

«Wenn man hart für ein Ziel arbeitet, können Träume wahr werden»

Medaillen bei Paralympics, Europa- und Weltmeisterschaften: Nora Meister (23) gehört im Para-Schwimmen zur Weltspitze. Parallel zum Leistungssport bereitet sie sich an der PHBern auf den Lehrberuf für die Sekundarstufe I vor. Wie bringt sie die beiden Welten zusammen? Was lernt sie von der einen für die andere?

ROLF MARTI

Sie haben seit der Geburt Arthrogryposis multiplex congenita – kurz AMC. Wie beeinflusst das Ihr Leben und Ihren Alltag?

AMC schränkt die Beweglichkeit der Gelenke ein. Ich habe Versteifungen in den Fuss- und Kniegelenken. Hüften, Arme und Hände sind leicht betroffen. Im Alltag bin ich mit dem Rollstuhl unterwegs. Kurze Strecken kann ich gehen. Wenn ich zu lange laufe, fängt es an zu schmerzen. Auch von Hand schreiben geht. Allerdings habe ich in der Schule meist mit dem Laptop gearbeitet.

Als Schwimmerin haben Sie zahlreiche Medaillen gewonnen. Was bedeutet Ihnen der Sport?

Der Schwimmsport begleitet mich seit meinem achten Lebensjahr. Er bedeutet mir enorm viel. Damit verbinde ich schöne Erinnerungen: Reisen, sportliche Erfolge, gute Freundschaften.

Was bedeutet Ihnen Erfolg?

Er gibt Sicherheit, Vertrauen und zeigt: Wenn man hart für ein Ziel arbeitet,



«Als Inhaberin der Swiss Olympic Talent Card habe ich keine Präsenzpflicht und kann meinen Stundenplan individuell gestalten», sagt Nora Meister.

können Träume wahr werden. Von meinen Erfolgen erhoffe ich mir zudem mehr Sichtbarkeit für den Paraspport, sodass mehr Kinder mit Behinderung den Weg zum Sport finden. Schliesslich haben mir meine Erfolge auch Freiheiten und ein Einkommen verschafft. So konnte ich nach Bern ziehen, um regelmässig mit dem Nationalcoach zu trainieren und an der PHBern zu studieren.

Sie wollen Oberstufenlehrerin werden. Was reizt Sie an diesem Beruf?

Ich möchte junge Menschen auf ihrem Weg ins Leben begleiten und ihnen helfen, ihre Herausforderungen zu meistern, ihre Träume zu erkennen, sich Ziele zu setzen und diese zu verfolgen. Zudem beinhaltet der Lehrberuf zwei Fachdisziplinen, die ich mir auch als Hauptstudium hätte vorstellen können: Geschichte und Psychologie. Die bisherigen Praktika haben mir gezeigt, wie abwechslungsreich der Beruf ist, was mir sehr gefällt.

Wie vereinbaren Sie Leistungs-sport und Studium?

Als Inhaberin der Swiss Olympic Talent Card habe ich keine Präsenzpflicht. Zudem ist der Stundenplan individuell gestaltbar, sodass ich die Trainingszeiten einhalten und an Wettkämpfen teilnehmen kann. Das bedeutet, dass ich vieles im Selbststudium erarbeite. Dabei hilft mir, dass Vorlesungen und Materialien online verfügbar sind. Allerdings versuche ich, so oft wie möglich vor Ort zu sein. Im Präsenzunterricht lerne ich am liebsten und kann soziale Kontakte pflegen.

Infobox

Nora Meister ist im Para-Schwimmen die zurzeit erfolgreichste Athletin der Schweiz. Sie tritt in verschiedenen Disziplinen an und gewann an Europameisterschaften 7 Gold- und 3 Silbermedaillen, an Weltmeisterschaften 2 Silber- und 7 Bronzemedailles und an Paralympics 1 mal Bronze (Tokio 2020) und 1 mal Silber (Paris 2024).

Mehr zur den Bildungsangeboten der PHBern: www.phbern.ch
Weitere Studierendenporträts: www.phbern.ch/kompetenz-to-go

Wie erleben Sie die Unterstützung durch die PHBern?

Ich bin zufrieden mit der Flexibilität der PHBern und der Hilfsbereitschaft der Dozierenden. Zwei Beispiele: Ich kann das Bachelorstudium in vier statt drei Jahren absolvieren. Und die Praktika kann ich von vier auf sechs Wochen verlängern, sodass ich wie gewohnt trainieren kann.

Welche Kompetenzen nehmen Sie aus dem Leistungssport mit ins Studium?

Lösungsorientiertes Denken, Ausdauer und Durchhaltewillen. Das hilft mir im Studium und wird mir im Beruf helfen. Gleiches gilt für die Auftrittskompetenz, die ich mir durch Vorträge und die Teilnahme an Podien aneigne.

Umgekehrt: Was nehmen Sie aus Ihrem Studium mit in den Leistungssport?

Gute Frage ... (überlegt). Ich lerne, gut zu planen und effizient zu organisieren. Denn ich muss – wie gesagt – den Studienplan weitgehend selbst zusammenstellen und auf meine Sportkarriere abstimmen.

Ist es ein Gewinn, Sport und Ausbildung parallel zu betreiben?

Ja. Das macht den Alltag enorm abwechslungsreich. Und es schafft einen Ausgleich – insbesondere, wenn es in einer Disziplin mal nicht ganz nach Wunsch läuft. Zudem macht es Spass, Geist und Körper gleichermaßen zu schulen.

Wie lauten Ihre nächsten Ziele – sportlich und beruflich?

Sportlich stehen dieses Jahr die Europameisterschaften an. Letztere qualifizieren für die Paralympics 2028 in Los Angeles. Da möchte ich aufs Podest – am liebsten ganz oben ... (lacht). Beruflich ist mein nächstes Ziel der Bachelor. Später werde ich einen Master anschliessen.

Herausgeber
Mittelschul- und Berufsbildungsamt
Internetseite: www.be.ch/einsteiger
Newsletter: www.be.ch/berufsbildungsbrief
Kontakt: einsteiger@be.ch