

Zeitschrift:	Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber:	Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band:	81 (2010)
Heft:	9: In Bewegung : wie Kopf und Körper profitieren
Artikel:	Migranten-Integration, Gewaltprävention - kann Sport bei Jugendlichen alles? : "Pauschale Heilserwartungen an den Sport sind nicht gerechtfertigt"
Autor:	Wenger, Susanne / Seiler, Roland
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-805524

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Migranten-Integration, Gewaltprävention – kann Sport bei Jugendlichen alles?

«Pauschale Heilserwartungen an den Sport sind nicht gerechtfertigt»

Sport soll nicht nur die Gesundheit fördern, sondern immer mehr auch die Gesellschaft zusammenhalten. Doch wie gross ist die integrative Kraft von Fussball wirklich? Sportwissenschaftler Roland Seiler über Körpersprache, Kopftücher und Konflikte.

Von Susanne Wenger

Sport soll die Gesundheitskosten senken, die Lern- und Konzentrationsfähigkeit der Kinder erhöhen, Gewalt- und Suchtprävention bewirken und Zugewanderte integrieren – Roland Seiler, ist Sport ein Allheilmittel für unsere Gesellschaft?

Roland Seiler: Es gibt tatsächlich eine Transfer-Erwartung: Sport soll alle möglichen Probleme unserer Gesellschaft beheben. Doch diese Erwartung ist übersteigert und hält einer näheren Beobachtung nicht stand. Der Sport ist auf der anderen Seite aber auch nicht für all das Negative verantwortlich, das man ihm manchmal unterschiebt. Aufgabe der Wissenschaft ist es, konkrete Effekte nachzuweisen. Ein relativ schwieriges Unterfangen.

Dass Sport die Integration von Migrantinnen und Migranten fördert – ist das ideologischer Kitsch oder hat das was?

Kindern und Jugendlichen, die Kulturfertigkeiten wie eine bestimmte Sprache nicht so gut beherrschen oder sich allgemein in einer Kultur nicht so gut auskennen, bietet der Sport eine Chance, sich zu profilieren. Dort herrscht Chancengleichheit. Denn der Sport kennt verhältnismässig einfache Regeln. Die Fussballregeln sind Kindern rund um die Welt geläufig. Niemand empfindet sie als fremd. Der Sport hat eine Symbolspra-

che, bei der man mit dem Körper arbeitet. In unseren Fussball-Nachwuchsmannschaften – zum Beispiel der U17, die letztes Jahr Weltmeister wurde – tragen viele Spieler nicht unbedingt typisch schweizerische Namen. Sie gehören der zweiten oder dritten Einwanderergeneration an. Daraus zu schliessen, dass der Sport automatisch bei der Integration hilft, wäre aber falsch.

Was spricht dagegen?

Reduzieren wir den Sport auf den Dualcode «gewinnen oder verlieren», entstehen Rivalitäten, die der Integration nicht gerade förderlich sind. Sport hat ein Separationspotenzial. Kinder mit Behinderung etwa werden ausgeschlossen, weil sie nicht mithalten können. Gesellschaftliche Konflikte treten im Sport häufig ungeschminkt zutage. Sieht der Sport sich mit gewissen kulturellen Regeln konfrontiert, hat er oft Mühe, damit umzugehen. Im Iran spielen Frauen verschleiert Fussball. Das entspricht nicht unserem Umgang mit dem Körper. Anders als auf der Strasse, wo wir einer verschleierten Frau vielleicht nur etwas ratlos hinterherschauen, können wir im Sport Kleidervorschriften erlassen. Im Beachvolleyball verlangt eine Vorschrift auf den Zentimeter genau, dass die Frauen in knappen Bikinihosen spielen. Das ist nicht nur sexistisch, sondern schliesst auch gewisse Teilnehmerinnen von vornherein aus.

Der Basketball-Verband verbietet es einer jungen Muslimin aus dem Kanton Luzern, bei Wettkampf-Spielen ein Kopftuch zu tragen. Wie finden Sie das?

Kleiderordnungen im Sport machen dort Sinn, wo sie der Sicherheit und der Fairness dienen. Fingerringe, Ohrringe oder Piercings können zu Verletzungen führen und das Spiel behin-



Die Juniorinnen B des FC Bethlehem beim Training. Im Stadtberner Quartier Bethlehem leben Menschen aus über 30 Nationen.

Foto: PS Film/aus: «Pizza Bethlehem» von Bruno Moll

dern. Ob nun ein Kopftuch jemanden gefährdet oder behindert, finde ich schon ein wenig fraglich. Es ist jedoch nicht meine Aufgabe, dem Basketball-Verband Weisungen zu erteilen.

Sport soll auch der Gewaltprävention dienen. Prügeln jene, die Sport treiben, tatsächlich weniger?

Die Wissenschaft untersucht hier ein komplexes Phänomen und ist methodisch stark gefordert. Man muss differenzieren. Es gibt verschiedene Ausprägungen von Gewalt – körperlich, psychisch, Vandalismus. Und es gibt ausserordentlich viele Formen von Sport. Wasserballt ist etwas komplett anderes als Fussball. Fernöstliche Kampfsportarten wie Karate, wo es um Körperbeherrschung und Geist geht, unterscheiden sich stark von den Mixed Martial Arts, wo kräftig geschlagen und getreten werden darf. Wir haben in einer Studie zum Thema Sport und Gewalt 2400 Jugendliche befragt. Ansatzweise konnten wir tatsächlich zeigen: Wer Sport treibt, hat ein grösseres Wohlbefinden und gerät weniger häufig in Stress. Dadurch sinken Gewaltbereitschaft und -ausübung. Der Effekt war aber sehr schwach, fast nicht messbar.

Wird also auch der Gewaltpräventionseffekt von Sport überschätzt?

Man darf ihn sicher nicht pauschal annehmen. Wichtig ist, wie der Sport angeleitet wird. Welche Werte und Einstellungen vermittelt der Trainer, die Lehrerin? Die Vorbildfunktion der Person, die vorne steht, ist eine der zentralen Grössen. Diese Person hat Einfluss darauf, ob jemand Kampfsporttechniken lernt, um die Schlagtechnik zu verbessern und sie dann im Ausgang anzuwenden, oder um sich selber besser zu kontrollieren.

Kommt dazu, dass Sportveranstaltungen selber ja Gewalt und Rassismus erzeugen.

Das ist eine unschöne Nebenerscheinung von Sportveranstaltungen. In der Masse lassen sich Zuschauer zu ausfälligen Rufen zum Beispiel gegen Fussballspieler mit schwarzer Hautfarbe hinreissen, die sie im Alltag vermeiden würden. Die Hooligans wiederum sind eine eher kleine Gruppe, die den Rahmen der Sportveranstaltung nutzt, um ihre eigenen Schlägereien abzuziehen. Inwieweit das tatsächlich dem Sport angelastet werden kann, ist aber fraglich. Schon vor hundert Jahren haben sich junge Männer am Dorffest getroffen, um sich zu prügeln – vor allem wenn Alkohol im Spiel war.

«Kinder, die Sport treiben, sind eher besser in der Schule.»

Was wissen Sie über die psychischen Effekte von Sport und Bewegung auf Kinder und Jugendliche?

Auch hier gilt: Pauschale Heilserwartungen sind nicht gerechtfertigt. Nachgewiesen ist, dass Sport das Wohlbefinden und das Selbstwertgefühl steigern kann. Er führt zu einem besseren Körperkonzept. Auch die Selbstwirksamkeit wird positiv beeinflusst: Man

traut sich mehr zu, erlebt weniger Situationen als stressreich und legt mehr Gelassenheit an den Tag. Dies alles bedingt aber, dass der Sport in einer guten Art und Weise ausgeübt wird. Wird man im Sport ständig überfordert und erhält negative Rückmeldungen, ohne an den Fehlern wachsen zu können, tritt der gegenteilige Effekt ein: Das Selbstvertrauen sinkt in den Keller.

Und wie sind die Zusammenhänge zwischen Sport und schulischen Leistungen?

Kinder, die Sport treiben, sind eher besser in der Schule. Das zeigen Untersuchungen. Eine mögliche Erklärung ist, dass >>



**Nachdiplomstudium
HF Hotelmanagement**
Unternehmerseminar
hotelleriesuisse

Durchblick

Einzigartig in der Schweiz: Die eidg. anerkannte General Management Ausbildung für Branchenprofis, die zu den Besten ihres Faches gehören wollen – ausgezeichnet mit dem Titel *diplomierter Hotelmanager NDS HF*. Die praxisnahe Weiterbildung sorgt für Durchblick. Dies in vier Teilen mit den zentralen Themen aktueller Unternehmensführung MENSCH – MARKT – MITTEL und HOSPITALITY.

Kursbeginn am 20. Oktober 2010
(Zyklus 37)

Anmeldung und Information
hotelleriesuisse, Weiterbildung
Monbijoustrasse 130, Postfach, 3001 Bern
Telefon +41 (0)31 370 43 01
weiterbildung@hotelleriesuisse.ch
www.hotelleriesuisse.ch/nds



Ferienzentrum Aeschiried



Aeschiried
Ferienzentrum

Allmägässli 53
CH-3703 Aeschi ob Spiez
Tel. +41 (0)33 654 18 10
www.ferienzentrum-aeschiried.ch
aeschiried@vch.ch

Ferien für Menschen mit einer Behinderung im Berner Oberland!

**Spezialangebot für Gruppen:
ab 3 Übernachtungen im Doppelzimmer
mit Dusche/WC, Balkon oder Sitzplatz
Tag CHF 82,00**

Ferien- und Kurswochen für Menschen mit einem Handicap

z.B. Ferien für Land- & Hauswirtschaftsmitarbeiter im Februar, Langlaufkurswochen, Frühlings Kurswochen, Sommer- Kurswochen im Berner Oberland oder Bastel- und Erlebniskurse im Herbst

Zusätzliche Angebote:

- 3 Pflegebetten
- Notfallklingel
- hoteleigene Busse zu vermieten



Der Wettbewerb für die Spital-, Heim- und Gemeinschaftsgastronomie



SVG
Schweizer Verband für Spital-,
Heim- und Gemeinschaftsgastronomie

Kochhersteller

pistor

Co-Sponsoren:

HACO

Hero

HUG

Uncle Ben's

WIBERG

Medienpartner:
expresso
Satz & Pfeffer

Weitere Informationen unter: www.svg-trophy.ch



Das Alter neu erfinden

Interdisziplinärer Kongress zum Wandel
der dritten Lebensphase

**Samstag, 6. November 2010, 9 bis 17.15 Uhr,
Kultur und Kongresshaus Aarau**

mit Referaten von

Prof. Dr. rer. pol. Peter Gross, Soziologe

Dr. theol. Elisabeth Moltmann-Wendel, Theologin

Martin Mezger, focus ALTER, Publizistikwissenschaftler

Julia Onken, Psychologin und Psychotherapeutin

ausserdem Seminare und Kurzreferate über:
gesellschaftliche Auswirkungen, die Schattenseiten des «Golden Age», Körper, Gesundheit und Sex, Religion und Spiritualität im Alter, kirchliche und soziale Freiwilligenarbeit.

Auftakt am Freitag, 5. November, 19 Uhr:

Szenische Improvisation mit dem Playback-Theater Zürich,
anschliessend Podiumsgespräch über das neue Alter und
unsere Gesellschaft

Informationen und Anmeldung: www.ref-ag.ch/kongress
veranstaltet von der Reformierten Landeskirche Aargau
5001 Aarau, Telefon 062 838 00 18, kongress@ref-aargau.ch

Kosten: Fr. 180.– (inkl. Essen und Dokumentation)

Sport die Durchblutung verbessert, auch im Hirn. Man kann sich besser konzentrieren. Auch bei diesem Thema gibt es insbesondere neben dem positiven auch den gegenteiligen, negativen Effekt. Wir haben Studierende ein Jahr lang begleitet. Unsere Annahme war, dass das Sportverhalten mit den Studienleistungen korreliert: Wer Sport treibt, entwickelt mentale Stärke, hat eine bessere Selbstwirksamkeit, ein besseres Zeitmanagement und kann dadurch den Anforderungen des Studiums besser genügen. Erstaunlicherweise fanden wir aber heraus, dass sportliche und mental starke Studierende eher schlechter abschnitten bei den Prüfungen. Sie haben möglicherweise schon fast zu viel Selbstvertrauen und nehmen die Herausforderungen des Studiums zu sehr auf die leichte Schulter. Hier fehlen aber noch genauere Analysen.

Sie haben das Separationspotenzial des Sports erwähnt.

Da sind auch jene betroffen, die nicht dem Bild des fitten, leistungsfähigen Sportlers entsprechen.

Wenn der Sport wettkampf- und leistungsorientiert betrieben wird, ist diese Gefahr sicher vorhanden. Die Paralympics finden immer nach den Olympischen Spielen der Sportlerinnen und Sportler ohne Behinderung statt. Da kann man nicht von Integration sprechen. Es geht aber auch anders: Das Leichtathletikmeeting Weltklasse Zürich integriert seit Jahren Rollstuhlrennen in die Wettkämpfe. Das ist Integration. Ein anderes Beispiel, bei dem die Integration nicht erreicht wurde, ist der koedukative Sportunterricht. Die Schulen sind eher wieder davon abgekommen, Mädchen und Knaben zusammen ins Turnen zu schicken. Man hat gemerkt,

«Man traut sich mehr zu»:

Sportwissenschaftler

Roland Seiler.

Foto: zvg/Tim Bütkofer



dass die Mädchen dabei zu kurz kommen. Auch übergewichtige Kinder erleben Frustration im Sport. Es ist wichtig, dass es Sportangebote für alle Leute gibt – auch für jene, die nicht sehr leistungsorientiert sein können oder wollen. Nordic Walking etwa ist ein niederschwelliger Sport. Aber inzwischen wird er manchenorts auch schon wieder recht «vergiftet» betrieben. Unsere Gesellschaft hat halt gern funktionierende, leistungsfähige Menschen. Wer diesem Anspruch nicht genügt, wird an den Rand gedrängt. Das geht den Langzeitarbeitslosen oder psychisch Beeinträchtigten genau gleich wie den Unsportlichen.

Der Sport als Abbild der Gesellschaft?

Sport ist immer ein soziales und gesellschaftliches Phänomen. Er ist nie abgekoppelte heile Welt.

Was raten Sie als Sportwissenschaftler Erziehenden und Betreuenden?

Einen differenzierten Blick zu entwickeln. Sport kann die Welt nicht retten. Sport ist aber auch nicht weniger wichtig, als für die Schule zu lernen. Es geht um ein gesundes Verhältnis zwischen körperlichen und anderen Aktivitäten. Viele Kinder haben heute zu wenig Bewegung im Alltag. Die Eltern fahren sie zur Schule. Auf den Pausenplätzen werden Kletterstangen abmontiert – aus Angst, ein Kind könne hinunterfallen. Mit Sport, Bewegung und Spiel lernen Kinder aber ihren Körper und seine Grenzen kennen. Und sie lernen, soziale Normen untereinander auszuhandeln und sich an diese zu halten – auch ohne Schiedsrichter. ●

Zur Person

Roland Seiler ist Professor am Institut für Sportwissenschaft der Universität Bern, wo er auch als Dekan der Philosophisch-humanwissenschaftlichen Fakultät amtet. Früher war er Orientierungsläufer, heute bewegt er sich viel zu Fuß («10 000 Schritte pro Tag») oder geht in der Aare schwimmen.

Was kann Sport? Kongress zum Thema

Sport als Mittel, um Ausgrenzung zu bekämpfen, die Gesundheit zu fördern und Prävention zu betreiben – die unterstellte positive Wirkung interessiert inzwischen nicht mehr nur Sportvereine, sondern auch Sozial- und Jugendarbeitende, Integrationsfachleute und Politiker. Doch wie muss Sport organisiert sein, damit er diese Ziele erreicht? Welcher Sport bewirkt wann was und was nicht? Am 20. September findet in Bern ein interdisziplinärer Kongress zum Thema statt, organisiert von Midnight-Projekte Schweiz. Neben Sportwissenschaftlern treten Spitzensportlerinnen wie die Kunstrollerin Ariella Kaeslin, Behördenvertreterinnen und -vertreter sowie Fachleute der Kinder- und Jugendarbeit auf. Es sind noch Plätze frei. (swe)

Informationen und Anmeldung unter

www.sportkannalles.ch