Sport als Therapie

Autor(en): **Bonfranchi, Riccardo**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Puls : Drucksache aus der Behindertenbewegung**

Band (Jahr): **35 (1993)**

Heft 2: **...und sie bewegen sich doch!**

PDF erstellt am: **27.04.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-158458

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

Sport als Therapie

von Riccardo Bonfranchi

Sport soll hier in einer Perspektive dargestellt werden, die üblicherweise nicht im Rampenlicht der Öffentlichkeit steht. Nicht Rekorde, Leistungen, Medaillen usw., sondern dem therapeutischen Effekt, den Sport auch haben kann, soll hier die Aufmerksamkeit gelten. In welcher Hinsicht Sporttherapie verhaltensauffälligen Kindern und Jugendlichen eine individuelle Bereicherung und daraus folgend ein verstärktes Selbstwertgefühl zu vermitteln vermag, soll im folgenden dargestellt werden.

Die Idee, Sport therapeutisch einzusetzen, ist nicht neu. So sprach man früher der Charaktererziehung im sporttherapeutischen Prozess eine grosse Bedeutung zu. Unter Charaktererziehung wurde verstanden:

- Erziehung zur Kameradschaft
- Erziehung zur Ritterlichkeit
- Erziehung zur Fairness
- Erziehung zum Verantwortungsbewusstsein gegenüber der Gruppe
- Erziehung zur kritischen Entschlossenheit
- Erziehung zur realistischen Selbsteinschätzung

Heute würden wir diese Erziehungsziele sicherlich anders formulieren.

Der sozialerzieherische Wert des Sports bleibt aber auch heute weitgehend unbestritten. Dieser Wert verwirklicht sich dadurch, dass Kinder und Jugendliche bei ihrer sportlichen Betätigung ein starkes Engagement eingehen, da dieses in der Regel lustbetont erlebt wird. Der hautnahe Kontakt und das starke Ausdrucksgeschehen der Akteure in den meisten Sportarten machen die Leibesübungen zu einem sozialen Kontaktfeld, in dem sich die Partner von Anfang an auf Du-und-Du begegnen.

Soziometrische Untersuchungen haben ergeben, dass in Schulklassen Sportler häufiger zum Klassensprecher oder Banknachbarn gewählt werden als Nicht-Sportler.

Verhaltensauffällige Kinder werden häufig mit einer auffälligen Motorik und einer gestörten d.h. eingeschränkten Kontaktfähigkeit beschrieben. So kam man auf die Idee, mit solchen Kindern intensiv Sport zu betreiben und konnte erreichen, dass es über die Gewöhnung mittels sportlichen Trainings möglich ist, verhaltensauffälligen Kindern psychische Stabilität und damit Selbstvertrauen zu vermitteln.

Sport vermag diesen Kindern einen Raum zur Eigentätigkeit und zur Eigeninitiative bieten, indem sie auch zum selbständigen Handeln ermuntert und motiviert werden können. D.h. man kann ihnen für einmal anders, eben nicht einschränkend, bestrafend begegnen. Fähigkeiten wie Standortbestimmung, Selbsterfahrung, Selbsteinschätzung und Körperbewusstsein werden in einem sporttherapeutischen Prozess in zunehmendem Masse gefordert und damit gefördert.
Andererseits lernen die Kinder und Jugendlichen auch Regeln und Normen zu akzeptieren, ohne die Sport nicht leb- bzw. ausübbar ist. Da das Handeln während des Sporttreibens aber, wie vorhin schon erwähnt, von den Akteuren lustbetont erlebt wird, sind sie auch bereit, sich den gestellten Regeln und Normen einer Sportart zu «unterwerfen». Eine Haltung, die sie eben im Alltag nicht oder nicht mehr zeigen (können). Im Sport ist es auch für die Kinder und Jugendlichen leichter einzusehen, dass das Verletzen von Regeln mit Schmerzen bzw. Zerstörung einer sportlichen Aktivität verbunden ist. Die im Sport vermittelten Ordnungsprinzipien sind sachbezogen und müssen nicht einer Person zuliebe eingehalten werden. Das Erlernen von Selbstdisziplin, Kommunikationsbereitschaft, Regulieren eigener Ansprüche, Schliessen von Kompromissen gelten deshalb als Ziele, mit denen Kinder im Sport konfrontiert werden.

Dabei spielt es im Grunde keine Rolle, welche Sportart ausgeführt wird. Wichtig, dass das Kind Spass an der jeweiligen Tätigkeit hat.

Es kann deshalb auch nicht eine spezielle Sportart als besonders therapiewürdig bezeichnet werden. Die individuellen Neigungen und Eignungen sind von ausschlaggebender Bedeutung, ob es zu sporttherapeutischen Effekten, also Erfolgserlebnissen, kommt oder nicht.
Es ist aber auch wichtig zu sehen, dass solche Effekte über Sporttherapie in kurzer Zeit nicht zu erreichen sind. Soll eine einmal ausgewählte Sportart nicht ihrer therapeutischen Funktion beraubt werden, so ist mehrmaliges Training in der Woche über Monate hinaus mit ein, zwei Bezugspersonen notwendig, da es ansonsten nicht zu stabilen überdauernden Veränderungen im Verhaltensrepertoire verhaltensauffälliger Kinder und Jugendlicher kommen kann. ■