

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

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 25 (1968)

**Heft:** 12

**Artikel:** Über den Trainer

**Autor:** Gerschler, W. / Schildge, E.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-995224>

### 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:** 15.01.2026

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

# Forschung—Training—Wettkampf

LEHRBEILAGE DER ETS-FACHZEITSCHRIFT FÜR DEN WETTKAMPFSPORT

3.1968.12

## Über den Trainer

Aus dem Institut für Leibesübungen an der Universität Freiburg i. Br.  
(Direktor: Prof. W. Gerschler)

W. Gerschler und E. Schildge

Für den Trainer scheint mir die Feststellung wichtig, dass sein Amt ein schwieriges ist, handelt es sich doch um ein Lehr- und Führungsamt, das den Menschen einem neuen Lebensstil zuführt, in dem der Sport zur beherrschenden Lebensform aufsteigt. Die Vermittlung der geänderten Daseinssituation für den Menschen, die durch eine gesteigerte motorische «Aktivität» gekennzeichnet ist, geschieht in der Regel durch den Trainer.

Sport ist gerichtete, gewollte und gesteigerte motorische Aktivität. Der menschliche Organismus reagiert auf dieses Verhalten sinnvoll und gezielt, regulativ und plastisch.

Der «Vorgang als solcher» ist keineswegs neu, sondern ureigener Ausdruck des Lebendigen, der von Anfang an allen Lebewesen eigen ist.

Darum bewirkt auch der Sport keine radikale Gestaltung, sondern er verändert lediglich Strukturen, die Gestalt, die Funktionen als Resultat organisch sinnvoll gesteuerter Vorgänge. Darüber hinaus aber gewährleistet er die «leibliche Verwirklichung» im tätigen wie erlebenden Sinne. Er gliedert und formt den Menschen aus, er kehrt das Menschliche im Menschen hervor, prägt ihn aber keinesfalls neu.

Einen Menschen in den Sport einzuführen, dass er darin aufgeht, verlangt Aufgaben zu stellen, die seine motorischen Anlagen und Fähigkeiten bilden. Jede sportliche Übung, jedes sportliche Training haben eine bestimmte Wirkung auf den Körper, sie haben darüber hinaus zugleich aber auch einen menschlichen Wert und Bezug im Zusammenhang mit seiner Existenz. Nicht dass die Bildekräfte aufgenommen und verarbeitet werden, entscheidet über den Erfolg, sondern wie sie aufgenommen und verarbeitet werden, das gibt den Aus- schlag.

Am intensivsten wirken sich diese Beeinflussungen im Jugendalter des Menschen und vor allem im Bereich des Hochleistungssportes aus. Der Mensch bewegt sich hier an der Grenze seiner Leistungen, der körperlichen wie auch der seelischen. Sie im «Einklang» zu halten, ist dem Menschen von Natur aus durch seine Weltoffenheit gegeben. Doch im Bereich der tiefseelischen Kräfte ist die Dominanz des Guten wie des Schlechten von der Artung des Menschen abhängig. Der dynamische Antrieb (Sport) ist nicht unbedingt an das Gute gefesselt. Auf keinen Fall will der Sport negative Eigenschaften im Menschen bilden, hindern aber kann er es nicht, weil hierüber vorhandene vererbte Anlagen entscheiden. Nach Art der Einwirkung und ihrer Ansprechbarkeit kann sich der Charakter des Menschen sowohl nach der einen wie nach der anderen Seite entwickeln. Naturgemäß hat der stärkere Reiz auch die stärkere Wirkung und setzt sich durch.

In dem Versuch, den Menschen zu bilden, gehen die Methoden des Sportes primär und zwangsläufig von der Konstitution des einzelnen Menschen oder auch ganzer Menschengruppen aus. Sie deckt sich — nach Kretschmer — mit dem Charakter des Menschen und beide — Konstitution und Charakter — bilden die Basis für eine bestimmte, individuell gerichtete, motorische Ausdrucksweise.

Die Art der Bewegungsbildung erfolgt deshalb nicht willkürlich oder schematisch, sondern steht im Einklang mit der Persönlichkeit, dem Alter und Geschlecht und dem Entwicklungs- und Leistungsstand des Menschen.

Die Bildung des Menschen durch die Wirkung eines aktiv-tätigen Verhaltens erfassen wir jedoch nur durch ein vertieftes Verständnis seiner leib-seelischen Einheit. Stützt sich doch jede dynamische Regung

auf eine gegebene leibliche Struktur, in der alle Leistungen eingeschlossen sind.

Wie der Mensch sich bewegt, wie er seine Bewegungsabsicht verwirklicht, dass sie funktionell dem Bewegungsfeld der Grosshirnrinde entspringen und die anatomischen und physiologischen Einrichtungen des Organismus sie ermöglichen, darauf stützt sich unser Wissen; aber eine Erklärung ist das nicht, auch nicht, wenn wir sagen, das Gelingen einer Bewegung hängt wesentlich von der Fähigkeit einer vom Gehirn aus vermittelten «Spannungsregulierung» des Körpers ab, die nicht nur Anspannung der Muskulatur schlechthin bedeutet, sondern «Anspannung und Gegenspannung» (Agonist und Antagonist) in ein bestimmtes Spannungsgefüge zu bringen verlangt, das über die Qualität der Bewegung entscheidet. Damit haben wir aber zugleich auch die Grenze erreicht, die dem Trainer gesetzt ist.

### Der Trainer hat es mit Menschen zu tun,

die als jugendlich-erwachsen anzusprechen sind und der heutigen Zeit angepasst ihr Ziel recht genau kennen. Damit ist das, was erreicht werden soll, Höchstleistung nämlich, außerordentlich «pointiert» ausgewiesen.

Es lässt sich aus diesem Grunde, wenn es darauf ankommt, zu gegebener Zeit verhältnismäßig leicht feststellen, ob das Ziel getroffen oder verfehlt wurde.

Doch die Schwierigkeit bleibt, wenn es zum Erfolg oder Misserfolg kommt, festzustellen, wer die Verantwortung für den Ausgang trägt: der Trainer oder der Athlet. Denn es gibt unter den Athleten, die zum Erfolg kommen oder ihn nicht erreichen, solche, die sich gut führen lassen und solche, die sich selbst führen wollen. Unter den letzteren wiederum gibt es solche, die sich 359

ab einer bestimmten Zeit — also nicht von Anfang an — tatsächlich führen können und solche, die der Führung nicht mächtig sind und auch ihrer nie mächtig werden, aber sich überschätzen und uneinsichtig zeigen.

Hier muss der Trainer sich schon früh entscheiden, so schwierig es auch sein mag, welche Haltung er einnimmt, und wissen, wo er die Zügel straff führen muss und wo er sie locker halten kann, nicht etwa aus Nachgiebigkeit, sondern, weil dieses Verhalten auf die Person bezogen ihrer höchsten Leistungsentfaltung am dienlichsten ist.

Auf alle Fälle muss er beide Methoden beherrschen. Zu welcher er sich bekennt, hängt ab von seiner Menschenkenntnis und der Fähigkeit, sich in den einzelnen Menschen einfühlen zu können, und seinem Mut, den Athleten «anzugehen». Wenn sich die heutige Generation der Sportler von den vorangegangenen unterscheidet, dann bestimmt nicht im Ausmass ihrer Leistungsfähigkeit, trotz höherer Leistung, die sie bringt, sondern viel eher in dem Bereich der Empfindungen echter Leistungsfreudigkeit. Training ist Arbeit für sie und der Spielcharakter des Sportes beeindruckt sie weit weniger als uns Ältere. Das Denken und Handeln der jungen Generation, ihre Einstellungen und Wertungen sind wesentlich nüchtern und realer gehalten. Folgen können, aufgehen im Ganzen fällt ihnen schwer, weil sie zu Kritik, Ablehnung und Unzufriedenheit neigen. Sie lehnen als Individualisten das Generelle überhaupt ab. Deshalb sind sie auch schwerer zu überzeugen, zu begeistern und zu führen. Wenn sie stillhalten, bedeutet das noch nicht, dass sie still sind.

#### **Reife, Wissen, Verantwortlichkeit**

Mit Autorität allein ist hier nichts getan, ausser sie geht von einem Menschen aus, dessen Reife, Wissen und Handeln von hoher Verantwortlichkeit und Ernsthaftigkeit getragen ist, zum Ausdruck kommt und überzeugt. Überzeugen aber kann in diesen Bereichen nur der Trainer, der an sich selbst und aufgrund eines umfassenden Wissens aus sich

selbst heraus arbeitet und seine Reife aus sich selbst gewinnt. Dennoch sind Spannung und Zerfall mit dem Athleten immer wiederkehrende Erscheinungen im Trainingsgeschehen. Sie treten dort auf, wo die persönlich ausgeglichene Form der Zusammenarbeit nicht gefunden wird, und der Athlet den Trainer und der Trainer den Athleten nicht zu überzeugen vermag und beide an der letzten entscheidenden Stufe der Leistungsentfaltung scheitern lässt. Wie verfügt das Verhältnis Trainer und Athlet ist, zeigt sich in der Schwierigkeit, wenn es darauf kommt, objektiv die Anteile der Arbeit festzustellen, ganz gleich, ob die Leistung glückte oder nicht. Die Masse allerdings liebt es, den Erfolg dem Athleten zuzuschreiben.

Daraus scheint hervorzugehen, dass Grösse, Tiefe und Schwere der Aufgaben eines Trainers noch gar nicht definitiv bestimmt und bekannt sind. Das aber ist gefährlich, weil ihm die letzte Sicherheit als Rüstzeug für ein erfolgreiches Wirken gar nicht gegeben werden kann und er zur Mittelmässigkeit verdammt bleibt. Dazu kommt, dass er auf der einen Seite überfordert (handwerksmässig, praktisch) und auf der anderen Seite unterbewertet (geistig) wird.

Wesentliche Merkmale der Qualität eines Trainers liegen in der Grösse seiner praktischen Erfahrungen, die der einzelne in sein Amt mitbringt, in seinem fachlichen Wissen, seinen methodischen Kenntnissen und einer besonderen Einfühlungsgabe in den Menschen.

Fest scheint zu stehen, dass er zwar im Hochleistungsbereich des Sports weder ein Erzieher noch Arzt oder Psychologe ist, sondern weit eher Lehrer, Betreuer, Lenker und Führer (Vater) in einer Person. Weniger Erzieher ist er in diesem Bereich wohl aus dem Grunde, weil er es in der Mehrzahl mit Menschen zu tun hat, die bereits «erzogen» sind und auf Erziehung nicht mehr reagieren. Die Bereitschaft, sich erziehen zu lassen, verweist in den Bereich des Jugendalters des aufwachsenden Menschen. Dort ist der Trainer natürlich Pädagoge. Mit der Verfestigung seiner Interessen, etwa zurzeit des Ausgangs seiner Ju-

gend, ist der junge Mensch bereits der «Belehrung» zugänglicher als der Erzieher.

Aber auch diese Bereitschaft des Menschen, sich belehren zu lassen, wird mit fortschreitendem Alter immer geringer. Der Mensch beginnt mehr in die Zukunft zu denken und wird im Zusammenhang damit stärker von Gefühlen der Erwartung, der Hoffnung und der Angst beherrscht. Diese Phase der Entwicklung erfordert mehr eine «informelle» Art der Führung als einer formellen, erzieherisch gerichteten.

Der Trainer ist, wie ich schon sagte, auch kein Fachpsychologe. Das schliesst nicht aus, dass ein gewisses Mass an psychologischen Kenntnissen ihm eigen ist. Sein Verhältnis zur Psychologie ist durch die Praxis bestimmt. Er braucht direkte Mitteilungen über das Wesen seines Schützlings. Ich konnte immer wieder feststellen, dass die Trainer vom Psychologen erwarten, charakteristische Einzelzüge und spezifische Verhaltenssituationen mitgeteilt zu bekommen. Bei der Schwierigkeit, in einen Menschen hineinschauen zu können, ist das verständlich und auch richtig; denn Hinweise ersparen Zeit, bewahren vor Irrtümern und ermöglichen eine bessere direkte Einstellung. Die Lebensgeschichte des Athleten und sein Milieu zu kennen, in dem er lebt, ist unabdingbar.

Zum ganzen Problem ist zu sagen: Die Psychologie liebt den Einzelfall, den dargestellt zu bekommen für uns Trainer wichtig ist. Ihr kommt es darauf an, Verhaltensweisen allgemeingültiger Art zu erfassen und zu definieren. Der einzelne ist zu veränderlich, um absolut sichere Grundlagen aufzufinden.

Hier muss die Brücke noch gefunden werden; denn wir Trainer haben es ausgerechnet mit diesen einzelnen zu tun, die in der Mehrzahl der Fälle sich grundlegend voneinander unterscheiden. Mit einem «Typ» eigener oder einheitlicher Prägung kann nicht gerechnet werden. Das ist der Grund, weshalb es für uns so schwierig ist, mit der Psychologie in «direkten» Zusammenhang zu kommen. Darum wird ein Trainer immer gut fahren, wenn er das «Ziel», das er erreichen möchte, in

den Mittelpunkt seiner Überlegungen und des Dialoges mit dem Athleten stellt und prüft, ob die sozialen Verhältnisse seines Schützlings es überhaupt gestatten, den zu erwartenden hohen Anforderungen nachkommen zu können.

Die Aufgabe eines Trainers verlangt neben vielem anderen Aufstellung und Durchführung von Plänen und taktischen Anweisungen. Die Aufstellung ist ein rein geistiges Produkt. Die Durchführung verlangt fachliches Wissen und eine straffe Lenkung. Die Strafftheit äussert sich sehr verschieden. Sie erscheint entweder streng und diszipliniert oder sehr frei gesetzt und einsichtig gehandhabt.

Wichtig aber ist zu wissen: Beide Verhaltensweisen — die eine wie die andere — führen zu Erfolgen, beide Verhaltensweisen können aber auch erfolglos bleiben; keine hat von sich aus Vorrang.

Sicher nur ist, dass das strenge Verhalten die Aufgabe als solche in den Vordergrund stellt, das nachsichtige Verhalten sich stärker an der Person orientiert. Obwohl der Trainer durch seine Stellung Autorität verkörpert und entscheiden kann, wie er will, ist er in seiner Verhaltensweise nicht unerschütterlich, sie kann vom Gegenüber verändert werden. Zum Nachteil, zum Vorteil — beides ist möglich.

In den politischer als wir orientierten Ländern steht immer die Aufgabe und damit der Erfolg im Vordergrund, der Mensch weniger; in den demokratischen Ländern erscheint die sportliche Aufgabe zugunsten der Freiheit des Menschen weniger vordergründig. Der Sieg ist etwas Schönes, nicht jedoch «unbedingt» Notwendiges.

Beide Richtungen — das ist erwiesen — erzielen Erfolge, und wenn die eingeschlagene Richtung der Denkweise des einzelnen entspricht, ist straffe Lenkung immer die bessere, denn alles Gezügelte liegt stärker im Bereich des menschlichen Masses.

#### **Und was ist Taktik?**

Taktik ist vor-überlegtes, intelligen tes Handeln, durch das ich eine be-

stimmte Situation bewältige. Taktik ist eine Intelligenzhaltung. Taktische Ratschläge und ihre Be folgung im Spannungsbereich des Wettkampfes verlangen eine grosse Übersicht, Erfahrung und kluges Denken (Intelligenz) des Trainers, um das dem Athleten sagen zu können, was unter Umständen ausschlaggebend für den Sieg sein kann, aber auch des Athleten als die handelnde Person.

Taktisches Verhalten kann aus zwei Gründen den Erfolg vereiteln:

1. Wenn die reale Situation mangels Übersicht verkannt wird,
2. wenn wir übersehen, dass ein von Ratio gesteuertes Verhalten an spontanem Gehalt verliert.

Damit geht der Teil des aus dem Un-bewussten kommenden Antriebes verloren, der in der Mobilisierung der Kräfte einem rational gesteuerten Verhalten weit überlegen ist, das im Grunde doch nur eine Reaktion darstellt, die eine Antwort auf einen Anstoss von aussen, also rezeptiven Charakters ist, dem die Fähigkeit zum «inneren Aufbruch» fehlt, der Grundvoraussetzung ist, über sich hinauswachsen zu können. Nur grosse und grösste Überlegenheit rechtfertigt im Wettkampf ein teilweises oder durchwegs «bewusst» gesteuertes Verhalten.

Wie ich meine Aufgabe als Trainer angehe, hängt von mir und von der Person ab, die mir als Athlet gegenübersteht.

Es gibt Athleten, die durch ihre Haltung, ihre Gesinnung, die Art zu sprechen von Anfang an sympathisch sind. Es gibt aber auch welche, die eine gewisse Überwindung des eigenen Wesens fordern, ihnen gegenüber sich objektiv zu verhalten, d. h. das richtige Verhalten von sich aus zu finden aufgrund einer gefühlten Antipathie. Es handelt sich in den meisten Fällen um eine auf unklaren Gefühlen, Vorstellungen und optischen Eindrücken beruhende Abneigung. Es ist aber Abneigung auf den «ersten Blick».

Diese Situation ist ohne Zweifel mit viel eigenen inneren Schwierigkeiten ausgestattet; denn auch der Trainer unterliegt in seinem Fühlen, Denken und Handeln der Struktur

der eigenen Persönlichkeit, des eigenen Wesens. Er muss sich kennen, er muss seinen Charakter kennen, wenn er Fehler vermeiden will; denn erst diese Kenntnis, die Kenntnis des eigenen Ichs überhaupt, ermöglicht ihm, der Vielfalt der Eigenschaften des Athleten Herr zu werden, Abneigungen zu überwinden, um bis zum Verständnis des schwierigsten Athleten vordringen zu können. Vor allem die Eigenheit und das Gute in ihm auffinden zu wollen und willens zu sein, es anzuerkennen, darauf kommt es an, und ohne Zweifel gehört dazu eine bestimmte menschliche Grösse und innere Reife, die erworben sein wollen.

Mit dem geglückten Zusammenschluss von Trainer und Athlet kommt es zur Herausbildung einer Sympathie, die sich bis zur Einsfühlung steigern kann. Das würde bedeuten, der Athlet lebt im Trainer und der Trainer in ihm.

#### **Vater, Freund oder Betreuer**

Sicher ist, dass es zur stärksten Verbundenheit zwischen Trainer und Athlet kommt, wenn der Athlet im stande ist — in den «Stand» kommt —, den Trainer als Vater, Freund oder Betreuer (hier erscheint das Wort treu) zu sehen und der Trainer im Athleten den Sohn, Freund (Treue) oder Kameraden (Hilfe) sieht.

Vermag er aber — sei es aus der Artung seiner Persönlichkeit und seiner Lebensgeschichte, sei es aus eigenen Mängeln — das innere Angebot nicht anzunehmen und das antwortende Verhalten nicht richtig zu finden, kommt es innerhalb des Verhältnisses «Trainer — Athlet» zu Widerstand, Ungehorsam, Krise oder Bruch des angestrebten Verhältnisses, oder die Zusammenarbeit bleibt von Anfang an fragwürdig.

Jede auftretende Erscheinung dieser Art beruht auf tiefenpsychologischen Ursachen, die in der Mehrzahl auf das Konto des Trainers gehen, wenn es ihm an Reife und Bildung mangelt, wenn er nicht «Vorbild» sein kann und in der Her vorkehrung der Autorität seiner Stellung die eigenen Mängel zu verbergen versucht.

Der Trainer, der das Ziel seiner Arbeit ausschliesslich im Erfolg sucht, hat es im demokratischen Gesellschaftsbereich schwerer, weil Strenge, die mit dieser Haltung zwangsläufig verbunden ist, nur von wenigen Athleten in unserem Lebensbereich angenommen wird.

In den Oststaaten herrscht genau das Gegenteil; dort ist seine Autorität so gefestigt und der Wille des Athleten so zwangsmässig ideologisch gerichtet, dass es kaum zum offenen Widerspruch kommt. Wo er dennoch erscheint, endet zugleich auch die Laufbahn dieser Athleten. Das ist sicher Willkür, zugleich aber auch, wir wollen das richtig sehen, eine Ordnung im Bereich einer anderen Gesellschaftsform.

Die Situation, die unsere Trainer in unserem Gesellschaftsbereich vorfinden, zwingt sie zu einem ganz anderen Verhalten. Sie müssen in ihrer Haltung zum Athleten von Anfang an darauf bedacht sein, persönliche Beziehungen herzustellen. Sie brauchen diese Bindungen, um den Einfluss zu gewinnen, der ihnen gestattet, über den Athleten bestimmten zu können, ohne auf Abwehr zu stossen; denn auch sie möchten erfolgreich sein, nur nicht «um jeden Preis». Diese Einstellung ist untragbar, weil sie die gesellschaftlichen Normen unserer Gegenwart verletzt. Sein Bemühen um den Athleten oder die Gruppe ist daher von dem Willen dirigiert, sie in Zusammenhang mit sich zu bringen, Spannungen zu vermeiden oder auszuräumen. Dabei ist längst schon bewiesen, dass Spannungen zwischen Trainer und Athlet oder Spannungen innerhalb einer Gruppe die Leistung nicht zu schwächen brauchen, aber nur wenn die führende und in diesem Falle auch starke Hand des Trainers spürbar vorhanden bleibt.

Es ist sogar selten, dass der Trainer zur Gruppe in einer einheitlichen Bindung steht. Die Gruppe ist in den meisten Fällen zerfallen und in Grüppchen aufgeteilt. Das aber braucht der Gesamtleistung ebenfalls keinen Abbruch zu tun. In Schwierigkeiten kommt der Trainer mit seiner Gruppe oder dem Athleten erst dann, wenn der Erfolg aus-

bleibt. Solange er aber gesichert ist,

lassen sich alle Gegensätze überspielen.

Die Persönlichkeit eines Trainers zeigt sich darin, ob die Massnahmen, die er trifft, und das Verhalten, das er zeigt, seiner Persönlichkeitsstruktur entsprechen, d. h. ob er in seinem Verhalten «integer» (= rechtschaffen) und konsequent ist. Am deutlichsten kommt es durch die Art der Auseinandersetzung mit den Athleten zum Ausdruck, die schwer zugänglich oder schwierig zu führen sind. Mündet sie in der Ablehnung des Athleten, verurteilt er ihn, vermag er kein positives Verhältnis mit ihm herauszubilden, versucht er ihn vielleicht ganz auszuschalten, weil er widerspenstig und unbequem ist, wirft das zwar ein Licht auf den Charakter des Trainers, aber kein gutes. Es offenbart nämlich, wie der Trainer seine Aufgabe sieht.

Wie verschieden das sein kann, geht aus folgenden Aussagen von Leistungssportlern hervor:

«Für mich spielt der Trainer menschlich überhaupt keine Rolle, er ist nur derjenige, der mir technische und taktische Anweisungen gibt. Einen persönlichen Kontakt zu ihm habe ich nicht, möchte ich auch nicht haben, da ich ihn als Persönlichkeit nicht anerkennen kann<sup>1)</sup>!»

Was enthält diese Aussage?

Man nimmt dem Trainer die technischen Ratschläge ab, man arbeitet mit ihm, aber nur, weil kein zweiter vorhanden ist, der die fehlenden mitmenschlichen Beziehungen erbringen könnte. Trainer dieser Art fühlen sich der menschlichen Führungsaufgabe nicht gewachsen. Ihr eigenes «auf Distanzierung eingestelltes Wesen» setzt ihnen eine Schranke, die sie hindert, Bindungen einzugehen, die «Zuneigung» voraussetzen. Es kann aber genauso auch auf Phlegma beruhen, auf mangelnde Wärme also, wenn wir die ursprüngliche Bedeutung dieses Begriffes uns ins Gedächtnis zurückrufen, wie auch auf einem Mangel an innerer Sicherheit.

Tiefes Vertrauen eines Leistungssportlers zu seinem Trainer kommt in der folgenden Aussage zum Ausdruck:

«Mein Trainer ist wie ein Vater, wie ein Freund und versteht uns. Er versteht nicht nur viel vom Sport

(Schwimmen), sondern zu ihm kann man auch mit seinen Sorgen kommen, und er hilft auch, wenn es in der Schule nicht klappt<sup>2)</sup>.»

Hier erscheint der Trainer als Vater und Freund in einer Person, einen höheren Ausdruck gibt es wohl nicht. Ein solcher Trainer, und dafür ist diese Aussage entscheidend, kann auch fordern. Er kann mehr fordern als jeder andere, ohne auf Widerstand und Unwilligkeit zu stossen.

Noch ein letzter «Ausspruch», der in erschreckender Weise auf eine gefährliche Selbstgefälligkeit des Trainers verweist:

«Er kann zwar was, aber das Training bei ihm macht keine Freude, denn da wird nur eine Schau abgezogen, damit er glänzen kann<sup>3)</sup>.» Hier erübrigt sich jedes weitere Wort!

Wo Strenge herrscht, kann man ganz allgemein sagen, steht die Leistung, der Erfolg, der angestrebt wird, vor der Person, die ihn bringen soll. Ein solcher Trainer wird immer auf Autorität beharren. Die zwischenmenschlichen Beziehungen rangieren dahinter.

Der Trainer, den es reizt, den schwierigen Athleten zu gewinnen und mit ihm in ein echtes Partnerschaftsverhältnis zu treten, zeigt durch dieses Bemühen, dass der Mensch als solcher ihm höher steht als der Erfolg. Das sagt nicht aus, dass er den Erfolg nicht schätzt, dass der Sieg ihm weniger bedeutet — nein, er will ihn nur nicht «um jeden Preis».

So kommen wir zu zwei, wie es scheint, in sich selbständige Richtungen:

Die eine konzentriert sich primär auf die Bewältigung der Aufgabe, der Sieg ist ihr alles — das ist die strenge Richtung; die andere ist humaner und geht aus von der Herstellung zwischenmenschlicher Beziehungen zwischen Trainer und Athlet und kommt auf diese Weise zum Erfolg. Es ist die humane Richtung.

Festzustehen aber scheint, dass für extreme Situationen in den Bereichen grosser, dauernder Erfolge oder — entgegengesetzt — ausbleibender Erfolge die härtere Trainerpersönlichkeit die stärkere ist. Wo

# Trainerausbildung im Ausland

Dr. G. Schilling, Magglingen

sich die Ergebnisse in der Mitte halten, weil die Substanz der Athleten nicht mehr hergibt, ist derjenige am richtigen Platz, der stärker der Person sich zuzuneigen vermag.

Der «harte» Trainer bindet sich nur insoweit an die Person, als es die Aufgabe erfordert. Es ist ihm — extrem gesprochen — letzten Endes gleich, ob sie ihn mag oder nicht. Er arbeitet für den Sieg, den Erfolg. Der andere hingegen, menschlicher fühlend, sucht von Anfang an den inneren Zugang zum Athleten und empfängt seine Stabilität durch den hohen Grad eines gegenseitig herrschenden Vertrauens.

Für einen dritten Typ — dem «hörgigen» Trainer — ist der Leistungssportler durch die Strahlkraft seiner Erfolge der Gebende. Die Abhängigkeit, in der er sich bewegt, verfälscht das ganze Verhältnis.

Betrachten wir ihn genauer, «so ist er irgendwo mit dem Sport und sich nicht fertig geworden, er hat ihn nicht reif verarbeitet und ist eine frustrierte Persönlichkeit geblieben. Der Leistungssportler muss gleichsam stellvertretend für den Trainer Erfolge haben und die Anerkennung bringen. Dieser Trainer führt nicht und gestaltet auch nicht die Beziehungen zwischen Schützling und Betreuer, sondern wirbt um die Gunst des Athleten, da er im Sport nie reif geworden, sondern hörig geblieben ist. Dass ein solches Verhältnis besonders problematisch ist, braucht nicht weiter erläutert zu werden<sup>4)</sup>. Die letzten Worte sollen dem «jungen» Trainer gelten. Die reife Trainerpersönlichkeit hängt nicht allein vom Alter ab. Auch ein verhältnismässig junger Trainer kann als Vorbild angenommen werden. Seine Führungsqualitäten zeigt er, ob er die Höhen und die Tiefen des Athleten mit zu durchwandern und die Krisen vorausschauend zu erfassen vermag, um ihnen die Härte zu nehmen.

<sup>1), 2), 3) und 4)</sup> Schilliger / Gerschler: «Psychologische Probleme des modernen Leistungssports» in: Jahrbuch des Sports, Herausgeber: Deutscher Sportbund 1965/66, Wilhelm-Limpert-Verlag Frankfurt am Main, S. 48 und 49.

Das Nationale Komitee für Elite-Sport und die Eidgenössische Turn- und Sportschule haben kürzlich den ersten Lehrgang für Spitzentrainer der Schweizer Turn- und Sportverbände ausgeschrieben. Er wird im April 1969 beginnen und zwei Jahre dauern.

Zum Vergleich hier einige Angaben über die Trainerausbildung im Ausland.

## Tschechoslowakei

### Allgemeines

Ich hatte Gelegenheit, als Gast von Dozent Dr. M. Vanek (Psychologie) die Fakultät für Körpererziehung und Sport der Prager Karls-Universität kennen zu lernen. Sie ist in der Prager Altstadt in einem alten «Patriotizerhaus» mit vielen An- und Umbauten untergebracht. Die ursprünglich selbständige Hochschule für Körperfultur hat wissenschaftlich (z. B. Lehrkräfte) vom Anschluss an die «altehrwürdige» Karls-Universität, der 1958 erfolgte, stark profitiert. Der Dekan, Prof. Dr. L. Serbus, leitet zusammen mit vier Prodekanen die Fakultät. Ihnen zur Seite stehen folgende Mitarbeiter:

Professoren . . . . .	5
Dozenten . . . . .	22
Fachassistenten . . . . .	79
Assistenten und Lektoren . . . .	9
Facharbeiter (Techniker, Administration) . .	85

In fünfjährigen Lehrgängen werden Turn- und Sportlehrer ausgebildet, als Fachstudium (Solo-Studium) und in Verbindung mit einem zweiten Lehrfach (Sprachen, Biologie, Geografie, Mathematik). Zurzeit sind 570 Studenten für das Normalstudium und 380 für das Fernstudium immatrikuliert.

## Trainerausbildung

Neben den Ausbildungsgängen für die Turn- und Sportlehrer — sie steht nur Studenten mit Mittelschulabschluss offen — führt die Fakultät in Zusammenarbeit mit den Sportverbänden und dem CSTV (Landesverband für Körpererziehung) auch einen dreijährigen Trainerelehrgang durch. Die-

ser Ausbildungsweg verlangt keine Maturität. In der Regel werden von den Verbänden ehemalige «Spitzenkönner», die zum Trainerberuf wechseln möchten, angemeldet.

Der Kurs wird als Fernstudium absolviert. Nach einer Schlussprüfung erhalten die Teilnehmer das Trainerdiplom 1. Klasse, das z. B. zu einer Trainerstelle im Ausland berechtigt. (Trainer 2. und 3. Klasse werden in kurzfristigen Kursen (z. B. Wochenkurse) vom CSTV ausgebildet. Neben dem Fernunterricht (Grundlagen, Theorie) sind folgende Unterrichtsstunden (praktisch, mündlich) vorgesehen:

## Stundenzusammenstellung für die Trainerausbildung an der Karls-Universität Prag

Philosophie . . . . .	46
Soziologie . . . . .	46
Ökonomie . . . . .	46
Einführung ins Studium . . . .	6
Allgemeine und angewandte Psychologie . . . . .	32
Pädagogik . . . . .	14
Chemische Physiologie . . . .	22
Zeichnen . . . . .	6
Anatomie und Antropometrie . . . .	52
Physiologie des Menschen . . . .	34
Physiologie der Körperübungen . . . .	26
Massage . . . . .	10
Hygiene . . . . .	26
Erste Hilfe und ärztliche Kontrolle . . . . .	22
Organisationslehre (Methodik) . . . .	40
Geschichte des Sportes . . . .	10
Filmhilfen . . . . .	14
Sportliche Grundausbildung . . .	122
Sportliche Spezialfachausbildung . . .	196

## Bemerkungen

Eine sehr gründliche und «harte» Ausbildung. Nach Dr. Svoboda, dem Leiter des Fernstudiums, scheitern einige an der langen Dauer. Er empfiehlt, nicht mehr als zwei Jahre vorzusehen. Die Kurse werden mehr oder weniger geschlossen für diese oder jene Sportart, je nach Bedarf, durchgeführt. Pro Sportart sind es jeweils 5 bis 10 Teilnehmer.