

**Zeitschrift:** Mobile : die Fachzeitschrift für Sport  
**Herausgeber:** Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule  
**Band:** 2 (2000)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Motivation schafft Sinn und Qualität!  
**Autor:** Hotz, Arturo  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-992157>

### **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:** 15.03.2026

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

Das Schwerpunktthema auf den Kontra-Punkt gebracht

# Motivation schafft Sinn und Qualität!

Keine Bewegung ohne Beweggrund. Stimmt. Doch woran und wie erkenne ich diesen Grund? Auf der steten Suche nach Gründen oder Ursachen, laufen wir da nicht Gefahr, in ein kausales Denken zu verfallen? Also müsste doch die Begründung nicht auf einen eindimensionalen Grund, sondern auf komplexe Zusammenhänge zielen. Genauso: Keine Bewegung ohne Zusammenhang mit ihrem gesamten Umfeld!

Arturo Hotz

**M**enschliches Verhalten ist meist komplex, und für Aussenstehende ist es ziemlich kompliziert, das Wesentliche erkennen zu können. Warum übt ein Mensch ausgerechnet diesen oder jenen Sport aus und visiert bei seinem Sporttreiben dieses oder jenes Ziel an? Fast immer kommen mehrere Auslösungsmomente zusammen, die dann in ihrem ganzheitlichen Gefüge für eine bestimmte Handlung und das Verhalten verantwortlich sind. Welche? Anstatt nach Gründen sollten wir also vermehrt nach Zusammenhängen suchen, denn bei wirklichen Er-Klärungen und Auf-Klärungen reichen Be-Gründungen nicht aus. Was heisst das?

## Von kognitiven Beweggründen und emotionalen Triebfedern

Zusammenhänge herstellen heisst Beziehungen schaffen. Beziehungen entstehen dadurch, dass das eine mit etwas anderem in einen sinnstiftenden Zusammenhang gestellt wird, was wir Relativieren nennen. Wir erkennen: Eine bestimmte Beziehung, eine Relation schafft ein Verhältnis und das «In-Beziehung-Setzen» schafft Qualität.

In der Geschichte der Motivation unterschied Wilhelm Wundt (1832–1920) zwischen kognitiven Beweggründen und emotionalen Triebfedern. Triebe mögen zwar etwas bewirken, doch sie motivieren nicht. Dann, gegen Mitte des 20. Jahrhunderts, wurde im Rahmen der Willenspsychologie die Motivation als «Wirkungsgefüge vieler Faktoren eines gegebenen Person-Umwelt-Bezuges, die das Erleben und Verhalten auf Ziele richten und steuern» verstanden. Der Durchbruch zu einem ganzheitlicheren Verständnis kam erst durch die Auseinandersetzung zwischen mechanistischen (Reiz-Reaktion-Denken) und kognitivistischen Positionen (Erwartungs-zu-Wert-Relationen) zustande. Welche für eine energetisierende Motivation aber für wen

entscheidend ist, findet *zwischen* Reiz und Reaktion statt: Der Mensch ist nicht Opfer, sondern «Täter». Also verknüpft er in vielfacher Weise einerseits den Anreizwert und andererseits die Wahrscheinlichkeit, dass durch sein Verhalten das geschieht, was er sich dabei erhofft.

## Dank Integration zur Quelle der Energie!

Je länger wir über das faszinierende Phänomen der Motivation reflektieren, desto deutlicher wird, dass es die Persönlichkeit ist, die in der jeweils aktuellen Situation Sinn stiftet, und davon abgeleitet, ihrem Verhalten und ihren Handlungen Absicht, Richtung und auch Intensität verleiht. Die Integration in den Gesamtzusammenhang wird als Energiequelle des eigenen Tuns erkannt und entsprechend genutzt. Also ist es Ausdruck der Reife, sich in jeder Situation selbst motivieren zu können, das heisst, seinem Tun im zwischenmenschlichen Bereich und auch im übrigen Umfeld der Mitwelt jenen Sinn zu geben, dass es sich zu leben lohnt oder eben auch Sinn macht. Und dazu bieten sich im Sport nicht nur für jüngere Menschen reiche Gelegenheiten, die es zu erkennen und für ein sinn(en)erfülltes Leben zu nutzen gilt! Dazu anleiten ist unser pädagogischer Auftrag, nicht aber zu motivieren!

«Nicht das Körperliche bestimmt den Sinn im Sport, sondern die Bereitschaft, sich für bereichernde Zusammenhänge zu öffnen.»

Keine Bewegung ohne Beweggrund.

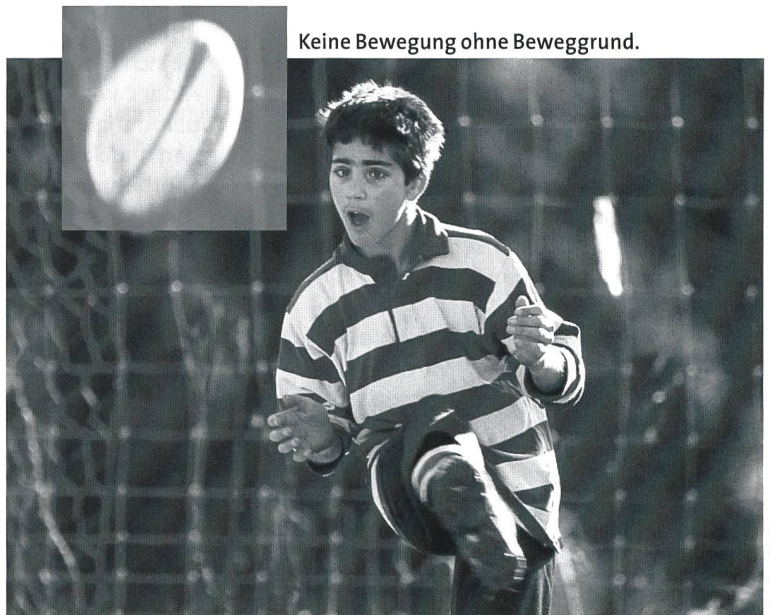


Foto: Daniel Käsermann