

NRW-SPORTSCHULE: EINE LÄNGSSCHNITTSTUDIE ZU FREIZEIT- AKTIVITÄT, CHRONISCHEM STRESS UND SELBSTKONZEPT

von Jennifer Breithecker und Miriam Kehne

ZUSAMMENFASSUNG | Duale Karrieren lassen sich oftmals nur mit institutionellen Unterstützungsleistungen meistern. Um sporttalentierte Heranwachsende auf ihrem Karriereweg nachhaltig zu fördern, wurde die *NRW-Sportschule* eingeführt. Um das Verbundsystem zu evaluieren, wurde exemplarisch eine ostwestfälische *NRW-Sportschule* in stresstheoretischer Perspektive wissenschaftlich begleitet. Dieser Beitrag beinhaltet den Dreijahreslängsschnitt einer jüngeren (fünfte bis siebte Klassenstufe) und einer älteren (siebte bis neunte Klassenstufe) Kohorte. Es zeigte sich, dass die Stressbelastungen für alle Heranwachsenden gering bis moderat ausgeprägt waren und alle Schüler*innen auf einen großen Selbstkonzept-Ressourcenpool zurückgreifen konnten. Im Vergleich von Sportprofil- und Regelschüler*innen ergaben sich etwas höhere schulische, soziale und zeitliche Belastungen, insbesondere für die sportlichen Talente der älteren Kohorte, die im Entwicklungsverlauf allerdings nicht systematisch zunahmten. Sämtliche Selbstkonzeptfacetten der Schüler*innen im Sportprofil unterlagen einer positiveren Färbung, die im Entwicklungsverlauf zumeist bestehen blieb. Insgesamt scheint die *NRW-Sportschule* gute Rahmenbedingungen bereitzustellen, um sportlich talentierte Heranwachsende auf ihrem Weg zu fördern.

Schlüsselwörter: duale Karriere, *NRW-Sportschule*, Sportprofil, Stress, Selbstkonzept

NRW-SPORTSCHOOL: A LONGITUDINAL STUDY ON CHRONIC STRESS AND SELF-CONCEPT

ABSTRACT | Young athletes can manage their dual career often just due to institutional support. To sustainably promote student athletes in their individual career, the *NRW-Sportschool* was established. For evaluative reasons, one *NRW-Sportschool* exemplary participated in a stress-based research project. The following article contains the results of a younger (fifth to seventh class) and an older (seventh to ninth class) cohort, measured yearly for three time points. The results showed that chronic stress of all adolescents is low to moderate. In comparison of student athletes and regular students, former showed higher stress due to school, social and time pressure. This especially appeared for the student athletes of the older cohort. However, total chronic stress did not systematically increase over time. Regarding the self-concept, student athletes showed higher facets in nearly all measured dimensions. In most cases, these differences appeared to be stable over time. In sum, *NRW-Sportschools* seem to provide a well-established framework to promote sport-talented students in their school, sport and individual life career.

Key Words: dual career, *NRW-Sportschool*, sport profile, stress, self-concept