Auf dem Weg nach Sapporo und München 1972 oder : Wenn die Nebensache zur Hauptsache wird

Autor(en): **Schilling, Guido**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen**

Band (Jahr): **26 (1969)**

Heft 1

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-994082

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Erstmals in der Geschichte des Schweizer Sportes hat man «Beobachter» an Olympische Spiele delegiert. Eine grossartige Idee des Nationalen Komitees für Elite-Sport. Dr. phil. Guido Schilling war Mitglied dieser Beobachter-Gruppe. Er ist psychologischer Mitarbeiter am Forschungsinstitut der ETS und Sachbearbeiter des NKES für die bevorstehende Spitzentrainer-Ausbildung. Er leitete den 3. Jahresrapport für Nationaltrainer (21.—23. November 1968) an der ETS in Magglingen, wo namhafte Referenten und mehr als 50 Teilnehmer über «Erfahrungen und Lehren im Olympiajahr 1968» diskutierten.

Auf dem Weg nach Sapporo und München 1972 oder: Wenn die Nebensache zur Hauptsache wird

Guido Schilling, Magglingen

Mexiko 1968 wird für mich ein unvergessliches Erlebnis bleiben, wertvoll und wichtig für meine Arbeit in der Trainerausbildung und in der Sportpsychologie. Leider war es nicht möglich, die Spiele als Mitglied der Schweizer Olympiadelegation «mitzumachen». Als «journalistischer Hilfsarbeiter» — ausgestattet mit den entsprechenden Ausweisen — kam ich dennoch recht nahe an die Brennpunkte des olympischen Geschehens heran. Ich hatte Zutritt zum Villa Olimpica, zu den Trainingsplätzen und zur Athletentribüne. Einmalig für mich war die Möglichkeit, einerseits die Wettkämpfe «in natura» zu verfolgen, andererseits aber gleichzeitig die Wiedergabe auf dem Monitor-Bildschirm der Fernsehkabine zur Verfügung zu haben (Nahszenen, Slow-Motion, Wiederholungen). Aus den Beobachtungen in Mexiko, den Gesprächen mit Trainern, Journalisten und aus den Referaten und Diskussionen am 3. Jahresrapport für Nationaltrainer ergeben sich nachstehende wichtigste Folgerungen.

Selbstverständlich werde ich nicht auf Details aus der Intimsphäre Einzelner eingehen, sondern allgemeine Tatsachen aus psychologischer Sicht beleuchten. Auch Psychologen befolgen die Geheimhaltepflicht.

... totale Vorbereitung

Die Schweizer Delegation für Mexiko war gut gerüstet. Man kann sicher festhalten, dass die Schweizer Olympiateilnehmer 1968 besser vorbereitet waren als je zuvor. Aber auch alle anderen Nationen haben ihre Wettkämpfer intensiv vorbereitet. Die ungewöhnliche Höhenlage von Mexiko führte zu geradezu unwahrscheinlichen Anstrengungen in bezug auf Vorbereitung. Auch wenn München und Sapporo keine Höhenanpassungsprobleme bringen, so lässt sich schon heute voraussehen, dass zukünftige Olympioniken auf der ganzen Welt noch systematischer, noch konzentrierter, noch wissenschaftlicher auf ihren Einsatz vorbereitet werden. (Dies gilt natürlich gleichermassen für Welt- und Europameisterschaften.)

Nachdem die technische, physisch-konditionelle Schulung der Spitzensportler überall beinahe optimal betrieben wird, verlagert sich die «Entscheidung» auf die taktisch-psychische Seite. Denn für jeden Athleten bedeutet gerade das olympische Milieu eine Belastung besonderer Art. Auch wenn man scherzhafterweise bemerkt, dass eine amerikanische Schwimm-Universitätsmeisterschaft wohl schwieriger sei als ein Olympiasieg! «Stress» (Belastung) kann leistungsfördernd oder aber auch — und das häufiger — leistungshemmend sein. Genau in diesem Punkt, in der Reaktion auf «Stress», unterscheiden sich Champions und Weltrekordler. Wer ist ein Champion? Toomey, Oerter, sie können sich unter extremer Belastung noch steigern. Wer ist Weltrekordler? Silvester, Clark, sie erbringen im entscheidenden Moment nicht ihre Normalleistung. Um Goldmedaillen zu gewinnen, braucht's nicht Weltrekordler, sondern Champions.

In der Psychologie der Leistung hat man «Stress-Situationen» analysiert. Man weiss, wie man «Stress» begegnen muss, man kann durch geeignete Massnahmen die Belastung sogar zur Förderung der Leistungsmotivation ausnützen. Obwohl es verfehlt ist, von einem eigentlichen «Schweizerischen Minderwertigkeitsgefühl» zu sprechen, so ist doch eine Spur Wahrheit dabei. In unserem Erziehungssystem wird wenig Wert gelegt auf eine vitale Einstellung zur Konkurrenzsituation, zum Wettkampf. Die Leistungsmotivation wird nicht besonders gefördert.

Sowohl in Grenoble wie auch in Mexiko waren einige der Schweizer Athleten zu wenig auf das spezielle Milieu der Olympischen Spiele vorbereitet. Die Ambiance, die Grösse, die Distanzen, das Leben im Olympischen Dorf machten ihnen zu schaffen und wirkten sich hemmend auf die Leistungsmotivation aus.

Die «totale» Vorbereitung nimmt die Hilfe der Sportpsychologie gerne in Anspruch. Was kann die Sportpsychologie anbieten?

Autogenes (psychotonisches) Training:

«Gut bewährt zur Vorbereitung der Athleten auf die Stress-Situation» haben sich verschiedene Modifikationen des autogenen Trainings nach Schultz (psychotonisches Training). Auch einige Schweizer Skifahrer (Alpine) machten sich vor und in Grenoble diese Methode der Entspannung und Konzentration zunutze.

Training modelé:

Im «training modelé» wird versucht, den Athleten in möglichst wettkampfnahen Situationen an die besonderen Belastungen des Wettkampfes zu gewöhnen.

... wettkampfnahe Selektion

— Die Erfahrungen des Jahres 1968 haben gezeigt, dass sich Selektionen aufgrund absoluter Limiten nicht unbedingt bewährt haben. Auch wenn die Limiteleistun-

gen internationalen Standard repräsentieren und mit Stoppuhr und Messband festgehalten werden können, so kommt es auf die Begleitumstände an. 10,2 Sekunden als Limitezeit über 100 m haben, unter verschiedenen «äusseren» und «inneren» (psychischen) Umständen erzielt, eben nicht die gleiche Aussagekraft.

— Wir müssen vom Grundsatz «Limite = Selektion» wegkommen. Leistungen, die zur Selektion berechtigen, sollen unter den Umständen erbracht werden, die den künftigen Wettkampfbedingungen am ehesten entsprechen, also mit der psychischen Belastung des harten Wettkampfes (eingeschlossen widrige «äussere» Einflüsse wie eventuell Witterung).

— Man möchte in Zukunft keine Athleten mehr selektionieren, bei denen aus irgend einem Grund eine schwache Leistung im Wettkampf vorauszusehen ist. Jede schwache Leistung schwächt die Schlagkraft der Mannschaft. Schwache Leistungen werden gerne zur Regel.

— Die Frage, in welchem Zeitpunkt selektioniert werden soll, ist nicht einfach zu beantworten. Es sind Unterschiede zwischen den Sportarten, aber auch Unterschiede zwischen einzelnen Athleten zu berücksichtigen. Ein Radfahrer kann im Stande sein, seine Hochform über fünf Monate zu halten, der andere hat nur eine kurze Spitze von zwei bis drei Wochen.

— Vom Verband (Nationaltrainer) wird bei allen Fragen der Selektion Mitverantwortung erwartet. Selbstverständlich ist eine Mitarbeit der Verbände nur sinnvoll, wenn auch die Verbände nicht möglichst grosse, sondern möglichst schlagkräftige Mannschaften delegieren wollen.

... individuelle Betreuung

Dem Trainer oder Betreuer kommt im modernen Spitzensport eine wichtige Funktion zu. Er ist nicht mehr wegzudenken. Und doch ist der Aktive im Normalfall während des Wettkampfes auf sich selbst angewiesen. Eine Betreuung ist praktisch ausgeschlossen. Der Wettkämpfer muss sich alleine zurecht finden. Für viele Spitzenathleten wird das zu einem ernsthaften Problem. Sehr oft verdanken sie ja ihr sportliches Können der «Diktatur» ihres Trainers. Weil die Athleten das wissen, geraten sie in ein Abhängigkeitsverhältnis zum Trainer. So kann es leicht zu Unsicherheiten kommen, wenn der Trainer sich in entscheidenden Situationen vom Athleten trennen muss. Schlecht ist zu grosse Abhängigkeit aber auch, weil sich negative Stimmungen des Trainers, zum Beispiel Resignation, sehr leicht auf die Athleten übertragen.

Ein guter Trainer ist, wer sich für den Wettkampf überflüssig macht!

Nicht mehr den heutigen Bedürfnissen angepasst sind die Reglemente des SOC, in welchen die Aufgaben und Kompetenzen der Missionsleitung und der Delegationsleitungen geregelt werden. Die Mannschaftsbetreuer haben sich mit vielen administrativen Fragen zu beschäftigen, die ausserhalb ihrer eigentlichen Aufgaben liegen. Viel Verwirrung und Unsicherheit kann einer Olympia-Mannschaft erspart werden, wenn die Führungsfragen (Unterstellungen, Pflichtenhefte) klar abgesprochen sind.
Sicher sind Betreuung und Führung ohne Begabung nicht möglich. Aber Begabung allein genügt nicht mehr. Wie die Spitzenathleten müssen auch die Spitzenfunktionäre, Spitzentrainer und Betreuer auf ihren Einsatz vorbereitet werden. Kaderschulung ist im Sport ebenso wichtig wie in Betrieb und Verwaltung!

... und der Platz der Sportpsychologie

Weil man die Bedeutung der psychischen Faktoren im heutigen Spitzensport erkannt hat, nimmt man mancherorts die Dienste der Spezialisten, der Fachpsychologen und Fachpsychiater in Anspruch. Sie werden vor allem beigezogen für die Schulung der Trainer und Betreuer. Man will den Trainern psychologisches Grundwissen vermitteln und in ihnen die Aufmerksamkeit, Ansprechbarkeit, Sensibilität für die «psychische Ebene» der sportlichen Leistung wecken. Sportpsychologen werden aber nicht nur bei der Schulung, sondern auch «an der Front» eingesetzt. Sowohl in Grenoble als auch in Mexiko waren psychologische Spezialisten dabei. Sie waren hauptsächlich mit drei Aufgaben betraut:

1. Arbeit als Lehrer für das autogene Training (Relaxation)

Instruktion und Überwachung der Athleten, die autogenes Training (oder ähnliches) praktizieren.

2. Arbeit als Psychotherapeut

Behandlung besonders problematischer Athleten. (Als Extrembeispiel ist mir bekannt, dass eine Athletin ihren persönlichen Psychotherapeuten nach Mexiko «mitnahm».)

3. Arbeit als «Betriebspsychologe»

Er übernimmt Personalprobleme. Mädchen für alles. Vermittler zwischen Trainer und Athlet. Blitzableiter. «Betriebsanalyse» als Vorbereitung für eine Bewährungskontrolle der Unternehmen «Olympia-Delegation».

... noch mehr Einsatz

Wir dürfen — oder müssen zufrieden sein. Sechs Medaillen in Grenoble und fünf Medaillen in Mexiko. Die Überraschungsmedaille — darum um so wertvoller — von Josef Haas, die braven Medaillen beim Schiessen, Reiten und Segeln. Mit befriedigenden Rückblicken, mit offenen Diskussionen am Trainerrapport dürfen wir die Erfahrungen des Olympiajahres 1968 nicht einfach beiseite legen. Sie müssen ausgewertet werden, noch mehr Einsatz wird verlangt. Man hat in einzelnen Verbänden schon vor Grenoble und Mexiko auf «noch mehr Einsatz», auf die «harte Linie» gedreht. Ziehen andere nach auf dem Weg nach Sapporo und München 1972? Sie müssen, wenn sie bestehen wollen.

Kann und will der Schweizer Sport die Entwicklung zum kompromisslosen Elitesport überhaupt mitmachen? Ich glaube, mit der Gründung der NKES wurde ein klares «Ja» gesprochen. Einigen macht es Mühe, sich zu diesem «Ja» zu bekennen. Zum Teil ist es begreiflich, denn die Bejahung des Spitzensportes stellt grosse Ansprüche an Trainer, Sportler, Funktionäre, Turnlehrer, Coaches: Elitesport will nicht mehr nur die wichtigste Nebensache genannt sein, sondern er will und muss im Leben derer, die ihn verstehen und lieben, für einige Zeit zur Hauptsache werden. Wem dazu die Zeit fehlt, der möge seinen Platz dem Nachwuchs überlassen!

Was in diesem Leben zählt sind Ergebnisse, nicht Entschuldigungen. V. G. Pitt