

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

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

**Band:** 30 (1973)

**Heft:** 11

  

**Artikel:** Was heisst denn hier Masochismus!

**Autor:** Adam, Karl

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-994881>

### **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:** 30.04.2026

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

# Was heisst denn hier Masochismus!

Karl Adam

## Thesen zum Leistungssport

*Ruderprofessor Karl Adam aus Ratzeburg, einer der erfolgreichsten deutschen Sportlehrer, hält das Gerede vom «unerträglichen Leistungsdruck», der angeblich den «kapitalistischen Sportbetrieb» zur Hölle macht, für pure Demagogie. Im folgenden sagt er unverblümt seine Meinung über die modischen Sporttheorien.*

In einer Diskussion mit links orientierten Sportstudenten schilderte ich meinen Partnern, die anscheinend über wenig eigene Wettkampf- und Trainingserfahrung verfügten, ein psychisches Grundphänomen des Leistungssports etwa so: «Wenn man Spitzenleistungen im Sport erreichen will, muss man die Trainingsbelastung so hoch wählen, dass damit kräftige Unlusterlebnisse verbunden sind. Paradoxe Weise wird die Ueberwindung dieser Unlust durch das Gefühl der Selbstbestätigung dann geradezu zur Quelle der Freude am Sport. Auch bei wissenschaftlichen, künstlerischen, politischen oder wirtschaftlichen Leistungen lässt sich diese Motivationsstruktur beobachten.»

Spontan kam der Einwand: «Aber das ist doch Masochismus!» Darauf ich: «Was haben Sie eigentlich gegen Masochismus? Ich nehme an, Sie erheben als aufgeklärte und selbständig denkende Menschen den Anspruch, von sexuellen Tabus unabhängig zu sein. Hier benutzen Sie aber ein sexuelles Tabu, um Leistungssport und Leistungssportler zu diskriminieren. Das ist übelste Demagogie. Warum sagen Sie nicht: „Das ist ja Askese!“?»

Wer in der Diskussion Reizworte benutzt oder an einer Diskussion teilnimmt, ohne kompetent zu sein, muss behandelt werden wie ein Fussballspieler, der den Ball grundsätzlich mit der Hand spielt, er muss ausgeschlossen werden. Zurzeit kann man allerdings in der Bundesrepublik mit Reizwortlitaneien weit mehr «wissenschaftliche» Anerkennung, literarische und politische Wirkung und materiellen Erfolg erzielen als durch Lösung von Problemen mittels sachlicher Diskussion.

Ist Sport verwerflich, weil er masochistische Züge aufweist? Unter Masochismus versteht man Lustgewinn durch physischen oder psychischen Schmerz, Demütigung, Unterwerfung. Die negative Tönung dieses Reizworts kann drei Quellen haben:

- die Ablehnung sexueller Praktiken, die stark von der statistischen Norm abweichen,
- ein unsere Gesellschaft beherrschendes Tabu,
- die Tatsache, dass masochistische Praxis in der Regel aggressive (sadistische) Aktionen des Sexualpartners provozieren muss.

Die ersten beiden Punkte können keine rationale Begründung der heftigen Ablehnung masochistischen Verhaltens liefern. Die Tendenz, von der statistischen Norm abweichende sexuelle Verhaltensweisen zu unterdrücken, kann in einer Menschengruppe ein biologischer Vorteil sein, weil dadurch in der Regel die Fortpflanzungsrate erhöht wird. In der augenblicklichen Situation ist eine erhöhte Fortpflanzungsrate aber weder für die Teilgruppe und noch weniger für die Gesamtmenschheit immer ein Vorteil. Und gesellschaftliche Tabus sind längst (Mead u. a.) als zufällig und auswechselbar erkannt.

Punkt drei kann dagegen eine rationale Begründung einer Ablehnung des Masochismus liefern, denn Regulierung der Aggressivität ist notwendige Voraussetzung für die Funktionsfähigkeit menschlicher Gruppen. Sicher muss diese Regulierung einschränkenden und

«sublimierenden» Charakter haben. Daher ist Masochismus als Aggressivität provozierendes Verhalten abzulehnen.

Diese rationale begründete Ablehnung betrifft aber nicht den Masochismus des Leistungssportlers (oder des leistungsbesessenen Wissenschaftlers oder Künstlers), da hier nicht, wie beim sexuellen Masochismus, aggressives, sadistisches Verhalten eines Partners provoziert wird. Uebrigens gibt es auch gegen die skizzierte rationale Begründung einer Ablehnung des Masochismus bedenkenswerte Einwände, etwa die Frage: Ist aggressives, dominierendes Verhalten, das der Partner wünscht, zu verurteilen? Interessant ist in diesem Zusammenhang die These vom konstitutionellen Masochismus der Frau, auf deren genüsslicher Ausmalung der Erfolg der «Geschichte der O» beruht.

Der Mensch verdankt seine biologische Ueberlegenheit gegenüber allen anderen irdischen Lebewesen zu einem wesentlichen Teil der hochentwickelten und trainierbaren Fähigkeit zu «planendem Handeln». Er kann verschiedene Varianten einer beabsichtigten Aktion zunächst in der Phantasie probeweise ablaufen lassen und kritisch miteinander vergleichen. Daraus ergibt sich die Möglichkeit, vorübergehende Nachteile in Kauf zu nehmen um eines grösseren späteren Vorteiles willen, wie es der Schachspieler beim Figurenopfer tut.

Dem entspricht die Haltung des Leistungssportlers, der die bei hoher physischer Belastung auftretenden Unlusterlebnisse erträgt um der später folgenden Selbstbestätigung willen und wegen der noch später zu erwartenden Trainingswirkung, der Erhöhung der Leistungsfähigkeit. Ich behaupte, wer den Willen und die Fähigkeit nicht besitzt, sich um der Entwicklung seiner körperlichen, intellektuellen oder (un)künstlerischen Leistungen willen zu schinden und zu quälen, ist — um es mit Goethes Worten zu sagen — nur ein trüber Gast auf der dunklen Erde. Wer aber anderen diese Bereitschaft auszureden versucht, ist ein Brunnenvergifter.

Die geschilderte Motivationsstruktur und Verhaltensweise ist notwendige Voraussetzung hoher Leistung auf allen Gebieten, nicht nur im Sport. Ohne hohe Leistungen ihrer Mitglieder kann die menschliche Gesellschaft nicht überleben, nicht ihre immer schwieriger werdenden Probleme lösen.

Die voreilige und oft hämische Kritik der jungen und schon etwas angealterten Linken (Grass) am Leistungssport beruht offensichtlich zum Teil auf einer Ueberinterpretation der Forderung nach Gleichheit, die nur als Forderung nach Chancengleichheit ganz sicher berechtigt ist. Als Forderung nach Gleichheit des Ranges und der Entscheidungsbefugnis in der Gruppe ist sie sicher unsinnig und wirklichkeitsfremd, als Forderung nach Gleichheit des Anteils am Sozialprodukt problematisch. Auch sozialistische Gläubige diskutieren und praktizieren die Alternative: «Jedem nach seiner Leistung.»

Ich biete daher meinen Opponenten eine Reizwortkombination an, die sie analysieren mögen: Durch die kurzfristige Diskriminierung jeder Leistung kann unsere Demokratie zu einer Diktatur der Kümmerlinge entarten. Man sollte vielmehr versuchen, eine wirkliche Leistungsgesellschaft zu erreichen, in der Rang, Entscheidungsbefugnis und Anteil am Sozialprodukt sich stärker als bisher nach solchen Leistungen richten, die der Erhaltung der menschlichen Art und der Verbesserung der Glücksbilanz dienen.

«Die Welt», Hamburg