

## Interview Paul

**T: Interviewer\*in Tanja; P: Interviewpartner\*in Paul**

1 T: Ja, dann nochmal äh erstmal Hallo und Danke, dass du jetzt hier bist und Dir die Zeit  
2 nimmst, mit mir das Interview zu führen. Mhh, Darf ich du zu dir sagen °eigentlich°?

3 P: Ja.

4 T: Mache ich die ganze Zeit schon, @aber du darfst auch du zu mir sagen@ ähm und ja, was  
5 ich dir gerade schon erzählt habe: Das Gespräch wird jetzt aufgenommen und ich versichere  
6 Dir nochmal, dass es anonym bleibt, das-. Ähm, wenn dir irgendeine Frage unangenehm is  
7 oder so, dann sag das einfach kurz, die musst du nicht beantworten, gib mir kurz 'n Zeichen  
8 und dann hör'n wir damit auf. Joah. Biste bereit?

9 P: Ja, ich bin bereit.

10 T: Okay. Dann erstmal `n bisschen was so allgemein über Dich und dein Umfeld. Ähm, fang  
11 mal am besten damit an, mir zu erzählen, was du in deiner Freizeit so am liebsten machst.

12 P: Ja, ich geh raus, mach was mit Freunden und- Jetzt auf's Sportliche bezogen, oder Lmehr  
13 allgemein J

14 T: Ist egal, allgemein, was du in deiner Freizeit so machst.

15 P: Ja, bin auch viel und auch gerne@drin@ und am Computer und ja, joah.

16 T: Okay. Was machen deine Freunde in ihrer Freizeit so?

17 P: Ungefähr das Gleiche. Die äh geh'n auch raus, also wenn ich dann mit meinen Freunden  
18 draußen bin, äh und ja genau, da- wir teilen ungefähr die gleichen Interessen.

19 T: Okay. Und nehmen die auch- also machen die auch irgendwelchen Sport?

20 P: Joah, also is unterschiedlich. Manche Fußball, manche Tennis sogar auch, ja.

21 T: °Okay.° Und deine Eltern? Ähm sind die auch irgendwie sportlich aktiv?

22 P: Ja, meine ähm Mutter geht regelmäßig schwimm' und joggen und mein Vater, mit dem  
23 geh ich auch zusamm' ähm einmal die Woche trainier'n LT: OkayJ und ja der macht, der joggt  
24 auch.

25 T: Mhh ja okay.

26 P: Ja.

27 T: Gut ähm. Was denkst du, was halten deine Eltern von dem Präventiven Kraftkreis hier,  
28 °für Jugendliche°?

29 P: Ä::hm. Joah, is is halt- Ich denke, die finden das gut. Ich hab jetzt noch nicht so viel drüber  
30 erzählt so, aber die fragen halt, was wir so machen und die finden das gut und die fragen  
31 mich halt auch, ob ich das weiter machen möchte und <sup>L</sup>T: Okay<sup>J</sup> ja.

32 T: Und das findest du auch gut, dass sie dich danach fragen irgend- und-?

33 P: Ja. Also (.) Ich find's schon wichtig zu wissen, also dass die das wissen, ja.

34 T: °Okay°. Äh unterstützen dich deine Eltern irgendwie darin, dass du das auch wahrnehmen  
35 kannst, also dass du herkomm' kannst und (2)-

36 P: Hm::m. Also ja, schließlich bezahlen die auch das Geld dafür und (.) ja, also ä::h die  
37 Motivation kommt eher so von meiner Seite, dass ich da hin will, also die brauchen mich jetzt  
38 nicht (2) äh ja zwingen dazu, weil ich das selber als wichtig empfinde ähm ja. Ich finde, die  
39 heißen das auch gut.

40 T: Mhh, okay. (2) Äh, dann bisschen allgemeiner irgendwie: Was findest du gut so an Sport  
41 im Allgemeinen?

42 P: Also ich finde, man fühlt sich allgemein, wenn man ausgepowert ist besser, man hat was  
43 gemacht und ich finde, wenn man das regelmäßig macht, dann sieht man das auch und ja, (.)  
44 es macht auch einfach Spaß und ist Stressabbau gleichzeitig mit.

45 T: Okay, mhh. Ähm, was für'n Stellenwert hat Sport für dich so?

46 P: (2) Äh, ziemlich Hohen, also ich hab 'ne Zeit lang mal nix gemacht und das hab ich halt  
47 auch gespürt. Halt auch von (2) Ernährungsmäßig hab ich auch nicht so viel von gehalten,  
48 aber wenn de mit Sport zusamm, das macht halt auch viel, da fühl ich mich insgesamt fitter  
49 und ja, halt allgemein wohler.

50 T: (3) Mh ja, jetzt'n bisschen spezieller, zum Präventiven Kraftkreis. Äh, wie bist du dazu  
51 gekommen? Also, wie wurdest du darauf auf- aufmerksam?

52 P: Äähm, ich hab'n vom Orthopäden ein Termin vereinbart, also ja, bekommen, ein Rezept  
53 und ja über die Krankenkasse dann das machen lassen.

54 T: Okay, also hat dich der Orthopäde hier her verwiesen, quasi?

55 P: Genau.

56 T: Okay. Mhh. (2) Äh mit welchem Alter hast du angefang'? Also wie lange machst du das  
57 schon?

58 P: Mit 15, also (.) Genau.

59 T: Ja, hmm. Kannst du dich noch daran erinnern, wie du das erste Training irgendwie erlebt  
60 hast hier? Also, wie du das fandest?

61 P: (.) Naja, ich fand, erstma:: also komisch, also weil man auch alles noch nicht so wusste,  
62 wie das abläuft und die Leute auch noch nicht so kannte, aber (.) is hat (.) mir gefallen und joah  
63 hab mich auch gut ausgelastet gefühlt und (.) es hat mich auch gut ausgelastet, joah.

64 T: Mhh, okay. Äh, äh du hast gerade gesagt, du kanntest die Leute vorher nicht, ne? Also LP:  
65 Ne, ich kannte die nicht.┘ niemanden davon.

66 P: Niemanden.

67 T: Okay. (.) Ähm, ja, hast du vorher schon irgendwelchen Sport gemacht?

68 P: Ab und zu in Vereinen, aber ich hab mal Fußball gespielt, in Leichtathletik war ich auch (.)  
69 und Kampfsport hab ich auch gemacht LT: Okay┘, aber alles nicht mehr so wegen Schule und  
70 Planung und ja. Ja, kam halt immer was dazwischen.

71 T: Hmm. Äh hast du da an Wettkämpfen teilgenommen, bei den anderen Sportarten vorher?

72 LP: Ähm┘ Oder an Turnieren oder so, keine Ahnung.

73 P: Ähm, Leichtathletik und Fußball, aber Karate nicht.

74 T: Okay, mh, ä:hm, dann warte hier nehmt ihr ja irgendwie nicht an Wettkämpfen teil, ne. LP:  
75 Ne, das is hier nicht┘ Aber-

76 P: Das is für ein' selbst.

77 T: Mhh, äh, ich hab' grad den Faden @verloren@. Ähm, was reizt dich dann hier irgendwie  
78 dran, an dem Sport, obwohl es keine Wettkämpfe gibt?

79 P: (2) Ja, einfach (.) dass man das für sich selber macht und einfach ja für sein eigenes  
80 Wohlbefinden. Joah, das is halt Ansporn genug.

81 T: Hm, okay. Äh, haben die Wettkämpfe vorher für dich irgendwie 'ne Rolle gespielt, oder  
82 eher war'n die eher nicht so LP: Mhh, das is halt immer so┘ entscheidend?

83 P: So auf Krampf meistens, wenn man keine Lust hatte, muss man auch dann mit und man  
84 hat schon in den anderen Vereinen dann halt auch sehr auf die Wettkämpfe hintrainiert und  
85 das war halt irgendwie nicht so das, was ich mir daran vorgestellt hab.

86 T: Mhh, okay. War das auch ein Grund, warum du aufgehört hast? Äh also du hast ja schon  
87 die Zeit LP: Zum einen ja.┘ genannt. Okay.

88 T: Hmm. Ähm treibst du aktuell noch irgendwie andern Sport, unabhängig vom Kraftkreis?

89 P: M:::h ja, ich geh halt mit meinem Vater zusamm' zum Sport LT: Stimmt, das hast du ja  
90 vorhin erzählt.┘ hab ich ja auch erzählt und ja, mach auch alleine was. Genau.

91 T: Okay. Ähm dann wieder ein bisschen näher zum Kraftkreis direkt. Äh, was findest du  
92 besonders gut speziell daran?

93 P: Naja, also ich find's sehr abwechslungsreich und man es ist nicht immer so einseitig, man  
94 kriegt auch was gesagt zu den äh Abläufen, was gemacht wird und ja also es sind halt  
95 verschiedene (3) Bereiche äh angesprochen und ja es also ich find's sehr abwechslungsreich  
96 und äh unterhaltend dann auch.

97 T: Unterhaltend? @Okay@.

98 P: Jaa, ich weiß nich, wie ich das jetzt ausdrücken sollte.

99 T: Okay. Gibt's irgendwas, was du nich so gut findest?

100 P: Nö, eigentlich nich. Also Sport muss ja weh tun und da ja also (2) find'sch das nich so  
101 schlimm, wenn man ma an die Grenze geht. Ja.

102 T: Okay. Ähm, wenn du mal überlegst, was wär ein Grund für dich, also was müsste  
103 passieren, dass du nich mehr am Präventiven Kraftkreis teilnehmen würdest?

104 P: Ähm da würde ich jetzt eigentlich keinen finden, weil das ja gut für mich is, außer wenn  
105 ich jetze gar keine Zeit hab, wenn ich zu vertieft mit Schule bin, da müsst eich das  
106 abbrechen. Aber zur Zeit is das gut geregelt so.

107 T: Okay. Ähm joah okay. Wie fühlst du dich, wenn du hier bist? Versuch das mal zu  
108 beschreiben vielleicht.

109 P: Joah ich freu mich drauf, ich hab hier sozusagen Freunde und zusamm was zu machen is  
110 halt auch besser allein, als allein. Und in der Gruppe macht es dadurch halt auch mehr Spaß.  
111 Und joah, es ist halt nicht fremd.

112 T: Okay. Hast du manchmal auch keine Lust, herzukommen?

113 P: Eigentlich nich so... Also ich hab Lust, aber manchma davor, wenn ich so denke, ja ich  
114 muss dann jetzt noch hier hin, hab ich manchma ein schlechtes Gefühl, aber eigentlich  
115 verfliegt das schnell, weil ich ja weiß, dass es eigentlich doch Spaß macht.

116 T: Äh Okay. Motivierst du dich dann irgendwie? Also äh du kommst dann trotzdem her,  
117 oder?

118 P: Ja. T: Ja, genau.↓

119 T: Weil du weißt dass es Spaß macht, oder?

120 P: Ja.

121 T: Okay.

122 P: Genau.

123 T: @(.)@ Okay. Ähm was bringt dich dazu, hier immer wieder herzukommen, also am Ball zu  
124 bleiben und nicht aufzuhören?

125 P: Ja halt, dass ich halt, das alles für mich mach und ich seh ja auch, dass es was bringt und  
126 ja. Schädigt ja auch nicht.

127 T: @Wäre ja auch schlimm, wenn es schädigen würde.@ Inwiefern siehst du, dass es was  
128 bringt? °Also auf was bezogen?°

129 P: Naja jetzt von sportlicher Leistung, Ausdauer und ja. Man fühlt sich halt allgemein wohl.

130 T:Okay. Hast du irgendwelche sportlichen Ziele?

131 P: Ja, halt besser aussehen würd'sch jetzt mal sagen und ja.

132 T: Würdest du das auch als Motivationsfaktor beschreiben?

133 P: Ja, würde ich schon sagen.

134 T: Gut. Wir sind schon bei der letzten Frage. Ähm, was würdest du sagen: Welchen  
135 Stellenwert hat Sport heute in deinem Leben und welchen Stellenwert hatte Sport, bevor du  
136 mit dem Kraftkreis angefangen hast?

137 P: Hmm. (2) Davor war er auf jeden Fall niedriger als jetze und ja jetzt is so die Routine drin  
138 und ich weiß, dass wenn man regelmäßig was macht, halt man allgemein viel auch wacher is  
139 und aktiver und es is halt allgemein regt das den Körper an und ich finde es is schon  
140 gestiegen, der Stellenwert.

141 T: Ja?

142 P: Ja.

143 T: Okay. Gut, dann wär's das auch schon. Gibt's sonst noch irgendwas, was du mir erzählen  
144 möchtest, habe ich irgendwas vergessen zu fragen?

145 P: Nö, ich denk nich.

146 T: @Gut.@ Dann Dankeschön für das Interview.