

Zeitschrift: Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 11 (1954)

Heft: 2

Artikel: Psychologische Aspekte im Sport [Fortsetzung]

Autor: Misangyi, O.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-990526>

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: 13.01.2026

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

Psychologische Aspekte im Sport

Dr. O. Misangyi, St. Gallen

VIII

Seelische Verschiedenheiten der Geschlechter im Sport

Es wäre sicher missfällig, Frauen im 400-m-Hürdenlauf, im Marathonlauf, im Rugby oder Mannschafts-Catch teilnehmen zu sehen. Dagegen ist es ein Wohlgefallen, sie im Eiskunstlauf, Tanz, Tennis, Diskuswerfen, Hochsprung, Staffellauf, Basketball usw. zu beobachten.

Die zuerst aufgezählten Sportarten passen nämlich nach allgemeiner Auffassung nicht für Frauen, da sich deren Leibes- und Seelenleben von demjenigen der Männer stark unterscheidet. «Jeder Mensch lebt sein Dasein entweder als Mann oder Frau.»¹⁾

Nicht selten müssen wir uns aber wundern, welche geringe Klarheit über die Verschiedenheit der Geschlechter auf dem Gebiete des Sportes herrscht, und zwar nicht nur bezüglich

- ihrer Körper und Körperformen,
- ihrer biologischen Funktionen,
- ihrer Bewegungscharakteristik, sondern auch bezüglich ihres ganzen Seelenwesens.

Um die seelischen Verschiedenheiten besser zu verstehen, halten wir kurz folgendes fest:

Das Skelett der Frau ist durchschnittlich bedeutend schwächer als dasjenige des Mannes. Das gesamte Knochensystem ist nicht nur absolut, sondern auch relativ kleiner. Ebenso die Muskulatur. Es besteht aber auch ein qualitativer Unterschied, da die Natur die Ueberwindung von Widerständen und die Auseinandersetzung mit der Umwelt vornehmlich vom Mann fordert, dessen Knochen- und Muskelsystem weit mehr als der Körper der Frau auf Belastung eingerichtet ist. Dass das Fettpolster bei der Frau grösser ist, dürfte allgemein bekannt sein.

Auch die Menge des Blutes, die Zahl der roten Blutkörperchen und das Herz sind beim Manne viel grösser.

Infolge der Körperproportionen ist die «leibliche Gestalt bei der Frau um die Mitte des Rumpfes gesammelt» (mit tiefer liegendem Schwerpunkt, was z. B. bei der Leichtathletik ungünstig ist), während «beim Mann die Extremitäten in den Raum hinaus weisen. Die Leibeserscheinung der Frau ist mehr mittelpunkt-gesammelt, diejenige des Mannes ist mittelpunkt-flüchtig.»²⁾

Auffallend ist das unterschiedliche Verhältnis der Schulter- und Beckenbreiten bei beiden Geschlechtern.

Diese wenigen Vergleiche sind in folgendem Ausspruch treffend zusammengefasst: «Ist der weibliche Körper Ausdruck in sich ruhender Fülle, so der männliche Ausdruck prägender Kraft.»³⁾

Die erwähnte Tatsache, dass die Leibeserscheinung der Frau «mittelpunkt-gesammelt» und diejenige des Mannes «mittelpunkt-flüchtig» ist, wiederholt sich in der Gesamtbewegung. L. Eckstein sagt:

«Ursprung und Ziel der weiblichen Bewegung sind in stärkerem Masse der eigene Körper als Achse im Gegensatz zum Manne, der auch bewegungsmässig stärker auf den Aussenraum hingewiesen und diesem verhaftet ist. Die Bewegungsweise des Mannes muss gemessen werden an ihrem raumbewältigenden Charakter. Sie ist Ausgriff, Fortbewegung, Gestaltung und

Tat in der Aussenwirklichkeit. Die weibliche Bewegungsweise ist mehr reine ‚Beweglichkeit‘ im Sinne einer selbstverständlichen Rückbezogenheit und Ursprunghaftigkeit auf und in sich selbst.»⁴⁾

«Ebenso wie das geschlechtseigenthümliche Stilgesetz der Richtung, so beherrscht auch dasjenige des Verlaufs sowohl die Statik als auch die Dynamik des Weibes. Wie der Verlauf der Linien bei der Frau mehr den Charakter der Rundheit, derjenige des Mannes dagegen mehr den Charakter der Eckigkeit zeigt, so sind auch die Bewegungen der Frau feiner und sanfter modelliert, sie sind runder, fließender, schmiegsamer, weicher und weniger schroff als die mehr eckigen und zackigen des Mannes. Dieser Unterschied kommt uns besonders deutlich zum Bewusstsein, wenn wir uns an die militärische Uebersteigerung des soldatischen Bewegungsstiles erinnern. Die automatisierte und mechanisierte Eckigkeit stellt die Uebertreibung einer spezifisch männlichen Bewegungsform dar und ist der seelischen Wesensart der Frau unangemessen. Was die seelische Bedeutung des Unterschiedes im Verlauf männlicher und weiblicher Bewegung betrifft, die fließende Rundheit bei der Frau und die aus Spannung sich entladende Eckigkeit beim Manne, so ist daran zu erinnern, dass den Bewegungen des menschlichen Körpers seelische Gehalte entsprechen.»⁵⁾

Der Bewegungsverlauf ist beim Manne auch durch Wucht charakterisiert. Die Bewegung der Frauen dagegen ist elastisch, sanft, leicht und fein. Darüber spricht sich Humboldt schön aus: «Nicht eine einzelne Bewegung, sondern die ganze Seele ist es, die aus der weiblichen Schönheit spricht, und zwar eine weibliche Seele, die, weil Phantasie und Empfindung in ihr herrschen, mehr das Harte und Feste als das Schwankende und Unbestimmte flieht.»⁶⁾

Die Bewegungen des Mannes sind «auf bestimmte Leistungszwecke spezialisiert.» «Die Bewegungen des Mannes sind mehr vom Typus der Zweckmotorik, die der Frau mehr vom Typus der Ausdrucksmotorik.»⁷⁾ (Tanz, Bewegungskunst usw.).

Im Wettkampfsport treten die psychologischen Unterschiede besonders stark hervor. Da der Mann nach Tat und Wirkung drängt, sucht er aus der ihm von der Natur zugetheilten Rolle den Kampf. «Kampf ist die pointierte Formel für die männliche Art der Bewegung und Auseinandersetzung mit der Welt, mit dem Mensch, mit den Problemen und auch mit der Natur.»⁸⁾

Zu diesem Kampf, zur Ueberwindung der Widerstände, sammelt der Wille die Kräfte, darum ist der Mann in seinem ganzen Leben, mehr als die Frau, willensmässig akzentuiert.

Dass in diesem Kampf neben dem Willen auch das Denken, Urteilen usw. eine grosse Rolle spielen, ist selbstverständlich. «Das Denken erfährt beim Manne eine stärkere Betonung, als dies bei der Frau der Fall ist. Damit soll aber keineswegs gesagt werden, dass die Frau das weniger intelligente Wesen sei. Nicht auf den Grad des Denkvermögens kommt es an, sondern auf die Rolle des Denkens im Ganzen des seelischen Lebens und die ist bei der Frau eine weit untergeordnetere als beim Manne.»⁹⁾

¹⁾ Philipp Lersch: Vom Wesen der Geschlechter, Erasmus-Verlag, München, S. 5.

²⁾ Lersch, S. 33. ³⁾ Lersch, S. 36. ⁴⁾ Lersch, S. 38.

⁵⁾ Lersch, S. 38. ⁶⁾ W. v. Humboldt, «Ueber die männliche und weibliche Form», S. 368. ⁷⁾ Lersch, S. 39. ⁸⁾ Lersch S. 53. ⁹⁾ Lersch S. 56.

All das erklärt, warum der Mann für Sportarten Neigung hat, wo Kraft, Wucht, Selbstgefühl, Denken, oft komplizierte Regeln, Willensstärke und Gefahr (!) herrschen.

Dagegen spielt im Leben der Frau das Gefühl eine vorherrschende Rolle. Der Mann ist auch zum fühlen- den Erlebnis fähig, ihm fehlt aber die «Gefühlsgewiss- heit, das Vertrauen zu seinen Gefühlen.»

Die Frau neigt zum feinen Rhythmus, zu Schönheit, Leichtigkeit und zu andern Ausdrucksformen für ihre Gefühle. Sie ist daher auch im Sport für Phantasie, Poesie, Lieblichkeit, Schicklichkeit und Harmonie ein- gestellt und ist dafür empfänglich.

* * *

Diese grundlegenden Unterschiede darf kein Erzieher, kein Sportlehrer aus den Augen verlieren. Man soll

für Frauen Sportarten, Uebungen, Wettkämpfe und Ausdrucksformen empfehlen, welche diesen Unter- schieden innerlich wie äusserlich entsprechen. Die Wahl ist also keine willkürliche, sondern die Folgerung der verschiedenen Lebensziele, Aufgaben und der Natur beider Geschlechter.

Beim Training, bei der Uebung und bei Vorbereitun- gen aller Art für Wettkämpfe der Frauen, sind oft Männer tätig. Auch aus psychischen Gründen möchte ich hier die grösste Vorsicht empfehlen. Vor allem darf die Frau nicht männlich und nicht nach männlichen Eigenschaften behandelt werden.

Es wäre überhaupt sehr wünschenswert, wenn bei der Leitung des Frauentrainings die Frauen selbst eine grössere Rolle spielen würden.

Bewahret die Ideale Eurer Jugend!

Der Ausdruck «reif», auf den Menschen angewandt, war mir und ist mir noch immer etwas Unheimliches. Ich höre dabei die Worte Verarmung, Verkümmern, Abstumpfung als Dissonanzen mitklingen. Was wir ge- wöhnlich als Reife an einem Menschen zu sehen be- kommen, ist eine resignierte Vernünftigkeit. Einer er- wirbt sie sich nach dem Vorbilde anderer, indem er Stück um Stück die Gedanken und Ueberzeugungen preisgibt, die ihm in seiner Jugend teuer waren. Er glaubte an den Sieg der Wahrheit; jetzt nicht mehr. Er glaubte an die Menschen; jetzt nicht mehr. Er glaubte an das Gute; jetzt nicht mehr. Er eiferte für Gerechtigkeit; jetzt nicht mehr. Er vertraute in die Macht der Güte und der Friedfertigkeit; jetzt nicht mehr. Er konnte sich begeistern, jetzt nicht mehr. Um besser durch die Fährnisse und Stürme des Le- bens zu schiffen, hat er sein Boot erleichtert. Er warf Güter aus, die er für entbehrlich hielt. Aber es war

der Mundvorrat und der Wasservorrat, dessen er sich entledigte. Nun schiffet er leichter dahin, aber als ver- schmachtender Mensch.

In meiner Jugend habe ich Unterhaltungen von Er- wachsenen mitangehört, aus denen mir eine das Herz beklemmende Wehmut entgegenwehte. Sie schauten auf den Idealismus und die Begeisterungsfähigkeit ihrer Jugend als auf etwas Kostbares zurück, das man sich hätte festhalten sollen. Zugleich aber betrachteten sie es als eine Art Naturgesetz, dass man das nicht könne.

Da bekam ich Angst, auch einmal so wehmütig auf mich selber zurückschauen zu müssen. Ich beschloss, mich diesem tragischen Vernünftigerwerden nicht zu unterwerfen. Was ich mir in fast knabenhaftem Trotze gelobte, habe ich durchzuführen versucht.

Albert Schweitzer.

Vom harmlosen Tannli und unheimlichen Bluten

Aus dem Erfahrungsschatz unseres Schularztes

Dr. med. H. Teuscher

Wie Du und ich, ist auch Hans aus dem Unterland in die Berge gekommen, um seine Freude im Schnee und seine Kraft auf den Skiern auszulassen. Wir er- lebten unbeschwerte Tage, bis er eines Abends plötz- lich aus unseren Reihen verschwand. Was war denn passiert, dass er sich so unverhofft von uns verabschieden musste?

Das Beispiel von Hans ist für uns lehrreich.

Beim Skifahren kommt er an einer kleinen Tanne zu Fall, die ihm eine nicht schwere Quetschung der linken Brustkorbseite verursacht. Er fühlt sich nicht ganz wohl, kann aber die Abfahrt gleichwohl beenden. Da ihm das Atmen leichte, stechende Schmerzen ver- ursacht (alle Rippenquetschungen machen das, durch die Reizung des sehr empfindlichen Brustfelles), wird ihm geraten, sich ins Bett zu legen und bis am Morgen ruhig zu bleiben. Hans steht tags darauf wieder auf, fühlt sich besser und verspürt kaum mehr Schmer- zen, so dass er froh ist, mit seinen Kameraden die geplante Skitour doch mitmachen zu können. Nach kürzerer Zeit wird es ihm aber übel, worauf ihn sein Leiter heimschickt und ihm richtigerweise aufträgt, zum Dorfarzt zu gehen. Dieser untersucht unsern Ka- meraden und kann ausser der Rippenquetschung noch nichts Schlimmes feststellen. Hans geht in die Unter-

kunft zurück und legt sich zu Bett, ohne dass sich vorläufig etwas ändert. Langsam wird es ihm aber schlecht, er muss erbrechen. Er fühlt sich zunehmend schläfrig, verspürt aber keine Schmerzen. Nach einigen Stunden besucht ein Magglinger Sportlehrer den Bett- lägerigen. Er sieht unsern Freund totenblass und er- fasst sofort die kritische Situation. Der Rest der un- heimlichen Geschichte ist bald erzählt. Herbeiholen des Arztes. Transfusion. Transport ins nächste Spital. Operation am gleichen Abend... Hans ist gerettet!

Und nun die Erklärung der seltsamen Geschichte:

Hans hat sich bei seinem harmlos aussehenden Sturz neben der Rippenquetschung eine Verletzung seiner Milz zugezogen, die zu einer innern Blutung führte. Diese war aber nur gering und stand von selber still. Es war ihm ja nur ein wenig schlecht. Nach wie man- chem Skisturz ist das doch so! Am folgenden Tag, da niemand etwas Schlimmes ahnte, löste sich das Blut- gerinsel in der Milz und Tropfen um Tropfen floss das Blut der verletzten Milz in den Bauch. Aber erst nach weiteren Stunden zeigten sich bei Hans die Zei- chen der innern Bauchblutung: Totenblässe, Erbre- chen, auffallende Schläfrigkeit und bei der Unter- suchung ein schwacher Puls, ein Bauch, der hart war wie ein Brett, da das Blut in der Bauchhöhle das