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

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 40 (1983)

Heft: 8

Artikel: Angst und Stress auch im Behindertensport?

Autor: Neff, Franz

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-993592

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: 13.12.2025

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

Angst und Stress auch im Behindertensport?

Franz Neff

Die Dorfmusik bläst einen Tusch, die Medaillengewinner des Riesenslaloms lächeln für das Siegerbild. In Gedanken versunken sitzt neben mir der Viertplazierte. Nur um ein paar wenige Zehntelssekunden hat er die Bronzemedaille verpasst. Ich versuche ihn aufzumuntern. Er habe sicher morgen in der Abfahrt mehr Glück. Die Piste sei wie für ein Weltcuprennen präpariert, und schliesslich habe er sich auf diese Schweizer Meisterschaften vorbereitet wie nie zuvor.

«Ja klar, du hast schon recht, aber ich wollte eigentlich heute eine Medaille gewinnen und dafür in der Abfahrt etwas vorsichtiger fahren. Jetzt bleibt mir nichts anderes übrig, als voll anzugreifen. Ohne Medaille hat die ganze Meisterschaft keinen Sinn. Niemand spricht von dir. Du bist weg vom Fenster!»

«Beinahe überhängend», witzelten ein paar Fahrer nach der Besichtigung der Abfahrtsstrecke.

«Ich weiss einfach nicht, wieviel Risiko ich eingehen soll. Einerseits bin ich mir bewusst, dass eine Verletzung des gesunden Beines schlimme Folgen hätte, andererseits bringt vorsichtiges Fahren keine Medaille.»

Ein Beinbruch würde ihn für viele Wochen ans Bett fesseln, und wenn er einen Gipsverband tragen müsste, könnte er das behinderte Bein auch mit Krücken nicht belasten. Es steht viel auf dem Spiel, denn er hat eine gute Stelle, Familie, Kinder, Eigenheim und Auto. Eine längerdauernde Absenz im Geschäft kann er sich nicht leisten.

Franz Neff ist auf dem Sekretariat des Schweizerischen Verbandes für Behindertensport tätig.

Abfahrtsgold für Diana Golden (USA).

Was würden Sie raten?

Wenn man selber ein begeisterter Sportler ist, macht man es sich nicht so einfach und sagt, dass einen ja niemand zwinge, ein Abfahrtsrennen zu bestreiten. Zudem sind die meisten behinderten Skirennfahrer in einem Alter, wo ihre nichtbehinderten Kollegen bereits zu Legenden geworden sind. Die Sorglosigkeit eines Zwanzigjährigen hat einer kritischeren Betrachtungsweise Platz gemacht, vielleicht auch einer Portion Angst. Die meisten sind also keine kopflosen Draufgänger. Trotzdem bietet aber gerade der Skirennsport einer grösseren Zahl von körper- und sehbehinderten Frauen und Männern die Möglichkeit, sich sportlich zu bestätigen, über die Piste zu flitzen, Geschwindigkeit zu erleben und vielleicht auch die Gelegenheit, trotz eines Gebrechens eine auch für nichtbehinderte Sportler überdurchschnittliche Leistung zu erbringen.

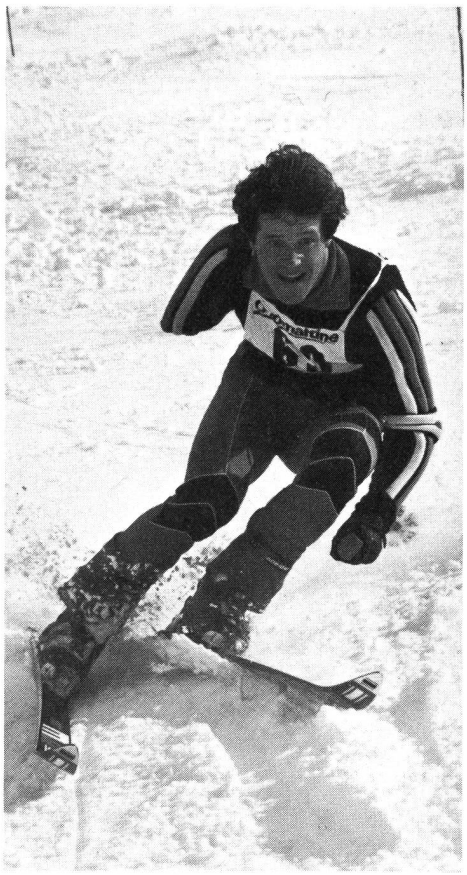
Die Gefühle sind nicht behindert

Weshalb sollten denn die körperbehinderten Sportler anders empfinden? Stress beruht in vielen Fällen auf einer Fehleinschätzung sowohl der Anforderungen als auch der eigenen Leistungsfähigkeit. Entweder unterschätzt man eine Aufgabe bei gleichzeitiger Überschätzung der eigenen Möglichkeiten, oder man überschätzt eine geforderte Leistung und traut sich zuwenig zu.

In beiden Fällen fühlt man sich überfordert und gestresst. Man wird nicht gestresst, man stresst sich selber.

Auch Behindertensportler sind ehrgeizig

Auch sie muten ihrem Körper Leistungen zu, die er nicht verträgt. Es geht nicht immer allein darum, die eigene Leistungsgrenze zu erfahren und die Belastbarkeit des Organismus auszudehnen. Irgendeine Kraft treibt uns dazu, auch einen unvorbereiteten oder gar untrainierten Körper auf höchste Tourenzahlen zu peitschen.

Was gilt es zu beweisen?

Hier haken nun natürlich die Gegner des Wettkampf- und Leistungssportes für Behinderte ein. Den angefressenen und konsequent trainierenden Sportlern wird vorgeworfen, sie wollten mit Rekorden und Auszeichnungen ihre Behinderung verdrängen und um jeden Preis beweisen, dass auch ein Behinderter zu einer bewundernswürdigen Leistung fähig ist. Wettkämpfer seien Egoisten, heisst es. An Wettkampfveranstaltungen der Behindertensportler stehe nur noch die Leistung im Vordergrund, ein jeder wolle beweisen, dass er der Beste sei. Das mag zutreffen, aber man fragt den Peter Müller ja auch nicht, weshalb er Kopf und Kragen riskiert. Unser Skirennfahrer versuchte alle Ängste zu vergessen. Er gewann die anvisierte Bronzemedaille und verschob den Entscheid über sein persönliches Mass an Risikobereitschaft auf den nächsten Winter. Doch im Januar 1984 finden in Innsbruck die Weltwinterspiele für Behinderte statt... ■