | 5 |
| - Weiß nicht | 6 | 3 |
| Insgesamt | 75 | 25 |
| Kurze Trainingsanleitungen und Übungspläne für gemeinsame Sportaktivitäten für sportlich Aktive | | |
| - Ja, das gefällt mir | 74 | 18 |
| - Nein, das ist nicht so gut | 1 | 2 |
| - Man sollte es lieber dem Fachmann überlassen | - | 1 |
| - Das sollte lieber jeder selbst bestimmen | - | 1 |
| - Ich möchte mich nicht "schulmeistern" lassen | - | 1 |
| - Weiß nicht | - | 2 |
| Insgesamt | 75 | 25 |

Obersicht 14b

MITEINANDER AKTIV

Einschätzung von Motivationshilfen für "Sportpartner"
(Fortsetzung)

| | | Sportlich Aktive n = 75 ¹⁾ | Sportlich Inaktive n = 25 ¹⁾ |
|--|--|---|---|
| DSB-Informationsbroschüren für sportlich Aktive, die im Freundes- und Bekanntenkreis weiter verteilt werden | | | |
| positiv | - Bessere Informationen für Sporttreibende | 61 | 23 |
| | - Nutzung muß gewährleistet sein; evtl. auf Anforderung | 19 | 2 |
| | - Kann dabei helfen, Inaktive zu überzeugen | 17 | - |
| negativ | - Ich würde nichts verteilen, wäre mir zu verpflichtend | 14 | 2 |
| Regelmäßige DSB-Informationen für sportlich Aktive | | | |
| positiv | - Bessere Informationen für sportlich Aktive | 57 | 19 |
| | - Wichtig für Vereine | 5 | - |
| | - Überblick über den Stand der DSB-Aktionen | 4 | 2 |
| | - Bringt mehr Spaß/Motivation | 3 | 1 |
| | - Sollte psychologische Tips enthalten | 2 | 1 |
| negativ | - Kein Interesse | 18 | 6 |

1) Mehrfachnennungen

Obersicht 15

MITEINANDER AKTIV

Statistik

| | | Sportlich Aktive n = 75 | Sportlich Inaktive n = 25 |
|-----------------------------|---------------------------|-------------------------------|---------------------------------|
| GESCHLECHT | - Männlich | 45 | 12 |
| | - Weiblich | 30 | 13 |
| ALTER | - 20 - 29 Jahre | 19 | 2 |
| | - 30 - 39 Jahre | 28 | 9 |
| | - 40 - 49 Jahre | 19 | 10 |
| | - 50 - 59 Jahre | 7 | 3 |
| | - 60 Jahre und älter | 2 | 1 |
| SCHULBILDUNG | - Ohne Lehre | - | - |
| | - Mit Lehre | 4 | 2 |
| | - Mittlere Reife | 20 | 7 |
| | - Abitur | 29 | 6 |
| | - Hochschule mit Abschluß | 22 | 10 |
| BERUF | - Beamte | 3 | 2 |
| | - Selbständige | 9 | 3 |
| | - Freie Berufe | 2 | 1 |
| | - Leitende Angestellte | 6 | 3 |
| | - Sonstige Angestellte | 17 | 8 |
| | - Facharbeiter | 9 | 2 |
| | - Sonstige Arbeiter | 13 | 2 |
| | - Rentner | 2 | 1 |
| | - Hausfrauen | 5 | 2 |
| | - In Ausbildung | 5 | - |
| - Arbeitslos | 4 | 1 | |
| MITGLIED IN EINEM VEREIN | - JA | 55 | 6 |
| | - NEIN | 20 | 19 |

b,

ANHANG

1. ERGEBNISSE DER GRUPPENDISKUSSION
MIT VERTRETERN VON SPORTVEREINEN

2. ERGEBNISÜBERSICHTEN
DER BEFRAGUNGEN

3. INTERVIEWLEITFADEN

INTERVIEWLEITFADEN "MITEINANDER AKTIV"

Fragen an alle

1. Ich möchte mit Ihnen über Ihre Sport- und Freizeitaktivitäten sprechen. Was machen Sie auf sportlichem Gebiet in Ihrer Freizeit gemeinsam mit der Familie, mit Freunden, Nachbarn, Arbeitskollegen!

2. Was ist Ihrer Ansicht nach besonders attraktiv bei gemeinsamen Sportaktivitäten?

| | |
|--|--|
| Es macht einfach mehr Spaß | |
| Es fällt leichter, sich aufzuraffen | |
| Man hält besser durch | |
| Man gewinnt neue Freunde | |
| Man lernt einander besser kennen | |
| Man kann miteinander konkurrieren | |
| Anschließend ist Gelegenheit zu Geselligkeit | |

3. Würden Sie sich selbst als sportlich aktiv bezeichnen?

| | |
|------|--|
| Ja | |
| Nein | |

→ weiter mit Frage 7

Fragen an sportlich Aktive

4. Wie sind Sie selbst zum Sporttreiben gekommen?

5. Haben Sie selbst schon einmal versucht, sportlich wenig aktive Familienmitglieder, Freunde oder Bekannte für gemeinsame Sportaktivitäten zu interessieren?

| | |
|------|--|
| Ja | |
| Nein | |

→ wieso nicht? → weiter mit Frage 6

5.1 Wenn ja: Wen haben Sie da angesprochen?

| | Alter | | | | | | | |
|---------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|---------|
| | bis 9 | 10-19 | 20-29 | 30-39 | 40-49 | 50-59 | 60-69 | über 70 |
| Meine Eltern/ ein Elternteil | | | | | | | | |
| Meine Kinder | | | | | | | | |
| Freund/in, Bekannte | | | | | | | | |
| Arbeits- kollegen | | | | | | | | |
| Ehepartner | | | | | | | | |

5.2 Aus welcher Situation heraus hat sich die gemeinsame Aktivität entwickelt?

5.3 Wie hat die angesprochene Person reagiert?

5.4 Welche gemeinsame sportliche Betätigung haben Sie vorgeschlagen?

| | |
|--|--|
| Ausdauersport (Radfahren, Schwimmen, Laufen, Wandern u.ä.) | |
| Kampfsport (Judo, Karate u.ä.) | |
| Spielsport (Tennis, Volleyball, Tischtennis u.ä.) | |
| Sonstiges und zwar | |

5.5 Durch welche Argumente kann man Ihrer Erfahrung nach bei Nicht-Sportlern am besten ein Interesse auslösen?

5.6 Ist es zu weiteren gemeinsamen Sportaktivitäten gekommen?

| | |
|------------------|--|
| Ja, häufig | |
| Ja, gelegentlich | |
| Nein | |

→ wieso nicht

5.7 Mußten Sie sich beim Sport auf den Neuling einstellen?

| | |
|------|--|
| Ja | |
| Nein | |

→ in welcher Art und Weise?

5.8 Welche Probleme hatten Sie bei dem Versuch, gemeinsam Sport zu treiben?

| | |
|--|--|
| Der Angesprochene hatte keine Sportausrüstung | |
| Es war schwierig, sich auf einen Termin zu einigen | |
| Ich fühlte mich nicht kompetent für die sportliche Anleitung | |
| Der Angesprochene hatte Angst, sich zu blamieren | |
| Der Angesprochene hatte eigentlich gar keine Lust | |
| Es war schwierig, eine geeignete Sportart auszuwählen | |

5.9 Was glauben Sie, wie könnte man diese Probleme lösen?

6. Wie groß ist Ihr Interesse (weiterhin) sportlich eher Inaktive im Freundes- und Bekanntenkreis anzusprechen?

6.1 Versuchen Sie einmal, eine Person zu beschreiben, mit der Sie gerne gemeinsam Sport treiben würden!

6.2 Angenommen, Sie wollten mich dazu bringen, mit Ihnen eine Sportart auszuprobieren.

6.2.1 Was würden Sie tun?

6.2.2 Was würden Sie mir sagen?

6.2.3 Wie würden Sie mich überzeugen?

6.2.4 Was würden Sie von mir erwarten?

6.3 Was würden Sie unternehmen, damit ich dauerhaft sportlich aktiv bleibe?

6.4 Zählen Sie doch bitte einmal nach, wieviele Sport-Muffel es in Ihrem weiteren Bekanntenkreis gibt?

| | Anzahl |
|----------------------------------|--------|
| In der eigenen (engeren) Familie | |
| Im Freundeskreis | |
| Bei Arbeitskollegen | |
| Bei Nachbarn | |

6.5 Wieviele von denen könnten Sie in diesem Jahr ansprechen und zum Sport bewegen?

| Anzahl |
|--------|
| |

6.6 Welche Anreize würden Sie sich wünschen, um mit bisher eher Inaktiven gemeinsam Sport zu treiben?

→ weiter mit Frage 8

Fragen an sportlich eher Inaktive

7. Haben Sie den Wunsch, (wieder) sportlich aktiv zu werden?

| | |
|-----------------------|--|
| Ja, sehr | |
| Ja, ein bißchen | |
| Nein | |
| Nein, überhaupt nicht | |

7.1 Was würden Sie davon halten, wenn ein aktiv Sporttreibender aus Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis Sie zu gemeinsamen Sportaktivitäten einlädt?

7.2 Aus welchen Gründen würden Sie mitmachen bzw. nicht mitmachen?

7.3 Versuchen Sie einmal, die Person zu beschreiben, von der Sie sich gerne zu gemeinsamen Sportaktivitäten auffordern ließen:

7.3.1 Wer könnte Sie überhaupt nicht zu gemeinsamen Sportaktivitäten animieren?

7.4 Gibt es in Ihrer Familie oder in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis sportlich aktive Personen, die versucht haben, Sie zum Sporttreiben zu motivieren?

| | |
|------|--|
| Ja | |
| Nein | |



➔ 7.5 Mit welchem Erfolg?

| | | |
|---------------------------|-----------------------|--|
| Ich habe mitgemacht | - einmal | |
| | - gelegentlich | |
| | - regelmäßig | |
| Ich habe nicht mitgemacht | - keine Zeit | |
| | - keine Lust | |
| | - fehlende Ausrüstung | |
| | - zu teuer | |

7.6 Angenommen, ich wollte Sie dazu bringen, eine Sportart gemeinsam mit mir auszuprobieren.

7.6.1 Welche Sportart würden Sie sich wünschen? (Bitte die Wahl begründen)

7.6.2 Was würden Sie von mir erwarten?

7.6.3 Was müßte ich Ihnen sagen, um Sie zu überzeugen?

Fragen an alle

8. Der Deutsche Sportbund möchte denjenigen helfen, die wieder mit Sport beginnen wollen. Dazu möchte er die aktiv Sporttreibenden dafür gewinnen, daß sie in ihrer Freizeit ihre sportlich weniger aktiven Freunde und Bekannte zu gemeinsamen sportlichen Aktivitäten einladen.

8.1 Was halten Sie von dieser Idee?

| | |
|----------|--|
| gut | |
| schlecht | |

Begründung:

- 9.1 Was meinen Sie, wie könnte der DSB die aktiv Sporttreibenden dazu bringen, mit sportlich eher Inaktiven gemeinsam Sport zu treiben?

9.2 Wie könnten Anzeigen in Zeitschriften aussehen, die aktiv Sporttreibende dazu bewegen sollen, mit sportlich eher Inaktiven Sport zu treiben?

9.3 Sollten in Anzeigen auch sportlich Inaktive angesprochen werden?

9.4 Wären Auszeichnungen und Anstecknadeln ein Anreiz für sportlich Aktive?

9.5 Was halten Sie von der Möglichkeit, daß aktiv Sporttreibende kurze Trainingsanleitungen und Übungspläne für gemeinsame Sportaktivitäten mit sportlich Inaktiven erhalten?

9.6 Wäre es empfehlenswert, interessierten Sporttreibenden psychologische Tips für die Ansprache von sportlich eher Inaktiven zu geben?
(z.B. Hinweise zur Gesprächsführung, Verhaltensregeln usw.)

9.7 Welche Tips wären Ihrer Ansicht nach wichtig?

9.8 Was halten Sie von der Möglichkeit, daß interessierte aktiv Sporttreibende regelmäßig vom DSB Informationen und Broschüren erhalten, die im Freundes- und Bekanntenkreis weiter verteilt werden?

9.9 Wenn Sie an dieser Aktion als aktiv Sporttreibender mitmachen würden, hätten Sie dann Interesse daran, daß der Deutsche Sportbund offiziell und regelmäßig Kontakt mit Ihnen hält (durch Informationsbriefe, Kontaktadressen, Literatur)?

9.10 Was halten Sie von der Möglichkeit, Gruppenwettbewerbe durchzuführen, an denen sowohl sportlich Aktive als auch Inaktive teilnehmen?

9.11 Wären Sie bereit, mit Foto und persönlicher Stellungnahme auf Postern und Schriften für den aktiven Sport aufzutreten?

9.12 Welche Möglichkeiten gibt es nach Ihrer Meinung sonst noch, aktiv Sporttreibende dabei zu unterstützen und ihnen zu helfen, sportlich eher Inaktive anzusprechen?

9.13 Statistische Angaben

| | | |
|-----------------------------|---------------------------|--|
| GESCHLECHT | - männlich | |
| | - weiblich | |
| ALTER | - 20 - 29 Jahre | |
| | - 30 - 39 Jahre | |
| | - 40 - 49 Jahre | |
| | - 50 - 59 Jahre | |
| | - 60 Jahre und älter | |
| SCHULBILDUNG | - ohne Lehre | |
| | - mit Lehre | |
| | - mittlere Reife | |
| | - Abitur | |
| | - Hochschule mit Abschluß | |
| BERUF | - Inhaber | |
| | - Selbständige | |
| | - Freie Berufe | |
| | - Leitende Angestellte | |
| | - Sonstige Angestellte | |
| | - Facharbeiter | |
| | - Sonstige Arbeiter | |
| | - Rentner | |
| | - Hausfrauen | |
| - in Ausbildung | | |
| MITGLIED IN EINEM VEREIN | - ja | |
| | - nein | |