



Zentralpräsident
Pavillonweg 9 • CH-3012 Bern
Mobile +41 79 426 17 33
erik.golowin@karate.ch • www.karate.ch

swiss olympic | MEMBER
Member of European and
World Karate Federation

Swiss Karate Federation – Jahresbericht des Zentralpräsidenten 2023

Kulturwandel im Sport – Analysen, Konzepte, Umsetzungsprojekte

Am 5. November 2022 habe ich das Amt des Zentralpräsidenten der Swiss Karate Federation (SKF) übernommen. Das vorliegende Dokument ist der erste Zwischenbericht, den ich als Vorsitzender des Zentralvorstandes geschrieben habe. Er fasst die wichtigsten Aktivitäten der SKF während der ersten Jahreshälfte 2023 zusammen. Um die Zusammenarbeit mit Swiss Olympic (SO) zeitlich besser zu koordinieren, wird die Delegiertenversammlung der SKF künftig Mitte Jahr durchgeführt und deshalb auch der Jahresbericht auf diesen Zeitpunkt hin verfasst. Da wir zurzeit in einer Reorganisationsphase sind, hat er gleichzeitig die Funktion eines Steuerungsdokuments, das allen Bereichen und Gremien als Orientierung für die Vernetzung der verschiedenen Entwicklungsmassnahmen dient. Es beinhaltet die strategischen Schwerpunkte des Verbandes und zeigt auf, wie die SKF zentrale Themen wie Leistungssport, Breitensport, Ethik oder Ausbildung konzeptionell aufeinander abstimmen will, damit die Wirkung der geplanten Entwicklungsschritte erhöht werden kann.

Mein persönlicher Schwerpunkt in diesen ersten Monaten meiner Amtszeit lag in der Entwicklung der Zusammenarbeit innerhalb des operativen Führungsteams. Neben mir üben auch Oscar Diaz (Geschäftsführer), Luca Rohner (Chef Leistungssport) und Raphael Iseli (Chef Nachwuchsförderung) erst seit kurzem ihre Funktion aus. In ihnen habe ich eine angenehme Arbeitsgemeinschaft gefunden, die von einem unterstützenden und offenen Zusammen Arbeitsklima geprägt ist. Verstärkt werden wir von Marc Keller (Vizepräsident), um die Transparenz auf Ebene der Verbandsführung zu erhöhen und somit die Entscheidungsprozesse im Zentralvorstand (ZV) zu verbessern. Nach den ersten Monaten blicke ich deshalb zuversichtlich auf die künftige Umsetzung unserer Projekte. Im Kern steht sicher «FTEM Karate», ein umfassendes Projekt, das im Zusammenhang mit der Athletenförderung alle Entwicklungs- und Fördermassnahmen der SKF zusammenfasst.

Die Diskussionen in den Sitzungen des ZV stellten sich als produktiv heraus. Gemeinsam führten wir erste Standortbestimmungen zu den Organisations- und Finanzierungsstrukturen durch. Als Ergebnis dieser Überlegungen entschieden wir uns dafür, im August einen Workshop zusammen durchzuführen, in dem die Verbandsvision, die Entwicklungsziele und die Zusammenarbeitsprozesse aus einer selbstkritischen Sichtweise heraus analysiert und überarbeitet werden. Eine solche Aktualisierung ist notwendig, um die politischen Hindernisse zu überwinden, welche die Entwicklung des Verbandes vor allem in sektions- und bereichsübergreifenden Themen erschwert hatten. Die Bereitschaft, sich auf eine zukunfts- und lösungsorientierte Zusammenarbeit einzulassen, ist für mich spürbar. Die Herausforderung besteht nun darin, die Prioritäten festzulegen und auf der SKF-Ebene die Organisationsstrukturen so weit zu optimieren, dass die nationalen Projekte sektionsübergreifend umgesetzt werden können.

Partner Swiss Karate Federation





Zentralpräsident
Pavillonweg 9 • CH-3012 Bern
Mobile +41 79 426 17 33
erik.golowin@karate.ch • www.karate.ch

swiss olympic | MEMBER
Member of European and
World Karate Federation

Konfliktmanagement, Swiss Karate Federation 2023

Nachdem ich Ende 2022 festgestellt hatte, dass innerhalb der Nationalmannschaft zwischenmenschliche Probleme bestehen, entschied ich mich, diese in der ersten Phase meiner Tätigkeit zu priorisieren – ganz nach dem Grundsatz «Störungen haben Vorrang». Zusammen mit dem Chef Leistungssport und den Nationalcoachs versuchte ich, die Organisation innerhalb der Nationalmannschaft zu optimieren und die Europameisterschaften vorzubereiten. Die erreichten Resultate waren erfreulich aber das Zusammen Arbeitsklima unter den Teilnehmenden war belastend. Da dieses Klima ein Risiko für die psychische Gesundheit der Athletinnen und Athleten darstellt und sich negativ auf die Rekrutierung des Nachwuchses auswirkt, habe ich dem ZV vorgeschlagen, verschiedene Interventionen einzuleiten. An der ausserordentliche Zentralvorstandssitzung vom 12. April 23 schlug ich vor, dieses Thema in Form eines Konfliktmanagements zu bearbeiten. Der ZV hat sich einstimmig damit einverstanden erklärt, dass dieses Thema mit den betroffenen Personen bearbeitet wird.

Die aktuellen Konflikte in der Nationalmannschaft sind das Ergebnis einer langen Entwicklungsgeschichte (ca. zehn Jahre). Um das Konfliktsystem besser verstehen zu können, unterscheidet ich zwischen einem inneren und einem äusseren Ring. Der innere Ring besteht aus den Damen der Elite-Nationalmannschaft (T4, E1, E2, M). Unter dem äusseren Ring verstehe ich das direkte Umfeld – Personen, die eine wichtige Funktion für die Athletinnen erfüllen (Coachs, Betreuer:innen, Freunde, Eltern). Die Wettkämpferinnen leben in einer Art «Ökosystem», einem Team von Bezugspersonen, die ihnen helfen, in einem Lebensraum zu wachsen, der ihnen den Schutz, die Sicherheit und die Unterstützung bietet, die sie benötigen, um ihre Leistungsfähigkeit zu steigern und ihr Potenzial zu erschliessen. Um Lösungen zu erarbeiten, ist es notwendig, mit den Personen des äusseren Rings ebenfalls Gespräche zu führen. Die ganze Konfliktkonstellation beinhaltet sowohl latente (verdeckte, verdrängte, unausgesprochene) wie auch manifeste (offene) Konfliktanteile.

In einem ersten Schritt wurde ein Ablauf für die verschiedenen Gespräche entworfen. Mit Heinz Müller von der Trainerbildung Schweiz konnte eine kompetente Person engagiert werden, welche die Aufgabe der Supervision wahrnimmt. Das Ablaufschema beinhaltet drei Phasen: Die erste dient dazu, mit den Coachs und wichtigen Bezugspersonen mögliche Lösungsansätze auszuhandeln. In einer zweiten Phase sollen Gespräche mit den Athletinnen geführt werden und in der dritten sitzen alle Beteiligten an einen runden Tisch, um sich für gemeinsame Werteorientierungen und Lösungsansätze zu committieren. Zurzeit ist die erste Phase grösstenteils abgeschlossen. Die verschiedenen Gespräche werden ausgewertet und die zweite Phase wird ein wenig verspätet zum vorgesehenen Zeitplan eingeleitet. Für die Umsetzung des Ablaufs wurde ein schlankes Arbeitsdokument erstellt, das den involvierten Personen als Orientierung dient. Es wird den Mitgliedern des ZV zusammen mit diesem Bericht zur Verfügung gestellt. Die ausführlicheren Planungsunterlagen werden später – zusammen mit dem Abschlussbericht – abgegeben.

Das ganze Konfliktmanagement hat gleichzeitig die Funktion eines Pilotversuchs. Im Zusammenhang mit den verschiedenen ethisch orientierten Massnahmen, die schrittweise umgesetzt werden sollen, wird die SKF ein Ethik-Konzept verfassen. In diesem Zusammenhang soll ein besonderes Augenmerk auf die Prävention gerichtet werden. Künftig sollen Probleme innerhalb des Verbandes nicht mehr in erster Linie autoritär oder vereinsrechtlich gelöst werden, sondern im Dialog. Diese Verhandlungsprozesse sind nicht einfach und verlangen ein Mindestmass an Resilienz. Ich bin aber überzeugt davon, dass dies ein wichtiges Element sein wird, um einen Kulturwandel herbeizuführen und die Motivation zur Kooperation bei den Betroffenen zu erhöhen.

Partner Swiss Karate Federation





Zentralpräsident
Pavillonweg 9 • CH-3012 Bern
Mobile +41 79 426 17 33
erik.golowin@karate.ch • www.karate.ch

swiss olympic MEMBER
Member of European and
World Karate Federation

Führungsstab Leistungssport – Förderprogramme optimieren

Am 11. Februar fand ein Workshop statt, an dem alle Mitglieder des Führungsstabs Leistungssport teilnahmen (Nationalcoachs, Chef Leistungssport, Chef Nachwuchsförderung, Projektleiter FTEM, Vertreter Zentralvorstand, Geschäftsführer). Gemeinsam planten die Teilnehmenden die Umsetzung von FTEM Karate im Leistungssport. In der Ausbildung wurde das Konzept seit anfangs 2021 eingeführt und gleichzeitig im ganzen Verband kommuniziert. Leider geschah dieser Schritt im Bereich Nachwuchsförderung stockend, da im Führungsstab etliche personelle Wechsel stattfanden. Am Kick-Off Meeting der Nationalmannschaft im Januar stellte deshalb Luca Rohner das Konzept nochmals vor, aktualisierte zusammen mit Anke Gehlhaar, unserer Verbandsbetreuerin von SO, die Zusammenfassung der Förderprogramme in Form eines Online-Posters und führte die Struktur des Athletenwegs (Foundation, Talent, Elite, Mastery) als offizielles Arbeitstool zur Bewältigung von Führungsaufgaben ein. Im Workshop wurden nun die Massnahmen für weitere Umsetzungsschritte festgelegt und so vorbereitet, dass an einem weiteren Workshop (16. Juni) – zusammen mit den Stützpunkttrainer:innen – weitere Schritte zum Thema Nachwuchsförderung erarbeitet werden können.

Heute verfügen wir über Förderstrukturen, mit denen man schweizweit arbeiten kann. Tendenziell geht es eher um qualitative Massnahmen, die zurzeit innerhalb operativen Führung diskutiert werden: Quantitative Messgrößen wie Medaillenergebnisse, Anzahl Talentkarten oder Ressourceneinsatz bildeten in der SKF – wie in anderen Verbänden auch – bislang den zentralen Referenzrahmen für die Entwicklung und die Messung ihrer Erfolge. Für den weiteren Auf- und Ausbau von Förderprogrammen sollen nun vermehrt auch qualitative Aspekte berücksichtigt werden. Auf der Makroebene geht es um die Formulierung einer gemeinsamen Vision, der Festlegung von klaren Zielen und dem Planen von Massnahmen für die Umsetzung. Das setzt voraus, dass der Entwicklungsprozess nach bestimmten Kriterien beobachtet wird, damit beurteilt werden kann, ob sich diese Ziele auch auf die geplante Art und Weise verwirklichen lassen. Auf der Mikroebene geht es darum die Qualifikation und die konstruktive Einstellung der Stützpunkttrainer:innen und Dojoleiter:innen dauerhaft zu gewährleisten. Durch Aus- und Weiterbildungsmaßnahmen, aber auch durch Supervision und kollegialen Austausch können Methodenkompetenz, Rollenklarheit, Haltung und Motivation gefestigt und kontinuierlich weiterentwickelt werden. Nur so lässt sich sicherstellen, dass die übergeordneten Zielsetzungen des Verbandes mithilfe der gewählten Strukturen und Förderprogramme realisiert werden. Ein klares Bekenntnis zur Bedeutung dieser qualitativen Dimension der Förderung von Athlet:innen samt den damit verbundenen ethischen Fragen ist Voraussetzung für die Umsetzung von FTEM Karate und einer «Good Practice» der Verbandsführung. Konkrete Vorgehensweisen in dieser Richtung wurden diskutiert und die entsprechenden Weichen gestellt. Die Umsetzungsprozesse werden sicher bis 2025 dauern.

Im Bereich der Ausbildung hat man mit der Einführung von FTEM Karate bereits wertvolle Erfahrungen gesammelt. Als Vorbereitung des neuen Ausbildungssystems, das vom BASPO eingeführt wird, wurden strukturell-organisatorische Modifikationen aufgezeigt, an denen die Ausbildung der SKF sich künftig orientieren wird.

Mit der Differenzierung der verschiedenen Entwicklungsphasen der Athlet:innen soll künftig die Nachwuchsförderung optimiert und somit die Wirkung stufengerecht verbessert werden.

Partner Swiss Karate Federation





Zentralpräsident
Pavillonweg 9 • CH-3012 Bern
Mobile +41 79 426 17 33
erik.golowin@karate.ch • www.karate.ch

swiss olympic | MEMBER
Member of European and
World Karate Federation

FTEM Karate – Talentförderung als Ziel

FTEM steht für «Foundation», «Talent», «Elite» und «Mastery». Das Konzept beschreibt den idealen Entwicklungsverlauf einer Athletin oder eines Athleten. Es ist ein wichtiger Schritt zur umfassenden Talentförderung im Schweizer Sport. Dank der Umsetzung in den Verbänden werden Strukturen geschaffen, die weitere Schritte in dieser Richtung ermöglichen. Mit den Begriffen wie «Talent» oder «Begabung» werden allgemein Voraussetzungen zusammengefasst, die zu besonderer Leistungsfähigkeit einer Person auf einem bestimmten Gebiet beitragen. Es handelt sich um Anlagen, die, im Unterschied zu erlerntem Wissen und durch Übung erlangten Fähigkeiten, einer Person ermöglichen, auf einem entsprechenden Gebiet vergleichsweise schnell Fortschritte zu erzielen und ein überdurchschnittliches Leistungsniveau zu erreichen. Im Rahmen von FTEM Schweiz sollen Nachwuchstalente gefunden und gefördert werden, die in ihrer Sportart über ein ausgeprägtes Leistungspotenzial verfügen. Diese Aufgabe stellt eine Herausforderung für die Swiss Karate Federation (SKF) dar, da sie traditionsgemäss ein Breitensportideal vertritt, das die Unterstützung des Menschen und die Entwicklung seiner Potenziale anstrebt – unabhängig vom Grad seiner Begabung.

Die karatespezifische Umsetzung von FTEM soll die Grundlage schaffen, um einen konstruktiven Umgang mit diesem Spannungsfeld zu finden: Jede Person verfügt über die Fähigkeit und Neigung, psychisch zu reifen und sich weiterzuentwickeln. Sowohl das Training als auch der Wettkampf können dazu einen Beitrag leisten. FTEM Karate will Menschen dabei unterstützen, ihre Potenziale zu erschliessen, sei es im Wettkampfkarate oder im Leben allgemein.

FTEM Karate eine Chance, sich im Bereich des Leistungssports vertieft damit auseinanderzusetzen, was menschliche Potenziale eigentlich beinhalten und wie sie stufengerecht gefördert werden. Daraus entsteht ein Mehrwert an Fachwissen und spezifischen Förderinstrumenten, von dem alle Menschen profitieren können, die sich auf dem Weg des Karate weiterentwickeln wollen. Um diesem Anspruch gerecht zu werden, hat die SKF drei Richtziele formuliert, die im Rahmen der Entwicklungsprozesse von FTEM umgesetzt werden sollen:

- ein Leistungssystem entwickeln, das den Menschen ganzheitlich fördert
- die pädagogischen Werte des Karatedo für den Breiten- und Leistungssport aktualisieren
- Entwicklungspsychologische Erkenntnisse mit dem Wissen der Trainingslehre harmonisieren

Pilotprojekte Mastery: Ende letzten Jahres wurde entschieden, dass die SKF 2023 mit der Umsetzung zweier Pilotprojekte beginnt, mit denen wichtige Erfahrungen für den Spitzensport gesammelt und ausgewertet werden können. Für diese Pilotexperimente wurden Verhandlungen mit Elena Quirici im Kumite und Yuki Ujihara in der Kata geführt. Mit ihren Leistungsergebnissen der letzten Jahre und den Leistungsbeurteilungen der Nati-Coachs werden sie als geeignet für dieses Projekt eingestuft. Sie haben beide eingewilligt, diese neue Form der Zusammenarbeit mitzugestalten und gemeinsam mit dem Führungsstab ein Lösungsmodell zu erarbeiten. Die erfreulichen Resultate der beide an den Europameisterschaften in Guadalajara haben uns zuversichtlich gestimmt, dass dieser Weg erfolgversprechend sein könnte. In Zukunft sollen auch andere Athletinnen und Athleten von den erarbeiteten Erfahrungen profitieren können. Die Auswertungen der ersten Monate haben ergeben, dass gerade im Zusammenhang mit den bereits erwähnten «Ökosystemen» ein Umdenken stattfinden sollte. Das Team von Bezugspersonen, welche den Athlet:innen dabei helfen, ihr Potenzial zu erschliessen, sind ein wichtiger Bestandteil des Systems. In den Überlegungen sollten sie vermehrt mitberücksichtigt und mitoptimiert werden.

Partner Swiss Karate Federation





Zentralpräsident
Pavillonweg 9 • CH-3012 Bern
Mobile +41 79 426 17 33
erik.golowin@karate.ch • www.karate.ch

swiss olympic | MEMBER
Member of European and
World Karate Federation

Die Zielperspektive des Athletenwegs ist der Schlüsselbereich «Mastery». Das Schlagwort dieser Stufe lautet «Dominieren der Sportart» und bezieht sich auf den internationalen Leistungsvergleich. So gesehen ist eines der Kernthemen von FTEM die Förderung von Ausnahmetalenten. Ob es sich dabei um Hochbegabte oder sogenannte Hochleister (engl. Overachiever) mit herausragenden Teilbegabungen handelt, spielt in diesem Zusammenhang keine Rolle. Unter anderem geht es darum, Talente zu finden, die sich durch ein besonders ausgeprägtes Entwicklungspotenzial im Wettkampfkarate auszeichnen. Die Förderung von Ausnahmetalenten würde zweifellos von einer schärferen Begriffsbestimmung von menschlichem Potenzial profitieren. Zu oft bleiben Vorstellungen von Potenzial im Unklaren, und die Tatsache, dass Talente keine homogene Gruppe sind, wird zu wenig beachtet. Die Diagnostik wird nicht genügend auf spezifische Fragestellungen oder Förderintentionen unterschiedlicher Entwicklungsstufen abgestimmt. Wünschenswert wären Anleitungen zu konkreten methodischen Interventionen, die das Ergebnis einer gemeinsamen Forschung zwischen Psychologie, Sportpädagogik und Trainingslehre sind. Leider gibt es im karatespezifischen Bereich noch kaum gefestigte Forschungsergebnisse, die uns in diesen Fragestellungen gezielt weiterhelfen. Das bedeutet für uns, dass wir unser Nachwuchssystem ständig evaluieren und weiterentwickeln. Die Stützpunkttrainer spielen eine Schlüsselrolle für die Nachwuchsförderung. Zum Teil stehen sie unserem Förderungs- und Selektionssystem sehr kritisch gegenüber. Das ist ein erschwerender Faktor für die Zusammenarbeit und sollte in einer nächsten Phase geklärt werden. Die geplante Reorganisation der Stützpunkte sollte 2025 in die Umsetzungsphase geführt werden. Das setzt voraus, dass die strukturellen Optimierungen, die inhaltlichen Klärungen oder die Zusammenarbeitsprozesse in den folgenden Monaten erarbeitet werden sollten. Die Verantwortlichen der Stützpunkte wurden über dieses Vorgehen informiert und eine erste Auslegeordnung der Probleme wurde mit ihnen diskutiert (Meeting vom 16.Juni).

Am 18. Juni wurden die Ippon-Shobu-Schweizermeisterschaften durchgeführt. Das traditionsreiche Turnier in Bern ist zwar eher ein kleiner Event, aber es herrscht eine familiäre Stimmung und die Werte von Gemeinschaftlichkeit und einem sich gegenseitig respektvoll Messen werden zelebriert. Die Sektion SKR setzt sich dafür ein, dass die Strukturen von FTEM künftig auch in einer angepassten Form in dieser Disziplin umgesetzt werden. Dieses Projekt ist unterstützend für die Entwicklung des Karate in der Schweiz, da es uns weitere wertvolle Erfahrungen in der systematischen Talentförderung ermöglicht. Ziel dieses Projekts ist, dass die Qualität des Shobu-Ippon-Systems gefördert und vermehrt in die Breite getragen wird. Gleichzeitig erhoffen wir uns, dass mit diesem Schritt auch ein Beitrag für die Zusammenarbeit der Sektionen untereinander geleistet wird.

J+S Manual – Übertragung vom alten ins neue System

Thomas Hertig, der Ausbildungsverantwortliche J+S Karate, hat vom BASPO den Auftrag erhalten, das sportartspezifische J+S Manual neu zu verfassen. Dabei handelt es sich um ein völlig neues Ausbildungskonzept, das vom BASPO entwickelt wurde und nun in sämtlichen Sportverbänden in einer vorgegebenen Reihenfolge sportartspezifisch umgesetzt wird. Diese Übertragung von einem System ins andere ist sehr anspruchsvoll. In den vergangenen zwei Jahrzehnten haben wir viel Entwicklungsarbeit mit den Inhalten des Kernlehrmittels geleistet. Wir versuchen nun, das Manual so zu gestalten, dass wir das neue System übernehmen, aber die erarbeiteten Inhalte – vor allem die Philosophie dahinter – bewahren können.

Absolut neu ist der Begriff «Erscheinungsformen». Im Zusammenhang mit Trainings- und Bewegungslehre stellt sich die Frage, was darunter zu verstehen ist. Im Ausbildungskonzept werden Erscheinungsformen als

Partner Swiss Karate Federation





Zentralpräsident
Pavillonweg 9 • CH-3012 Bern
Mobile +41 79 426 17 33
erik.golowin@karate.ch • www.karate.ch

swiss olympic | MEMBER
Member of European and
World Karate Federation

beobachtbare und erlernbare Bewegungs-, Verhaltens- oder Spielmuster in konkreten sportlichen Situationen definiert.

Sie sind also das, was man als Laie, Trainer, J+S-Leiterin oder Beobachter von aussen sieht. Wodurch charakterisiert sich eine Sportart? Welche Erscheinungsform lässt sie zu ihrer Sportart werden? Erscheinungsformen dienen den Teilnehmenden als Orientierungsmarke und als Lernziel, um sich in ihrer Sportart zu verbessern. Was benötige ich, um in einer Sportart erfolgreich zu sein? Je präziser, je situativ-angepasster, je sicherer, je wirksamer, je optimaler ich eine Erscheinungsform ausführen kann, desto besser werde ich in der Sportart (im Sinne einer Leistungssteigerung). Die Erscheinungsformen beschreiben also eine konkrete Handlungsqualität der Sportart. Diese Handlungsqualität kann sich über die Trainingszeit eines:r Athleten:in verändern. Ebenso sollte der Anspruch eines:r Trainers:in bzw. eines:r J+S-Leiter:in in den verschiedenen Entwicklungsphasen des FTEM unterschiedlich sein. So kann ein und dieselbe Erscheinungsform im F einfach eine andere Handlungsqualität (weniger schnell, weniger präzise, weniger koordiniert) aufweisen als diejenige im E.

Im Rahmen der karatespezifischen Ausbildungsphilosophie legen wir grossen Wert auf ein ganzheitlich vernetztes Techniktraining. In diesem Sinne können wir die Idee der Erscheinungsformen gut in unserer Sportart adaptieren. Theoretisch betrachtet vertreten wir ein relationales Körperbild. Es schreibt dem menschlichen Körper ein Netzwerk von komplexen Beziehungen zu, die auf dynamische Art gelebt werden. Diese zum Menschen gehörende Relationalität bedeutet, dass von einer unlösbaren Verbundenheit zwischen Mensch und Welt ausgegangen wird. Diese Beziehungen, die der Mensch mit seiner Umwelt unterhält, bezeichnet man als Bedeutungsrelationen: Der Mensch ist in vielfältiger Hinsicht zweckbestimmt und sinnstiftend bezogen auf eine Welt und unterhält Bedeutungsrelationen zu ihr. Dieses Unterhalten von bedeutsamen Beziehungen ist eine dynamische Aktivität und kann am besten durch Tätigkeitswörter sprachlich erfasst werden. Wahrnehmen, Entscheiden, Denken, Fühlen oder Wollen sind solche Tätigkeitswörter. Sie zeigen Möglichkeiten des menschlichen Handelns auf, genauso wie Abwehren, Angreifen, Gestalten oder Rhythmisieren. Im Rahmen des relationalen Körperbildes haben wir es immer mit einem «Welt-verstehen-in-Aktion» zu tun. Jede Aktivität beinhaltet innere und äussere Handlungsanteile. So können sowohl psychische wie auch physische Leistungsanteile als Entwicklungsfaktoren trainiert werden.

Die Übergangsphase vom einen Ausbildungssystem zum anderen hat offiziell begonnen. Thomas Hertig steht in engem Austausch mit Lena Göldi, die uns während dem ganzen Prozess begleitet und coacht. In einer ersten Phase geht es nun darum, die Erscheinungsformen auf eine einfache Art und Weise festzuhalten, um dann die Trainingsformen und Entwicklungsfaktoren festzulegen. Verbindendes Element sollen die Grafiken sein. In ihnen sollen die bestehenden und künftigen Leiter:innen sich wiederfinden. Etliche Entwürfe liegen vor und werden von unserem Lehrmittel- und Konzeptgrafiker, Marc Gilgen, ausgearbeitet. Ende 2024 wird die Produktion des neuen Manuals abgeschlossen sein, so dass ab 2025 mit dem neuen System gearbeitet wird.

Partner Swiss Karate Federation





Zentralpräsident
Pavillonweg 9 • CH-3012 Bern
Mobile +41 79 426 17 33
erik.golowin@karate.ch • www.karate.ch

swiss olympic MEMBER
Member of European and
World Karate Federation

Ethik-Massnahmen – eine anspruchsvolle Herausforderung

Am 14. Februar fand mit Sarina Schenk (SO) das Verbandsgespräch zum Bereich Ethik statt. Dabei wurden nochmals die verschiedenen Massnahmen besprochen, die im Zusammenhang mit dem sogenannten Kulturwandel umgesetzt werden sollten. Die Anpassung der Verbandsstatuten mit dem Ethik-Statut wurde ja bereits Ende letzten Jahres vollzogen. Es geht nun darum, weitere Schritte im Rahmen der Verbandsentwicklung zu gehen. Da es sich teilweise um anspruchsvolle Themen wie ein Frauenförderungs- und Diversitätskonzept handelt, soll ein allgemeines Ethik Konzept Karate erstellt werden, das die verschiedenen strategischen Schwerpunkte und bereichsspezifischen Massnahmen festhält und formuliert, wie sie realisiert werden sollen. Diversität als Konzept der Soziologie anerkennt Unterschiede von Gruppen und Individuen ohne Wertungen. Dazu kann auch das Parakarate gezählt werden. Am 4. Juni wurde zum ersten Mal an der Promo-Tour ein Wettkampf im Parakarate durchgeführt. Selma Grimaldi, die Initiatorin dieses Projekts, hofft, dass diese Disziplin bald auch Teil der SKL-Turniere wird. In einigen Ländern ist dieser Bereich bereits in einer fortgeschrittenen Entwicklungsphase.

Es wurde eine kleine Arbeitsgruppe gebildet, die bereits eine entsprechende Literaturrecherche zum Thema Diversität gemacht hat und sich mit dem Thema Ethik in der Organisationsentwicklung auseinandersetzt.

Während der Aufbauphase der Trainerausbildung hat die SKF eng mit dem Sportwissenschaftler und –philosophen Arturo Hotz zusammengearbeitet. Das hat ihr ermöglicht, sowohl die Aspekte der Bewegungslehre wie auch der Persönlichkeitsentwicklung ohne Qualitätsverlust in unseren Kulturraum zu transferieren. Hotz vertrat die Ansicht, dass Unterrichtende, die sich mit Menschen und ihren Entwicklungsprozessen fördernd auseinandersetzen wollen, sich an einem Menschenbild orientieren sollten. Für die Bestimmung ihres Standpunktes brauchen Unterrichtende eine grundlegende Orientierung: ein mehr oder weniger klar umrissenes, zumindest in der konzeptionellen Phase bewusst definiertes Menschenbild. Die Reflexionen im Zusammenhang mit dem geplanten Ethikkonzept orientieren sich an einem sogenannt humanistischen Menschenbild. Zuerst werden Aspekte der japanischen Budo-Künste diskutiert und dann ein Bezug zu den humanistischen Werten unseres Kulturkreises geschaffen, um schliesslich den handlungstheoretischen Ansatz für die Ausbildung in diesem Zusammenhang einzuordnen. Teile dieses Konzepts werden bereits im neuen J+S Manual integriert. In diesem Zusammenhang wird eine Fachgruppe auf die Beine gestellt, deren Mitglieder als Anlaufstelle für Athleten:innen dienen werden, aber künftig auch Konflikt- und Beratungsgespräche übernehmen können. Einige Personen haben sich bereits einverstanden erklärt, in dieser Gruppe mitzuarbeiten. In diesem Arbeitsfeld ist das Prinzip des Versuchs und Scheiterns eine notwendige Vorgehensweise, um sich entwickeln zu können. Trial-and-Error stammt aus dem sprachlichen Referenzrahmen der Evolution und beschreibt die Bedeutung von Versuch und Scheitern, Zufall und Spiel als evolutive Momente in Entwicklungsprozessen. Während diese Aspekte im Rahmen der biologischen Evolution nicht gesteuert werden können, zeichnet sich eine kulturelle Evolution dadurch aus, dass die Möglichkeit besteht, gezielt zu diesen kreativen Zutaten möglichen Fortschritts zu greifen. Dies setzt voraus, bewusst gewisse Risiken einzugehen. Nicht selten entstehen durch die Auswertung der Antworten auf die verschiedenen Fragen aus punktuelltem Scheitern neue Ideen, die für den jeweils nächsten Schritt gesorgt haben. Natürlich orientieren wir uns an adäquaten Prozessstrukturen der humanistischen Psychologie.

Konfliktprävention und Kommunikationsschulungen werden im geplanten Ethik-Konzept als zukunftsrelevant eingestuft. Investitionen in diesen Bereich setzen eine Klärung von Wesen und Ziel einer Konfliktprävention voraus. Betrachtet man Konflikte als Interessenkollisionen, so wird sofort klar, dass Konflikte im Leistungssport

Partner Swiss Karate Federation





Zentralpräsident
Pavillonweg 9 • CH-3012 Bern
Mobile +41 79 426 17 33
erik.golowin@karate.ch • www.karate.ch

swiss olympic | MEMBER
Member of European and
World Karate Federation

oder in einem pädagogischen Zusammenhang unvermeidbar sind und dass es folglich nicht darum gehen kann, Konflikte per se zu verhindern. Vielmehr gilt es, mit auftretenden Konflikten so offen und konstruktiv umzugehen, dass deren destruktive Austragung oder Eskalation verhindert bzw. möglichst frühzeitig gestoppt wird. Dadurch können Konflikte als Indikatoren für Veränderungsbedarf sowie als Anreize für die interessengerechte Gestaltung von Strukturen bzw. Zusammenarbeitsbeziehungen genutzt werden – und damit letztlich zu einem Mehrwert für den Verband beitragen. Der Präventionsbereich soll im Rahmen des Ethik Konzepts Karate differenziert besprochen und Lösungsansätze nachhaltig in die verschiedenen Aus- und Weiterbildungsgefässe integriert werden.

FTEM Karate – ein Breitensportkonzept als nächster Schritt

Während den verschiedenen Ausbildungen wurden zunehmend kritische Stimmen lauter, dass in der SKF ein Ungleichgewicht zwischen der Förderung des Leistungssports und des Breitensports besteht. Eine solche Situation wäre für die Entwicklung des Verbandes längerfristig schädlich. Auch im ZV wird dieses Thema kritisch diskutiert. Bis Ende 2024 soll – gemäss Leistungsvereinbarungen mit SO – ein Breitensportkonzept erstellt werden. Das kommt der SKF entgegen, da diese Arbeit für sie eine Chance darstellt, ihre eigentliche Stärke systematisch zu organisieren. Im Zentrum steht die Persönlichkeitsentwicklung. Das Individuum verfügt über die Fähigkeit und Tendenz, psychisch zu reifen und sich weiterzuentwickeln. Nach der Theorie von Carl Rogers, Mitbegründer der humanistischen Psychologie, sind die Selbstaktualisierungstendenz, die Selbsterhaltung und die Selbstverwirklichung die grundlegenden Motive des menschlichen Handelns. Bei dieser «Tendenz zur Entfaltung» oder dem «Drang zur Selbstverwirklichung» handelt es sich um den Hauptantrieb des Lebens und um das Phänomen, von dem Lernprozesse abhängen. Das moderne Karate beinhaltet drei funktionale Dimensionen, die sich gegenseitig ergänzen und als Gesamtheit das Anforderungsprofil und das Entwicklungsideal bilden:

- Sport

Der Athletenweg von FTEM bezieht sich auf diese Dimension. Die verschiedenen personalen Leistungsvoraussetzungen stellen Einflussgrössen dar, welche die Qualität der technischen Leistung bestimmen. In diesem Zusammenhang werden sie als Entwicklungsfaktoren bezeichnet. Im Sinne eines ganzheitlichen Trainingssystems ist es zweckmässig, nicht jede einzelne Voraussetzung als «Faktor» auszuweisen, sondern jeweils ganze Voraussetzungskomplexe (Konstitution, Koordination, Taktik, Selbstregulation usw.). Die überlieferten Kunstfertigkeiten des Karate bilden die «technische Botschaft», die es uns ermöglicht, unser Potenzial zu erweitern – eine Selbstverwirklichung im Sinne einer möglichst weitgehenden Realisierung der eigenen Ziele, Sehnsüchte und Wünsche. Die individuell gegebenen Möglichkeiten und Begabungen sollen dabei umfassend ausgeschöpft werden. Die bewusste Handlungsregulation wird wesentlich von der Persönlichkeit der Athletin oder des Athleten bestimmt und hat in ihrer Ganzheit eine zentrale Bedeutung für die Leistungsfähigkeit

- Selbstverteidigung

Ein glaubwürdiges anwendungsorientiertes Techniktraining stärkt die Sicherheit. Sie ist Voraussetzung, um schwierige Konfliktsituationen mit Selbstvertrauen zu meistern. Es gilt, die Fähigkeiten zu entwickeln, sich zu behaupten und lebenswichtige Grenzen zu setzen. Ein entscheidender Faktor sind

Partner Swiss Karate Federation





Zentralpräsident
Pavillonweg 9 • CH-3012 Bern
Mobile +41 79 426 17 33
erik.golowin@karate.ch • www.karate.ch

swiss olympic | MEMBER
Member of European and
World Karate Federation

die emotional-kognitiven Verarbeitungsstrukturen. Bei der Informationsverarbeitung spielt nicht nur die Psyche eine entscheidende Rolle, sondern auch der Körper. In motorischer, viszeraler (Organe) und sensorischer (z. B. taktiler, kinästhetischer, vestibulärer Sinn) Form erfüllt er die Funktion einer Art Online-Informationsverarbeitung. Damit emotionale Zustände in schwierigen Situationen nicht eskalieren, zielt Karatetraining darauf ab, dieses Verarbeitungssystem weiterzuentwickeln. Das Training soll uns helfen, unsere Strategien im Umgang mit inneren und äusseren Konflikten zu verbessern.

- Gesundheit

Im Rahmen des Trainings und der Leistungsentwicklung hat diese Dimension eine präventionsorientierte Bedeutung. Doch Karate als Kampfkunst hat auch eine Wirkung im Bereich der psychischen Gesundheit. Qualitative Voraussetzungen wie die Atmung, das rhythmische Spannen und Entspannen der Muskulatur oder die integrierte Haltungsschulung unterstützen die Fähigkeit der Selbstregulation. Unser Gefühlsleben ist in Form von emotionalen Prozessen ein Bestandteil unserer Antriebsregulation und setzt entscheidende Energien für unsere Entwicklung frei. Bei der Entfaltung der menschlichen Persönlichkeit und Potenziale geht es letztlich um Strategien zur Erfüllung der Grundbedürfnisse. Im Mittelpunkt steht die Sinnerfüllung des Lebens als eigentlicher Kern des psychischen Wohlbefindens.

Diese drei Bereiche sollen künftig gefördert werden. Ein Teil dieser Arbeit wird im Rahmen der Revitalisierungsprojekte stattfinden. Ein weiterer Teil soll über die verschiedenen Ausbildungsgefässe realisiert werden. Auf diese Weise könnte es uns gelingen, den Antrieb der Entwicklung in eine Richtung zu lenken, die für den Verband einen grossen Mehrwert darstellt. Im August werden sich die Mitglieder des ZV zu einem gemeinsamen Workshop treffen, um all die Themen zu ordnen und in einer übergreifenden Vision zusammenzufassen. Ich freue mich darauf, die zahlreichen Herausforderungen mit meinen Kollegen:innen und Mitarbeitern: innen anzugehen. Gemeinsam werden wir den Kulturwandel in unserem Verband gestalten.

Zentralpräsident Swiss Karate Federation

Erik Golowin

Partner Swiss Karate Federation

