Pflege der psychischen Gesundheit des Spitzensportlers

Autor(en): **Schihin, J.H.**

Objekttyp: **Article**

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

Band (Jahr): **27 (1970)**

Heft 4

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-994451

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

Pflege der psychischen Gesundheit des Spitzensportlers

J. H. Schihin

Der Zusammenbruch des Skifahrers Herbert Huber, die Nervenkrise Isabelle Mirs, der Ausfall Gustav Thönis, dem aufgetragen war, sein Land «darzustellen», der Siegeslauf von Annerösli Zryd anderseits, decken die ganz offensichtlichen Lücken in der Erziehung zum Elitesportler auf.

Heute Spitzensportler werden zu wollen, und als solcher durchzuhalten, setzt einen gewissen Fanatismus voraus. Der Eliteathlet weiss, was es braucht, um ein Ziel zu erreichen und kennt die hohe Zahl Mitkonkurrenten, die im Streben zum Gipfel auf der Strecke bleiben. Er kann nicht ein Durchschnittsbürger sein, der nach allgemeingültigen gesellschaftlichen Regeln lebt und zu beurteilen ist. Wäre er kein Fanatiker, würde er sich fragen, ob sich für ein so unsicheres Ziel ein so anstrengendes, asketisches Leben lohne. Gewiss, er kann an Geld und Gut und Ruhm mehr als manch gewöhnlicher Sterblicher erreichen. Wer sich aber mit der gleichen völligen Hingabe und dem gleichen restlosen Einsatz seinem beruflichen Fortkommen widmet, könnte ähnliche Erfolge erreichen. Es sei denn, es handle sich um einen reinen «Muskelsportler», dem der geistige Horizont höhere Zielsetzungen nicht erlaubte.

Neben den körperlichen Verletzungen und Schäden, die auf der Stufe des Spitzensports in vorerst noch beinahe untolerierbarer Zahl vorkommen, weil die Zusammenhänge an den Leistungsgrenzen noch nicht gründlich erforscht sind, entstehen aber auch, wie die einleitend angeführten Fälle zeigen, geistige Schäden.

Als manche unserer Schweizer Sportler für Tokio glaubten, ungefähr das gleiche Mass an Trainingsaufwand – und damit die gleiche Leistungsfähigkeit – erreicht zu haben wie die «Staats- und Universitätssportler» des Ostens, beziehungsweise Amerikas, erkannten sie zu spät, dass nicht nur die Trainingsstunden harter Arbeit zählen, sondern auch die Erholungszeit. Das «amateurhafte» Sporttreiben neben der Arbeit erschöpfte die Athleten vorzeitig und laugte ihre Kräfte und Reserven aus.

Auf Mexico hin wurde die nötige Erholungszeit auch für unsere Athleten eingeplant. Auffallen musste aber wieder, wie Spitzenathleten gewisser Rassen, aber auch Kulturstufen und Erziehungsmethoden gleich nach jeder Anspannung eine völlige Lockerung – geistig und körperlich – gelingt. Sie können «relaxen», ohne dass hierfür Trainingsplan-Termine eingeräumt werden müssen. Diese Art von «Wurstigkeit» ausserhalb der Wettkämpfe bringen die wenigsten Athleten unseres europäischen westlichen Kulturkreises mehr auf. Drum wären sie noch viel mehr als Athleten östlicher oder überseeischer Länder auf eine wissenschaftliche Ergründung aller Zusammenhänge angewiesen, um nicht Spitzenleistungen mit Zusammenbrüchen bezahlen zu müssen. Sie sind keine «notwendigen Opfer zur Hebung der Volksgesundheit». Annerösli Zryds Abfahrtssieg ist möglicherweise ein Beispiel dafür, dass ihre durch Verletzungen erzwungene Wettkampfpausen und «unnützen» Reisen, die mit Startverzichten endeten, gerade die richtige Vorbereitung (für sie) waren.

Wir scheinen wohl die Mittel zu kennen, doch die Dosierungen nicht, die uns erlauben, sie richtig anzuwenden. Und am wenigsten wissen wir noch über die richtige Art der Pflege der psychischen Gesundheit. Das betrifft das Leben in einer nur vom Sport her ausgerichteten Gemeinschaft. Zu den Milieu- kommen auch die Klimawechsel, die Reisen (gerade Skifahrer hetzen oft nächtlicherweise auf winterlichen, gefährlichen Strassen von Ort zu Ort, und viele lenken ihr Auto selbst), die Freizeit in den langen Stunden nach kurzen Wintertagen, und die geistige Einstellung auf ein körperlich anzustrebendes Ziel. So vieles trägt zu der gesuchten und unbedingt notwendigen Harmonie von Körper und Geist bei, aus der erst die sportliche Spitzenleistung heranwächst.

Aus der Welt des Spitzensportes

Angeschlagen

Frisst der internationale alpine Skirennsport sich selber? Diese vielleicht etwas drastisch formulierte Frage stellt sich, wem diese Fakultät des Skisports nicht gleichgültig ist und wer einige Vorkommnisse der jüngsten Zeit registriert. Es sind die wenig erbaulichen Auseinandersetzungen unter angeblichen Sportskameraden (Oesterreicher und Franzosen) während der Hahnenkammrennen im österreichischen Kitzbühel, die angesägten Skistöcke von Karl Schranz in Megève (Täterschaft sowohl im eigenen österreichischen Team — Brotneid — als bei den Franzosen möglich), der Todessturz von Michel Bozon, ebenfalls in Megève. Diese Zwischenfälle, einzeln für sich betrachtet, mögen mit Ausnahme der Todesfahrt Bozons belanglos scheinen. Im Zusammenhang aber sind es Anzeichen einer Fehlentwicklung, Symptome einer Mentalität, die im Wettkampfsport immer dann zutage zu treten pflegt, wenn allzu viel Geld, allzu viel Prestige investiert ist. Wenn der Sport und die Wettkampferfolge für andere Interessen nutzbar gemacht werden. Seit Jahren akzentuiert sich dieser Trend, und seit der Einführung des (publizistisch dreist ausgewerteten) Weltcups sind die letzten Dämme weggespült — es gilt, den Sieg à tout prix anzustreben. Mit beklemmender Folgerichtigkeit werden Abfahrt, Slalom, Riesenslalom den ökonomischen Kräften hörig, werden die Resultate — im besonderen bei Oesterreichern und Franzosen — für die Geltung der Nation in Rechnung gestellt.

Es lässt sich kaum bestreiten, dass der Ruf des internationalen alpinen Skirennsports (bezeichnenderweise just im Jahr der Weltmeisterschaften) angeschlagen ist. Muss es uns nicht seltsam vorkommen, dass eben in diesen Wochen und Tagen der Profitrupp erneut in Europa Fuss zu fassen sucht? Ist es Zufall, oder sehen dessen Protagonisten nun ihren Weizen blühen? Vielleicht — Hand aufs Herz, lieber Skisportfreund — wäre der offene Professionalismus doch die bessere, wenn auch zutiefst unsympathische Lösung.

Karl Mock Tages-Anzeiger