

# Sportgeschichten

## Im Gespräch mit Johanna Willmer

### Erste Vorsitzende der Hannoverschen Sportjugend

#### Wir beginnen immer mit einer kleinen Vorstellungsrunde.

Ich bin Johanna, 27 Jahre alt und komme ursprünglich aus der Region Hannover. Nach meinem Abitur habe ich ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) beim Stadtsportbund (SSB) absolviert und anschließend ein Studium in Göttingen begonnen – Sport- und Politikwissenschaften. Ich spiele seit 15 Jahren leidenschaftlich gerne Tennis, später ist dann auch Volleyball dazugekommen. Im Rahmen des FSJ habe ich schließlich auch die Volleyball-Trainerlizenz gemacht. Zufällig gab es in meinem Heimatverein ein paar junge Kinder und Jugendliche, die Lust hatten, Volleyball zu spielen – also habe ich eine Trainingsgruppe eröffnet und als Volleyballtrainerin starten können. Das hat mich ganz grundlegend motiviert, perspektivisch mehr zu machen und mich weiter zu engagieren.

#### Sport stellt also eine prägende Rolle in deinem Leben dar?

Sport spielt für mich schon immer eine wichtige Rolle – besonders in der Schulzeit war Sport vor allem ein Ausgleich und eine Möglichkeit, meinem Bewegungsdrang nachzugehen. Dabei ging es mir nie wirklich um Leistung, Ligen oder Pokale. Vielmehr hat mich die soziale Komponente begeistert. Deshalb bin ich irgendwann zum Volleyball gekommen: Das Miteinander in einer Mannschaft ist einfach etwas anderes als der eher individuelle Charakter beim Tennis. Selbst eine Niederlage fühlt sich im Team weniger schlimm an, weil man sie gemeinsam trägt und der Zusammenhalt bleibt. Genau das ist auch mein Anspruch als Trainerin: Kindern den Wert von Gemeinschaft mitzugeben und dafür zu sorgen, dass sie mit einem Lächeln nach Hause gehen.

#### Du bist heute nicht nur Trainerin, sondern auch Vorstand der Hannoverschen Sportjugend. Wie kam es dazu?

Seit anderthalb Jahren bin ich erste Vorsitzende der Hannoverschen Sportjugend (HSJ) und damit automatisch auch Präsidiumsmitglied des SBB. Mein Weg dahin begann tatsächlich mit dem FSJ und meiner damaligen Mentorin, zu der ich den Kontakt hielt. Parallel wurde ich

Jugendwartin in meinem Heimatverein TSV Eldagsen, wodurch ich erste Erfahrungen in der Vorstandsarbeit sammeln konnte. Als der damalige Vorstand der Sportjugend zurücktrat, fragte mich meine Mentorin, ob ich mir vorstellen könnte, Teil des neuen Vorstands zu werden. Zunächst waren wir kommissarisch im Amt, dann wurden wir offiziell gewählt. Später wurde ich als Nachfolgerin für den ersten Vorsitzenden vorgeschlagen, was ich als eine große Wertschätzung empfand.

#### Worin bestehen deine Aufgaben in dieser Rolle?

Ich würde sagen, dass meine Aufgaben eine Mischung aus Koordination, Kommunikation und Repräsentation darstellen. Ich sage gern, ich bin sowas wie die „Mutti für alles“. Häufig fungiere ich als Sprachrohr zwischen den einzelnen Teammitgliedern und der hauptamtlichen Geschäftsführung. Ich nehme aber auch repräsentative Termine wahr – etwa die Jugendmeisterehrung der Stadt Hannover oder die durch die HSJ und den Regionssportbund gemeinsam organisierte Veranstaltung „Soziale Talente im Sport“ – Events, bei denen die Sportjugend vertreten sein soll. Vor allem aber bringe ich in dieser Rolle die Perspektive und Meinung der Jugendlichen in den Dialog ein.

#### Viele Sportvereine sind stark vom Ehrenamt abhängig, gleichzeitig zeigen Studien einen Rückgang des Engagements. Hat dein FSJ deinen Blick auf das Ehrenamt verändert?

Auf jeden Fall. Vor meinem FSJ war der Sportverein für mich der Ort, an dem ich trainiert habe. Darüber, dass es Menschen gibt, die abends freiwillig an den Vorstandssitzungen teilnehmen oder die Finanzen verwalten, habe ich mir kaum Gedanken gemacht. Erst durch das FSJ habe ich wirklich verstanden, wie viel Arbeit, Struktur und Verantwortung dahinterstecken – aber vor allem auch, wie viel Gestaltungsspielraum es gibt. Die Verantwortungsübernahme ist dann natürlich auch ernst zu nehmen, aber man wird nicht allein gelassen. Ob im kleineren Verein oder jetzt in der Sportjugend: Es gibt immer erfahrene Menschen, die man um Rat bitten kann. Diese Erfahrungen haben mir gezeigt, dass die Hürde, sich einzubringen, oft viel größer erscheint, als sie tatsächlich ist.

#### Woran, glaubst du, liegt es, dass das ehrenamtliche Engagement zurückgeht?

Ich denke, es hat viel mit alten Strukturen und Bildern zu tun. „Vorstand“ klingt nach großer Verpflichtung, Zeitdruck und viel Verantwortung – das schreckt ab. Wir versuchen bei der Sportjugend deshalb auch bewusst etwas anderes vorzuleben – wir sind ein junger, dynamischer Vorstand, in dem man sich nach seinen eigenen Kapazitäten einbringen kann. Niemand muss eine feste Stundenzahl erfüllen und wenn jemand mal für einen Monat weniger Zeit hat, ist das total okay. Diese Art von Engagement kann sehr viel Spaß machen und wir freuen uns stets über junge Menschen, die auf uns zukommen, erste Eindrücke sammeln und die Vorstandsarbeit mitgestalten wollen. Das flexible, wertschätzende Miteinander macht das Engagement hoffentlich zugänglicher.

#### Wie kann ehrenamtliches Engagement noch attraktiver werden?

Im Vereinssport wäre eine Idee, einen zusätzlichen Jugendvorstand oder Beirat zu etablieren: Junge Menschen, die sich einbringen können, ohne sofort offiziell gewählt zu werden oder sich für zwei Jahre festlegen zu müssen. Vor allem für Schüler im Abschlussstress oder Studierende ist diese Flexibilität wichtig. Häufig ist auch die Angst, viele Erfahrungen haben zu müssen, eine Hürde. Hier liegt es an den Vorständen, transparenter und offener zu werden und junge Interessierte als Gäste zu Veranstaltungen oder Sitzungen explizit einzuladen. Wer gute Ideen hat, sollte einen Raum bekommen, um diese äußern und ausprobieren zu können.

#### Triffst du als junge Frau in der Vorstandslandschaft auf Herausforderungen?

Ehrlich gesagt fällt es mir manchmal noch schwer, mich selbstbewusst als „erste Vorsitzende“ vorzustellen, weil ich das Amt weniger als Statussymbol, sondern viel mehr als Herzensangelegenheit begreife. Mit der Zeit habe ich allerdings gelernt, meine Stimme zu erheben und mich sichtbar zu machen, aber das war nicht immer einfach. Ich sehe das auch nicht als negative Erfahrung – sie hat mir eher gezeigt, dass man nicht viel grübeln muss und die Menschen um einen herum einfach ansprechen und um Rat bitten kann.

#### Was hast du in dieser Zeit über dich selbst gelernt?

Vor allem, dass ich mehr Durchhaltevermögen habe, als ich dachte. Und dass es okay ist, nicht alles beim ersten Versuch hinzubekommen – entscheidend ist, offen darüber zu sprechen und aus den Erfahrungen etwas mitzunehmen. Ich habe gelernt, dass mein Team hinter mir steht, mich immer gerne unterstützt und Aufgaben übernimmt. Wir arbeiten in der HSJ sehr viel im Team.

#### Ist Vereinssport heute noch mit der Lebenswelt der jungen Menschen kompatibel?

Ohne dass sie sich das selbst unbedingt aussuchen, sind heute viele junge Menschen stärker auf Individualität und Flexibilität ausgerichtet. Sportvereine werden teilweise wie Dienstleister gesehen: Man kommt, erwartet gutes Training und geht wieder. Das Gemeinschaftliche gerät dabei manchmal in den Hintergrund, weshalb es mir als Trainerin wichtig ist, dem etwas entgegenzusetzen. Das versuche ich zum Beispiel, indem ich den Jugendlichen die Verantwortung in der Mannschaft übergebe – etwa als Mannschaftskapitän oder bei der Organisation von Teamevents. Wenn sie selbst partizipieren können, wächst der Bezug zum Team meist enorm.

Ein prägendes Erlebnis hatte ich auf einer Ferienfreizeit: Die Kinder waren anfangs total überfordert, als wir draußen ein einfaches Spiel initiierten – ohne Handy, ohne Programm. Zwei Tage später hatten sie so viel Spaß, dass sie nicht mehr reinkommen wollten, sich eigene Spiele ausgedacht und diese ohne Anleitung der Erwachsenen in der Gruppe initiiert haben. Diese Erfahrung hat mir gezeigt, wie wichtig solche Freiräume sind und welche Möglichkeiten Kindern durch Partizipation eröffnet werden.

#### Das bedeutet, Vereinssport spielt auch gesellschaftliche eine große Rolle?

Ich denke, Vereinssport hat eine bedeutende gesellschaftliche Funktion, denn er vermittelt Kindern und Jugendlichen nicht nur Verantwortung, sondern bringt Menschen zusammen, lehrt Fairness und stärkt den Teamgeist. Außerdem ist er niedrigschwellig: Man kann als Gruppenleiter, Trainerin oder Ehrenamtliche einsteigen, ohne sofort Experte sein zu müssen. Gleichzeitig habe ich durch mein Studium gelernt, dass es viele Schnittstellen zur Politik gibt – zum Beispiel bei der Finanzierung, Förderung oder bei großen Veranstaltungen. Generell bin ich überzeugt, dass sich viele Werte aus dem Sport auf andere Lebensbereiche übertragen ließen: Im Sport ist es selbstverständlich, jemandem aufzuhelfen, wenn er fällt – auch, wenn es der Gegner ist. Diese Haltung würde unserer Gesellschaft guttun, sei es im Berufs- oder im Alltagsleben.

#### Welche konkreten Vorhaben habt ihr in Zukunft als Hannoversche Sportjugend?

Wir wollen junge Menschen stärker in Entscheidungsprozesse einbinden. Unsere neue Jugendordnung richtet sich klar an Menschen bis 27 Jahre, da sie diejenigen sind, die von den Entscheidungen am meisten betroffen sind. Es ist großartig, dass auch ältere, erfahrene Ehrenamtliche diese Veränderung mitgetragen haben. Unser Ziel ist es, dieses Modell auch über Hannover hinaus sichtbar zu machen – als Beispiel dafür, dass junge Vorstände funktionieren und viel bewegen können.

#### Würdest du ein FSJ im Sport empfehlen?

Auf jeden Fall. Ich bin sehr dankbar dafür, das FSJ beim SSB gemacht haben zu dürfen, weil es mir nicht nur fachliche Einblicke, sondern auch Kontakte ermöglicht hat, die mich dahingebacht haben, wo ich heute



stehe. Egal, wo man ein FSJ absolviert, ist es eine erste Möglichkeit, Dinge selbst in die Hand zu nehmen und Verantwortung zu übernehmen, was ich schon total cool finde. Das Jahr kann man auch nutzen, um sich mit seiner eigenen beruflichen Zukunft auseinanderzusetzen. Zu schauen, wo man eigentlich hinmöchte. Im FSJ bekommt man sowohl von der Einsatzstelle als auch vom Träger viele Hilfestellungen.

#### Heute bist du selbst Referentin für FSJler.

Es ist so schön für mich, in einem Arbeitsfeld tätig zu sein, in dem ich jungen Menschen etwas mitgeben kann und wir gemeinsam lernen können. Wenn ich ihnen von meinem Weg erzähle, merken sie, dass vieles auch ohne die perfekte Planung und endlose Erfahrungen möglich ist. Ich hoffe, ich mache ihnen damit Mut, sich auszuprobieren und einzubringen. Sport bietet einen einzigartigen Raum, um Verantwortung zu übernehmen, Gemeinschaft zu erleben und persönlich zu wachsen – genau das macht ihn für mich so besonders.

● Emilia Encke

Die Hannoversche Sportjugend (HSJ) ist als sportlicher Jugendverband Interessenvertretung für junge Menschen in Hannover.

Die HSJ bietet zahlreiche Ferienfreizeiten im In- und Ausland an.

Es gibt ein vielfältiges Aus- und Weiterbildungsprogramm z. B. Jugendleitercard JULEICA

Der Verleihservice stellt Sport- und Spielgeräte für Veranstaltungen und Feste zur Verfügung.

Weitere Infos: <https://hannoversche-sportjugend.de/>

Die Sportjugend des Regionssportbundes Hannover e.V. ist Kooperationspartner der Hannoverschen Sportjugend und bietet die gleichen Themen für die Vereine in der Region Hannover an. Weitere Informationen unter: [www.rsbhannover.de/sportjugend](http://www.rsbhannover.de/sportjugend)



In Kooperation mit ...



[www.lotto-sport-stiftung.de](http://www.lotto-sport-stiftung.de)



[www.rsbhannover.de](http://www.rsbhannover.de)



[www.ssb-hannover.de](http://www.ssb-hannover.de)