

## Sport und Persönlichkeitsentwicklung

Berlin, 21. Januar 2011 - Über den Einfluss leistungssportlicher Aktivitäten auf die Persönlichkeitsentwicklung „philosophiert“ man grundsätzlich positiv. Welches Bild des eigenen emotionalen Zustandes und seinen möglichen Schwankungen, Selbsteinschätzung, Bewertung im Umgang mit Stimmungen, Stress, Mehrfachbelastungen und emotionaler Stabilität Spitzensportler haben, erfuhren Studierende im Kurs Sport und Persönlichkeitsentwicklung. Zu Besuch erschien auf Einladung des Lehrbeauftragten Andreas Hülsen der ehemalige Wasserspringer Tobias Schellenberg. Dieser startete seit 2006 für den Berliner TSC, die Jahre davor für den SC DHfK Leipzig und gewann bislang 18 deutsche Meisterschaften vom 1-Meter- und 3-Meter-Brett, sowie im Synchronspringen vom 3-Meter-Brett. Außerdem wurde er zwei Mal zum Springer des Jahres in Leipzig gewählt. Sein größter Erfolg war die Silbermedaille bei den Olympischen Spielen 2004 in Athen.

Tobias Schellenberg berichtete den Studierenden über seine Zeit im Hochleistungssport. Er bestätigte die Kursinhalte mit seinen Praxiserfahrungen: Kinder und Jugendliche im Hochleistungssport müssen ihre Entwicklungsaufgaben zeitlich beschleunigt abarbeiten und frühzeitig umfassende Handlungskompetenzen erwerben. Dabei werden sie im Vergleich zu anderen Gleichaltrigen mit zusätzlichen Aufgaben und Belastungen konfrontiert. Andererseits können sie aber bei der Bewältigung dieser Herausforderungen im Idealfall auf umfassendere persönliche und soziale Kompetenzen und Ressourcen zurückgreifen, die sie im Rahmen der leistungssportlichen Betätigung erworben haben. Diese Erfahrungen sind ihm heute bei der Ausübung seiner beruflichen Arbeit in der [Björn Schulz Stiftung](#) mehr als hilfreich. Dort unterstützt der Ex-Spitzenathlet Schellenberg unter anderem Geschwister von unheilbar kranken Kindern.

Abschließend stellte der Familienvater Schellenberg fest, wie wichtig für ihn die Betreuung durch einen Olympiastützpunkt während der aktiven Laufbahn gewesen sei und auch eine stabile Trainer-Athleten- Beziehung.

H:G Hochschule  
für Gesundheit und Sport

Vulkanstraße 1  
10367 Berlin

Telefon: 030 - 577 97 37 - 0  
Telefax: 030 - 577 97 37 - 999

E-Mail: [info@my-campus-berlin.com](mailto:info@my-campus-berlin.com)  
Internet: [www.my-campus-berlin.com](http://www.my-campus-berlin.com)

HRB 109612B  
Registergericht Charlottenburg  
Steuernummer 37/238/21105  
Finanzamt Berlin

Geschäftsführer:  
Prof. Dr. Dr. Christian Werner

Bankverbindung;  
Sparkasse Erding - Dorfen  
BLZ 700 519 95  
Konto 13466