

Inhalt

Vorwort 5

TEIL 1 Grundlagen 8

Wissen versus Kompetenz 11

Entwicklung von Kompetenz 13

Kompetenzmodelle 15

Kompetenzatlas Kode® X 16

Kompetenzmodell des Bundesinstituts für Sportwissenschaft 18

TEIL 2 Spannungsfelder im Traineralltag 22

Führungsdilemmata 25

Balanceakt: Umgang mit Spannungsfeldern 29

Sind Sie in der Balance? 32

TEIL 3 Balancemodell im Mannschaftssport 42

Forschungsprojekt zu Traineranforderungen 45

Forschungsergebnisse 51

Spannungsfeld Aufgaben 52

Tagesgeschäft vs. Strategie 52

Führungsspiel vs. Spielräume 56

Spannungsfeld Beziehungen 60

Nähe vs. Distanz 60

Team vs. Individuum 63

Spannungsfeld Veränderungen 66

Reflexion vs. Umsetzung 66

Optimierung vs. Innovation 69

Spannungsfeld Orientierung 73

Innenorientierung vs. Außenorientierung 73

Autonomie vs. Integration 75

Erfolgskritische Kompetenzen 78

TEIL 4 Balancemodell im Individualsport	82
Unterschiede zu Trainern im Mannschaftssport	85
<i>Gemeinsamkeiten mit Trainern im Mannschaftssport</i>	88

TEIL 5 Kompetenzentwicklung	90
Hindernisse der Kompetenzentwicklung	93
Wahrnehmungs- und Bewusstheitsprozesse	96
Selbstbewusstsein	98
Selbstentwicklung durch Metakompetenzen	100
Wege zum Selbstverständnis	101
Optimale Kompetenzentwicklung	106
Feedback	106
Coaching	108
Supervision	110
Hospitation	110

TEIL 6 Blickwinkel des Vereins	114
Defizite der Trainerauswahl und Trainerbeurteilung in der Praxis	117
Trainerauswahl mit dem Balancemodell	119
Fallbeispiel »Jugendtrainer gesucht«	121
Schritt 1 – Anforderungsanalyse	121
Schritt 2 – Stellenausschreibung	124
Schritt 3 – Auswahlverfahren	125

Index	138
Bildnachweis	144