

MASTERARBEIT | MASTER'S THESIS

Titel | Title

Bewegung und Begegnung - Effekte von bewegungs- und sportbasierten Erasmus+ Jugendbegegnungen aus der Perspektive von Projektteilnehmer:innen

verfasst von | submitted by

Daniel Steiner BEd

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

Master of Education (MEd)

Wien | Vienna, 2025

Studienkennzahl lt. Studienblatt |

UA 199 500 510 02

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

Studienrichtung lt. Studienblatt | Degree programme as it appears on the student record sheet:

Masterstudium Lehramt Sek (AB) Unterrichtsfach
Bewegung und Sport Unterrichtsfach Geographie
und wirtschaftliche Bildung

Betreut von | Supervisor:

Ass.-Prof. Mag. Dr. Rosa Diketmüller

Abstrakt:

Die vorliegende Masterarbeit untersucht die Effekte von bewegungs- und sportbasierten Erasmus+ Jugendbegegnungen auf die Persönlichkeitsentwicklung aus Sicht der Teilnehmer:innen. Dafür wurden die Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen, die vier Prioritäten des Erasmus+ Programms sowie soziale und persönliche Kompetenzentwicklungen evaluiert. In einer umfassenden Literaturanalyse wurden sportspezifische Kompetenzen herausgearbeitet, die durch bewegungs- und sportbasierte Programme (SDP/PYDS) gefördert werden können. Methodisch wurde eine quantitative Querschnittserhebung angewendet, an der 50 Personen aus zehn verschiedenen europäischen Ländern teilnahmen. Die Daten wurden mittels Excel aufbereitet und deskriptiv ausgewertet. Die Analyse deutet darauf hin, dass bewegungs- und sportbasierte Erasmus+ Projekte, die zwischen 2021 und 2024 stattfanden, positive Effekte auf die Persönlichkeitsentwicklung der Teilnehmer:innen hatten. Eine eindeutige Aussage darüber, ob sportspezifische Kompetenzen wie Teamarbeit oder Gesundheit & Wohlbefinden stärker gefördert wurden als nicht sportbezogene Kompetenzen, lässt sich anhand der Erhebung nicht treffen – jedoch zeigen sich Tendenzen, die in diese Richtung weisen. Die Ergebnisse dieser Arbeit bieten eine wertvolle Grundlage für weitere Forschung in diesem Feld, verdeutlichen die Herausforderungen von Langzeitevaluationen solcher Projekte und unterstreichen die Notwendigkeit, einheitliche Messgrößen zur Operationalisierung von Effekten bewegungs- und sportbezogener Projekten zu entwickeln.

Abstract:

This master's thesis examines the effects of movement and sport-based Erasmus+ youth exchanges on personal development from the participants' perspective. To this end, the key competences for lifelong learning, the four priorities of the Erasmus+ program as well as social and personal competence development were evaluated. In a comprehensive literature analysis, sport-specific competencies were identified that can be promoted through sports-based projects (SDP/PYDS). Methodologically, a quantitative cross-sectional survey was used in which 50 respondents from ten different European countries took part. The data was then processed using Excel and analyzed descriptively. The analysis shows that movement and sport-based Erasmus+ projects that took place between 2021 and 2024 had positive effects on the personal development of the participants. A clear statement as to whether sport-specific skills such as teamwork or health & well-being were promoted more than non-sport-related skills cannot be made on the basis of the pilot-study - however, there are tendencies that point in this direction. The results of this study provide a valuable basis for further

research in this field, illustrate the challenges of long-term evaluations of such projects and underline the need for standardized metrics to operationalize the results.

Inhaltsverzeichnis

Abkürzungsverzeichnis	vi
Abbildungsverzeichnis	vii
Tabellenverzeichnis	viii
1 Einleitung	1
1.1 Einführung in die Thematik	1
1.2 Zielformulierung & Forschungsfrage.....	2
2 Theoretischer Rahmen	4
2.1 Begrifflichkeiten - Herleitung & Kontextualisierung	4
2.1.1 Bewegungs- und Sportbasiert.....	4
2.1.2 Persönlichkeitsentwicklung und Persönlichkeitsbildung	5
2.1.3 Erasmus+ Jugendbegegnungen	6
2.1.4 Vier Prioritäten von Erasmus+	8
2.1.5 Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen	9
2.2 Theorien & Literatur zur Thematik	10
2.2.1 Sport for Development and Peace (SDP)	11
2.2.2 Positive Youth Development through Sport (PYDS).....	12
2.2.3 Persönlichkeitsentwicklung durch E+ Jugendbegegnungen.....	15
2.2.4 Sport und sozialer Zusammenhalt	18
2.3 Einbettung der ausgewählten sportspezifischen Kompetenzen.....	21
2.3.1 Selbstvertrauen	22
2.3.2 Resilienz	22
2.3.3 Verantwortungsbewusstsein	23
2.3.4 Gesundheit und Wohlbefinden	24
2.3.5 Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein	24
2.3.6 Empathie	25
2.3.7 Teamarbeit	25
2.3.8 Konfliktlösung	26
2.3.9 Kooperation	27
2.3.10 Führungsqualitäten	27
2.3.11 Toleranz und Respekt	28
2.3.12 Soziale Integration	28

2.3.13	Interkulturelle Kompetenz	29
2.3.14	Freiwilliges Engagement	30
3	Methodik	31
3.1	Forschungsperspektive	31
3.2	Erhebungsinstrumente und Fragebogendesign.....	31
3.3	Kategorisierung und Herleitung der Variablen	32
3.3.1	Soziale und persönliche Hintergründe.....	32
3.3.2	Sportliche Aktivitäten.....	33
3.3.3	Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen	33
3.3.4	Vier Prioritäten vom E+ Programm	35
3.3.5	Persönlichkeitsbildung	38
3.4	Stichprobe.....	40
3.5	Datenanalyseverfahren	42
4	Auswertung der Ergebnisse.....	43
4.1	Sample	43
4.2	Projektreferenz	45
4.3	Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen	47
4.4	Vier Prioritäten von E+	48
4.5	Persönliche Kompetenzentwicklung	51
4.6	Soziale Kompetenzentwicklung	52
4.7	Sportartenhäufigkeit und deren Einfluss auf die Persönlichkeitsentwicklung.....	53
5	Diskussion und Vergleich der Ergebnisse	55
5.1	Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen	55
5.2	Vier Prioritäten von E+	55
5.3	Einfluss von Sportarten	56
5.4	Persönlichkeitsentwicklung.....	56
5.5	Limitationen	57
6	Fazit.....	60
	Literaturverzeichnis	62
	Anhang	70
	Anhang A – Fragebogen	71
	Anhang B – Liste selektierter Projekte	80

Abkürzungsverzeichnis

E+	Erasmus+
SDP	Sport for Development and Peace
PYDS	Positive Youth Development through Sport
Nein-KKg	Nein-Kein Kontakt gefunden
iS	individuelle Sportarten
BuS	Ball- und Sportsportarten
AuO	Abenteuer- und Outdoor-Sportarten
K	Kombination aus mehreren Sportarten

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1: <i>Youth Experiences Survey for Sport</i>	15
Abb. 2: <i>Selektierte Projekte nach Ländern</i>	41
Abb. 3: <i>Herkunftsländer</i>	43
Abb. 4: <i>Geschlecht</i>	44
Abb. 5: <i>Alter</i>	44
Abb. 6: <i>Barrieren</i>	45
Abb. 7: <i>Projektländer</i>	46
Abb. 8: <i>Projektzeiträume</i>	47
Abb. 9: <i>Entwicklung der 8 Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen</i>	47
Abb. 10: <i>Berücksichtigung der vier E+ Prioritäten (Teil 1)</i>	49
Abb. 11: <i>Berücksichtigung der vier E+ Prioritäten (Teil 2)</i>	50
Abb. 12: <i>Gesamtergebnis Berücksichtigung der vier E+ Prioritäten</i>	50
Abb. 13: <i>Entwicklung der persönlichen Kompetenzen</i>	51
Abb. 14: <i>Entwicklung der sozialen Kompetenzen</i>	52
Abb. 15: <i>Sportarten-Häufigkeit und Einfluss auf die Persönlichkeitsentwicklung</i>	53

Tabellenverzeichnis

Tab. 1: <i>Kategorisierung der Barrieren</i>	32
Tab. 2: <i>Kategorisierung der Sportarten</i>	33
Tab. 3: <i>Kategorisierung der Schlüsselkompetenzen</i>	34
Tab. 4: <i>Kategorisierung der vier E+ Prioritäten</i>	36
Tab. 5: <i>Kategorisierung der persönlichen Kompetenzen</i>	38
Tab. 6: <i>Kategorisierung der sozialen Kompetenzen</i>	39

1 Einleitung

1.1 Einführung in die Thematik

In einer zunehmend globalisierten Welt spielen Austauschprogramme wie E+ eine zentrale Rolle bei der Förderung interkultureller Kompetenzen und der Persönlichkeitsentwicklung von Jugendlichen. Das Bewusstmachen der potenziellen positiven sozialen, gesundheitlichen und wirtschaftlichen Vorteile von SDP (Sport for Development and Peace) -Projekten durch Institutionen wie die UN hat dazu geführt, dass in den letzten 15 Jahren tausende lokale und internationale Sport- und Entwicklungsprojekte von Nichtregierungsorganisationen, Regierungsstellen, Ministerien, Sportverbänden, Hilfsorganisationen und Finanzierungseinrichtungen auf der ganzen Welt unterstützt und/oder durchgeführt wurden (Schulenkorf, 2017).

Die Notwendigkeit, interkulturellen Austausch in Verbindung mit sportlichen Aktivitäten zu fördern, spiegelt sich in der Erhöhung des Budgets für den spezifischen E+ Sportbereich wider, der Grassroot-Sportorganisationen in ganz Europa unterstützt – von 20 Millionen Euro im Jahr 2014 (Beginn des Programms) auf 80 Millionen Euro im Jahr 2021 (EACEA, 2024).

Interkultureller Austausch durch Programme wie E+ bietet eine wertvolle Gelegenheit für junge Menschen, Kompetenzen zu erwerben und ihre Persönlichkeit weiterzuentwickeln. Die Agenda 2030 der Vereinten Nationen hebt in diesem Kontext explizit die Bedeutung des Sports als Instrument für nachhaltige Entwicklung und sozialen Zusammenhalt hervor. Bewegung und Sport dienen hierbei als universelle Werkzeuge, um kulturelle Barrieren zu überwinden und durch gemeinschaftliche Aktivitäten soziale Bindungen zu fördern (UN, 2015). Der E+ Programmleitfaden 2024 definiert ebenso klare Ziele für sportbezogene Projekte, darunter die Förderung eines aktiven und gesunden Lebensstils sowie die Unterstützung sozialer Inklusion und Bildung durch Sport.

Obwohl bereits Studien existieren, die die Auswirkungen allgemeiner E+ Jugendprojekte auf interkulturelle Kompetenzen dokumentieren, fehlt es an einer Analyse von bewegungs- und sportbasierten E+ Jugendbegegnungen und deren Effekten. Es bleibt unklar, welche Effekte Positive Youth Development through Sports (PYDS) Programme auf die Entwicklung der Persönlichkeit der Teilnehmenden haben und inwiefern sie zur Erreichung der E+ Programmziele beitragen.

Studien wie der RAY-MON Report (2023) *„Effects and Outcomes of the Erasmus+ Youth in Action Programme from the Perspective of Project Participants and Project Leaders“* sowie Gadinger et al. (2020) *„Was bewirken internationale Jugendprojekte in Österreich und darüber hinaus“* zeigen die positiven Effekte von E+ Projekten auf die Kompetenzentwicklung und interkulturellen Fähigkeiten der Teilnehmenden. Hierbei wurden mehrere standardisierte Online-Befragungen durchgeführt, um die Selbsteinschätzung der Teilnehmenden hinsichtlich ihrer persönlichen Entwicklung, ihres Wissenszuwachses und ihrer Werte zu erfassen.

Im Bereich bewegungs- und sportbasierter E+ Jugendbegegnungen besteht jedoch eine Forschungslücke. Es fehlen Untersuchungen, die sich spezifisch mit den Effekten dieser Projekte auf die Teilnehmenden und die Erreichung der E+ Programmziele befassen.

Anlässlich dieser Forschungslücke werden im Rahmen der vorliegenden Masterarbeit soziale und persönliche Entwicklungskompetenzen untersucht, die laut SDP und PYDS-Literatur durch sportliche Aktivitäten besonders stark gefördert werden können.

1.2 Zielformulierung & Forschungsfrage

Das Ziel der vorliegenden Arbeit ist es, die spezifischen Effekte bewegungs- und sportbasierter E+ Jugendbegegnungen auf die Persönlichkeitsentwicklung der Teilnehmenden zu untersuchen.

Im aktuellen Programmzeitraum 2021–2027 spielen bewegungs- und sportbasierte Projekte eine wichtige Rolle. Diese Pilotstudie soll einen ersten Ansatz darstellen, um die Effekte solcher E+ Jugendbegegnungen darzulegen und dazu anzuregen, weiterführende Forschungen mit einer größeren Stichprobe durchzuführen. Dadurch soll die Rolle sportlicher Aktivitäten im Rahmen von E+ Jugendbegegnungen besser verstanden und die Qualität sowie die Weiterentwicklung dieser Projekte gefördert werden.

Die Forschungsfrage lautet: *„Welche Effekte hatten bewegungs- und sportbasierte Erasmus+ Jugendbegegnungen, die zwischen 2021 und 2024 stattfanden, auf die Persönlichkeitsentwicklung der Teilnehmenden?“*

Folgende Unterfragen sollen dabei unterstützen, die Forschungsfrage zu beantworten:

1. *Inwiefern fördern diese Projekte die Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen?*
2. *Inwiefern tragen diese Projekte zu den vier Prioritäten des Erasmus+ Programms bei?*

3. *Welche sozialen sowie persönlichen Kompetenzen wurden durch die Projekte besonders gefördert?*
4. *Welche Sportart-Gruppen zeigen eine förderliche Tendenz in Bezug auf die Persönlichkeitsentwicklung?*

2 Theoretischer Rahmen

2.1 Begrifflichkeiten - Herleitung & Kontextualisierung

2.1.1 Bewegungs- und Sportbasiert

Der heutige Sport, der laut Heinzmann (2008) im Wesentlichen als Teil der Kultur anerkannt ist, leitet sich vom lateinischen Wort *deportare* ab, was so viel bedeutet wie „sich zerstreuen, sich vergnügen“. Besonders im England des 18. und 19. Jahrhunderts fand der Sport weite Verbreitung. In früheren Zeiten wurde Sport durch normativ-humanistische Vorgaben eher als Zeichen kulturellen Verfalls betrachtet. Doch dank eines modernen Kulturverständnisses hat er sich etabliert, auch wenn die Trennung zwischen Sport und Kultur traditionell bestehen blieb.

Die Definition des Begriffs „Sport“ bleibt oft ungenau, insbesondere in der deutschsprachigen Literatur, was eine klare Abgrenzung erschwert. In den 1980er Jahren änderte sich das Paradigma, und die Vielfalt an Definitionen wurde zunehmend als wenig sinnvoll betrachtet, weshalb eine einheitliche Begriffsbestimmung angestrebt wurde. Zur klareren Definition wurden Merkmale wie Spielcharakter, Leistungsprinzip, Regelgebundenheit, Wettkampfform, körperliche Betätigung und organisatorische Gebundenheit identifiziert. Diese Merkmale allein können das Wesen des Sports nicht vollständig erfassen, doch gemeinsam vermitteln sie die Komplexität der Thematik. Sport umfasst verschiedene Teilbereiche, die vom Jugendsport über Breiten- und Leistungssport bis hin zum Spitzensport reichen. Zusammenfassend lassen sich vier zentrale Kennzeichen des Sports hervorheben: Körper & Bewegung, Leistung & Wettkampf, Regeln & Organisationsformen sowie Gesundheit & soziale Interaktion. Diese Hauptmerkmale unterstreichen, dass Sport für viele Menschen Teil des täglichen Lebens sein sollte (Heinzmann, 2008).

Im Laufe des 20. Jahrhunderts entwickelte sich eine zunehmende Verbindung zwischen Bewegung und dem modernen Sportbegriff (Krüger, 2022). Der Begriff „Sport“ schließt laut Heinzmann (2008) zwar den Begriff „Bewegung“ mit ein, doch um zur Klärung und zum besseren Verständnis im österreichischen Kontext beizutragen, wird in dieser Arbeit der spezifische Terminus „Bewegung und Sport“ verwendet – analog zur gängigen Terminologie im österreichischen Bildungswesen. In Österreich wird „Sport“ traditionell stark leistungsorientiert und häufig mit professionellem Training und Wettkampf assoziiert. Weiß und Russo (2005) heben in ihrer Studie hervor, dass das österreichische Sportverständnis stärker als in anderen Ländern durch mediale Darstellung und Leistungsorientierung geprägt ist,

was dazu führen kann, dass sich der Begriff „Sport“ insbesondere an jene richtet, die sich bereits als „sportlich“ empfinden.

Durch die explizite Beschreibung und Begründung der Begriffe „Bewegung“ und „Sport“ soll eine geeignete Grundlage für Jugendbegegnungen geschaffen werden. Die Ergänzung um „Bewegung“ zielt darauf ab, eine breitere Palette an Aktivitäten zu fördern, die nicht leistungsorientiert sind und somit für ein größeres Publikum zugänglich bleiben. „Bewegung“ umfasst niedrigschwellige körperliche Aktivitäten, die ohne Leistungsdruck und außerhalb strukturierter Vereinsumgebungen stattfinden können. Auch das Schweizer Bundesamt für Sport verwendet den Terminus „Bewegung und Sport“ und definiert ihn als eine wesentliche Einflussgröße für Gesundheit, Lebensqualität, ganzheitliche Bildung, soziale Kompetenz und Integration – und damit als einen wichtigen Bestandteil der Kultur (BASPO, 2000b).

Dieser inklusive Ansatz des kombinierten Begriffs „Bewegung und Sport“ schließt im deutschsprachigen Raum die unterschiedlichen Formen körperlicher Aktivität ein (Weiß und Russo, 2005). In dieser Arbeit umfasst „Bewegung und Sport“ allgemein ausgedrückt „körperliche Aktivitäten“. Diese Herleitung ermöglicht eine spezifische Anwendung des Terminus „bewegungs- und sportbasiert“ im Rahmen von E+ und Jugendbegegnungen.

2.1.2 Persönlichkeitsentwicklung und Persönlichkeitsbildung

Der Begriff „Persönlichkeit“ wird auf unterschiedliche Weise verstanden, häufig jedoch als Prozess.

„Jede Persönlichkeit entwickelt sich kontinuierlich von der Kindheit bis zum Tode; in dieser Zeit erhält sie sich - durch ihre Veränderungen.“ (Allport 1959, S. 102)

In diesem Zusammenhang taucht oft der Begriff „Persönlichkeitsentwicklung“ auf, der die fortlaufende und oft unbewusste Veränderung im Laufe des Lebens beschreibt. Die Einflüsse auf die Persönlichkeitsentwicklung sind vielfältig und werden sowohl in soziologischen als auch in psychologischen Theorien behandelt (Stempel, 2011).

Im Gegensatz dazu beschreibt „Persönlichkeitsbildung“ bewusste Einflüsse und gezielte Maßnahmen zur Formung der Persönlichkeit und wird daher häufig im Bildungsbereich verwendet. Laut Budde, Geßner und Weuster (2018) ist Persönlichkeitsbildung kein klar definierter Begriff, sondern vielmehr ein normativ ausgerichtetes Konzept. Insbesondere die Schule wird als zentrale Institution für die Persönlichkeitsbildung betrachtet, doch auch

nicht-formale Bildungsangebote verfolgen dieses Ziel. Ein Ansatz zur Förderung der Persönlichkeitsbildung besteht darin, Individuen Möglichkeiten zur Kompetenzentwicklung aufzuzeigen (Stempel, 2011). Persönlichkeitsbildung – als bewusste Entfaltung der Persönlichkeit – ist ein eigenständiges Bildungsziel, das auf die Förderung individueller Potenziale abzielt. Diese Zielsetzung basiert auf menschlichen Grundvoraussetzungen wie Neugier, Kreativität und dem Bedürfnis nach sozialem Austausch. Persönlichkeitsbildung soll diese natürlichen Anlagen erkennen und gezielt fördern, um Menschen zu selbstbewussten, reflektierten und sozial verantwortlichen Persönlichkeiten zu entwickeln. Die Ziele der Persönlichkeitsbildung sind normativ, da sie sich auf gesellschaftliche, kulturelle oder ethische Werte stützen. Sie definieren, welche Kompetenzen, Haltungen oder Verhaltensweisen durch Bildung gefördert werden sollen – etwa Toleranz, soziales Engagement, Respekt für Vielfalt oder Umweltbewusstsein (Holti, 2024).

Während Persönlichkeitsentwicklung oft als allgemeiner und breiter gefasster Begriff verstanden wird, fehlt ihr der bewusste, aktive Bildungscharakter, der in E+ Jugendbegegnungen gegeben ist. Im Englischen umfasst der Begriff „Personal Development“ sowohl die Konzepte der Persönlichkeitsbildung als auch der Persönlichkeitsentwicklung.

In dieser Arbeit wird daher bewusst zwischen beiden Begriffen unterschieden:

- „Persönlichkeitsbildung“ beschreibt die sozialen und persönlichen Kompetenzen, die Teilnehmende während der Jugendbegegnungen erwerben.
- „Persönlichkeitsentwicklung“ bezieht sich auf die Handlungen und Absichten der Teilnehmenden, insbesondere nach dem Projekt.

Persönlichkeitsentwicklung findet also unter anderem durch Persönlichkeitsbildung statt. Beide Begriffe überschneiden sich und werden in dieser Forschung so verstanden, dass E+ Jugendbegegnungen als persönlichkeitsbildende Maßnahmen zur Persönlichkeitsentwicklung beitragen.

2.1.3 Erasmus+ Jugendbegegnungen

Das Erasmus-Programm hat mehrere Phasen durchlaufen, die jeweils die sich ändernden Prioritäten der Europäischen Union widerspiegeln. Ursprünglich wurde es 1987 unter dem Namen „Erasmus“ ins Leben gerufen und sollte die Mobilität von Studierenden zwischen europäischen Universitäten fördern und das interkulturelle Verständnis verbessern. Im Jahr 1995 wurde es im Rahmen des Sokrates-Programms auf Schulen und Initiativen für

lebenslanges Lernen ausgeweitet. Von 2007 bis 2013 wurde das Programm für lebenslanges Lernen eingeführt, das verschiedene EU-Bildungsinitiativen wie Erasmus, Leonardo da Vinci (Berufsbildung), Comenius (Schulbildung) und Grundtvig (Erwachsenenbildung) zusammenfasst. Das Programm Erasmus+ für den Zeitraum 2014–2020 markierte einen bedeutenden Wandel, indem es die Jugend und den Sport sowie allgemeine und berufliche Bildung, in einen einzigen Rahmen integrierte und dabei den Schwerpunkt auf Inklusion, Schlüsselkompetenzen und sozialen Zusammenhalt legte (European Commission, 2024).

Das aktuelle Programm Erasmus+ 2021–2027 setzt diese Entwicklung fort und befasst sich mit neuen Herausforderungen, indem es den Schwerpunkt auf Inklusion und Vielfalt, digitale Transformation, ökologische Nachhaltigkeit und aktive europäische Bürgerschaft legt. Die Leitaktionen (LA) des Programms sind in drei Hauptkategorien unterteilt: LA1 (Mobilität von Einzelpersonen), die Jugendaustausch und Personalmobilität umfasst; LA2 (Kooperationspartnerschaften), die sich auf die Stärkung der organisatorischen Zusammenarbeit konzentriert; und LA3 (Unterstützung der politischen Entwicklung und Zusammenarbeit), die sich mit den politischen Prioritäten der EU im Bereich Bildung und Jugend befasst (Erasmus+ Programme Guide, 2024).

In diesem Rahmen kommt dem Sport eine doppelte Rolle zu. Einerseits unterstützt E+ spezifische Sportaktionen, die sich an Sportorganisationen, Sportler:innen und Veranstaltungen richten. Diese Initiativen fördern körperliche Aktivität, gute Regierungsführung und Werte wie Toleranz und soziale Integration. Die sportspezifischen Aktionen im Rahmen von E+ sind zusammengefasst in der Leitaktion 1 „Mobilität des Personals im Bereich Sport“, die sich auf berufliche Entwicklungsmöglichkeiten für Mitarbeitende von Sportorganisationen konzentriert, und der Leitaktion 2 „Kapazitätsaufbau im Bereich Sport“, die darauf abzielt, die internationale Zusammenarbeit zu fördern und die Fähigkeiten von Sportorganisationen, insbesondere in weniger erfahrenen Kontexten, zu stärken, sowie „Gemeinnützige Europäische Sportveranstaltungen“, die die soziale Eingliederung und das Bewusstsein für die positive Rolle des Sports in der Gesellschaft fördern (Erasmus+ Programme Guide, 2024).

Keine dieser sportspezifischen Aktionen ist Teil meiner Forschung. Diese Arbeit konzentriert sich ausschließlich auf „*Mobilitätsprojekte für junge Menschen – Jugendbegegnungen*“, welche in der Leitaktion 1 (LA1) des Erasmus+ Programmleitfadens (2024) zu finden sind. Jugendbegegnungen in dieser Aktion sind kurzweilige Austauschprojekte, die zwischen 5 und 21 Tagen dauern und sich an junge Menschen zwischen 13 und 30 Jahren richten. Der Fokus dieser Begegnungen liegt darin, junge Menschen aus mindestens zwei

verschiedenen Ländern zusammenzubringen und mittels informeller und non-formaler Methoden wie Workshops, Outdoor-Aktivitäten oder Rollenspielen untereinander Wissen, Erfahrungen und Fähigkeiten auszutauschen. Die Begegnungen dienen dazu, interkulturelles Lernen zu fördern, persönliche und soziale Entwicklung zu unterstützen und den sozialen Zusammenhalt in Europa durch die Vermittlung gemeinsamer Werte sowie durch Ermutigung zur Teilhabe am demokratischen Leben zu stärken.

Grundsätzlich können, aber müssen diese Jugendbegegnungen nicht bewegungs- und sportbasiert sein. Der Einsatz von Bewegung und Sport ist keine obligatorische Komponente, sondern hängt vielmehr von den spezifischen Zielen, Schwerpunkten und Prioritäten des jeweiligen Projekts und den Fokusbereichen der teilnehmenden Organisationen ab. Einige Jugendbegegnungen können sich auf ökologische Nachhaltigkeit oder bürgerschaftliches Engagement konzentrieren, ohne Sport einzubeziehen, während in anderen Beispielen sportliche Aktivitäten von zentraler Bedeutung sind, um bestimmte Programmziele zu erreichen (Erasmus+ Programme Guide, 2024).

2.1.4 Vier Prioritäten von Erasmus+

E+ definiert im Programme Guide (2024) vier sogenannte „Prioritäten“ oder auch horizontale Dimensionen, welche als Leitlinie für sinnvolle, wirkungsvolle und zukunftsorientierte Mobilitätserfahrungen für junge Menschen dienen.

Diese lauten:

- Inklusion und Vielfalt
- Digitaler Wandel
- Umwelt und Bekämpfung des Klimawandels
- Teilhabe am demokratischen Leben, gemeinsame Werte und bürgerschaftliches Engagement

Inklusion und Vielfalt konzentriert sich auf Fairness und die Gewährleistung von Chancengleichheit durch die Gestaltung zugänglicher und inklusiver Aktivitäten, die Einbeziehung von Teilnehmenden mit geringeren Möglichkeiten in die Entscheidungsfindung sowie die Behandlung von Themen wie die Bekämpfung von Stereotypen und die Förderung von Toleranz (Erasmus+ Programme Guide, 2024).

Die Priorität *Umwelt und Bekämpfung des Klimawandels* ermutigt Projektleiter:innen, in ihren Projekten verantwortungsbewusste Verhaltensweisen zu fördern, indem sie

umweltfreundliche Praktiken integrieren, Abfall reduzieren und das Bewusstsein für die Minimierung des ökologischen Fußabdrucks von Aktivitäten schärfen (Erasmus+ Programme Guide, 2024).

Digitaler Wandel unterstützt den Einsatz digitaler Werkzeuge und Methoden, um physische Aktivitäten zu ergänzen, die Zugänglichkeit zu verbessern und die digitalen Fähigkeiten zu steigern, um die Zusammenarbeit und die Kompetenz im digitalen Bereich zu fördern (Erasmus+ Programme Guide, 2024).

Teilhabe am demokratischen Leben, gemeinsame Werte und bürgerschaftliches Engagement betont die Einbeziehung junger Menschen in die Projektgestaltung und -umsetzung, um ihnen ein Verständnis für demokratische Prozesse und den Wert einer aktiven Bürgerschaft zu vermitteln und gleichzeitig Verbindungen zu nationalen und internationalen Initiativen zu fördern (Erasmus+ Programme Guide, 2024).

2.1.5 Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen

Das Dokument des Rates der Europäischen Union (2018) legt einen ausführlichen Rahmen für lebenslanges Lernen und die Entwicklung von Schlüsselkompetenzen fest, die notwendig sind, um die Beschäftigungsfähigkeit, eine aktive Bürgerschaft sowie die persönliche Entfaltung zu stärken. Diese Schlüsselkompetenzen beinhalten verschiedenste Fähigkeiten und werden in acht Kategorien unterteilt.

1. Lese- und Schreibkompetenz
2. Mehrsprachige Kompetenz
3. Mathematische Kompetenz und Kompetenz in Naturwissenschaften, Technik und Ingenieurwesen
4. Digitale Kompetenz
5. Persönliche, soziale und Lernkompetenz
6. Bürgerschaftliche Kompetenz
7. Unternehmerische Kompetenz
8. Kulturelles Bewusstsein und kulturelle Ausdrucksfähigkeit

Jede dieser acht Schlüsselkompetenzen kann mit einer der vier Prioritäten von E+ verglichen werden. So kann beispielsweise die *bürgerschaftliche Kompetenz*, durch die das Handeln und die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben gefördert werden soll, der Priorität „*Teilhabe*

am demokratischen Leben, gemeinsame Werte und bürgerschaftliches Engagement“ von + gegenübergestellt werden.

Bildung für nachhaltige Entwicklung in Übereinstimmung mit den Zielen der Vereinten Nationen ist ein weiterer Schwerpunkt, der die interkulturellen Kommunikationsfähigkeiten stärken und das Bewusstsein für kulturelle Vielfalt fördern soll. Auch die Förderung digitaler Kompetenzen, wie sie in den Prioritäten von E+ beschrieben wird, wird in diesem Rahmen als notwendig für die Verbesserung des Bildungsprozesses angesehen.

Ziel ist es, diese acht Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen durch einen ganzheitlichen und inklusiven Bildungsansatz, der formales sowie informelles Lernen umfasst, in allen Lebensbereichen zu integrieren. So sollen europäische Bürger:innen mit den benötigten Kompetenzen ausgestattet werden, um eine demokratische Gesellschaft aufzubauen (Rat der Europäischen Union, 2018).

Zur Beantwortung der Hauptforschungsfrage und zur Einordnung des Begriffs „Persönlichkeitsentwicklung“ wird auf die acht Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen des Rates der Europäischen Union (2018) Bezug genommen. Für diese Arbeit ist insbesondere die Kompetenz „Persönliche, soziale und Lernkompetenz“ von zentraler Bedeutung. Sie dient als Ankerpunkt zur Analyse persönlicher und sozialer Entwicklungen – etwa Selbstvertrauen, Teamarbeit und Resilienz –, die laut Literatur durch bewegungs- und sportbasierte Programme gefördert werden können.

2.2 Theorien & Literatur zur Thematik

Im folgenden Kapitel werden die Konzepte bzw. Theorien „Sport for Development and Peace“, „Positive Youth Development“ sowie die bestehende Literatur zu „Persönlichkeitsentwicklung durch E+ Jugendbegegnungen“ und „Sport und sozialer Zusammenhalt“ zusammengefasst. Das Konzept „Sport for Development and Peace“ (SDP) betrachtet tendenziell gesellschaftliche und strukturelle Veränderungen, während „Positive Youth Development“ (PYD) sich stärker auf individuelle Veränderungen der Jugendlichen konzentriert (siehe Kapitel 2.2.1 und 2.2.2). Bei E+ Jugendbegegnungen kommt es zu einer Überschneidung der beiden Konzepte, da Persönlichkeitsentwicklung gefördert wird und im weiteren Sinne zu strukturellen Veränderungen führen soll. Der Schwerpunkt dieser Arbeit liegt auf der Entwicklung persönlicher und sozialer Kompetenzen, wodurch das Konzept PYD die passende theoretische Grundlage darstellt.

2.2.1 Sport for Development and Peace (SDP)

Als Folge der Identifizierung des Sports als Katalysator für verschiedene soziale Ergebnisse auf der globalen und europäischen Agenda ist die Bewegung „Sport für Entwicklung und Frieden“ (SDP) entstanden (Corvino et al., 2023). Bewegungs- und sportbasierte Projekte, wie sie im Zuge von E+ Projekten durchgeführt werden, verfolgen ähnliche Ziele wie das Konzept von SDP. SDP gewann in den 1990er Jahren an Bedeutung. Sport wurde als Instrument zur Förderung von Bildung und sozialen Fähigkeiten, insbesondere von benachteiligten Gruppen, genutzt und der Begriff „Sport for Development“ (SFD) rückte ins Rampenlicht. In den 2000er Jahren inkludierte die UN „Sport“ als wichtigen Bestandteil in ihre Programme für Entwicklung und Frieden, bei denen Armut und Entwicklung im Vordergrund standen und die MDGs (Millennium Development Goals) stark berücksichtigt wurden. Der Terminus wurde zu „Sport for Development and Peace“ erweitert und gewann seither stetig an Bedeutung. Die Kernidee hinter dem Konzept von SDP besteht darin, Bildung, Geschlechtergleichstellung, Konfliktbewältigung sowie Gesundheit und Wohlbefinden zu fördern. Organisationen wie UNICEF, Right to Play oder Peace and Sport nutzen in ihren Programmen und Projekten regelmäßig „Sport“, um soziale Entwicklung und den Frieden zu fördern (Right To Play, 2008). Gadais (2019) geht auf das transformative Potenzial von SDP ein und hebt hervor, dass der Schwerpunkt auf der Förderung der individuellen und gemeinschaftlichen Selbstbestimmung durch kulturell ansprechende Programme liegt und zeigt, wie wichtig es ist, SDP-Initiativen auf die spezifischen Bedürfnisse und Kontexte lokaler Gemeinschaften zuzuschneiden, um ihre Wirkung zu maximieren. Trotz der möglichen positiven Auswirkungen des Sports passieren diese nicht von selbst, und es sind professionelle und sozial verantwortliche Maßnahmen nötig. Diese Maßnahmen müssen an den sozialen und kulturellen Hintergrund angepasst sein und klare Ziele verfolgen. In der aktuellen wissenschaftlichen Literatur gibt es Lücken im Verständnis der genauen Mechanismen, durch die Bewegung und Sport zur Persönlichkeitsentwicklung beitragen kann (Gadais, 2019). Sowohl Right to Play (2008) als auch Gadais (2019) betonen jedoch die einzigartige Fähigkeit des Sports, soziokulturelle Grenzen zu überwinden und somit als wirksames Instrument im größeren Entwicklungsrahmen zu dienen. Durch die Integration sportbasierter Aktivitäten mit anderen Entwicklungsstrategien können SDP-Programme globale Herausforderungen wirksam angehen und zu nachhaltigem gesellschaftlichem Wachstum und Friedenskonsolidierung beitragen.

2.2.2 Positive Youth Development through Sport (PYDS)

In den 1970er- und 1980er-Jahren, als die Sport and Exercise Psychology (SEP) aufkam, konzentrierte sich die Forschung zunehmend auf die Jugendentwicklung im Sport, wodurch das Konzept „Positive Youth Development durch Sport“ (PYDS) entstand. Das moderne Konzept wurzelt tief in der Geschichte der physischen Erziehung und betont die ganzheitliche Entwicklung der Jugend in verschiedenen Dimensionen, wobei der Aufbau von Stärken und Ressourcen in den Fokus gerückt wird. Fundamental dafür war die Arbeit von Hellison (1983), die die persönliche und soziale Verantwortung von benachteiligten Jugendlichen betonte. In Bezug auf die ganzheitliche Entwicklung und die Rahmenkonzepte überschneiden sich SEP und PYDS häufig. PYDS-Programme nutzen Bewegung und Sport, um wesentliche Lebenskompetenzen und körperliche Fähigkeiten zu fördern (Gill und Hemphill, 2020). Laut Petitpas et al. (2005) erfolgt eine signifikante positive Förderung dieser Kompetenzen dann, wenn die Jugendlichen in einer wertschätzenden und unterstützenden Umgebung von Erwachsenen begleitet werden. Gould und Carson (2008) konzentrierten sich auf die Entwicklung von Lebenskompetenzen durch sportliches Training, wobei die Rolle der Trainer und die Übertragbarkeit dieser Fähigkeiten auf das Alltagsleben beschrieben wird. Ein weiteres Modell von Hodge et al. (2016) integriert die Selbstbestimmungstheorie und hebt hervor, wie wichtig ein bedürfnisorientiertes Umfeld ist.

In Bezug auf spezifische Kompetenzen in der PYDS-Forschung betonen Weiss, Kipp und Bolter (2012) Akzeptanz, Beziehungen, Selbstkonzept, Motivation, motorische Fähigkeiten und Gesundheit. Gould et al. (2014) betonen Vorteile wie Selbstvertrauen und Teamfähigkeit durch PYDS-Programme. Ullrich-French und Cole (2018) untersuchten das Programm Girls on the Run (GOTR) und fanden heraus, dass ein unterstützendes Klima zu Verbesserungen des körperlichen Selbstwerts und der emotionalen Selbstwirksamkeit führte. Die Forschung von Fry und Gano-Overway (2010) stellte fest, dass ein fürsorgliches Klima in PYDS-Programmen, in dem die Teilnehmer:innen unterstützend behandelt werden, zur Entwicklung von Empathie, Perspektivenübernahme und sozialer Verantwortung beiträgt. Hemphill et al. (2018) weisen darauf hin, dass durch PYDS-Programme die Reflektionsfähigkeit und Eigenverantwortung gestärkt werden können. Laut Fraser-Thomas et al. (2005) stärken Sportprogramme das Selbstbewusstsein von Jugendlichen, da sie durch sportliche Erfolge Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten entwickeln. Jones et al. (2017) heben hervor, dass Teamfähigkeit und soziale Bindungen durch sportliche Aktivitäten besonders gefördert werden können. Darüber hinaus zeigen Schulenkorf (2017) und Whitley et al. (2019), dass

Sportprogramme die Resilienz und sozialen Kompetenzen der Teilnehmenden stärken, indem sie helfen, Herausforderungen zu bewältigen und effektiv im Team zusammenzuarbeiten. Der RAY-MON Report (2023) verwendet den Begriff „Personal Development“ und nimmt dabei Bezug auf die acht Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen, interkulturelle und soziale Fähigkeiten, gesteigertes Selbstbewusstsein und erhöhte soziale Teilhabe.

Aufgrund der Komplexität von PYDS steht die Forschung im Bereich der Evaluation in diesem Feld immer wieder vor Herausforderungen (Erickson, Vierimaa und Pierce, 2024). Bean et al. (2018) entwickelten ein Bewertungsinstrument mit acht Merkmalen, die als entscheidend für positive Entwicklungsergebnisse in bewegungs- und sportbasierten Jugendprogrammen gelten. Dieses sogenannte „Programme Quality Assessment in Youth Sport Observation Measure“ soll dazu dienen, die Programme zu bewerten und zu verbessern sowie ein besseres Verständnis der Mechanismen zu erlangen, die für die Entwicklung von Jugendlichen im Sport wichtig sind.

Diese acht Merkmale lauten (Bean et.al., 2018):

1. Physical and psychological safety
2. Appropriate structure
3. Supportive relationships
4. Opportunities to belong
5. Positive social norms
6. Support for efficacy and mattering
7. Opportunities for skill-building – Sport and Physical Skills & Life Skills
8. Integration of family, school and community efforts

Zu jedem dieser acht Merkmale wurden verschiedene Aussagen formuliert, die durch eine 5-stufigen Likert-Skala beantwortet werden können. Wie bereits erwähnt, spielen Trainer eine entscheidende Rolle für den Erfolg der Programme. Demnach ist dieses Modell ausschließlich „Trainer-zentriert“ und nicht „Teilnehmer:innen-zentriert“. Das Modell misst, ob die Voraussetzungen für eine positive Persönlichkeitsentwicklung gegeben waren oder nicht, berücksichtigt jedoch keine spezifischen Kompetenzentwicklungen der Teilnehmenden.

Holt und McDonough (2024) decken in ihrer dritten Auflage von PYDS, ein breiteres Spektrum an Disziplinen ab, darunter Sportpsychologie, Entwicklungspsychologie,

Sportunterricht, Sportentwicklung und Sportsoziologie. Das Buch bietet unter anderem quantitative und qualitative Methoden zur Bewertung von PYD im Sport und weist auf die Bedeutung und den Nutzen der Verknüpfung von Programmplanung und -evaluierung, der Identifizierung der Evaluierungskapazität eines Programms, der Einbeziehung verschiedener Wissensnutzer, der Einbeziehung evidenzbasierter Evaluierungsansätze, der Pragmatisierung der Evaluierung durch jugendzentrierte Methoden und der effektiven Umsetzung von Evaluierungsdaten hin (Bean und Shaikh, 2024). Um die Erfahrungen der Teilnehmer:innen zu messen, wurde von MacDonald et al. (2012) das „Youth Experiences Survey for Sport“ (YES-S) entwickelt. Das Modell beinhaltet 37 items in den Bereichen „Personal and social skills“ (Items 1-14), „Cognitive Skills“ (Items 15-19), „Goal-Setting“ (Items 20-23), „Initiative“ (Items 24-27), und „Negativ Experience“ (Items 28-38), welche die Teilnehmer:innen auf einer 4-Stufigen Likert-Skala beantworten können. Die Forschung hat dieses Modell in der Vergangenheit zur Messung verwendet (siehe Bruner et al., 2022) und an den kulturübergreifenden Bewertungen des Sportkontexts angepasst (Kim et al., 2021).

The Youth Experience Survey for Sport (YES-S)

Your Experience in the Sport of: _____				
	Not at all	A little	Quite a bit	Yes definitely
1. I became better at giving feedback	1	2	3	4
2. I became better at taking feedback	1	2	3	4
3. Became better at sharing responsibility	1	2	3	4
4. Learned that working together requires some compromising	1	2	3	4
5. Learned to be patient with other group members	1	2	3	4
6. Others in this activity counted on me	1	2	3	4
7. Learned about the challenges of being a leader	1	2	3	4
8. Learned about helping others	1	2	3	4
9. Learned that it is not necessary to like people in order to work with them	1	2	3	4
10. Made a new friend	1	2	3	4
11. Got to know people in the community	1	2	3	4
12. Learned I had a lot in common with people from different backgrounds	1	2	3	4
13. I had good conversations with my parents/guardians because of this activity	1	2	3	4
14. Learned how my emotions and attitude affect others in the group	1	2	3	4
15. Improved skills for finding information	1	2	3	4
16. Improved academic skills (reading, writing, math, etc.)	1	2	3	4
17. Improved computer/internet skills	1	2	3	4
18. Improved creative skills	1	2	3	4
19. This activity increased my desire to stay in school	1	2	3	4
20. Learned to find ways to reach my goals	1	2	3	4
21. I set goals for myself in this activity	1	2	3	4
22. Learned to consider challenges when making future plans	1	2	3	4
23. Observed how others solved problems and learned from them	1	2	3	4
24. Learned to push myself	1	2	3	4
25. Learned to focus my attention	1	2	3	4
26. I put all my energy into this activity	1	2	3	4
27. Improved athletic or physical skills	1	2	3	4
28. Was treated differently because of my gender, race, ethnicity, disability, or sexual orientation	1	2	3	4
29. Adult leaders in this activity were controlling and manipulative	1	2	3	4
30. Adult leaders scared me	1	2	3	4
31. Adult leaders made personal comments that made me mad	1	2	3	4
32. Adult leaders encouraged me to do something I believed morally wrong	1	2	3	4
33. Other youth in this activity made inappropriate sexual comments, jokes, or gestures	1	2	3	4
34. Youth in this activity got me into drinking alcohol or using drugs	1	2	3	4
35. I got stuck doing more than my fair share	1	2	3	4
36. There were cliques in this activity	1	2	3	4
37. This activity has stressed me out	1	2	3	4

Abb. 1: *Youth Experiences Survey for Sport* (MacDonald et al. 2012, S. 339).

Abbildung 1 zeigt zusammengefasst (nicht nach Reihenfolge der Items geordnet) folgende persönliche und soziale Kompetenzen (Items 1-14):

- Feedback
- Verantwortungsbewusstsein
- Kompromissbereitschaft
- Rücksichtnahme auf andere Teilnehmer:innen
- Führungsqualitäten
- Hilfsbereitschaft
- Konfliktlösungskompetenz
- Teamfähigkeit
- Beziehungsaufbau
- Interkulturelle Kompetenz
- Empathie
- Kommunikationskompetenz
- Selbstreflexion

Insgesamt führen gut konzipierte PYDS-Programme, die auf die psychologische und soziale Entwicklung in einem förderlichen Klima abzielen, zu positiven Ergebnissen (Gill und Hemphill, 2020). Dzewaltowski und Rosenkranz (2014) plädieren für einen stärkeren Fokus auf körperliche Aktivität, um neben motorischen Fähigkeiten und körperlicher Kompetenz auch die lebenslange Teilhabe zu fördern.

2.2.3 Persönlichkeitsentwicklung durch E+ Jugendbegegnungen

Auf EU-Ebene soll das E+ Programm dazu beitragen, festgelegte demokratische Werte wie Chancengleichheit und Inklusion durch Bildung zu vermitteln und ein Gefühl, sich als Europäer:in zu identifizieren, stärken (Erasmus+ Programme Guide, 2024). Diese sozialen, kulturellen und ethischen Werte spielen eine wichtige Rolle in den Jugendbegegnungen und sind in diesem Setting die Grundbausteine für die Stärkung eines gemeinsamen und einheitlichen Europas. Die EU und E+ definieren in verschiedenen Absätzen spezifische Effekte, wie Gesundheit und Wohlbefinden, Inklusion und Gleichberechtigung, interkulturelle Kompetenz und soziale Integration, Teamarbeit und soziale Kompetenzen, Bildung und Persönlichkeitsentwicklung, freiwilliges Engagement und aktive Bürgerschaft sowie

Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein, die durch sportliche Aktivitäten im Rahmen des Programms gefördert werden können.

Frühere Studien, wie die „*Was bewirken Internationale Jugendprojekte in Österreich?*“, haben gezeigt, dass diese Projekte wesentliche Aspekte der persönlichen Entwicklung der Teilnehmer:innen fördern, einschließlich Wissenszuwachs und Kompetenzentwicklung (Gadinger et al., 2020). Basierend auf den Ergebnissen von Gadinger et al. (2020) führte das europäische Forschungsnetzwerk „RAY MON“ im Jahr 2023 eine Untersuchung durch, um die Auswirkungen von E+ Jugendbegegnungen auf die Teilnehmer:innen, Projektleiter:innen sowie deren Gemeinschaften zu erforschen. Der Bericht „*Effects and Outcomes of the Erasmus+ Youth in Action Programme from the Perspective of Project Participants and Project Leaders*“ beleuchtet die Motivation zur Teilnahme, den Zugang zum Programm, externe Einflüsse auf die Projekterfahrungen sowie die Erfahrungen im Hinblick auf die vier Prioritäten des E+ Programms.

Analysiert wurden unter anderem die persönliche Entwicklung der Teilnehmer:innen hinsichtlich Wissen, Fähigkeiten, Einstellungen, Werte und Verhaltensweisen. Zudem wurde untersucht, inwieweit die Programmziele (allgemeine und spezifische Ziele sowie die Berücksichtigung von Inklusions- und Partizipationsstrategien) erreicht und welche Schlüsselkompetenzen verbessert wurden.

Zur Evaluierung der *Schlüsselkompetenzen* für lebenslanges Lernen wurden die Antwortmöglichkeiten „Verwendung verschiedener Sprachen für die Kommunikation“, „Anwendung logischen Denkens“, „Nutzung digitaler Technologien“, „Umgang mit Komplexität“, „Zusammenarbeit mit anderen“, „Entwicklung von Argumenten“, „Nutzen von Gelegenheiten“, „Ausdruck von Empathie“ und „kreativer Ausdruck von Ideen“ mit der Frage „In the project I learned something about...“ abgefragt. Die Stichprobe belief sich auf 4.704, und die Antwortmöglichkeit „Cooperating with others“ wurde mit 80,5 % am häufigsten ausgewählt. „Expressing ideas creatively“ mit 69,7 % am zweithäufigsten und „Using different languages for communication“ mit 61,1 % dritthäufigsten (RAY MON, 2023).

Um die *persönliche Entwicklung* zu evaluieren, erhob die Forschung von RAY MON (2023) „Skills development“ mit der Frage: „Through the project, I improved my ability to ...“. Die größte Zustimmung lag bei „To get along with people who have a different cultural background“, wobei 55 % auf der 5-stufigen Likert-Skala „agree strongly“ auswählten. Aus Sicht der „agree strongly“-Antwortmöglichkeit lag „Communicate with people who speak another

language“ mit 49,4 % auf Platz zwei. Die geringsten Zustimmungen erhielten die Aussagen „To discuss political topics seriously“ und „To engage in tackling sociopolitical challenges“. Die Stichprobe betrug bei dieser Frage 2.679 Personen. Als dritte Kategorie wurden neben „knowledge“ und „skills“ „attitudes“ abgefragt. Hier wurde mit vier Fragen evaluiert, wie sich die Einstellung zu den Themen „kulturelle Vielfalt“, „Selbstvertrauen“, „Einfühlvermögen“ und „Selbstständigkeit“ nach der Teilnahme am Projekt verändert hat. 75,5 % schätzten kulturelle Vielfalt mehr als vor dem Projekt, die anderen drei Kategorien zeigen eine positive Zustimmung von über 65 %.

Bei der Abfrage der *vier Prioritäten von Erasmus+* wurde für „Umwelt und Bekämpfung des Klimawandels“ die Aussage „After the project, I actively contribute to environmental sustainability in my everyday life ...“ verwendet. 43,3 % wählten „more than before the project“ aus und 54,9 % „to the same extent“.

Bei der Priorität „Digitaler Wandel“ wurde unter anderem die Aussage „After the project, I am competent in using digital technologies ...“ formuliert. Rund zwei Drittel gaben an, keine Veränderung im Vergleich zu vor dem Projekt wahrgenommen zu haben. Ähnlich, mit 65,6 %, gab es bei „After the project, I am able to take care of my digital wellbeing ...“ keine wahrgenommenen Veränderungen bei den Teilnehmer:innen. Die Stichprobe war hier 1.199 Personen.

Die Priorität „Inklusion und Vielfalt“ wurde insgesamt positiv bei den Teilnehmer:innen wahrgenommen. 89,5 % stimmten zu, dass sie sich während ihrer Teilnahme am Projekt gut integriert fühlten. Die Aussagen „After the project, I actively support diversity ...“, „After the project, I actively stand up against discrimination and intolerance ...“ und „After the project, I actively stand up for my own rights ...“ wurden alle mit knapp über 50 % mit „more than before the project“ beantwortet.

Die vierte Priorität „*Teilhabe am demokratischen Leben, gemeinsame Werte und bürgerschaftliches Engagement*“ wurde von den Teilnehmer:innen insgesamt auch positiv bewertet. 53,9 % gaben an, sich in der Zivilgesellschaft mehr als vor dem Projekt zu engagieren, und 43,4 % antworteten, dass sie keine Veränderung bemerkt haben. Bei den beiden Aussagen „After the project, I am interested in participating in elections ...“ und „After the project, I am interested in participating in democratic processes ...“ stimmten 33,5 % und 41,6 % für eine erhöhte Teilnahme und jeweils mehr als die Hälfte für „to the same extent“. Die Stichprobe war 1.144 Personen.

2.2.4 Sport und sozialer Zusammenhalt

Als Überbegriff für die möglichen Effekte, die sportliche Aktivitäten während bewegungs- und sportbasierten Programme haben können, findet man in der Literatur häufig den Begriff „social cohesion“ (soziale Kohäsion). Dieser Terminus ist in der SDP-Forschung der am häufigsten verwendete Begriff (Schulenkorf et al., 2016). Laut einer Untersuchung von Svensson und Woods (2017) geben rund 10 % aller SDP-Organisationen „social cohesion“ als das primäre Ziel ihres Projektfokus an. Moustakas und Robrade (2022) haben in ihrem Review 35 Studien analysiert, die den Einsatz von Sport für sozialen Zusammenhalt untersuchten. Moustakas (2023) beschäftigt sich mit „social cohesion and sports“ in drei weiteren unterschiedlichen Studien. In der ersten Studie „Together on the Field, United off of it?: Defining, Mapping and Understanding Sport for Social Cohesion Programmes in Europe“ liegt der Schwerpunkt auf der Definition von Sportprogrammen und deren Verbindung zu sozialem Zusammenhalt. Es gibt zahlreiche Definitionen (Fonseca et al., 2019) und Messmethoden (Bruhn, 2009). Der Review von Moustakas und Robrade (2022) stellte jedoch fest, dass der Begriff „social cohesion“ bzw. „sozialer Zusammenhalt“ nicht einheitlich definiert ist, da viele Studien vage oder unvollständige Beschreibungen liefern. Aufgrund dessen besteht die Gefahr, dass Forscher, Projektmanager oder politische Entscheidungsträger ihre eigenen Interpretationen des Begriffs durchsetzen, was die tatsächliche Bewertung der Auswirkungen erschwert. Um „sozialen Zusammenhalt“ zu definieren, orientierte sich die Arbeit von Moustakas und Robrade (2022) am Modell von Schiefer und Van der Noll (2017), welches sechs Dimensionen von sozialem Zusammenhalt beschreibt. Diese sechs Dimensionen bieten eine Grundlage, um sozialen Zusammenhalt in eine theoretische Basis einzubetten und in dieser Masterarbeit den Analyseteil durchzuführen.

Die sechs Dimensionen lauten:

- Social Relations → Qualität und Stärke von Beziehungen zwischen Gruppen und Individuen.
- Sense of Identification → Gefühle der Verbundenheit und Zugehörigkeit zu einer sozialen Einheit.
- Orientation towards the Common Good → Das Gefühl der Verantwortung für das Gemeinwohl und die Einhaltung der sozialen Ordnung.
- Shared Values → Gemeinsame, von allen gesellschaftlichen Gruppen geteilte Werte.

- (In)Equality → Grad der Gleichheit bei der Verteilung der sozialen und wirtschaftlichen Ressourcen.
- Quality of Life → Objektive und subjektive Ebenen der Lebensqualität.

Diese sechs Dimensionen sind im wissenschaftlichen Diskurs etabliert. Schiefer und Van der Noll (2017) haben ein klar strukturiertes Modell des sozialen Zusammenhalts erstellt, jedoch mangelt es an vollständig transparenten und allgemein anerkannten Messgrößen, die zur Operationalisierung beitragen könnten. Forscher haben zwar den Versuch unternommen, Methoden zur Messung der einzelnen Dimensionen zu entwickeln, jedoch sind diese oft kontextabhängig. So werden beispielsweise häufig „soziale Beziehungen“ mit sozialen Netzwerken oder Sozialkapital in Verbindung gebracht, „Gefühl der Zugehörigkeit“ mit Fragen zu sozialer Identität oder Integration (Schiefer und Van der Noll, 2017; Harraka, 2002). Die sechs Dimensionen sind schwer in quantifizierbare Maße zu fassen, da sie von kulturellen, gesellschaftlichen und individuellen Faktoren abhängen (Bernard, 2002). Die künftige Forschung sollte sich daher darauf konzentrieren, transparente Messgrößen für diese Dimensionen bereitzustellen (Moustakas und Robrade, 2022).

Aufbauend auf den unklaren Messgrößen von sozialem Zusammenhalt wird das Konzept von „Sport“ in der Forschung häufig mit sozialem Zusammenhalt in Verbindung gesetzt. Sportprogramme ermöglichen es, verschiedene Aspekte des gesellschaftlichen Lebens miteinander zu verbinden. Strukturierte Aktivitäten, die körperliche Bewegung, Wettbewerb und damit meist auch soziale Interaktion beinhalten, haben das Potenzial, Menschen verschiedener Hintergründe zusammenzubringen, gemeinsam zu spielen, zu erleben und gemeinschaftsbildende Werte zu fördern (Moustakas, 2023). Durch dieses Potenzial kann die soziale Bindung gestärkt werden, was wiederum das Verständnis und die Akzeptanz der Teilnehmer:innen stärkt und somit zum Gemeinschaftsgefühl und dem sozialen Zusammenhalt beiträgt (Harraka, 2002). Im Sport ist sozialer Zusammenhalt jedoch nach wie vor nur unzureichend definiert und wird in erster Linie entlang enger Dimensionen der sozialen Beziehungen oder des Sozialkapitals konzeptualisiert (Cubizolles 2015, Sabbe et al. 2020, Raw et al., 2021).

In der zweiten Studie von Moustakas (2023) namens „From Evangelical to Structural: A Typology of European Sport for Social Cohesion Programs“ werden vier unterschiedliche Ansätze von „evangelical“ bis hin zu „belonging“ beschrieben und kategorisiert. „Evangelical“ meint Organisationen, die sich auf kontextabhängige oder unvollständige Definitionen

von sozialem Zusammenhalt stützen. Der Ansatz „Values“ beschreibt Organisationen, die Ressourcen und Orte/Räume zur Verfügung stellen, um die Teilnahme am Sport zu unterstützen, und den Sport als Mittel zur Förderung von Wohlbefinden, Gesundheit und gemeinsamen Werten wie zum Beispiel Fairness, Ehrlichkeit und Toleranz nutzen.

Der dritte Ansatz „Integration“ fokussiert sich darauf, sportliche Aktivitäten hauptsächlich für benachteiligte und marginalisierte Gruppen zugänglich zu machen, um deren soziale Eingliederung im Austausch mit etablierten Bevölkerungsgruppen zu verbessern und bei der Integration in die Gesellschaft zu unterstützen. Dies kann in der Praxis während Sportprogrammen beispielsweise durch Änderungen bzw. Vereinfachung von Regeln oder das Mischen von Teams geschehen, um die Interaktion zwischen den Teilnehmer:innen zu erleichtern. Moustakas (2023) hält in der Diskussion dieser von der Europäischen Kommission geförderten Studie fest, dass dieser Ansatz potenzielle transformative Ansätze verfehlt. Es sei wichtig, auf tiefere systemische Veränderungen abzielen und soziale oder politische Veränderungen zu fördern, anstatt sich auf die individuelle Integration von hauptsächlich marginalisierten Menschen zu konzentrieren. Solange Sportprogramme den engen Fokus auf marginalisierte Gruppen richten und keine breitere Einbindung sozialer Gruppen, Institutionen und politischer Akteure erfolgt, bleibt auch die Verbindung von Sport und sozialem Zusammenhalt fragil. Ähnlich wie beim Ansatz „Integration“ geht es im vierten Ansatz „Belonging“ um die Akzeptanz von Vielfalt, das Gefühl der Zugehörigkeit und bürgerschaftliches Engagement durch die Kombination aus Sport-, Reflexions- und Bildungsangeboten. Während es bei den ersten beiden Ansätzen „Evangelical“ und „Values“ vorwiegend um regulären Sport geht, der durch Sportverbände und Vereine implementiert wird, sind im dritten Ansatz „Integration“ und vierten Ansatz „Belonging“ meist Nichtregierungsorganisationen bzw. SDP-Organisationen mit Projekten, Events oder Freiwilligendiensten im Einsatz.

In der dritten Studie von Moustakas (2023) „Sport and social cohesion within European policy: A critical discourse analysis“ werden die politischen Diskurse und Richtlinien in Europa, durch die Sport den sozialen Zusammenhalt fördert, hinterfragt. Die Studie kritisiert, dass europäische Politik und Projekte systematische Ungleichheiten und die Rolle privilegierter Gruppen ignorieren und fordert, dass Politik und Projekte alle gesellschaftlichen Ebenen einbeziehen, um echten sozialen Zusammenhalt zu fördern.

Zusammenfassend wird festgehalten, dass Bewegung und Sport in Verbindung mit sozialem Zusammenhalt in dieser Arbeit als übergeordnetes Konstrukt für persönliche und soziale Entwicklung sowie die Erreichung der vier Prioritäten von E+ durch die Entwicklung

kollektiver Werte gesehen werden können. Sozialer Zusammenhalt wird demnach als dynamischer Prozess definiert, der alle Aspekte dieser quantitativen Forschung abdeckt und untersucht. Zum Beispiel tragen Zusammenarbeit (Cooperation) und freiwilliges Engagement (Voluntary Engagement) zur Förderung von sozialer Integration (Social Integration) und Toleranz (Tolerance and Respect) bei. Konfliktlösung (Conflict Resolution) und Teamarbeit (Teamwork) sind Schlüsselstrategien, die wiederum die Resilienz (Resilience) innerhalb von Gemeinschaften aufbauen und den sozialen Zusammenhalt stärken.

2.3 Einbettung der ausgewählten sportspezifischen Kompetenzen

Vergleicht man die Aspekte und Effekte, die bewegungs- und sportbasierte Jugendbegegnungen laut dem Erasmus+ Programme Guide (2024) haben sollen, mit der analysierten wissenschaftlichen Literatur, ergibt sich eine weitgehende Übereinstimmung in Bezug auf die Ziele und möglichen Effekte von Bewegungs- und Sportprogrammen.

Folgende Eigenschaften/Kompetenzen wurden darauf basierend als besonders förderfähig durch bewegungs- und sportbasierte Programme klassifiziert:

- *Persönliche Kompetenzen:* Selbstvertrauen, Resilienz, Verantwortungsbewusstsein, Gesundheit und Wohlbefinden, Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein
- *Soziale Kompetenzen:* Empathie, Teamarbeit, Konfliktlösung, Kooperation, Führungsqualitäten, Toleranz und Respekt, Soziale Integration, Interkulturelle Kompetenz, Freiwilliges Engagement

Im folgenden Abschnitt werden diese im Theorieteil herausgearbeiteten sportspezifischen Kompetenzen, die besonders gut geeignet sind, um soziale und persönliche Kompetenzen zu fördern, beschrieben, kontextualisiert und den sechs Dimensionen sozialen Zusammenhalts von Schiefer und Van der Noll (2017) sinngemäß zugeordnet. Von den vier Haupttypen des „sozialen Zusammenhalts und Sports“ von Moustakas (2023) werden der dritte Typ „Integration“ und der vierte Typ „Belonging“ herangezogen, um sozialen Zusammenhalt und Sport einzubetten. Die Begründung dafür liegt in der Tatsache, dass sich diese Studie auf E+ Jugendbegegnungen bezieht, die meist ähnliche Ziele verfolgen und oft von NGOs beziehungsweise SDP-Organisationen durchgeführt werden.

2.3.1 Selbstvertrauen

Selbstvertrauen bedeutet, dass man ein realistisches Gefühl für seine persönlichen Fähigkeiten hat. Es basiert auf dem Vertrauen, erfolgreich zu sein und Hürden zu überwinden, die einem im Weg stehen (Vigil-Otero und Willard, 2023). Diese Sicherheit spielt eine zentrale Rolle für das allgemeine Wohlbefinden, da sie Ängste verringern, die persönliche Zufriedenheit erhöhen und die psychische Gesundheit verbessern kann. Personen mit höherem Selbstvertrauen berichten häufig über bessere Lebensergebnisse, einschließlich beruflicher Zufriedenheit, persönlicher Beziehungen und allgemeiner Zufriedenheit (Deci und Ryan, 2017). Selbstvertrauen steht im Einklang mit der sechsten von Schiefer und Van der Noll (2017) beschriebenen Dimension „Quality of Life“, die sowohl objektive als auch subjektive Aspekte der Lebenszufriedenheit umfasst. Die Aussage im Fragebogen dieser Untersuchung lautet: „I feel more self-assured in new situations and in expressing my ideas“ spiegelt diesen Zusammenhang wider und deutet darauf hin, dass ein gestärktes Selbstvertrauen zu einer erfüllteren und bereicherten Lebenserfahrung führen kann. Die Studie von Durrani et al. (2024) kam zu dem Schluss, dass Sport als wichtigster Parameter für die psychische Gesundheit eine wichtige Rolle bei der Entwicklung von Selbstvertrauen bei Schülern spielt.

2.3.2 Resilienz

Unter Resilienz versteht man die Fähigkeit, schwierigen oder stressigen Situationen durch das Vorhandensein zusätzlicher Schutzfaktoren entgegenzuwirken beziehungsweise sie effektiv zu bewältigen, sich schnell von Herausforderungen oder Rückschlägen zu erholen und letztlich positive langfristige Ergebnisse zu erzielen. Resilienz wird in neuen Ansätzen auch als ein dynamischer Prozess wahrgenommen, ist aber nach wie vor ein unzureichend definiertes Konzept (Stainton et al., 2019). Belcher et al. (2021) untersuchten in einer Studie die Bedeutung von körperlicher Aktivität, Sport und Fitness zur Förderung der Resilienz im Jugendalter und die Auswirkungen auf das psychische Wohlbefinden und die Gehirnentwicklung. Die Ergebnisse zeigen, dass Resilienz durch Bewegung und Sport gefördert werden kann, indem einzelne Hirnregionen sowie neuronale Schaltkreise die Emotions- und Verhaltensregulation stärken und dadurch die psychische Widerstandsfähigkeit erhöht wird. Das aktive Ausüben von Bewegung und Sport wirkt unterstützend bei der Überwindung von Rückschlägen und der Entwicklung von Durchhaltevermögen. Menschen mit hoher Resilienz berichten häufig über bessere Ergebnisse in verschiedenen Lebensbereichen, einschließlich persönlicher Entwicklung und Lebenszufriedenheit. Resilienz passt zur sechsten Dimension „Quality of Life“, wie sie von Schiefer und Van der Noll (2017) beschrieben wird, da

eine hohe Resilienz zur Verbesserung der Lebenszufriedenheit beiträgt. Die Aussage im Fragebogen „I became better at overcoming challenges and managing setbacks“ spiegelt diesen Zusammenhang direkt wider und zeigt, dass eine verbesserte Resilienz positive Effekte auf die psychische Gesundheit und das allgemeine Wohlbefinden hat.

2.3.3 Verantwortungsbewusstsein

„Sense of Responsibility“ umfasst persönliche Verantwortung, soziale Verantwortung und Rechenschaftspflicht (Opstoel et al., 2020). Diese Kompetenz betont die Übernahme von Verantwortung für das Wohlergehen anderer und steht in engem Zusammenhang mit der dritten Dimension „Orientation towards the Common Good“, wie sie von Schiefer und Van der Noll (2017) beschrieben wird. „Sense of Responsibility“ bezieht sich auf die Verpflichtung, so zu handeln, dass man nicht nur selbst, sondern auch die Gemeinschaft im weiteren Sinne davon profitiert. Das bedeutet, dass man oftmals seinen eigenen Gewinn dem kollektiven Wohlergehen vorziehen muss. Es ist eine wesentliche Voraussetzung für die Förderung des sozialen Zusammenhalts und basiert auf persönlichen Erfahrungen und gesellschaftlichen Erwartungen. Dafür wurde im Online-Fragebogen dieser Arbeit die Aussage „I feel more responsible for my actions and their impact on others.“ formuliert. Das „Teaching Personal and Social Responsibility“ (TPSR)-Modell von Hellison (2011) besteht aus fünf Verantwortungsebenen und zielt auf die Entwicklung von physischem, emotionalem, sozialem und kognitivem Wachstum ab. Sportliche Aktivitäten sind in diesem Modell von Hellison (2011) laut Gill und Hemphill (2020) besonders hilfreich, um persönliche und soziale Verantwortung zu stärken und die dabei erlernten Fähigkeiten auf andere Lebensbereiche zu übertragen.

Die fünf Ebenen/Levels nach Hellison (2011) lauten:

- Respekt vor den Rechten und Gefühlen anderer – Dieser erste Schritt fördert das Verständnis und die Achtung gegenüber anderen Menschen in einer Gemeinschaft.
- Anstrengung und Kooperation – Der Fokus liegt auf der Bereitschaft, zu zeigen, mit anderen zusammenzuarbeiten.
- Selbstbestimmung und Unabhängigkeit – Teilnehmer:innen werden ermutigt, Eigeninitiative zu entwickeln und unabhängig Entscheidungen zu treffen.
- Anderen helfen und Führung übernehmen – Dieses Level betont die Hilfeleistungen für andere und das Entwickeln von Führungsqualitäten.

- Übertragung außerhalb des Sports – Die im TPSR-Modell erlernten Fähigkeiten durch sportliche Aktivitäten sollen auch in andere Lebensbereiche beziehungsweise Alltagssituationen integriert werden, um die gesellschaftliche Verantwortungsübernahme zu fördern.

2.3.4 Gesundheit und Wohlbefinden

Eather et al. (2023) haben in einem systematischen Review den Einfluss von Sportteilnahme auf die mentale Gesundheit untersucht. Die Definition von „Mental Health & Well-being“ ist ein multidimensionaler Ansatz und umfasst einen Zustand des Wohlbefindens, in dem Individuen ihr Potenzial entfalten, mit den alltäglichen Herausforderungen des Lebens umgehen, produktiv arbeiten und zur Gemeinschaft beitragen können. Die Ergebnisse des Reviews verdeutlichen die signifikanten Auswirkungen verschiedener Sportarten und körperlicher Aktivitäten auf die mentale Gesundheit und das Wohlbefinden von Individuen. Sportliche Betätigungen, insbesondere in Team-Kontexten, haben positive Effekte auf das mentale Wohlbefinden. Die Forschung hebt hervor, dass sowohl individuelle als auch soziale Aspekte der sportlichen Betätigung zu einer besseren psychischen Verfassung und einem höheren Maß an sozialer Verbundenheit beitragen. Trotz der positiven Zusammenhänge zwischen sportlicher Aktivität und mentalem Wohlbefinden zeigen einige Studien, dass bestimmte Sportarten keinen direkten Einfluss auf die Lebensqualität haben. Allerdings könnten langfristige positive Effekte durch eine fortgesetzte Teilnahme entstehen. Letztlich wird die Bedeutung der Integration von Sportprogrammen in das tägliche Leben hervorgehoben, um nachhaltige Vorteile für die psychische Gesundheit zu erzielen (Eather et al., 2023). „Mental Health and Well-being“ wird der sechsten Dimension von Schiefer und Van der Noll (2017) „Quality of Life“ zugeordnet. Als Aussage im Fragebogen wurde „I developed the ability to promote my physical and mental health and maintain a balanced life.“ formuliert.

2.3.5 Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein

Die vierte Dimension von Schiefer und Van der Noll (2017) „Shared Values“ passt zur Kompetenz „Sustainability and Environmental Awareness“, bei der es um gemeinsame, von allen gesellschaftlichen Gruppen geteilte Werte geht, die gelebt werden. Als Antwortmöglichkeit wurde für diese Kompetenz die Aussage „I learned to use natural resources responsibly and recognize and address environmental issues.“ formuliert. Millington und Darnell (2019) befassen sich in ihrer Studie mit den komplexen Zusammenhängen zwischen Sport,

Entwicklung und ökologischer Nachhaltigkeit. Sowohl die direkten Auswirkungen des Sports auf die Umwelt als auch seine Rolle in der Förderung von Nachhaltigkeit und gesellschaftlichem Wohlstand werden vertieft diskutiert und mit den Nachhaltigkeitszielen der Vereinten Nationen (SDGs) in Verbindung gebracht. Seit der Einführung der SDGs im Jahr 2015 wird untersucht, wie der Sport zu einem stärkeren Umweltbewusstsein und sozialer Verantwortung beitragen kann. Mega-Events wie die Olympischen Spiele zeigen sowohl Chancen als auch Risiken für die Umwelt. Eine zentrale Herausforderung auf lokaler, nationaler und internationaler Ebene bleibt es, die Bedürfnisse von Mensch, Wirtschaft und Natur in Einklang zu bringen.

2.3.6 Empathie

Im Kontext von Sport wird „Empathie“ als die Fähigkeit verstanden, Gefühle, Gedanken und Erfahrungen anderer zu verstehen, sich der eigenen bewusst zu sein und sensibel darauf zu reagieren (Fedorchuk, 2024). Als Antwortmöglichkeit im Online-Fragebogen wurde die Aussage „I became better at understanding and sharing the feelings of others.“ verwendet. „Empathie“ wird der ersten Dimension „Social Relations“ von Schiefer und Van der Noll (2017) zugeordnet. „Social Relations“ fördern direkte soziale Interaktionen und verbessern die Kommunikation sowie die Beziehungen untereinander. Durch das Schaffen eines sicheren Umfelds während bewegungs- und sportbasierten Programmen, in dem Verständnis und gegenseitiger Respekt gefördert werden, hilft Empathie, Konflikte zu lösen und die Teamfähigkeit zu verbessern. Insbesondere Teamsportarten, bei denen das Verstehen anderer Perspektiven entscheidend ist, können Empathie fördern. Sportarten wie Basketball, Volleyball oder Fußball bieten diese Gelegenheit, da sich die Spieler ständig in die Rolle ihrer Mit- und Gegenspieler versetzen müssen, um erfolgreich zu sein. Laut dem Artikel von sportanddev (2022) „Learning to be with others: Using sport to develop empathy“ eignen sich sowohl Sportprogramme, die auf Kooperation als auch auf Wettbewerb setzen, durch ihre emotionale und körperliche Natur gut, um das Einfühlvermögen zu stärken.

2.3.7 Teamarbeit

Die Definition von „Teamwork“ im sportlichen Kontext bezieht sich auf die koordinierte Zusammenarbeit einer Gruppe von Individuen, um ein gemeinsames Ziel zu erreichen. Dabei geht es weniger um individuelle Leistungen, sondern mehr um die kollektive Anstrengung und das Zusammenspiel von Mitgliedern mit unterschiedlichen Rollen und Fähigkeiten (McEwan und Beauchamp, 2014). In Zusammenhang mit sozialer Kohäsion wird

„Teamwork“ ebenfalls der ersten Dimension „Social Relations“ von Schiefer und Van der Noll (2017) zugeordnet. Als Antwortmöglichkeit im Fragebogen für diese Kompetenz wurde die Aussage: „I gained experience in working collaboratively with diverse groups“ formuliert. Teamwork stärkt demnach Beziehungen zwischen Individuen und innerhalb eines Teams/einer Gruppe, fördert direkte soziale Interaktionen und verbessert die Kommunikation. Durch Zusammenarbeit entwickeln Teilnehmer:innen starke soziale Bindungen und ein besseres Handlungsverständnis füreinander. Teamsportarten und kooperative Sportprogramme können sich durch ihren integrativen Ansatz gut dafür eignen, die Teamfähigkeit zu stärken (McEwan und Beauchamp, 2014).

2.3.8 Konfliktlösung

Die Definition von „Konfliktlösung“ bezieht sich auf den Prozess der effektiven Identifizierung und Bewältigung von Meinungsverschiedenheiten oder Spannungen innerhalb einer Gruppe, um eine harmonische und produktive Umgebung zu gewährleisten. Es geht bei Konfliktlösung nicht nur darum, Differenzen zu klären, sondern auch darum, soziale Fähigkeiten zu entwickeln, die das Verständnis und die Zusammenarbeit fördern (Fröhlich-Gildhoff, 2005).

In Bezug auf das Modell von Schiefer und Van der Noll (2017) wird „Konfliktlösung“ ebenfalls der ersten Dimension „Social Relations“ zugeordnet. Sie kann als „Werkzeug“ für aktive und positive Beziehungen gesehen werden, da die Auseinandersetzung mit verschiedenen Meinungen die Beziehungsdynamik stärkt. Fröhlich-Gildhoff (2005) hat ein De-Eskalations- und Konfliktlösungsverfahren entwickelt, das Pädagog:innen und Jugendarbeiter:innen Methoden „in die Hand“ gibt, die ein klares und systematisches Handeln in Konfliktsituationen aufzeigen. Die Methode basiert neben den Handlungsschritten auf der Notwendigkeit, als Konfliktlöser:in Sprache, Stimmlage, Haltung, Inhalte der Botschaft sowie Mimik und Gestik der jeweiligen Zielgruppe anzupassen.

Als Antwortmöglichkeit im Fragebogen für diese Kompetenz wurde die Aussage: „I learned to negotiate joint solutions when there are different viewpoints“ formuliert, denn zu Konfliktlösungsfähigkeiten zählt ebenso das gemeinsame und demokratische Aushandeln von Lösungen innerhalb einer Gruppe, wenn es unterschiedliche Standpunkte gibt. Durch verbesserte Kommunikation und Verständnis füreinander können individuelle Beziehungen gestärkt und Spannungen reduziert werden. Sportliche Aktivitäten, die die Bedeutung von

Regelbefolgung und Fairplay betonen, bieten optimale Gelegenheiten, diese Fähigkeit zu entwickeln und zu fördern.

2.3.9 Kooperation

Im Artikel von Fernandez-Rio und Casey (2021) wird Kooperation als eine grundlegende pädagogische Komponente im Sportunterricht sowie generell der körperlichen Bildung betrachtet, bei der Teams oder Gruppen kollaborativ gemeinsame Ziele erreichen müssen. Sportliche Aktivitäten eignen sich sehr gut, um die Bereitschaft zur Kooperation und Beitragsleistung zu fördern. Diese Definition wird wiederum mit der ersten Dimension von Schiefer und Van der Noll (2017) „Social Relations“ in Verbindung gebracht, die Kooperation als Schlüsselaspekt von Bildung sehen. Vor allem kooperative Teamaufgaben, die keinen Gewinner und Verlierer definieren, eignen sich gut dafür, sozialen Austausch und Interaktion positiv zu beeinflussen. Für die Online-Untersuchung wurde für diese Kompetenz die Aussage: „I became more willing to cooperate and contribute to group goals.“ ausgewählt.

2.3.10 Führungsqualitäten

McCauley (2024) definiert für das Center for Creative Leadership (CCL) im Artikel „What Is Leadership? A Definition Based on Research“ den Begriff „Leadership“ als einen sozialen Prozess, der durch das Zusammenarbeiten von Individuen stattfindet, um Ergebnisse zu erzielen, die alleine nicht erreicht werden könnten. „Leadership“ findet nicht isoliert statt, sondern in einem Prozess von Interaktionen und Beziehungen. Effektives „Leadership“ basiert laut CCL (2024) auf den drei Hauptelementen „direction“, „alignment“ und „commitment“. Das erste Element „direction“ bedeutet, dass es innerhalb einer Gruppe ein einheitliches Verständnis über das zu erreichende Ziel gibt. Klare Ziele motivieren und schaffen eine effektive Verteilung von Ressourcen. Der zweite Aspekt „alignment“ bezieht sich auf die Koordination der Arbeitsweise innerhalb einer Gruppe, sodass alle Mitglieder ihre Rollen kennen und verstehen, wie ihre Arbeit zum gemeinsamen Ziel beiträgt. Je besser dieser Prozess funktioniert, desto effizienter kann gearbeitet werden und desto weniger Missverständnisse gibt es. Das dritte Element „commitment“ beschreibt ein Gemeinschaftsgefühl hinsichtlich der Verantwortung für den Erfolg der Gruppe. Alle Gruppenmitglieder sind bereit und fühlen sich gegenseitig verpflichtet, ihren Beitrag zu leisten, um den gemeinsamen Erfolg zu sichern.

Von den 6 Dimensionen von Schiefer und Van der Noll (2017) wird „Leadership“ der ersten Dimension „Social Relations“ zugeordnet, da es nach dieser Herleitung wiederum um die

Qualität und Stärke von Beziehungen zwischen Gruppen und Individuen geht. Um diese Kompetenz im Fragebogen zu evaluieren, wurde in der Umfrage die Antwortmöglichkeit: „I feel more capable of leading a group and motivating others.“ ausgewählt.

2.3.11 Toleranz und Respekt

Hjerm et al. (2020) betrachtet Toleranz und Respekt in enger Wechselbeziehung zueinander. Toleranz bezieht sich stark auf das Akzeptieren und Dulden von Meinungen, Glaubensrichtungen oder Verhaltensweisen, die man selbst nicht teilt oder für falsch hält, ohne zu urteilen oder sie verändern zu wollen. Respekt bedeutet, andere Personen oder Gruppen zu würdigen sowie deren Rechte anzuerkennen und zu schätzen, auch wenn sie sich von den eigenen unterscheiden. Ein zentrales Ergebnis dieser Forschung ist, dass Toleranz alleine nicht ausreicht, um Vorurteile zu mindern. Respekt schließt Toleranz mit ein und umgekehrt, sodass die Wertschätzung von Vielfalt erforderlich ist, um eine Kultur des gegenseitigen Verständnisses zu fördern. Laut Ubaidulloev (2018) ist Sport ein wirkungsvolles Instrument zur Förderung von Frieden, Toleranz und Respekt. Gemeinsame sportliche Aktivitäten können Menschen unabhängig von Geschlecht bzw. Geschlechtsidentität, äußerem Erscheinungsbild, Kultur, Behinderungen, religiösen Überzeugungen, finanziellen Möglichkeiten, Herkunftsland, Muttersprache oder anderen Merkmalen Werte wie Respekt und Toleranz vermitteln. Im sportlichen Kontext bietet Toleranz die Grundlage für Fairness und Zusammenarbeit, während Respekt als Fundament für eine harmonische Interaktion miteinander dient. „Toleranz und Respekt“ wird der vierten Dimension „Shared Values“ von Schiefer und Van der Noll (2017) zugeordnet, da in dieser Dimension ein harmonisches Zusammenleben, gemeinsame moralische und ethische Grundsätze sowie geteilte Werte von allen gesellschaftlichen Gruppen betont werden. Die Aussage „I learned to value different perspectives and show respect for others“ bildet diese Kompetenz in der Online-Umfrage als Antwortmöglichkeit ab.

2.3.12 Soziale Integration

Soziale Integration ist ein komplexes, multidimensionales Konzept, welches die Fähigkeit von Individuen beschreibt, sich am sozialen, kulturellen, wirtschaftlichen und politischen Leben in ihren lokalen Gemeinschaften zu beteiligen. Je nach Kontext variieren die Definitionen, die oft Aspekte wie wirtschaftliche, politische, kulturelle und psychologische Integration umfassen. Die wirtschaftliche Integration bildet in der Regel die Grundlage sozialer Integration, während die psychologische Integration, die auf der wirtschaftlichen und

politischen Dimension aufbaut, als letzte Stufe dieses Prozesses angesehen wird. Psychologische Integration spielt eine wichtige Rolle im Kontext von Immigration und Integration und beinhaltet ein Gefühl der Zugehörigkeit und Verbundenheit mit der neuen Umgebung sowie gemeinsame gesellschaftliche Normen und gegenseitige Verpflichtungen mit der Aufnahmegesellschaft (Xie et al., 2022). Die Studie von Xie et al. (2022) unterstreicht die positiven Auswirkungen formeller und informeller sozialer Teilhabe auf die psychologische Integration. Die Beteiligung an bewegungs- und sportbasierten E+ Jugendbegegnungen hat die Möglichkeit, die Identität zur Gruppe zu stärken und zu einer erfolgreichen sozialen Integration beizutragen.

„Social Integration“ wird der zweiten Dimension „Sense of Identification“ von Schiefer und Van der Noll (2017) zugeordnet. Diese Dimension bezieht sich auf das Gefühl, sich als Teil einer Gemeinschaft zu fühlen, indem die Fähigkeit gefördert wird, kulturelle Unterschiede zu überbrücken und soziale Zugehörigkeit für sich selbst sowie andere zu fördern und zu entwickeln. Dafür wurde im Fragebogen die Aussage: „I learned to help others feel included in the community and to break down barriers.“ als Antwortmöglichkeit formuliert.

2.3.13 Interkulturelle Kompetenz

Die Studie von Elia und Mansouri (2020) untersuchte in einem systematischen Review die verschiedenen Dimensionen und Facetten interkultureller Kompetenz und deren Einfluss auf soziale Prozesse. Intercultural Competence (IC) wird oft als eine Kombination von Wissen (knowledge), Fähigkeiten (skills) und Haltungen (values) beschrieben, welche für ein angemessenes Handeln in gemischten kulturellen Kontexten notwendig sind und umfasst Fähigkeiten, die sich mit verwandten Begriffen wie interkulturellem Verständnis, interkultureller Kommunikation, interkulturellem Dialog und interkultureller Bildung überschneiden. IC erweitert die meisten Definitionen, wie die des interkulturellen Verständnisses, indem die wesentliche Rolle der Kommunikation und des Austauschs zwischen Menschen mit unterschiedlichem kulturellen Hintergrund im Vordergrund steht und beispielsweise das Konzept von Intercultural Dialogue miteinschließt (Brandt, 2024). IC wird der zweiten Dimension „Sense of Identification“ von Schiefer und Van der Noll (2017) zugeordnet und mit der Antwortmöglichkeit: „I learned to get along with people who have a different cultural background“ untersucht. Um die interkulturelle Kompetenz zu steigern, sind verschiedene Ansätze und Aktivitäten von Bedeutung. Eine der effektivsten Methoden ist die kulturelle Immersion, bei der man sich in andere Kulturen eintaucht, wie es etwa bei interkulturellen Jugendbegegnungen der Fall ist. Sie ermöglicht es, ein tieferes Verständnis und eine größere

Wertschätzung der Vielfalt zu entwickeln. In Workshops, in denen Fähigkeiten zur Überwindung von Kommunikationsbarrieren und Vorurteilen vermittelt werden, durch das Erlernen von Sprachen oder durch Sensibilisierungsworkshops, in denen Teilnehmende die Aufgeschlossenheit gegenüber kulturellen Unterschieden fördern, wird das Lernen erleichtert und das interkulturelle Verständnis verbessert (Zilola et al., 2023). Sportliche Aktivitäten können dabei eine signifikant positive Rolle einnehmen (Puente-Maxera et al., 2020).

2.3.14 Freiwilliges Engagement

Laut Erasmus+ Programme Guide (2024) umfasst „Voluntary Engagement“ alle freiwilligen, unbezahlten Aktivitäten, die einen positiven Einfluss auf die Gemeinschaft haben und auf Solidarität, Integration sowie den Austausch von Ideen und Erfahrungen abzielen. Mit dieser Definition von Erasmus+ wird „Voluntary Engagement“ oft in Verbindung mit Aktivitäten und Programmen gesehen, die junge Menschen dazu ermutigen, sich aktiv in der Gemeinschaft auf lokaler, regionaler oder europäischer Ebene einzubringen. Freiwillige Tätigkeiten können soziale, kulturelle, ökologische oder politische Bereiche umfassen. Die dritte Dimension „Orientation towards the Common Good“ von Schiefer und Van der Noll (2017) stellt sich als passende Zuordnung für „Voluntary Engagement“ heraus. Um das Engagement der Projektteilnehmenden für die Gemeinschaft nach Projektende zu evaluieren, wurde im Fragebogen die Aussage: „I became more committed to contributing my time and resources to support my community“ formuliert. Das freiwillige Engagement im Sportbereich ist vielfältig und umfasst sowohl organisatorische als auch soziale Aspekte. Freiwillige spielen eine entscheidende Rolle in Sportvereinen und -veranstaltungen. Aus der wissenschaftlichen Literatur geht hervor, dass das freiwillige Engagement nicht nur für die Vereine von Vorteil ist, sondern auch eine Reihe persönlicher und sozialer Vorteile für die Freiwilligen selbst mit sich bringt (Xia et al., 2024), (Ibsen et al., 2019).

3 Methodik

3.1 Forschungsperspektive

Meine persönliche Erfahrung, die ich aus der Organisation und Leitung einer bewegungs- und sportbasierten E+ Jugendbegegnung gewonnen habe, bietet auf der einen Seite eine wertvolle Perspektive für diese Masterarbeit. Allerdings erfordert dies auch ein erhöhtes Bewusstsein für potenzielle Voreingenommenheit und Interessenkonflikte. Durch einen transparenten Ansatz, die Einbindung unabhängiger Gutachter im Forschungsprozess und die Einbeziehung der Reflexivität in den Forschungsprozess möchte ich sicherstellen, dass diese Masterarbeit eine glaubwürdige und objektive Analyse der Effekte von bewegungs- und sportbasierten E+ Jugendbegegnungen liefert.

3.2 Erhebungsinstrumente und Fragebogendesign

Die Methodik dieser Studie basiert auf einer quantitativen Querschnittsuntersuchung durch eine Online-Befragung von Teilnehmenden, die zwischen 2021 und 2024 an bewegungs- und sportbasierten E+ Jugendbegegnungen teilgenommen haben. „Bewegungs- und sportbasierte Jugendbegegnungen“ beziehen sich in dieser Arbeit ausschließlich auf von E+ geförderte Projekte der Leitaktion 1: Mobilitätsprojekte für junge Menschen – „Jugendbegegnungen“, die den Schwerpunkt während des Austauschs auf sportliche Aktivitäten legten. Mittels der Plattform „Jotform“ wurde ein anonymisierter und GDPR-konformer Online-Fragebogen erstellt. Dieser beinhaltet, basierend auf bewährten Methoden der Studie von RAY-MON (2023), standardisierte Fragen und wurde um bewegungs- und sportbasierte Aspekte gezielt erweitert und kombiniert. Dafür wurden aus dem „Youth Experiences Survey for Sport“ von MacDonald et al. (2012) und weiterer Literatur besonders förderliche Kompetenzen, die durch Bewegungs- und Sportprojekte entwickelt werden können – wie zum Beispiel Selbstbewusstsein, Teamarbeit oder Resilienz –, in den Fragebogen integriert. Ein besonderes Augenmerk lag auf den Items „Personal and Social Skills“ (Items 1–14), „Cognitive Skills“ (Items 15–19) und „Goal-Setting“ (Items 20–23) des Surveys von MacDonald et al. (2012). Die Items „Initiative“ (Items 24–27) und „Negative Experience“ (Items 28–38) wurden in dieser Arbeit weggelassen, da es nicht das primäre Ziel von Erasmus+ Jugendbegegnungen ist, sportliche Fähigkeiten zu entwickeln, und der Fragebogen möglichst kurz gehalten werden sollte.

Der Fragebogen wurde in folgende Bereiche unterteilt:

1. Demographische Daten

2. Soziale und persönliche Hintergründe
3. Projektreferenzen
4. Soziale Kompetenzentwicklung
5. Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen
6. Vier Prioritäten von Erasmus+
7. Persönliche Kompetenzentwicklung

Die Variablen der unterschiedlichen Bereiche wurden mit Hilfe von Likert-Skalen, die es den Teilnehmer:innen ermöglichen, ihre Wahrnehmungen auf einer fünfstufigen Skala zu bewerten, wobei 1 für „stimme überhaupt nicht zu“ und 5 für „stimme voll zu“ steht, sowie einer nominalen Skala, wodurch die Häufigkeit hinsichtlich der Relevanz erfasst werden konnte, operationalisiert.

3.3 Kategorisierung und Herleitung der Variablen

3.3.1 Soziale und persönliche Hintergründe

Die Frage sowie die Kategorien (Barrieren) und Antwortmöglichkeiten wurden zur besseren Vergleichbarkeit von der Europäischen Kommission (2024) und deren aktuellen Kategorien zur Evaluierung von Barrieren übernommen.

Tab. 1: Kategorisierung der Barrieren

Frage: Do you consider that in your life you faced at least one of the following barriers, putting you at a disadvantage compared to other persons of the same age, status, or ability?

Kategorie: Barrieren	Variablen (Antwortmöglichkeiten)
Behinderungen	Disability / special needs – e.g. mental (intellectual, cognitive, learning), physical, sensory or other disabilities
Gesundheitsprobleme	Health problems - e.g. chronic health problems, severe illnesses or psychiatric conditions
Hindernisse im Zusammenhang mit Systemen der allgemeinen und beruflichen Bildung	Educational difficulties - e.g. learning difficulties, early school-leaver, poor school performance
Kulturelle Unterschiede	Cultural differences - e.g. immigrant, refugee or with immigrant or refugee family background, belonging to a national or ethnic minority

Wirtschaftliche Hindernisse	Economic obstacles - e.g. low standard of living, low income, dependence on social welfare system, long-term unemployment or poverty, debt or financial problems
Soziale Hindernisse	Social obstacles - e.g. facing discrimination because of gender, ethnicity, religion, sexual orientation
Geografische Hindernisse	Geographical obstacles - e.g. from remote or rural areas (limited public transport, poor facilities)

Quelle: Europäische Kommission 2024.

3.3.2 Sportliche Aktivitäten

Tab. 2: Kategorisierung der Sportarten

Frage: Which sports activities did you mainly do during this Youth Exchange?

Sportart-Gruppe	Variablen (Antwortmöglichkeiten)
Ball- und Sportsportarten	Fußball, Volleyball, Basketball, Handball, Ultimate Frisbee, Tennis, Badminton, Tischtennis,...
Fitness und Gesundheitssport	Yoga, Pilates, Zumba, Aerobic,...
Individuelle Sportarten	Laufen, Radfahren, Schwimmen, Schifahren/Snowboarden, Leichtathletik, Turnen, Kampfsportarten, Tanzen,...
Abenteuer- und Outdoor-Sportarten	Wandern, Klettern, Kajakfahren, Canyoning,...
Kombination mehrerer Sportarten	z.B. Tanzen, Wandern, Yoga, Tennis,...

Quelle: eigene Darstellung.

3.3.3 Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen

Die Schlüsselkompetenzen aus der RAY-MON (2023) Studie wurden leicht angepasst, da bei den formulierten Beispielen doppelte Zuordnungen zu den abgeleiteten acht Schlüsselkompetenzen möglich waren. Die genannten Beispiele waren: using different languages for

communication, applying logical thinking, using digital technologies, dealing with complexity, cooperating with others, developing arguments, acting upon opportunities, expressing myself with empathy und expressing ideas creatively. In der Studie wurde jedoch nicht näher erläutert, welche Beispiele welcher Schlüsselkompetenz zugeordnet werden.

Einige Zuordnungen sind eindeutig:

- Using different languages for communication fällt eindeutig in die mehrsprachige Kompetenz.
- Applying logical thinking ist ein zentraler Bestandteil der mathematischen und naturwissenschaftlichen Kompetenz und kann der Schlüsselkompetenz *Mathematical competence and competence in science, technology, and engineering* zugeordnet werden.
- Using digital technologies lässt sich eindeutig der digitalen Kompetenz zuordnen.
- Developing arguments gehört klar zur Sprach- und Ausdruckskompetenz.
- Acting upon opportunities ist klar der *Entrepreneurship competence* zuzuordnen.

Andere Beispiele, wie *dealing with complexity*, *cooperating with others*, *expressing myself with empathy* und *expressing ideas creatively*, können meiner Ansicht nach nicht eindeutig einer der verbleibenden Kompetenzen – *persönliche, soziale und Lernkompetenz*, *bürger-schaftliche Kompetenz* oder *kulturelles Bewusstsein und kulturelle Ausdrucksfähigkeit* – zugeordnet werden.

Daher wurden für diese drei Kompetenzen folgende spezifischere Beispiele neu formuliert:

- Für *persönliche, soziale und Lernkompetenz*: resolving conflicts independently.
- Für *bürgerschaftliche Kompetenz*: contributing my ideas to improve the local environment.
- Für *kulturelles Bewusstsein und kulturelle Ausdrucksfähigkeit*: respecting traditions from other cultures.

Tab. 3: Kategorisierung der Schlüsselkompetenzen

Frage: *In the project, I learned something about...*

Schlüsselkompetenzen	Variablen (Antwortmöglichkeiten)
Lese- und Schreibkompetenz	Developing arguments
Mehrsprachige Kompetenz	using different languages for communication
Mathematische Kompetenz und Kompetenz in Naturwissenschaften Technik und Ingenieurwesen	applying logical thinking
Digitale Kompetenz	Using digital technologies
Persönliche, soziale und Lernkompetenz	resolving conflicts independently
Bürgerschaftliche Kompetenz	contributing my ideas to improve the local environment
Unternehmerische Kompetenz	Acting upon opportunities
Kulturelles Bewusstsein und kulturelle Ausdrucksfähigkeit	respecting traditions from other cultures

Quelle: eigene Darstellung.

3.3.4 Vier Prioritäten vom E+ Programm

Im RAY-MON Report (2023) wurde nicht näher definiert, welche der Antwortmöglichkeiten zu welchen der vier Prioritäten gehören. Mehrere der genannten Begriffe könnten dabei zu zwei oder mehr Prioritäten passen. Beispielsweise könnten *acceptance*, *critical thinking*, *equality*, *solidarity* und *human rights* theoretisch allen vier Prioritäten zugeordnet werden. *Empathy* könnte sowohl zur Priorität *Participation* als auch zu *Diversity and Inclusion* passen. Um dies eindeutig zu klären, wäre es notwendig, die Antwortmöglichkeiten pro Priorität klar zu definieren.

Da jedoch in diesem Fragebogen auch bei den anderen Fragen die Herangehensweise gewählt wurde, dass eine Antwortoption mehreren „Containern“ (Prioritäten) zugeordnet sein

kann, wurde dieses Prinzip auch hier beibehalten. Dabei bleibt allerdings unklar, ob die Befragten die Begriffe denselben Prioritäten zuordnen würden wie in der Auswertung. In dieser Arbeit werden die Begriffe den vier Prioritäten wie folgt zugeordnet:

- Teilhabe am demokratischen Leben, gemeinsame Werte und Bürgerschaftliches Engagement: *empathy, solidarity, non-violence, human rights*
- Inklusion und Vielfalt: *acceptance, equality, non-discrimination, diversity & inclusion*
- Digitaler Wandel: *critical thinking, ethics, accessibility, mis- & disinformation*
- Umwelt und Bekämpfung des Klimawandels: *respect for nature, responsible consumption, environmental justice, footprint reduction*

Tab. 4: Kategorisierung der vier E+ Prioritäten

Frage 1: *In the project, I also learned something about ...*

Vier E+ Prioritäten	Variablen (Antwortmöglichkeiten)
Teilhabe am demokratischen Leben, gemeinsame Werte und Bürgerschaftliches Engagement	• empathy • solidarity • non-violence • human rights
Inklusion und Vielfalt	• acceptance • equality • non-discrimination • diversity & inclusion
Digitaler Wandel	• critical thinking • ethics • accessibility • mis- & disinformation
Umwelt und Bekämpfung des Klimawandels	• respect for nature • responsible consumption

- environmental justice
- footprint reduction

Frage 2: Since the project...

4 E+ Prioritäten

Variablen (Antwortmöglichkeiten)

Teilhabe am demokratischen Leben, gemeinsame Werte und Bürgerschaftliches Engagement

- I engage more in civil society
- I am more interested in participating in elections
- I am more interested in participating in democratic processes

Inklusion und Vielfalt

- I more actively support diversity
- I appreciate cultural diversity more than before the project
- I more actively stand up for my own rights

Digitaler Wandel

- I am more competent in using digital technologies
- I am more able to take care of my digital wellbeing

Umwelt und Bekämpfung des Klimawandels

- I more actively contribute to environmental sustainability in my everyday life
- I more actively push for environmental sustainability in society or politics

Quelle: eigene Darstellung.

3.3.5 Persönlichkeitsbildung

Die Begriffe *Self-confidence, Independence, Reflection, Conflict Resolution, Active Citizenship, Intercultural Competence, Communication Skills, Empathy* und *Sociopolitical challenges* wurden als Containerbegriffe aus der Studie von RAY-MON (2023) übernommen. Die Antwortmöglichkeiten für die Befragten wurden jedoch anders formuliert, da keine klare Zuordnung erkennbar war. Zudem wurden in der vorliegenden Arbeit die Containerbegriffe in personale und soziale Kompetenzen unterteilt und um spezifische, bewegungs- und sportbasierte Begriffe ergänzt, die laut Literatur in Jugendbegegnungen und Sportprojekten positive Effekte haben können. Im Gegensatz dazu hat RAY-MON (2023) Kompetenzen der Persönlichkeitsbildung in drei Teile untergliedert: *skills, knowledge* und *attitudes*, ohne weitere Unterteilung in soziale und persönliche Kompetenzen. Im RAY-MON (2023) Report wurde zur Frage der persönlichen Entwicklung die Antwortmöglichkeit „*interact with policy- and decision-making*“ angeboten, welche jedoch in dieser Arbeit als einzige Antwortmöglichkeit weggelassen wurde.

Tab. 5: Kategorisierung der persönlichen Kompetenzen

Frage: *In the project, I developed or strengthened the following personal competences...*

Persönliche Kompetenzen	Antwortmöglichkeiten
Selbstvertrauen	I feel more self-assured in new situations and in expressing my ideas.
Resilienz	I became better at overcoming challenges and managing setbacks.
Unabhängigkeit	I feel that I am more autonomous
Reflexion	I learned to reflect and think critically
Verantwortungsbewusstsein	I feel more responsible for my actions and their impact on others.

Gesundheit und Wohlbefinden	I developed the ability to promote my physical and mental health and maintain a balanced life.
Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein	I learned to use natural resources responsibly and recognize and address environmental issues.

Quelle: eigene Darstellung.

Tab. 6: Kategorisierung der sozialen Kompetenzen

Frage: <i>Reflecting on your interactions during the project, to what extent do you agree with these statements?</i>	
Soziale Kompetenzen	Antwortmöglichkeiten
Empathie	I became better at understanding and sharing the feelings of others.
Kommunikationsfähigkeiten	I improved my ability to communicate with people who speak another language.
Teamarbeit	I gained experience in working collaboratively with diverse groups.
Konfliktlösung	I learned to negotiate joint solutions when there are different viewpoints.
Kooperation	I became more willing to cooperate and contribute to group goals.
Führungsqualitäten	I feel more capable of leading a group and motivating others.
Toleranz und Respekt	I learned to value different perspectives and show respect for others.

Soziale Integration	I learned to help others feel included in the community and to break down barriers.
Interkulturelle Kompetenz	I learned to get along with people who have a different cultural background.
Freiwilliges Engagement	I became more committed to contributing my time and resources to support my community.
Aktive Bürgerschaft	I actively participated in social life and contributed to community development.
Gesellschaftspolitische Herausforderungen	I engage in tackling challenges like Inequality, Refugee Crises, Environmental Sustainability

Quelle: eigene Darstellung.

3.4 Stichprobe

Die Zielgruppe für diese Untersuchung bestand aus Jugendlichen im Alter von 18 bis 30 Jahren, die zwischen 2021 und 2024 an bewegungs- und sportbasierten E+ Jugendbegegnungen teilgenommen haben. Für die Rekrutierung der Teilnehmer:innen wurden passende Projekte auf der E+ Projektergebnisseite ausgewählt und die jeweiligen Organisationen kontaktiert. Bei der Projektsuche wurden die folgenden Filterkriterien verwendet: „2021 und 2024“, „Abgeschlossen“, „KA1: Learning Mobility of Individuals“, „KA152-YOU: Mobility of young people“ und „Physical and mental health, well-being“, was eine Anzahl von 941 Projekten ergab. Diese Projekte wurden einzeln analysiert, indem die Projektzusammenfassungen und Durchführungsbeschreibungen auf eine bewegungs- und sportbasierte Ausrichtung hin überprüft wurden. Schlussendlich wurden 176 von den 941 Projekten als „bewegungs- und sportbasiert“ klassifiziert. Im Anschluss wurden die Kontaktdaten der verantwortlichen bzw. durchführenden Organisationen mittels einer Google-Suche sowie auf SALTO-Youth (Plattform, die unter anderem zur Suche von Organisationen dient) recherchiert und per E-Mail kontaktiert. Bei 37 von 176 Organisationen wurden online keine Kontaktdaten gefunden. Somit blieben 139 Organisationen übrig, bei denen per E-Mail der Bitte nachgegangen wurde, den mitgesendeten Link mit den Teilnehmer:innen ihres

abgeschlossenen Projektes zu teilen und sie unter Anwendung der „Selbstaktivierung“-Stichprobentechnik zu bitten, den Fragebogen auszufüllen. Des Weiteren wurde die OeAD-GmbH – Österreichs Agentur für Bildung und Internationalisierung und zuständig für E+ Projekte in Österreich – kontaktiert und gebeten, zur Verbreitung der Umfrage beizutragen. Hier erfolgte jedoch keine Rückmeldung. Von den 139 kontaktierten Organisationen antworteten lediglich 16. Diese 16 Organisationen haben den Umfragelink mit ihren damaligen Teilnehmer:innen per WhatsApp oder Telegram-Gruppe geteilt, was schließlich eine Gesamtstichprobe von 50 Teilnehmer:innen und 19 unterschiedlichen Projekten ergab. Um keine der kontaktierten Organisationen in ein schlechtes Licht zu rücken, wird nicht näher darauf eingegangen, welche Organisationen geantwortet bzw. nicht geantwortet haben.

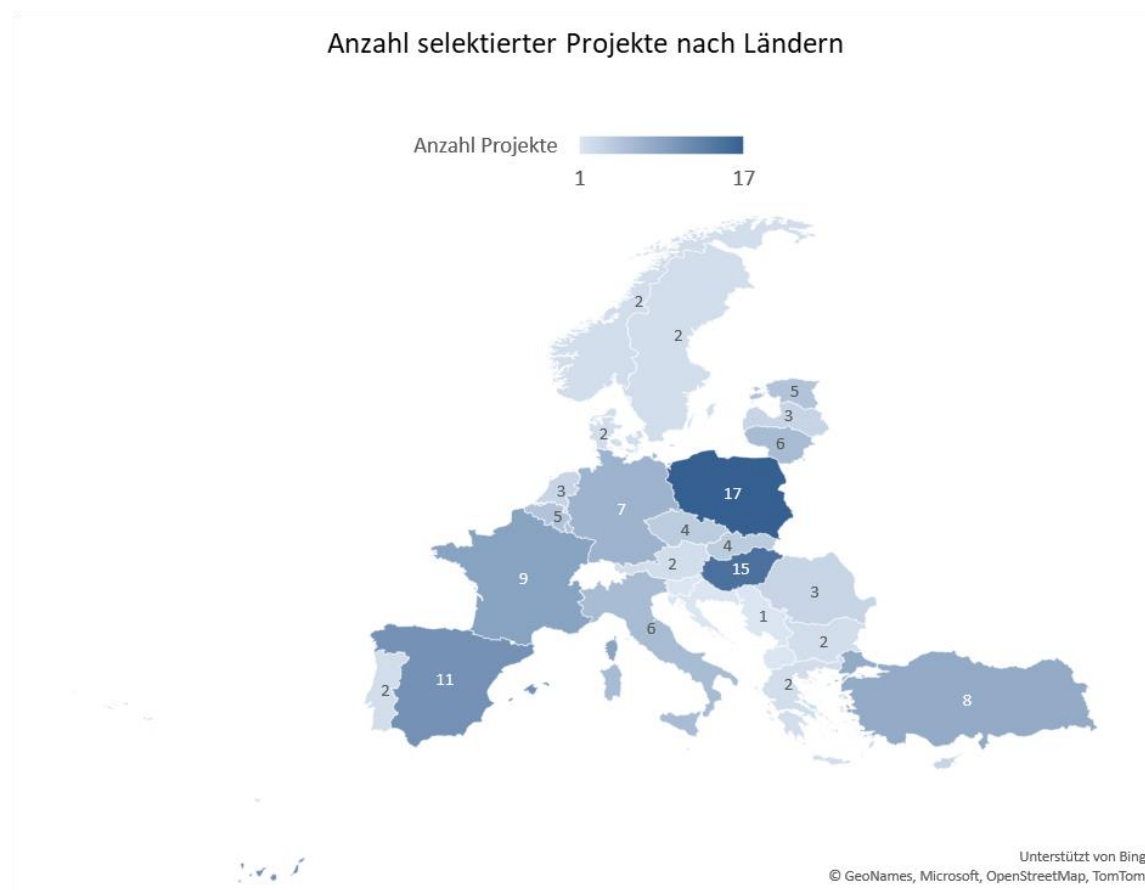


Abb. 2: *Selektierte Projekte nach Ländern* (Eigene Darstellung, erstellt mit Excel. Quellenangabe siehe im Bild).

Abbildung 2 wurde mittels Excel und eigenen Daten erstellt. In den Ländern Polen und Ungarn wurden in den letzten vier Jahren von allen EU-Mitgliedstaaten am meisten bewegungs-

und sportbasierte E+ Jugendbegegnungen durchgeführt. Ebenso stark vertreten sind die Länder Spanien, Frankreich, die Türkei und Deutschland.

3.5 Datenanalyseverfahren

Aufgrund der niedrigen Stichprobe wurde ausschließlich eine deskriptive Analyse durchgeführt. Dafür wurden die erhobenen deskriptiven Daten mittels Excel aufbereitet und mithilfe von Balkendiagrammen ausgewertet. Auf eine inferenzstatistische Analyse und die damit verbundene Aufstellung und Auswertung von Hypothesen, um Zusammenhänge und Vorhersagen zu formulieren, wurde aufgrund der geringen Stichprobe verzichtet. Um eine einheitliche sprachliche Auswertung der Ergebnisse zu garantieren, wurden die Fragen und Antworten, die im Fragebogen in englischer Sprache verfügbar waren, sinngemäß ins Deutsche übersetzt. Für eine bessere Lesbarkeit wurden bei einigen Fragen aufgrund der langen Antwortmöglichkeiten teilweise die dazugehörigen Kategorien verwendet, um die Diagramme darzustellen.

4 Auswertung der Ergebnisse

4.1 Sample

Insgesamt nahmen 50 Personen aus 19 unterschiedlichen Herkunftsländern an dieser online-Umfrage teil. Die größte Rücklaufquote kam von türkischen, slowakischen und kroatischen Teilnehmer:innen mit jeweils 6 Antwortenden. Aus den restlichen 16 Ländern antworteten zwischen ein und drei Personen.

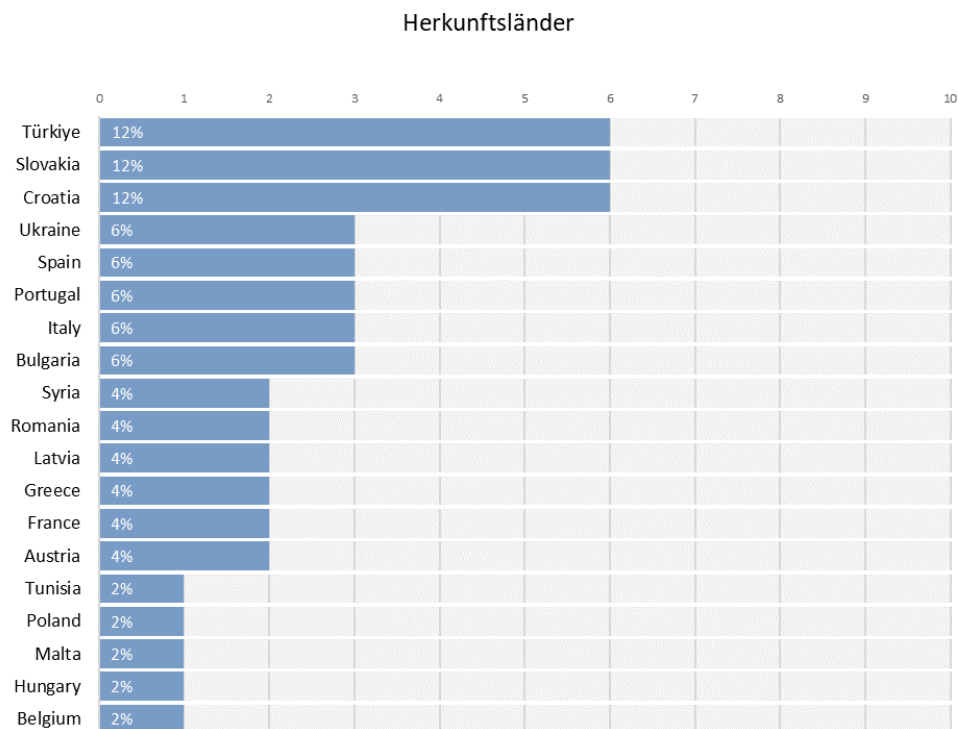


Abb. 3: *Herkunftsländer* (eigene Darstellung).

Die Geschlechterverteilung war relativ ausgeglichen, sodass die Schlussfolgerung gezogen werden kann, dass sowohl männliche als auch weibliche Teilnehmer:innen ähnlich motiviert sind, an Evaluationen wie dieser teilzunehmen. 58 % der Befragten waren weiblich und 43 % männlich.

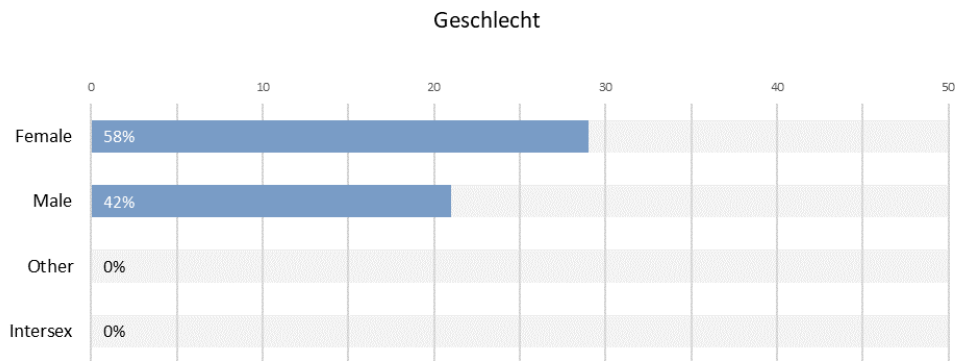


Abb. 4: *Geschlecht* (eigene Darstellung).

Die Zielgruppe von E+ Jugendbegegnungen richtet sich an Personen zwischen 13 und 30 Jahren, wobei es bei jedem Projekt pro Nation einen „Group Leader“ gibt, für den gilt, dass er oder sie älter als 18 Jahre sein muss, es aber kein Alterslimit gibt. In Abbildung 4 sieht man, dass 50 % der Befragten zwischen 19 und 24 Jahren alt waren, 26 % zwischen 13 und 18 Jahren und dass die Zahl der Antworten ab dem Alter von 25 Jahren abnimmt.

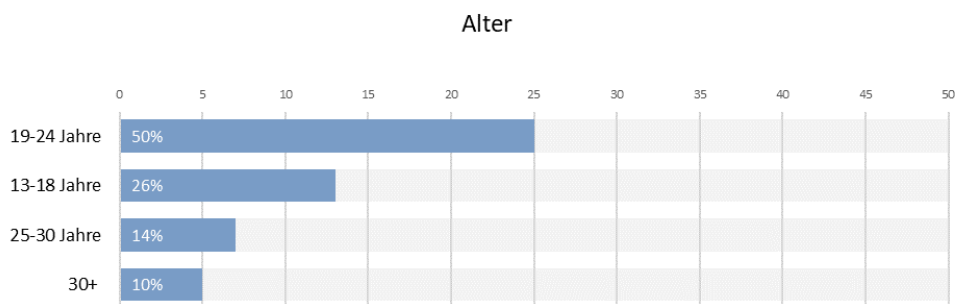


Abb. 5: *Alter* (eigene Darstellung).

Bei den 5 Personen über 30 Jahre dürfte es sich um „Group Leader“ handeln, die ihre Nation beim Projekt vertreten haben. Group Leader haben je nach Projektdesign unterschiedliche Aufgaben. Grundsätzlich gilt jedoch, dass Group Leader die Teilnehmer:innen der nationalen Teams betreut und unterstützt, um den Lernprozess während des Jugendaustauschs sicherzustellen sowie für ein sicheres und respektvolles Umfeld ohne Diskriminierung zu sorgen (Erasmus+ Guide, 2024).

Um das Profil der Befragten besser zu verstehen und neben den entwickelten Kompetenzen einen weiteren Beitrag zur Evaluierung von E+ Jugendbegegnungen zu leisten, wurde „Inklusion und Vielfalt“ als eine der vier Prioritäten ausgewählt und genauer untersucht. Die Antwortmöglichkeiten richteten sich nach der Liste potenzieller Hindernisse laut dem Erasmus+ Programmguide (2024).

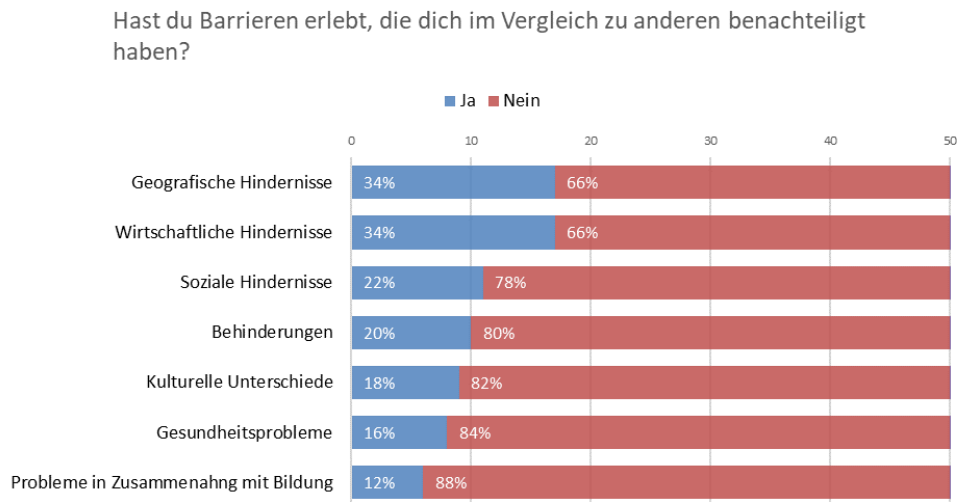


Abb. 6: *Barrieren* (eigene Darstellung).

Die Antwortmöglichkeiten der Abbildung 5 wurden im Fragebogen mit Beispielen versehen, um zu einem besseren Verständnis der Frage beizutragen. Insgesamt erleben von den 50 Befragten 22 % eine der sieben beschriebenen Barrieren, während 78 % keiner dieser Barrieren gegenüberstehen. Von den Betroffenen, die fast ein Viertel ausmachen, wurden die Barrieren „Geographische Hindernisse“ und „Wirtschaftliche Hindernisse“ am häufigsten ausgewählt. Am geringsten waren die Barrieren in den Bereichen Bildung, Gesundheit und Kultur.

4.2 Projektreferenz

Die Studienteilnehmer:innen wurden zu Beginn gefragt, ob sie in den letzten vier Jahren an einer bewegungs- und sportbasierten E+ Jugendbegegnung teilgenommen haben und wurden aufgefordert, den Projekttitel sowie das Projektjahr anzugeben. Dieser Schritt war zur Qualitätssicherung der Stichprobe notwendig, denn dadurch konnte in der Auswertung

kontrolliert werden, ob es sich bei den angegebenen Projekten um existierende Projekte handelt und der Schwerpunkt auf bewegungs- und sportbasierten Aktivitäten lag oder nicht.

Abbildung 6 zeigt die Länder, in denen die Projekte durchgeführt wurden. 32 % der Befragten nahmen an einem Projekt teil, welches in Ungarn durchgeführt wurde, 28 % an einem Projekt in Österreich und 14 % an einem Projekt in Spanien. Aus Polen, dem Land, das in Abbildung 1 „Anzahl selektierter Länder“ zu erkennen ist, erfolgten keine Antworten der kontaktierten Organisationen.

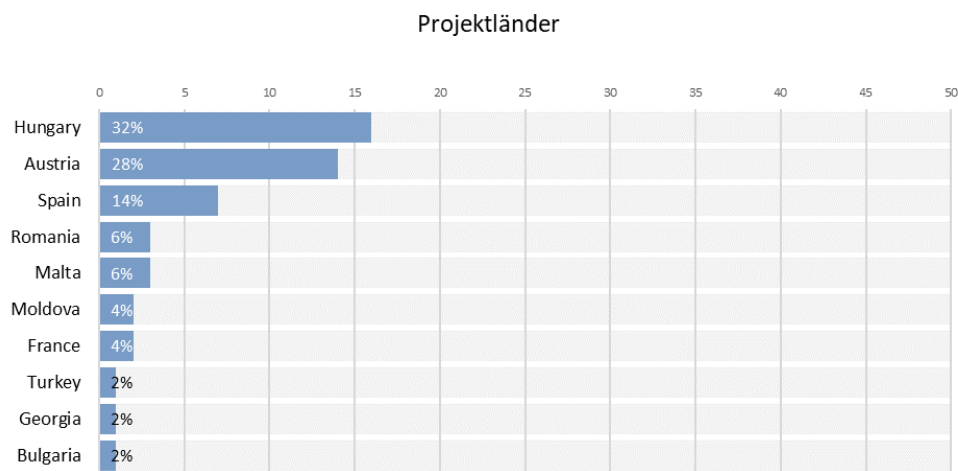


Abb. 7: *Projektländer* (eigene Darstellung).

Abbildung 7 „Projektzeiträume“ zeigt deutlich den abnehmenden Trend von Jahr zu Jahr. Während mit 74 % fast drei Viertel aller Antworten und Rückmeldungen aus dem Jahr 2024 stammen, waren es im Jahr 2023 nur 24 %, im Jahr 2022 nur 2 % und keine aus dem Jahr 2021. Die Gründe dafür können unterschiedlich sein und reichen von fehlendem Zugang zur Teilnehme:innengruppe bis hin zu veränderten Prioritäten der Organisationen oder mangelnder Erinnerung und Engagement der Teilnehmer:innen.

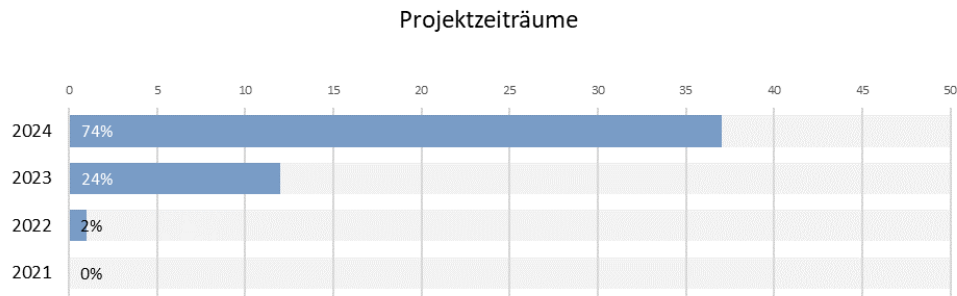


Abb. 8: Projektzeiträume (eigene Darstellung).

4.3 Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen

Alle Befragten gaben an, zumindest eine der 8 Schlüsselkompetenzen durch das Projekt gefördert zu haben. Die Antwortmöglichkeiten „Developing arguments“, die zur Kategorie „Lese- und Schreibkompetenz“ gehört, „Resolving conflicts independently“, die zu „Kulturellem Bewusstsein und Ausdrucksfähigkeit“ gehört, und „Respecting traditions from other cultures“, die zu „persönlicher, sozialer und Lernkompetenz“ gehört, wurden mit 38 %, 32 % und 32 % am häufigsten ausgewählt. Aussagen in Verbindung mit „Unternehmerischer Kompetenz“, „Bürgerschaftlicher Kompetenz“ sowie „Mathematischer Kompetenz und Kompetenz in Naturwissenschaften, Technik und Ingenieurwesen“ wurden am seltensten gewählt.

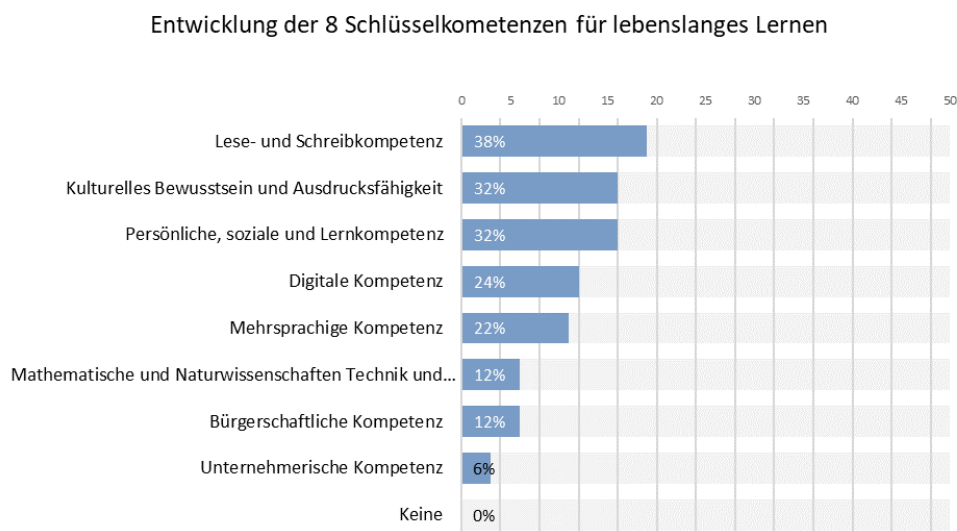


Abb. 9: Entwicklung der 8 Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen (eigene Darstellung).

Die fünfte Schlüsselkompetenz „Persönliche, soziale und Lernkompetenz“ wurde im Theorieteil verwendet, um die persönliche und soziale Entwicklung der Teilnehmer:innen einzubetten. Bewegungs- und sportbasierte E+ Jugendbegegnungen zeigen in dieser Kompetenz mit 32 % eine stabile Präsenz und siedeln sich in den Top drei der am häufigsten ausgewählten Aussagen an.

4.4 Vier Prioritäten von E+

Die vier Prioritäten wurden unabhängig vom Einfluss sportlicher Aktivitäten untersucht, um einen Beitrag zur Evaluierung der Ziele von E+ zu leisten. Abbildung 9 zeigt, dass sieben der 16 Antwortmöglichkeiten von 25 oder mehr Teilnehmer:innen ausgewählt wurden. Dabei siedeln sich die Prioritäten „Inklusion und Vielfalt“ und „Teilhabe am demokratischen Leben, gemeinsame Werte und bürgerschaftliches Engagement“ deutlich in der oberen Hälfte und „Digitaler Wandel“ sowie „Umwelt und Bekämpfung des Klimawandels“ in der unteren Hälfte an.

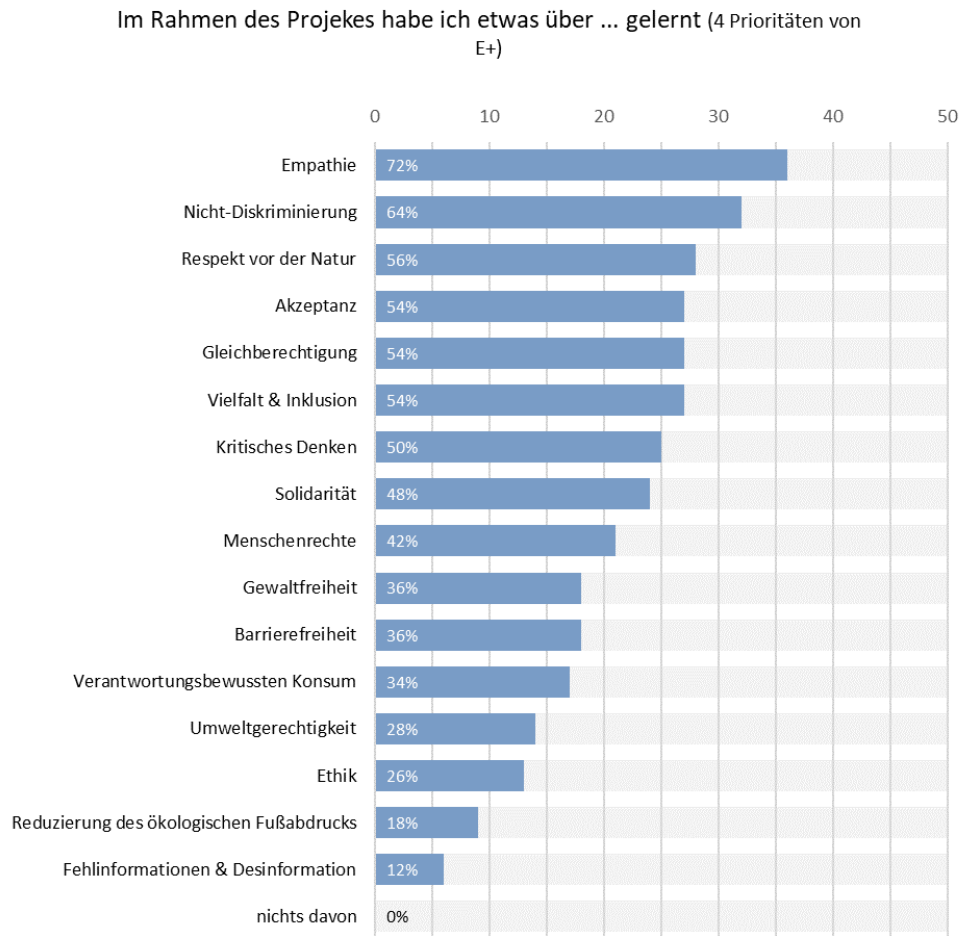


Abb. 10: Berücksichtigung der vier E+ Prioritäten (Teil 1) (eigene Darstellung).

Die Abbildung 10 zeigt wiederum die Effekte der Jugendbegegnungen auf die Zielerreichung des E+ Programms auf sowie die Lernerfahrungen und die Auswirkungen auf die Aktionen nach dem Projekt. Seit dem Projekt schätzen 44 % die kulturelle Vielfalt mehr als vorher und 42 % engagieren sich mehr in der Zivilgesellschaft als vor dem Projekt. Diese beiden Antworten werden am häufigsten genannt und gehören wiederum zu den Prioritäten „Inklusion und Vielfalt“ sowie „Teilhabe am demokratischen Leben, gemeinsame Werte und bürgerschaftliches Engagement“. Auch hier schneidet die Priorität „Digitale Kompetenz“ bei dieser Frage mit nur 2 % Zustimmung pro Aussage sehr schwach ab.

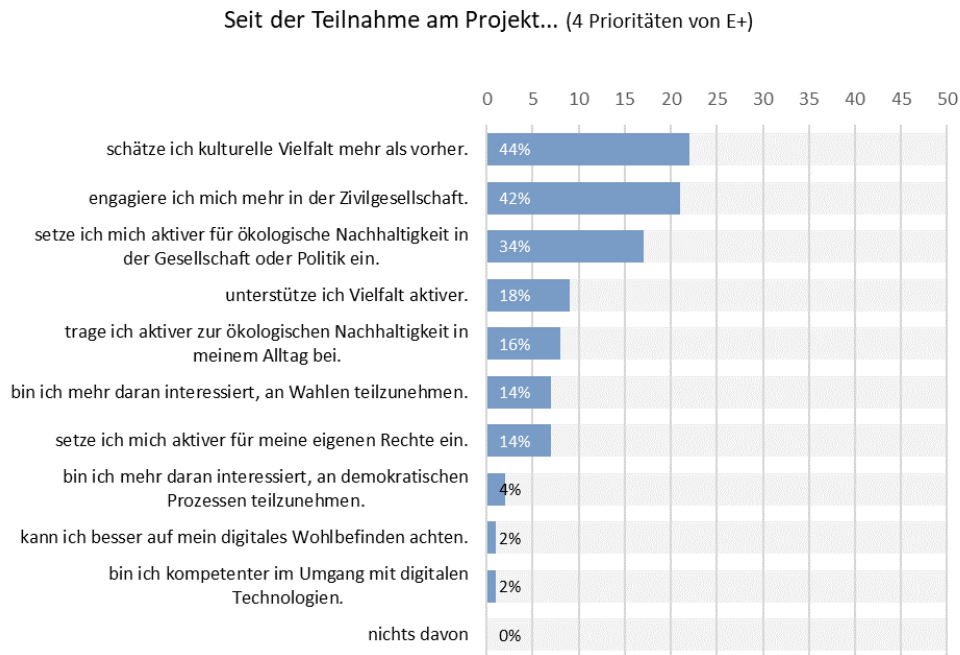


Abb. 11: Berücksichtigung der vier E+ Prioritäten (Teil 2) (eigene Darstellung).

Für die Darstellung des Gesamtergebnisses aus den beiden Fragen, die auf die vier Prioritäten abzielten, wurden die Antworten in ihre Kategorien eingeteilt und Mittelwerte erstellt, die im Anschluss zu einem Gesamtmittelwert zusammengefasst wurden. So wurde für jede Priorität der Mittelwert aus beiden Fragen errechnet. Diagramm 11 zeigt dieses Gesamtergebnis, das nach der Analyse der beiden Fragen bereits den Ausgang vermuten ließ.

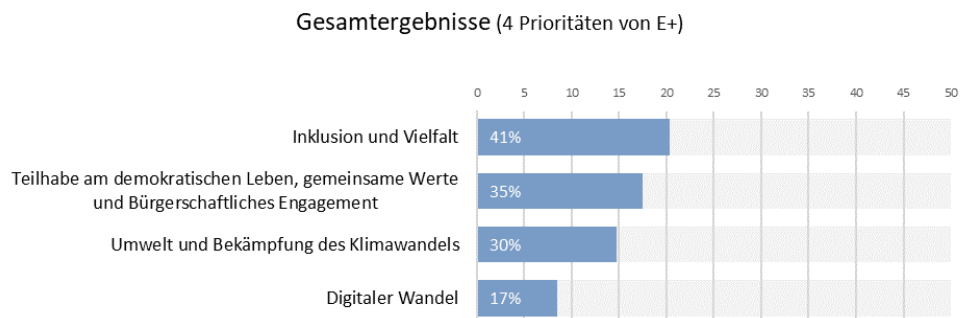


Abb. 12: Gesamtergebnis Berücksichtigung der vier E+ Prioritäten (eigene Darstellung).

„Inklusion und Vielfalt“ und „Teilhabe am demokratischen Leben, gemeinsame Werte und bürgerschaftliches Engagement“ verzeichnen 41 % bzw. 35 %. Auch „Umwelt und Bekämpfung des Klimawandels“ ist mit einer 30 %igen Berücksichtigung gut im Rennen, während die Priorität „Digitaler Wandel“ mit 17 % auf dem letzten der vier Plätze landet.

4.5 Persönliche Kompetenzentwicklung

Abbildung 12 zeigt die Effekte der Jugendbegegnungen auf die persönliche Entwicklung. Dafür wurden sieben Kategorien mit dazugehörigen Antwortmöglichkeiten formuliert, wobei fünf davon als besonders förderfähig durch bewegungs- und sportbasierte Projekte gelten. Alle Kategorien erhielten mit 75 % eine normale bis starke Zustimmung.

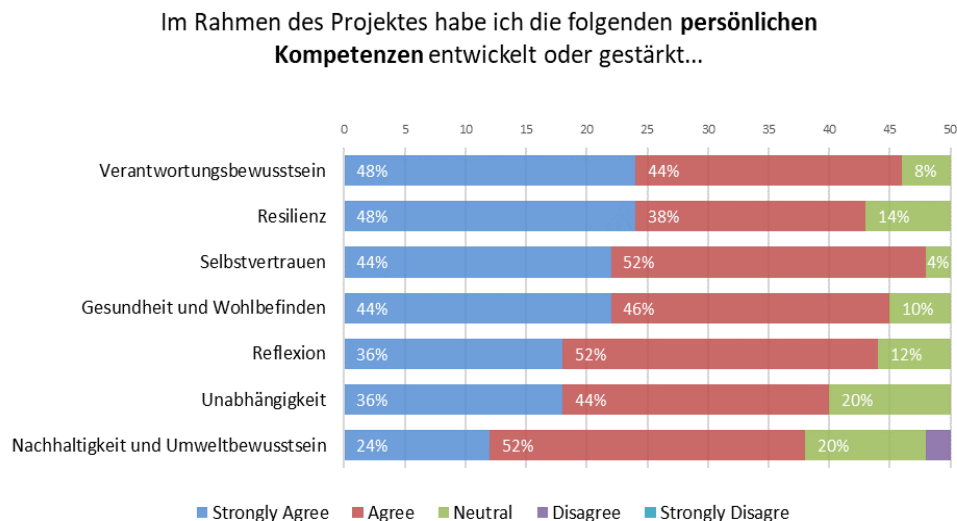


Abb. 13: *Entwicklung der persönlichen Kompetenzen* (eigene Darstellung).

Die zwei Kategorien „Reflexion“ und „Unabhängigkeit“ zählen nicht zu den sportspezifischen Kompetenzen dieser Arbeit und erhielten gemeinsam mit der Kategorie „Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein“ die geringste, aber nach wie vor starke bis normale Zustimmung. Wenn man die Antwortmöglichkeiten „Strongly Agree“ und „Agree“ zusammenfasst, schneidet die Kategorie „Selbstvertrauen“ mit der Antwortmöglichkeit „I feel more self-assured in new situations and in expressing my ideas.“ mit 96 % am stärksten ab, gefolgt von Verantwortungsbewusstsein und Gesundheit & Wohlbefinden.

4.6 Soziale Kompetenzentwicklung

Alle sozialen Kompetenzen weisen eine positive Zustimmung auf. Bei 10 der 12 Antwortmöglichkeiten stimmten die Befragten zu oder sehr zu.

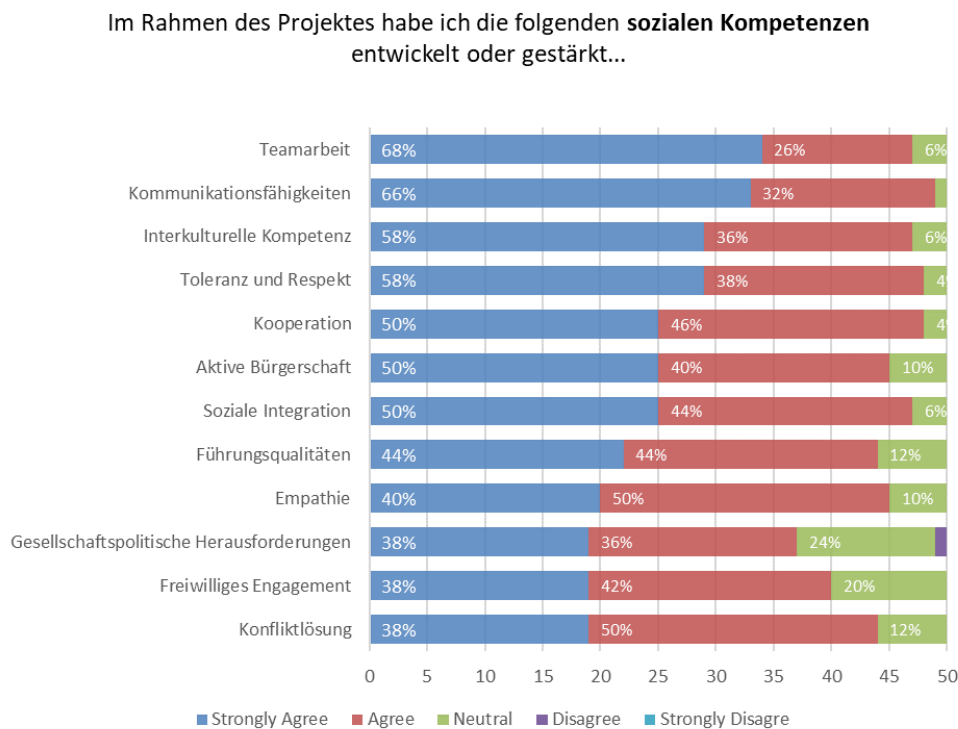


Abb. 14: Entwicklung der sozialen Kompetenzen (eigene Darstellung).

Fasst man wiederum die Antwortmöglichkeiten „Strongly agree“ und „Agree“ zusammen, schneidet bei den sozialen Kompetenzen die Kommunikationsfähigkeit mit insgesamt 98 % Zustimmung am besten ab. Kommunikationsfähigkeit ist, ebenso wie aktive Bürgerschaft und gesellschaftspolitische Herausforderung, keine sportbezogene Kompetenz in dieser Arbeit. Diese nicht sportbezogenen Kompetenzen verteilen sich in der Tabelle von oben über die Mitte bis ins untere Drittel. Von den neun sportbezogenen Kategorien können „Teamarbeit“, „Interkulturelle Kompetenz“ sowie „Toleranz und Respekt“ mit über 85 % starker Zustimmung hervorgehoben werden. Alle sozialen Kompetenzen zeigen jedoch sehr positive Ergebnisse. Lediglich die Kategorien „Gesellschaftliche Herausforderungen“ und „Freiwilliges Engagement“ stechen leicht heraus, da sie zu 24% bzw. 20% eine neutrale Antwort erhielten.

4.7 Sportartenhäufigkeit und deren Einfluss auf die Persönlichkeitsentwicklung

Zur Ermittlung der Frage, welchen Einfluss sportliche Aktivitäten im Rahmen von Erasmus+ Jugendbegegnungen haben, wurden die Antworten auf die offene Frage, welche sportlichen Aktivitäten während des Projekts ausgeübt wurden, in vier Kategorien unterteilt: Kombination aus mehreren Sportarten, isolierte Sportarten, Ball- und Sportsportarten sowie Abenteuer- und Outdoor-Sportarten.

Weiters wurden zwei zentrale Fragen gestellt, um Zusammenhänge zwischen Sportartkategorien und sozialer sowie persönlicher Entwicklung zu evaluieren. Die beiden Fragen lauteten:

1. Inwieweit haben die sportlichen Aktivitäten während des Jugendaustauschs zur persönlichen Entwicklung der Teilnehmenden beigetragen (Skala von 1 bis 5)?
2. Inwieweit haben die sportlichen Aktivitäten zur sozialen Entwicklung beigetragen (ebenfalls auf einer Skala von 1 bis 5)?

Abbildung 15 stellt die Häufigkeit der Sportarten-Kategorien in Verbindung mit deren Einfluss auf die persönliche und soziale Entwicklung dar.

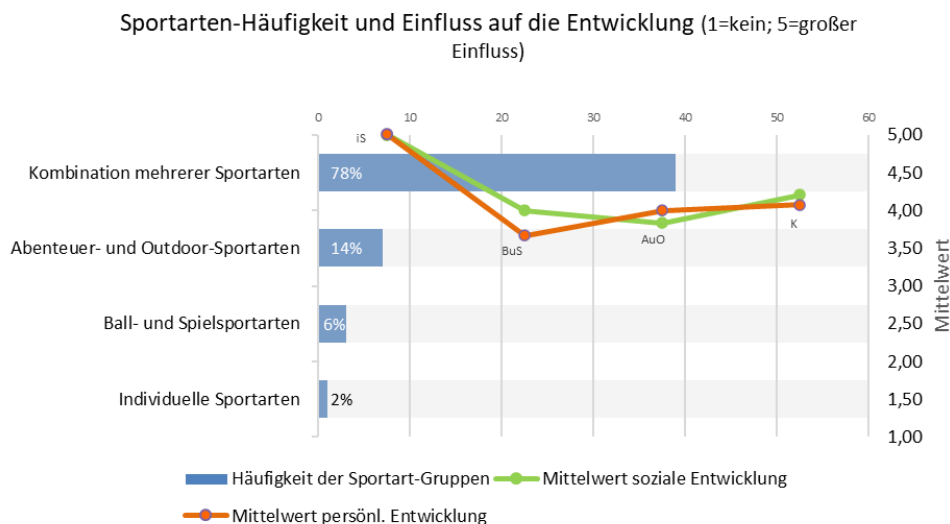


Abb. 15: Sportarten-Häufigkeit und Einfluss auf die Persönlichkeitsentwicklung (eigene Darstellung).

Am häufigsten wurden Projekte mit einer Kombination aus mehreren Sportarten (K) durchgeführt. Projekte mit einzelnen, isolierten Sportarten (iS) waren – bis auf eine Ausnahme – nicht vorhanden.

Die Mittelwerte der vier Sportarten-Kategorien zeigen ein ähnliches Muster: Der Mittelwert für die persönliche Entwicklung ist bei Ball- und Sportsportarten (BuS) etwas niedriger als bei der sozialen Entwicklung, während er in der Kategorie Abenteuer- und Outdoor-Sportarten (AuO) leicht höher ausfällt.

Bei der persönlichen Entwicklung ergab sich für Ball- und Sportsportarten ein Mittelwert von 3,67, für Abenteuer- und Outdoor-Sportarten ein Mittelwert von 4,00 und für die Kombination aus mehreren Sportarten ein Mittelwert von 4,08.

Bei der sozialen Entwicklung lag der Mittelwert für Ball- und Sportsportarten bei 4,00, für Abenteuer- und Outdoor-Sportarten bei 3,83 und für die Kombination aus mehreren Sportarten bei 4,21.

Zur besseren Nachvollziehbarkeit wurden die Linien mit Punkten versehen, die jeweils mit Kürzeln beschriftet sind und die Mittelwerte der vier Sportarten-Gruppen anzeigen.

5 Diskussion und Vergleich der Ergebnisse

Im Folgenden werden die Ergebnisse dieser Arbeit diskutiert und mit jenen der Studie von RAY-MON (2023) verglichen. Außerdem werden die aufgestellten Unterfragen, die zur Beantwortung der Hauptforschungsfrage dienten, beantwortet, wodurch abschließend auf die Hauptforschungsfrage Bezug genommen wird.

An dieser Stelle sollte erwähnt werden, dass zwar einige Ähnlichkeiten zwischen den Studien erkennbar sind, diese jedoch aufgrund der unterschiedlichen Stichprobengröße nur bedingt aussagekräftig sind.

5.1 Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen

Die beiden stimmenstärksten Antwortmöglichkeiten in der Studie von RAY-MON (2023) konnten keiner Schlüsselkompetenz eindeutig zugeordnet werden. Daher ist ein Vergleich zwischen den beiden Forschungen nur bedingt möglich und wenig aussagekräftig. Unterschiede zeigen sich jedoch bei der Kompetenz 2, der „Mehrsprachigen Kompetenz“. Diese schnitt in der Studie von RAY-MON (2023) mit 61 % deutlich stärker ab als in dieser Forschung, wo ein Wert von 22 % erreicht wurde. Umgekehrt verhält es sich bei der „Digitalen Kompetenz“: Während diese Schlüsselkompetenz in der Studie von RAY-MON auf dem letzten Platz lag, befindet sie sich in dieser Forschung im Mittelfeld.

Inwiefern fördern bewegungs- und sportbasierte E+ Projekte die Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen?

Zur Beantwortung dieser Unterfrage, lässt sich zusammenfassend sagen, dass zumindest eine der acht Schlüsselkompetenzen von allen Befragten ausgewählt wurde, was darauf hinweist, dass zumindest eine oder mehrere der Schlüsselkompetenzen durch das Projekt gefördert wurden.

5.2 Vier Prioritäten von E+

Trotz der unterschiedlichen Stichprobengröße lassen sich einige Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen dieser Forschung und RAY-MON (2023) feststellen.

Inwiefern wurden die vier Prioritäten des Erasmus+ Programms berücksichtigt?

Zumindest eine der vier Prioritäten von Erasmus+ scheint in jedem der 19 ausgewerteten Projekte dieser Forschung berücksichtigt worden zu sein. Beide Studien zeigen, dass „Inklusion und Vielfalt“ sowie „Teilhabe am demokratischen Leben, gemeinsame Werte und

bürgerschaftliches Engagement“ am stärksten behandelt wurden, während „Digitaler Wandel“ am wenigsten fokussiert wurde. Die Priorität „Umwelt und Bekämpfung des Klimawandels“ wird in den beiden Studien unterschiedlich bewertet. Inwiefern diese vier Prioritäten implizit behandelt wurden, kann weder aus dem Fragebogen von RAY-MON (2023) noch aus dieser Arbeit herausgelesen werden. Hierfür wäre eine genauere Analyse der einzelnen Projektdesigns notwendig.

5.3 Einfluss von Sportarten

Welche Sportart-Gruppen zeigen eine förderliche Tendenz in Bezug auf die Persönlichkeitsentwicklung?

Drei Viertel der 19 Projekte, aus denen zumindest eine Person den Online-Fragebogen ausfüllte, implementierten während der Jugendbegegnung eine Kombination aus mehreren Sportart-Gruppen. Hinsichtlich der Effekte einzelner bzw. spezifischer Sportarten lassen sich aus dieser Forschung keine Schlüsse ziehen. Jedoch scheinen Projekte, bei denen eine Kombination aus mehreren verschiedenen Sportart-Gruppen ausgeübt wurde, sich gut für die Persönlichkeitsentwicklung zu eignen.

5.4 Persönlichkeitsentwicklung

Persönlichkeitsentwicklung wurde in dieser Arbeit in soziale und persönliche Entwicklung gegliedert.

Welche sozialen sowie persönlichen Kompetenzen wurden durch die Projekte besonders gefördert?

Die Erkenntnisse dieser Pilotstudie decken sich mit bestehender Forschung, die darauf hinweist, dass soziale Kompetenzen wie Teamarbeit, interkulturelles Verständnis, Toleranz und Respekt sowie persönliche Kompetenzen wie Verantwortungsbewusstsein, Gesundheit & Wohlbefinden und Selbstvertrauen durch bewegungs- und sportbasierte Programme gestärkt werden können (McEwan und Beauchamp, 2014; Fraser-Thomas et al., 2005; Jones et al., 2017; Schulenkorf, 2017; Whitley et al., 2019).

Die laut Literatur besonders förderfähigen Kompetenzen durch bewegungs- und sportbasierte Projekte weisen im Verhältnis zu anderen Kompetenzen sowohl im sozialen als auch im persönlichen Bereich in dieser Arbeit tendenziell etwas bessere Ergebnisse auf. Dies lässt darauf schließen, dass durch bewegungs- und sportbasierte E+ Jugendbegegnungen

spezifische sportbezogene Kompetenzen wie Teamarbeit oder Gesundheit und Wohlbefinden besonders gut gefördert werden können.

Zählt man die Prozentsätze der Antwortoptionen „agree“ und „strongly agree“ zur sozialen Entwicklung zusammen, ergibt sich eine Verbesserung von 89 %. Bei der persönlichen Entwicklung stimmten 87 % der Teilnehmenden zu, dass sie eine normale bis starke Verbesserung ihrer Kompetenzen durch das Projekt erfahren haben. Betrachtet man diese beiden Bereiche (soziale und persönliche Entwicklung) als eine gemeinsame Kompetenz, liegt der Gesamtwert der Verbesserung der Persönlichkeitsentwicklung bei 90 %.

Diese Zahlen untermauern die Ergebnisse der RAY-MON (2023) Studie und bestätigen den positiven Einfluss von E+ Jugendbegegnungen auf die Persönlichkeitsentwicklung der Teilnehmenden.

Welche Effekte bewegungs- und sportbasierte E+ Jugendbegegnungen, die zwischen 2021 und 2024 stattfanden, auf die Persönlichkeitsentwicklung der Teilnehmenden hatten?

Die Hauptforschungsfrage kann aufgrund der geringen Stichprobe nicht repräsentativ beantwortet werden. Jedoch zeigte die Stichprobe sehr positive Ergebnisse, was darauf hindeutet, dass bewegungs- und sportbasierte E+ Jugendbegegnungen die in diesem Zeitraum stattfanden, positive Effekte auf die Persönlichkeitsentwicklung der Teilnehmer:innen hatten.

5.5 Limitationen

Diese Forschung war ein erster Versuch, die Effekte von sportlichen Aktivitäten im Zuge von E+-Jugendbegegnungen zu evaluieren. Eine Stärke dieser Studie liegt in der gezielten Auswahl von Projekten und der Abstimmung der Stichprobe auf das Forschungsthema, da sichergestellt wurde, dass alle Antwortenden tatsächlich an bewegungs- und sportbasierten E+-Jugendbegegnungen teilgenommen haben. Gleichzeitig gibt es einige Einschränkungen.

Die geringe Stichprobengröße von 50 Personen erlaubt keine verallgemeinerbaren Aussagen. Des Weiteren können durch die „Selbstaktivierungs“-Stichprobentechnik Verzerrungen nicht ausgeschlossen werden, da möglicherweise vor allem Personen geantwortet haben, die eine positive Erfahrung während der Projekte gemacht haben. Ein weiteres methodisches Limit besteht darin, dass aufgrund der geringen Stichprobe keine inferenzstatistischen Analysen durchgeführt wurden und somit keine kausalen Zusammenhänge geprüft werden konnten.

Es zeigte sich, dass vorwiegend Teilnehmer:innen von Projekten aus dem Jahr 2024 geantwortet haben, wodurch einerseits die geplante Stichprobe, wie sie im Titel und in der Forschungsfrage dieser Arbeit formuliert wurde, nicht gänzlich abgedeckt werden konnte und andererseits die Herausforderungen von Langzeitevaluationen aufgezeigt wurden.

Wie bereits erwähnt, ist die Stichprobe kleiner als erwartet ausgefallen. Zum einen war die Antwortquote der kontaktierten Organisationen sehr gering (16 von 139). Zum anderen war die Rücklaufquote der Projektteilnehmer:innen, die den Link von den jeweiligen Organisationen erhalten haben, ebenfalls gering (50 von 570). Im Durchschnitt haben bei den Jugendbegegnungen 30 Personen pro Projekt teilgenommen, was eine Gesamtzahl von 570 erreichten Personen ergibt, wenn man 30 Personen mit den 19 Projekten multipliziert.

Daraus ergeben sich wichtige Erkenntnisse, die darauf hinweisen, dass Evaluationen von Projekten, die länger als zwei Jahre zurückliegen, eine sehr geringe Rücklaufquote seitens der Teilnehmer:innen aufweisen. Das bedeutet nicht, dass die Projekte, bei denen eine geringere Rücklaufquote ersichtlich wurde, weniger gute oder hochwertige Projekte waren, sondern vielmehr, dass das Engagement, an Evaluationen teilzunehmen, mit der Zeit geringer wird. Abbildung 6 „Projektzeiträume“ verdeutlicht diese Annahme. Der Versuch, den Fragebogen über den OeAD an die Organisationen zu senden, hat zwar nicht funktioniert, da keine Rückmeldung auf meine Anfrage kam, jedoch wird davon ausgegangen, dass die Antworten der Organisationen, die bereit waren, den Link zu teilen, aufgrund der starken Gewichtung dieser Einrichtung deutlich höher ausgefallen wären. Eine weitere Einschränkung kristallisierte sich bei der Antwort einer Organisation, die darauf hinwies, dass die Projektteilnehmer:innen nach dem Projekt gemäß der Verordnung nur für projektbezogene Themen kontaktiert werden dürfen und deshalb das Teilen des Fragebogens nicht möglich sei. Bei zukünftigen Projekten empfiehlt es sich, bereits vor dem Projekt abzuklären, ob die Teilnehmer:innen beispielsweise zu Evaluationsprozessen bezüglich Erasmus+ (auch nach Projektende) kontaktiert werden dürfen oder nicht.

Die Schlüsselkompetenzen und die vier Prioritäten von E+ ähneln sich in ihrer Theorie, jedoch ergab die Auswertung unterschiedliche Ergebnisse. So wurde beispielsweise die bürgerschaftliche Schlüsselkompetenz mit der Antwortmöglichkeit „contributing my ideas to improve the local environment“ nur von 12 % der Befragten ausgewählt, während die Priorität „Teilhabe am demokratischen Leben, gemeinsame Werte und bürgerschaftliches Engagement“ mit mehreren Antwortmöglichkeiten von 35 % gewählt wurde. Dieses Erkenntnis lässt zwei Vermutungen zu, die die Ergebnisse im Bereich der vier Prioritäten von Erasmus+

und der Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen kritisch in Frage stellen beziehungsweise die Vergleichbarkeit erschweren. Erstens ist in Bezug auf die Vergleichbarkeit klar: Bei den vier Prioritäten gab es insgesamt bei zwei Fragen sieben Antwortmöglichkeiten, die dieser Kategorie zugeordnet wurden, was die Wahrscheinlichkeit eines höheren Wertes erhöht. Zweitens lassen die Antwortmöglichkeiten, insbesondere in Teil 1 „Berücksichtigung der vier Erasmus+-Prioritäten“ (Abb. 9) sowie „Entwicklung der 8 Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen“ (Abb. 8) in Bezug auf die Zuordnung der einzelnen Variablen/Antwortmöglichkeiten Spielraum für Interpretation. Diese Begriffe wurden Großteiles von RAY-MON (2023) übernommen, erweisen sich aber als schwer zuordenbar bzw. bieten aus Perspektive der Befragten Platz für Interpretation.

6 Fazit

Die sechs Dimensionen von Schiefer und Van der Noll (2017) zur Förderung des sozialen Zusammenhalts finden sich in den Kategorien (Schlüsselkompetenzen, vier Prioritäten von Erasmus+ sowie soziale und persönliche Entwicklung) und den dazugehörigen Antwortmöglichkeiten des Fragebogens sowie den Ergebnissen dieser Forschung wieder. Basierend darauf lässt sich, wie Gill und Hemphill (2020) betonen, festhalten, dass die Rolle von sportlichen Aktivitäten durch PYDS-Programme positive Tendenzen zur Förderung des sozialen Zusammenhalts aufzeigt. Das bedeutet, dass PYDS-Projekte das Potenzial haben, über die individuelle Verbesserung von Kompetenzen wie interkulturellem Lernen, persönlicher und sozialer Entwicklung hinauszugehen und den sozialen Zusammenhalt in Europa durch die Vermittlung gemeinsamer Werte sowie die Ermutigung zur Teilhabe am demokratischen Leben zu stärken. Solange Sportprogramme den engen Fokus auf marginalisierte Gruppen richten und keine breitere Einbindung sozialer Gruppen, Institutionen und politischer Akteure erfolgt, bleibt auch die Verbindung von Sport und sozialem Zusammenhalt jedoch laut Moustakas (2023) fragil.

Weiss (2016) stellte fest, dass Evaluationsforschung im Bereich der selten ist. Corvino (2023) weist ebenso darauf hin, dass in der Literatur die Notwendigkeit betont wird, sportbasierte Programme zu überwachen und zu evaluieren, um herauszufinden, was im Zusammenhang mit Sport unter bestimmten Bedingungen funktioniert und warum. Erfolgreiche Programme gehen laut Gill und Hemphill (2020) diese Herausforderung an, indem sie Transferstrategien direkt in die Programme integrieren. Dafür braucht es in der zukünftigen Forschung in diesem Feld einerseits anerkannte Messgrößen zur Operationalisierung der Kompetenzen, die laut Schiefer und Van der Noll (2017) bis dato fehlen, und andererseits sollten die Effekte von bewegungs- und sportbasierten E+-Jugendbegegnungen oder anderen SDP bzw. PYDS-Initiativen in einem größeren Setting untersucht werden, um im nächsten Schritt eine weitere Lücke – die systematische Untersuchung von Maßnahmen und Voraussetzungen zur Förderung von Kompetenzen – zu schließen (Gieß-Stüber und Tausch, 2023). Die Erkenntnisse daraus würden die Qualität und Zielerreichung dieser Projekte weiter steigern. Dieser Bedarf ergibt sich aus der Beobachtung, dass trotz der zahlreichen Chancen von bewegungs- und sportbasierten Projekten häufig Herausforderungen in Bezug auf deren Konzeption, Implementierung und Nachhaltigkeit aufgrund fehlenden Wissens entstehen (Whitley et al., 2019; Triantafyllidis und Mallen, 2022).

Für künftige Studien in diesem Feld empfiehlt es sich, an den Messgrößen des „Youth Experiences Survey for Sport“ von MacDonald et al. (2012) festzuhalten und auf klar zuordnenbare Phrasen zu setzen, anstatt einzelne Schlagwörter zu verwenden, um den individuellen Interpretationsspielraum einzugrenzen.

Zudem könnten qualitative Erhebungen, wie Interviews mit Teilnehmenden, ergänzend zur Forschung hinzugezogen werden, um Kontextinformationen zu generieren und Diskrepanzen zwischen den quantitativen Ergebnissen und den individuellen Narrativen der Teilnehmenden aufzudecken (Tamminen und Dunn, 2024).

Unter Berücksichtigung der Limitationen lässt sich festhalten, dass bewegungs- und sportbasierte E+-Jugendbegegnungen zwischen 2021 und 2024 positive Effekte auf die Persönlichkeitsentwicklung hatten, hauptsächlich Kombinationen aus verschiedenen Sportarten durchgeführt wurden, sportbezogene soziale und persönliche Kompetenzen tendenziell etwas stärker gefördert wurden als weitere/allgemeine Kompetenzen, die beiden Prioritäten „Umwelt und“ sowie „Digitaler Wandel“ weniger stark berücksichtigt wurden und die Schlüsselkompetenzen unterschiedlich stark (siehe Abb. 8) gefördert wurden.

Insgesamt legt diese Arbeit eine Grundlage für die Bewertung von bewegungs- und sportbasierten E+-Jugendbegegnungen und regt mit den Ergebnissen zur weiteren Forschung an. Es wird jedoch wichtig sein, die genannten methodischen Ansätze zu erweitern und die Limitationen zu berücksichtigen, um zuverlässige Aussagen über die Effektivität von bewegungs- und sportbasierten Programmen machen zu können.

Literaturverzeichnis

BASPO (2000b): Konzept des Bundesrates für eine Sportpolitik in der Schweiz: Zusammenfassung des Werkstattberichts. Magglingen: Bundesamt für Sport.

Bean, C., Kramers, S., Camiré, M., Fraser-Thomas, J., & Forneris, T. (2018). Development of an observational measure assessing program quality processes in youth sport. *Cogent Social Sciences*. <https://doi.org/10.1080/23311886.2018.1467304>

Bean, C., & Shaikh, M. (2024). Evaluation for positive youth development through sport. In N. L. Holt & M. H. McDonough (Hrsg.), *Positive youth development through sport* (3. Aufl., S. 299–301). Routledge. <https://doi-org.uaccess.univie.ac.at/10.4324/9781003395867>

Belcher, B. R., Zink, J., Azad, A., Campbell, C. E., Chakravarti, S. P., & Herting, M. M. (2021). The roles of physical activity, exercise, and fitness in promoting resilience during adolescence: effects on mental well-being and brain development. *Biological psychiatry: Cognitive neuroscience and neuroimaging*, 6(2), 225-237. <https://doi.org/10.1016/j.bpsc.2020.08.005>

Bernard, P. (2002). *Social cohesion: A critique*. *Canadian Journal of Sociology/Cahiers canadiens de sociologie*, 27(1), 1–29. <https://doi.org/10.2307/3341719>

Brandt, W. C. (2024). A REVIEW OF THE LITERATURE ON INTERCULTURAL UNDERSTANDING. National Center for the Improvement of Educational Assessment. Zugriff am 16.09.2024 unter: <https://www.nciea.org/library/a-review-of-the-literature-on-intercultural-understanding/>

Budde, J., Geßner, J., & Weuster, N. (2018). Das Feld Persönlichkeitsbildung: *Eine Systematisierung*. *Erziehung in Schule: Persönlichkeitsbildung als Dispositiv*, 7-29. https://doi.org/10.1007/978-3-658-19006-4_1

Corvino, C., Moriconi, M., Costa, C. M., & D'Angelo, C. (2023). Editorial: Sport as a tool for social inclusion, employment, and improved health. *Frontiers in Sports and Active Living*, 5. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1273858>

Cubizolles, S. (2015). Sport and social cohesion in a provincial town in South Africa: The case of a tourism project for aid and social development through football. *International Review for the Sociology of Sport*, 50 (1), 22–44. <https://doi.org/10.1177/1012690212469190>

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.
<https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>
- Dzewaltowski, D. A., & Rosenkranz, R. R. (2014). Youth development: An approach for physical activity behavioral science. *Kinesiology Review*, 3, 92–100.
<https://doi.org/10.1123/kr.2014-0042>
- Durrani, M. R. A. A., Ullah, A., & Zaman, H. (2024). Role of Sports in the Development Self-Confidence as Main Parameter of Psychological Health. *Human Nature Journal of Social Sciences*, 5(1), 83-89. <https://doi.org/10.71016/hnjss/x3dt2687>
- EACEA. (2024). *Celebrating 10 years of Erasmus+ Sport Programme*. European Education and Culture Executive Agency. Zugriff am 06.10.2024 unter: https://www.eacea.ec.europa.eu/news-events/news/celebrating-10-years-erasmus-sport-programme-2024-04-26_en
- Erickson, K., Vierimaa, M., & Pierce, S. (2024). The quantitative assessment of positive youth development through sport. In N. L. Holt & M. H. McDonough (Hrsg.), *Positive youth development through sport* (3. Aufl., S. 73–83). Routledge. <https://doi-org.uaccess.uni-vie.ac.at/10.4324/9781003395867>
- European Commision (2024). *Erasmus+ EU programme for education, training, youth and sport*. Zugriff am 29.08.2024 unter: <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/>
- Fedorchuk, S. (2024). The role of empathy in the coach-athlete relationship in cheerleading. *European Psychiatry*. Zugriff am 06.12.2024 unter: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10479880/>
- Fernandez-Rio, J., & Casey, A. (2021). Sport education as a cooperative learning endeavour. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 26(4), 375-387.
<https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1810220>
- Fraser-Thomas, J. L., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical education & sport pedagogy*, 10(1), 19-40.
<https://doi.org/10.1080/1740898042000334890>
- Fröhlich-Gildhoff, K. (2005). De-Eskalation und Konfliktlösung. In P. Gieß-Stüber (Hrsg.), *Interkulturelle Erziehung im und durch Sport: Ein regionales Projekt in Zusammenarbeit mit der Stadt Freiburg* (S. 127). LIT-Verlag.

- Gadais, T. (2019). Sport for development and peace: current perspectives of research. *Sports science and human health-different approaches*. <https://doi.org/10.5772/intechopen.89192>
- Gadinger, S., Mayerl, M., & Fennes, H. (2020). Was bewirken internationale Jugendprojekte in Österreich und darüber hinaus? Eine Studie im Rahmen der Wissenschaftlichen Begleitung von Erasmus+ Jugend in Aktion in Österreich. Zentrale Ergebnisse der Onlinebefragungen von Projektteilnehmerinnen und Projektleiterinnen zwischen 2015 und 2020. Researching Youth Network.
- Gill, D. L., & Hemphill, M. A. (2020). Positive youth development: A sport and exercise psychology perspective. In *The Routledge International Encyclopedia of Sport and Exercise Psychology* (pp. 490-506). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315187259>
- Gould, D., & Carson, S. (2008). Life skills development through sport: Current status and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 58–78. <https://doi.org/10.1080/17509840701834573>
- Gould, D., Cowburn, I., & Shields, A. (2014). “Sports for All” – Summary of the evidence of psychological and social outcomes of participation. *ElevateHealth: Research Digest of the President’s Council on Fitness, Sports & Nutrition*, 15(3).
- Harraka, M. (2002). Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community, by Robert D. Putnam. *Journal of Catholic Education*, 6 (2). <http://dx.doi.org/10.15365/joce.0602122013>
- Heinzmann, F. (2008). *Nachwuchsförderung im Sport: Ein Beitrag zur Analyse und Entwicklung der Nachwuchsförderung in der Schweiz aus systemtheoretischer Sicht*. Deutscher Universitäts-Verlag | GWV Fachverlage GmbH, Wiesbaden. <https://doi.org/10.1007/978-3-8350-5541-4>
- Hellison, D. (1983). Teaching self-responsibility (and more). *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 54(23), 28. <https://doi.org/10.1080/07303084.1983.10630486>
- Hellison, D. (2011). *Teaching personal and social responsibility through physical activity*. Human Kinetics. <http://dx.doi.org/10.5040/9781718208919>
- Hodge, K., Danish, S., Forneris, T., & Miles, A. (2016). Life skills and basic needs: A conceptual framework for life skills interventions. In N. L. Holt (Ed.), *Positive youth development through sport* (2nd ed., pp. 45–55). London: Routledge.

- Hjerm, M., Eger, M. A., Bohman, A., & Fors Connolly, F. (2020). A new approach to the study of tolerance: Conceptualizing and measuring acceptance, respect, and appreciation of difference. *Social Indicators Research*, 147(3), 897-919. <https://doi.org/10.1007/s11205-019-02176-y>
- Holt, N. L., Neely, K. C., Slater, L. G., Camiré, M., Côté, J., Fraser-Thomas, J., ... & Tamminen, K. A. (2017). A grounded theory of positive youth development through sport based on results from a qualitative meta-study. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1), 1–49. <https://doi.org/10.1080/1750984x.2016.1180704>
- Holt, N.L., & McDonough, M.H. (Eds.). (2024). *Positive Youth Development through Sport* (3rd ed.). Routledge. <https://doi-org.uaccess.univie.ac.at/10.4324/9781003395867>
- Holti, M. A. (2024). *Kompetenz- und Persönlichkeitsbildung: Phänomenologischer Zugang zu einem personenorientierten Kompetenzverständnis*. Springer-Verlag. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-45644-3>
- Ibsen, B., Elmoose-Østerlund, K., Feiler, S. et al. Breuer, C., Seippel, Ø., Van der Roest, J.-W., Scheerder, J. (2019). Democratic Participation in Voluntary Associations: A Multilevel Analysis of Sports Clubs in Europe. *Voluntas* 30, 1148–1163. <https://doi.org/10.1007/s11266-018-00088-y>
- Jones, G. J., Edwards, M. B., Bocarro, J. N., Bunds, K. S., & Smith, J. W. (2017). An integrative review of sport-based youth development literature. *Sport in Society*, 20(1), 161-179. <https://doi.org/10.1080/17430437.2015.1124569>
- Kim, K. R., Bowers, M. T., Lee, W., & Slana, R. (2021). Validation of modified youth experience survey for sport (MYES-S) using multidimensional Rasch model. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20(4), 1193–1207. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2021.1938633>
- Krüger, M. (2022). Sport–Begriff und Geschichte: (Historische und internationale) Sportbegriffe. In *Grundlagen von Sport und Sportwissenschaft: Handbuch Sport und Sportwissenschaft* (pp. 23-38). Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg. https://doi.org/10.1007/978-3-662-53404-5_3
- MacDonald, D. J., Côté, J., Eys, M., & Deakin, J. (2012). Psychometric properties of the youth experience survey with young athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(3), 332-340. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.09.001>

- MacDonald, D. J., & McIsaac, T. (2016). Quantitative assessment of positive youth development in sport. In N. L. Holt (Ed.), *Positive youth development through sport* (2nd ed., pp. 83–96). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315709499-8>
- McCauley, C. (2024). What Is Leadership? A Definition Based on Research. *Center for Creative Leadership*. Zugriff am 16.07.2024 unter: <https://www.ccl.org/articles/leading-effectively-articles/what-is-leadership-a-definition/>
- McEwan, D., & Beauchamp, M. R. (2014). *Teamwork in sport: A theoretical and integrative review*. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 7(1), 229–250. <https://doi.org/10.1080/1750984x.2014.932423>
- Moustakas, L. (2023). Sport and social cohesion within European policy: A critical discourse analysis. *European Journal for Sport and Society*, 20(1), 1–18. <https://doi.org/10.1080/16138171.2021.2001173>
- Millington, R., & Darnell, S. (2019). *Sport, Development and Environmental Sustainability* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781351128629>
- Moustakas, L., & Robrade, D. (2022). Sport for social cohesion: from scoping review to new research directions. *Sport in Society*, 26(8), 1301–1318. <https://doi.org/10.1080/17430437.2022.2130049>
- Moustakas, L. (2023). *Together on the Field, United off of it? Defining, Mapping and Understanding Sport for Social Cohesion Programmes in Europe*. Deutsche Sporthochschule Köln.
- Moustakas, L. (2023). From Evangelical to Structural: A Typology of European Sport for Social Cohesion Programs. *Journal of Global Sport Management*, 1–21. <https://doi.org/10.1080/24704067.2023.2197004>
- Opstoel, K., Chapelle, L., Prins, F. J., De Meester, A., Haerens, L., van Tartwijk, J., & De Martelaer, K. (2020). Personal and social development in physical education and sports: A review study. *European Physical Education Review*, 26(4), 797–813. <https://doi.org/10.1177/1356336X19882054>
- Petitpas, A. J., Cornelius, A. E., Van Raalte, J. L., & Jones, T. (2005). A framework for planning youth sport programs that foster psychosocial development. *The Sport Psychologist*, 19(1), 63–80. <https://doi.org/10.1123/tsp.19.1.63>

- Puente-Maxera, F., Méndez-Giménez, A., & de Ojeda, D. M. (2020). Games from around the world: Promoting intercultural competence through sport education in secondary school students. *International Journal of Intercultural Relations*, 75, 23-33. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2020.01.001>
- Rat der Europäischen Union. (2018). *Empfehlung des Rates vom 22. Mai 2018 zu Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen* (2018/C 189/01). Amtsblatt der Europäischen Union.
- Raw, K., Sherry, E., & Rowe, K. (2021). Sport for social cohesion: exploring aims and complexities. *Sport Management Review*, 25(3), 454–475. <https://doi.org/10.1080/14413523.2021.1949869>
- RAY-MON. (2023). *Effects and outcomes of the Erasmus+ Youth in Action Programme from the perspective of project participants and project leaders*. Research Youth Network. Zugriff am 06.10.2024 unter: <https://www.researchyouth.net/projects/mon/>
- Right To Play. (2008). What is Sport for Development and Peace?. Zugriff am 16.07.2024 unter: sportanddev.org
- Sabbe, S., Bradt, L., Spaaij, R., & Roose, R. (2020). Community sport and social cohesion: in search of the practical understandings of community sport practitioners in Flanders. *Community Development Journal*, 55(2), 258-276. <https://doi.org/10.1093/cdj/bsy046>
- Schiefer, D., & van der Noll, J. (2017). The essentials of social cohesion: A literature review. *Social Indicators Research*, 132(2), 579–603. <https://doi.org/10.1007/s11205-016-1314-5>
- Schulenkorf, N., Sherry, E., & Rowe, K. (2016). Sport for Development: An Integrated Literature Review. *Journal of Sport Management*, 30(1), 22-39. <https://doi.org/10.1123/jsm.2014-0263>
- Schulenkorf, N. (2016). Managing sport-for-development: Reflections and outlook. *Sport Management Review*, 20(3), 243–251. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2016.11.003>
- Sportanddev (2022). Learning to be with others: Using sport to develop empathy. *sportanddev.org*. Zugriff am 18.12.2024 unter: <https://www.sportanddev.org/latest/news/learning-be-others-using-sport-develop-empathy>
- Stainton, A., Chisholm, K., Kaiser, N., Rosen, M., Upthegrove, R., Ruhrmann, S., & Wood, S. J. (2019). Resilience as a multimodal dynamic process. *Early intervention in psychiatry*, 13(4), 725-732. <https://doi.org/10.1111/eip.12726>

Stempel, A.E. (2011). *Pferdegestützte Persönlichkeitsbildung: Der Einsatz von Pferden in der Erwachsenenbildung*. Diplomica Verlag.

Svensson, P. G., & Woods, H. (2017). A systematic overview of sport for development and peace organisations. *Journal of sport for development*, 5(9), 36-48.

Tamminen, K. A., & Dunn, R. C. (2024). Qualitative research on positive youth development in sport. In N. L. Holt & M. H. McDonough (Hrsg.), *Positive youth development through sport* (3. Aufl., S. 73–83). Routledge. <https://doi-org.uaccess.univie.ac.at/10.4324/9781003395867>

Ubaidullov, Z. (2018). Sport for peace: A new era of international cooperation and peace through sport. *Asia-Pacific Review*, 25(2), 104-126. <https://doi.org/10.1080/13439006.2018.1548818>

Ullrich-French, S., & Cole, A. M. (2018). Exploring participant characteristics in an assessment of changes in psychosocial outcomes in a physical activity-based positive youth development programme for girls. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(5), 535–554. <https://doi.org/10.1080/1612197x.2016.1275740>

United Nations. (2015). Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development. In *United Nations*. Zugriff am 29.08.2024 unter: <https://documents.un.org/doc/undoc/gen/n15/291/89/pdf/n1529189.pdf?token=exP5O3VFkmCQRzcTZw&fe=true>

Vigil-Otero, A., & Willard, C. (2023). *The Self-Confidence Workbook for Teens: Mindfulness Skills to Help You Overcome Social Anxiety, Be Assertive, and Believe in Yourself*. New Harbinger Publications.

Weiß, O., & Russo, M. (2005). Mehr Österreicher/innen zum Sport. *Eine Aktivierungsstudie zur Förderung des Sportengagements in Österreich*. Wien.

Weiss, M. R., Kipp, L. E., & Bolter, N. D. (2012). Training for life: Optimizing positive youth development through sport and physical activity. In S. M. Murphy (Ed.), *The Oxford handbook of sport and performance psychology* (pp. 448–475). New York & Oxford, UK: Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199731763.013.0024>

Weiss, M. R., Bolter, N. D., & Kipp, L. E. (2016). Evaluation of the First Tee in promoting positive youth development: Group comparisons and longitudinal trends. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 87(3), 271–283. <https://doi.org/10.1080/02701367.2016.1172698>

Whitley, M.A., Farrell, K., Wolff, E.A., & Hillyer, S.J. (2019) Sport for development and peace: Surveying actors in the field. *Journal of Sport for Development*, 7(11), 1-15.

Xia, F., Xu, Y., & Zhang, X. (2024). Inspiring sport event volunteer engagement and sense of pride: the importance of organisational environmental factors. *Leisure Studies*, 1–17. <https://doi.org/10.1080/02614367.2024.2383441>

Xie P, Cao Q, Li X, Yang Y and Yu L (2022) The effects of social participation on social integration. *Front. Psychol.* 13:919592. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.919592>

Zilola, A., Bahodir, N., & Munisa, Y. (2023). APPROACHES AND ACTIVITIES THAT HELP DEVELOP INTERCULTURAL COMPETENCE. *Journal of Academic Research and Trends in Educational Sciences*, 2(2), 204-208. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7938483>

Anhang

Anhang A – Fragebogen

Anhang B – Liste kontaktierter Projekte

Anhang A – Fragebogen

**Participants'
perspective - Effects
of sports-based E+
Youth Exchanges on
personal
Development**



This questionnaire is part of a research project for a master's thesis, which examines the effects of sports-based Erasmus+ Youth Exchanges on participants' personal development. You can fill this survey, if you participated in a sports-based Erasmus+ Youth Exchange between 2021 and 2024. **"sports-based" means, it was a key focus during the project to carry out physical activities.**

The survey will take approximately 8-10 minutes to complete and is entirely anonymous. No personally identifiable data will be collected, and responses cannot be traced back to individual participants. Participation is entirely voluntary, and you can choose to stop filling out the survey at any time without any negative consequences.

If you have any questions, please feel free to contact the author Daniel Steiner by email at: steinerd401@gmail.com

I agree to participate in this survey and consent to the use of my anonymized responses for research purposes in compliance with the GDPR. *

☐ Yes, I agree

No rush - give those answers some love...It's a short questionnaire 💡👉

Demographic & Individual Information

Which country are you from? *

How old are you? *

Sex *

- ☐ Male
- ☐ Female
- ☐ Intersex
- ☐ other

Did you participate in a sports-based E+ Youth Exchange between 2021 and 2024? *

- ☐ Yes
- ☐ No

Do you consider that in your life you faced at least one of the following barriers, putting you at a disadvantage compared to other persons of the same age, status, or ability: *

	Yes	No
Disability / special needs – e.g. mental (intellectual, cognitive, learning), physical, sensory or other disabilities	☐	☐
Health problems - e.g. chronic health problems, severe illnesses or psychiatric conditions	☐	☐
Educational difficulties - e.g. learning difficulties, early school-leaver, poor school performance	☐	☐
Cultural differences - e.g. immigrant, refugee or with immigrant or refugee family background, belonging to a national or ethnic minority	☐	☐
Economic obstacles - e.g. low standard of living, low income, dependence on social welfare system, long-term unemployment or poverty, debt or financial problems	☐	☐
Social obstacles - e.g. facing discrimination because of gender, ethnicity, religion, sexual orientation	☐	☐
Geographical obstacles - e.g. from remote or rural areas (limited public transport, poor facilities)	☐	☐

Project Reference and Participation Information

Please provide information of your most recent sports-based E+ Youth Exchange, and answer the following question based on that project.

Project Title *

Year (of Exchange) *

Location (Country) *

Which sports activities did you mainly do during this Youth Exchange? (Please list them) *

e.g.: soccer, yoga, hiking, orienteering, cycling, dancing, skiing/snowboarding, martial arts...

Social development - skills and knowledge

Reflecting on your interactions during the project, to what extent do you agree with these statements? *

	Strongly Agree	Agree	Neutral	Disagree	Strongly Disagree
I learned to get along with people who have a different cultural background.	☐	☐	☐	☐	☐
I engage in tackling challenges like Inequality, Refugee Crises, Environmental Sustainability.	☐	☐	☐	☐	☐
I became better at understanding and sharing the feelings of others.	☐	☐	☐	☐	☐
I actively participated in social life and contributed to community development.	☐	☐	☐	☐	☐
I feel more capable of leading a group and motivating others.	☐	☐	☐	☐	☐
I became more committed to contributing my time and resources to support my community.	☐	☐	☐	☐	☐

I learned to negotiate joint solutions when there are different viewpoints.	☐	☐	☐	☐	☐
I learned to help others feel included in the community and to break down barriers.	☐	☐	☐	☐	☐
I became more willing to cooperate and contribute to group goals.	☐	☐	☐	☐	☐
I improved my ability to communicate with people who speak another language.	☐	☐	☐	☐	☐
I gained experience in working collaboratively with diverse groups.	☐	☐	☐	☐	☐
I learned to value different perspectives and show respect for others.	☐	☐	☐	☐	☐

How significant were the sports activities during the youth exchange in contributing to your social development? *

☐ 1
No contribution

☐ 2

☐ 3

☐ 4

☐ 5
Big contribution

You're 65% through - Keep it up! :)

Key Competences

select only those that apply; multiple answers are possible

Key Competences

select only those that apply; multiple answers are possible

In the project, I learned something about... *

- | | |
|--|---|
| ☐ using different languages for communication | ☐ developing arguments |
| ☐ resolving conflicts independently | ☐ acting upon opportunities |
| ☐ using digital technologies | ☐ contributing my ideas to improve the local environment |
| ☐ applying logical thinking | ☐ none of the above |
| ☐ respecting traditions from other cultures | |

E+ Priorities - Learnings & Impact on actions

select only those that apply; multiple answers are possible

In the project, I also learned something about ... *

- | | |
|--|--|
| ☐ empathy | ☐ solidarity |
| ☐ non-violence | ☐ human rights |
| ☐ acceptance | ☐ equality |
| ☐ non-discrimination | ☐ critical thinking |
| ☐ ethics | ☐ accessibility |
| ☐ mis- & disinformation | ☐ respect for nature |
| ☐ responsible consumption | ☐ environmental justice |
| ☐ footprint reduction | ☐ diversity & inclusion |
| ☐ none of the above | |

Since the project... *

- | | |
|---|---|
| ☐ I engage more in civil society | ☐ I am more interested in participating in elections |
| ☐ I am more interested in participating in democratic processes | ☐ I more actively support diversity |
| ☐ I appreciate cultural diversity more than before the project | ☐ I more actively stand up for my own rights |
| ☐ I am more competent in using digital technologies | ☐ I am more able to take care of my digital wellbeing |
| ☐ I more actively contribute to environmental sustainability in my everyday life | ☐ I more actively push for environmental sustainability in society or politics |
| ☐ none of the above | |

85% done, last few questions! You got this!

Personal development - skills and knowledge

In the project, I developed or strengthened the following personal competences... *

	Strongly Agree	Agree	Neutral	Disagree	Strongly Disagree
I learned to reflect and think critically.	☐	☐	☐	☐	☐
I developed the ability to promote my physical and mental health.	☐	☐	☐	☐	☐
I learned to use natural resources responsibly and recognize environmental issues.	☐	☐	☐	☐	☐
I feel more self-assured in new situations and in expressing my ideas.	☐	☐	☐	☐	☐

I became better at overcoming challenges and managing setbacks.	☐	☐	☐	☐	☐
I feel that I am more autonomous.	☐	☐	☐	☐	☐
I feel more responsible for my actions and their impact on others.	☐	☐	☐	☐	☐

How significant were the sports activities during the youth exchange in contributing to your personal development? *

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
 No contribution Big contribution

Overall project experience? *

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
 bad amazing

Total number of E+ Youth Exchanges you participated in so far? *

Do you want to receive the results of the research when ready? *

- ☐ No, thanks
☐ Yes, here's my email

[You've made it - click here to submit](#)

Anhang B – Liste selektierter Projekte

Projektnummer	Projekttitel	Kontaktiert Ja/Nein-KKg
2022-1-FR02-KA152-YOU-000069649	Re-match with yourself	Ja
2022-1-PT02-KA152-YOU-000067339	Sustainability Championship: A commitment to sport as an instrument that promotes change and creates environmental impacts.	Ja
2022-1-TR01-KA152-YOU-000066668	HEALTHY LIFE MUST BE THE NEW PAN-DEMIC!	Ja
2021-2-HU01-KA152-YOU-000039454	Youth Playground	Ja
2021-1-LT02-KA152-YOU-000019445	ReTreat	Ja
2022-1-NO02-KA152-YOU-000057862	The Earth has music for those who listen	Ja
2023-1-PL01-KA152-YOU-000144001	Hike for healthy life!	Ja
2022-3-PL01-KA152-YOU-000098398	Go for health!	Ja
2022-1-FR02-KA152-YOU-000069078	Mountain Buddies	Ja
2024-1-FR02-KA152-YOU-000218272	Youth for Healthier Tomorrow	Ja
2021-2-LU01-KA152-YOU-000040122	Ride for your health	Ja
2023-3-MT01-KA152-YOU-000176638	Adventure, Health, and Sports: Empowering Youth for Life	Ja
2023-3-FR02-KA152-YOU-000180429	L'Olympisme à portée des jeunes	Ja
2023-1-IT03-KA152-YOU-000129572	SPORT AND NATURE: A WINNING COMBINATION	Ja
2021-1-PT02-KA152-YOU-000007484	Inclusion 4 everyone!	Nein-KKg
2021-1-HU01-KA152-YOU-000035524	ReConnect Through Sport	Ja

2021-1-HR01-KA152-YOU-000011541	VODENI SPORTOVI NA RIJECI	Nein-KKg
2021-1-ES02-KA152-YOU-000004649	Tackling Stereotypes 4.0: Inclusion, Diversity and Healthy Habits through Sports	Ja
2021-1-BG01-KA152-YOU-000021509	SportAbility	Ja
2021-1-CZ01-KA152-YOU-000003726	Living In Nature and Outdoor Sports	Ja
2023-3-HU01-KA152-YOU-000180737	Nature's Playground	Ja
2023-3-EL02-KA152-YOU-000183005	Healthy Habits: Inspiring European Youth to Lead an Active	Ja
2023-3-PT02-KA152-YOU-000178157	OpenPlay Inclusion	Nein-KKg
2023-2-BE04-KA152-YOU-000167661	Balance ton corps	Ja
2023-3-RO01-KA152-YOU-000175589	Active ME	Ja
2023-2-NL02-KA152-YOU-000168241	Fit for Life	Nein-KKg
2023-1-IT03-KA152-YOU-000148504	Let's Play in Nature!	Ja
2023-1-SK02-KA152-YOU-000147401	Move your way to a happier life	Ja
2023-1-HU01-KA152-YOU-000145978	Boat on the river	Ja
2023-1-IT03-KA152-YOU-000142985	Eat, Move, Sleep, Repeat	Ja
2023-1-TR01-KA152-YOU-000140311	Focus on Sport for Environmental Sustainability	Ja
2023-1-DK01-KA152-YOU-000140201	Let's B-together to B-well	Ja
2023-1-DK01-KA152-YOU-000134886	High on Sport	Ja
2023-1-ES02-KA152-YOU-000134263	FUNercise	Ja
2021-2-TR01-KA152-YOU-000040014	SPORDA GENÇLİK, SPORLA KARDEŞLİK	Ja
2022-3-HU01-KA152-YOU-000094250	Digitally Well, Generally Well	Ja
2022-3-HU01-KA152-YOU-000094263	Sports for Values	Ja
2023-1-BE05-KA152-YOU-000149884	Latvia - Belgium: Becoming united through nature	Ja

2023-1-HU01-KA152-YOU-000128040	Eco Athletes	Ja
2022-3-SI02-KA152-YOU-000101660	V Divjino	Ja
2022-3-LV02-KA152-YOU-000098970	Active life, healthy mind	Ja
2022-3-RS01-KA152-YOU-000099519	EleMental	Ja
2022-1-FR02-KA152-YOU-000069649	Re-match with yourself	Ja
2021-2-LT02-KA152-YOU-000040681	Physical activity in community transforming society	Ja
2021-2-ES02-KA152-YOU-000037903	SPORT FOR YOUNG AND ACTIVE PEOPLE IN EUROPE	Ja
2021-2-DE04-KA152-YOU-000040823	Be healthy be smart, act through yoga art!	Ja
2021-1-NL02-KA152-YOU-000020895	Sports for the Fight Against Addiction	Ja
2022-1-FR02-KA152-YOU-000063039	We love sport!	Ja
2023-3-SE02-KA152-YOU-000177020	Youthexchange for health, outdoor life and social sustainability between Sweden and Finland	Ja
2023-3-MK01-KA152-YOU-000179478	No equipment? No problem!	Ja
2023-1-PL01-KA152-YOU-000132387	Hiking for Peace	Ja
2024-1-HU01-KA152-YOU-000198752	Champions of Change	Ja
2023-2-EE01-KA152-YOU-000168551	Together in Motion	Ja
2023-3-IT03-KA152-YOU-000180780	Bodies, Minds, and Souls in Nature	Ja
2023-3-DE04-KA152-YOU-000182780	United through sports	Ja
2023-3-EE01-KA152-YOU-000176296	A Walk To Remember	Ja
2023-1-CY02-KA152-YOU-000128559	Sports for all: Encouraging Inclusion in the field of Sports	Ja
2023-3-HU01-KA152-YOU-000171813	Erasmus Olympic Games	Ja
2022-3-LU01-KA152-YOU-000096779	Outdoor plus - a never ending activity	Ja

2022-1-DE04-KA152-YOU-000064560	Nature Asks For You	Ja
2021-2-MT01-KA152-YOU-000037985	Run and Explore	Nein-KKg
2022-1-LU01-KA152-YOU-000062352	Youth Martial Arts	Nein-KKg
2023-3-PL01-KA152-YOU-000175874	Embrace ADDictions via outdoor activities	Ja
2023-1-MT01-KA152-YOU-000147952	Ready, Set, Goal! Empowering Youth through Sports and Arts	Ja
2023-1-HU01-KA152-YOU-000146674	It's time to be Active!	Ja
2023-1-FR02-KA152-YOU-000143753	Le sport au service de la résilience !	Ja
2022-3-TR01-KA152-YOU-000102843	Dynamic Youth	Ja
2022-3-EL02-KA152-YOU-000102820	equaliTEAM - Play, Learn, Educate	Nein-KKg
2022-3-TR01-KA152-YOU-000103421	Use Sport as a Tool Make Their Lives Really Cool!	Nein-KKg
2022-3-PL01-KA152-YOU-000101151	Sport równych szans	Nein-KKg
2022-3-IE01-KA152-YOU-000102417	Nature for Fun, Therapy and Learning	Nein-KKg
2022-3-ES02-KA152-YOU-000102341	Inclusion Through Sports	Ja
2022-3-EL02-KA152-YOU-000098959	10.000 Steps to Heaven!	Nein-KKg
2022-3-MT01-KA152-YOU-000100018	BE ACTIVE	Ja
2022-3-LT02-KA152-YOU-000099877	Go Outdoors!	Ja
2022-3-NL02-KA152-YOU-000099740	"Integratie en sociale inclusie door sport"	Ja
2022-3-RO01-KA152-YOU-000100440	What if I start Cycling & Recycling?	Nein-KKg
2022-3-ES02-KA152-YOU-000099505	Workout your Values vol.2	Ja
2022-3-TR01-KA152-YOU-000097040	Olumlu Gençlik Gelişimi: Sportif Bir Yaşam Felsefesi	Nein-KKg
2022-3-LV02-KA152-YOU-000097420	Go healthy	Ja
2022-3-EE01-KA152-YOU-000097770	Play to Grow	Ja

2022-3-FR02-KA152-YOU-000096852	Let's get outside	Ja
2022-3-HU01-KA152-YOU-000098713	Reconnect through the power of nature	Ja
2022-1-RO01-KA152-YOU-000070061	Dance Your Worries Away	Ja
2021-2-LU01-KA152-YOU-000040112	Youth and Street Workout	Ja
2022-3-IT03-KA152-YOU-000098187	Lo sport per l'inclusione	Nein-KKg
2022-3-ES02-KA152-YOU-000097887	La Inclusión de los Jóvenes por Mediación de la Danza y los Cantos Populares	Nein-KKg
2023-3-ES02-KA152-YOU-000173566	Our Natural World	Ja
2022-3-RO01-KA152-YOU-000095624	The Mountains are Calling and we Must Go	Ja
2022-3-PL01-KA152-YOU-000093352	SPORT for INCLUSION	Ja
2022-3-RO01-KA152-YOU-000093247	Youth in Mountains	Nein-KKg
2022-3-AT01-KA152-YOU-000092523	Hiking for better earth	Ja
2022-3-IT03-KA152-YOU-000093153	Healthy Bodies for a Healthy Society: European Youth rethinks Sports	Ja
2022-2-SK02-KA152-YOU-000090820	Youth hiking for future	Ja
2022-2-TR01-KA152-YOU-000090711	Spor ve Doğaya Dayalı Faaliyetlerle Yetkinlik Gelişimi	Ja
2022-2-TR01-KA152-YOU-000090491	BE ACTIVE, BEAT OBESITY	Ja
2022-2-LU01-KA152-YOU-000091059	Power of Sport	Ja
2022-1-CZ01-KA152-YOU-000064129	BACK TO NATURE	Ja
2021-1-NO02-KA152-YOU-000012536	Youth in Action	Nein-KKg
2022-1-ES02-KA152-YOU-000071128	F.I.F.A. - For Inclusion, Football Activities	Ja
2022-1-PT02-KA152-YOU-000071532	Move to Improve	Ja
2022-1-BE05-KA152-YOU-000071229	Trial & Error	Ja
2022-1-TR01-KA152-YOU-000070667	Sporla Sağlığa, Eğitimle Geleceğe Yürü!	Ja

2022-1-PT02-KA152-YOU-000070902	Go, Europe: Culturally and Physically Active European Youth	Nein-KKg
2022-1-IT03-KA152-YOU-000069312	Lo Sport per crescere	Nein-KKg
2022-1-CY02-KA152-YOU-000069145	Games 4 All	Ja
2022-1-NL02-KA152-YOU-000067359	GOAL	Nein-KKg
2022-1-PL01-KA152-YOU-000067380	Plogging! Sport & Ecology - Healthy Balance	Ja
2022-1-FR02-KA152-YOU-000068906	Learning green values through sport in the nature	Ja
2022-1-PL01-KA152-YOU-000067172	Outdoor Adventure	Ja
2022-1-HU01-KA152-YOU-000068637	Értünk a víz	Nein-KKg
2022-1-AT01-KA152-YOU-000065114	FICEP Camp Austria 2022	Ja
2022-1-FR02-KA152-YOU-000063002	Action Sports and the Olympic Games: Past, Present, Future	Ja
2022-1-PL01-KA152-YOU-000061791	Your Body is your gym	Ja
2022-1-IT03-KA152-YOU-000058373	SPORTtherapy	Nein-KKg
2022-1-ES02-KA152-YOU-000059757	Social Innovation Through Sport	Nein-KKg
2022-1-NO02-KA152-YOU-000055514	DANCE WITH ME	Ja
2022-1-LV02-KA152-YOU-000056552	Stay Active	Ja
2022-1-PL01-KA152-YOU-000058035	Fair Play	Ja
2022-1-DE04-KA152-YOU-000053630	Let's play for social inclusion	Ja
2022-1-HR01-KA152-YOU-000052937	Dance as a medium for change	Ja
2022-1-ES02-KA152-YOU-000055270	EXPLOSIVE HABITS	Nein-KKg
2022-1-CZ01-KA152-YOU-000054829	Fair Game	Ja
2022-1-LT02-KA152-YOU-000053051	Healthy Habits for A Healthier Generation	Ja
2022-1-BE03-KA152-YOU-000054874	Bundescamp 2022	Ja
2022-1-IE01-KA152-YOU-000052030	INCLUSIVE SPORTS	Nein-KKg

2023-1-ES02-KA152-YOU-000145178	Active Together	Ja
2022-1-LT02-KA152-YOU-000067308	Youth 4 Sport	Ja
2021-2-PL01-KA152-YOU-000041084	Self-acceptDANCE	Ja
2021-2-PL01-KA152-YOU-000040235	Play out Your Addiction	Ja
2021-2-HU01-KA152-YOU-000040939	Hike & Sustain	Nein-KKg
2021-2-DE04-KA152-YOU-000039968	Nature Affairs - nature shapes us and we shape the future!	Ja
2021-2-BE05-KA152-YOU-000039751	Dance into happiness!	Ja
2021-2-LU01-KA152-YOU-000040124	Sport for Rights	Ja
2021-2-FR02-KA152-YOU-000040100	Street Workout is Kind of My Thing	Nein-KKg
2021-2-PL01-KA152-YOU-000039569	Korfbal- jedyna taka gra na świecie!	Ja
2021-2-CZ01-KA152-YOU-000041009	Rhythm for health	Ja
2021-2-SE02-KA152-YOU-000038914	Youth exchange in rowing: Kungälv - Aviron Beaucaire 2022	Ja
2021-2-EL02-KA152-YOU-000037992	Everybody move your Body !	Ja
2021-2-HR01-KA152-YOU-000039190	Navigating to Resilience	Ja
2021-1-PL01-KA152-YOU-000034248	Dance It Out	Ja
2023-3-CY02-KA152-YOU-000177788	Sport activities as an educational tool combating youth social exclusion	Nein-KKg
2021-1-CY02-KA152-YOU-000020085	BALANCE in motion	Ja
2021-1-TR01-KA152-YOU-000020844	Mixability Sports Non-Disabled Life	Nein-KKg
2021-1-FR02-KA152-YOU-000021059	Un projet jeunesse citoyen autour du sport et l'activité physique	Nein-KKg
2021-1-PL01-KA152-YOU-000020861	Healthy life via sport	Ja
2021-1-HU01-KA152-YOU-000012597	Be Active Through Sport!	Ja

2021-1-NL02-KA152-YOU-000012566	You-th Way: Improving Wellbeing Through Sport	Ja
2021-1-TR01-KA152-YOU-000009417	Social Cohesion Through Sport	Nein-KKg
2021-1-IT03-KA152-YOU-000010194	SPEED - Sport to Prevent Enmity, Exclusion and Discrimination	Nein-KKg
2021-1-SI02-KA152-YOU-000010127	Let's Get Physical	Ja
2021-1-SI02-KA152-YOU-000010123	We are all in this together	Ja
2021-1-DE04-KA152-YOU-000005684	Move your body and protect your mental health	Ja
2021-1-DE04-KA152-YOU-000004127	Active-Life	Ja
2023-1-PL01-KA152-YOU-000126137	Explore minds: mental health, sports and digital detox	Ja
2024-1-HU01-KA152-YOU-000239331	Be Active, Be Healthy!	Ja
2024-1-PL01-KA152-YOU-000201082	Harmony in Mindfulness and Motion	Ja
2023-1-MT01-KA152-YOU-000130226	BEYOND THE GAME: USING SPORT TO CREATE CULTURAL UNDERSTANDING	Ja
2023-1-PT02-KA152-YOU-000145418	Sports With You(th)	Nein-KKg
2021-1-ES02-KA152-YOU-000011070	Deporte para la tolerancia	Ja
2022-3-ES02-KA152-YOU-000095245	NO LIMITS	Ja
2022-3-LT02-KA152-YOU-000094088	Out on the Fields	Ja
2023-2-EE01-KA152-YOU-000168752	Climbing Rocks	Ja
2023-3-ES02-KA152-YOU-000183597	Train the Change	Ja
2022-3-HU01-KA152-YOU-000094976	Hike for Health 3.0	Ja
2023-3-BG01-KA152-YOU-000172469	Tri-Life Balance - Empowering Young Minds	Ja
2023-3-PL01-KA152-YOU-000183559	We're serious about inclusion	Ja

2022-1-ES02-KA152-YOU-000066343	Violence2theBench: Preventing sexist violence through sports	Nein-KKg
2023-3-ES02-KA152-YOU-000183468	FUTBOL CON VALORES	Nein-KKg
2023-3-PT02-KA152-YOU-000182787	Dance Your Problems Away: How Dance Transforms Mental Wellbeing	Nein-KKg
2021-2-NO02-KA152-YOU-000037922	Pedal for LIFE!	Nein-KKg
2023-1-ES02-KA152-YOU-000137886	SPORTEERISM: Promoción del voluntariado a través del mundo del deporte	Nein-KKg
2023-1-EE01-KA152-YOU-000137455	Youth, Sports and Bonfire	Ja
2022-1-TR01-KA152-YOU-000067340	Spor Köprüsü	Ja

Tab. A.B. 1: *Liste selektierter bewegungs- und sportbasierter E+ Jugendbegegnungen (eigene Darstellung).*