



universität
wien

DIPLOMARBEIT / DIPLOMA THESIS

Titel der Diplomarbeit / Title of the Diploma Thesis

„Evaluierung des Frauenprojektes ‚Mamanet‘ in Bezug
auf den sozialen Mehrwert“

verfasst von / submitted by

Mag.^a phil. Christina Bauer

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of

Magistra der Naturwissenschaften (Mag. rer. nat.)

Wien, 2019 / Vienna, 2019

Studienkennzahl lt. Studienblatt / A 190 353 482

degree programme code as it appears on
the student record sheet:

Studienrichtung lt. Studienblatt / Lehramtstudium UF Spanisch UF Bewegung und
degree programme as it appears on Sport

the student record sheet:

Betreut von / Supervisor:

Ass.-Prof. Mag. Dr. Rosa Diketmüller.

Eid (Ehrenwörtliche Erklärung)

Ich erkläre an Eides statt, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und ohne fremde Hilfe verfasst, andere als die angegebenen Quellen nicht benutzt und die den benutzten Quellen wörtlich und inhaltlich entnommenen Stellen als solche kenntlich gemacht habe.

Ich versichere, dass ich dieses Diplomarbeitsthema bisher weder im In- noch im Ausland (einer Beurteilerin oder einem Beurteiler) in irgendeiner Form als Prüfungsarbeit vorgelegt habe.

Wien, Oktober 2019

.....

Danksagung

Zuerst möchte ich mich bei meiner Betreuerin Ass.-Prof. Mag. Dr. Rosa Diketmüller bedanken, da sie mir dieses Projekt vorgestellt hat und mich motiviert hat dieses Projekt zu evaluieren. Außerdem war sie stets zur Hilfe bereit, wenn ich etwas brauchte.

Ein großes Dankeschön gilt auch Generalsekretärin Elisabeth Speiser-Havel und der Leiterin für Sozialprojekte und Integration Christina Gschweidl für die tolle Unterstützung beim Ausfüllen der Fragebögen und für ihre wunderbare Arbeit, die sie im Verein „Mamanet“ leisten.

Ein weiterer Dank geht an Mag. Barbara Wessner, die mich auf statistischer Seite mit dem richtigen Umgang mit SPSS unterstützt hat und sich extra Zeit genommen hat meine Datenbank zu überprüfen, um etwaige Fehler in der Auswertung zu verhindern.

Natürlich möchte ich auch meinen Eltern danken, die nun den Prozess einer zweiten Diplomarbeit mit mir durchgestanden haben. Danke, dass auch ihr die Hoffnung nicht aufgegeben habt und mir vertraut habt, dass ich auch diese Arbeit noch erfolgreich fertigstelle.

Last but not least, herzlichen Dank an alle Teilnehmerinnen der Umfrage. Ohne diese große Anzahl an ausgefüllten Fragebögen wäre eine aussagekräftige Evaluierung nicht möglich gewesen.

Inhaltsverzeichnis

1. EINLEITUNG	1
2. PROJEKTBECHREIBUNG MAMANET	3
2.1. ENTSTEHUNG & VISION	3
2.2. MAMANET FUNDAMENTALS	4
2.3. MAMANET AUSTRIA	5
2.3.1. <i>Mamanet Austria Team</i>	6
2.3.2. <i>Ziele</i>	7
2.3.3. <i>Kursangebot</i>	7
3. STELLUNG VON FRAUEN IM SPORT	9
3.1. GESCHLECHTERROLLEN UND SPORT	9
3.2. SPORTLICHE AKTIVITÄT VON MÄNNERN UND FRAUEN	14
3.3. FRAUEN IM LEISTUNGSSPORT	17
3.4. BEDEUTUNG VON FRAUENPROJEKTEN IM SPORT	19
3.5. BEDEUTUNG DER SPORTTEILNAHME FÜR FRAUEN	21
4. INTEGRATION DURCH SPORT	23
4.1. SPORT UND KULTUR	23
4.2. SPORT ALS INTEGRATIONSMOTOR	25
4.3. MIGRANTINNEN IN SPORTVEREINEN	30
4.4. DIE SITUATION SPORTTREIBENDER FRAUEN IM ISLAM	34
5. EMPIRISCHE ERHEBUNG	39
5.1. RAHMENBEDINGUNGEN	39
5.2. METHODE	40
5.3. TEILNEHMERINNEN	41
5.4. ZIEL	44
5.5. AUSWERTUNG DER FRAGEBÖGEN	45
5.5.1. <i>Vorerfahrungen im Sport</i>	45
5.5.2. <i>Gründe für die Teilnahme an Mamanet</i>	50
5.5.3. <i>Details zum Training bei Mamanet</i>	54
5.5.4. <i>Veränderungen seit Mamanet</i>	56
5.5.5. <i>Kinderbetreuung</i>	58
5.5.6. <i>Interesse an Funktionen bei Mamanet</i>	60
5.5.7. <i>Bewertung der Trainerinnen</i>	61
5.5.8. <i>Zukunft von Mamanet</i>	68
6. SCHLUSSFOLGERUNGEN	71

7. LITERATURVERZEICHNIS	74
7.1. GEDRUCKTE QUELLEN	74
7.2. ELEKTRONISCHE QUELLEN E BITTE IN LITLISTE INTEGRIEREN, DA MAN IM TEXT JA NICHT ERKENNEN KANN, WAS WAS IST – WENNS KEINE LIT IST, DANN IN FUßNOTE	76
8. ABBILDUNGSVERZEICHNIS	77
9. ANHANG.....	77
9.1. ZUSAMMENFASSUNG IN DEUTSCH.....	77
9.2. ABSTRACT IN ENGLISCH	78
9.3. FRAGEBOGEN	79

1. Einleitung

Die vorliegende Arbeit beschäftigt sich mit der Evaluierung des Frauenprojektes „Mamanet“, einem Verein, der 2005 in Israel gegründet wurde und das Motto „Any mother can“ verfolgt. Nach der internationalen Konferenz im Jahr 2015 gründeten sich auch Mamanet-Vereine in anderen Ländern, unter anderem in Österreich, die nach den gleichen Grundprinzipien wie das israelische Vorbild handeln. Der Inhalt der Diplomarbeit und die Auswertung der Fragebögen dienen als Basis, um die Zufriedenheit der teilnehmenden Frauen festzustellen, generell Verbesserungsmöglichkeiten aufzuzeigen und die Aus- und Fortbildung zur Mamanet-Coach, Schiedsrichterin oder Funktionärin im Verein zu optimieren. Das Projekt wurde vom Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport gefördert und stellt wichtigen Beitrag zum Erhalt von Frauen- und Sozialprojekten dar.

Die Arbeit gliedert sich in drei Teile. Der erste Teil widmet sich der Projektbeschreibung von „Mamanet“ und schafft die Basis für das Verständnis der Visionen und Ziele des Projektes. Außerdem wird speziell auf „Mamanet Austria“ eingegangen und darauf eingegangen, wie sich das Projekt bereits an verschiedenen Standorten in Österreich etabliert hat und welche Kurse angeboten werden.

Anschließend werden im zweiten Teil die theoretischen Grundlagen der empirischen Forschung erörtert. Kapitel drei widmet sich der Frage der Stellung der Frau im Sport. Zunächst werden Geschlechterrollen in der Gesellschaft und ihr Einfluss auf den Sport diskutiert. Folglich wird die sportliche Aktivität von Männern und Frauen gegenübergestellt und auch auf die Repräsentation von Frauen im Leistungssport eingegangen. Ein Unterkapitel beschäftigt sich mit der Bedeutung von Frauenprojekten im Sport, da Organisationen, die speziell die Interessen von Frauen vertreten, den größten Beitrag zur Bekämpfung der Ungleichheit zwischen den Geschlechtern beitragen (EU Barometer 2014). Schließlich wird noch die Bedeutung der Sportteilnahme für Frauen dargestellt, da der Sport sich positiv auf verschiedene Aspekte im Leben von Frauen auswirkt.

Im Fokus des vierten Kapitels steht der Aspekt der Integration durch Sport, die als sozialer, wechselseitiger Prozess verstanden wird (ARGE 2016). Zunächst werden Sport und Kultur in Beziehung zueinander gesetzt, da der Sport als Teilkultur angesehen werden kann (Hitzler 1991). Dann wird auf die Funktion von Sport als Integrationsmotor eingegangen, denn Sport besitzt ein kraftvolles und verbindendes Potential, welches die Integration positiv beeinflusst (Lemke 2014). In weiterer Folge wird auf die Situation von Migranten und Migrantinnen in Sportvereinen eingegangen, denn Migranten und Migrantinnen stellen ebenfalls eine benachteiligte Gruppe dar. Der Schwerpunkt des letzten Kapitels des Theorieteils liegt auf

dem Islam und seiner Stellung zum Sport. Hier wird vor allem seine Stellung zur Sportteilnahme von Frauen beleuchtet.

Der dritte und letzte Teil dieser Arbeit widmet sich der empirischen Untersuchung des Projektes. Die ersten beiden Kapitel beschreiben die Rahmenbedingungen der Auswertung und die gewählte Methode. Es wurden sowohl online als auch händisch Fragebögen mit verschiedenen Fragestellungen von aktiven und ehemaligen Spielerinnen ausgefüllt. Anschließend werden die Teilnehmerinnen des Projektes genauer beschrieben und das Ziel der Evaluierung genauer erörtert. Die Auswertung der Ergebnisse der ausgefüllten Fragebögen finden sich im letzten Kapitel der empirischen Erhebung.

Dieser Abschnitt ist nach der Reihenfolge und den Themen im Fragebogen gegliedert, das bedeutet, dass zuerst die Vorerfahrungen in verschiedenen Sportarten der Teilnehmerinnen und ihre Erfahrung in Sportvereinen erläutert werden. Die Gründe für ihre Teilnahme bei Mamanet werden anschließend dargelegt und gruppiert. Danach erfolgen genauere Angaben, die sich mit den Details zum Training bei Mamanet, zum Beispiel dem Anfahrtsweg und wie oft Training angeboten wird, beschäftigen. Das nächste Kapitel widmet sich der Kinderbetreuung, da Mamanet bestmögliche Rahmenbedingungen auch für Mütter mit jüngeren Kindern schaffen möchte. Im Anschluss wird auf die Interessen der Teilnehmerinnen an Funktionen bei Mamanet eingegangen, um zu klären, ob Spielerinnen sich auch in anderer Form im Verein mitarbeiten wollen. Weiters wird noch die Bewertung der Trainerinnen in einem Kapitel behandelt, um das Training in Zukunft noch besser gestalten und die Trainer/innenausbildung den Gegebenheiten anpassen zu können. Das letzte Kapitel befasst sich mit den Wünschen und Anregungen der Spielerinnen für die Zukunft von Mamanet und bietet somit einen Ausblick darauf, wie sich der Verein weiterentwickeln könnte.

2. Projektbeschreibung Mamanet

2.1. Entstehung & Vision

Mamanet wurde im Jahr 2005 als Non-Profit-Organisation in Israel von Ofra Abramovich gegründet. Ihr Wunsch war es, etwas zu schaffen, was Mütter auf der sozialen und sportlichen Ebene verbindet. 2013 besuchte Harald Bauer, der Präsident des CSIT (Confederation Sportive International du Travail) die jährlichen „Sportiada“-Spiele in Eilat und war beeindruckt von dem Mamanet-Ligaspiel. Ben Gurion, Israels erster Premierminister meinte „You don't write history, you DO history“, woraufhin 50 Mamanet-Spielerinnen im Juni 2015 zu den vierten CSIT World Sport Games nach Lignano reisten, um dort Geschichte zu schreiben und Mamanet international bekannt zu machen (Abramovich, 2015).

Nach der ersten internationalen Mamanet Konferenz im Oktober 2015 wurde das Projekt auch in Österreich, Italien, Griechenland, Zypern, den USA, Kanada und Afrika umgesetzt (Mamanet Austria). Die Konferenz fand in Eilat, Israel, statt und bot Trainingseinheiten und spezielle Show-Spiele für die Delegationen aus Italien, Österreich, Belgien, Bulgarien, Frankreich und den USA an. Außerdem wurden neben der Struktur auch die Philosophie und der Ursprung des Projekts vermittelt. Wichtig bei diesem Kongress war auch, dass die Delegationen gemeinsam ein Basismodel geschaffen haben, auf der die einzelnen Länder ihr Mamanet aufbauen können. 2015 gab es rund 7.000 Spielerinnen in 90 verschiedenen Ländern (Abramovich, 2015). Bei den CSIT World Sport Games 2017 in Riga wurde sogar ein Mamanet Weltrekord aufgestellt: 100 Teams spielten gleichzeitig auf 50 Plätzen (LTSA, 2017).

Der CSIT sieht in Mamanet das Potential, die Sportgesellschaft und das Leben von Frauen zum Besseren zu verändern. Was Mamanet so einzigartig macht, ist, dass es die einzige Sportliga nur für Mütter ist. Es erlaubt Ihnen ihre Vergangenheit als Athleten wieder aufleben zu lassen, aber auch zum ersten Mal zu erleben Teil einer Sportliga zu sein. Außerdem wendet sich Mamanet an alle Gesellschaftsschichten, Immigranten und Neuankömmlinge (Mamanet Israel).

Die Vision von Mamanet ist es, überall, wo es Mütter gibt, eine Mamanet-Liga aufzubauen, die die sportliche Aktivität von vielen Familien verbessert und zum Aufbau einer starken und gesunden Gemeinschaft beiträgt. Müttern wird dadurch ermöglicht, ein Vorbild für Fairness, Engagement für ein Team und für körperliche Aktivität zu sein. Sie können so auch ihren Kindern ermöglichen Sport zu erleben und ihn Teil ihres Lebens werden zu lassen (Mamanet Israel). Des Weiteren sollen aber nicht nur Mütter und Kinder angesprochen werden, sondern Mamanet kann zu einem „Lifestyle“ für die ganze Familie werden (Mamanet Austria).

In Israel ist Mamanet der sich am schnellsten ausbreitende Sport, wodurch auch immer mehr Bedarf an Coaches, Schiedsrichterinnen und Managerinnen gegeben ist. Dafür wurde die

Mamanet Academy gegründet, die Ausbildungen für Spielerinnen bietet, um eine professionelle Karriere mit Mamanet einzuschlagen (Mamanet Israel).

Auch in Zukunft will Mamanet daran arbeiten, zahlreiche Frauen auf der ganzen Welt dem Sport näherzubringen und dadurch auch einem gesunden, aktiven Lebensstil. Außerdem wird immer wieder erwähnt, dass nicht nur der Sport, sondern auch die Gemeinschaft um den Sport hochgehalten wird und noch mehr Frauen die Möglichkeit haben sollen, Teil einer solchen Community zu werden, frei nach ihrem Motto „Mamanet: Any mother can!“ (Mamanet Israel).

2.2. Mamanet Fundamentals

In diesem Abschnitt werden die insgesamt sechs Grundsätze des Projekts erläutert.

Der erste Grundsatz lautet „Physical Activity & Health Awareness“ und bezieht sich auf die Schwierigkeiten von arbeitenden Müttern an Sportaktivitäten teilzunehmen. Die Möglichkeit, Teil eines Teams zu werden und gemeinsam Sport zu treiben, schafft Motivation für die Mütter Mamanet beizutreten.

Im zweiten Grundsatz wird „Social Networking“, das soziale Netzwerk angesprochen, das durch den Teamsport aufgebaut wird. Durch die regelmäßigen gemeinsamen Trainings können neue Kontakte mit anderen Mütter geknüpft werden, die die Leidenschaft zum Sport teilen. Oft finden die Trainings außerdem in einer Schule statt, wodurch eine Verbindung zwischen der Schule des Kindes und der Mutter geschaffen wird. Dies ist eine weitere Möglichkeit für die Mütter, gemeinsam Teil der Gemeinschaft ihrer Kinder und der Schule zu werden.

Dieser Punkt führt zum nächsten, der Beziehung zwischen Mutter und Kind. Anders als im traditionellen Bild der Mütter, die den Kindern beim Sport zujubeln, werden bei Mamanet die Mütter zu den Akteurinnen und die Kinder ihre Fans. Die Mütter können dadurch ihren Kindern ein Vorbild sein für Fairness im Sport, Teamgeist und regelmäßiges Sporttreiben.

Auch der pädagogische Aspekt ist ein Grundsatz von Mamanet. Der gemeinsame Nenner vieler Gruppen in Israel ist die Schule. Die Mamanet-Teams gehören immer zu den jeweiligen Teams der Schule der Kinder. Die Kinder als Zuschauer werden dazu erzogen, sich während der Spiele auch entsprechend zu verhalten, was bedeutet, dass Buhrufe und Verspotten des gegnerischen Teams untersagt sind. Unsportliches Verhalten der Fans kann zu Punkteabzug für das Team führen. Ziel dieser Vorgangsweise ist es, den Kindern von Anfang an sportliches Verhalten beizubringen.

Da die Teams, wie bereits erwähnt, immer einer Schule zugeordnet sind, spielt auch „School pride“ in Israel eine Rolle. Die Uniformen der Teams tragen die Namen und Logos der jeweiligen Schule, wodurch die Mütter die Schulen repräsentieren. In einigen Städten Israels

fürhte der Einfluss der Mamanet-Liga sogar dazu, dass volleyballähnliche Aktivitäten und Teams bereits in den ersten und zweiten Klassen implementiert wurden.

Nicht zuletzt wird der Gemeinschaftsaspekt von Mamanet angeführt. Die Mitglieder fühlen sich stolz, ein Teil einer weltweit einzigartigen Sportliga zu sein, deren Spiele in Israel wöchentlich in lokalen Zeitungen veröffentlicht werden und ihre Kinder zu ihren Spielen kommen. Außerdem wurden Initiativen gestartet, Kinder aus weniger privilegierten Familien zu integrieren und ihnen ermöglicht mit Familien an gemeinsam organisierten Aktivitäten teilzunehmen. Zusätzlich wird in Israel jährlich eine Fund-Raising-Party veranstaltet, bei dem Künstler in einer boarding school auftreten (Mamanet Israel).

2.3. Mamanet Austria

Mamanet Austria, ein gemeinnütziger Verein, welcher dem Gesamtkonzept von Mamanet Israel unterliegt und mit individuellen Anpassungen umgesetzt wird, wurde am 23.11.2015 in Wien gegründet und läuft seit November 2016 offiziell unter dem Namen „Mamanet Austria – Sportverband für Mütter und Frauen ab 30“.

Seit 2016 wird der Verein direkt über das Bundesministerium für öffentlichen Dienst und Sport gefördert, wodurch eine finanzielle Basis für den Verein geschaffen werden konnte. Seit der Mitgliederversammlung 2019 sind Vertreter/innen aller drei Dachverbände und der CSIT (Weltverband) vertreten. Mittelfristig soll Mamanet wie jeder andere Sportfachverband strukturiert werden, um in die BSO (Bundessportorganisation) aufgenommen werden zu können, was noch 2019 erfolgen soll.

Mamanet Austria wurde bereits mit dem Frauenpreis der Grünen Meidling, dem BSO Sport Cristall – Frauen Power Award und dem Integrationspreis Sport NÖ ausgezeichnet (Speiser-Havel, 2019). Eine weitere Auszeichnung an verdiente Sportfunktionärinnen ist das Ehrenzeichen Burgenland, welches an Vorstandsmitglied Christiane Tropp des ASKÖ Hirn verliehen wurde. Auf der Plattform *nachhaltiger-sport.at* wurde Mamanet als Erfolgsstory ausgewählt und vom Verein *Respekt.net* gemeinsam mit der Raiffeisen Bank International als Ort des Respekts ausgezeichnet. Dieser Wettbewerb zeigt Vereine auf, die durch Eigeninitiative und Engagement die Zivilgesellschaft nachhaltig gestalten und stärken. Ziel ist es, das Engagement, das es in Österreich gibt und Projekte bekannt zu machen, die anderen als Anregungen und Vorbilder dienen können und Mut zu machen, eigene Ideen umzusetzen (Mamanet Austria).

2.3.1. Mamanet Austria Team

Der Verband Mamanet ist ein eigener Sportverband, deren Vorstand Vertreterinnen aus allen drei Dachverbänden besitzt. Der Vorstand besteht aus 11 Mitgliedern, darunter 10 Frauen und ein Mann. Die Präsidentin ist Frau Mag. Sonja Spendelhofer und Vizepräsidentin Frau Mag. Petra Huber. Die Referate sind eingeteilt in Wettkampfsport, Schiedsrichter und Schiedsrichterinnen, Sozial- und Integrationsprojekte und die Regionalvertretungen Süd, Nord und Mitte. Des Weiteren gibt es zwei Personen im Beirat und zwei Rechnungsprüfer. Das Office wird geleitet von Generalsekretärin Elisabeth Speiser-Havel und Mag. Christina Gschweidl als Verantwortliche für Sozialprojekte und Integration. Beide Damen sind Vollzeit bei Mamanet angestellt (Mamanet Austria).

Mehrere arbeitslose Frauen wurden bereits bei Mamanet zu Coaches ausgebildet, acht davon sind auf Basis der PRAE (pauschale Reiseaufwandsentschädigung) eingesetzt. Es wurden ein umfassendes Ausbildungskonzept und ein Schiedsrichterreferat aufgebaut, um weiteren Mitgliedern und Spielerinnen die Möglichkeit zu geben, eine Funktion bei Mamanet einzunehmen und sich etwas dazuzuverdienen. Die Aus- und Fortbildungen für Coaches und Schiedsrichterinnen finden jährlich, gemeinsam mit der BSPA-Fortbildungsakademie, auf der Schmelz statt und dauern zwei Tage. Es wird daran gearbeitet, bei neugegründeten Teams Aus- und Fortbildungen auch vor Ort anzubieten, da bei einer Neugründung mindestens eine Person eine Ausbildung bei Mamanet machen muss. Laut eigenen Angaben gibt es derzeit 180 ausgebildete Coaches auf drei Leistungsstufen (Mamanet Austria, 2019). Zusätzlich werden auch „Coach the Coaches“-Fortbildungen angeboten, bei denen nicht nur Trainingsinhalte, sondern auch Mamanet-Werte wie Gemeinschaft, Zusammenhalt, Gender-Aspekt und Spaß vermittelt werden. Außerdem können Vereine und Teams ausgewählte Mamanet-Trainerinnen für Tagesseminar buchen (Speiser-Havel, 2019).

Für Schiedsrichterinnen werden verschiedene Aus- und Fortbildungen angeboten, wobei die Basicausbildung zum Einsatz in regionalen Ligen und bei Funturnieren berechtigt. Diese Ausbildung umfasst einen Theorieteil, einen Theorieteil für Schreiberinnen und einen praktischen Test während eines Turniers oder Ligaspiels unter Beobachtung der Schiedsrichterreferentin oder einer Vertretungsperson. Voraussetzungen sind gute Kenntnisse des Regelwerks. Nach der Basicausbildung gibt es noch die Möglichkeit zwei weitere Fortbildungen zu absolvieren, die dann dazu berechtigen, nationale Meisterschaften und internationale Funturniere zu leiten. Für den Einsatz als internationale Schiedsrichterin wird noch ein Modul ausgearbeitet (Speiser-Havel, 2019). Derzeit gibt es 28 ausgebildete Mamanet-Schiedsrichterinnen (Mamanet Austria, 2019).

2.3.2. Ziele

Die Ziele von Mamanet Austria sind unter anderem die Barrieren für den Einstieg oder Wiedereinstieg in den Sport für Mütter jeden Alters und für alle Frauen ab 30 zu minimieren, Zielgruppen zu erreichen, für die es sonst eher schwierig ist Zugang zum Sport zu finden. Die hierfür individuell bestmöglichen Rahmenbedingungen zu schaffen sowie Strukturen zur Sportausübung auf unterschiedlichem Leistungsniveau aufzubauen sind weitere Ziele (Mamanet Austria).

Mamanet möchte Frauen erreichen, die aufgrund von verschiedensten Barrieren wie Familie, Migrationshintergrund oder körperliche Einschränkungen einen erschwerten Zugang zu Sport haben. Aus diesem Grund wird versucht, besondere Rahmenbedingungen speziell für berufstätige oder alleinerziehende Mütter, übergewichtige Frauen, Frauen mit sozial schwachem Umfeld oder Migrationshintergrund zu schaffen, um an Mamanet-Kursen teilnehmen zu können (Mamanet Israel).

Bereits erreichte Ziele sind, laut Speiser-Havel (2019), dass Frauen für eine sinnvolle, gesunde, sozial bereichernde Freizeitgestaltung motiviert werden, den Anteil von Funktionärinnen in Österreich zu erhöhen und die Coaches nach einem gendergerechten Leitbild aus- und fortbilden. Natürlich soll auch noch in Zukunft die Zahl stetig steigen und Frauen die Möglichkeit haben, im Sport in verschiedenen Positionen erfolgreich zu sein.

2.3.3. Kursangebot

Es werden in Wien, Niederösterreich, Vorarlberg, Tirol, in der Steiermark und im Burgenland mittlerweile 32 wöchentliche Kurse angeboten, die großteils über Schnuppertrainings, Mitmach-Stationen und Kooperationspartner/innen erreicht wurden. Jedes Team setzt sich aus den unterschiedlichsten Frauen zusammen, von alleinerziehenden Müttern, Ärztinnen, Frauen mit Migrationsgeschichte bis zu geflüchteten Frauen. Sie alle teilen den Wunsch nach sportlicher Betätigung im Team in einem wertschätzenden Umfeld, welches sie bei Mamanet finden können und sofort Teil einer Gemeinschaft werden.

Die wöchentlichen Kurse werden über den Verein finanziert, wobei Mamanet stets versucht, den Mitgliedsbeitrag niederschwellig zu halten, um allen Frauen und Müttern die Teilnahme zu ermöglichen. Im ersten Jahr beläuft sich der Beitrag auf € 30 pro Team und Jahr und ab dem zweiten Jahr auf € 100. Die Teilnahme am Ligenbetrieb wird extra mit einer Lizenzgebühr von € 25 pro Spielerin und Saison berechnet. Kurse, die in Sozialeinrichtungen wie Flüchtlingsheimen stattfinden, sind kostenlos und werden über Mamanet Austria finanziert.

An vielen Trainingsorten wird auch Kinderbetreuung angeboten, da es für Mütter oftmals schwierig ist, ihre eigenen Freizeitaktivitäten mit denen der Kinder zu vereinbaren. Aus diesem

Grund gibt es bei Mamanet parallel zum Cachiboltraining der Mütter Betreuung für die Kinder. Die Betreuung ist auf das Alter der Kinder abgestimmt, sodass sie von Kleinkindbetreuung bis zur Kooperation mit Sportvereinen anderer Sportarten reicht. Wichtig ist es, dass die Kinder von Anfang an eingebunden sind, von der Vorbildwirkung ihrer Mutter profitieren und Teil des Mamanet-„Spirits“ sind (Mamanet Austria). Nach eigenen Angaben von Sissi Speiser wird daran gearbeitet, auch eigene Gruppen für Kinder aufzubauen. Laut Homepage werden auch eigene Turniere, „Kidnet“ genannt, für die Kinder veranstaltet.

Ein weiteres Angebot von Mamanet entstand durch eine Kooperation mit dem österreichischen Betriebssportverband. Bei der 1. österreichischen Betriebsportmesse am 13. Oktober 2019 wird Mamanet als Trendsportart angeboten, da sich Mamanet ideal dafür eignet, in größeren Firmen mit Turnsälen oder Gymnastikräumen gespielt zu werden. Außerdem wurde Mamanet bei den ÖBB im Rahmen des Elternnetzwerkes vorgestellt, worauf eine Mutter sofort eine Gruppe in Stockerau gegründet hat. Ein eigenes ÖBB Team ist in Planung (Speiser-Havel, 2019).

Eine genauere Beschreibung der einzelnen Standorte findet sich in Kapitel 5.1., welches sich mit den Rahmenbedingungen für die Evaluation des Projekts beschäftigt.

3. Stellung von Frauen im Sport

3.1. Geschlechterrollen und Sport

Sport hat, unbeeinflusst von anderen gesellschaftlichen Bereichen, soziale Bedeutung und Teilnehmende schätzen die Freiheit, die Erleichterung und die nicht-politische Freude am Sport. Trotzdem ist er auch von der Gesellschaft beeinflusst, reflektiert diese und beeinflusst und bestärkt diese Gesellschaft, die ihn umgibt (Willis, 1982). Hegemonische Überzeugungen des Dominierens und Subordinierens haben starken Einfluss auf die Geschlechter und patriarchale Strukturen werden durch den Sozialisierungsprozess verstärkt und somit auch Genderdefinitionen und Machtverteilungen.

In der Geschichte waren Frauen sowohl in der Gesellschaft als auch im Sport immer in der Position von begrenzter Macht und Möglichkeiten (Miner, 1993). Messner (1990) beschreibt, dass zur Wende zum 20. Jahrhundert organisierter Sport zu einer Art „primary masculinity-validating experience“ wurde, da die Frauenbewegung eine Bedrohung für die allgemein verbreitete Ideologie der männlichen Überlegenheit darstellte. Durch den Sport wollte sich das männliche Geschlecht von der „Feminisierung“ der Gesellschaft abgrenzen, wobei vor allem die „Körperlichkeit“ der Aktivität eine Rolle spielte.

Biologische Unterschiede sind unwiderlegbar, ein „inert“-Fakt in unserem sozialen Denken, wie Willis (1982, S. 33) beschreibt, und haben größere Auswirkungen auf Einstellungen und Vorurteile im Gegensatz zu anderen faktischen Unterschieden wie Größe und weitere körperlichen Eigenschaften. Dies hängt zusammen mit der Art und Weise wie unsere Gesellschaft organisiert ist und der Begriff der Geschlechterrolle in unseren Köpfen mit Erwartungen, die wir an das Verhalten von Männern und Frauen haben, verbunden ist (Darlison, 2000). Miner (1993) erwähnt, dass Führung, Entscheidungen treffen, Macht und Kontrolle in unserer Gesellschaft als maskuline Merkmale identifiziert werden und vor allem mit weißen, wohlhabenden Männern verbunden werden. Chitsike (1995) beschreibt die Auswirkungen der Rollenerwartungen insofern, dass Frauen gewisse Dinge nicht tun können aufgrund ihres Geschlechts, nicht aufgrund ihrer Fähigkeiten, was zu einem negativen Selbstbild führt und zu Gefühlen der Schwäche und Wertlosigkeit in der Gesellschaft. „Viele Gesellschaften erwarten von Frauen, dass sie unterwürfig sind und gehorsam gegenüber ihren Vätern, Brüdern, Ehemännern und dessen männlichen Verwandten, manchmal sogar gegenüber ihren eigenen Söhnen“ (Chitsike, 1995, S. 12). Darlison (2000) betont, dass das Konzept des Geschlechts als relational und nicht als statisch verstanden werden muss.

Vor allem im Sport sind jedoch stereotype Bilder von Frauen und Männern nach wie vor stark vertreten und die Möglichkeiten für weibliche Athleten geringer als jene für männliche. Sportliche Aktivitäten basieren auf gesellschaftlichen Vereinbarungen, dargestellt durch den

materiellen Körper, der wiederum durch die Wahrnehmung, Interpretation und Evaluierung einer Kultur an Signifikanz erlangt. Diese Kultur kennzeichnet gewisse Aktivitäten als männlich und andere als weiblich aufgrund von gesellschaftlichen Konstrukten (Pfister, 2010a). Pfister (2002) behauptet, dass Sport „eine wichtige Bühne der Inszenierung des Geschlechts und Sporttreiben immer auch doing gender [ist]“. Im Sport werden Geschlechtsunterschiede nicht in Frage gestellt, und die Leistungsunterscheide scheinen die „natürliche“ Hierarchie der Geschlechter eindeutig zu beweisen“. In einer neueren Publikation hebt Pfister (2010a) dennoch hervor, dass Gender etwas ist, das wir darstellen, „performen“, nicht etwas, das wir besitzen oder sind. Sie bezieht sich auf Judith Butlers Genderkonzept (1999, S.13), welches „gender“ als „set of relations“ ansieht und nicht als Attribut für Individuen. Des Weiteren ist Gender als „process, discourse and performative act“ beschrieben und Diskussionen über Homo-, Trans- und Intersexualität fordern die Vorstellung eines dualen Geschlechts heraus. Messner (2007, S. 3) beschreibt außerdem, dass der Begriff des Geschlechts ein „multilayered social process“ ist, der auch Teil von alltäglichen Gruppeninteraktionen, Institutionen und kulturellen Symbolen ist und wir alle aktive Teilnehmer an der Geschlechterkonstruktion sind. In der Sozialtheorie sind die Menschen die „agency“, die zum einen existierende Traditionen reproduziert, aber ihnen auch entgegenwirken kann, zum Beispiel in Bezug auf bestehende Geschlechterverhältnisse. Im Sport sind diese oft gleichzeitig vertreten: Messner (2007) bringt hier das Beispiel einer weiblichen Bodybuilderin mit Brustimplantaten, die dazu dienen sollen, stark und weiblich zugleich zu sein. Der Trend, mit Geschlechtermerkmalen zu experimentieren, existiert auch unter männlichen Profisportlern, da Idole wie David Beckham durch ihr Auftreten einen „metrosexuellen“ Trend auslösen und Stereotypen entgegenwirken (Pfister, 2010a, S. 235).

Von Beginn der Sportgeschichte an wurden Frauen als das „andere Geschlecht“ betrachtet. Bestimmte Sportarten und Übungen wurden als geeignet oder ungeeignet für Frauen angesehen, das gleiche galt für Männer. Seit den 1950er Jahren begannen immer mehr Frauen auch Sportarten zu betreiben, die Männerdomänen waren (Pfister, 2010a). Der Bereich des Sports gilt aber nach wie vor als eines der „letzten Refugien männlicher Hegemonie“ (Schaaf & Nieland, 2011a, S. 16), weil die Schlüsselpositionen immer noch von Männern dominiert sind. Die Sportmedienrealität wird von männlichen Sportressorts „konstruiert“, von einem entsprechenden Publikum „rezipiert“ und „funktioniert nach geschlechtsspezifischen Selektionskriterien“ (Schaaf, 2011b). In den nationalen und internationalen Komitees, unter anderem im IOC, liegt die Macht zum Großteil in den Händen von Männern. Laut Burk (2014) sind nur 21% der Mitglieder weiblich. Sport ist mehrheitlich in seiner wettkämpferischen und elitären Form auf Geschlechtersegregation aufgebaut, die so in anderen Bereichen der westlichen Gesellschaften fast nicht mehr vorzufinden ist, so Pfister (2010a). Um diese Vorherrschaft zu brechen, gilt es diese Prozesse zu verstehen und ihnen

entgegenzutreten, denn Sport ist auch für viele Frauen von großer persönlicher Bedeutung und nicht nur Vergnügen, sondern eine Möglichkeit zum Ausdruck ihrer Identität und Kompetenz (Bryson, 1987). Dafür ist es wiederum notwendig, Taktiken und Programme zu entwickeln, die „integrierend und von gleichem Nutzen für beide Geschlechter sind“ (Darlison, 2000, S. 957).

Bryson (1987) erläutert außerdem zwei fundamentale Dimensionen, inwiefern Sport die männliche Hegemonie unterstützt. Zum einen verknüpft Sport Männlichkeit mit hochgeschätzten und sichtbaren Fähigkeiten, zum anderen mit positiv gestimmter Aggression, Kraft und Gewalt. Dadurch werden Weiblichkeit und weibliche Aktivität untergeordnet und es scheint, als ob Frauen nicht in der Lage wären, hochangesehene Dinge zu schaffen. Sportliche Aktivitäten, in denen Frauen dominieren, wie Gymnastik oder Eislaufen, werden anders behandelt als „echte“ Sportarten, wie sie aus männlicher Sicht definiert werden. Die körperlichen Unterschiede werden „verwechselt mit gesellschaftlich konstruierten Unterschieden“, wodurch die geringe Partizipation von Frauen im Sport gerechtfertigt wird (Darlison, 2000, S. 957). Darlison (2000) hebt außerdem hervor, dass geschlechterbedingte Ungleichheit im gesellschaftlichen Bereich gegen Menschenrechte verstößt und den Gesellschaften nicht ermöglicht, dass alle Bürger und Bürgerinnen die gleiche Chance haben, ihre Talente, Fertigkeiten und ihre Kreativität zu entfalten. Das bedeutet, dass aufgrund von gewissen biologischen Unterschieden soziale Fähigkeiten zugeschrieben und normalisiert werden, was in allen Gesellschaften auf unterschiedliche Art und Weise stattfindet. Die Geschlechterrolle ist jedoch ausschließlich eine soziale Kategorie und keine biologische, wie Darlison (2000) betont. Sport und biologische Denkweisen über Geschlechterunterschiede werden dennoch in einer Art miteinander verbunden, die den Schein wahren, dass wir es hier mit unmittelbarer Realität zu tun haben.

In Bezug auf das Bild, das von weiblichen und männlichen Athleten präsentiert wird, meint Willis (1982), dass die sexuelle Identität von weiblichen Athletinnen oftmals über ihre sportliche Identität gestellt wird und der weibliche Körper vorwiegend als Objekt der männlichen Begierde dargestellt wird. Sobald eine Frau zu weit in „männliche Gebiete“ eindringt, wird sie symbolisch aufgelöst und als Objekt für schmutzige Witze benutzt. Es scheint nahezu, als ob eine Frau, die als Athletin Erfolg hat, in ihrer Rolle als Frau scheitert. So beschreibt auch Messner (2007) seine Erfahrungen in seiner Jugend, in der Sport eine Welt für Jungen und Männer war, und Mädchen, die athletisch waren, oft stigmatisiert und marginalisiert wurden, da es ohnehin wenig Möglichkeiten für sie gab. Solchen Rollenbildern gilt es entgegenzuwirken, da sie auch heutzutage noch vorkommen. Das hat zu tun mit Ideologien, Legitimationsprozessen verschiedener Formen, in denen bestimmte soziale Ordnungs- und Machtsysteme und Zugang zu Erfolg als einziger möglicher Weg für menschliche Beziehungen eingerichtet werden. Diese Ideologie kann nur durch Manifestationen auf Ebene scheinbar konkreter

Umstände aus Sicht eines gesunden Menschenverstandes existieren und als Realität angesehen werden (Willis, 1982). Messner (1988) schlägt vor, die Analyse des Sports, in den von Neo-Marxisten argumentierten, reflexiven Rahmen zu stellen, da dieser erlaubt, dominante Ideologien kritisch zu hinterfragen und zu verändern. Dadurch wird verständlich, dass Sport wie auch Kultur selbst ein dynamischer sozialer Raum ist, in dem dominante Ideologien aufrechterhalten, aber auch infrage gestellt und bestritten werden können. Gender spielt hier eine immer wichtigere Rolle neben Klassen und ethnischen Ideologien, da vor allem Frauen im Sport unter Diskriminierung leiden (Darlison, 2000). Darlison (2000, S.963) erwähnt außerdem, dass in allen Gesellschaften Geschlechterunterschiede im Sport vorkommen, sie aber vor allem dort, wo „Tradition und Gewohnheit mit Armut und niedrigem sozioökonomischen Standard gepaart sind“, eine größere Auswirkung auf die Frauen und Mädchen und deren beschränkte Teilnahmemöglichkeiten am Sport haben. Für Regierungen und Politiker stellt sich die Aufgabe, die Teilnahme von Frauen am Sport in allen Gesellschaften zu erhöhen, denn selbst dort, wo die Frauenbeteiligung am höchsten ist, ist sie immer noch geringer als die der Männer (Darlison, 2000).

Es sollte also das „Gap“ zwischen männlicher und weiblicher Performance im Sport geschlossen werden. Es ist aber keine Lösung, weibliche Performance in Richtung der männlichen zu lenken, da es die Legitimität der männlichen Überlegenheit zulässt, die die Standards prägte. Außerdem stärkt der Versuch, sich männlichen Leistungsniveaus anzunähern, die Vorurteile gegenüber Weiblichkeit (Willis, 1982). Durch die männliche Definition des Sports wurden die Möglichkeiten und Erfolge von Frauen eingeschränkt und heruntergespielt, nicht zuletzt auch aufgrund der Medien, die dem Frauensport weniger Aufmerksamkeit schenken als dem Männersport. Weitere Gründe sind sexistisches Vokabular und sexistische Terminologien, welche die Teilnahme von Frauen als sekundär zu der der Männer darstellen (Miner, 1993). Miner (1993) meint außerdem, dass nicht nur Männer- über Frauensport, sondern auch Team- über Individualsport gestellt wird sowie Coaches über Athleten. Auch diesen definierten Werten gilt es laut ihr entgegenzuwirken, sodass Sport soziale Integration und Gleichgewicht ermöglicht und nicht dabei hilft, Konflikte über begrenzte Ressourcen zu erhalten.

Darlison (2000) hält fest, dass sich die Einstellungen geschlechterspezifischen Verhaltens im Sport bereits verändert und sich die Teilnahmemöglichkeiten für Frauen verbessert haben. Dennoch sind Frauen in Führungspositionen, als Entscheidungsträgerinnen und auch als Trainerinnen immer noch weniger vertreten als Männer. Zahlen aus sieben EU-Mitgliedsstaaten nach sind zwischen 20-30% der Trainer in Europa Frauen, diese sind zum Großteil in Sportarten mit hohem Frauenanteil zu finden und arbeiten vorwiegend mit Frauen, Jugendlichen und Kindern im lokalen und regionalen Wettkampfbetrieb. Weibliche Coaches haben immer noch gegen soziokulturelle Geschlechterideologien und -stereotypen

anzukämpfen (EU, 2014). In einigen Ländern, so Darlison (2000), ist Schulsport sogar die einzige Möglichkeit für Mädchen Sport zu treiben und das, obwohl es weltweit Initiativen gibt, die den Status von Frauen im Sport verbessern sollen. Außerdem weist sie darauf hin, dass biologische Geschlechtsunterschiede nicht weiterhin als Gründe für die Nichtteilnahme von Frauen in bestimmten Sportarten und männlichen Standards als Norm genommen werden dürfen, wie es die Geschichte des Sports zeigt.

Miner (1993, S.47) schlägt Ansätze vor, die aus den vier R's bestehen: „realize, redefine, restructure, and reinforce“. Zunächst muss dafür die vorherrschende Ungleichheit realisiert und gegen Stereotypen Widerstand geleistet werden. Im nächsten Schritt müssen weibliche Rollen re-definiert und geschätzt werden, sodass sexistische Sprache aus dem Sport und der Kultur verschwindet und zu einer inklusiven Sprache wird. Danach kann die weibliche Erfahrung re-strukturiert werden, um höhere Erwartungen und Belohnungen für alle Teilnehmenden zu ermöglichen. Lopiano (1984, S. 51) meint dazu “[a]ll men and women should have the opportunity to explore their physical selves, to test their abilities and limits over the broadest range and levels of self-chosen physical activities“. Als letzter Schritt müssen die Bemühungen verstärkt (*reinforced*) werden, die Frauen vernetzen, unterstützen und ermutigen, Führungspositionen im Sport einzunehmen. (Miner, 1993).

Darlison (2000) schlägt einen geschlechterspezifischen Ansatz vor, um die Vorteile des Sports für Frauen und Männer zu maximieren. Voraussetzungen dafür sind natürlich gleiche Teilnahmemöglichkeiten und Anerkennungen. Laut Darlison schätzen Frauen die Gesundheit und das Wohlfühl am Sport, Männer hingegen Fitness, Wettkampf und Sieg. Auf diesen Unterschieden basierend schlägt sie vor, Programme zu entwickeln, die diese berücksichtigen, jedoch nicht die Wahlmöglichkeiten der Geschlechter beschränken. Um dieses Ziel zu erreichen, müssen „Geschlechterrollen über den Sport hinaus in Bereiche wie Gesundheit, Bildung usw. transportiert werden“ (Darlison, 2000, S.962). Frauen sind von Diskriminierung im Sport betroffen und es gilt durch gezielte geschlechterspezifische Projekte diese „andauernde Benachteiligung von Frauen [zu] erkennen und sicher[zu]stellen, dass Frauen und Mädchen von der Teilnahme am Sport gleichermaßen profitieren.“ (Darlison, 2000, S.962).

Für Pfister (2010a) ist es ebenfalls notwendig, die Geschlechter gleichermaßen in industrielle, gesellschaftliche und politische Entscheidungen zu inkludieren. Nur dadurch können Frauen als diskriminierte Gruppe vorankommen, Rahmenbedingungen zur Gewährleistung von Chancengleichheit geschaffen und Geschlechterbewusstsein hergestellt werden, vor allem auch von Seiten der Männer. Die EU (2014) sieht in ihrem Antrag die Hauptverantwortung bei nationalen und lokalen Teilhabern, um die Möglichkeiten von Frauen und Männern im Sport

anzusprechen und zu verbessern. Dennoch braucht es auch einen nachhaltigen Plan, um in folgenden vier Bereichen eine Geschlechtergleichheit zu erreichen:

1. Equal representation and gender sensitivity in decision making
2. Equal representation and gender equality in coaching and teaching in sport
3. The fight against gender violence in sport and the role of sport in preventing gender violence
4. The fight against negative gender stereotypes in sport and the promotion of positive role models and the role of media in this perspective (EU 2014)

Pfister ist außerdem wichtig, dass Gender-Politik nicht als Frauensache angesehen, sondern eine Balance zwischen den Geschlechtern geschaffen wird. „Sport in the past belonged to men – its future belongs to all human beings!“ (Pfister, 2010a, S. 245).

3.2. Sportliche Aktivität von Männern und Frauen

Die Sportaktivität der Gesellschaft stieg seit den 1970er-Jahren stetig an. Nicht zuletzt durch die Partizipation von zuvor unterrepräsentierten Gruppen wie Frauen und Älteren (Messner, 2007; Haut und Emrich, 2011). In Amerika geschah dies vor allem durch junge Mädchen, die begannen, Fußball, Softball, Basketball und andere gemeinschaftliche Sportarten zu spielen. Diese steigende sportliche Aktivität von Mädchen ist nicht zuletzt „Title IX“ zu verdanken, einem amerikanischen Gesetz aus dem Jahr 1972, welches Diskriminierung aufgrund des Geschlecht in U.S.-Schulen verbietet (Staurowsky, 2016a). Haut und Emrich (2011) sehen aber auch in den veränderten Lebenslagen und der Entwicklung neuer sozialer Rollen für Frauen Gründe für ihre steigende Partizipation am Sport. Mehr Frauen erlangen dadurch eine „höher qualifizierte Berufstätigkeit über neue materielle und soziale Freiräume“, wodurch sie ihre Freizeit für sportliche Aktivitäten nutzen können (Haut und Emrich, 2011, S.318).

Laut Messner (2007) wurde im Jahr 2005 durch schulische Angebote die Kluft zwischen Mädchen und Jungen im Sport deutlich verkleinert (4,1 Millionen Jungen und 2,9 Millionen Mädchen). Staurowsky (2016a) dokumentiert außerdem einen Zuwachs der Frauenpartizipation von 584% im Collegebereich und 1011% im High-School-Bereich, der zu einem kleinen Teil der wachsenden Anzahl der Mädchen in der Schülerpopulation zu verdanken ist, aber zur Mehrheit der verbesserten Zugangsmöglichkeiten zum Sport für weibliche Athletinnen. Männliche Athleten waren damals wie heute in hohen Raten vertreten, aber auch hier vermerkt Staurowsky (2016a) im Collegebereich einen Zuwachs von zumindest 57%. Trotz der steigenden Partizipation im schulischen, Freizeit- und olympischen Sport ist eine Gleichheit der Geschlechter noch nicht erreicht.

Pfister (2010a) erwähnt, dass es laut Umfragen aus dem Jahr 2006 bereits eine Ausgeglichenheit zwischen den Geschlechtern gab, wenn man Sport als breiten und umfassenden Begriff annimmt, der auch Gehen und Freizeitradfahren inkludiert. Einer

Umfrage aus dem Jahr 2017 nach, ebenfalls durchgeführt von der Europäischen Kommission, nehmen allgemein betrachtet Männer zu 44%, Frauen aber nur zu 36% an Sportspielen und körperlichen Aktivitäten teil. Haut und Emrich (2011) behaupten, dass der Abstand zwischen Männern und Frauen in der Sportbeteiligung in den jüngeren Kohorten kleiner geworden ist, wobei sie sich bei der wöchentlichen sportlichen Aktivität von 30,3% bei den Männern und 25,7% bei den Frauen auf eine Studie aus dem Jahr 2003 von Erlinghagen beziehen. Im Jahr 2017 hält die Europäische Kommission fest, dass vor allem in der Altersgruppe zwischen 15 und 24 Jahren deutlich ist, dass junge Männer mehr dazu neigen Sport auf regelmäßiger Basis zu betreiben als Frauen. Die Ergebnisse zeigen außerdem, dass 40% der Männer nie Sport betreiben, während es bei den Frauen 52% sind. Regelmäßige Aktivität verringert sich bei beiden Geschlechtern im Alter (Europäische Kommission, 2018).

Das Institut für Freizeit- und Tourismusforschung (IFT) stellt fest, dass es in Österreich deutlich weniger Nichtsportler und Nichtsportlerinnen gibt als im EU-Durchschnitt, dennoch liegt das Land bei der regelmäßigen Sportausübung nur im EU-Mittelfeld (ungefähr ein Drittel betreibt regelmäßig Sport). Im Bundesländervergleich wird deutlich, dass sich mehr Menschen im Westen des Landes (39 % der Vorarlberger und Vorarlbergerinnen, 37 % der Tiroler und Tirolerinnen und 36 % der Salzburger und Salzburgerinnen) wöchentlich sportlich betätigen als im Osten. In Wien und Niederösterreich werden die geringsten Anteile vermerkt (29%). In Niederösterreich ist auch der Anteil derer die gar keinen Sport betreiben mit 32% am höchsten. 38% der Österreicher und Österreicherinnen machen mindestens einmal pro Woche Sport, im EU-Vergleich liegt Österreich 2% unter dem Durchschnitt. Mindestens fünfmal pro Woche sportlich aktiv sind nur 5% der Österreicher und Österreicherinnen, hier liegt der EU-Durchschnitt bei 9%. Radfahren und Wandern zählen in allen Bundesländern zu den beliebtesten Sportarten, Ballsportarten sind eher weniger beliebt (Zellmann & Mayrhofer, 2010.)

Die Bundes-Sportorganisation (BSO) in Österreich beschäftigt sich ebenfalls mit dem Thema Gender Equality und vermerkt, dass laut einer Studie der SportsEconAustria das freiwillige Engagement bei Frauen nur ein Drittel von dem der Männer ausmacht, und generell Frauen weniger an den Sport gebunden sind (2019). Die BSO unterstützt jedoch das von der EU-Kommission entworfene Proposal zur Gender Equality, das zur Gleichstellung von Männern und Frauen im Sport strategisch begleiten soll. Dazu wurde auch der Verein „100% Sport“ gegründet, um Gender Mainstreaming im Österreichischen Sport umzusetzen. Auch die Dachverbände ASVÖ und Sportunion haben auf ihren Homepages eigene Sektionen zum Thema Frauen im Sport, in denen sie ihren Standpunkt zur Förderung der Partizipation von Frauen im Sport erklären.

In Bezug auf die Intensität der sportlichen Aktivität fand die Europäische Kommission heraus, dass Männer auch mehr intensiveres Training machen als Frauen. 18% der befragten Männer

betrieben in den letzten vier bis sieben Tagen intensives Training, jedoch nur 11% der Frauen. Die größte Differenz findet sich wieder in der Altersgruppe der 15-24-Jährigen. Auch bei moderaten sportlichen Aktivitäten liegen Männer vor den Frauen, da 42% der Männer kein moderates Training in den letzten sieben Tagen machten, während es 52% bei den Frauen waren (Europäische Kommission, 2018).

Die Umfrage beinhaltet zusätzlich eine Frage zur Mitgliedschaft bei einem Sportverein, in dessen Rahmen die Befragten Sport betreiben. 16% der Männer gaben an, Mitglied eines Vereins zu sein, aber nur 8% der Frauen, wobei es bei Männern eher einen Abfall mit dem Alter gibt. Es kann ebenfalls ein Zusammenhang zwischen Bildungsstatus und Mitgliedschaft eines Sportvereins erkannt werden, da Menschen, die ihre Ausbildung mit 20 Jahren oder später abgeschlossen haben, eher Mitglied in einem Verein sind als die, die ihre Ausbildung früher absolviert haben (Europäische Kommission, 2018).

Wie bereits Darlison (2000) anmerkt, schätzen Frauen und Männer unterschiedliche Eigenschaften am Sport, auch die Motivation zur Teilnahme am Sport variiert zwischen den Geschlechtern. Männer sind außerdem der Europäischen Kommission (2018) nach mehr motiviert durch Spaß, wollen sich mit Freunden umgeben und sich im Wettkampf messen, was für Frauen weniger Rolle spielt. Pfister (2010a, S.238) sieht das „women's sport movement“ als Teil des Fokuswandels auf Körper und Gesundheit, der einhergeht mit der Besorgnis um den „richtigen“ Körper. Generell sieht sie, dass die Interessen von Männern und Frauen im Freizeitsport in sehr unterschiedliche Richtungen gehen, was nicht dazu führen wird, dass sich Geschlechterunterschiede aufheben, sondern, dass sich die Inszenierung der Geschlechter in neuen Formen ausdrücken wird. Ähnliche Ansichten werden auch von Haut und Emrich (2011) geteilt, die mehr generell betrachtet, feststellen, dass traditionelle Unterschiede im Sport dazu tendieren sich aufzulösen: „Die Unterschiede in der Sportaktivität zwischen Schichten, Geschlechtern und Altersgruppen sind nicht irrelevant geworden, sie werden lediglich durch ein gewandeltes Sportverständnis verdeckt, und /oder haben sich in neue Sportbereiche verlagert“ (Haut und Emrich 2011, S.315). Diese Aussage kann verstanden werden in Bezug auf den Wandel in der Gesellschaft, der die Zugangsmöglichkeiten für verschiedene Gruppen erleichtert, verschiedene Möglichkeiten zur Ausübung von Sport bietet, dennoch aber nicht alle Gruppen gleichermaßen integriert. Nach wie vor sind höhere Schichten sportlich aktiver als untere.

Bezüglich der Sportarten stellen Haut und Emrich (2011, S. 322) fest, dass Frauen häufiger Sportarten ausüben, die „keine zwingende Leistungsorientierung und Regelgebundenheit aufweisen“ und eher gesundheits- und körperleistungsorientiert sind. Dazu zählen Schwimmen, Laufen, Radfahren, Walking, Fitness, Gymnastik und Aerobic. Tennis und Volleyball sind die Ausnahmen unter den wettkampforientierten Sportarten. Sie sind bei den

Frauen ähnlich beliebt sind wie bei den Männern. Diese Ergebnisse gehen einher mit den unterschiedlichen Motiven für das Sporttreiben zwischen den Geschlechtern.

3.3. Frauen im Leistungssport

Da Sport im Allgemeinen betrachtet männerdominiert ist, sieht es auch im Leistungssport nicht anders aus: Frauen sind deutlich unterbesetzt (Darlison, 2000). Laut Haut & Emrich (2011) betreibt jeder dritte Mann, aber nur jede sechste Frau Wettkampfsport. Dennoch wird die Partizipation von Frauen im Leistungssport immer populärer und auch in traditionell männlichen Wettkampfsportarten wie Fußball oder Basketball gibt es eigene Ligen für Frauen, die zu kulturellen Phänomenen heranwachsen wie z.B. die WNBA (Cooky & Lavoï, 2012).

Die Partizipation von Frauen im Leistungssport reflektiert sich in ihrer Teilnahm an den Olympischen Spielen. Erst 1900 durften Frauen im Tennis und Golf teilnehmen, danach kamen Bogenschießen, Eislaufen und Schwimmen dazu. Im Jahr 1928 wurden Frauen erstmals in den athletischen Disziplinen zugelassen. In diesem Jahr waren 9,6% der Wettkämpfer weiblich, im Jahr 2004 waren es 40,7%, so Pfister (2010a). Bei den Olympischen Sommerspielen 2012 in London vermerkt Staurowsky (2016b) 44% weibliche Teilnehmerinnen, ein scharfer Kontrast zu 2,2% im Jahr 1900, was auch den Zugangsmöglichkeiten für Frauen zu mehreren Sportarten zu vergüten ist. Burke (2014) erwähnt außerdem, dass bei den Spielen in London erstmals in der Geschichte mehr Frauen als Männer im amerikanischen Team waren und sie auch mehr Goldmedaillen als ihre männlichen Teamkollegen gewannen. Aber auch abseits der Olympischen Spiele wurden Frauen bis in die 70er und 80er Jahre des 20. Jahrhunderts von verschiedenen Sportarten und Wettkämpfen ausgeschlossen. Obwohl, wie bereits erwähnt, die meisten Sportarten nun für beide Geschlechter zugänglich sind, stellen Frauen in Domänen wie Gewichtheben oder Skispringen immer noch eine kleine Minderheit dar (Pfister, 2002).

Hinzukommt, dass seit dem Zweiten Weltkrieg Sport zu einem Medienereignis heranwuchs, wobei bis in die 1960er die Sportberichterstattung überwiegend sachlich war und erst ab den 1970ern Unterschiede in der Darstellung der Geschlechter deutlich wurden (Pfister 2002). Außerdem wird nach wie vor hauptsächlich über männliche Athleten berichtet, obwohl Frauensport in der Qualität und Quantität deutlich gewachsen ist (Cooky & Lavoï, 2012). In der heutigen Zeit hat die mediale Präsenz von Leistungssportlern einen hohen Einfluss auf das Bild, das wir von Sportlern vermittelt bekommen. Bei Sportlerinnen bedeutet dies oft, dass die schon geringe Berichterstattung sich nicht nur auf die sportlichen Erfolge fokussiert, sondern vor allem ihr Aussehen in den Vordergrund stellt und sie genderstereotypisch und sexualisiert darstellt (Pfister, 2002, Hardin & Antunovic, 2016, Cooky & Lavoï, 2012). Pfister (2002) beschreibt diesen Trend am Beispiel von Tennisspielerin Anna Kournikova als das „Kournikova-Syndrom“, bei dem die Bekanntheit und Beliebtheit von Sportlerinnen erstrangig

auf deren Äußerlichkeiten basiert und nur zweitrangig auf deren sportlichen Leistungen. Hinzukommt, dass viele Medien sich neben dem Aussehen der weiblichen Athletinnen auch auf ihr soziales Umfeld konzentrieren und sie oftmals durch die Zuschreibung ihrer Erfolge auf ihre Väter oder Coaches als abhängig darstellen (Hardin & Antunovic, 2016).

Dennoch ist festzustellen, dass viele Athletinnen sich bemühen „gleichzeitig Sportlichkeit und Weiblichkeit zu signalisieren“ und ihren Einfluss auf die Vermarktung nutzen, um „ihre Rolle auf der Bühne des Sports zumindest mitbestimmen“ zu können (Pfister, 2002, S.53-55). Staurowsky (2016) bezieht sich auf das Paradox, welches von Gender Studies Wissenschaftlern (Krane, V., Choi, P.Y.L., Baird, S., Aimar, C.M., & Kauer, K.J., 2004) als „female athlete paradox“ bezeichnet wird. Bei diesem Paradox handelt es sich um die zwei Kulturen, in denen Sportlerinnen leben: Zum einen die Sportkultur, die männlich geprägt ist, und zum anderen die gesellschaftliche Kultur, in der Weiblichkeit ein wichtiges Charakteristikum für Frauen ist. Daraus ergibt sich, dass die Sportlerinnen zwar nach einem athletischen Körper streben, dieser aber mit den weiblichen Schönheitsidealen der Gesellschaft kollidiert. Männer im Leistungssport hingegen werden sowohl für ihre athletischen Erfolge als auch für ihr Aussehen verehrt, wodurch ihre Männlichkeit unterstrichen wird (Alley & Hicks, 2005). Nach Krane et al. (2004) wird von Sportlerinnen erwartet, dass sie hegemonische Weiblichkeit darstellen und sich von Verhalten distanzieren, welches als maskulin verstanden wird. Dadurch werden sie mit dem Widerspruch konfrontiert, dass athletische Erfolge mit traditionell männlichen Charakteristiken assoziiert werden und nicht mit Weiblichkeit. Aus ihrer Studie geht hervor, dass Sportlerinnen oft zwei Identitäten annehmen: als Athletin und als Frau, was von Dworkin (2001) als Balancefindung zwischen einem weiblichen Image und den maskulinen Charakteristiken der ausgeübten Sportarten beschrieben wird.

Für die Zukunft bedeutet das: Je mehr Frauen im Spitzensport vertreten sind, desto vielfältiger sind ihre Bedürfnisse, Identitäten und Ziele und desto vielfältiger muss auch ihre Repräsentation in der Öffentlichkeit und in den Medien werden. Alley und Hicks (2005) unterstützen eine moderne Perspektive, bei der es darum geht, Männlichkeit und Weiblichkeit auf einem Spektrum vom Genderkategorien zu sehen, die es athletischen Frauen ermöglichen soll, ihre Weiblichkeit beizubehalten, auch wenn sie durch ihre Teilnahme am Leistungssport „vermännlicht“ werden. Die Spielerin Skylar Diggins aus der WNBA (Women's National Basketball Association) gilt als Vorbild für Sportlerinnen und Frauen im Allgemeinen. Mit ihrer „beauty and beast mentality“ lebt sie das Paradox und zeigt, dass man sich „toughness and femininity“ zu eigen machen kann (Brekke, 2015). Im Jahr 2013 hat die WTA (Women's Tennis Association) außerdem mit ihrer „Strong is Beautiful“-Kampagne Werbung für „players' athleticism, grace and extraordinary inner strength“ gemacht. Es wurden zum Anlass des 40. Bestandsjubiläums 40 weibliche Stars aus der Tenniswelt in Kleidern und mit Make-up in

Aktion gefilmt und fotografiert. Die einzelnen Videos beinhalten außerdem Nachrichten der Frauen über ihren Bezug zu ihrem Sport. Durch die Erweiterung der Kampagne auf Stars aus anderen Genres wurde noch mehr Publikum angesprochen und sollten mehr Fans für Frauentennis gewonnen werden.

Kleindienst-Cachay (2007) vermerkt eine Randgruppe innerhalb der Leistungssportlerinnen in Deutschland, nämlich die der muslimischen Frauen in Deutschland, Töchter von Arbeitsmigrantinnen und -migranten. Die Sportlerinnen finden sich in den Sportarten Tae Kwon Do, Karate, Fußball, Boxen, Handball, Volleyball, Modern Dance und American Football. Die Wahl der Sportart hing eng zusammen mit der Vereinbarung muslimischer Moralvorstellungen, denn ein Kampfanzug beim Karate oder Tae Kwon Do verhüllt größtenteils den Körper. Hinzukommt aber auch die Art der Sportart, die mit der muslimischen Kultur vereinbar sein muss, wo eben genannte Sportarten für Frauen akzeptiert werden, da sie „Selbstverteidigungswert“ haben (Kleindienst-Cachay 2007, S.29).

Um diese Entwicklungen weiter zu forcieren und Frauen zu vermitteln, dass sie einen Platz in der Welt des Sports haben, sind Frauenprojekte im Sportbereich unabdingbar. Sie konzentrieren sich konkret auf die unterschiedlichen Voraussetzungen, Bedürfnisse und Ziele von Frauen und können sie dabei unterstützen ihre Rolle im Sport zu finden. Damit setzt sich das nächste Kapitel auseinander.

3.4. Bedeutung von Frauenprojekten im Sport

Der Begriff „Frauenprojekt“ wird von Doderer und Kortendiek (2008, S.887) definiert als „selbstorganisierte Einrichtung *von* und *für* Frauen, [...] die im Kontext der Neuen Frauenbewegung ab den 1970er Jahren entstanden sind“. Frauenprojekte finden sich in verschiedenen Sektoren und beschäftigen sich mit Gewalt, Gesundheit, Körper oder Kultur, wobei sie alle „vor dem Hintergrund der Grundsätze feministischer Theorie und Praxis“ situieren und sich meistens in größeren Städten etabliert haben (Doderer und Kortendiek, 2008, S.887). Ursprünglich waren Frauenprojekte politisch orientiert, ihre Ziele haben sich jedoch wie auch die Gesellschaft differenziert und so entstanden unter anderem auch Sportprojekte oder Projekte für Migrantinnen. Ebenso erwähnen Doderer und Kortendiek (2008) die Bedeutung der Internationalität auf die Entwicklung und Diskurse innerhalb der Frauenbewegungen, die auch bei Mamanet festzustellen ist, da das Projekt in Österreich nach Vorbild des israelischen Vereins gegründet wurde.

Wie bereits aus den vorgehenden Kapiteln herausgelesen werden kann, haben Frauenprojekte im Sport nach wie vor eine wichtige Bedeutung, da sie die Möglichkeiten von Frauen im Sport verbessern können (Darlison, 2000). Darlison (2000) erwähnt jedoch auch,

dass die Auswirkungen von speziellen Initiativen für Frauen nicht zwingend Wirkung auf alle Sportbereiche haben, besonders wenn es um Führungs- und Entscheidungspositionen geht. Deshalb bedarf es ihrer Meinung nach an Ansätzen, die sich mit der Ungleichheit der Geschlechter beschäftigen, um ein Gleichgewicht herzustellen. Es ist unabdingbar, dass die Benachteiligung von Frauen erkannt und sichergestellt wird, dass Frauen und Mädchen gleichermaßen ihren Nutzen von der Teilnahme am Sport ziehen können. Dennoch ist es ihrer Meinung nach auch notwendig, spezielle Projekte und Programme zu haben, die sich gegen die Diskriminierung von Mädchen und Frauen richten. Darlison (2000) akzentuiert, dass sogar in Gesellschaften, in denen die Frauenbeteiligung am höchsten ist, diese in allen Altersgruppen immer noch geringer ist als die der Männer. Dem gilt es entgegenzuwirken, da die gesundheitlichen Vorteile von Sport nicht geschlechtsspezifisch sind und Frauen sich auch im sozialen und persönlichen Bereich durch Sport weiterentwickeln können.

Laut dem Eurobarometer der Europäischen Kommission zur Gleichbehandlung von Männern und Frauen (2014) sollte die Beseitigung der Ungleichheit zwischen Männern und Frauen für 77% der Befragten Priorität in der EU haben. Organisationen, die die Interessen von Frauen vertreten, stehen an der Spitze der Organisationen, die dazu beigetragen haben, die Ungleichheiten zwischen den Geschlechtern zu bekämpfen: Dies gilt laut dem Eurobarometer für 45% der Österreicher/innen und 42% der Europäer/innen. Solche Ergebnisse bestätigen den Wert von Frauenprojekten wie Mamanet, die sich speziell der Zielgruppe von Frauen widmen.

Cooky und Lavoie (2012) sehen eine wichtige Zielgruppe in der Generation der jetzt noch jugendlichen Mädchen, die in einer Welt aufwachsen, in der Frauen bereits in allen Bereichen des Sports teilnehmen können. Aus diesem Grund ist es wichtig, Bildungsprogramme zur Unterstützung der Gleichheit der Geschlechter zu entwickeln und zu implementieren, die Mädchen dazu zu motivieren, einen positiven Wandel im Sport zu bewirken. Cooky und Lavoie (2012) erwähnen in diesem Zusammenhang das Fair Shot Project am Columbia College in Chicago, bei dem Mädchen in der High School in investigativen Journalismus über Title IX und Gender in der Medienanalyse gebildet werden. Ein weiterer Ansatz ist die Alliance for Women Coaches, die für Gleichberechtigung im Sport kämpft und Frauen dabei unterstützt professionelle Coaches zu werden.

Des Weiteren können Frauenprojekte zur Gleichheit der Geschlechter im Sport einen Beitrag leisten und dazu beitragen, bei Frauen und Mädchen ein Bewusstsein für die Vorteile von sportlicher Betätigung zu schaffen, die im folgenden Kapitel erläutert werden.

3.5. Bedeutung der Sportteilnahme für Frauen

Studien bestätigen, dass Sportbeteiligung auch die Bildungskarriere und Bildungsmöglichkeiten für Mädchen und junge Frauen verbessern kann (Farb & Matjasko, 2012, Feldmann & Matjasko, 2005). Neben der Reduktion des Risikos für Krebs und Herzkrankheiten erlangen Frauen durch Sport physische Stärke, um den Belastungen und Anforderungen des alltäglichen Lebens gerecht zu werden. Aber auch die psychische Gesundheit wird gepflegt, die wieder dabei hilft, den Herausforderungen mit positiven Aussichten entgegenzutreten. Nicht zuletzt sind die sozialen Vorteile zu beachten, die durch mit Teamkolleginnen und Teamkollegen geschlossene Freundschaften erzielt werden (Staurowsky, 2016b).

Des Weiteren erwähnt Staurowsky (2016b), dass moderat sportlich aktive Frauen geistig und körperlich länger stark bleiben, wodurch sich Symptome der Demenz vermindern können. Außerdem können vor allem im Alter durch Sport Balance und Muskelkraft erhalten bleiben, wodurch Krankheiten wie Diabetes und Schlafstörungen, die häufig bei einer sitzenden Lebensweise vorkommen, verhindert werden können.

Ein weiterer positiver Effekt von Sport ist seine Auswirkungen auf die Psyche, da er sich auf die Stimmung auswirkt. Zum einen geschieht das durch chemische Prozesse wie die Ausschüttung von Dopamin und Endorphinen, zum anderen durch Stimulierung der Bildung eines neurotrophen Faktors im Gehirn, der hilft, Neuronen zu reparieren und neue herzustellen (Craft & Perna, 2004; Warren, 2013).

Vor allem muss auch beachtet werden, dass der Sport für Athletinnen Möglichkeiten bietet mentale Stärke aufzubauen, die im Sport in verschiedenen Momenten verlangt wird. Kaufmann (2014) gibt vier Dimensionen der mentalen Stärke an, die Sportlerinnen im Vergleich zu nicht sportlich aktiven Menschen reichlich haben: Hoffnung, Optimismus, Ausdauer und Widerstandskraft. Staurowsky (2016b) erwähnt außerdem verschiedenste Studien, die bestätigen, dass sich Sport positiv auf die Psyche auswirkt in Bezug auf Stressresistenz und Sportler und Sportlerinnen ein sogenanntes „Eisbergprofil“ besitzen, was bedeutet, dass sie über ein hohes Level an Vitalität verfügen gemeinsam mit niedrigen Levels von Zorn, Depression, Spannung, Ermüdung und Verwirrung. Depressionen können jedoch sehr wohl auftreten, wobei das Risiko bei weiblichen Athletinnen höher ist als bei männlichen, vor allem im Zusammenhang mit der psychischen Belastung bei Wettkämpfen.

Im Hinblick auf die Gleichheit der Geschlechter im Sport, wie sie von der EU im Proposal für Strategic Action „Gender Equality in Sports“ (2014) angestrebt wird, können Frauen durch ihre Teilnahme am Sport die Diversität des Sektors erhöhen und Vorbilder für junge Mädchen und Jungen werden, die ebenfalls eine Sportkarriere anstreben. Das Ziel ist es, Sport attraktiver, vor allem für Mädchen und Frauen, zu gestalten, sodass sie in diesem Bereich arbeiten und

anleiten können, aber auch Sport genießen können. Es wird darauf hingewiesen, dass ein sicheres Umfeld geschaffen werden muss, welches das Bewusstsein für die Gleichstellung der Geschlechter schärft und Instrukturen und Administratoren ausbildet im Umgang mit den Risiken, um Schaden der Athleten und Athletinnen zu verhindern. Durch „Gender friendly guidance“ soll außerdem die hohe Drop-out-Rate von Mädchen und Frauen im Sport vermindert, sexistische Stereotypen abgebaut und ein positives soziales Umfeld für alle geschaffen werden.

Vor allem für Frauen mit Beeinträchtigungen oder Migrationshintergrund sieht die EU (2014, S.7) Sport als wertvolles Werkzeug „to empower their lives, to have a job, to have a family and to be accepted as a citizen in their (new) country and not being someone ‘different’“. Im folgenden Kapitel wird das Thema „Sport und Integration“ genauer betrachtet, da es auch einen wichtigen Aspekt im Projekt „Mamanet“ darstellt.

4. Integration durch Sport

4.1. Sport und Kultur

Laut Rothe (1984, S.1) wollen wir „unter Kultur [...] das Gesamt der von Menschen hervorgebrachten und vorgefundenen Bedingungen verstehen, die ihm die verantwortliche Führung seines Lebens erlauben und ihm eine unverwechselbare eigenständige Prägung geben“ (Rothe, 1984, S.1 in Beckers, o.D.). Der Kulturtheorie nach Cassirer ist der Mensch ein symbolisches Wesen (*animal symbolicum*), das zwischen Wahrnehmung und Handeln lebt. Das heißt, es hat zum einen die physikalisch-biologische Welt, in der es lebt, aber auch eine symbolische, die Kultur. Hätte der Mensch nicht die Fähigkeit der Symbolisierung, Dingen eine symbolische Form zuzuschreiben und diese sinnlich wahrzunehmen (symbolische Prägnanz), wäre er auf die „Grenzen seiner biologischen Bedürfnisse und praktischen Interessen beschränkt“ (Hildebrandt, 2000, S.19).

Wie hängen nun Sport und Kultur zusammen? Was haben bestimmte Arten von Bewegung mit Kultur zu tun? Hildebrandt (2000), in Anlehnung an die Kulturtheorie von Cassirer, sieht den Sport als eine von vielen kulturellen Leistungen des Menschen, die er als „Artikulationen seiner ursprünglichen Symbolisierungsfunktion“ bezeichnet. Das bedeutet, dass der Sport eine Bedeutung in einer Kultur hat. Für Beckers (o.D.) zählen zur Kultur Wissenschaft, Religion, Rechtsprechung, Kunst, Administration, aber auch Sitten und Bräuche oder „Formen des Umganges mit dem Körper“. Die Normen für diesen Umgang und die Pflege des Körpers sind in den einzelnen Kulturen unterschiedlich sowie die Präsentation, das Bewegungsverhalten oder ihr körperlicher Ausdruck. Daraus kann geschlossen werden, dass jeder Kulturbereich seinen eigenen Körper- und Bewegungskultur besitzt. Sport ist demnach keine eigene Kultur, sondern Ausdruck und dadurch auch Teil der Kultur, denn er reflektiert diese und kann sich ebenso verändern, wenn sich die Gesellschaft wandelt (Hitzler, 1991, Beckers o.D.). Spiel und Spielkultur können als Erfahrungsstruktur des Sports verstanden werden ebenso wie Regelmäßigkeit, doch lassen sich nicht alle Arten von Sport gleich definieren (Hitzler, 1991).

Daraus ergeben sich für Beckers (o.D., S.14) zwei Feststellungen. Zum einen ist Sport dann „nur bedeutsam für einen bestimmten Zeit- und Kulturraum“, denn er ist zeitlich und räumlich gebunden. Zum anderen ist Sport „in all seinen Erscheinungsformen nicht schlechter, aber auch nicht besser als die Gesellschaft, die ihn hervorbringt“. Das heißt, dass Sport dazu genutzt werden kann kulturelle Grundstrukturen zu erkennen, die das Leben bestimmter Gesellschaften und der Menschen beeinflussen, er kann aber nicht gewertet werden (Beckers o.D.). Hildebrandt (2000) sieht den Sport als eigene „kulturelle Symbolwelt“, die sich je nach kulturellem Kreis in unterschiedlichen Formen ausdrückt. Man muss sich als Sportler oder Sportlerin bewusst sein, dass verschiedene kulturelle Kreise ihrem Sport unterschiedliche Bedeutungen zuschreiben und kein Sport einfach aus einer Kultur in eine andere „exportiert“

werden kann. Sport ist demnach nach Hildebrandt (2000, S.22) „nicht nur Gegenstand“, sondern er steht auch für etwas. Seine Bedeutung ist „locker und vieldeutig“ und soll metaphorisch verstanden werden, was bedeutet, dass das sichtbare Geschehen alleine zu beobachten nicht ausreicht, um den kulturellen Ausdruck eines Sports zu verstehen.

Die Lebenswelt des Menschen ist stets im Wandel und genauso wie der Alltag nicht immer sinn- und zweckorientiert ist, muss es auch Sport nicht sein. Für Hitzler (1991, S.485) bildet der Sport eine Art „aparte Teilkultur“, eine eigene Teilwelt, in der für einen bestimmten Zeitraum andere Regeln und physische Aktivitäten herrschen. Je nach Erscheinungsform werden von den Akteuren „explizite und explizierbare Verhaltensregeln [...] freiwillig und zeitweilig als verbindlich akzeptiert“ (Hitzler, 1991, S.485). Sport ist demnach im Schnittbereich zwischen Spiel- und Körperkultur anzusiedeln und kann verstanden werden als „komplexes Arrangement von Leistungsbewertungen, Leistungsbemessungen, Notierungen, Vergleichen, Fortschritten und Rückschritten“ (Luhmann, 1985, S. 337), wobei man auch hier kritisch anmerken kann, dass jede Definition von Sport oder jeder Versuch, Sport einen „höheren Sinn“ zu geben, auf einen bereits ideologisierten Kulturbegriff zurückgeht. Hitzler (1991, S. 486) fasst zusammen, dass Kultur nicht nur das Andere ist, dass den Sport prägt und sich im Sport ausdrückt, „vielmehr ist der Sport Sport, weil und indem er Kultur ist“.

Es bleibt die Frage offen, ob alle Menschen ein Recht auf Sport haben, wenn Sport als Teilkultur verstanden wird. Sport ist genau genommen kein Menschenrecht, sportliche Betätigung hat aber sehr wohl eine unterstützende Funktion für diese, denn durch Sport entwickelt sich der Mensch körperlich und intellektuell weiter. Demnach kann Sport als wesentliches Element des Rechtes auf Bildung und Kultur angesehen werden, welches in Artikel 26 der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte und in Artikel 13 des Internationalen Pakts über wirtschaftliche, soziale und kulturelle Rechte gewährleistet wird. In Letzterem steht geschrieben, dass „Bildung auf die volle Entfaltung der menschlichen Persönlichkeit und des Bewusstseins ihrer Würde gerichtet sein und die Achtung vor den Menschenrechten und Grundfreiheiten stärken muss“ (Deutsches Institut für Menschenrechte, 2005).

Wenn Menschen nun von einer Kultur in einen anderen Kulturraum übersiedeln, kommt der Faktor der Integration zu tragen. Nicht nur im Bereich des Sports werden Menschen oft aufgrund ihrer Kultur benachteiligt und erfahren nicht die gleichen Chancen wie jene, die der örtlichen Kultur angehören. Integration wird dann oft nicht als deskriptives, also wertneutrales Konzept verstanden, sondern als normatives. Das bedeutet, dass nach dem Gelingen der Integration gefragt wird, besonders im Zusammenhang mit Menschen mit Migrationshintergrund (Burrmann, 2014). Heckmann (1997) sieht nach dem normativen Verständnis Integration als einen „Prozess, [...] durch den eine Migrationsbevölkerung einen Mitgliederstatus in der Gesellschaft erwirbt und Zugang zu Positionen und Status auf der Basis

von Chancengleichheit erwirbt“. Es gibt verschiedenste Ansätze zur Integration in der Soziologie. Im folgenden Kapitel wird genauer auf den Sport und seine Bedeutung für soziale Integration eingegangen.

4.2. Sport als Integrationsmotor

Sport hat heutzutage vielfältigere Funktionen als noch vor 50 Jahren, denn der Wettkampf steht weit nicht mehr im Mittelpunkt. Sport wird aus gesundheitlichen Gründen, zur Unterhaltung, zum Wohlbefinden, aber auch wegen seiner sozialintegrativen Funktion betrieben (Becker & Härnig, 2012; Lüders, 2014). Baumann (2007, S.21) sieht soziale Integration als die „Integration von Menschen oder Gruppen in die Struktur eines sozialen Systems“, also die Integration von Individuen in die Gesellschaft. Sport bietet Menschen mehr als nur eine Plattform zur körperlichen Betätigung, er kann „Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten stärken, Zukunftshoffnung stiften und die Eingliederung des Einzelnen in die Gesellschaft erleichtern“ (Lemke, 2014, S.4). Herauszuheben ist, dass Sport laut Lemke (2014, S. 4) vor allem in „entwickelten Gesellschaften [...] mit erheblicher Zuwanderung“ eine integrierende Funktion darstellt und auch als solche genutzt werden soll. Wichtig ist zu bedenken, dass Integration von Menschen mit Migrationshintergrund oder anderen Minderheiten nicht von alleine durch die bloße Teilnahme am Sport passiert. Sportvereine tragen eine gewisse Verantwortung und sollen den Integrationsprozess unterstützen. Integration wird als sozialer Prozess verstanden, „in dem Menschen unterschiedlicher Herkunft durch Annäherung, Kommunikation, das Finden von Gemeinsamkeiten und Feststellen von Unterschieden zu Mitgliedern einer Gesellschaft werden und für sie gemeinsam Verantwortung übernehmen“ (ARGE, 2016, S.7). In diesem wechselseitigen Prozess werden verschiedene Phasen durchlaufen und das Ziel ist erst dann erreicht, wenn die autochthone und zugewanderte Bevölkerung als gleichwertig gesehen wird. (ARGE 2016). Lemke (2014, S.3) sieht in Sport ein „positives, verbindendes und kraftvolles Potential“, welches „einen Beitrag für eine bessere Welt leisten [kann], wenn sportliche Maßnahmen verantwortungsbewusst angeleitet und mit Entwicklungszielen verknüpft werden“. Sport kann Werte wie Respekt, Toleranz, Fairness und Gleichheit vermitteln, die zum einen positiv auf den Umgang mit Konflikten und Emotionen wirken, zum anderen auch dazu beitragen Vertrauen aufzubauen. Diese Eigenschaft des Sports kommt vor allem in einer diversifizierten Gesellschaft zu tragen, denn Vielfalt ist „nicht nur eine Bereicherung, sondern auch eine (gesellschaftliche) Herausforderung“ (Lüders, 2014, S.26). Dennoch soll jede und jeder Einzelne die Möglichkeit haben zu arbeiten, zu wohnen, seine Freizeit zu gestalten und so teilhaben am gesellschaftlichen Leben (Lüders, 2014). Der Sport hat keine Sprache, kennt keine Grenzen und kann Menschen aus unterschiedlichen Kulturen, Religionen,

Sprachräumen und sozialen Hintergründen zusammenbringen und eine gemeinsame Plattform schaffen (Lemke, 2014).

Der englische Begriff „Diversity“, direkt übersetzt mit Diversität, wird auch mit Vielfalt oder Heterogenität im deutschsprachigen Raum gleichgesetzt. Diese Begriffe beziehen sich auf gesellschaftliche Unterscheidungsmerkmale, die einen Einfluss auf die „Chancen auf Teilhabe in sozialen Systemen haben“ (Rulofs, 2014, S.7). An dieser Stelle kommt das sogenannte „Diversity-Management“ ins Spiel. Hierbei handelt es sich um den „zielgerichtete[n] Einsatz von Prozessen und Strategien, die die Unterschiede zwischen Individuen zu einem positiven Gut und nicht zu einer Last für die Organisation werden lassen“ sollen (Rulofs, 2014, S.7). Je nachdem wie homogen oder heterogen eine Organisation ist, hat Diversity-Management unterschiedliche Zielsetzungen: Entweder die Öffnung, um soziale Vielfalt zu erreichen, oder die optimale Nutzung der unterschiedlichen Potentiale sowie die Sicherung von Chancengleichheit und das Verhindern von sozialen Konflikten. Zu den Kerndimensionen oder inneren Dimensionen von Diversität zählen Geschlecht, Alter, Ethnie, sexuelle Orientierung und die körperlichen und geistigen Fähigkeiten, also Dinge, die einem Individuum gegeben sind. Diversity-Management konzentriert sich vor allem auf diese Dimensionen, obwohl es auch noch die äußeren Dimensionen gibt, zu denen berufliche Ausbildung, der Sozialstatus, das Einkommen und der Familienstand zählen (Rulofs, 2014). Wichtig ist, dass man den Zusammenhang zwischen den Merkmalen und sie nicht unabhängig voneinander betrachtet, also eine intersektionale Perspektive verfolgt. Rulofs und Dahmen (2010) verweisen hier außerdem darauf, dass die Verwobenheit zwischen den Differenzkategorien kein generalisierbares Muster vorweist, sondern immer vom Kontext abhängt. Im Sport sind körperliche Merkmale wesentlich im Sinne von Leistungsklassen, in die Gruppen differenziert werden, dennoch hängt es von der Sportart und deren Anforderungen und Traditionen ab, wie bestimmte Merkmale ein Individuum in seiner Teilnahme beeinflussen. Es darf jedoch nicht vergessen werden, dass es sich im Sport auch um „Geselligkeits-Vereinigungen“ handelt und das Prinzip der Freiwilligkeit vorherrscht unabhängig von Differenzkategorien wie sozialer Schicht, Ethnie oder sonstige Merkmale (Rulofs, 2014).

Trotzdem sind Ausgrenzung und Diskriminierung auch im Sport noch häufig aufgrund von Hautfarbe, Geschlecht, sexueller Orientierung oder Behinderung zu finden (Lüders 2014). Die rechtlichen Möglichkeiten bei Vorfällen der Diskriminierung haben sich deutlich verbessert, zu beachten ist dabei das Allgemeine Gleichberechtigungsgesetz (AGG), welches Ansprüche und Rechtsfolgen bei Diskriminierungen regelt. Dieses Diskriminierungsverbot gilt auch für den Sport. Lüders (2014, S.28) hebt hervor, dass es dennoch Sportvereine geben darf, die sich an „bestimmte Zielgruppen“ richten, denn wichtig ist die „Vergleichbarkeit von Leistungen oder die Wahrnehmung der Chancengleichheit und der körperlichen Unversehrtheit zu gewährleisten“. Entscheidend ist, langfristige Maßnahmen zu setzen und Antidiskriminierung

auch strukturell in Vereinen zu verankern, denn sie stellen wichtige Institutionen in unserer Gesellschaft dar, die Inklusion und Integration fördern können.

In Studien mit muslimischen Frauen, wie unter anderem von Kleindienst-Cachay (2007), konnte herausgefunden werden, dass durch sportliches Engagement Sprachverhalten, Leistungsmotivation, Bildungsaspirationsniveau, Freundes- und Bekanntenkreis, Beziehung zum eigenen Körper und die Vorstellung der Geschlechterrollen positiv beeinflusst werden können. Der Sport bietet eine Möglichkeit, sein eigenes Selbstbild neu zu definieren und seine Identität neu zu konstruieren, nämlich Traditionen und (Leistungs-)sport miteinander zu verbinden, ähnlich wie in Kapitel 3.3 erläutert wurde, wie Leistungssportlerinnen in ihrer Identitätskonstruktion ihre Weiblichkeit und ihre Sportlichkeit verinnerlichen.

Becker und Härnig (2012) sind außerdem der Meinung, dass Menschen, die in Sportkontexten interagieren, sozial integrierter sind als Menschen, die nicht sportlich aktiv sind. Sportkontexte bieten nämlich „optimale Möglichkeiten zur Interaktionsaufnahme, zum Aufbau sozialer Beziehungen und ermöglichen auch den Zugang zu weiteren Handlungskontexten“ (Becker & Härnig, 2012, S.262). Ihre Untersuchungen bestätigen, dass der Freundes- und Bekanntenkreis von sportlich aktiven Menschen größer ist, häufiger Treffen mit Freunden und Bekannten stattfinden und sie auch in mehreren Handlungskontexten aktiv sind als Nichtsportler/innen. Festzuhalten ist, dass Mannschaftssportler/innen laut Becker und Härnig (2012) eher zeitlich eingeschränkt sind und sich nicht viel in anderen Kontexten bewegen. Die soziale Integration durch den Sport findet also hauptsächlich durch den regelmäßigen, wiederkehrenden Kontakt mit jenen statt, die den gleichen Sport betreiben, wodurch die sozialen Beziehungen aufrecht erhalten bleiben. Mamanet liegt genau dieser Aspekt des Sports besonders am Herzen, da es nicht nur um das gemeinsame Sporttreiben geht, sondern auch darum, ein soziales Netzwerk und Freundschaften über den gemeinsamen Sport aufzubauen.

Kleindienst-Cachay (2007) sieht das Integrationspotential von Sport in fünf verschiedenen Bereichen. Im sprachlichen Bereich bedeutet das, dass durch Sport die Sprachkompetenzen verbessert werden können. Dadurch werden im sozialen Bereich leichter Freizeitkontakte mit „Einheimischen“ geschlossen. Im strukturellen Bereich beeinflussen die besseren Sprachkompetenzen die möglichen Bildungsabschlüsse und Zugangschancen zum Arbeitsmarkt. Im personalen Bereich entsteht durch die eben genannten Veränderungen eine persönliche Zufriedenheit mit dem Leben im jeweiligen Zielland, wodurch man sich auch mehr dadurch identifiziert und soziale Anerkennung erlebt. Letztlich kommt noch der politisch-rechtliche Aspekt zum Tragen, denn es ist vor allem wichtig, dass Migrantinnen und Migranten „dieselben Rechte und dieselben Partizipationsmöglichkeiten am politischen Diskurs, wie sie der autochthonen Bevölkerung zustehen, haben“ (Kleindienst-Cachay, 2007, S.16). Bis dahin

sieht Kleindienst-Cachay (2007) noch einen weiten Weg, der durch sportintegrative Projekte aber in die richtige Richtung geleitet werden kann.

Die ARGE (2016) vermerkt, dass Sport von Vereinen und Organisationen im Sozialbereich bereits bewusst als „Integrationsmotor“ eingesetzt wird und sich der Großteil dabei auf die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen aus benachteiligten Familien fokussiert. In kleinem Ausmaß gibt es auch Vereine und Organisationen speziell für Frauen, Mädchen und Asylwerbende, zu denen sich Mamanet zählt. Eine SWOT-Analyse im Rahmen der Studie „Integration und soziale Inklusion im Sport“ zeigt die Stärken, Schwächen, Möglichkeiten und Risiken für erfolgreiche Integration im und durch den Sport in Österreich. Zu den internen Stärken zählen die hohe Vereinsdichte, die günstigen Preise, vorhandene Ressourcen sowie qualifiziertes Personal. Außerdem existiert eine sehr gute Vernetzung durch Fach- und Dachverbände und Wettbewerbsstrukturen. Als interne Schwächen werden die Fokussierung auf Wettkampf- und Publikumssport angesehen, denn nicht überall kann jede Sportart ausgeübt werden. Außerdem wird immer noch eine Männerdominanz beobachtet, wodurch der Frauensport vernachlässigt wird. Chancen werden durch die Integration von Menschen und Kindern mit Migrationshintergrund gesehen, durch die sich der Sport für neue Entwicklungsprozesse öffnet. Externe Bedrohungen oder Risiken sieht die Analyse im Rücklauf der Vereinsmitgliedschaften, Kürzungen im Schulsport sowie mögliche Konflikte durch sportintegrative Initiativen, denen es gilt entgegenzuwirken.

In diesem Zusammenhang kommt „Diversity-Management“ erneut ins Spiel, denn es befasst sich auf drei verschiedenen Ebenen mit der Öffnung und dem Umgang mit Vielfalt. Zunächst auf der organisatorischen Ebene, danach jedoch auch auf der Ebene der Gruppen und der Individuen. Mit Gruppen sind Wettkampfteams, Trainings- und Übungsgruppen, aber auch zumeist ehrenamtlich agierende Vereins- oder Verbandsorgane des Sports gemeint (Cunningham, 2007). Die vertraute homogene Zusammensetzung soll hier aufgelöst werden und es soll eine Willkommenskultur entwickelt werden, mit klaren Regeln für ein respektvolles Miteinander, die Möglichkeiten eröffnet für die „Etablierung einer Kultur des produktiven Umgangs mit Differenz“ (Rulofs, 2014, 13). Für die Individuen, die Teil dieser Gruppe sind, bedeutet das, dass sie entsprechende Kompetenzen im Umgang mit Vielfalt ausbilden und natürlich eine entsprechende Grundhaltung mitbringen müssen. Generell soll die „Diversitäts-Strategie“ als übergeordnetes Dach für verschiedenste Aktivitäten angesehen werden, so Rulofs (2014), die gemeinsam zum Organisationswandel zur Wertschätzung beitragen.

Mamanet ist ein Vorzeigeprojekt für gelungene Integration und Förderung von Frauen im Sport, die, wie bereits hervorgegangen ist, zu den unterrepräsentierten Gruppen im Sport gehören. Bei Mamanet zählen Netzwerken, Integration, Gemeinschaftsgefühl, Gewaltfreiheit und Vorbildwirkung in der Gesellschaft zu den wichtigsten Elementen. Frauen aus den verschiedensten Herkunftsländern können dort wieder einen Platz finden, was ihr

Selbstbewusstsein stärkt. Gründe für die Nichtteilnahme am Sport können finanzielle, familiäre, aber auch religiöse bzw. kulturelle Hintergründe haben, weshalb Mamanet versucht, die Rahmenbedingungen so zu schaffen, dass eine Teilnahme für alle diese Frauen möglich ist. Dazu zählen kostengünstige Angebote, Kinderbetreuung, Training nahe am Wohnort und wenn nötig, die Abwesenheit von Männern (Mamanet Austria). Es liegt Mamanet Austria besonders am Herzen, dass auch Frauen mit Migrationsgeschichte ernsthaft Sport betreiben können, an Wettkämpfen teilnehmen und eine Vorbildwirkung in ihrer Familie einnehmen.

Es wurden extra Projekte im Gemeindebau, in Flüchtlingsheimen und Frauenhäusern gestartet, um diesen integrativen Aspekt des Projekts noch weiter zu forcieren. Der Erstkontakt entsteht durch kostenlose Schnuppertrainings in Sozialeinrichtungen wie Caritas Grundversorgungshäusern, Obdach Wien, Diakonie oder die Volkshilfe (Speiser-Havel & Stefanski, 2019). Bisher wird Mamanet in elf Sozialeinrichtungen in Wien angeboten, größtenteils mit Kinderbetreuung, um Vertrauen zu den Familien aufzubauen (Mamanet Austria). Bei solchen Projekten wird auf die Rahmenbedingungen besonders geachtet, wie zum Beispiel, dass, wenn notwendig, Dolmetscher vor Ort sind, Gespräche mit den Männern geführt werden und auch während des Trainings keine Männer anwesend sind. Bei Interesse werden mit den Frauen und der Leitung der jeweiligen Einrichtung Termine für Trainings fixiert. Die Kosten für diese Angebote trägt im ersten Jahr Mamanet (Speiser-Havel & Stefanski, 2019).

Diese Pilotprojekte in den Frauenhäusern haben gezeigt, dass die Teilnahme an Mamanet es den Frauen ermöglicht, ihren schwierigen Alltag für kurze Zeit zu vergessen und einfach nur Spaß zu haben (Speiser-Havel, 2019). Aus diesen Projekten entwickelte sich der wöchentliche Kurs im Ernst Happel Stadion, zu dem jeden Mittwochvormittag Frauen aus Sozialeinrichtungen alleine und öffentlich anreisen (Speiser-Havel & Stefanski, 2019). Die Anfahrt dauert oft über eine Stunde. Einige von ihnen wollen in Zukunft Mamanet auch wettkampfmäßig betreiben und kommen noch zusätzlich zum Training des Wettkampfkombi-Teams oder trainieren an einem anderen Standort in einem regulären Team. Andere haben bereits die Coach-Ausbildung gemacht und trainieren ihre eigenen Gruppen, so entstehen durch Mamanet auch Arbeitsplätze für Frauen mit Migrationsgeschichte (Mamanet Austria). Speiser-Havel (2019) hebt hervor, dass in der nächsten Saison 2019/20 die geflüchteten Frauen „ganz normal“ in den Kursen trainieren und am Wettkampfbetrieb teilnehmen sollen, „dann ist Integration (und Inklusion) erfolgt!“

Durch die Kooperation mit dem Verein Login wurden bereits Kontakte zu Einrichtungen von psychisch Erkrankten geknüpft, die aufgrund des niederschweligen Bewegungsangebots eine neue Zielgruppe für Mamanet darstellen können. Eine weitere Zielgruppe für die Zukunft sind Mütter von Kindern mit besonderen Bedürfnissen, die durch Zusammenarbeit mit dem Projekt Vollerleben und dem Wiener Institut für Internationalen Dialog und Zusammenarbeit (VIDC) erreicht werden sollen (Speiser-Havel, 2019).

Wie aus diesem Abschnitt hervorgeht, bietet Sport zwar eine einzigartige Möglichkeit zur Integration von Menschen mit unterschiedlichsten Voraussetzungen, dennoch sind zum einen Frauen, aber noch mehr Frauen mit Migrationshintergrund oftmals in Sportvereinen unterrepräsentiert, als Teilnehmende und vor allem auch in Funktionsrollen. Dieses Thema wird im folgenden Unterkapitel besprochen.

4.3. Migrantinnen in Sportvereinen

Vorweg muss definiert werden, wer zu der Gruppe der „Migrantinnen“ bzw. „Menschen mit Migrationshintergrund“ gehört. Kleindienst-Cachay (2007, S.11) bezieht sich auf die Einteilung der PISA-Studie aus dem Jahr 2000, bei der der Migrationshintergrund wie folgt definiert wird:

- „Durch die in der Familie gesprochene Verkehrssprache (nicht deutsch);
- Durch die Tatsache der Einwanderung von Vater oder Mutter (2.Generation)
- Durch den Tatbestand der Einwanderung durch das Kind selbst (1.Generation).“

Allgemein lässt sich aussagen, dass die Gruppe der männlichen Migranten aus fast allen Herkunftsländern, außer Polen, deutlich höher ist als die der Frauen. Hinzukommt, dass die Frauen oft auf häusliche Tätigkeiten beschränkt werden und somit weniger am gesellschaftlichen Leben in Deutschland teilhaben. Kleindienst-Cachay (2007) vermerkt dennoch, dass die Gruppe der weiblichen Migrantinnen aufgrund von Herkunftsorten, ökonomische Ressourcen und Bildungsniveau eine sehr heterogene ist. Frauen und Töchter von Arbeitsmigranten bilden die größte Gruppe unter den Migrantinnen, ihre Sportteilhabe ist jedoch sehr niedrig.

Bahlke und Kleindienst-Cachay (2017) halten fest, dass es kaum verlässliche Daten zum Thema Migranten und Migrantinnen im Sport gibt, obwohl man seit den 1980ern immer aufmerksamer darauf wird. Sie unterscheiden zunächst zwischen Inklusion in den Sport und durch den Sport, wobei nur durch eine Inklusion in den Sport, beispielweise eine Mitgliedschaft in einem Sportverein, eine weitere Inklusion durch den Sport in größere gesellschaftliche Zusammenhänge stattfinden kann. Erste soziale Kontakte können somit in einem Sportverein geknüpft werden, die zur Erweiterung des sozialen Netzwerkes beitragen können. Der Sport kann außerdem die Teilnehmenden mit Ressourcen und Kompetenzen ausstatten, die für weiterfolgende Integration in die Gesellschaft und für die Schule und den Beruf wichtig sind (Kleindienst-Cachay, 2007). Für Thiel, Sieberth und Mayer (2013, S. 342) gibt es vier Argumentationsstränge, die die sogenannten „Integrationshoffnungen an den Sport(verein)“ zusammenfassen:

1. Sport als verbindende Instanz,
2. Sport als Praxis mit hoher Anziehungskraft,

3. Sport als Symbol für Offenheit und Chancengleichheit und
4. Sport als internationale und universale Sprache.

Diese vier Stränge sollten im Auge behalten werden, sodass man als Akteur im Sport, in welcher Position auch immer, im Sinne der Integration durch Sport handeln kann.

Das Geschlechterverhältnis spielt auch hier wieder eine tragende Rolle, da es sich in der sportlichen Aktivität im Allgemeinen und in der Art und Weise der Sportausübung widerspiegelt. Vor allem Frauen und Mädchen mit Migrationshintergrund sind hier betroffen, da sie oftmals zu sehr von ihrer ethnischen Community beeinflusst und kontrolliert sind, wodurch sie allgemein weniger in der Aufnahmegesellschaft integriert sind. Dies gilt vor allem für die Gruppe muslimischer Frauen und Mädchen, die näher im folgenden Kapitel betrachtet werden (VIDC, 2012).

Nach Breuer (2009) liegt der durchschnittliche Anteil an Vereinsmitgliedern mit Migrationshintergrund in Deutschland bei 10%, wobei der Anteil von Frauen unter 4% liegt. Im Kindes- und Jugendalter ist die Sportbeteiligung höher, dennoch liegen Mädchen mit Migrationshintergrund bei 30% im Vergleich zu 55% bei den autochthonen Mädchen im organisierten Sport (Bahlke & Kleindienst-Cachay, 2017). Kleindienst-Cachay (2007) sieht deshalb die integrative Funktion von Sport als besonders wichtig für die weitgehend in Isolation lebenden weiblichen Migrantinnen.

Wenn man die Funktionsrollen in Sportvereinen betrachtet, ist ebenfalls zu erkennen, dass Personen mit Migrationshintergrund nur 17% der Sportfunktionäre und Verwaltungsfunktionäre in deutschen Sportvereinen ausmachen (Bahlke & Kleindienst-Cachay, 2017). Es ist außerdem zu erwähnen, dass unter diesen noch mehr als die Hälfte dieser Rollen von Männern besetzt ist. Es ist also auch hier notwendig, vor allem Migrantinnen zu motivieren und dabei zu unterstützen, Funktionsrollen in Sportvereinen einzunehmen, um so in die Sportorganisation integriert zu werden.

Bahlke und Kleindienst-Cachay (2017) vermerken, dass Migrantinnen und Migranten eher an den Wettkampfsportarten wie Fußball und Kampfsport in Sportvereinen teilnehmen. Dies variiert je nach Gruppe: Bei türkischstämmigen Menschen sind Fußball, Taekwondo, Boxen und Karate sehr beliebt. Ebenso spielen Geschlechts- und Altersunterschiede, der Bildungshintergrund und die sozio-ökonomische Situation eine große Rolle bei der Wahl der Sportart. Weitere Gründe, die mitunter zu tragen kommen, sind Beruf, Herkunftsland und Religionszugehörigkeit. Die Ausübung der Religion hängt wiederum mit der Lebenssituation von Migrantinnen und Migranten zusammen, da Menschen, die eher isoliert leben, sich mehr auf Religion und Tradition rückbesinnen, die oft Auswirkungen auf Vorstellungen der Geschlechterrollen haben und sich wiederum auf den Sportzugang und Ausübung auswirken.

Der DSB (Deutscher Sportbund) hat bereits im Jahr 2004 seine Grundsatzerklärung zum Thema „Sport und Zuwanderung“ erneuert, in der er sich nun dazu verpflichtet, „allen Bevölkerungsgruppen, entsprechend ihrem Bedürfnis und Interesse, Möglichkeiten zur sportlichen Betätigung anzubieten“ und auch Integration als einen „Arbeitsschwerpunkt“ festlegt (DSB, 2004, S.3). Ein zusätzlicher Fokus wird auf die Arbeit mit Mädchen und Frauen gelegt, da diese die am wenigsten beteiligte Gruppe am Sport darstellen. In Österreich hat sich die BSO (Bundes-Sportorganisation) ebenfalls der Integration als ein wichtiges Thema verschrieben und ist Mitglied der ARGE Sport und Integration, deren Ziel es ist, Menschen mit Migrationshintergrund in ihrer Teilhabe am Sport zu fördern. Dafür wurde im Jahr 2011 eine Förderschiene für sportintegrative Projekte eingerichtet, bei der zunächst acht Projekte an einer Pilotphase teilnahmen (Witoszynskyj, 2014). Im Jahr 2012 und 2013 wurden vom Sportministerium Fortbildungen zum Thema „Interkulturelle Kompetenz im Sport“ für Trainer/innen, Funktionär/innen und interessierte Sportler/innen abgehalten und von mehr als 130 Teilnehmer/innen besucht (BSO, 2019). 2015 wurde der Fokus dieser Workshops auf die Arbeit in Schulen und Kindergärten gelegt, im Jahr 2016 und 2017 auf geflüchtete Menschen und das Thema Flucht und Asyl (BSO, 2019).

Für die Vergabe einer Förderung vom Sportministerium wurde ein Kriterienkatalog mit sieben Leitlinien entworfen (Witoszynskyj, 2014):

1. Bewusstseinsbildung
2. Öffentliches Bekenntnis zur Integration
3. Mitbestimmung und Partizipation
4. Öffnung
5. Vernetzung
6. Nachhaltigkeit
7. Empowerment

Bei der Bewusstseinsbildung geht es darum, Mitgliedern, Mitarbeiter/innen und Funktionär/innen von Vereinen die Situation von Migrantinnen und Migranten und deren Barrieren bewusst zu machen und dementsprechend Integrationsarbeit zu leisten. Das öffentliche Bekenntnis zur Integration ist die Kommunikation nach innen und nach außen, welches Vertrauen bei neuen Mitgliedern, aber auch Kooperationspartner/innen, Sponsor/innen und Medienvertreter/innen aufbauen soll. Der nächste Punkt der Mitbestimmung und Partizipation bezieht sich auf die „Mitsprache als wesentliches Merkmal vollständiger Partizipation“. Vereine sollen Menschen mit Migrationshintergrund auf verschiedensten Ebenen einbinden und dadurch ihre Mitbestimmung fördern. Das Thema Öffnung versteht sich als Öffnung für das Andere, Neue und Fremde, das Schaffen für Zugangsmöglichkeiten zum Sport, ein niederschwelliges und kostengünstiges Angebot und eine Förderung von Aus- und Weiterbildungen von Migrantinnen und Migranten im Sport.

Vernetzung bedeutet Kooperation mit bestehenden Netzwerken, wodurch wiederum neue Gruppen entstehen können. Außerdem bieten sich dadurch Möglichkeiten, das Know-how und die infrastrukturellen Voraussetzungen zu verbessern. Wichtig ist auch der Aspekt der Nachhaltigkeit, denn für die Integration durch den Sport ist es notwendig, regelmäßig und dauerhaft an Aktivitäten teilzunehmen. Abschließend wird Empowerment als zentrale Leitlinie angeführt, denn Integration findet nicht nur auf Seite der Zugewanderten statt, sondern versteht sich als wechselseitiger Prozess zwischen Aufnahmegesellschaft und Zuwanderungsgesellschaft. Deshalb ist es unabdingbar, auch die Autonomie der Migrantinnen und Migranten zu erhöhen und „Hilfe zur Selbsthilfe“ anzubieten (Witosznyskyj, 2014).

Unter den Sportprojekten, die an der Pilotphase teilnahmen, waren auch Projekte, die sich speziell an die Zielgruppe der weiblichen Migrantinnen richteten. Dazu gehört unter anderem das Projekt „Sport Fair bindet“ des ASKÖ, welches in drei Standorten, Wr. Neustadt, Linz und Salzburg, angeboten wurde. Das Projekt startete an Schulen in Wr. Neustadt, wobei man sich auf Mädchen mit Migrationshintergrund zwischen 10 und 15 Jahren und deren „Aktivierung und Motivierung“ durch verschiedene Bewegungsangebote fokussierte. Ein Projekt, welches sich auf Frauen mit Migrationshintergrund konzentrierte, ist „Integration Migration“ in Wien. Vor allem türkischstämmige Migrantinnen mit geringen Deutschkenntnissen und gesundheitlichen Auffälligkeiten waren die Zielgruppe dieses Projektes, welches auch von der MED Uni Wien begleitet wurde. Letztlich war noch das Projekt „Fußballerinas“ des ASVÖ Wien Teil dieser Pilotphase. Das Projekt wurde für Mädchen im Alter von 10 bis 15 Jahren durchgeführt mit dem Hauptziel, diese für Fußball zu begeistern. Angeboten wurde dieses Projekt an Wiener Schulen (Witosznyskyj, 2014).

Um die Situation der Teilnahme von Migrantinnen und Migranten in Sportvereinen zu verbessern, müssen die „bisher ungenutzten Integrationspotentiale“ besser ausgeschöpft und die strukturellen Bedingungen verändert werden, sodass Sportvereine mehr in Richtung integrativ, bildungsunterstützend und gewaltpräventiv arbeiten (Bahlke & Kleindienst-Cachay, 2017). Des Weiteren muss die Migrationsbevölkerung differenziert betrachtet und der Gruppe der Migrantinnen mehr Aufmerksamkeit geschenkt werden, was durch integrative Sportprojekte wie Mamanet passiert.

Außerdem braucht es mehr solche Sportprogramme, die auf die unterschiedlichen Interessen von Migrantinnen zugeschnitten sind, sei es im Leistungs- oder im Breitensport. Denn es gibt Frauen, die Rahmenbedingungen brauchen, die ihre religiös-kulturellen Traditionen respektieren, aber auch andere, die säkularisiert leben und an bestehenden Sportformen teilnehmen wollen (Kleindienst-Cachay, 2007). Kleindienst-Cachay (2007, S.73) sieht außerdem in der Förderung der Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund in Sportvereinen nicht nur die Integration der einzelnen Personen, sondern der „Gesellschaft im Ganzen“ und auch als Gewinn für die Nachwuchsförderung. Vor allem muslimische Frauen

sollen mehr in das Sportsystem integriert werden, wobei zunächst Aufklärungsarbeit in den Sportverbänden aber auch an öffentlichen Schulen geleistet werden muss, sodass die Barrieren für muslimische Mädchen und Frauen im Sport überwunden werden können.

4.4. Die Situation sporttreibender Frauen im Islam

Für gläubige Muslime ist das Leben nach dem Koran ausgerichtet. Sport, so wie er in modernen Gesellschaften praktiziert wird, wird zwar nicht im Koran erwähnt, jedoch wurden sportliche Aktivitäten bereits vor Mohammed im arabischen Raum praktiziert. Mohammed selbst empfahl Schwimmen, Reiten, Bogenschießen, Ringen, Speerspiele und Laufen. Es ist außerdem bekannt, dass er mit seiner Frau Aisha um die Wette lief, zusätzlich geht aus den Hadith hervor, dass Wettkämpfe und sportliche Aktivitäten unabhängig von Alter und Geschlecht ausgeübt werden dürfen (Dahl, 2017). Trotz dieser eigentlich positiven Einstellung dem Sport gegenüber, sind muslimische Frauen weniger involviert in den Sport als muslimische Männer. Und wenn, dann unterscheidet sich ihre Teilnahme stark von der von Frauen in westlichen Ländern (Walseth & Fasting, 2003, Pfister, 2010b).

Walseth und Fasting (2003) sehen eine starke Verbindung zwischen der Religion und dem Sport, und je nach der Auslegung des Islams nimmt die Religion eine unterschiedliche Position im gesellschaftlichen und sportlichen Leben einer Person ein. Ein weiterer Einfluss ist durch die Trennung zwischen Staat und Religion gegeben, wodurch zum Beispiel in Ägypten der Islam weniger Einfluss auf die Gesellschaft hat als in Staaten wie Iran, Saudi-Arabien, Palästina oder dem Oman. Dort haben Frauen und Mädchen stark limitierte Möglichkeiten überhaupt Sportunterricht zu bekommen, Sport zu trainieren oder an Wettkämpfen teilzunehmen. Dies liegt oft an der Geschlechtertrennung und den nichtvorhandenen Sportstätten für Frauen (Pfister, 2010b). Nicht zuletzt spielt auch die Auslegung und Interpretation des Islams eine Rolle, die mit dem Körperkonzept des Islams in Verbindung steht und sich in der Kleidung der Frauen widerspiegelt (Pfister, 2010b, Dahl, 2017). Dahl (2017) erwähnt jedoch auch, dass im Koran ähnliche Anforderungen an Frauen als auch an Männer gestellt werden und das Kopftuch an sich nicht dezidiert angeführt wird.

In der Studie von Walseth und Fasting (2003) äußerten sich die unterschiedlichen Auslegungen in den Schleiern der Frauen, Hijab, Krimar oder Nikab, wobei es auch Teilnehmerinnen gab, die keinen Schleier trugen. Pfister (2010b) erwähnt unterschiedliche Gründe für das Tragen der Schleier, wobei die Verhüllung Ausdruck von Gehorsam ihrem Gott gegenüber ausdrücken kann, Schutz vor männlichen Blicken, reine Gewohnheit oder Mode. Ein Tragen des Schleiers signalisiert außerdem Solidarität mit islamischen Traditionen, während ein Nichttragen als Handlung gegen den Islam verstanden werden kann, so Hargreaves (2007). Die Schleier haben jedoch Konsequenzen für die sportliche Aktivität und

Motivation zum Sport der Frauen. Alle Teilnehmerinnen der Studie von Walseth und Fasting (2003) waren sich jedoch einig, dass der Koran und die Hadithe dem Sport positiv gegenüberstehen, vor allem aus gesundheitlichen, erholenden und kriegerischen Gründen. Vor allem ist auch die Tatsache, dass Mohammed mit seiner Frau Wettkämpfe betrieb, wichtig für muslimische Frauen und bestärkt sie in ihren sportlichen Tätigkeiten. Frauen in der Studie, die einen Nikab oder Krimar trugen, hoben außerdem hervor, dass Gott sie zum Sport anleitete und sie Sport betreiben, um ihren Gott zufrieden zu stellen, denn ihr Körper sei ein Geschenk Gottes und dieses müsse man pflegen.

Der Islam glaubt, wie auch das Christentum oder Judentum, an einen Schöpfer, der den Menschen erschaffen hat. Der Mensch hat Verantwortung seinem Gott gegenüber in der Art wie er mit seinem von Gott gegebenen Körper umgeht und diesen geistig und leiblich pflegt (Dahl, 2017). Islamische SportwissenschaftlerInnen? sind der Meinung, dass Gesundheit und Fitness für Frauen und Männer gleich wichtig sind, was durch sportliche Aktivitäten erreicht werden kann (Pfister, 2010b). Aus den fünf Säulen des Islam geht hervor, dass es sich um eine „verkörperlichte Glaubenspraxis“ handelt, denn abgesehen vom Glaubensbekenntnis sind es „körperbezogene Handlungen“, durch die man sich als praktizierender Muslim oder praktizierende Muslimin identifiziert (Dahl, 2017). Auch Pfister (2010b) hebt hervor, dass der Islam sich stark mit der Reinheit und Reinigung des Körpers beschäftigt, ebenso mit der Geschlechtertrennung, wobei er nie den Zugang für Frauen zum Sport verbieten würde.

In Bezug auf den Sport ist es wichtig zu beachten, in welcher Form er heutzutage ausgeübt wird, denn er darf nicht vom Praktizieren der Religion abhalten und nicht gegen deren Regeln verstoßen (Dahl, 2017). Moderne Sportarten sind aber verankert in der westlichen Kultur, deshalb gehen auch Barrieren für die Teilnahme von muslimischen Frauen im Sport aus der Studie von Walseth und Fasting (2003) hervor, die in Zusammenhang mit der Kleidung der Frauen und der Geschlechtertrennung zusammenhängen. Der Aspekt der „Erregung“ der Männer stellt hier großes Konfliktpotential dar. Nach Angaben der Frauen in der Studie von Walseth und Fasting (2003) können Frauen durch ihre Bewegungen Männer sexuell erregen oder in Versuchung führen, wenn sie am Sport teilnehmen, bei dem Männer zusehen können. Umstritten ist, welche Bewegungen und Sportarten „gefährlich“ sind vor Männern auszuüben, was in dieser Studie wieder von der Auslegung des Islams abhing. Vor allem für Frauen mit Schleiern über die Brust oder über den gesamten Körper (Nikab oder Krimar) wird es in der modernen Gesellschaft nahezu unmöglich Sport zu betreiben, da es wenige geschlechtergetrennte Sporteinrichtungen gibt und sie andernfalls nur zuhause Sport betreiben können. Das „gemeinsame Sporttreiben“ ist aus konservativer Sicht nicht möglich, es dürfen auch keine Männer Frauen trainieren oder ihnen bei der Sportausübung zusehen. Diese strikte Trennung ist laut Dahl (2017) nicht im Koran oder den Hadithen verankert. Für Frauen ohne Schleier oder mit Hijab stellten sich andere Herausforderungen, denn in ihrer

Interpretation des Islam stellen Schleier, Geschlecht und Erregung der Männer keine direkten Hindernisse dar. Für sie ist eher das Verhältnis und die Machtverteilung zwischen den Geschlechtern ein Hindernis bei der Sportausübung (Walseth & Fasting, 2003). Daraus geht hervor, dass nicht die Religion alleine, sondern die Vermischung von Kultur, patriarchalischer Politik und islamischer Religion Barrieren für muslimische Frauen im Sport aufbaut. Hargreaves (2007, S.74) meint dazu, dass die Körper von muslimischen Frauen "experienced and mediated" durch verschiedene Auslegungen und Interpretation des Islams sind, "within the particular political arrangements of specific countries and in ways that are penetrated to various extents by patriarchal relations of power and control". Einen Einfluss auf das Verständnis von Frauensport in islamischen Ländern hat auch das globalisierte Image von weiblichen Athletinnen (Pfister, 2010b).

In der Türkei, wo Staat und Kirche getrennt sind und die Mittelklasse in den großen Städten verwestlicht ist, wird Frauen eine positive Atmosphäre zum Sportreiben geboten und sie können auch erfolgreiche Athletinnen werden (Pfister, 2010b). 13% von 420.000 Leistungssportler und Leistungssportlerinnen in der Türkei sind Frauen, die meisten von ihnen praktizieren Volleyball, gefolgt von Taekwondo, Basketball und Karate, so Koca und Hacısoftaoglu (2010). Auch sie sind wie Leistungssportlerinnen in westlichen Ländern oft mit Kritik an ihrer Weiblichkeit konfrontiert und werden zusätzlich als schlechte Muslime bezeichnet. Außerdem fehlt es oft an Ressourcen und Anlagen, denn sie werden aufgrund von Religion, Tradition und Kultur weniger unterstützt (Benn, Pfister & Jawad, 2010).

In Ägypten, dem Iran und anderen Ländern nutzen einflussreiche Frauen ihre Netzwerke, um die Situation von Mädchen und Frauen im Sport und in körperlichen Aktivitäten zu verbessern, indem sie Konferenzen organisieren und Vereine gründen wie zum Beispiel die „Arab Women and Sports Association“ oder die „Islamic Federation of Women's Sports“. Es wurden außerdem in den Jahren 1993, 1997, 2001 und 2005 die „Muslim Women's Games“ in Teheran abgehalten, bei denen die Frauen nur bei der Eröffnungszeremonie Hijab trugen, denn die einzelnen Events waren nicht für Männer zugänglich. Jury, Journalisten, Ärzte und Trainer waren alle weiblich. Delegationen von 35 Nationen nahmen im Jahr 2005 an den Spielen teil, die als Möglichkeit für Frauensport und Alternative zu den Olympischen Spielen stehen (Pfister 2010b). Kritisiert wurde das Event für die Legitimierung des Ausschlusses von Frauen aus der „echten“ Welt des Sports, außerdem wurde ihm wenig mediale Aufmerksamkeit geschenkt, was wiederum in Desinteresse der Sponsoren resultierte. Die Atlanta-Initiative stand für die Teilnahme von Muslimischen Frauen an den „echten“ Olympischen Spielen und forderte das International Olympic Committee (IOC) dazu auf, nur nationale Komitees zuzulassen, die Frauen in ihrer Delegation hatten. Trotz der Abweisung dieser Forderungen wurde das olympische Klima frauenfreundlicher, was sich an der Teilnehmerate von Frauen aus muslimischen Ländern bei den Spielen in Peking erkennen lässt (Pfister, 2010b).

In vielen westlichen Ländern gibt es große muslimische Communities, wobei auch hier Arbeit geleistet werden muss, sodass für muslimische Frauen und Mädchen ein Umfeld geschaffen wird, in dem sie mit Rücksicht auf ihre religiösen und kulturellen Überzeugungen Sport betreiben können. Das Vienna Institute for International Dialogue and Cooperation (VIDC, 2012) fordert dafür Sport in geschlechtsspezifischen Gruppen, Rekrutierung von weiblichen Trainerinnen, Rettungsschwimmerinnen etc., Verweigerung des Zugangs für Jungen und Männer, Beachtung, dass Männer und Jungen Mädchen und Frauen nicht in Sport- oder Schwimmkleidung beobachten können, Versicherung guter Erreichbarkeit und Beachtung der Uhrzeit der Trainings vor allem bei Mädchen. Natürlich stellt diese Zielgruppe Sportprogramme vor eine spezielle Herausforderung und es ist wichtig, diese Programme so nah wie möglich an Orte, wo die Frauen und Mädchen ihren Alltag verbringen, zu bringen. Ein Beispiel dafür bietet das Angebot von Mamanet im Haus Damaris in Wien, wo geflüchtete Frauen direkt im Haus durch Mamanet Sport im Team betreiben können. Der Verein der Wiener Kinderfreunde organisiert außerdem zweimal im Monat einen Frauen- und Mädchentag im Amalienbad, wo von 18:00 – 21:00 Uhr das Bad ausschließlich für Frauen und Mädchen unter Beaufsichtigung von Rettungsschwimmerinnen reserviert ist (Kinderfreunde.at).

Die Fragen, wo, wann und wie muslimische Frauen Sport treiben können, bleiben im Raum stehen, denn ihre Lebenssituationen sind divers und ihre sportlichen Möglichkeiten durch unterschiedliche Arten der Interpretation des Islams abhängig (Walseth und Fasting, 2003). Aber auch die Welt des modernen Sports ist gekennzeichnet durch strenges Regelwerk, das sich oft schwer mit den islamischen Gesetzen und kulturellen Traditionen vereinbaren lässt, so Pfister (2010b). Um einen Anstoß zur einer kulturübergreifenden Diskussion und zum Austausch von Wissen und Meinung zu geben, kamen im Jahr 2008 im Oman 15 Frauen und ein Mann aus dem Bereich des Sports aus zwölf verschiedenen Ländern zusammen. Im Rahmen der Studienwoche unter der „International Association of Physical Education and Sport for Girls and Women (IAPESGW)“ wurden Wege zur Verbesserung der Chancen von muslimischen Frauen und Mädchen in und durch den Sport und körperliche Aktivität besprochen. Durch Kommunikation und Kooperation wurde letztendlich die „Accept and Respect“-Deklaration formuliert, um die Möglichkeiten und muslimische Mädchen und Frauen im Sport zu unterstützen. Die Deklaration beinhaltet folgende Punkte:

1. Islam is an enabling religion that endorses women's participation in physical activity.
2. We affirm the importance of physical education and physical activity in the lives of *all* girls and boys, men and women.
3. We emphasise the importance of good-quality programmes of physical education and sport in school curriculum time, especially for girls.
4. We emphasise desirability, in places where many children have limited access to school, of providing other ways of helping children to learn the physical skills and confidence they need to practise sport.
5. We recommend that people working in the sport and education systems accept and respect the diverse ways in which Muslim women and girls practise their religion and

participate in sport and physical activity, for example, choices of activity, dress and gender, grouping.

6. We urge international sport federations to show their commitment to inclusion by ensuring that their dress codes for competition embrace Islamic requirements, taking into account the principles of propriety, safety, and integrity.
7. We recommend national governments and organisations include in their strategies for the development of sport and physical-education structures and systems that encourage women to take positions in teaching and research, coaching, administration and leadership (Benn et al. 2011, S.5).

Vor allem Punkt (5) und (6) sind herauszuheben, da Sport Menschen aus verschiedenen Kulturen verbinden und demnach auch unterschiedliche Religionen und ihre Praktizierung gleichermaßen akzeptieren soll. Dazu gehört bei muslimischen Frauen auch eine bestimmte Art sich zu kleiden und ein gewisser Rahmen, in dem sie ihren Sport in Sicherheit und unter Bewahrung ihrer Integrität ausüben können. Dennoch sind offizielle Bekleidungsvorschriften in Wettkampfsportarten wie auch bei den Olympischen Spielen oft nicht kompatibel mit islamischen Standards, wobei sich viele Athleten dazu entscheiden, den Vorschriften zu folgen, andere, wie zum Beispiel die 100m- und 200m- Läuferin Roqaya Al-Gassra aus Bahrain, entscheiden sich, in langen Hosen, einem Langarmshirt und mit Schal zu laufen, um ihre islamische Identität durch ihre Kleidung auszudrücken (Hargreaves, 2007). Solange die Fairness des Wettkamps durch die Kleidung nicht beeinflusst wird, sollten die Athletinnen diese Entscheidung selbst treffen können. Die Deklaration, so Pfister (2010b, S.47), richtet sich an

„Islamic and Western countries as well as to religious and sports leaders encouraging them to accept the choices of women (and men) and to respect their cultural backgrounds. The essence of this declaration can be transferred to other areas, groups or cultures.”

Das bedeutet, dass sich niemand aus der Verantwortung ziehen kann, Frauen jeglicher Herkunft und Religion die Teilnahme am Sport zu ermöglichen. Nur durch Inklusion und Respekt gegenüber anderen Kulturen kann im Sport eine Balance zwischen den Geschlechtern, aber auch zwischen Kulturen hergestellt werden. Zu den Zielen der EU, die bis 2020 erreicht werden sollen, zählen gleiche Möglichkeiten für Frauen um als Trainerin in einer Sportart ihrer Wahl zu arbeiten und die Erhöhung der Fertigkeiten und des Wissens von Frauen, die ihre Arbeitsmarktfähigkeit verbessert. Außerdem können mehr weibliche Coaches auch zu einer höheren Partizipation in sportlichen Aktivitäten von Frauen führen und eine inklusivere Trainerbelegschaft würde ebenfalls mehr Frauen aus unterrepräsentierten Gruppen anziehen. Projekte wie Mamanet, die sich spezielle an diese Zielgruppen richten, sollen diesen Prozess unterstützen, was in der empirischen Erhebung untersucht wird.

5. Empirische Erhebung

5.1. Rahmenbedingungen

Mamanet-Kurse finden mittlerweile, wie bereits in Punkt 2.3.3. erwähnt, in sechs verschiedenen Bundesländern in Österreich statt, die meisten davon in Wien. Seit der ersten Evaluierung im Mai 2017 hat sich das Angebot der damals 14 Kursen an 13 Standorten auf 32 Kursen an 25 Standorten erhöht.

In Wien findet das Training an sieben Standorten statt, zwei weitere sind derzeit pausiert. „Mamanet WAT 20 Spielmannsgasse“ findet immer donnerstags von 19:30-20:45 Uhr unter der Leitung von Sissi Speiser im Turnsaal der VS Spielmannsgasse im 20. Bezirk statt. Dieser Standort nahm auch bereits an der ersten Evaluierung teil. An diesem Standort trainiert das Inklusionsteam, in dem Frauen mit Flüchtlingsgeschichte spielen. „Mamanet WAT 12 Am Schöpfwerk“, Training immer Dienstag von 18:00 bis 19:30 Uhr im Turnsaal der GTVS/KMS, nahm ebenfalls schon an der ersten Evaluierung teil, wobei es seitdem viele neue Teilnehmerinnen gibt. Dieser Standort bietet auch Kinderbetreuung an. Die Frauen werden von Nilgün Sakin trainiert und haben in der Saison 2017/18 Liga gespielt. Ein weiterer Standort befindet sich im Veranstaltungsraum des Jugend- und Stadtteilzentrums „come2gether Erdberg“. Dort findet das Training immer donnerstags von 12:00 bis 13:00 Uhr mit Trainerin Gül Erd-Bay statt. „Mamanet im Karwanhaus“ und „Mamanet im Pavillon X, Obdach Wien“ sind derzeit pausiert, einige von den Teilnehmerinnen trainieren jetzt im Ernst Happel Stadion bei „Mamanet Z9“. Dort findet das Training immer mittwochs von 14:15 -15:45 Uhr mit Trainerin Melahat Erfidan statt. Einige Teilnehmerinnen trainieren noch zusätzlich in der Spielmannsgasse. Dieses Team spielt ebenfalls Liga. Außerdem gibt es in Wien noch das „Wettkampfteam Inklusionsprojekte“, das jeden Mittwoch zwischen 9:30 und 10:30 Uhr im UAB Turnsaal des Ernst Happel Stadions trainiert. Die Trainerinnen dort sind Eva Stefanski, Juma Abu Diab und Gül Erd-Bay. Hier wird Kinderbetreuung bereits für Kinder ab 6 Monaten angeboten und die Frauen nehmen ebenfalls an Ligaspielen teil.

In Niederösterreich finden zwei Trainings bei „Mamanet Sportunion Stockerau“ statt. Von April bis Mai jeweils Dienstag von 17:00 bis 18:00 Uhr im Turnsaal der VS Wondrak und von Juni bis September jeweils Dienstag von 18:30 bis 19:30 Uhr am Beachplatz des Erholungszentrums Stockerau. Die Trainerin ist Ullrike Janovsky. Der Standort „Mamanet SU Kritzendorf“ war bereits bei der ersten Evaluierung dabei. Das Team dieses Standorts spielt ebenfalls Liga und trainiert freitags von 18:30 - 20:00 Uhr in der VS Kritzendorf. Neu in Niederösterreich ist der Standort „Mamanet Ballschule Frey“ in Baden – Weikersdorf. Hier findet das Training seit 31. Jänner 2019 jeden Donnerstag zwischen 17:30 und 19:00 Uhr im Turnsaal der VS Baden-Weikersdorf statt. „Mamanet SV Schwechat“, Training mittwochs von 19:00 bis 20:30 Uhr unter der Leitung von Ella Raiber, und „Mamanet ASKÖ Böhlerwerk“,

Training jeden Montag von 20:00 bis 21:30 Uhr, nahmen bereits an der ersten Evaluierung teil. Am Standort des ASKÖ Böhlerwerk gibt es außerdem donnerstags von 17:30 - 19:00 Uhr ein zusätzliches Training mit Kindern. Weitere Standorte in Niederösterreich, die auch Liga spielen, sind „Mamanet ATUS Korneuburg“, Freitag, 19:00 - 20:30 Uhr, im Turnsaal des SPZ, und „Mamanet Fitnessclub Land um Laa an der Taya“, Donnerstag, 19:00 - 20:30 Uhr, in der NMS Stronsdorf und Freitag, 18:00 - 19:30 Uhr, im Turnsaal der HAK/HSCH Laa an der Taya. Drei weitere Standorte befinden sich bei „Mamanet Ladies Schrems“ (NMS Schrems, Dienstag, 19:00 - 20:30 Uhr), „Mamanet Heidenreichstein“ (NMS Heidenreichstein, Montag, 19:30 - 21:00 Uhr) und „Mamanet im Paul-Weiland-Haus Diakonie Baden“ (Dienstag, 11:30 - 12:30 Uhr). Hier wurde Kinderbetreuung ebenfalls ab 6 Monaten angeboten, das Haus ist derzeit aber leider geschlossen.

Im Burgenland wird an vier Standorten Training angeboten. Dazu gehören „Mamanet ASKÖ Hirm“ (Training jeden Dienstag von 19:15 - 20:30 Uhr in der Sporthalle Hirm), „Mamanet ASKÖ Pinkafeld“ (Training freitags, 19:30 - 21:00 Uhr, in der HTL Pinkafeld), „Mamanet Union Crazy Catchers“ (Training mittwochs, 19:00 - 20:30 Uhr, in der VS Riedlingsdorf) und „Mamanet Deutsch Kaltenbrunn“ (Training mittwochs, 18:30 - 20:00 Uhr, in der VS Deutsch Kaltenbrunn). Die drei erstgenannten Standorte spielen Liga, am letztgenannten Standort findet das Training mit Kindern ab 10 Jahren statt.

In Vorarlberg, Tirol und in der Steiermark gibt es jeweils einen Standort für Mamanet-Trainings. Beim „HC Hohenems“ in Vorarlberg wird Montag von 18:30 - 20:00 Uhr in der VS Hohenems Markt trainiert. In der Steiermark wird bei „Mamanet Eibiswald“ jeden Mittwoch von 20:00 - 21:30 Uhr ein Training in der NMMS Eibiswald angeboten. In Tirol gibt es die Möglichkeit, bei „Mamanet UHS Absam“ donnerstags von 18:30 - 20:00 Uhr in der NMS Absam zu trainieren.

5.2. Methode

Als Messinstrument wurden Fragebögen eingesetzt, welche offene Fragestellungen, dichotome Fragen, Ratingskalen mit skalierten Antworten und Mehrfachauswahlen mit wahlweisen Ergänzungsoptionen beinhalteten. Die Fragebögen wurden ausschließlich an Spielerinnen und ehemalige Spielerinnen bei Mamanet gerichtet, nicht an Trainerinnen, Funktionärinnen oder Partnerorganisationen, die bei der ersten Evaluierung 2017 ebenfalls herangezogen wurden.

Es wurde dafür ein neunseitiger Fragebogen erstellt, der anonym, entweder online über die Plattform umfrageonline.com oder in ausgedruckter Form, ausgefüllt werden konnte. Der Fragebogen basiert auf dem der ersten Evaluierung und wurde dahingehend ergänzt, dass

der soziale Aspekt des Projekts mehr herausgehoben wird. Bei einigen Teilnehmerinnen des Inklusionsteams, die der deutschen Sprache in Schrift noch nicht mächtig sind, wurde der Fragebogen durch persönliche Befragung und teilweise mit Hilfe von Übersetzerinnen gemeinsam mit den Teilnehmerinnen beantwortet.

Der Fragebogen beinhaltet Fragen zur Person, zur sportlichen Vorerfahrung, zum Standort der Trainings und Trainingsdetails. Außerdem wird nach den Gründen zur Teilnahme gefragt und nach persönlichen Veränderungen seit der Teilnahme bei Mamanet. Weiters wird eruiert, ob es an den Standorten Kinderbetreuung gibt oder ob diese erwünscht wäre. Zusätzlich können die Trainerinnen bewertet werden. Abschließend gibt es für die Befragten noch die Möglichkeit, mitzuteilen, was besonders gut an Mamanet ist und welche Änderungswünsche sie für die Zukunft haben.

5.3. Teilnehmerinnen

An der Evaluierung konnten alle aktiven und ehemaligen Teilnehmerinnen von Mamanet Kursen in Österreich teilnehmen. Es haben 126 Frauen an der Umfrage teilgenommen, ihr Alter bewegt sich zwischen 22 und 69 Jahren. Der Durchschnittswert beim Alter liegt bei knapp 43 Jahren. Sie besitzen 10 verschiedene Nationalitäten: Österreich, Afghanistan, Türkei, Slowakei, Iran, Syrien, Irak, Deutschland, Slowenien und USA (Abb. 1). Neben Deutsch als Muttersprache, die von 94 Frauen (74,6%) angegeben wurde, gibt es 13 weitere Muttersprachen: 13 Frauen (10,3%) sprechen Türkisch als Erstsprache, gefolgt von jeweils drei Frauen (2,4%) mit Farsi, Dari oder Spanisch als Muttersprache. Zwei Frauen (1,6%) gaben Arabisch als Muttersprache an. Die Sprachen Slowakisch, Persisch, Kurdisch, Englisch, Ungarisch, Portugiesisch, Russisch und Slowenisch wurden von jeweils eine Frau (0,8%) als Muttersprache angegeben.

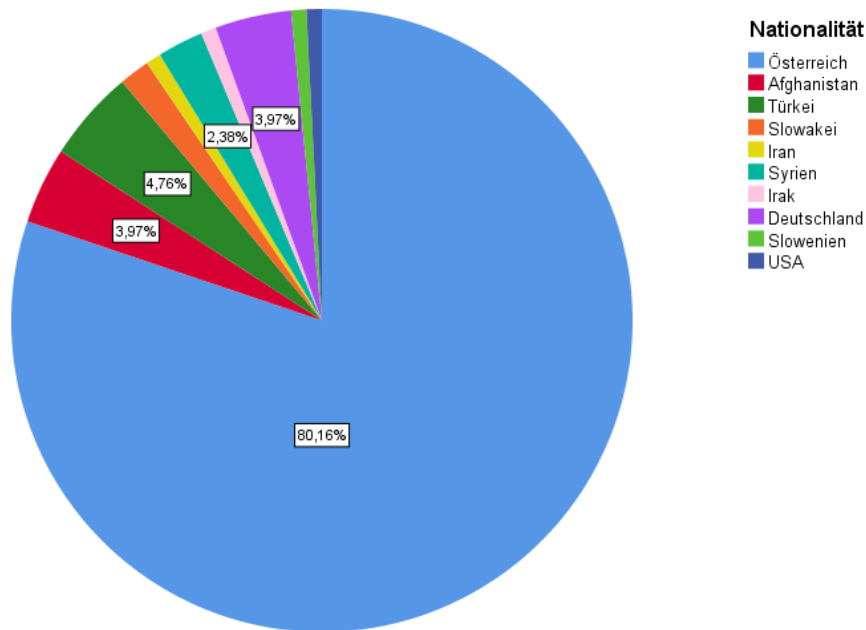


Abbildung 1: Nationalitäten

In Bezug auf den Beziehungsstatus sind 9,5% der Teilnehmerinnen ledig, zwei Drittel (66,7%) verheiratet, 9,5% geschieden, 1,6% verwitwet und 12,7% leben in einer Beziehung und führen einen gemeinsamen Haushalt. Keine der Teilnehmerinnen lebt in einer Beziehung und führt einen getrennten Haushalt.

Die Frauen haben zwischen null (7,1%) und fünf Kindern (0,8%), wobei der Durchschnittswert bei genau zwei Kindern liegt. 29 Frauen (23%) haben ein Kind, 53 Frauen (42,1%) haben zwei Kinder, 23 Frauen (18,3%) haben drei Kinder und 11 Frauen (8,7%) haben vier Kinder. Es besteht ein signifikanter positiver geringer Zusammenhang zwischen Nationalität und Anzahl der Kinder ($p = 0,003$, $r = 0,259$). Das Alter der Kinder liegt zwischen fünf Monaten und 50 Jahren, der Durchschnitt liegt hier bei 14,6 Jahren. 21 Mütter (16,7%) sind alleinerziehend. Sechs Teilnehmerinnen haben sich ihrer Stimme enthalten.

Der Bildungsabschluss der Teilnehmerinnen ist ebenfalls sehr divers und verteilt sich auf fünf Kategorien. Sieben Frauen (5,6%) haben keinen Pflichtschulabschluss, 15 (12%) haben die Pflichtschule abgeschlossen. 32 Teilnehmerinnen (25,6%) weisen einen Fachschulabschluss auf, 38 (30,4%) haben die Matura bzw. eine Reifeprüfung absolviert und 33 Frauen (26,4%) besitzen einen Universitäts- oder Fachhochschulabschluss. Es besteht ein signifikanter negativer geringer Zusammenhang zwischen höchstem Bildungsabschluss und Nationalität ($p = 0,008$, $r = -0,237$). Derzeit sind die meisten Frauen (78,3%) berufstätig. Es besteht ein signifikanter positiver geringer Zusammenhang zwischen höchstem Bildungsabschluss und Art der Beschäftigung ($p = 0,017$, $r = 0,218$). Die insgesamt 52 ausgeübten Berufe lassen sich nach dem ISCO-08 (International Standard Classification of Occupations) in folgende zehn Hauptberufsgruppen unterteilen (ILO 2016):

1. Führungskräfte (7,3%)
2. Akademische Berufe (18,8%)
3. Techniker und gleichrangige nichttechnische Berufe (19,8%)
4. Bürokräfte und verwandte Berufe (29,2%)
5. Dienstleistungsberufe und Verkäufer (14,6%)
6. Fachkräfte in der Landwirtschaft und Fischerei (1%)
7. Handwerks- und verwandte Berufe (5,2%)
8. Anlagen- und Maschinebediener und Montageberufe (0%)
9. Hilfsarbeitskräfte (0%)
10. Angehörige der regulären Streitkräfte (2,1%)

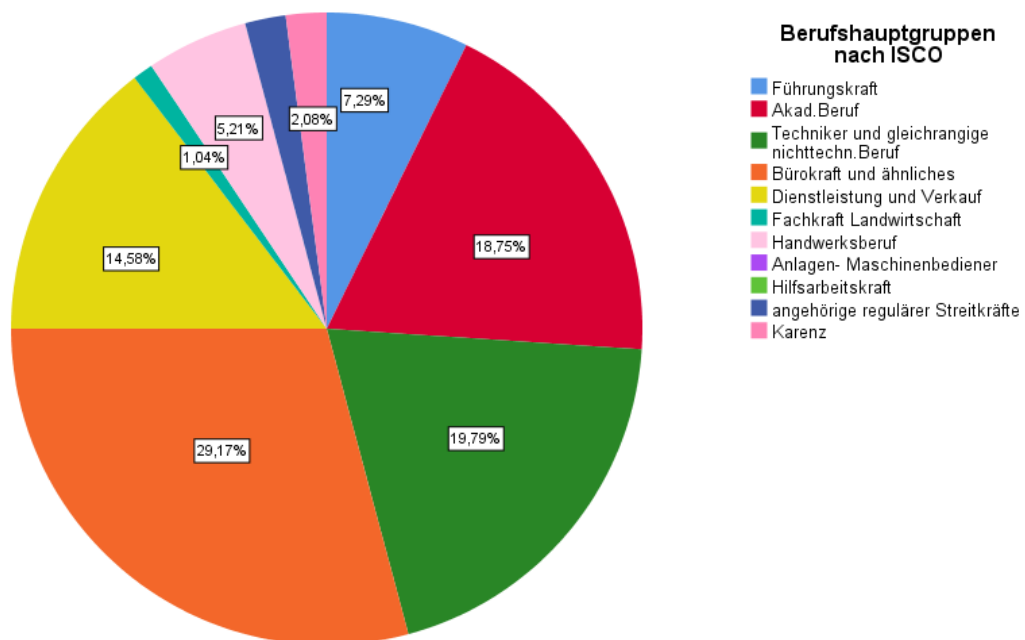


Abbildung 2: Berufsgruppen

Wie die Grafik veranschaulicht, ist die Gruppe der Büroangestellten die größte (30,2%), gefolgt von den technischen und gleichrangigen nichttechnischen Berufen (19,8%). Die Frauen, deren Berufe zu dieser Gruppe zählen, sind unter anderem als Controllerin, IT-Technikerin, Biomedizinische Analytikerin oder Radiologie-Technologin tätig. 18,8% der Teilnehmerinnen sind in akademischen Berufen tätig, zu denen Lehrerin, Kindergartenpädagogin, Ärztin, Physiotherapeutin, klinische Psychologin und Architektin zählen. In der Gruppe der Dienstleistungsberufe und Verkäuferinnen finden sich 14,6% der Teilnehmerinnen, die in sozialen Berufen, als Arztassistentinnen oder Einzelhandelskauffrauen tätig sind. Weitere 5,2% in Handwerksberufen arbeiten als Frisörin oder Rauchfangkehrergesellin, 2,1% sind bei der Polizei und Kriminalpolizei, eine der Frauen ist Landwirtin (1,04%). Es besteht ein signifikanter geringer negativer Zusammenhang zwischen dem höchsten Bildungsabschluss

und der Nationalität der Frauen ($p = 0,008$, $r = -0,237$). Das könnte bedeuten, dass zum Beispiel österreichische Frauen einen höheren Bildungsabschluss haben als Frauen, die nicht Österreicherinnen sind.

Die Arbeitsstunden bei den berufstätigen Teilnehmerinnen bewegen sich zwischen vier und 60 Stunden pro Woche. 41 Frauen (42,7%) arbeiten Vollzeit, das heißt, sie sind ab 35 Stunden pro Woche im Einsatz, 41 (42,7%) über 20 Stunden und 14 (14,6%) sind unter 20 Stunden pro Woche beschäftigt. Im Durchschnitt arbeiten die berufstätigen Teilnehmerinnen 30 Stunden pro Woche. Zwischen den Arbeitsstunden pro Woche und der Nationalität besteht ebenfalls ein signifikanter geringer negativer Zusammenhang ($p = 0,007$, $r = -0,275$).

5.4. Ziel

Das Hauptziel dieser Evaluierung ist festzustellen, inwiefern Mamanet Austria seine Ziele seit der ersten Evaluierung im Jahr 2017 erreichen konnte, bezogen auf das Erreichen von Frauen und Müttern ab 30 Jahren als Zielgruppe, die erschwerten Zugang zum Sport hat. Es soll gezeigt werden, dass Mamanet die von der EU geforderten Maßnahmen zur Erreichung der Geschlechtergleichheit im Sport verfolgt und sich dafür einsetzt, dass Frauen mit und ohne Migrations- oder Fluchtgeschichte und aus verschiedenen sozialen Umfeldern gemeinsam Sport treiben können.

Außerdem zielt die Evaluierung darauf ab, Veränderungen bei den Spielerinnen durch die Teilnahme an Mamanet aufzuzeigen, um den sozial-integrativen Aspekt des Projektes hervorzuheben. In diesem Zusammenhang wird bezüglich des Interesses an Funktionen bei Mamanet gefragt, da Mamanet auch Möglichkeiten zur Aus- und Weiterbildung bietet, durch die die Frauen neue Rollen im Verein und in der Welt des Sports einnehmen können.

Zuletzt soll auch noch überprüft werden, wie zufrieden die Teilnehmerinnen mit ihren Trainerinnen und dem Projekt sind und wie sie sich die Zukunft für Mamanet vorstellen. Dadurch soll das Projekt und die Trainerinnenaus- und Weiterbildung dementsprechend optimiert werden können, sodass der Verein in Zukunft noch attraktiver für seine Zielgruppe wird und sich Mamanet weiter vergrößern kann.

5.5. Auswertung der Fragebögen

In den folgenden Kapiteln werden die Ergebnisse der einzelnen abgefragten Bereiche präsentiert, wodurch Hintergründe der Teilnehmerinnen, das Training bei Mamanet, persönliche Veränderungen durch Mamanet und Interesse an Funktionen bei Mamanet dargestellt werden. Außerdem wird die Bewertung der Trainerinnen evaluiert und Wünsche über die Zukunft von Mamanet zusammengefasst wiedergegeben. Die statistische Auswertung der Fragebögen wurde mit dem „IBM SPSS Statistics“- Programm (v.25) durchgeführt. Die offenen Antworten wurden extra gesammelt und werden wörtlich wiedergegeben.

5.5.1. Vorerfahrungen im Sport

Zu den Vorerfahrungen im Sport wurde zum einen nach den Erfahrungen in den Bereichen Ballsportarten im Team, Turnen, Leichtathletik, Ausdauersportarten (Schwimmen, Laufen, Radfahren), Kraft- und Fitnesssport, Gymnastik/ Tanz und Tennis/ Badminton gefragt, zum anderen nach Volleyball- und Vereinserfahrungen. Die Teilnehmerinnen konnten angeben, in welchem Alter sie welchen Sport betrieben hatten oder im Verein aktiv waren. Dafür wurden die Alterskategorien in Kindes- und Jugendalter, Erwachsenenalter vor der Geburt meiner Kinder, Erwachsenenalter nach der Geburt meiner Kinder und aktuell eingeteilt. Für sonstige Erfahrungen konnten die Teilnehmerinnen noch freie Anmerkungen zu ihrer Sporterfahrung machen.

Die Ergebnisse der Evaluierung zeigen, dass 58,7% der Teilnehmerinnen im Kinder- und Jugendalter Ballsportarten betrieben haben, im Erwachsenenalter vor der Geburt ihrer Kinder aber nur mehr 23,8%. Nach der Geburt der Kinder ist der Anteil wieder leicht auf 29,4% angestiegen, aktuell haben 63,5% angegeben, eine Ballsportart im Team zu spielen. In diesem Fall ist anzumerken, dass manche Frauen Cachibol nicht als Ballsport im Team wahrgenommen haben, da eigentlich aktuell alle Teilnehmerinnen der Evaluierung Cachibol im Rahmen von Mamanet betreiben. Nur 15,1% der Teilnehmerinnen gaben an, keine Erfahrung im Ballsport zu haben. Bei der ersten Evaluierung waren es noch weniger Frauen (46%), die bereits im Kinder- und Jugendalter Ballsporterfahrung gesammelt haben (Schilling & Speer, 2017).

Bezüglich der Vorerfahrungen im Ballsport konnten einige Zusammenhänge mit anderen Variablen festgestellt werden. Auf einem Signifikanzniveau von 0,05 besteht ein signifikanter negativer geringer Zusammenhang zwischen der Erfahrung im Ballsport im Kindes- und Jugendalter ($p = 0,0016$, $r = -0,216$) sowie im Erwachsenenalter vor der Geburt der Kinder und dem höchsten Bildungsabschluss der Teilnehmerinnen ($p = 0,014$, $r = -0,219$). Zwischen den gesammelten Vorerfahrungen als Kind oder Jugendliche besteht ein signifikanter positiver

geringer Zusammenhang zwischen den weiteren Erfahrungen im Erwachsenenalter vor Geburt der Kinder ($p = 0,006$, $r = 0,242$) und aktuell ($p = 0,002$, $r = 0,268$) auf einem Signifikanzniveau von 0,01. Ebenso besteht ein signifikanter positiver geringer Zusammenhang zwischen der Ballsporterfahrung vor und nach der Geburt der Kinder ($p = 0,001$, $r = 0,294$).

Mehr als die Hälfte der Teilnehmerinnen (56,3%) hat im Kindes- und Jugendalter geturnt. Unter den Teilnehmerinnen der ersten Evaluierung waren 46% turnerisch im Kindes- und Jugendalter aktiv (Schilling & Speer 2017). Im Erwachsenenalter vor der Geburt der Kinder waren es mit 15,1 % deutlich weniger, wobei der Anteil nach der Geburt der Kinder auf 12,1% gesunken ist. Diese 16 Frauen turnen jedoch auch aktuell noch. Keine Erfahrung im Turnen haben 38% der Teilnehmerinnen. Im turnerischen Bereich besteht ein Zusammenhang zwischen den Alterskategorien. Auf einem Signifikanzniveau von 0,05 besteht ein signifikanter positiver Zusammenhang zwischen der Turnerfahrung als Kind oder Jugendliche und der Turnerfahrung als Erwachsene vor der Geburt der Kinder. Es besteht ein positiver geringer Zusammenhang zwischen der Turnerfahrung im Kindes- und Jugendalter und im Erwachsenenalter nach der Geburt der Kinder ($p = 0,007$, $r = 0,240$) sowie aktuell ($p < 0,001$, $r = 0,336$) auf einem Signifikanzniveau von 0,01. Ebenfalls auf einem Signifikanzniveau von 0,01 besteht ein positiver mittlerer Zusammenhang zwischen der Erfahrung im Turnen als Erwachsene vor der Geburt der Kinder und danach ($p < 0,001$, $r = 0,572$) und vor der Geburt der Kinder und aktuell ($p < 0,001$, $r = 0,505$). Es besteht ein positiver hoher Zusammenhang zwischen der turnerischen Aktivität nach der Geburt der Kinder und aktuell ($p < 0,001$, $r = 0,714$).

Leichtathletik wurde von 31% der Frauen im Kindes- und Jugendalter betrieben, nur 4,8% waren noch im Erwachsenenalter vor der Geburt der Kinder in der Leichtathletik aktiv. Nach der Geburt der Kinder und aktuell gibt nur noch eine Frau (0,8%) an, Leichtathletik zu betreiben. Knapp über die Hälfte der Teilnehmerinnen (51,6%) hat keine Leichtathletikerfahrung. Innerhalb der Leichtathletik bestehen ebenfalls Zusammenhänge zwischen den Altersgruppen. Auf einem Signifikanzniveau von 0,01 besteht jeweils ein positiver geringer Zusammenhang zwischen der Erfahrung im Kindes- und Jugendalter und der Erfahrung als Erwachsene vor der Geburt der Kinder ($p = 0,004$, $r = 0,253$) und zwischen der Erfahrung vor der Geburt, nach der Geburt und aktuell ($p < 0,001$, $r = 0,400$).

Im Ausdauersport waren 41,3% im Kindes- und Jugendalter aktiv. Dieser Anteil verringerte sich im Erwachsenenalter vor der Geburt der Kinder auf 34,9% und sank nach der Geburt der Kinder auf 31,7%. Aktuell hat wieder eine Teilnehmerin mehr mit Ausdauersport begonnen, wodurch sich ein Anteil von 32,5% ergibt. 34,9% haben keine Erfahrung im Ausdauersport.

Auch hier können signifikante Zusammenhänge zwischen den Alterskategorien erkannt werden. Es besteht ein signifikanter positiver geringer Zusammenhang zwischen der Ausdauersportenerfahrung im Kindes- und Jugendalter und der Erfahrung im Erwachsenenalter vor der Geburt der Kinder ($p = ,003$, $r = 0,265$) und nach der Geburt der Kinder ($p = 0,001$, $r = 0,294$). Ebenso besteht ein signifikanter positiver geringer Zusammenhang zwischen der Erfahrung im Erwachsenenalter vor der Geburt der Kinder und aktuell ($p < 0,001$, $r = 0,415$). Ein signifikanter positiver mittlerer Zusammenhang besteht zwischen der Leichtathletikerfahrung im Erwachsenenalter vor und nach der Geburt der Kinder ($p < 0,001$, $r=0,609$) sowie zwischen der Erfahrung im Erwachsenenalter nach der Geburt der Kinder und aktuell ($p < 0,001$, $r = 0,582$).

Nur 15,1% der Teilnehmerinnen haben als Kind oder Jugendliche Kraft- oder Fitnesssport betrieben, dieser Anteil stieg auf 24,6% im Erwachsenenalter vor der Geburt der Kinder und hielt sich auch nach der Geburt der Kinder. Aktuell geben nur mehr 19% an Kraft- oder Fitnesssport zu machen, 52,4% haben keine Erfahrung im Kraft- oder Fitnesssport. Innerhalb dieses Bereiches besteht ein gleich starker signifikanter positiver geringer Zusammenhang zwischen der Erfahrung als Kind oder Jugendliche und der Erfahrung im Erwachsenenalter vor und nach der Geburt ($p = 0,012$, $r = 0,223$) auf einem Signifikanzniveau von 0,005. Auf einem Signifikanzniveau von 0,01 besteht ein signifikanter positiver geringer Zusammenhang zwischen der Fitnesssportenerfahrung im Erwachsenenalter vor und nach der Geburt der Kinder ($p < 0,001$, $r = 0,358$), zwischen der Erfahrung vor der Geburt der Kinder und aktuell ($p = 0,007$, $r = 0,239$) und zwischen der Erfahrung nach der Geburt der Kinder und aktuell ($p < 0,001$, $r = 0,427$).

Gymnastik oder Tanz wurde von 26,2% im Kindes- und Jugendalter ausgeübt, im Erwachsenenalter vor der Geburt der Kinder waren es 17,5%, danach nahm wieder eine weitere Frau das Tanzen auf (18,3%). Aktuell wird Tanz oder Gymnastik noch von 17 Frauen betrieben, was einen Anteil von 13,5% ausmacht. Mehr als die Hälfte der Teilnehmerinnen (56,3%) hat keine Erfahrung im Tanz- oder Gymnastikbereich. Im Gymnastik- und Tanzbereich besteht ein signifikanter positiver geringer Zusammenhang zwischen der Erfahrung als Kind und Jugendliche und der Erfahrung als Erwachsene nach der Geburt der Kinder ($p = 0,009$, $r = 0,233$) und zwischen der Erfahrung als Kind und Jugendliche und aktuell ($p = 0,007$, $r = 0,240$) auf einem Signifikanzniveau von 0,01. Ebenso besteht ein etwas stärkerer signifikanter positiver geringer Zusammenhang zwischen Tanzerfahrungen als Erwachsene vor der Geburt der Kinder und nachher ($p < 0,001$, $r = 0,378$) und zwischen vor der Geburt der Kinder und aktuell ($p < 0,001$, $r = 0,430$).

Als Kind oder Jugendliche hat außerdem ein Drittel der Teilnehmerinnen Tennis oder Badminton gespielt. Dieser Anteil sank auf 15,9% im Erwachsenenalter vor der Geburt ihrer Kinder und weiter auf lediglich 8,7% nach der Geburt der Kinder. Acht Frauen, das sind 6,3%,

spielen aktuell noch Tennis oder Badminton. Mehr als Hälfte (57,1%) gibt an, nie Tennis oder Badminton gespielt zu haben. Auch im Tennisbereich besteht ein signifikanter positiver geringer Zusammenhang zwischen der gesammelten Erfahrung im Kindes- und Jugendalter und der Erfahrung im Erwachsenenalter vor der Geburt der Kinder ($p < 0,001$, $r = 0,338$), zwischen der Erfahrung im Erwachsenenalter vor und nach der Geburt der Kinder ($p = 0,005$, $r = 0,250$) und zwischen der Tenniserfahrung im Erwachsenenalter nach der Geburt der Kinder und aktuell ($p < 0,001$, $r = 0,381$). In diesem Bereich bestehen die geringsten Zusammenhänge.

Gesamt kann zu den Vorerfahrungen in verschiedenen Sportarten angemerkt werden: Die meisten Frauen im Kindes- und Jugendalter waren sportlich aktiv und haben mit zunehmendem Alter und aufgrund ihrer Kinder eher den Sport vernachlässigt. Diese Ergebnisse gehen einher mit der hohen Drop-out-Rate von Frauen und Mädchen im Sport, wie in der Theorie vermerkt, der es gilt durch entsprechende Maßnahmen entgegenzuwirken. Viele waren schulbedingt sportlich aktiv, wobei hier Basketball, Volleyball, Leichtathletik, Gymnastik und Handball angegeben wurden. Interessanterweise hat die Mehrheit der Teilnehmerinnen bereits Ballsporerfahrung vor Mamanet gesammelt, jedoch im Erwachsenenalter gestoppt. Das heißt, bei vielen Teilnehmerinnen ist bereits das Interesse einen Ballsport auszuüben als Voraussetzung für Mamanet gegeben. Somit hat Mamanet das Ziel erreicht, Frauen den Wiedereinstieg in den Sport zu ermöglichen, jedoch bezieht sich dies hauptsächlich auf Frauen aus Ballsportarten. In anderen Sparten, Turnen und Ausdauersportarten ausgenommen, haben mehr als die Hälfte der Frauen keine sportlichen Vorerfahrungen. Auch in den zusätzlichen Anmerkungen zu den persönlichen Sporerfahrungen kam heraus, dass einige Frauen mit Migrationshintergrund nur Cachibol in Österreich als Sport betreiben und davor nie oder „nicht sehr konsequent“ Sport gemacht haben. Eine Spielerin meinte, sie „spiele erstmalig in einem Team und [sie] genieße das“, eine weitere Teilnehmerin gab an, erst im Alter von 54 Jahren durch Mamanet mit Cachibol begonnen zu haben und zuvor nie in einem Verein gewesen zu sein, sondern nur individuell Sport wie Schwimmen, Laufen oder Radfahren betrieben zu haben. Es kann ein signifikanter negativer geringer Zusammenhang zwischen der Nationalität und den Teilnehmerinnen ohne Erfahrung im Ausdauersport ($p = 0,007$, $r = -0,238$), ebenso mit keiner Erfahrung im Kraft- oder Fitnesssport ($p = 0,003$, $r = -0,264$) und keiner Erfahrung im Tennis ($p = 0,001$, $r = -0,295$) auf einem Signifikanzniveau von 0,01 festgestellt werden. Das bedeutet, dass die Nationalität einen Einfluss auf die sportliche Betätigung von Frauen hat.

Wenn man die ausgeübten Sportarten miteinander vergleicht, können ebenfalls einige Zusammenhänge festgestellt werden. Im Kindes- und Jugendalter besteht ein signifikanter positiver geringer Zusammenhang zwischen der Erfahrung im Ballsport und in der Leichtathletik ($p < 0,001$, $r = 0,317$), zwischen Erfahrung im Ballsport und im Ausdauersport (p

< 0,001, $r = 0,408$), zwischen Erfahrung im Ballsport und in Gymnastik und Tanz ($p = 0,006$, $r = 0,243$) und zwischen Ballsport und Tennis ($p < 0,001$, $r = 0,353$). Frauen, die also als Kind oder Jugendliche Ballsport betrieben haben, haben auch eher eine weitere Sportart ausgeübt.

In Bezug auf die Mitgliedschaft in Sportvereinen, wie auch Mamanet einer ist, war der Anteil derer, die nie in einem Sportverein tätig waren, mit 28,6% deutlich niedriger als der der Frauen, die bereits Mitglied eines Sportvereins waren. 20,6% waren als Erwachsene vor ihren Kindern und 24,6% nach ihren Kindern Mitglied eines Sportvereins. Eine Frau hat zusätzlich angemerkt, dass sie den C-Trainerkurs für Handball für Kinder bis zum elften Lebensjahr absolviert hat. Auch hier ergibt sich ein ähnliches Problem wie bei der Vorerfahrung im Ballsport: Nur 40,5% Prozent geben an aktuell Mitglied eines Sportvereins zu sein, obwohl doch alle Teilnehmerinnen Mitglieder von Mamanet sind. Trotzdem kann behauptet werden, dass durch Mamanet mehr Frauen Mitglieder eines Sportvereins geworden sind. Es besteht ein signifikanter negativer geringer Zusammenhang zwischen der Nationalität und keiner Erfahrung in Sportvereinen ($p < 0,001$, $r = -0,353$), sowie zwischen Muttersprache und keiner Erfahrung in Sportvereinen ($p = 0,021$, $r = -0,205$) und dem höchsten Bildungsabschluss und keiner Erfahrung in Sportvereinen ($p = 0,039$, $r = 0,185$). Ebenso besteht ein signifikanter positiver geringer Zusammenhang zwischen der Mitgliedschaft in einem Sportverein als Kind oder Jugendliche und der Erfahrung im Ballsport als Kind oder Jugendliche ($p = 0,007$, $r = 0,239$), der Erfahrung im Turnen als Kind oder Jugendliche ($p = 0,002$, $r = 0,275$) und auch zwischen der Erfahrung im Sportverein im Kindes- oder Jugendalter und den restlichen Sportarten (Leichtathletik, Kraftsport, Gymnastik und Tanz, Tennis). Die Erfahrung im Ballsport vor der Geburt der Kinder hängt ebenfalls signifikant positiv gering mit der Erfahrung im Sportverein vor der Geburt der Kinder zusammen ($p < 0,001$, $r = 0,452$) und mit der Erfahrung im Wettkampfsport vor der Geburt der Kinder ($p < 0,001$, $r = 0,484$).

Erfahrungen im Wettkampfsport haben 31,7% im Kindes- und Jugendalter gesammelt, im Erwachsenenalter vor der Geburt der Kinder waren es nur mehr 10,3%. Nach ihren Angaben waren die Frauen unter anderem als Leistungsschwimmerin, im Handball und im Ringen tätig. Der steigende Anteil auf 13,5% nach der Geburt und 26,2% aktuell kann ebenfalls auf die Teilnahme an Mamanet rückgeschlossen werden, da Mamanet-Ligaspielerinnen an der Umfrage teilnahmen. Der Anteil derer ohne Wettkampferfahrung liegt bei 43,7%.

Bezüglich der Vorerfahrungen im Volleyball wurde zwischen Hobbybereich, Amateurbereich und Leistungsbereich unterschieden. Im Hobbybereich waren 37,3% als Kind oder Jugendliche aktiv, 18,3% im Erwachsenenalter vor der Geburt der Kinder und 11,9% nach der Geburt der Kinder. Aktuell spielen 15,1% hobbymäßig Volleyball. Der leichte Anstieg zwischen dem Zeitpunkt nach der Geburt der Kinder und jetzt könnte auf Mamanet zurückzuführen sein. Eine Teilnehmerin merkte an: „Mamanet war meine einzige Volleyballerfahrung nach der Geburt meiner Kinder und es ist das Beste, was ich jemals gespielt habe“. Der Anteil derer,

die keine Erfahrungen im Volleyball im Hobbybereich haben, ist gleich groß mit dem Anteil jener, die Volleyball als Hobby betrieben haben.

Im Amateurbereich gibt es deutlich weniger Frauen mit Vorerfahrung: Nur zwölf Frauen (9,5%) haben im Kindes- und Jugendalter, vier (3,2%) vor der Geburt ihrer Kinder und drei (2,4%) nach der Geburt ihrer Kinder Volleyball gespielt. Aktuell sind acht Frauen (6,3%) im Volleyballamateurbereich tätig.

Neun Frauen (7,1%) haben im Kindes- und Jugendalter leistungsmäßig Volleyball gespielt, im Erwachsenenalter vor der Geburt der Kinder waren es nur mehr vier (3,2%). Drei Frauen (2,4%) haben noch nach der Geburt ihrer Kinder Volleyball im Leistungsbereich gespielt. Aktuell spielen wieder fünf der Befragten (4,0%) im Leistungsbereich. Der Großteil (89,1%) hat keine Erfahrung mit Volleyball im Leistungsbereich. Aus der ersten Befragung gaben weniger als 5% an, in ihrer Laufbahn Volleyball leistungsmäßig betrieben zu haben (Schilling & Speer 2017). Es besteht ein signifikanter positiver geringer Zusammenhang zwischen denen, die Ballsport vor der Geburt der Kinder ausübten und Volleyball leistungsmäßig vor der Geburt ($p < 0,001$, $r = 0,324$) oder nach der Geburt der Kinder ($p = 0,002$, $r = 0,279$) betrieben haben.

Aus diesen Ergebnissen kann geschlossen werden, dass viele Frauen mit sportlicher Erfahrung an Mamanet teilnehmen, vor allem Frauen, die bereits Ballsporterfahrung in ihrem Leben gesammelt haben (mehr als die Hälfte). Jedoch haben eher wenige tatsächlich auch Erfahrung in Sportvereinen oder im Volleyball, der Sportart, aus der sich Cachibol ableitet. Es wurde trotzdem von einer Teilnehmerin erwähnt, dass Vorerfahrungen im Volleyball für Mamanet hilfreich sind, da es trotz Niederschwelligkeit auf hohem technischen Niveau gespielt werden kann. Außerdem wird aus den Ergebnissen deutlich, dass es Zusammenhänge zwischen den Sportarten gibt und auch jede Sportart wiederum mit der Mitgliedschaft bei einem Verein verbunden ist. Frauen, die bereits als Kinder oder Jugendliche Erfahrungen in einer Sportart gesammelt haben, sind außerdem eher auch als Erwachsene sportlich aktiv, wie aus den Zusammenhängen erkennbar wird. Die Familiengründung hindert dennoch viele Frauen auch nach der Geburt ihrer Kinder weiterhin sportlich aktiv zu bleiben. Mamanet bietet hier die Möglichkeit, den Sport wieder in den Alltag aufzunehmen. In allen Sportarten, die zur Auswahl standen, gab mindestens ein Drittel der Befragten an, keine Erfahrung zu haben. Das heißt, dass Mamanet auch tatsächlich ihre Zielgruppe anspricht und Frauen ohne Erfahrung motiviert einem Sportverein beizutreten und Cachibol als Sport auszuüben.

5.5.2. Gründe für die Teilnahme an Mamanet

Da die Teilnehmerinnen bei Mamanet, wie eben dargestellt, sehr unterschiedliche Vorkenntnisse mitbringen, variieren auch ihre Gründe für die Teilnahme am Projekt. In der

Umfrage wurden acht mögliche Gründe zur Teilnahme angeführt, die die Befragten mithilfe einer fünfstufigen Skala von „trifft sehr zu“ bis „trifft gar nicht zu“ beurteilen konnten.

Ein Vorteil von Ratingskalen besteht darin, dass die Meinungen der Befragten differenzierter dargestellt werden können, ein Nachteil liegt jedoch in der subjektiven Interpretation der Abstufungen bei den Antworten. Abschließend konnten noch eigene Gründe angegeben werden, wodurch die Ergebnisse klarer gemacht werden sollten.

Zuerst wurde gefragt, inwiefern das Überwinden von Hindernissen und das (Wieder)aufnehmen einer sportlichen Betätigung Grund für die Teilnahme an Mamanet ist. Für 75 Teilnehmerinnen (59,5%) trifft diese Aussage sehr zu, für 12,7% „eher“ und für 19,8% „mittel“. Auf zehn Personen (7,9%) trifft dieser Grund eher nicht zu und niemand behauptet „gar nicht“ aufgrund von Überwindung von Hindernissen an Mamanet teilzunehmen. Dieses Ergebnis geht einher mit den sportlichen Vorerfahrungen, da viele Frauen geantwortet haben, erst durch Mamanet wieder sportlich aktiv geworden zu sein und nie regelmäßig Sport betrieben zu haben.

Die nächste Frage beschäftigt sich mit den Rahmenbedingungen und wie diese an die derzeitige Situation der Frauen angepasst sind. Für mehr als die Hälfte (54,0%) sind Ort, Zeit und Kinderbetreuung ein starker Grund für ihre Teilnahme, für 23,0% eher, 16,7% entschieden sich für mittel. Auf einen kleinen Anteil von acht Personen trifft dieser Grund „eher nicht“ (5,6%) oder „gar nicht zu“ (0,8%). Die Details zu den Standorten, Anfahrt zum Training und mögliche Kinderbetreuung werden im nächsten Kapitel genauer betrachtet.

Für 97 Teilnehmerinnen (77,0%) trifft es sehr zu, dass sie an Mamanet teilnehmen, weil sie gerne Teil des Teams sind, auf weitere 21 Frauen (16,7%) trifft dieser Grund „eher zu“ und auf sechs Frauen (4,8%) mittel. Demgegenüber stehen 1,6%, die eher nicht aus diesem Grund bei Mamanet teilnehmen. Für keine der Befragten spielt die Zugehörigkeit zum Team Mamanet keine Rolle in ihrer sportlichen Betätigung.

Ein ähnliches Ergebnis zeigt sich beim Grund „Freude an der Bewegung“, der für 103 Teilnehmerinnen (81,7%) stark ausschlaggebend für die Teilnahme ist. 15,1% meinen, dass dieser Grund eher und 2,4%, „mittel“ auf sie zutrifft. Nur eine Person (0,8%) nimmt „eher nicht“ aufgrund der Freude an der Bewegung an Mamanet teil.

Da der Wettkampf bei Mamanet nicht unbedingt im Vordergrund steht, es dennoch aber die Möglichkeit gibt, Mamanet auch wettkampfmäßig zu betreiben, wurde auch danach gefragt. Für immerhin 58 der Befragten, das sind 46,0%, ist die Wettkampfteilnahme ein starker Grund, auf 19% trifft dieser Grund eher zu und 19,8% sehen es als mittlere Motivation für ihre Teilnahme. 14 Frauen (11,1%) nehmen „eher nicht“ und fünf Frauen (4,8%) „gar nicht“ aufgrund des Wettkampfs an Mamanet teil.

Das Schließen und Halten neuer Kontakte ist für mehr als die Hälfte (59,5%) ein sehr zutreffender Grund für ihre Teilnahme. Auf 23 Frauen (18,3%) trifft dieser Grund „eher“ und auf 20 (15,9%) „mittel“ zu. Sieben der Befragten (5,6%) nehmen „eher nicht“ aufgrund neuer Bekanntschaften teil und eine (0,8%) „gar nicht“.

Mamanet ist, wie bereits erwähnt, ein Projekt ausschließlich für Frauen, was für 66 Teilnehmerinnen (52,4%) ein stark zutreffender Grund für die Teilnahme ist. 11,9% behaupten, dass sie „eher“ und 16,7%, dass sie „mittel“ zustimmen. Für 23 der Befragten (18,3%) ist dies eher kein Grund und für eine Frau gar kein Grund für die Teilnahme an Mamanet.

Der Aspekt, dass Mamanet ein internationales Projekt ist, trifft auf 59 Teilnehmerinnen (46,8%) sehr als Grund für die Teilnahme und auf 22 Teilnehmerinnen (17,5%) eher zu. 30 Frauen (23,8%) entschieden sich für „mittel“ als Antwort, weitere zwölf (9,5%) für „eher nicht“ und drei Damen (2,4%) gaben „trifft gar nicht zu“ als Antwort.

Ähnlich ist das Ergebnis für Mamanet als integratives Projekt: Für genau die Hälfte der Befragten ist dieser Grund sehr zutreffend, für 42 Frauen (19,0%) eher zutreffend und für 26 Sportlerinnen (20,6%) „mittel“. Für 13 Teilnehmerinnen (10,3%) ist der integrative Aspekt von Mamanet eher kein Grund für ihre Teilnahme. Auf niemanden trifft der integrative Faktor „gar nicht zu“.

Zuletzt wurde gefragt, inwiefern die Gewinnung von Freunden außerhalb des Trainings ein Grund für die Teilnahme an Mamanet ist. Auf fast die Hälfte der Teilnehmerinnen (48,4%) trifft dies sehr zu, auf 26,3% „eher“ und auf 15,9% „mittel“. Die Minderheit (12 Personen) beantwortete diese Frage mit „eher nicht“ (8,7%) oder „gar nicht“ (0,8%).

Wenn man nun die Gründe vergleicht, kann erkannt werden, dass die einzelnen Ergebnisse stark zur Zustimmung tendieren, vor allem, wenn man die Stimmen derjenigen, die mit „trifft sehr zu“ oder „trifft eher zu“ zusammen betrachtet. Fast man diese Anteile zusammen, stimmt bei allen angeführten Gründen die eindeutige Mehrheit zu, deshalb an Mamanet teilzunehmen.

Bereits bei der ersten Evaluierung wurde nach den Gründen zur Teilnahme an Mamanet in Form einer Ratingskala gefragt, die Ergebnisse fielen damals ähnlich aus. 84% gaben an, aufgrund der Freude an der Bewegung bei Mamanet teilzunehmen, 67%, weil sie gerne Teil des Teams sind und ebenfalls mehr als die Hälfte, weil sie durch Mamanet Hindernisse überwinden konnten (Schilling & Speer, 2017). Die stärkste Zustimmung findet sich auch in dieser Befragung bei der Freude an der Bewegung und dem Teamgeist, diese wurden auch in den eigens genannten Gründen noch häufig erwähnt, was das quantitative Ergebnis verstärkt. Die zweitstärkste Zustimmung für die Teilnahme an Mamanet erfolgt aufgrund der neuen Kontakte, die geknüpft werden können, gefolgt von den angepassten Rahmenbedingungen, wodurch angenommen werden kann, dass der Verein Mamanet im Sinne der Erreichung seiner Ziele arbeitet. Die weniger stark ausgeprägte Zustimmung findet

sich bei den Gründen der Wettkampfteilnahme, was auch bei Mamanet nicht im Fokus steht, aber auch beim Aspekt des Frauenprojekts und der Internationalität, was eher überraschend ist. Dieser Aspekt wurde jedoch mehrmals bei der Frage hervorgehoben, was die Teilnehmerinnen besonders gut an Mamanet finden, was in Kapitel 5.5.8 beschrieben wird.

Die selbstgenannten Gründe können in drei Kategorien unterteilt werden. Die erste Gruppe wird unter „Freude und Spaß beim Sport“ zusammengefasst. Aussagen der Teilnehmerinnen dazu waren „Spaß – man merkt die Anstrengung nicht“, „Freude & Spaß“, „Lustig, erfrischend“ oder „Spaß, schwitzen und lachen“. Eine Teilnehmerin gab an: „Ich spiele gern, ich komme raus und nehme mir Zeit für mich. Trainiere und leite die Gruppe mit Leib und Seele und von ganzem Herzen“. Aus dieser Aussage geht hervor, dass sie nicht nur Spielerin, sondern auch Coach ist und mit Freude ihre Arbeit macht und diese auch vermitteln möchte. Eine Spielerin meinte auch, dass Mamanet „hilft beim Abschalten nach einem anstrengenden Berufsalltag“. Andere genannte Gründe sind die Liebe zum Sport und, dass Mamanet „meiner körperlichen Leistungsfähigkeit entspricht und meine bisherigen Sporterfahrungen hervorragend verknüpft“.

Die Beziehung zwischen den Teilnehmerinnen als Grund für die Teilnahme wurde ebenfalls in verschiedener Art als Grund zur Teilnahme ausgedrückt. Hier wird vor allem hervorgehoben, dass die Beziehungen zwischen den Frauen „ohne Religion und Sprache“ ist, „jeder willkommen ist“ und dass es „nur Verbindendes und nichts Trennendes gibt, egal welche Nationalität, Hautfarbe, Religion oder Alter“. Zwei Frauen gaben außerdem an, dass Mamanet die Möglichkeit bietet, mehr Deutsch zu hören, was beim Erlernen der Sprache hilft. Solche Antworten bestätigen den sozial-integrativen Wert des Projekts, das Frauen aus unterschiedlichster Herkunft zusammenbringen soll.

Das Team an sich und Cachibol als Mannschaftssport wurden ebenfalls in den offenen Antworten mehrmals genannt. Eine Spielerin meinte dazu: „Körperlich konnte ich kein Leistungsvolleyball mehr spielen, dank Mamanet kann ich wieder einen Ballsport im Team betreiben“. Eine andere Antwort war der Wunsch „ein eigenes Team in unserer Gemeinde aufbauen“.

Besonders herauszuheben ist folgende Antwort, da sie am besten alle möglichen Gründe für die Teilnahme an Mamanet zusammenfasst und auch den sozialen Mehrwert des Projekts hervorhebt:

Ich habe einen Sport (Mamanet) entdeckt, wo ich es als eine Herausforderung sehe, mich in meinem Alter sportlich weiterzuentwickeln; und außerdem gemeinsam mit dem Team an Wettkämpfen teilnehmen kann, was mir nochmal mehr Motivation und Ehrgeiz abverlangt. Weiters ist die Trainerin, Frau Ella Raiber, eine hervorragende Trainerin, wo wir als gesamtes Team viel Spaß haben und dabei viele Fortschritte erlangen!

5.5.3. Details zum Training bei Mamanet

Dieses Kapitel erläutert, an welchen Standorten die Teilnehmerinnen der Evaluierung trainieren, wie sie ins Training kommen und wie lange sie für diesen Anfahrtsweg brauchen. Außerdem geht hervor, wie oft Trainings stattfinden, wie oft daran teilgenommen wird und wie oft und warum das Training ausfallen muss.

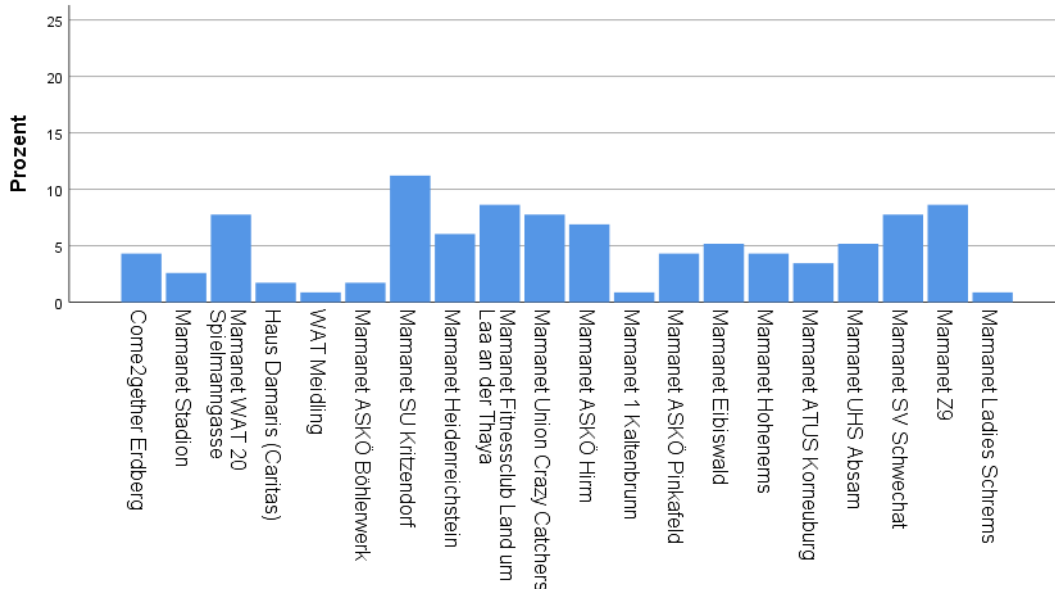


Abbildung 3: Standorte

Wie in Abbildung 4 dargestellt haben Spielerinnen aus 20 verschiedenen Standorten an der Befragung teilgenommen. 13 Frauen (11,2%) trainieren bei Mamanet SU Kritzensdorf, jeweils 10 (8,6%) bei Mamanet Fitnessclub Laa an der Thaya und Mamanet Z9. Bei Mamanet WAT 20 Spielmannngasse trainieren 9 der Befragten (7,8%), wobei dieser Standort als zweiter von drei weiteren Frauen angegeben wurde. Ebenfalls 9 Teilnehmerinnen (7,8%) trainieren am Standort Mamanet Union Crazy Catchers und bei Mamanet SV Schwechat. Weitere in der Umfrage vertretene Standorte sind Mamanet ASKÖ Hirm (6,9%), Mamanet Heidenreichstein (6,0%), Mamanet Come2gether Erdberg (4,3%), Mamanet Stadion (5,6%), Mamanet ASKÖ Eibiswald (5,2%), Mamanet UHS Absam (5,2%), Mamanet ASKÖ Pinkafeld (4,3%), Mamanet ASKÖ Hohenems (4,3%), Mamanet ATUS Korneuburg (3,4%), Mamanet Haus Damaris Caritas (2,6%), Mamanet ASKÖ Böhlerwerk (1,7%), Mamanet WAT Meidling (0,9%), Mamanet 1 Kaltenbrunn (0,9%) und Mamanet Ladies Schrems (0,9%). Drei der Teilnehmerinnen trainieren an drei verschiedenen Standorten, zwei davon bei Mamanet Come2gether Erdberg, Mamanet Stadion und Mamanet WAT 20 Spielmannngasse, bei der dritten ist der dritte Standort Mamanet im Haus Damaris (Caritas).

Die Anfahrt ins Training erfolgt bei 54,8% per Auto, 16,7% fahren mit öffentlichen Verkehrsmitteln, gefolgt von 14,3% die das Fahrrad als Transportmittel nutzen. 6,3% können zu Fuß ins Training gehen und 4,0% nutzen eine Fahrgemeinschaft. Im Durchschnitt dauert

die Anfahrt nur 14,7 Minuten, die längste Anfahrt einer Teilnehmerin nimmt 60 Minuten in Anspruch. Wenn man die Dauer der Anfahrt kategorisiert, brauchen 60,8% unter 10 Minuten ins Training, 20% zwischen 10 und 30 Minuten und 19,2% über 30 Minuten. Daraus wird erkenntlich, dass sich die Trainingsorte durchaus nahe am Wohnort der Frauen befinden, wodurch sie nicht viel Zeit in die Anfahrt investieren müssen.

Das Training findet in den meisten Fällen einmal pro Woche statt (87,6%). An knapp 10% der Standorte findet das Training zweimal und an 2,5% dreimal statt. Daraus ergibt sich das Ergebnis der Frage, wie oft am Training teilgenommen wird, die von 86,5% mit „einmal“, von 9,9% mit „zweimal“ und 3,6% mit „dreimal“ beantwortet wurde.

Wie oft die Teilnehmerinnen das Training im Monat ausfallen lassen müssen, wird in Abbildung 3 veranschaulicht. Von 46 Teilnehmerinnen (36,5%) wurde diese Frage mit keinmal beantwortet. 27,8% müssen es einmal im Monat ausfallen lassen, 6,3% zweimal, eine Person (0,8%) muss es dreimal ausfallen lassen. Zwei Personen (1,6%) gaben an, bis zu viermal im Monat das Training ausfallen lassen zu müssen. 34 Frauen gaben keine Angabe oder keine Angabe in Zahlenformat, das sind knapp 27%. Siebenmal wurde angegeben, „selten“ nicht ins Training kommen zu können, viermal „öfter“, einmal „verschieden“ und einmal „wenn schulfrei ist“. Generell kann behauptet werden, dass das Training nicht sehr oft von den Teilnehmerinnen ausgefallen lassen wird oder zumindest weniger als einmal pro Monat. Die genaueren Gründe für die Nichtteilnahme gehen aus der nächsten Frage hervor.

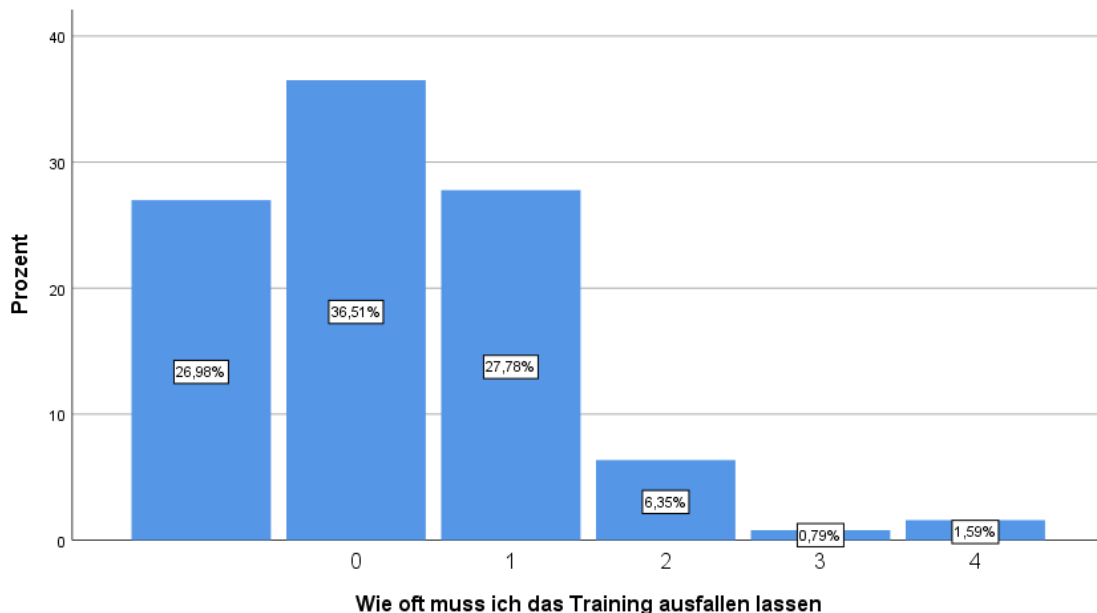


Abbildung 4 Ausfall Training

Die Befragten hatten die Möglichkeit, aus acht verschiedenen Gründen zu wählen, warum sie nicht am Mamanet-Kurs teilnehmen können. Da sie generell dazu tendieren, das Training erst gar nicht ausfallen lassen zu wollen, waren die Ergebnisse hier sehr eindeutig. 34 Damen

(27%) müssen das Training aufgrund des zeitlichen Aspektes ausfallen lassen. Immerhin 32 Frauen (25,4%) geben an, dass sie aufgrund von fehlender Kinderbetreuung nicht am Training teilnehmen können. Die Überschneidung mit anderen Aktivitäten ist für 43 Frauen (34,1%) ein Grund für die Nichtteilnahme. Bei elf Frauen (8,7%) überschneidet sich das Training mit anderen Aktivitäten der Kinder. Krankheit ist für 40 Frauen (31,7%) ein Grund nicht ins Training zu gehen, fehlende Motivation oder zu lange Fahrzeit nur für drei der Befragten (2,4%). Sonstige Gründe wurden von 19 Personen (15,1%) angekreuzt, aber nicht genauer beschrieben. Zwei Damen gaben an, dass der Deutschkurs für sie Grund für die Nichtteilnahme ist. Die Überschneidung mit anderen Aktivitäten liegt in der Verantwortung der Teilnehmerinnen, ebenso wie der zeitliche Aspekt. Bereits bei der ersten Evaluierung waren Krankheit, der zeitliche Aspekt und die Überschneidung mit anderen Aktivitäten die meistgenannten Gründe für das Fehlen beim Training (Schilling & Speer, 2017).

Es ist positiv, dass nur wenige aufgrund von fehlender Motivation oder zu langer Fahrzeit nicht ins Training kommen. Das spricht für das Projekt. Ein Ergebnis, dass durchaus von Seiten von Mamanet zu verbessern ist, ist die fehlende Kinderbetreuung, da immerhin ein Viertel der Befragten aus diesem Grund vom Training fernbleiben muss. Bei der ersten Befragung waren es nur 7% der Befragten (Schilling & Speer, 2017). Die vorhandene oder erwünschte Kinderbetreuung wird in Kapitel 5.5.5 noch genauer beleuchtet. Um noch weitere Gründe zu erläutern, um das Projekt zu optimieren, wären persönliche Gespräche mit diesen Teilnehmerinnen notwendig, die aufgrund der Anonymität der Fragebögen leider nicht möglich sind.

5.5.4. Veränderungen seit Mamanet

Da Mamanet für die Teilnehmerinnen mehr als nur eine Möglichkeit zum Sport treiben bieten soll, wurde in der Evaluierung auch nach persönlichen Veränderungen seit der Teilnahme an Mamanet gefragt. Bei der ersten Evaluierung wurde dieser Aspekt noch nicht beachtet, er ist aber jetzt umso bedeutsamer, da durch die Teilnahme an Mamanet auch andere Bereiche des Lebens der Frauen beeinflusst werden und zu positiven Veränderungen führen können.

Dazu gehört unter anderem, dass die Frauen selbstbewusster geworden sind, offener gegenüber unbekanntem Menschen und anderen Kulturen und sie einen größeren Bekannten- und Freundeskreis haben. Außerdem kann die Teilnahme dazu beitragen, dass sich die Frauen wohler in ihrer Haut fühlen, ihre Kinder mehr zu ihnen aufschauen als vorher, sie sich akzeptierter in der Gesellschaft fühlen und ein besseres Vorbild für einen gesunden Lebensstil für ihre Kinder sind.

Die Antwortmöglichkeiten waren auch hier wieder in Form einer Skala von „trifft sehr zu“ bis „trifft gar nicht zu“ zu wählen. Nicht alle Teilnehmerinnen haben diese Fragen beantwortet, Die

Verteilung fiel in diesem Fall auch nicht so eindeutig aus wie bei den Gründen für die Teilnahme an Mamanet, was viele Möglichkeiten der Interpretation zulässt. Folgend werden die Ergebnisse dargestellt und gedeutet.

114 der 126 Teilnehmerinnen haben die Frage nach der Veränderung bezüglich des Selbstbewusstseins beantwortet, 29 (25,4%) davon meinen, dass sie stark selbstbewusster geworden sind. Ebenfalls Veränderungen in diese Richtung haben 22 Frauen (19,3%) „eher“ festgestellt und 28 Frauen (24,6%) „mittel“. Für alle diese Frauen kann behauptet werden, dass sie durch Mamanet selbstbewusster geworden sind. Auf 16 Frauen (14,0%) trifft diese Veränderung „eher nicht“ und auf 19 (16,7%) „gar nicht“ zu.

Die Frage betreffend die Veränderung bezüglich der Offenheit anderer unbekannter Menschen gegenüber wurde von 115 Personen beantwortet, auf 32 Frauen (27,8%) trifft dies sehr zu, auf 19 (16,5%) „eher“ und auf 29 (25,2%) „mittel.“ Der kleinere Anteil konnte diese Veränderungen „eher nicht“ (12,2%) oder „gar nicht“ (18,3%) bei sich feststellen.

Die folgende Frage hängt eng mit der vorhergehenden zusammen, denn sie beschäftigt sich damit, inwiefern die Frauen offener anderen Kulturen gegenüber geworden sind. 32 Frauen (28,1%) meinen, dass diese Veränderung sehr auf sie zutrifft, weitere 20 (17,5%) gaben „eher“ und 22 Frauen (19,3%) „mittel“ an. Jeweils 20 Frauen (17,5%) behaupten, „eher nicht“ oder „gar nicht“ offener anderen Kulturen gegenüber geworden zu sein.

Einen größeren Bekannten- oder Freundeskreis sehen 53 Personen (46,5%) von 114 als stark auf sie zutreffend. 26 Frauen (22,8%) haben „eher“ einen größeren Bekanntenkreis als vorher und 21 Frauen (18,4%) haben mit „mittel“ geantwortet. Acht Frauen (7,0%) behaupten jedoch eher keine und sechs Frauen (5,3%) gar keine Vergrößerung ihres Freundeskreises feststellen zu können.

In Bezug auf das Wohlbefinden stimmen 42 Frauen (35,9%) zu, dass sie sich seit Mamanet wohler in der eigenen Haut fühlen. Weitere 26 (22,2%) stimmen „eher“ und 24 Frauen (20,5%) mittelmäßig zu. Von den gesamt 117 Antworten zu dieser Frage meinen zehn Frauen (8,5%), dass sie sich „eher nicht“ und 15 Frauen (12,8%), dass sie sich „gar nicht“ wohler fühlen in ihrer Haut als vorher.

Immerhin 21 Frauen (19,6%) sehen, dass ihre Kinder mehr zu ihnen aufschauen als vor ihrer Teilnahme an Mamanet. Auf weitere 10 Frauen (9,3%) trifft diese Veränderung „eher zu“ und 22 Frauen (20,6%) stellen eine mittlere Veränderung fest. Der größere Anteil unter den 107 Antworten verdeutlicht, dass ihre Kinder „eher nicht“ (19,6%) oder „gar nicht“ (30,8%) mehr zu ihnen aufschauen durch Mamanet. Die niedrigere Anzahl der Antworten kann aufgrund der Tatsache sein, dass nicht alle Teilnehmerinnen Kinder haben oder ihre Kinder bereits im Erwachsenenalter sind.

27 Teilnehmerinnen (24,1%) fühlen sich sehr viel mehr akzeptiert in der Gesellschaft als vor ihrer Teilnahme an Mamanet. 13 Frauen (11,6%) behaupten, dass sie diese Veränderung eher schon feststellen können und 27 Frauen (24,1%) „mittel“. „Eher nicht“ akzeptierter in der Gesellschaft fühlen sich 16 Frauen (14,3%), 29 Frauen (25,9%) können gar keine Veränderung in diese Richtung feststellen.

Von 111 Antworten geben 31 Frauen (27,9%) an, dass sie sich sehr viel mehr als Vorbild für einen gesunden Lebensstil für ihre Kinder fühlen als vor der Teilnahme an Mamanet. 15 Frauen (13,5%) sehen sich „eher“ und 28 Frauen (25,2%) „mittel“ als besseres Vorbild. Auf 16 Frauen (14,4%) trifft diese Veränderung „eher nicht“ und auf immerhin 21 Frauen (18,9%) „gar nicht“ zu. Die Anzahl der Antworten wie auch das Ergebnis können darauf zurückgeführt werden, dass nicht alle Kinder haben.

Allgemein ist zu den Ergebnissen zu sagen, dass die stärksten Veränderungen im Bekanntenkreis (69,3%) und beim Wohlbefinden im eigenen Körper (58,1%) festgestellt werden. Am wenigsten fanden Veränderungen im Hinblick auf das Aufsehen der Kinder statt, gefolgt von der Akzeptanz in der Gesellschaft. Um diesen Antworten genauer auf den Grund gehen zu können, müssten persönliche Antworten erfragt werden wie zum Beispiel zum Wohlbefinden im eigenen Körper vor und nach Mamanet. Aus dem Fragenformat geht auch nicht hervor, in welcher gesellschaftlichen Situation sich die Teilnehmerinnen vor Mamanet befunden haben, die aber ausschlaggebend sein kann für die Art und Möglichkeit der Veränderung in Bezug auf die Akzeptanz in der Gesellschaft. Vor allem die Antworten auf die Frage bezüglich der Offenheit anderen Kulturen gegenüber zu interpretieren ist schwierig, da es zum einen sein kann, dass die Frauen bereits vor der Teilnahme an Mamanet sehr offen anderen Kulturen gegenüber gewesen sind, zum anderen kann es auch sein, dass sich in ihrer Gruppe keine Frauen mit Migrations- oder Fluchtgeschichte befinden und sich deshalb aufgrund von Mamanet in diese Richtung nichts verändern konnte.

Die meisten Werte bewegen sich eher im Mittelfeld und es wäre wahrscheinlich noch ein längerer Zeitraum notwendig, damit die Teilnehmerinnen stärkere Veränderungen durch Mamanet feststellen könnten. In diesem Zusammenhang wäre es auch interessant zu klären, wie lange die Frauen schon im Verein spielen.

5.5.5. Kinderbetreuung

Da sich Mamanet vor allem an Mütter richtet, ist das Angebot der Kinderbetreuung ein unabdingbarer Aspekt, um vor allem auch alleinerziehenden Müttern das Sporttreiben zu ermöglichen, ohne dass Kosten für eine extra Kinderbetreuung entstehen. Der Befragung nach gaben nur 22 Frauen (17,5%) an, dass an ihrem Standort Kinderbetreuung angeboten wird.

Deutlich mehr als die Hälfte (64,3%) trainiert an Standorten ohne Kinderbetreuung, weitere 23 Frauen (18,3%) enthielten sich einer Antwort.

Genutzt wird die Kinderbetreuung von nur sieben Frauen, die an der Befragung teilnahmen. Das sind 5,6%. 59 Frauen (46,8%) nutzen keine Kinderbetreuung, womöglich aufgrund des fehlenden Angebotes. Eine Gruppe von 18 Frauen (14,3%) würde sich eine Kinderbetreuung wünschen. Wie aus dem vorherigen Kapitel hervorgeht, gaben 25,4% der Frauen an, dass sie aufgrund von fehlender Kinderbetreuung nicht am Training teilnehmen können. Wie die Grafik veranschaulicht, haben jedoch fast zwei Drittel der Befragten keinen Bedarf an Kinderbetreuung haben (Abb. 5).

Das Ergebnis muss in Verbindung mit dem Alter der Kinder der Teilnehmerinnen interpretiert werden. Das Durchschnittsalter liegt bei 14,6 Jahren, wodurch behauptet werden kann, dass in diesem Alter die Kinder keine Betreuung mehr benötigen und eigenen Aktivitäten nachgehen. Außerdem sind nur 21 Mütter (16,7%) alleinerziehend, wodurch man ebenfalls davon ausgehen kann, dass bei den übrigen 83,3% der Mütter sich die Väter während des Trainings um die jüngeren Kinder kümmern können.

Dennoch sollte daran gedacht werden, das Angebot der Kinderbetreuung in Zukunft zu erweitern. Dadurch könnten mehr alleinerziehende Mütter mit kleineren Kindern angesprochen werden und ihnen die Rahmenbedingungen geboten werden, die sie benötigen, um für sich Sport treiben zu können und sich während dieser Zeit keine Sorgen um die Kinder machen zu müssen.

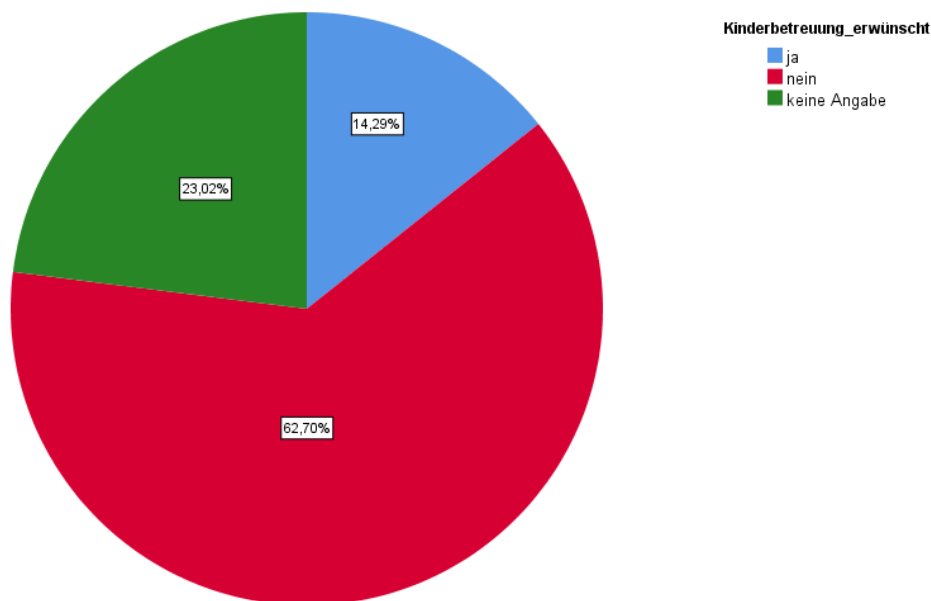


Abbildung 5 Kinderbetreuung

5.5.6. Interesse an Funktionen bei Mamanet

Mamanet soll Frauen nicht nur die Möglichkeit bieten Sport im Team zu betreiben, sondern auch Frauen dazu motivieren, sich auf anderen Ebenen im Sport zu engagieren. Dazu zählen unter anderem die Möglichkeit am Wettkampfbetrieb als Ligaspielerin in der regionalen Liga zu spielen. Außerdem wird die Möglichkeit geboten, eine Ausbildung zur Cachibol-Trainerin zu machen, ein eigenes Team zu trainieren, Schiedsrichterin zu werden und Mamanet auf organisatorischer Ebene zu unterstützen. Nicht alle Teilnehmerinnen der Befragung äußerten sich zu diesen Fragen, dennoch können Tendenzen festgestellt werden.

Bereits 69 Frauen (54,8%) nehmen am Wettkampfbetrieb bei Mamanet teil. Hier besteht ein signifikanter positiver geringer Zusammenhang zwischen der Teilnahme am Wettkampfbetrieb und der Erfahrung im Wettkampfsport nach der Geburt der Kinder ($p = 0,005$, $r = 0,273$) oder aktuell ($p < 0,001$, $r = 0,247$). Ebenso besteht dieser Zusammenhang zwischen der Wettkampfteilnahme und dem Interesse Schiedsrichterin zu werden ($p < 0,001$, $r = 0,380$). Weitere 35 (27,8%) geben an, Interesse zu haben in der regionalen Liga zu spielen. Interessante signifikante Zusammenhänge bestehen zwischen dem Interesse an der regionalen Liga und keiner Erfahrung in Sportvereinen ($p < 0,001$, $r = 0,436$). Womöglich ist gerade aufgrund mangelnder Erfahrung der Reiz groß, diese Erfahrung durch Mamanet sammeln zu können. Außerdem besteht ein signifikanter positiver geringer Zusammenhang zwischen dem Interesse Ligaspielerin zu werden und keiner Erfahrung im Wettkampfsport ($p < 0,001$, $r = 0,367$) und dem Interesse Trainerin ($p = 0,003$, $r = 0,260$) oder Funktionärin ($p < 0,001$, $r = -0,378$) bei Mamanet zu werden. Eine Ausbildung zur Trainerin würde 30 Frauen (23,8%) interessieren, im Gegensatz dazu antworteten 80 Frauen (63,5%) mit einem klaren Nein. 21 Frauen (16,7%) haben Interesse als Funktionärin aktiv zu werden, 89 Frauen (70,6%) aber kein Interesse haben. Auf organisatorischer Ebenen können es sich 21 Frauen (16,7%) vorstellen, Mamanet zu unterstützen, 85 (67,5%) nicht und 20 (15,9%) machten keine Angabe. Nur 15 der Befragten (11,9%) möchten gerne Schiedsrichterin werden, die große Mehrheit (74,6%) hingegen möchten das nicht. Interessanterweise besteht ein mittlerer Zusammenhang zwischen denen, die Trainerin werden wollen und sich vorstellen können Funktionärin zu werden ($p < 0,001$, $r = 0,689$), Mamanet auf organisatorischer Ebene zu unterstützen ($p < 0,001$, $r = 0,519$) oder auch Schiedsrichterin ($p < 0,001$, $r = 0,629$) zu werden.

Das eher geringe Interesse, andere Funktionen als die der Spielerin bei Mamanet einzunehmen, kann mit den Teilnahmegründen erklärt werden. Die häufigsten Gründe waren Spaß und Freude am gemeinsamen Sporttreiben, der Teamgeist und der Zusammenhalt zwischen den Frauen. Es gab keine Aussagen bei den Gründen zur Teilnahme bezüglich Aufstiegs- oder Ausbildungschancen oder aufgrund einer Karriere im Sport. Die befragten Frauen haben am ehesten Interesse am Wettkampfsport teilzunehmen oder Trainerin zu werden, wahrscheinlich, weil diese auch die greifbarsten Möglichkeiten darstellen. Damit

Mamanet in Österreich weiterhin wachsen kann, bedarf es sicher mehrerer Mitglieder, die das Projekt als Funktionärinnen und auf organisatorischer Ebene unterstützen. Dafür muss bei den Teilnehmerinnen Werbung gemacht und ihnen die positiven Seiten einer weiteren Funktion bei Mamanet aufgezeigt werden.

5.5.7. Bewertung der Trainerinnen

Die Bewertung der Trainerinnen war bereits Teil der ersten Evaluierung und ist auch aktuell ein wichtiger Punkt, um das Training für Frauen zu optimieren beziehungsweise die Ausbildung der Trainerinnen an die Bedürfnisse der Frauen anzupassen. Zur Bewertung wurde wieder eine fünfstufige Ratingskala von „trifft sehr zu“ bis „trifft gar nicht zu“ gewählt, mit welchen acht verschiedenen Eigenschaften des Trainings und der Trainerin überprüft wurden.

Die erste Frage bezieht sich darauf, wie sehr die Teilnehmerinnen ihre Trainerin schätzen. Sie wurde von 92 Frauen (79,3%) mit der stärksten Zustimmung bewertet. Weitere 13 Teilnehmerinnen (11,2%) schätzen ihre Trainerin „eher“ sehr, sieben (6,0%) „mittel“. Vier Frauen (3,4%) gaben an, ihre Trainerin nicht zu schätzen. Es kann somit behauptet werden, dass der Großteil der Teilnehmerinnen von ihrer Trainerin Wertschätzung erfährt.

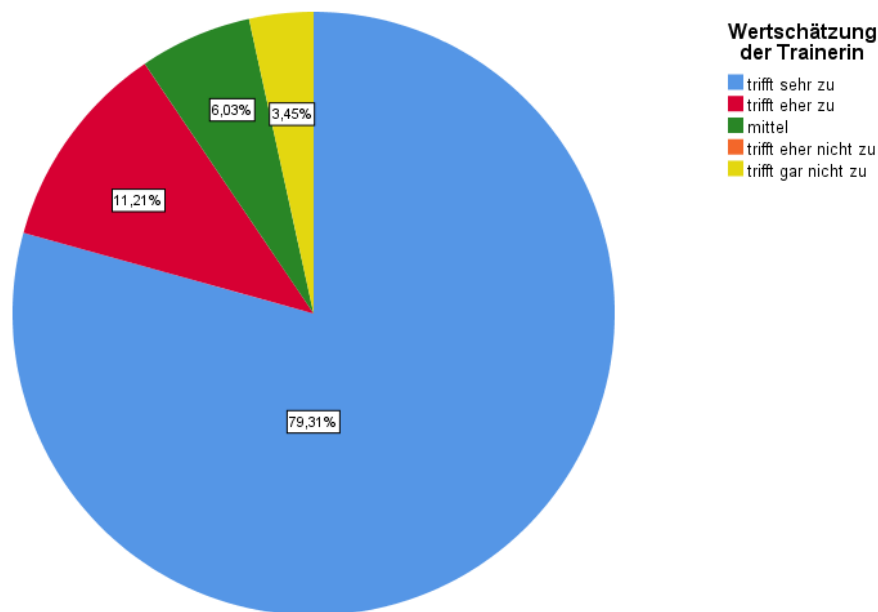


Abbildung 6 Wertschätzung der Trainerin

Unter 116 Antworten empfinden 94 Frauen (81,0%), dass im Training sehr viel gelacht wird. Elf Spielerinnen (9,5%) stimmen dem „eher zu“ und sieben (6,0%) „mittel“. Auf nur jeweils zwei der Befragten (1,7%) trifft diese Behauptung „eher nicht“ oder „gar nicht zu“. Da sich Mamanet nicht am Wettkampf orientiert, sondern vor allem Frauen für den Sport an sich begeistern

möchte, ist Lachen ein wichtiger Bestandteil des Trainings und wird als Ausdruck der Freude und des Wohlbefindens geschätzt.

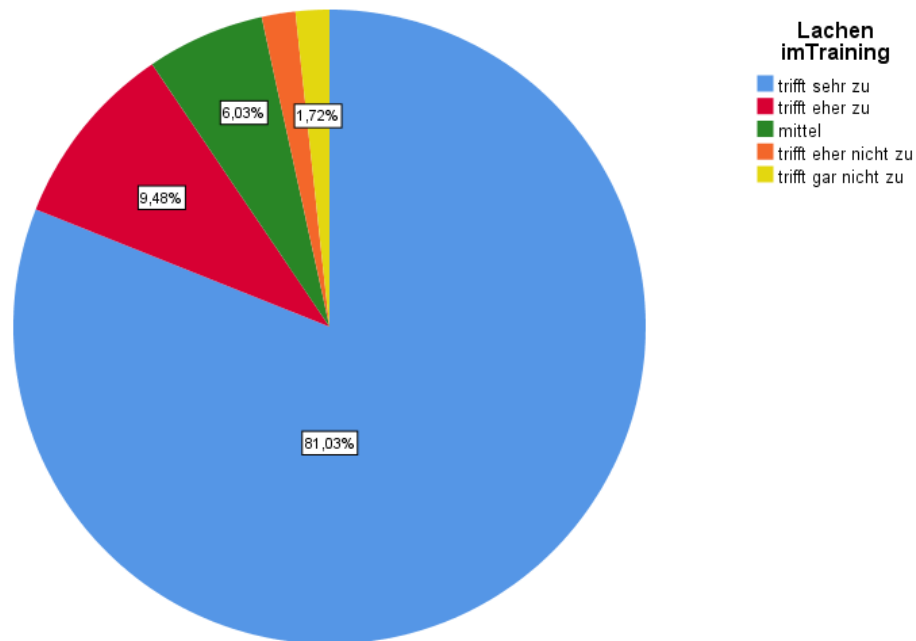


Abbildung 7: Lachen im Training

Die dritte Frage zielt darauf ab, ob sich die Trainerin für die Probleme der Teilnehmerinnen interessiert. 63 Frauen (55,3%) meinen, dass sich ihre Trainerin sehr, weitere 30 (26,3%), dass sie sich eher für ihre Probleme interessiert. 14 Spielerinnen (12,3%) stimmen mittel zu und ein kleiner Anteil von sieben Personen (3,5%) eher nicht oder gar nicht (2,6%). Je nach Beziehung zwischen Trainerin und Spielerinnen sind diese Antworten anders zu interpretieren, da nicht alle Frauen ihre Probleme ihrer Trainerin anvertrauen möchten, dennoch ist Interesse an den Problemen der Spielerinnen von Seiten der Trainerin ein Zeichen der Empathie und des Verständnisses.

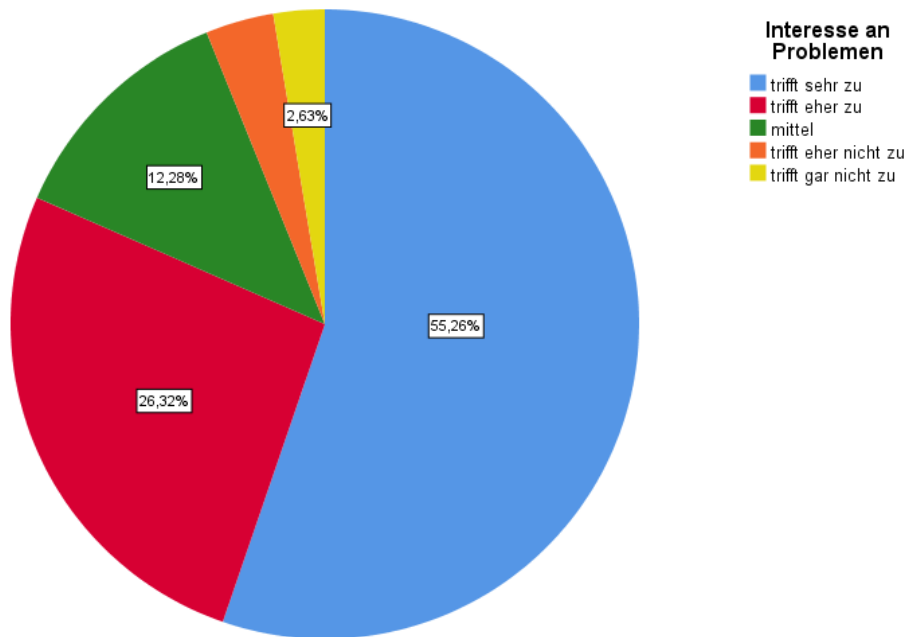


Abbildung 8: Interesse an Probleme

Beim Training steht laut Angaben der Spielerinnen bei 54,3% der Trainerinnen der Spaß stark im Vordergrund, bei weiteren 22,4% eher. 17 Damen (14,7%) meinten, dass der Spaß eher eine mittlere Rolle im Training spielt. Für sechs Teilnehmerinnen (5,2%) steht der Spaß eher im Hintergrund und vier (3,4%) meinen, dass Spaß gar keinen Raum im Training einnimmt. Ähnlich wie bei der Frage nach dem Lachen im Training soll auch der Spaß und die Freude in den Trainings nicht zu kurz kommen. Trainerinnen sollten ihre Einheiten nicht zu sehr wettkampforientiert gestalten, da die Frauen Cachibol freiwillig und als Hobby betreiben.

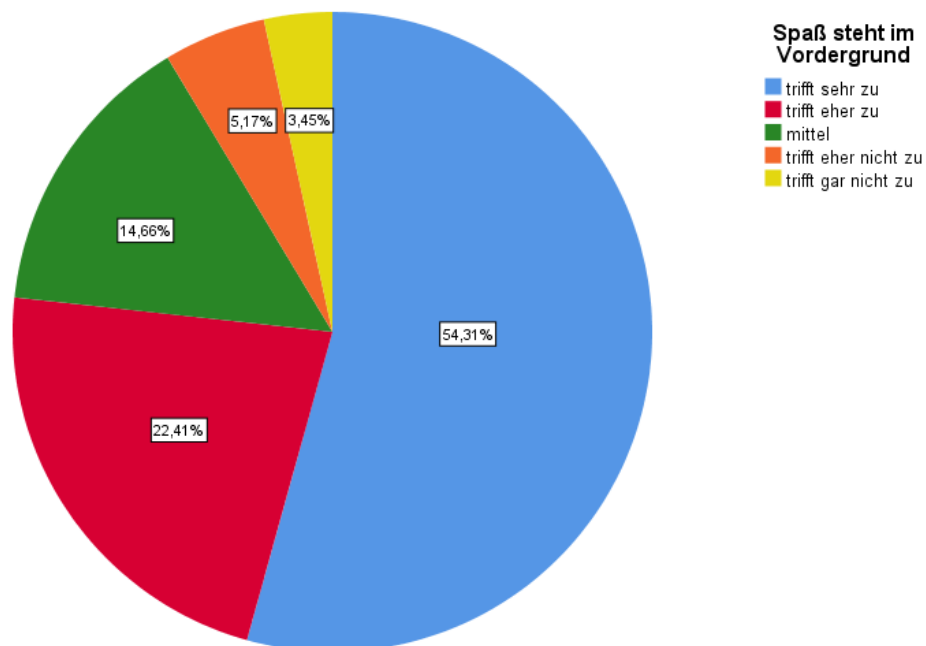


Abbildung 9: Spaß im Training

Eine starke Zustimmung findet die abwechslungsreiche Gestaltung des Trainings, die von 62,1% sehr positiv bewertet wird und für weitere 23,3% „eher“ zutreffend ist. Zwölf Teilnehmerinnen (10,3%) empfinden ihr Training als mittelmäßig. Mehr Abwechslung wünschen sich insgesamt fünf Frauen, wobei drei (2,6%) das Training „eher nicht“ und zwei (1,7%) als „gar nicht“ abwechslungsreich wahrnehmen. Zur Trainingsgestaltung fanden sich einige weitere Angaben in den offenen Antworten.

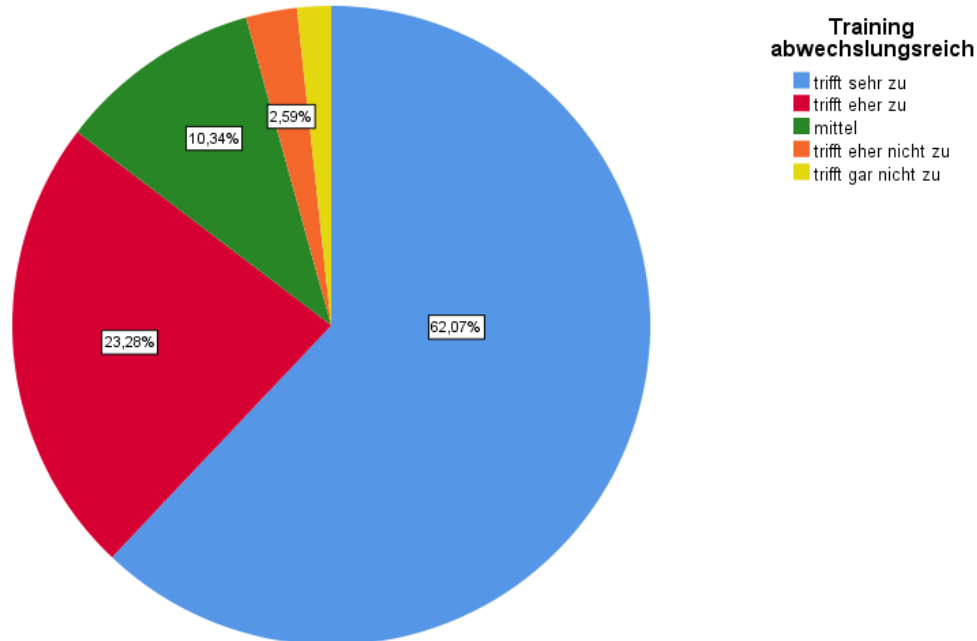


Abbildung 10: Abwechslungsreiches Training

Für 40 der Befragten (34,5%) verlangt die Trainerin von den Spielerinnen im Training viel, für 32 Frauen (27,6%) „eher“ viel. Ein Viertel sieht die Anforderungen als „mittel“ an, acht Personen (6,9%) stimmen „eher nicht“ und sieben (6,0%) „gar nicht“ zu, dass ihnen im Training viel abverlangt wird. Bei dieser Frage waren die Antworten am unterschiedlichsten, einige Wünsche gehen einher mit den Verbesserungsvorschlägen für die Trainingsgestaltung. Mamanet spricht trotz der klar definierten Zielgruppe eine heterogene Gruppe von Frauen an, die unterschiedliche Erfahrungen mitbringen und demnach Anforderungen und Ansprüche in den Trainings unterschiedlich wahrnehmen.

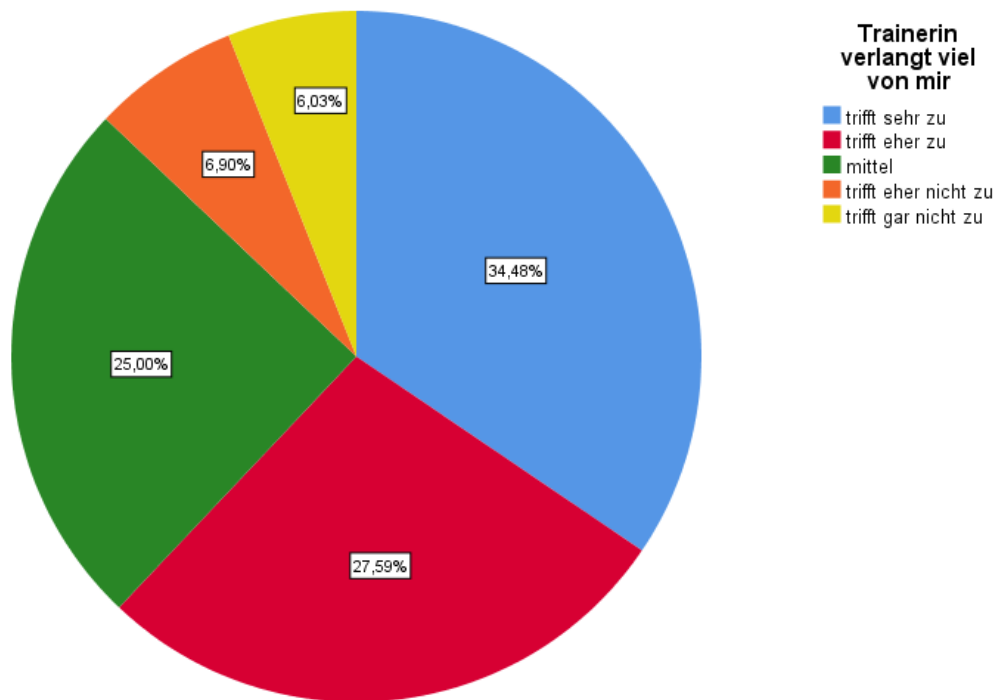


Abbildung 11: Ansprüche Training

Mehr als die Hälfte der Teilnehmerinnen, die sich zu dieser Frage äußerten (53,5%), würden als Trainerin genauso wie ihre jetzige Trainerin arbeiten. 24 Frauen (21,1%) stimmen dem eher zu und 15 Frauen (13,2%) wollen sich weder dafür noch dagegen entscheiden. Sechs Spielerinnen (5,3%) würden „eher“ anders und acht (7,0%) anders als ihre derzeitige Trainerin arbeiten. Ebenso wie bei der vorherigen Frage waren sich die Teilnehmerinnen nicht so einig und würden wahrscheinlich aufgrund ihrer unterschiedlichen Voraussetzungen und Vorerfahrungen „eher“ schon oder „eher nicht“ so wie ihre jetzige Trainerin arbeiten.

Die letzte Frage bezüglich der Trainerinnen bezog sich darauf, ob Teilnehmerinnen befragt werden, wie es ihnen geht. Die Frage wurde von 97 Teilnehmerinnen beantwortet, und trifft auf 37 Spielerinnen (38,1%) „sehr zu“ und auf 28 (28,9%) „eher zu“. 17 Frauen meinen (17,5%) mittel von ihrer Trainerin nach ihrem Befinden gefragt zu werden, elf (11,3%) „eher nicht“ und vier (4,1%) „gar nicht“. Meiner Meinung nach ist es besonders wichtig, sich als Trainerin über das Wohlbefinden der Spielerinnen vor jedem Training zu erkundigen, um die Einheit an die Bedürfnisse und Verfassungen der Spielerinnen anpassen zu können. Es ist ebenso ein Zeichen von Empathie und Verständnis für die unterschiedlichsten Umstände und Situationen der Frauen, wenn man sie fragt, wie es ihnen geht.

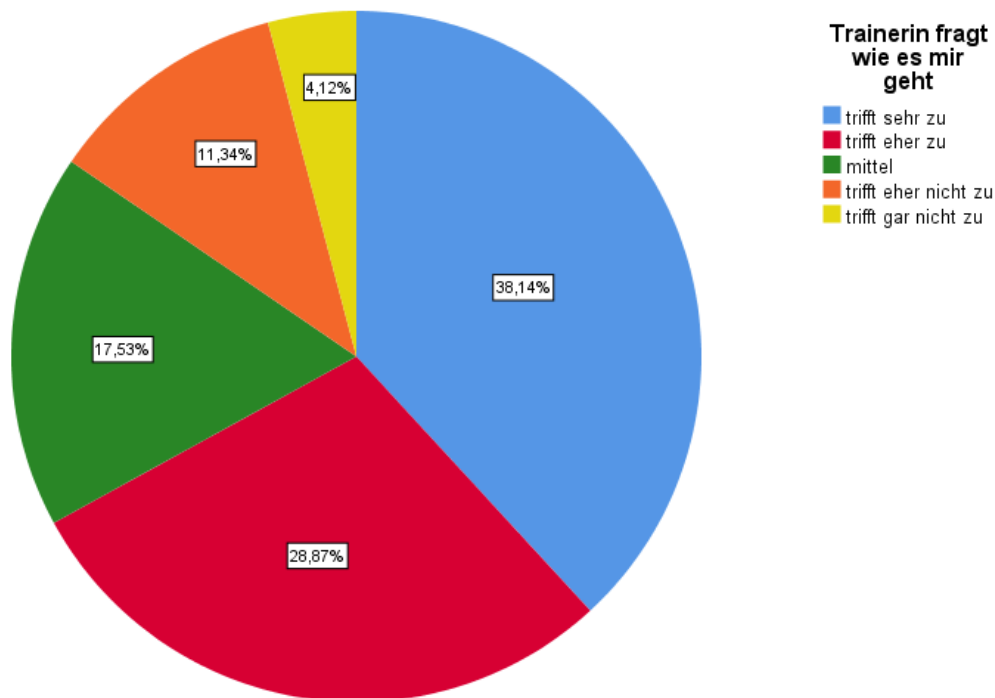


Abbildung 12: Fragen nach Wohlbefinden

Abschließend kann aus den Ergebnissen der Bewertung der Trainerinnen geschlossen werden, dass die Spielerinnen Großteils sehr zufrieden sind. Vor allem schätzen sie ihre Trainerinnen und es wird viel im Training gelacht. Eventuell könnten die Trainerinnen ihr Training noch abwechslungsreicher gestalten, sodass der Spaßfaktor noch mehr zu tragen kommt, aber auch einfühlsamer den Spielerinnen gegenüber werden und sie mehr nach ihrem Befinden fragen. Ähnliches geht auch aus den offenen Fragen hervor, bei denen die Befragten noch Angaben dazu machen konnten, was sie als Trainerin anders machen würden. Sechs Frauen meinten, dass „alles gut“ wäre und sie nichts anders machen würden. Zwei Teilnehmerinnen sind scheinbar selbst Trainerinnen, eine davon ist sehr stolz auf ihr Panthers-Team und die andere meint, sie mache „viele so wie es [ihre] Trainerin gemacht hat“. Zu den Verbesserungswünschen zählen „Musik auflegen“ und eine abwechslungsreichere Trainingsgestaltung, die mit folgenden Äußerungen beschrieben werden:

- *öfters trainieren, nicht nur immer Angriff üben, auch andere Dinge so wie Verteidigung, der Trainer sollte nicht auch Spieler im Team sein*
- *Die Spieler beim Training individuell zusammenstellen, damit auch im Training ein richtiges Spiel zustande kommen kann und andere (nicht Liga-Spieler) auch die Chance haben weiter aufzusteigen*
- *Die Spielerinnen mehr fördern, neue Taktiken und Techniken, das Team mehr motivieren*
- *Ich wäre strenger und mehr sportfokussiert*

Aus diesen Aussagen geht hervor, dass sich die Spielerinnen noch mehr Techniktraining und ein stärker sportfokussiertes Training wünschen, um sich auch verbessern zu können. Dies müsste in der Trainerausbildung ausführlicher behandelt werden, sodass die Trainerinnen ein größeres Repertoire an Übungen mitbekommen. Eine Teilnehmerin merkte den Wunsch an, ihre Trainerin möge mehr persönlichen Kontakte aufbauen, eine andere wünscht sich mehr Zeit, was wiederum den sozialen Aspekt des Trainings und die Wertschätzung der Spielerinnen anspricht.

Die Befragten bekamen außerdem noch die Möglichkeit, sich über ihre Trainerin zu äußern, wobei diese Antworten äußerst positiv ausfielen. Acht Frauen wollen einfach nur Danke sagen, eine hebt besonders hervor „durch sie sind wir ein wir“. Zwei Spielerinnen meinten, dass alles wunderbar ist. Drei Frauen sagten: „Sie macht das spitze!“, zwei schrieben „Ich liebe meine Trainerin“ und zwei andere „Das Spielen mach Spaß mit ihr“.

Teilnehmerinnen äußern sich auch über das Bemühen und Engagement ihrer Trainerinnen wie folgt:

- *Sie bemüht sich wirklich für jeden einzelnen*
- *Engagiert, ehrgeizig, fair, motiviert und bewundernswert, dass man es mit so vielen Frauen aushält*
- *Sie ist ein sehr herzlicher Mensch, der mit gutem Beispiel vorangeht und uns immer ein gutes Gefühl gibt*
- *Sie ist sehr geduldig, lieb und nett*
- *Sehr kompetent, einfühlsam, nett – Perfekt*

Auch der Motivationsfaktor ist für die Frauen eine wichtige Eigenschaft ihrer Trainerin. Drei Frauen meinen, dass ihre Trainerin besonders motivierend wirkt, eine Frau beschreibt ihre Trainerin im Hinblick darauf konkreter als „Trainerin mit langjähriger Volleyball- und Wettkampf-Erfahrung, ist immer super vorbereitet, immer freundlich und schafft es trotzdem alle zu max. Leistung zu motivieren“.

Einige Trainerinnen werden auch, durchaus im positiven Sinne, als fordernd beschrieben, was aus den folgenden Aussagen herauszulesen ist:

- *sie ist sehr einfühlsam und auch menschlich. verlangt viel, aber sieht auch die Grenzen einer jeden Mitspielerin*
- *Sie ist sehr professionell und erkennt an jeder Einzelnen das vorhandene Potenzial, das sie auch fördert und sofern die Spielerin auch bereit ist fordert, um eine persönliche Weiterentwicklung zu erlangen*
- *Sie fordert uns und das ist gut so*

Nur eine Spielerin meint, dass „das Training [...] für viele in Ordnung [ist], für mich zu wenig fordernd und sportlich“. Alle Spielerinnen gleich zu fordern und zu fördern, ist definitiv eine Herausforderung, der sich jede Trainerin stellt, die eine Gruppe leitet, in der sich Frauen mit unterschiedlichen Voraussetzungen befinden.

Drei Frauen drücken die Zufriedenheit mit ihrer Trainerin mit den Worten „sie ist die beste“ aus, was sich auf die menschliche und fachliche Ebene bezieht. Eine Frau hebt außerdem hervor, dass ihre Trainerin ihr beim Asylinterview geholfen hat.

Außerdem bemerkten noch Spielerinnen folgende Dinge an:

- *Danke, super gemacht! Sonst wäre keine von uns hier und ohne dich gäbe es bei uns kein Cachibol*
- *Sehr lebhaft und aktiv, sympathisch*
- *Ella Raiber ist eine tolle Frau und vergisst neben einem doch vorhandenen Leistungsanspruch nicht auf Spaß untereinander. Auch außerhalb von den Trainingseinheiten ist sie immer für uns da.*

5.5.8. Zukunft von Mamanet

Um Mamanet weiterführen, aber auch noch weiter verbessern zu können, wurden die Teilnehmerinnen der Evaluierung auch danach gefragt, was ihnen am besten an Mamanet gefällt und welche Änderungswünsche sie für die Zukunft haben. Diese Antworten sind besonders wertvoll, da sie aufzeigen, was besonders gut läuft, aber auch, woran man noch arbeiten muss, damit Mamanet in Zukunft die Rahmenbedingungen und Trainingsangebote für ihre Zielgruppe noch verbessern und dadurch noch mehr Frauen und Mütter ab 30 für Cachibol begeistern kann.

Die Antworten zur Frage, was den Spielerinnen besonders gut an Mamanet gefällt, können in neun Kategorien zusammengefasst werden, da sich mehrere Antworten in ihrer Aussage überdeckten. Die erste Gruppe umfasst die Ausbildungs- und Verdienstmöglichkeiten bei Mamanet. Eine Frau gab an, dass sie besonders gut findet, durch Mamanet etwas dazuverdienen zu können. Für eine andere Frau sind „die Chancen und Möglichkeiten aktiv zu werden als Trainerin oder Schiedsrichterin“ und „kostenlose bzw. günstige Weiterbildungsmöglichkeiten“ das Beste an Mamanet.

Die zweite Kategorie wird unter dem Begriff „Umgebung“ zusammengefasst. Dazu nannten die Frauen zum Beispiel die gute Energie und die familiäre Atmosphäre, die bei Mamanet herrschen. Außerdem schätzen sie die tolle Organisation und Kontinuität.

Zu den meistgenannten Begriffen zählen die Beziehungen zwischen den Frauen und die Freundschaften und Bekanntschaften, die durch Mamanet geschlossen werden konnten.

Sieben Frauen nannten diese Begriffe, für drei weitere ist die Gemeinschaft bei Mamanet besonders. Zwei Frauen beschrieben die Beziehungen als „Unkompliziertes Zusammensein mit netten Teilnehmerinnen“. Ebenfalls in diese Kategorie fallen Aussagen wie „Zusammenhalt, Fairness, tolles Team, tolle Führung; toller Verein“, „Austausch mit anderen Frauen“ oder „gemeinsame Aktivitäten außerhalb des Trainings (Kegeln, Weihnachtsfeier)“. Eine Spielerin hielt ihre Aussage eher allgemein und schätzt besonders „die Menschen und das Aufeinandertreffen bei den Spielen“. Eine andere ging konkret auf die beiden Frauen aus dem Office von Mamanet ein, denn für sie ist, „dass man Sissi und Chrissi immer kontaktieren konnte, dass sie immer einem weitergeholfen habe, egal, was man brauchte“, das Besondere an Mamanet.

In die nächste Kategorie fallen alle Aussagen zum Thema Mamanet als Frauenprojekt. Vier Frauen nannten „nur Frauen“ oder „Frauensache“ als besonders gute Eigenschaft von Mamanet. Eine weitere empfindet die „Wertschätzung extra für Frauen“ gut, was sinngemäß der Aussage „Frauen unterstützen Frauen → Zusammenhalt“ entspricht. In diesem Zusammenhang erwähnte eine Frau, dass „das Fördern von Müttern, die sonst vielleicht wenig oder keine Zeit für sich haben“ gut an Mamanet ist. In einer umfangreicheren Antwort wurde hervorgehoben,

dass es ein Projekt für Frauen ist, die keinen leichten Zugang zu Sport haben, dass Integration gelebt wird, dass jede Frau dabei sein kann und innerhalb kürzester Zeit mitspielen kann, dass jede Frau ihren Platz im Team hat und sich in ihrem eigenen Tempo entwickeln kann.

Der nächstgenannte Aspekt ist jener der Interkulturalität und integrativen Funktion von Mamanet. Fünf Frauen nannten „Frauen aus verschiedenen Nationalitäten/ Kulturen kommen zusammen“ und „Internationalität“ als besonders gute Eigenschaft von Mamanet. Ebenso, was wiederum mit dem reinen Frauenprojekt zusammenhängt, wurde angeführt, dass alle Frauen gleich und „alle eins“ sind. Zwei weitere Frauen nannten die Offenheit des Vereins als besonders positiv und eine weitere äußert, dass man durch Mamanet „Bürgerinnen ins Gemeindeleben integrieren“ kann.

Ein oft genannter positiver Aspekt von Mamanet, der von elf Frauen angeführt wurde, ist, dass Bewegung und Sport mit Spaß verbunden wird. Weitere sechs Frauen nannten Lachen und Spaß haben als charakteristisch für Mamanet. „Der Spirit und die Freude am Sport“ wurde ebenfalls von einer Frau genannt.

Eng damit zusammen hängt der Teamgeist, der ebenfalls von zwölf Frauen angemerkt wurde. Teil eines Teams zu sein und Sport im Team zu treiben, ohne dabei gewinnen zu müssen, wird von den Teilnehmerinnen sehr geschätzt. In diese Kategorie fallen auch Äußerungen wie „Mitglied eines Vereins zu sein“, „der gemeinsame Fokus am Spiel und miteinander wachsen“ und, dass „nicht die Leistung, sondern das Miteinander im Vordergrund“ steht.

Drei Frauen erwähnen immerhin auch das Wohlbefinden im eigenen Körper. Für eine Frau spielt der Gesundheitsaspekt, der bei Mamanet betont wird, eine Rolle, für zwei weitere bietet die Teilnahme eine „Möglichkeit, wertvolle Zeit für mich zu haben“ und „Abschalten vom Alltag“.

Der Sport an sich und auch die Möglichkeit zur Teilnahme am Wettkampf wird von gesamt zehn Frauen angemerkt. Fünf davon empfinden speziell Cachibol als Sportart gut, da man die Sportart schnell lernen kann. Außerdem merkt eine Teilnehmerin an, „dass es eine Sportart ist, die für uns ältere Frauen mit Kindern möglich ist und wir somit im Training bleiben.“ Eine weitere Aussage dazu lautet, „dass es für Mütter oder Frauen ab 30 ist und damit klar ist, dass es sich nicht um Profisportler handelt und man auch mit schlechter Kondition den Sport beginnen kann“. Eine weitere Spielerin sieht durch Cachibol die Möglichkeit, ihre Augen-Hand-Koordination zu trainieren. Von Spielerinnen aus dem Haus Damaris wird positiv bewertet, dass sie die Möglichkeit haben im Haus zu spielen. Die Wettkampfmöglichkeiten, die aber für niemanden verpflichtend sind, werden ebenfalls als gut empfunden.

Vier Frauen aus dem Inklusionsteam gaben an, rundum mit Mamanet zufrieden zu sein. Eine sehr ausführliche Stellungnahme umfasst alle genannten Kategorien, denn Mamanet sei

„endlich ein Sport für Mütter und Frauen! Religions- und Grenzen übergreifend! Über den Sport lassen sich leichter Kontakte in andere Kulturkreise knüpfen, durch die Wettkämpfe wird Frau zur Leistungssteigerung motiviert, viele Krankheiten können dadurch verhindert werden: Adipositas, Diabetes, Hochdruck, Metabol. Syndrom, Depression“

Abschließend ist anzumerken, dass viele der zuerst eruierten Gründe für die Teilnahme an Mamanet sich am Ende bei der Frage, was die Spielerinnen besonders gut an Mamanet finden, wiederholten. Dadurch wird bestätigt, dass Mamanet seine Ziele verfolgt und seine Werte auch erfolgreich vermitteln kann, die dann als positiv und bereichernd von den Teilnehmerinnen aufgenommen werden.

6. Schlussfolgerungen

Ich bin der Meinung, dass diese Evaluierung zu einem besseren Verständnis der Arbeit vom Verein „Mamanet“ beiträgt und die Fragen nach der Erreichung der Ziele des Vereins, der Veränderungen bei den Teilnehmerinnen durch Mamanet und die Zufriedenheit der Teilnehmerinnen mit dem Projekt und ihren Trainerinnen beantwortet.

Die Ergebnisse der Umfrage zeigen, dass Mamanet im Sinne des israelischen Vorbildvereins und deren Grundlagen, die sportliche Aktivität und Gesundheit von Frauen zu fördern, handelt. Das führt zur Erweiterung ihres sozialen Netzwerkes und zur Verbesserung der Beziehung zu ihren Kindern und stärkt die Gemeinschaft innerhalb der Teilnehmenden.

Wie im theoretischen Teil der Arbeit beschrieben, bestätigen Studien (Pfister, 2010a, EU Kommission 2018, BSO, 2019), dass Männer immer noch sportlich aktiver sind als Frauen. Außerdem gibt es in Österreich weniger Nichtsportler und Nichtsportlerinnen als im EU-Durchschnitt (Zellmann & Mayrhofer, 2010). Da der Sport die Gesellschaft reflektiert, aus der er hervorgeht, und diese einen großen Einfluss auf die Sportausübung hat, steht Sport auch in engem Zusammenhang mit den Rollenerwartungen dieser Gesellschaft. Der Sport hat aber auch die Möglichkeit, diese Rollen aufzubrechen, was auch notwendig ist, um eine Gleichheit der Geschlechter zu erreichen. Programme wie Mamanet, die auf die speziellen Bedürfnisse einer Gruppe eingehen, sind unabdingbar, wenn es darum geht, diese Gleichheit zu erreichen. Wie aus der Theorie hervorgeht, können Frauenprojekte nach wie vor zur Verbesserung der Möglichkeiten von Frauen in der Sportwelt beitragen und ein Bewusstsein bei Frauen für die Vorteile der sportlichen Betätigung schaffen, zu denen unter anderem der gesundheitliche Aspekt, aber auch die positive Auswirkung auf die Psyche zählen. Aus den Ergebnissen der Umfrage wird ersichtlich, dass auch tatsächlich ein Großteil der Frauen aus Freude an der Bewegung und wegen dem Spaß im Training an Mamanet teilnimmt, was wiederum für den positiven Einfluss des Sports auf die Stimmung spricht.

Es wurde auch angesprochen, dass Sport eine sozialintegrative Funktion hat (Becker & Härnig, 2012), welche ebenfalls stark in der empirischen Untersuchung zu Tragen kommt. Viele der Befragten schätzen die sozialen Aspekte des Projekts, vor allem die Beziehungen zwischen den Teilnehmerinnen aber auch mit den Trainerinnen. Dazu zählt besonders der Teamgeist, der von Mamanet vermittelt wird und den Frauen das Gefühl gibt, einen Beitrag zur Gruppe leisten zu können. Die Werte wie Respekt, Toleranz, Fairness und Gleichheit, die Lemke (2014) beschreibt, haben bei Mamanet also einen hohen Stellenwert und werden auch von den Teilnehmerinnen geschätzt. Viele Teilnehmerinnen konnten durch Mamanet ihren Bekanntenkreis vergrößern und fühlen sich auch wohler „in ihrer Haut“, da alle Frauen im Verein gleichgestellt sind und das Gemeinsame im Vordergrund steht.

Auch die Bereiche der Integration, die Kleindienst-Cachay (2007) beschreibt, finden sich bei Mamanet wieder, da Teilnehmerinnen angaben, ihr Deutsch durch Mamanet verbessern zu können, sozial integrierter sind in der österreichischen Gesellschaft, sich persönlich weiterentwickelt haben und auch politisch-rechtlich in einer besseren Situation zu sein. Das bedeutet: Mamanet leistet einen wichtigen Beitrag zur Integration benachteiligter Gruppen, vor allem bei der Gruppe der Migrantinnen, die sehr heterogen und oft beschränkt in ihren Möglichkeiten zur Teilnahme am sportlichen Geschehen ist. Dies geht aus der empirischen Untersuchung hervor, da vor allem Frauen mit Migrationshintergrund Großteils keine sportlichen Vorerfahrungen vor Mamanet gesammelt haben und durch Mamanet den Einstieg in den Sport geschafft haben. Wie beschrieben befürwortet der Islam generell den Sport für beide Geschlechter (Dahl, 2017), die Evaluierung fragte jedoch nicht konkret nach dem Religionsbekenntnis der Teilnehmerinnen. Aus persönlicher Erfahrung beim Probetraining und aus Erzählungen der Leiterinnen ist bekannt, dass einige Frauen durch Mamanet das Kopftuch beim Sport abnehmen. Außerdem beschreiben Walseth und Fasting (2003), die starke Verbindung zwischen Religion und Sportausübung. Es wäre interessant bei einer erneuten Evaluierung nach der Religion zu fragen, um aussagekräftige Schlüsse ziehen zu können, inwiefern die Religion die sportliche Betätigung der Frauen beeinflusst.

Respekt und Inklusion verschiedener Kulturen ermöglichen eine Balance zwischen den Geschlechtern und den Kulturen im Sport. Hier kommt wieder der Aspekt der Intersektionalität zum Tragen, denn mehrere Merkmale tragen dazu bei, ein offeneres und gleichbehandelndes Umfeld im Sport zu schaffen, welches allen Menschen eine Teilnahme ermöglicht. Unter Berücksichtigung der statistischen Ergebnisse kann angenommen werden, dass Mamanet einen Beitrag dazu leistet, diese Ziele der EU auch zu erreichen.

Mamanet ermöglicht es, Frauen verschiedener Herkunft, von denen zwar einige in der Jugend Ballsporterfahrung gesammelt haben, aber alle mit zunehmendem Alter weniger sportlich aktiv waren, Sport in einem Team zu betreiben. Die Ergebnisse zeigen, dass unabhängig von der Sportart, Zusammenhänge in den verschiedenen Altersgruppen bestehen und es notwendig ist, Mädchen die Chance zu geben Sport zu treiben und ihr Interesse für Sport zu wecken, damit sie dem auch als Erwachsene weiter nachgehen können.

Die Ergebnisse zeigen ebenfalls, dass Mamanet die Rahmenbedingung bereits sehr gut an die Bedürfnisse der Frauen angepasst hat, da die durchschnittliche Anfahrtszeit zum Training sehr kurz ist und auch einmal pro Woche ein Training stattfindet. Dennoch, das bisher Erreichte ist noch ausbaufähig wie die Aussagen der Teilnehmerinnen beweisen. Sie wünschen sich mehr Training und auch vermehrt Kinderbetreuung an den Standorten.

In Bezug auf die Veränderungen von Frauen durch Mamanet gehen aus der Evaluierung leider keine eindeutigen Ergebnisse hervor. Dies kann darauf zurückzuführen sein, dass die

Teilnehmerinnen möglicherweise noch nicht so lange bei Mamanet trainieren und daher bisher noch keine starken Veränderungen feststellen können. Bei einer erneuten Evaluierung müsste genauer auf die persönliche und gesellschaftliche Situation der Teilnehmerinnen vor und nach Mamanet eingegangen werden, um klarere Ergebnisse und eine bessere Interpretation zu sichern.

In Zukunft könnte der Verein noch mehr Werbung machen für die verschiedenen Funktionen, die die Frauen einnehmen können, um noch mehr freiwillige Mitarbeiterinnen zu bekommen und dadurch zu wachsen. Die Ergebnisse zeigen auch, dass noch weiter an der Trainer/innenaus- und -weiterbildung gearbeitet werden muss, um den Teilnehmerinnen ein abwechslungsreicheres und sportfokussierteres Training zu ermöglichen. Je nach Erfahrungen und Bedürfnissen der Trainerinnen könnten verschiedene Schwerpunkte in den Weiterbildungen gesetzt und/oder Workshops zu verschiedenen Themen der Trainingsgestaltung angeboten werden.

Trotz der Restriktionen der Studie und offengebliebener Fragen bin ich der Meinung, dass diese Evaluierung sehr wohl deutlich macht, welchen erheblichen Beitrag Mamanet zur Sportbeteiligung von Frauen unterschiedlicher Herkunft und sozialer Hintergründe leistet und im Sinne des israelischen Vorbildes und auch im Sinne des Antrags der EU zur Gleichstellung der Geschlechter im Sport handelt. Mamanet bietet den Frauen Möglichkeiten zur Wettkampfteilnahme und zur Aus- und Weiterbildung, wodurch sich auch Verdienstmöglichkeiten ergeben. Außerdem schafft der Verein eine Umgebung zum Wohlfühlen und Entfalten und stärkt die Beziehung unter den Frauen und den Teamgeist. Mamanet ist ein einzigartiges Frauenprojekt, welches Integration und Internationalität fördert und in Zukunft noch mehr Frauen erreichen soll.

7. Literaturverzeichnis

7.1. Gedruckte Quellen

- Abramovich, O. (2015). Mamanet: A huge social-sportive project for women. *CSIT News*, 1(16), 5-9.
- Alley, T.R., & Hicks, C.M. (2005). Peer attitudes towards adolescent participants in male- and female-oriented sports. *Adolescence* 40(158), 273-280.
- ARGE Sport und Integration (2016). *Interkulturelle Kompetenz im Sport*. Wien: ARGE Sport und Integration.
- Bahlke, S., & Kleindiesnt-Cachay, C. (2017). Migrantinnen und Migranten im organisierten Sport. In: C. Sobiech & S. Günter (Hrsg.), *Sport and Gender – (inter)nationale sportsoziologische Geschlechterforschung – Theoretische Ansätze, Praktiken und Perspektiven* (Geschlecht und Gesellschaft 59). Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden Imprint: Springer VS.
- Baumann, H. (2007). Bewegung, Spiel und Sport im Seniorenalter – ein breites Integrationsfeld. In A. Horn und J. Keyßner (Hrsg.), *Sport integriert integriert Sport*. Gmünd: Pädagogische Hochschule Schwäb.
- Becker, S., & Härnig, A. (2012). Soziale Integration durch Sport? Eine empirische Analyse zum Zusammenhang von Sport und sozialer Integration. *Sportwissenschaft* 42(2), 261-270.
- Beckers, E. (o.D.). Bewegungskultur – Kultur und Bewegung. Sport und kulturelle Entwicklung, 10-39.
- Benn, T., Pfister, G., & Jawad, H. (2010). *Muslim women and sport*. London: Routledge.
- Breuer, C. (Hrsg.). (2009). Sportentwicklungsbericht 2007/2008. Analyse zur Situation der Sportvereine in Deutschland. Köln: Sportverlag Strauß.
- Bryson, L. (1987). Sport and the Maintenance of Masculine Hegemony. In: S. Birrell & C. L. Cole (Hrsg), *Women, Sport, and Culture* (S. 47-64). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Burrmann, U. (2014). Integration aus (Sport-)soziologischer Perspektive. In: DOSB (Hrsg.). *Expertise. Diversität, Inklusion, Integration und Interkulturalität*. DOSB: Frankfurt.
- Butler, J. (1999). *Gender Trouble*. New York: Routledge.
- Craft, L.L., & Perna, F.M. (2004). The benefits of exercise for the clinically depressed. *Primary Care Companion Journal of Clinical Psychiatry* 6(3), 104-112.
- Dahl, D. (2017). Moderne Sportpraktiken und das islamische Körperkonzept. In: C. Sobiech & S. Günter (Hrsg.), *Sport and Gender – (inter)nationale sportsoziologische Geschlechterforschung – Theoretische Ansätze, Praktiken und Perspektiven* (Geschlecht und Gesellschaft 59). Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden Imprint: Springer VS.
- Darlison, E. (2000). Geschlechterrolle und Sport. *Der Orthopäde*, 11, 957-968.
- Deutscher Sportbund. (2004). *Sport und Zuwanderung - Grundsatzerklärung des Deutschen Sportbundes und seiner Mitgliedsorganisationen*. Mainz: Kunze und Partner.
- Doderer Y.P., Kortendiek B. (2008). Frauenprojekte: Handlungs- und Entwicklungsräume feministischer Frauenbewegungen. In: Becker R., Kortendiek B. (eds.), *Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung*. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Dworkin, S.L. (2001). „Holding Back“: Negotiating a glass ceiling on women’s muscular strength. *Sociological Perspectives* 44(3), 333-350.
- Erlinghagen, M. (2003). *Wer betreibt Sport im geteilten und vereinten Deutschland? Eine quantitative Analyse sozio-ökonomischer Determinanten des Breitensports*. Gelsenkirchen: Institut Arbeit und Technik.
- Europäische Kommission. (2015). *Eurobarometer – Gleichbehandlung von Männern und Frauen*. Europäische Union.
- Farb, A.F., & Matjasko, J.L. (2012). Recent advance in research on school-based extracurricular activities and adolescent development. *Development Review*, 32(1), 1-48.

- Feldmann, A., & Matjasko, J.L. (2005). The role of school-based extracurricular activities in adolescent development: A comprehensive review and future directions. *Review of Educational Research* 75(2), 159-210.
- Hardin, M., & Antunovic, D. (2016). Women, Media, and Sport. In E.J. Staurowsky (Hrsg.). *Women and Sport – Continuing a Journey of Liberation and Celebration*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Hargreaves, J. (2007). Sport, exercise, and the female Muslim body: Negotiating Islam, politics and male power. In: J. Hargreaves, & P. Vertinsky (Hrsg.), *Physical culture, power, and the body*. London: Routledge.
- Haut, J., & Emrich, E. (2011). Sport für alle, Sport für manche – Soziale Ungleichheiten im pluralisierten Sport. *Sportwissenschaft*, 41(4), 215-326.
- Heckmann, F. (1997). Integration und Integrationspolitik in Deutschland. *Efms Paper* 11, 1-8.
- Hildebrandt, E. (2000). Bildung als Ausformung von Kulturkompetenz. In: H. Scherer & Symposium anlässlich der Emeritierung von Prof. Dr. Eberhard Hildenbrandt 1998 Ebsdorfergrund-Rauischholzhausen (Hrsg.), *Kultur - Sport - Bildung: Konzepte in Bewegung*. Hamburg: Czwalina.
- Hitzler, R. (1991). Ist Sport Kultur? *Zeitschrift für Soziologie* 20(6), 479-487.
- Kleindienst-Cachay (2007). *Mädchen und Frauen mit Migrationshintergrund im organisierten Sport*. Hohengehren: Baltmannsweiler.
- Koca, C., & Hacısoftaoglu, I. (2010). Sport participation of women and girls in modern Turkey. In: T. Benn, G. Pfister, & H. Jawad (Hrsg.), *Muslim women and sport*. London: Routledge.
- Krane, V., Choi, P.Y.L., Baird, S., Aimar, C.M., & Kauer, K.J. (2004). Living the paradox: Female athletes negotiate femininity and masculinity. *Sex Roles*, 50(5), 315-329.
- Lemke, W. (2014). Nachhaltigkeit im Sport für eine bessere Welt. In: A. Hildebrandt (Hrsg.), *CSR und Sportmanagement – Jenseits von Sieg und Niederlage: Sport als gesellschaftliche Aufgabe verstehen und umsetzen*. Berlin Heidelberg: Springer Verlag.
- Lüders, C. (2014). Antidiskriminierung im Sport. In: A. Hildebrandt (Hrsg.), *CSR und Sportmanagement – Jenseits von Sieg und Niederlage: Sport als gesellschaftliche Aufgabe verstehen und umsetzen*. Berlin Heidelberg: Springer Verlag.
- Luhmann, N. (1985). *Soziale Systeme*. Frankfurt/M.: Suhrkamp.
- Mamanet Austria. (2019). Status Mamanet. April 2019.
- Messner, M.A. (1988). Sports and Male Domination – The Female athlete as a Contested Ideological Terrain. *Sociology of Sport Journal*, 5, 197-211.
- Messner, M.A. (2007). Introduction. *Out of Play – Critical Essays on Gender and Sport*. Albany, NY: State University of New York Press.
- Miner, M.J. (1993). Women in sport – a reflection of the greater society?. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 64(3), 44-48.
- Lopiano, D. (1984). A political analysis of the possibility of impact alternatives for the accomplishment of feminist objectives within American intercollegiate sport. *Arena Review*, 8(2), 49-61.
- LTSA. (2017). CSIT World Sports Games 2017 in Riga. *CSIT News*, 1(18), 4-9.
- Pfister, G. (2002). Vorwort. In G. Pfister (Hrsg.). *Frauen im Hochleistungssport*. Hamburg: Czwalina.
- Pfister, G. (2010a). Women in Sport – Gender relations and future perspectives. *Sport in Society*, 13(2), 234-248.
- Pfister, Gertrud. (2010b). Women and sport in Islamic countries. *Forum for Idræt*, 1, 35-49.
- Rulofs, B. & Dahmen, B. (2010). Gender und Diversity im Sport – Konkurrenz oder Verstärkung? *GENDER – Zeitschrift für Geschlecht, Kultur und Gesellschaft*, 2(10), 41 – 55.
- Rulofs, B. (2014). Diversität und Diversitäts-Management – Auslegungen der Konzepte für die Entwicklung von Sportorganisationen. In DOSB (Hrsg.). *Expertise. Diversität, Inklusion, Integration und Interkulturalität*. DOSB: Frankfurt.
- Speiser-Havel, E. (2019). Konzept und Zwischenbericht April 2019.
- Speiser-Havel, E., & Stefanski, E. (2019). Konzept Referat für Sozial- und Integrationsprojekte. März 2019.

- Staurowsky, E.J. (2016a). Title IX and Beyond: The Influence of the Civil Rights and Women's Movements on Women's Sports. In E.J. Staurowsky (Hrsg). *Women and Sport – Continuing a Journey of Liberation and Celebration*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Staurowsky. (2016b). Women's Sport in the 21st Century. In E.J. Staurowsky (Hrsg). *Women and Sport – Continuing a Journey of Liberation and Celebration*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Schaaf, D., & Nieland, J.-U. (2011). „Medienpräsenz von Sportlerinnen – Emanzipation oder Sexualisierung?“. *Aus Politik und Zeitgeschichte*, 18. April 2011, 15-20.
- Thiel, A., Seiberth, K. & Mayer, J. (2013). *Sportsoziologie – Ein Lehrbuch in 13 Lektionen*. Aachen: Meyer & Meyer.
- VIDC – Vienna Institute for International Dialogue and Cooperation (Hrsg. 2012): "Inclusion of Migrants in and through Sports". *SPIN – Sport Inclusion Network*.
- Walseth, K., & Fasting, K. (2003). Islam's View on Physical Activity and Sport. *International Review for the Sociology of Sport* 38(1), 45-60.
- Willis, P. (1982). Women in Sport in Ideology. In S. Birrell & C. L. Cole (Hrsg), *Women, Sport, and Culture* (S. 31-45) Champaign, IL: Human Kinetics.
- Witosznyskyj, C. (2014). *Evaluation der Pilotphase "Sport und Integration" (2011-2013)*. Wien: Institut für Kinderrechte und Elternbildung.
- Zellmann, P., & Mayrhofer, S. (2010). *Forschungstelegram: So sportlich ist Österreich: Die Sportausübung im Europa- und Bundesländer-Vergleich*. Wien: IFT Institut für Freizeit- und Tourismusforschung.

7.2. Elektronische Quellen e bitte in Litliste integrieren, da man im Text ja nicht erkennen kann, was was ist – wens keine Lit ist, dann in Fußnote ...

- Brekke, K. (11.05.2015). WNBA Skylar Diggins: You can be both a beauty and a beast. *HuffPost*. Zugriff am 05.08.2019 unter https://www.huffpost.com/entry/skylar-diggins-model_n_7244930
- Bundes-Sportorganisation (2019). Zugriff am 16.08.2019 unter <https://www.bso.or.at/de/start/>
- Burk, M. (06.02.2014). The Men Behind the Olympic Curtain. *Huffpost*. Zugriff am 18.07.2019 unter https://www.huffpost.com/entry/the-men-behind-the-olympi_b_4725449?guccounter=1&guce_referrer=aHR0cHM6Ly93d3cuZ29vZ2xlLmNvbS8&guce_referrer_sig=AQAAAL-FxVpkW8RPhInlpwee0uOIO3Oznae40c2QouCZvBNomGTtimiDA_W0eSbUSfC8Z1KB5lLk8Zqlo9Yz_S5qcMFfU1nke1DuFcJtUdNFBTAxDrzGzLkrll-zWCWWW8yfJmyvDtxX9czFbRT-pACuSOy5faO33tgCZLNQ03Dtb67x
- Deutsches Institut für Menschenrechte (2005). Ist Sport ein Menschenrecht?. *Kompass*. Zugriff am 12.10.2019 unter http://www.moquehue.net/kompass_typo/index.php?id=154
- ILO.org Zugriff am 19.08.2019 unter <http://www.ilo.org/public/english/bureau/stat/isco/>
- Kinderfreunde.at Zugriff am 17.08.2019 unter <https://www.wien.kinderfreunde.at/Bundeslaender/Wien/Unser-Angebot/Kinderfreunde-aktiv-Freizeit-Spiel-Spass/Maedchen-und-Frauenschwimmen>
- Mamanet Austria. Zugriff am 17.07.2019 unter: <https://www.mamanet-austria.at/de>.
- Mamanet Israel. Zugriff am 17.07.2019 unter: http://www.mamanet.org.il/viewArticle_en.asp?id=192.
- Warren, J. (20.08.2013). Does exercise release a chemical in the brain? *Livestrong.com* Zugriff unter <https://healthfully.com/320144-does-exercise-release-a-chemical-in-the-brain.html>
- Schaaf, D & Nieland, J.-U. (2011b, 29. September). Der Mediensport unter Sexualisierungsdruck. Die redaktionelle und werbliche Darstellung von Sportlerinnen erfolgt zunehmend in erotischen Posen. Zugriff am 17.07.2019 unter <http://journalistik-journal.lookingintomedia.com/?p=703>.

8. Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Nationalitäten	42
Abbildung 2: Berufsgruppen	43
Abbildung 3: Standorte	54
Abbildung 4 Ausfall Training	55
Abbildung 5 Kinderbetreuung	59
Abbildung 6 Wertschätzung der Trainerin.....	61
Abbildung 7: Lachen im Training	62
Abbildung 8: Interesse an Probleme.....	63
Abbildung 9: Spaß im Training.....	63
Abbildung 10: Abwechslungsreiches Training	64
Abbildung 11: Ansprüche Training.....	65
Abbildung 12: Fragen nach Wohlbefinden.....	66

9. Anhang

9.1. Zusammenfassung in Deutsch

„Mamanet“ ist eine Bewegung, 2005 in Israel gegründet und seit 2015 in Österreich vertreten, der sich auf Mütter und Frauen ab 30 fokussiert. Der Verein bietet den Frauen den Wiedereinstieg in den Sport und die Möglichkeit im Team, Cachibol, eine vereinfachte Form des Volleyballs, zu spielen. Diese Arbeit untersucht, inwiefern der Verein seine Ziele seit der letzten Evaluierung erreichen konnte und die Veränderungen im persönlichen und sozialen Bereich der Teilnehmerinnen seit ihrer Teilnahme an Mamanet.

Zuerst erfolgt eine theoretische Auseinandersetzung mit relevanten Themen wie der Stellung von Frauen im Sport und die im Sport vorzufindenden Geschlechterrollen und- verhältnisse. Außerdem wird auf Integration durch Sport im Zusammenhang mit den Möglichkeiten, die der Sport für Menschen mit Migrationsgeschichte bietet, um sich in einer Gesellschaft zu integrieren, eingegangen.

Die anschließende empirische Erhebung, bestehend aus Fragebögen, die von Spielerinnen bei Mamanet ausgefüllt wurden, zeigt, dass der Verein im Sinne des Vorschlages der EU und des israelischen Vorbildes arbeitet. Die Zufriedenheit bei den Teilnehmerinnen mit Training und Trainerinnen ist sehr groß und die Frauen wünschen sich für die Zukunft eine weitere Ausbreitung des Vereins. Große persönliche Veränderungen konnten im Rahmen dieser Evaluierung noch nicht festgestellt werden, da das Format der Fragebögen dafür nicht ausreichend war.

9.2. Abstract in English

"Mamanet" is a movement founded in Israel in 2005 and represented in Austria since 2015, which focuses on reaching mothers and women from 30 years on. The club offers them to (re-)enter the sports world and practice Cachibol, a simplified form of volleyball, in a team. This thesis examines how the club has achieved its goals since the last evaluation and the changes in the personal and social realm of the participants since their participation in Mamanet.

First, there will be a theoretical examination of relevant topics such as the position of women in sport and gender roles and relations to be found. In addition, integration through sport is addressed, in which the possibilities of sport to facilitate integration for people with migrant history is explored.

The following empirical survey, consisting of questionnaires completed by players at Mamanet, show that the club works according to the EU's proposal and the Israeli model. The satisfaction among the participants with training and trainers is very high and they wish a further spread of the association for the future. As far as concerns the personal changes among the participants, no great change could be detected as the format of the questionnaires was not sufficient.

9.3. Fragebogen



Liebe Spielerin,

im Rahmen der Evaluierung des Projekts "Mamanet" darf ich Sie herzlich zu einer anonymen Befragung einladen. Ziel der Befragung ist es, Ihre Erfahrung, Meinungen, Vorstellungen und Wünsche zu Mamanet, zur Organisation und zum Training zu erheben. Ihre Hinweise geben Aufschluss darüber, in welchem Bereichen Sie mit dem Projekt zufrieden sind, aber auch in welchen Bereichen sie noch Verbesserungswünsche haben.

Ich bitte Sie, sich Zeit zu nehmen den Fragebogen auszufüllen und ihre Erfahrungen zu teilen!

Herzlichen Dank,

Christina Bauer

Geschlecht

weiblich

männlich

Alter

Nationalität

Muttersprache

Familienstand

ledig verheiratet geschieden verwitwet

in Beziehung – alleine lebend in Beziehung – gemeinsamer Haushalt

Anzahl der Kinder

Alter der Kinder

Ich bin alleinerziehend

ja

nein

Höchster Bildungsabschluss:

Kein Pflichtschulabschluss Pflichtschulabschluss Fachschulabschluss

Matura/ Reifeprüfung Universitäts-/Fachhochschulabschluss

Derzeitige Beschäftigung:

Lehre Schule Studium Umschulung

Hausfrau arbeitssuchend berufstätig

(Wenn berufstätig) berufstätig als _____

(Wenn berufstätig) Arbeitsstunden pro Woche _____

Welche Sportarten haben Sie früher betrieben bzw. betreiben Sie heute?

	Kindes- und Jugendalter	Erwachsenenalter VOR der Geburt meiner Kinder	Erwachsenenalter NACH der Geburt meiner Kinder	aktuell/ jetzt	nie
Ballsportarten im Team	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Turnen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Leichtathletik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ausdauersportarten (Schwimmen, Laufen, Radfahren...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kraftsport/ Fitness	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gymnastik/ Tanz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tennis, Badminton	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Meine Erfahrung in Vereinen und im Volleyball:

	Kindes- und Jugendalter	Erwachsenenalter VOR der Geburt meiner Kinder	Erwachsenenalter NACH der Geburt meiner Kinder	aktuell/ jetzt	keine
Mitglied in einem Sportverein	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Teilnahme an Wettkämpfen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Volleyball im Hobbybereich	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Volleyball im Amateurbereich	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Volleyball im Leistungsbereich	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Sonstige Anmerkungen zu meiner Sportererfahrung:

Ich nehme an Mamanet teil, ...

- 5= trifft sehr zu
- 4= trifft eher zu
- 3= mittel
- 2= trifft eher nicht zu
- 1= nicht garnicht zu

	5	4	3	2	1
weil ich durch Mamanet Hindernisse überwunden habe und (wieder) begonnen habe, regelmäßig Sport zu treiben	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
weil ich die Rahmenbedingungen auf meine derzeitige Situation angepasst sind (Ort, Zeit, Kinderbetreuung)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
weil ich gerne Teil des Teams Mamanet bin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
weil ich Freude an der Bewegung habe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
weil ich an Wettkämpfen teilnehmen möchte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
weil ich beim Training neue Bekanntschaften knüpfen konnte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
weil Mamanet ein Projekt ausschließlich für Frauen ist	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
weil Mamanet ein internationales Projekt ist	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
weil Mamanet ein integratives Projekt ist	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
weil ich durch Mamanet auch Freunde außerhalb des Trainings gewinnen konnte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Weitere Gründe für die Teilnahme an Mamanet:

Ich trainiere bei (Standort angeben):

Wie komme ich ins Training?

Auto öffentl. Verkehrsmittel Fahrrad zu Fuß Fahrgemeinschaft

Wie lange brauche ich zum Trainingsort? (in Minuten)

Wie oft pro Woche findet an meinem Standort das Training statt?

Wie oft pro Woche nehme ich durchschnittlich am Training teil?

Wie oft pro Monat muss ich das Training ausfallen lassen?

Gründe für meine Nicht-Teilnahme (Mehrfachauswahl möglich)

zeitlicher Aspekt

fehlende Kinderbetreuung

Krankheit

Überschneidung mit anderen Aktivitäten

Überschneidung mit anderen Aktivitäten meines/r Kindes/r

fehlende Motivation

zu lange Fahrzeit

Sonstiges

Seitdem ich Teil von Mamanet bin, konnte ich folgende Veränderungen feststellen:

5= trifft sehr zu
4= trifft eher zu
3= Mittel
3= trifft eher nicht zu
1= trifft nicht zu

	5	4	3	2	1
Ich bin selbstbewusster geworden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich bin offener anderen unbekanntem Menschen gegenüber geworden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich bin offener anderer Kulturen gegenüber geworden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich habe einen größeren Bekannten-/Freundeskreis als vorher	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich fühle mich in meiner Haut wohler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mein/e Kind/er schaut/schauen mehr zu mir auf als vorher	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich fühle mich akzeptierter in der Gesellschaft	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich fühle mich mehr als Vorbild für einen gesunden Lebensstil für mein/e Kinde/r	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Kinderbetreuung:

Ist Kinderbetreuung an meinem Standort vorhanden?

ja

nein

Wenn ja, wird sie von mir genutzt?

ja

nein

Wenn nein, hätte ich gerne Kinderbetreuung?

ja

nein

Interesse an/ Funktionen in Mamanet:

	Ja	Nein
Ich bin Spielerin des Nationalteams	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Wenn nein: Ich möchte gerne im Nationalteam spielen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich habe Interesse als Trainerin bei Mamanet aktiv zu werden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich habe Interesse als Funktionärin bei Mamanet aktiv zu werden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich habe Interesse Mamanet auf organisatorische Ebene zu unterstützen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Bewertung der TrainerInnen:

	trifft sehr zu	trifft eher zu	mittel	trifft eher nicht zu	trifft garnicht zu
Ich schätze meine/n Trainer/in sehr	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Im Training gibt es viel zu lachen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er/ Sie interessiert sich für unsere Probleme	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Spaß steht für sie/ ihn im Vordergrund	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Das Training ist sehr abwechslungsreich	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er/ sie verlangt viel von mir	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich würde als Trainer/in genauso arbeiten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er/ sie fragt oft, wie es mir geht	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Wenn ich Trainerin wäre, würde ich folgendes anders machen:

Über meine/n Trainer/in möchte ich noch Folgendes sagen:

Das gefällt mir besonders an Mamanet:

Das sind meine Änderungswünsche für die Zukunft:

Danke für Ihre Teilnahme!