

Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 40 (1983)

Heft: 8

Vorwort: Sportpsychologie im Überblick

Autor: Schilling, Guido

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: 14.04.2026

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



Liebe Leser,
anfangs September findet das jährliche Magglinger Symposium statt, diesmal als Kongress der FEPSAC, was soviel heisst wie *Fédération Européenne de Psychologie des Sports et des Activités Corporelles* mit dem Hauptthema Sportpsychologie in Europa und einem wichtigen Unterthema: Leistung und Emotionen. Ursprünglich war eigentlich geplant, das Problem «Angst im Sport» in den Mittelpunkt zu stellen. Angst, ein brennendes Problem nicht nur im Sport! Es wird immer wieder gesagt, dass Angst heute die Welt regiere, die Lebensangst, die Angst auch vor der Vernichtung der Erde – sei es schnell oder langsam – im Endresultat dürfte das keine Rolle mehr spielen. Haben die Menschen heute mehr Angst als früher? Oder waren es früher einfach andere Ängste und ist ihre Summe gleich geblieben?

Man mag sagen, dass verglichen mit den Vernichtungs- und Existenzängsten unserer Zeit, die Ängste im Sport vergleichsweise ein unbedeutendes Problem seien. Die Leute treiben schliesslich freiwillig Sport, liefern sich aus freien Stücken Stress-Situationen aus. Und auch die Angst eines Schülers vor einem Pferdsprung, den er ausführen muss, sei nicht vergleichbar mit seinen möglichen Ängsten vor der Zukunft. Oder bestehen hier eventuell Zusammenhänge? Ist die «kleine» Angst im Sport etwas ganz anderes als die «grosse» Angst vor dem Leben und dem Zusammenleben? Fragen über Fragen! Sicher ist, dass beides echte Ängste von Menschen sind, über die es sich lohnt nachzudenken, über die Ängste wie über die Menschen.

Eine Gruppe von Verantwortlichen für den Kongress wollte dieses Thema nicht; es war ihnen zu negativ. Man hat es erweitert und alle Emotionen ins Gespräch gebracht. Wir haben uns in unserer Nummer trotzdem hauptsächlich auf dieses Thema der Angst konzentriert, weil man sich gerade als Leiter und Lehrer zu oft zu wenig Zeit nimmt, sich mit dem Innenleben des Schülers oder Wettkämpfers auseinanderzusetzen: Und die Angst sitzt meist tief, sehr tief innen.

Wir haben einige Beiträge zusammengestellt, die von verschiedenen Seiten das Thema angehen. Guido Schilling, amtierender Präsident der FEPSAC, gibt dabei auch eine Übersicht über die Sportpsychologie in der Schweiz im allgemeinen und Hugo Lörtcher rundet das Thema ab mit einer Reportage über die Stunden vor dem Start zum grossen Abenteuer des Bieler 100-km-Laufes, Stunden voller Ungewissheit, oft auch voll quälender Angst.

Angst im Sport – sicher ein interessantes Thema. Ich hoffe allerdings, wir können einmal ebensoviel schreiben über Freude im Sport.

Ihr

H. Althofer

Sportpsychologie im Überblick

Guido Schilling, ETS

Vom 4. bis 9. September 1983 hält die Europäische Vereinigung für Sportpsychologie (FEPSAC) in Magglingen ihren sechsten Kongress ab. Veranstaltungsleiter ist Guido Schilling. Er ist seit 1975 Präsident dieser wissenschaftlichen Vereinigung. Gastgeber ist die Eidgenössische Turn- und Sportschule. Über 100 Teilnehmer aus aller Welt werden erwartet. Als Kongressthema steht «Leistung und Emotionen» im Vordergrund. Es soll aber auch ein Überblick über die Sportpsychologie in Europa gegeben werden und methodologische und technologische Probleme der Sportpsychologie diskutiert werden.

Sportpsychologie in der Schweiz

Vor 70 Jahren veranstaltete Baron Pierre de Coubertin in der Schweiz die erste Tagung mit sportpsychologischem Inhalt. Der 1913 durchgeführte «Congrès international de psychologie et de physiologie sportives» scheint überhaupt die allererste Tagung zu sportpsychologischen Fragen gewesen zu sein.

Es dauerte 55 Jahre, bis 1968 im Vorfeld der Olympischen Spiele von Mexico, die

Schweizerische Gesellschaft für Sportmedizin eine Informationstagung in Zürich veranstaltete, wo sich die in den sechziger Jahren stark aufkommende Sportpsychologie vorstellen konnte. Sportärzte, Trainer und weitere Interessenten waren dazu eingeladen. Im Jahre 1969 kam es dann innerhalb der Schweizerischen Gesellschaft für Sportmedizin zur Gründung der Schweizerischen Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie (SASP). Die SASP ist eine Vereinigung von Ärzten, Psychiatern und Psycho-



Schrecksekunde für Peter Müller im Riesenslalom von Madonna di Campiglio 1982, wo er den linken Ski verliert und den Lauf auf einem Ski zu Ende fährt.

(Keystone)



Heisses Derby zwischen AS Roma und Lazio: Polizeischutz für einen Lazio-Spieler.

(Keystone)

logen, die im Sinne der interdisziplinären Zusammenarbeit die Erforschung sportpsychologischer Fragen und die Verbreitung sportpsychologischer Kenntnisse zum Ziele hat.

Zu Beginn der siebziger Jahre ging recht viel; so wurden Seminare für Fussball-, Eishockey- und Handballtrainer zu Fragen der Mannschaftsbetreuung organisiert. Im Herbst 1972 fand in der Schweiz ein internationales Symposium mit dem Thema «Sportpsychologie – wofür?» statt. Es nahmen daran über 80 Teilnehmer aus ganz Europa teil.

Ende der siebziger Jahre erfuhr die Sportpsychologie in der Schweiz durch einige bemerkenswerte Lizentiatsarbeiten erneuten Aufschwung. Einige Verbände, zum Beispiel auch der Schweizerische Skiverband, realisierten gemeinsam mit Psychologen Ausbildungs- und Betreuungsprojekte. In den Trainerlehrgängen des NKES (Nationales Komitee für Elite-Sport) bekam die Sportpsychologie einen festen Platz. Im Jahre 1980 wurden die Situation der Sportpsychologie und die Bedürfnisse nach Sportpsychologie in der Schweiz im Rahmen einer Diplomarbeit am Seminar für Angewandte Psychologie in Zürich untersucht. Dieser Bericht zeigt die grossen Bedürfnisse der schweizerischen Sportverbände im Bereiche von Ausbildung und Betreuung. Im Gebiete der sportpsychologischen Forschung besteht gar ein Vakuum. Versuche mit Psychologen im Schweizer

Sport wurden zwar immer wieder angestellt, es gibt auch bescheidene Lehrverpflichtungen für Psychologen, zum Beispiel an den Turnlehrerinstitutionen der Hochschulen, aber eigentliche Stellen bei den Verbänden oder gar Lehrstühle für Sportpsychologie gibt es in der Schweiz noch immer keine. Warum war das bisher nicht möglich? Ist es die Theoriefeindlichkeit des Sportes? Oder gibt es keine geeigneten Psychologen?

Was geht zur Zeit?

Wie der Jahresbericht der SASP für das Jahr 1982 zeigt, wird da und dort im Sport psychologische Arbeit geleistet: wie schon seit einigen Jahren lag ein Hauptgewicht der Ausbildungstätigkeit bei den *Trainerlehrgängen*. Beat Schori, lic. phil., hat neu die Fachleitung Psychologie in der Trainerausbildung übernommen.

Für eine *Trainerweiterbildungstagung* in Wildhaus wurde Lars-Eric Unestahl (Schweden) eingeladen. Er stellte 60 Schweizer Trainern sein psychologisches Trainingsprogramm vor.

Eine *Gruppe* von Trainern, die mit dem Unestahl-Programm arbeiten, trifft sich regelmässig unter der Leitung von Beat Schori zum *Erfahrungsaustausch*. Ruedi Moor und Guido Schilling führten in Schüpfheim einen Weiterbildungskurs für Turnlehrer über «*Interaktion im Sportunterricht*» durch.

In Zürich hat sich unter der Leitung von Martin Miller eine *Supervisionsgruppe* gebildet, um im sogenannten «Trainer-Training» Trainer-Probleme zu diskutieren. Dazu gibt es auch ein ETS-Videoband, das über Ziele und Methoden des Trainer-Trainings informiert.

In Müren wurden zwei *Kurse* zum Thema «Miteinander reden – aber wie?» für *Verbandsfunktionäre* unter der Leitung von Konstantin von Bidder angeboten.

Mit Ruedi Moor produzierte die ETS ein Videoband über «*Leistungsschwäche im Sportunterricht*».

Für die Trainerausbildung wurde von der ETS ein Videoband über «*Coaching im Handball*» mit Urs Mühlethaler hergestellt. Dazu kamen *diverse Referate, Publikationen* und *Kurse* für schweizerische Sportverbände mit – unter anderen – Walter Baur, Konstantin von Bidder, Arturo Hotz, Jiri Koci, Guido Schilling und Beat Schori. Psychologen (Ruedi Moor, Hans Jürgen Scherrmann und Guido Schilling) waren auch beteiligt an der Erarbeitung des Konzeptes der Aktion «*Fairplay*» des Schweizerischen Landesverbandes für Sport.

Sportpsychologie international

Mit dem Aufschwung des internationalen Sportes in den fünfziger und sechziger Jahren begann auch der Aufschwung der internationalen Sportpsychologie. Anlässlich des ersten Weltkongresses für Sportpsychologie in Jahre 1965 in Rom wurde die ISSP (International Society of Sports Psychology) gegründet. Bald darauf kam es auch zur Gründung nationaler und kontinentaler Vereinigungen von am Sport interessierten Psychologen. Die ISSP umfasst



Jubelnder Jimmy Connors.

(Keystone)



Untröstliche Corrie Bakker (NL) nach der Staf-felniederlage in Mexico-City. (Keystone)

heute einige hundert Einzelmitglieder in allen Erdteilen. Die FEPSAC (Fédération Européenne de Psychologie des Sports et des Activités Corporelles) wurde 1969 in Vittel (Frankreich) gegründet. Sie umfasst heute 16 Mitgliederländer.

Im Hinblick auf den bevorstehenden Kongress in Magglingen hat Paul Kunath (DDR) anlässlich der letzten Vorstandssitzung der FEPSAC – sie fand im April dieses Jahres in Berlin (DDR) statt – ein Rundgespräch über die Entwicklung der Sportpsychologie in Europa durchgeführt. Die zusammenfassende Publikation dieses Gespräches liegt für den Kongress vor und soll dort diskutiert werden. Ebenso wird die Internationale Gesellschaft für Sportpsychologie innerhalb des Magglinger Kongresses eine Abendveranstaltung mit Beiträgen zur Lage der Sportpsychologie aus der Sicht der ISSP durchführen. Wir freuen uns auf diese Standortbestimmungen.

In bescheidenem Rahmen können sich auch Schweizer Psychologen an der internationalen Sportpsychologie beteiligen, wie der Jahresbericht der SASP für 1982 zeigt:

Guido Schilling leitete die Vorstandssitzungen der FEPSAC in Kiel und in London. Beat Schori nahm am Kongress «International Understanding» in Helsinki teil. Arturo Hotz und Ruedi Moor waren Referenten an der Tagung für zeitgemässe Leibeserziehung in Regensburg (BRD).

Leistung und Emotionen

Standortbestimmungen und Vergleiche sind die Grundlage für internationale Zusammenarbeit. Schon immer aber bestand unter den Sportpsychologen auch der Wunsch nach gemeinsamen Forschungsthemen oder gar internationalen Forschungsprojekten.

So regte die FEPSAC im Hinblick auf den Kongress 1975 in Edinburgh eine vergleichende Studie zur Persönlichkeit von Spitzenathleten an. Persönlichkeitsprofile verschiedener Altersgruppen, Sportarten und Leistungsstufen sollten international miteinander verglichen werden. Aus verschie-

denen Gründen – vor allem testmethodischen – fand das Projekt wenig Anklang. Waren vielleicht auch Rivalitäten im Spiel? Oder waren die Sprachprobleme der Hauptgrund für die doch eher bescheidenen Ergebnisse?

Umso erfreulicher ist, dass ein neues von der FEPSAC initiiertes Projekt über «Angst und Stress im Sport» auf grosses Echo stiess. «Emotionen und Leistung» heisst denn auch ein Hauptthema des bevorstehenden Kongresses.

Erwin Apitzsch (Schweden) hat im Auftrag des FEPSAC-Vorstandes Einzelarbeiten, Forschungsprojekte und entsprechende Untersuchungsergebnisse zum Thema «Angst und Stress im Sport» gesammelt. Kollegen aus der BRD, der CSSR, Ungarn, Grossbritannien und der UdSSR haben ihm Übersichtsberichte zum Thema aus ihren Ländern versprochen. (Eine Zusammenstellung der Schweizer Arbeiten findet sich auf den Seiten 16/17 dieses Heftes.)

Ergebnisse und Berichte der Umfrage – ergänzt durch Aufsätze zur Definition von Angst und Stress – sollen für den Kongress in einem Sammelband herausgegeben werden.

Was sind Emotionen im Sport?

Was ist Angst? Was erlebt ein Langstreckenläufer? Warum riskieren die Extremsportler soviel? Ist Angst perlönlichkeitstypisch? Wie lassen sich Emotionen, Stress und Angst zum Beispiel im Vorstartzustand regulieren? Wie sind Stress und Leistung miteinander verknüpft? Wie wird Erfolg und Misserfolg empfunden? Das sind Fragen, die in Referaten und Arbeitsgruppen am Kongress zur Diskussion gestellt werden.

Diese starke Ausrichtung auf ein Hauptthema birgt die Gefahr der Einseitigkeit in sich. Einige Kollegen befürchten sogar, dass damit die Sportpsychologie «verzerrt» dargestellt und damit vielleicht eine einseitige Entwicklung eingeleitet werden könnte. Andererseits haben wir durch diese Konzentration Gewähr, nicht nur an der Oberfläche zu bleiben, sondern ein Thema vertieft bearbeiten zu können.

Sicher sorgen die Vorträge und Posters zur Lage der Sportpsychologie in Europa und zu methodologischen respektiv technologischen Problemen für einen Ausgleich. Das Schwergewicht ist das Thema «Leistung und Emotionen». Zu oft nämlich sieht man bei (Psychologie-)Kongressen vor lauter Bäumen den Wald nicht mehr! Es sollen aber nicht Dutzende von Referaten dazu verlesen werden, die als Folge der notwendigen Kürzungen in der Übersetzung vielleicht gar unverständlich bleiben. Erfahrungen und Ergebnisse zum Schwergewichtsthema sollen mit Posters und in Workshops eingehend diskutiert werden. Wir möchten auch Möglichkeiten schaffen, Spannung und Stress, aber auch Entspannung selber zu erleben. Es wird viel Gelegenheit geboten, Sport zu treiben, Leistungen zu vollbringen, Emotionen zu erleben. ■

Literatur

Apitzsch, E., Anxiety project of FEPSAC, in Vorbereitung.

Kunath, P., Sportpsychologie in Europa, in Vorbereitung.

von Bidder, K., Psychologische Beratung, im Sport – Themenzentrierte Interaktion als Beitrag, Diplomarbeit am Seminar für Angewandte Psychologie, Zürich 1980.

Blaser, P. et al., Personality Tests in Sport, in: International Journal of Sport Psychology, 1-1976.



«Züri-Metzgete»: Stress in Regen und Kälte.

(Comet)