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

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 46 (1989)

Heft: 6

Artikel: Der mündige Athlet : ein Leitbild

Autor: Lenk, Hans

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-992825

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: 06.08.2025

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

Der mündige Athlet: ein Leitbild

Hans Lenk

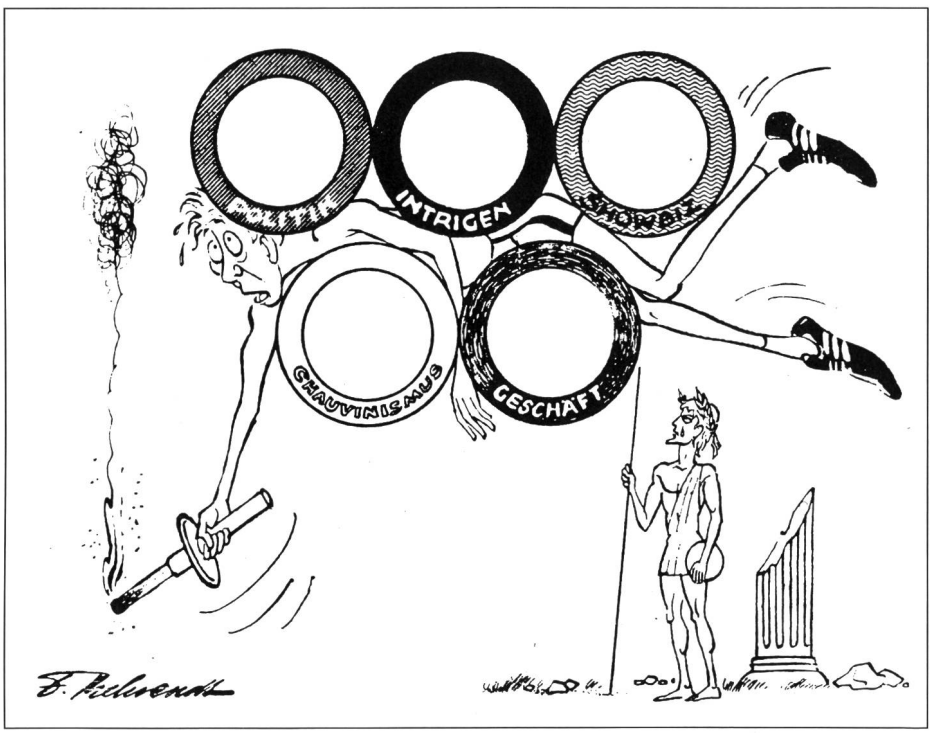
Der Athlet ist keine Muskelmaschine

Soll die sportliche Leistung letztlich im Sinne des Athleten, im Sinne eines sozialpädagogischen Programms und im Sinne einer nicht manipulierten, sondern «natürlichen» Persönlichkeitsentwicklung verstanden werden, so muss der Athlet auch als Mensch beurteilt und behandelt, so darf er nicht als «Muskelmaschine» missbraucht oder manipuliert werden. Daher entwickelte ich schon vor über zwei Jahrzehnten als individuelle Konkretisierung und Ergänzung des «demokratischen Trainings» ein Programm und ein Leitbild vom «mündigen Athleten», das sich aus der erzieherischen Grundlegung der sportlichen Leistung herleitet. Eigenmotivierte Einsatzbereitschaft, Begeisterung und volles Engagement sind nur möglich, wenn der Athlet nicht zur Leistung und zum Training gezwungen wird. Man kann ihn in Wirklichkeit auch gar nicht zu Höchstleistungen, zur Überbietung des anscheinend kaum Menschenmöglichen zwingen. Spitzenleistungen, hohe Leistungen jeglicher Art sind nur mit vollem Einsatz der ganzen Persönlichkeit und aller ihrer Willensenergien zu erreichen. Spitzenleistungen sind nicht durch Befehl zu erzwingen. «Leisten können, ohne leisten zu müssen» *(Klafki)*, leisten dürfen, können und mögen, ohne dazu gedrängt, gezwungen oder manipuliert zu sein, Leistungsbereitschaft und -einsatz ohne Leistungszwang, Leistungsengagement ohne Leistungsmanipulation – diese Ziele allein können die Humanität des Sports verbürgen. Sie müssen Ziele eines menschenwürdigen Sports in einer freien Gesellschaft bleiben. Daher lebt im Sport eine Leitidee, lebt der Sport von dem Leitbild des «mündigen Athleten».

Volles Engagement, bewusste Einsatzbereitschaft, Selbstdisziplinierung, Ausrichtung auf ein grosses Ziel erfordern Anpassungsfähigkeit, idealerweise Intelligenz und Kritikfähigkeit beim Athleten. Die pluralistische Gesellschaft, in der sich Persönlichkeiten im Schnittpunkt vieler untereinander konkurrierender Ideale spiegeln und entwickeln, lebt – wie erwähnt – von der konstruktiven Kritik. Man muss sich immer wieder aktiv und flexibel entscheiden, so tut sich Manipulation schwer.

Perspektivenvielfalt und Kritikfähigkeit spielen Hand in Hand. Dem Sportler kann und sollte diese Orientierungsvielfalt unserer Gesellschaft nicht vorenthalten werden.

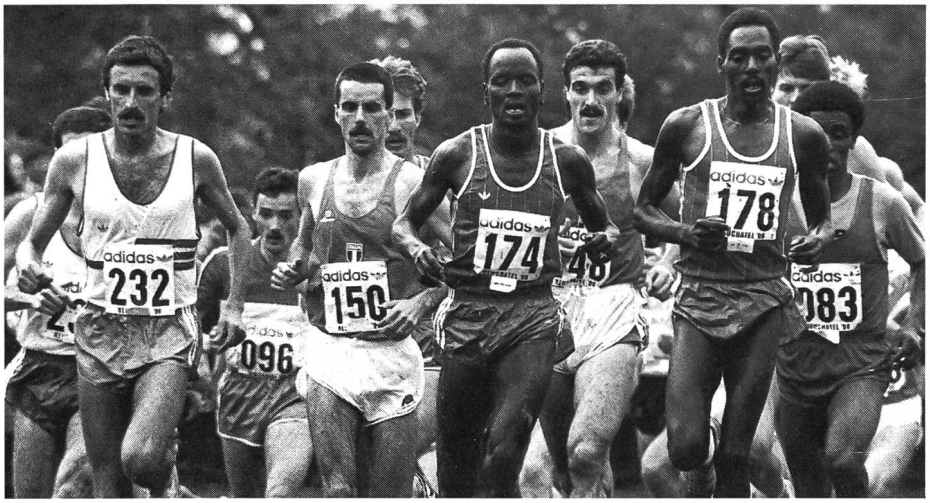
Der Athlet sollte und muss die letzten Entscheidungen über sein Handeln und seine Einsatzbereitschaft, über das Mass seines Engagements selbst treffen. Deshalb sollte er entscheidungsmündig, ein «mündiger Athlet» sein, der eigenmotiviert, eigenengagiert und eigenständig entscheidet, handelt. Keine gegängelte Leistungsmaschine zur Medaillenproduktion, kein manipuliertes Leistungsmonster, sondern ein mündiger Mensch, der selbst über seinen Einsatz, sein Engagement, sein Handeln entscheidet und dies auch verantwortet, der bewusst Zielsetzung, Einsatz und Konsequenzen seiner Tätigkeit durchdenkt, rechtfertigt und beurteilt. Dies kann nur ein Idealbild sein, eine Leitidee, der man sich allmählich annähern kann, ohne sie je ganz zu erreichen. Doch Leitbilder sind zur Begründung und Ausrichtung von Programmen unerlässlich.



Zeichnung aus der «Frankfurter Allgemeine Zeitung».

Erziehung zur kritischen Nachdenklichkeit

Wenn Leitbilder nie vollständig verwirklicht werden können, kann man sich im Sport überall und überhaupt an ihnen orientieren – etwa an diesem Ideal des «mündigen Athleten»? In manchen Sportarten, zum Beispiel dem Turnen, dem Eislauf und dem Schwimmen, kommen doch die Kinder schon so früh ins Leistungstraining, dass sie selber nicht die Folgen und einschneidenden Veränderungen, die ein Leistungstrai-



ning in ihrem Leben zeitigt, voll bewusst, überlegt und verantwortlich übersehen und durchdenken können. Notwendigerweise ist das Trainingspensum so hoch, dass die Gefahr des Konflikts mit aussersportlichen Interessen und Verpflichtungen – etwa mit Schulleistungen – entsteht. Kann man hier, ohne zynisch zu werden, das Ideal vom «mündigen Athleten» predigen, wenn ohnehin noch keinerlei Überblick von den jugendlichen Athleten, die oft noch Kinder sind, erwartet werden kann? In der Tat hat hier der Trainer eine hohe erzieherische Verantwortung. Er muss ihnen zunächst Programme vorgeben, sie anleiten und führen; er kann sie noch nicht das Training mitgestalten und mitbestimmen lassen. Dennoch sollte auch dieser Trainer als Leitlinie seines Verhaltens bei den jungen, ihm anvertrauten Menschen eine Erziehung zur kritischen Nachdenklichkeit, zur eigenen Bewertung der sportlichen Handlungen und des Trainings, zur Urteilsfähigkeit anstreben. Er sollte in seinen Schützlingen die junge Persönlichkeit sehen, nicht das blosse Material für seine eigenen Erfolgs- und Manipulationswünsche. Zweifellos ist ein bezahlter Angestellter, ein im gewissen Sinne vom Erfolg abhängiger Trainer hier in tiefen Konflikten, die nur dadurch gelöst werden können, dass die Öffentlichkeit, besonders aber die Sportverbände, auf diese Probleme aufmerksam werden und die Trainer und Ausbildner nicht zu sehr unter Erfolgszwang setzen.

Auf Dauer kann aber, wie erwähnt, der Trainer die heranwachsenden Sportler, die ihre Tätigkeit bewusster und kritischer sehen, nicht zu einer nicht von ihnen selbst gewollten Leistung zwingen. Das Trainings- und Leistungsniveau ist in den meisten Sportarten heute so hoch angesetzt, dass kein Athlet langfristig erfolgreich ist, wenn er nicht seinen Sport mit vollem inneren Engagement, aufgrund eigenen Entschlusses und einer inneren Identifikation mit diesem treibt. Die Einwirkung einer leistungsförderlichen Gruppenatmosphäre insbesondere auf sehr junge Athleten, also die Atmosphäre in manchen Leistungszentren, ist oft von entscheidender Bedeutung für Einstellung und Engagement. In repräsentativen psychologischen Untersuchungen deutscher Spitzenschwimmer durch *Gabler* stellt sich heraus, dass diese keineswegs neurotisch abnorme und labile Persönlichkeiten sind. In der Gruppenatmosphäre wird ein hohes Trainingspensum nicht einmal als besondere Belastung empfunden. Der Trainer muss bei der Gestaltung der Gruppenatmosphäre über das Wechselspiel der Anforderungen, Belobigungen und Einstellungsbeeinflussung bei jugendlichen Sportlern informiert sein und seine pädagogische Verantwortung bewusst wahrnehmen. Er kann die Gruppenatmosphäre weitgehend mitbestimmen, ohne sie vollständig manipulieren zu dürfen. Von verantwortlicher Erziehung zu einer negativ bewerteten «Manipulation» ist es oft nur ein Schritt, der vielfach schon von einer Umdeutung veranlasst werden kann. Dennoch macht es einen erheblichen Unterschied aus, ob das Leitbild vom «mündigen Athleten» als Fernorientierung, als für später angestrebtes Ziel die Handlungen des Trainers beeinflusst oder nicht. Die schrittweise Erziehung zur Ausbildung der eigenen Kritikfähigkeit, die Behandlung von Athleten als mündige oder als erst dazu heranreifende, als jetzt allenfalls potentiell mündige, hält den Trainer schon davon ab, junge Menschen lediglich als «Material» eigener Erfolgswünsche zu missbrauchen. Der Trainer ist dann auch in der Lage, auf Einstellungswandlungen und Wertänderungen einzugehen, unter Umständen einem jungen begabten Sportler in Gefährdungssituationen einen anderen Weg der Selbstentwicklung zu empfehlen.

Kritische Partnerschaft und konstruktive Kritik

Ein Trainer wie der unvergessene Rudertrainer, «Ruderprofessor» und Erzieher Karl *Adam,* besass diese weit über eine Scheuklappenmentalität hinausreichende kritische Fähigkeit selbst in hohem Masse und vermochte sie bei Schülern und Trainingsleuten durch Beispiel, Anregung und schrittweise problemnahe Hinführung immer wieder zu wecken. *Adam* behandelte seine Athleten als mündige Partner – selbst die noch relativ jungen – die jüngsten als zur Mündigkeit Heranwachsenden: Er wollte sie durch die Selbstständigkeitserfahrungen im Sport zur intellektuellen Autonomie allgemein führen. Er förderte ihre Kritikfähigkeit, indem er sie ständig zu begründeten Stellungnahmen auch gegenüber seinen eigenen Vorschlägen herausforderte. Die Diskussion folgte sozusagen wissenschaftlichen Regeln. Die Trainingsplanung wurde experimentell kontrolliert und gemeinsam ausgewertet. Jede einzelne Frage des Trainings, der Rennstrategie, der wechselseitigen Abstimmung von Berufsausbildung, Trainingsbelastung und anderen Lebensinteressen sollte dieser Diskussion unterworfen werden. Er war jederzeit für Kritik an seiner Trainingsleistung und -methodik aufgeschlossen, forderte und favorisierte aber natürlich *konstruktive* Kritik, Alternativvorschläge darüber, was und wie man etwas besser machen könne. Dieses Verfahren erwies sich als ideale Motivationshilfe für Studentensportler, aber auch schon für reifere Schüler. Es bedarf natürlich der Abänderung und Anpassung für jüngere und nicht so stark intellektuell ausgerichtete Sportler. Kritische Partnerschaft und konstruktive Kritik haben sich jedenfalls in der Zeit der Entstehung dieser Ratzeburger Trainingsmethode als sehr fruchtbar erwiesen – sowohl für die optimale Entwicklung der Trainingsmethoden als auch für die persönliche Entwicklung der Beteiligten. Das Ideal der Mündigkeit ist kreativ, gehört zur Kunst der Selbstbestimmung.

Die Erziehung zur Kritikfähigkeit erfordert natürlich auch Gelegenheiten zum Kritisieren, Übungssituationen des Nachdenkens und Urteilens, Möglichkeiten, eigene Bedürfnisse und Interessen zu artikulieren und zu vertreten. Das Modell des mündigen Athleten kann also nur verwirklicht werden, wenn es sich in einen Stil der Trainingsleitung eingliedert, welcher Kritikgelegenheiten sowie Artikulations- und Einflussmöglichkeiten eröffnet, also in einem Stil der «demokratischen» Trainingsleitung. «Demokratisches Training» und Mündigkeit der Athleten bedingen einander. ■