

Dietrich Kurz:

Die Gegenwart leben, die Zukunft nicht opfern!

Prinzipien für einen pädagogisch verantwortungsvollen Leistungssport

Mit meinem Vortrag spreche ich Sie nicht in engerem Sinn als Trainer an, d.h. als Menschen, die für die sportliche Leistungsentwicklung ihrer Athleten zuständig sind, oder als Funktionäre, die für die Leistungsfähigkeit dieses Systems verantwortlich sind. Als Sportpädagoge nehme ich einen anderen Standpunkt ein. Ich gehe davon aus, daß jeder Trainer, ob er will oder nicht, auch für die langfristige Persönlichkeitsentwicklung der ihm anvertrauten Athleten und ebenso für ihre Zukunft nach dem Ende ihrer sportlichen Karriere mitverantwortlich ist. Das gilt um so mehr, je jünger die Menschen sind, deren Training er gestaltet, und je umfangreicher die Gesamtzeit ihres Lebens ist, die sie dem Leistungssport widmen. Ich kann dasselbe auch auf den einfachen Nenner bringen: Jeder Trainer ist auch Pädagoge – auch wenn er das nicht wahrhaben möchte.

Für Funktionäre, die in diesem System Verantwortung übernommen haben, könnte das analog heißen: Sie haben daran interessiert zu sein, daß junge Menschen, die sich auf den Leistungssport einlassen, später – nach dem Ende ihrer sportlichen Laufbahn – sich gern an diese Zeit zurückerinnern und ein Teil der Lobby des Leistungssports in unserer Gesellschaft werden – möglichst auch als glaubwürdige Modelle dafür, daß ein solches Engagement für das ganze Leben ein Gewinn sein kann.

Ich habe meinen Vortrag unter das Motto gestellt: „Die Gegenwart leben, die Zukunft nicht opfern!“ – Es ist wohl zu erkennen, daß ich damit eine Gegenthese zu dem Motto der Podiumsdiskussion formuliere, das lautete: „Verlorene Kindheit – Gewinn für's Leben?“, und mit einem Fragezeichen endete – die Frage war empirisch gemeint. Meine Gegenthese endet mit einem Ausrufungszeichen, d.h., ich möchte Imperative (Prinzipien) formulieren und natürlich begründen.

Aber zunächst kann und sollte ich empirisch beginnen. Wie ist die Datenlage zur Frage, ob die Kindheit der Leistungssportler eine verlorene Kindheit ist? Ich will die Frage jetzt nicht in dem Sinn verstehen, ob das, was junge Leistungssportler tun, mit dem verbreiteten normativen Bild von Kindheit vereinbar ist. Auch das ist eine wichtige Frage. Für meinen Zusammenhang bietet es sich aber an, sie einfacher auszulegen: Wie fühlen sich junge Menschen selbst, die einen großen Teil ihres Lebens auf den Sport konzentrieren?

Ich bin in der glücklichen Lage, Ihnen dazu einige ganz frische Daten präsentieren zu können aus einer empirischen Untersuchung an einer repräsentativen Stichprobe von 3600 Kindern und Jugendlichen in Nordrhein-

Westfalen vom 3. bis zum 13. Schuljahr. Die Untersuchung habe ich gemeinsam mit Prof. Sack, Berlin, und einem Bielefelder Mitarbeiter-Team durchgeführt; das Kultusministerium Nordrhein-Westfalen hat sie finanziert, und wir stecken mitten in der Auswertung des offenbar sehr aussagekräftigen Materials. Ich kann Ihnen hier natürlich nur einige erste Eindrücke geben und verzichte dabei auch, soweit möglich, auf Zahlen.¹⁾

Von den befragten Kindern und Jugendlichen sind aktuell etwas mehr als 40 Prozent Mitglied eines Sportvereins. An den älteren Befragten können wir ablesen, daß 80 Prozent aller Heranwachsenden in Nordrhein-Westfalen im Laufe ihrer Kindheit und Jugend einmal für eine Zeit in einem Verein als Mitglied Sport treiben. Bis zu ihrem 18. Lebensjahr summiert sich das bei diesen 80 Prozent aller jungen Menschen auf durchschnittlich mehr als 8 Jahre. Das sind beeindruckende Zahlen; die Sportbegeisterung unserer Jugend ist offenbar noch ungebrochen.

In dieses Umfeld sind also die jungen Leistungssportler einzuordnen. Sie sind keine isolierte Gruppe von Außenseitern. Das wird noch deutlicher, wenn wir uns die Art des Vereinssports der jungen Leute genauer ansehen: Dazu konzentriere ich mich jetzt einmal auf die etwas Älteren, ab dem 7. Schuljahr, die wir differenzierter befragen konnten. Von 2420 Jugendlichen dieser Gruppe sind etwas mehr als ein Drittel im Verein (N = 936); und von ihnen betreibt der größte Teil im weitesten Sinn Wettkampfsport, d.h. hat im Jahr der Befragung auch an Wettkämpfen teilgenommen. Nur weniger als 10 Prozent der Mitglieder charakterisieren ihren Vereinssport als „lockeres Training ohne Wettkämpfe“. Mehr als ein Drittel jedoch gibt an, „mehr als zweimal pro Woche“ zu trainieren, fast 20 Prozent aller Vereinsmitglieder dieser Altersgruppe trainieren nach eigenen Angaben acht und mehr Stunden pro Woche.

Was sind das nun für junge Leute, die in einem Verein Sport treiben? Unsere Daten scheinen im wesentlichen auch für die jüngste Gegenwart zu bestätigen, was wir aus früheren Untersuchungen wissen und auch für heute hoffen konnten: Die aktiven Vereinssportler sind in der Regel keine Konsumenten, sie engagieren sich im Verein, übernehmen Sonderaufgaben und Ämter und erklären sich zu einem überraschend hohen Prozentsatz bereit, so etwas später auch einmal ehrenamtlich zu machen. Sie sind auch auf anderen Feldern ihres jungen Lebens überdurchschnittlich aktiv, sie sind gut integriert unter Gleichaltrigen – ihre Kontakte reichen allerdings zum Teil über ihre Trainingsgruppe nicht weit hinaus –, sie haben in der Regel auch ein gutes Verhältnis zu ihren Eltern, sie zeigen weniger Symptome von Streß, Depressivität,

nennen uns weniger psychosomatische Beschwerden und fühlen sich insgesamt durchschnittlich gesünder als die Gleichaltrigen, die nicht im Verein Sport treiben. Auf einem Index „Selbstakzeptanz“, in dem wir mehrere Aussagen dazu zusammengerechnet haben, wie zufrieden sie mit sich und der Welt sind, schneiden sie überdurchschnittlich gut ab.

Alles dies sind Indikatoren, die wir auch für die Frage heranziehen dürfen, ob sie ihre Kindheit und Jugend wohl als „verloren“ betrachten oder sich nicht im Gegenteil recht glücklich fühlen. Bemerkenswert ist dabei, daß alle diese Merkmale, die ich hier so knapp angeführt habe, bei denen noch ausgeprägter sind, die zumindest auf einem unteren Niveau Leistungssport betreiben.

Aber nun könnte es ja sein, daß dieses Bild so positiv scheint, weil hier die echten Leistungssportler in einer größeren Gruppe versteckt sind, so daß sie mit ihren möglicherweise ungünstigeren Werten den Schnitt nicht erheblich beeinflussen. Da ich diesen Verdacht auch hatte, habe ich mir eine kleinere Stichprobe herausgesucht und einige möglicherweise kritische Berechnungen für Sie noch einmal wiederholt.

Wie haben unsere Vereinssportler auch auf eine recht differenzierte Weise nach dem Niveau gefragt, auf dem ihre bisher größten sportlichen Erfolge lagen. Das ist bei der Verschiedenartigkeit der Wettkampfsysteme und -klassen in den einzelnen Sportarten nicht leicht auf eine vergleichbare Weise zu fassen. Ich habe nun die Wettkampfsportler herausgesucht, die ihren größten Erfolg oberhalb der Ebene Kreis/Bezirk angaben, also mindestens: „Gehörte zu den drei besten in Westfalen... o.ä.“, bis zu: „... war Deutscher Meister“. Das sind unter den von uns befragten Vereinsmitgliedern der Schuljahrgänge 7 bis 13 immerhin 16 Prozent oder N = 150. Bemerkenswert ist, daß auch unter denen, die den Verein schon verlassen hatten, immerhin 69 ihren größten Erfolg auf dieser Ebene hatten.

Wir haben nun die Wettkampfsportler in diesem engeren, härteren Sinn mit den Wettkampfsportlern auf niedrigerem Niveau verglichen und waren selbst sehr verwundert, daß sich die positive Tendenz insgesamt weiter fortzusetzen scheint. Die Integration in die Gleichaltrigenkultur scheint bei den harten Wettkampfsportlern noch besser (schon das hatten wir nicht erwartet), das gilt auch für die Anerkennung in der Schulklasse und für Freundschaften, die nicht mit der Trainingsgruppe zusammenhängen. In der gesundheitlichen Selbstbeurteilung haben wir keine Unterschiede erkennen können; die Selbstakzeptanz, also die Zufriedenheit mit sich und der Welt, ist noch etwas höher, erreicht bei den harten Wettkampfsportlern relativ noch

Eingegangen: 27.1.1994

¹⁾ vgl. Anmerkungen

häufiger Spitzenwerte. Lediglich bei depressiven Streßreaktionen liegen unsere harten Wettkampfsportler etwas höher, bleiben aber immer noch auf einem Niveau unter dem der anderen Jugendlichen, die nicht oder nicht mehr im Verein Sport treiben.

Zusammengefaßt und mit aller Vorsicht, die der Stand unserer Auswertung nahelegt, sind auch die Spitzenleister unter den jungen Wettkampfsportlern eine robuste, selbstzufriedene, vermutlich eher überdurchschnittlich glückliche Gruppe. Unter den vielen Erklärungen für diesen Befund will ich hier nur anführen, daß sie durch ihre Entscheidung für den Leistungssport in der Zeit, über die sie prinzipiell frei verfügen können, eine Mitte und eine Ordnung haben. Das macht sie weniger anfällig gegenüber den typischen Orientierungsproblemen der Jugend, unter denen – wie uns die Jugendforschung der letzten Jahre deutlich gezeigt hat – Jugendliche heute vielleicht mehr leiden als jemals zuvor.²⁾

Die Ergebnisse unserer Untersuchung deuten jedoch darauf hin, daß dieses positive Bild uneingeschränkt nur für die Zeit des sportlichen Engagements aufrechtzuerhalten ist. Unter vielen dieser pädagogisch kritischen Fragen, die ich eben im Geschwindsschritt durchgegangen bin, schneiden die ehemaligen Vereinsmitglieder nicht nur schlechter ab als die jetzigen, sondern auch schlechter als die, die nicht oder noch nicht im Verein sind. Die Auswertung dieser Daten hat einige Tücken, weil die Ehemaligen in unserer Stichprobe z.B. auch durchschnittlich älter sind als die anderen und wir erst noch mit altersgleichen Vergleichsgruppen rechnen müssen. Aber der Verdacht besteht doch und wäre auch erklärbar: Die Sicherheit, die das sportliche, insbesondere wettkampfsportliche Engagement jungen Menschen gibt, und damit auch ihre psychische Robustheit und geringe Anfälligkeit gegenüber psychosomatischen Beschwerden aller Art – diese Sicherheit gibt der Sport nur in der aktiven Zeit. Danach kann vieles anders aussehen.

Doch das ist nur der Anfang, was kommt danach?

Darum wird es in meinen folgenden Überlegungen also gehen. Die sportliche Karriere ist eine schöne, aber für die meisten auch recht kurze Spanne des Lebens. Der längste Teil des Lebens kommt danach hoffentlich noch. Was haben wir – vor allem: was haben Sie zu tun, damit die jungen Athleten mit den besten Chancen auch in ihre nach-athletische Lebenszeit gehen?

Dabei sollten wir uns eingestehen, daß die meisten von ihnen in ihrer aktiven Zeit nicht auf die großen Treppchen gekommen sind, von denen sie geträumt haben. Sport ist ein Nullsummenspiel. Wir sollten unter den Teilnehmern an diesem Spiel jetzt nicht in erster Linie an die denken, die noch für einige Zeit vom Glanz ihrer sportlichen Erfolge leben können, sondern vor allem auch an die, deren Lorbeer schnell verwelkt.

Meine Maxime lautet also: Sie als Verantwortliche für den Leistungssport junger Menschen sind auch mitverantwortlich für die Zeit nach dem Ende der Sportkarriere Ihrer Athleten. Tragen Sie dazu bei, daß schon die aktive Zeit so gestaltet wird, daß auch die Le-

benschancen für die Zeit danach optimiert werden!

Ich begründe diese Maxime nicht nur aus Ihrer pädagogischen Verantwortung, sondern auch aus zwei, wie ich denke, gut belegten Tatsachen:

1. Langfristig erfolgreich sind letztlich nur die Athleten, die selbst voll und ohne Gewissensbisse – d.h. auch: ohne Angst vor der Zukunft – hinter ihrem Sport stehen.
2. Eine Werbung für den Leistungssport in einer zunehmend kritischen Öffentlichkeit sind auf Dauer nur die Athleten, die im Sport und „im Leben“ überzeugen.

Bevor ich das nun weiter ausführe, gebe ich noch einen empirischen Befund aus unserer Untersuchung. Wir haben allen Vereissportlern, darunter auch unseren härteren Wettkampfsportlern, eine Liste mit erwachsenen Bezugspersonen vorgelegt und sie aufgefordert, sie nach ihrer Bedeutung für ihr Leben in eine Rangfolge zu bringen. Vorgegeben waren: Mutter, Vater, liebste Tante, liebster Onkel, Klassenlehrer, Sportlehrer, Pastor und Übungsleiter/Trainer. Der Trainer liegt ganz nahe bei den Mitgliedern der Familie und weit vor den drei anderen, die nicht zur Familie gehören. Sehr hoch war auch die Zustimmung zu Items, in denen wir danach gefragt haben, ob es mehr ist als Trainer, nämlich Vertrauensperson, die auch bei persönlichen Problemen um Rat gefragt wird. Der Trainer ist also, ob er will oder nicht, Vorbild, zumindest Modell.

Was sind nun die Aufmerksamkeitspunkte für den Trainer für die Gestaltung der leistungssportlichen Lebensperiode, die sich aus meiner Maxime ergeben? Ich werde Ihnen sechs Prinzipien nennen und kurz erläutern.³⁾

Ein erstes Prinzip brauche ich hoffentlich fast nur zu nennen. Es betrifft die **Gesundheit** Ihrer Athleten: Helfen Sie Ihren Athleten dabei, daß sie ihre sportliche Karriere nicht mit gesundheitlichen Dauerschäden beenden, die eine ernsthaftige Beeinträchtigung der Qualität des späteren Lebens sein können!

Dieses Prinzip will ich nicht weiter erläutern, obwohl ich nach den mir zugänglichen Daten nicht voll davon überzeugt sein kann, daß es in der Praxis ohne Abstriche respektiert wird. Wir müssen gar nicht an anabole Praktiken denken, die in Deutschland ja nun allmählich ihr Ende finden sollten. Athleten werden wohl immer noch verleitet, ihre Karriere auch dann noch fortzusetzen, wenn nur feinste ärztliche Kunst zeitweise vergessen läßt, daß sie schon dabei sind, ihre Substanz zu ruinieren. Bei der hohen Bewertung, die Gesundheit in unserer Gesellschaft erfährt, ist es keine Werbung für den Sport, wenn in der Öffentlichkeit der Eindruck entsteht, ehemalige Athleten hätten alle irgendwelche Dauerschäden.

Mein zweites, nun genuin pädagogisches Prinzip betrifft die **sozialen Beziehungen und Bindungen**, die Ihre Athleten pflegen. Dabei konzentriere ich mich auf die Beziehungen zu etwa Gleichaltrigen. Jugend ist eine Zeit der Orientierung, der Suche nach Sinn und dem eigenen Lebensplan. Diese Orientierung ist heute, so scheint es, besonders schwer ange-

sichts der Vielfältigkeit, normativen Unsicherheit, ja Widersprüchlichkeit unserer Welt. Junge Leistungssportler haben während ihres athletischen Engagements eine Orientierungsmittel in ihrem Sport. Aber sie müssen auch für die Zeit danach eine Ahnung davon haben, besser: wissen, was sie wollen.

Dafür ist es unabdingbar, daß sie enge, vertrauensvolle Beziehungen zu einigen etwa Gleichaltrigen haben und pflegen können, mit denen sie sich austauschen. Aus unseren Daten können wir sehen: In der Regel ist das bei ihnen so, sie sind sogar besser integriert als Nichtsportler. Aber wir können auch sehen, daß der Kreis der Vertrauten typischerweise wieder aus Sportlern, vielleicht sogar Leistungssportlern besteht. Das ist verständlich, aber nicht unbedenklich. Denn auch ihre Eltern, ihr Trainer und weitere ältere Bekannte sind dem Sport zugetan – ihr Trainer ist vielleicht sogar einer, der aus dem Sport seinen Lebensberuf gemacht hat. Es darf nicht sein – so lautet mein Prinzip – daß auch ihre Bekanntschaften mit Gleichaltrigen nur aus solchen mit Leistungssportlern bestehen. Sie müssen in ihrer Nähe auch Modelle dafür finden, daß man ohne ein besonderes Engagement im Sport ein erfülltes, glückliches Leben führen kann. Dieses Prinzip ist insbesondere dort von Bedeutung, wo wir junge Sportler internatsmäßig zusammenleben lassen, um die Doppelbelastung von Sport und Schule zu mindern. Es ist eine zweischneidige Sache: Wer nicht an lebenden Beispielen vor Augen hat, daß man auch ohne sportliche Erfolge ein anerkannter, glücklicher Mensch sein kann, wird sich an seine Sportkarriere klammern, auch wenn sie schon aussichtslos ist, und das Ende als Katastrophe deuten.

Mein drittes Prinzip betrifft **Schule, Ausbildung, Studium, Beruf**. Auch das kann ich recht knapp erläutern, weil ich hier eine kompromißlose Auffassung vertrete – wie bezüglich der Gesundheit. Das Prinzip könnte heißen: Das Engagement im Leistungssport darf nicht dazu führen, daß eine schlechtere Schulbildung, ein geringeres Ausbildungsniveau und damit schlechtere Berufschancen erreicht werden, als das ohne Leistungssport der Fall gewesen wäre. Wir dürfen uns einfach nicht darauf verlassen, daß die Erfolge im Sport lebenslang Kompensation für eine schlechtere Ausbildung sein werden oder daß unsere jungen Leistungssportler auf ihrer Grundlage schon eine berufliche Stellung im Sportsystem finden werden. Für die vielen, die im Sport trotz hohen Zeitaufwands nicht weit nach oben kommen, sind diese Hoffnungen ohnehin unberechtigt – aber auch für die anderen, unsere erfolgreichen Vorzeige-Athleten, halte ich es für verantwortungslos, sie darauf zu fixieren, auch später von ihrem Sport zu leben. Die hohe Leistungsmotivation, die Athleten auszeichnet, bietet gute Voraussetzungen dafür, daß sie es schaffen, auch neben ihrer Sportkarriere – vielleicht zeitlich etwas gestreckt – die Basis für eine berufliche Zukunft aufzubauen, die ihrem Talent entspricht.

Mein viertes Prinzip wird Sie vielleicht am meisten verwundern, deshalb muß ich es auch

etwas umständlicher formulieren und ausführlicher begründen. Es betrifft die Entwicklung von **Interessen und Fähigkeiten neben dem Sport**, und zwar solche, die auch nicht direkt einschlägig für eine spätere Berufstätigkeit sind. Umgangssprachlich nennen wir sie meistens „Freizeitinteressen“ oder – ein fürchterliches Wort in Interviews und Quizsendungen – „Hobbies“. Nennen wir sie einmal „Freizeitinteressen“, weil sie sich tatsächlich vorwiegend in der Zeit herausbilden, die frei von Verpflichtungen (besonders in Schule und Sport) ist. Und mein Prinzip lautet: Solche freie Zeit muß es auch in der Leistungssportepoche eines Lebens geben – nicht allzu knapp, und der junge Athlet muß lernen, mit solcher Zeit etwas subjektiv Sinnvolles anfangen zu können, das ihn auch dann noch erfüllen wird, wenn er einmal wesentlich mehr davon haben wird. Was die Schule in dieser Hinsicht bieten kann, reicht nicht aus. In der Freizeit bilden sich im Kindes- und Jugendalter Interessen und entwickeln sich Fähigkeiten, die für das ganze spätere Leben entscheidende Grundlage dafür sein können, daß man mit sich etwas anzufangen weiß und auch für andere Menschen ein interessanter Partner ist. Die Volksweisheit: „Was Häschen nicht lernt ...“, gilt nicht nur für das schulische Lernen, sondern auch für Freizeitinteressen. Sie gilt ja auch für das Freizeitfeld Sport, zu dem man spätestens als jugendlicher Zugang finden muß – sonst wird es einem als Erwachsener weitgehend verschlossen bleiben. Sie gilt aber in gleicher Weise für Gewohnheiten, Interessen und Fähigkeiten, die sich beziehen auf: Musik machen oder zumindest mit Verstand hören, Künstlerisches herstellen oder zumindest mit Geschmack beurteilen können; Basteln (vom Schiffsmodell bis zum Funkgerät) und Reparieren (Haushaltsmaschinen oder das Auto) – es gäbe sicher auch weiblichere Beispiele –; sich für fremde Kulturen interessieren, wenigstens eine Fremdsprache wirklich sprechen können, anspruchsvollere Literatur lesen (nicht nur Illustrierte und Comics), interessant und einfühlsam erzählen und schreiben (mindestens Briefe!) können usw.

Alle solche Freizeitinteressen, um die es mir hier geht, entwickeln sich – wenigstens in den Grundlagen – in der Kindheit oder Jugend oder nicht mehr. Wenn alles in dieser wichtigen Lebensperiode durch den Sport überdeckt, verdrängt, unmöglich gemacht wird, besteht die Gefahr, daß für den Erwachsenen, wenn seine große Sportzeit vorbei ist, das Leben langweilig und einseitig wird – und er auch für seine Mitmenschen langweilig und uninteressant wird.

Daher ist die Verengung der Freizeit auf den Sport, die wir auch aus früheren Untersuchungen für Leistungssportler belegen können und in Interviews mit Athleten leider immer wieder erfahren müssen, ein ernstes pädagogisches Problem, zu dem auch der Trainer gefordert ist. Er darf nicht zulassen, daß im Zeithaushalt seiner jüngeren Athleten kein Platz mehr bleibt für die Menge anderer anspruchsvoller Interessen neben dem Sport. Der Trainer sollte auch, wenn er – bei Lehrgängen, Wettkampfreisen, Trainingslagern oder in Trainingsinternaten – über Wett-

Prinzipien

1. Die sportliche Karriere darf nicht mit **gesundheitlichen Dauerfolgen** enden, die eine ernsthafte Beeinträchtigung der Qualität des späteren Lebens sein können!
2. **Soziale Beziehungen und Bindungen** zu Gleichaltrigen – mit denen sich Sportler austauschen können – sind zu pflegen!
3. Das Engagement im Leistungssport darf nicht dazu führen, daß **schlechtere Berufschancen** erreicht werden, als das ohne Leistungssport der Fall gewesen wäre!
4. **Interessen und Fähigkeiten neben dem Sport** – sogenannte **Freizeitinteressen** – sind zu entwickeln und zu fördern!
5. Mit der **Zeit für den Sport** ist sparsam umzugehen!
6. Dem Athleten sind **Hilfestellungen** zu leisten, seine **leistungssportliche Karriere** rechtzeitig zu beenden!

kampf und Training hinaus mit seinen Athleten zusammen ist, Anregungen dafür bieten und Vorbild dafür sein, was man mit seiner Freizeit Sinnvolles anfangen kann. Das kann er natürlich nur, wenn er auch selbst neben dem Sport noch andere Interessen hat.

Mein fünftes Prinzip muß nun natürlich heißen: Gehen Sie sparsam mit der **Zeit für den Sport** um!

Das Zeitbudget der jungen Athleten ist ein ernstes Problem. Aus mehreren Untersuchungen, vor allem von KAMINSKI und RUOFF⁴, wissen wir im Überblick, wie eng es ist und daß für manche schon im späten Kindesalter neben Schule, Sport, Essen, Schlafen und ein bißchen Regeneration nichts mehr bleibt. Viele in diesem System sind offenbar auch davon überzeugt, daß das gar nicht anders sein kann. Mit den Studierenden der Trainerakademie, vor denen ich gelegentlich mein Thema an ein oder zwei ganzen Seminartagen vertrete, habe ich immer folgendes Spiel gemacht: Schreiben Sie den Wochenzeitplan Ihrer Athleten zu zwei oder drei typischen Zeitpunkten im Jahr auf (Kategorien: Sport – brutto und netto – Schule, ...) und vertreten Sie in einem Rollenspiel gegenüber kritischen Nachfragen, ob sich nicht die Zeit für den Sport reduzieren ließe – ohne Beeinträchtigung der sportlichen Leistungsentwicklung. Es geht fast immer! Meistens zeigt sich aber auch, daß die Vorstellung, da sei gar keine Luft mehr drin, nur für die Pläne gilt, die man gern vorzeigt. Der tatsächliche Wochenplan ist gar nicht so voll, enthält viel Leerlauf, tote Zeit, Gammelei, Langeweile. Das kulminiert dann regelmäßig in Trainingslagern und auf Wettkampfreisen, wo erschreckend deutlich wird, wie wenig die Athleten (und viele ihrer Trainer) mit freier Zeit anzufangen wissen. So füllt man sie halt lieber – planmäßig – und macht sich vor, es gäbe sie nicht. Das schafft auch Prestige, denn die anerkannten Größen in anderen Berufen kokettieren auch damit, keine Zeit zu haben.

Mein sechstes Prinzip heißt einfach: Helfen Sie Ihren Athleten, die leistungssportliche Karriere rechtzeitig zu beenden!

Hierzu wäre viel zu sagen. Wir beschränken uns aber auf das fiktive Selbstgespräch eines Trainers, der sich – trotz vieler Zweifel und Selbstzweifel – von meinen Prinzipien leiten läßt und sich zudem am Leitbild des mündigen Athleten orientiert. Er hatte zunächst gemeint, die Welt bräche zusammen, wenn sein erfolgreicher Athlet, den er nun einige Jahre betreut hat, aufhört. Denn er weiß: Schneller noch als dieser Athlet gerät er, sein Trainer, in Vergessenheit, und er wird einige Zeit warten müssen, bis er wieder einmal so ein Talent trainieren kann. Schon deshalb ist es verständlich, daß er den Gedanken an das Ende der Karriere gern verdrängt und seinen Athleten so lange wie möglich halten will. Von den Konsequenzen für seine eigene berufliche Stellung und seine Gratifikationen, die er aufgrund der Leistungen seines Schützlings erhält, will ich gar nicht reden. Trotzdem gibt er sich irgendwann einen Ruck und sagt zu sich:

„Ich habe zwar viel für seine sportliche Laufbahn getan, und ich meine, sie könnte auch weiterhin noch eine Weile erfolgreich sein. Ich will ihm das sagen. Ich muß jedoch auch Verständnis dafür haben, wenn er jetzt anderes für wichtiger hält als den Sport – schließlich ist es sein Leben. Auf jeden Fall muß ich alles vermeiden, was bei ihm den Eindruck verstärken könnte, seine Zeit für den Sport sei eine vertane Zeit gewesen und die jetzige Entscheidung eigentlich ein Eingeständnis des Scheiterns. Wenn er bei seiner Entscheidung bleibt, will ich sie akzeptieren und ihm Mut für die Zukunft machen. Vor allem möchte ich, daß er an seine aktive Zeit und an mich gern zurückdenkt. Das möchte ich nicht nur in seinem persönlichen Interesse, sondern auch im Sinne des Leistungssports insgesamt: Denn der Sport kann nur gedeihen, wenn ihn seine Ehemaligen empfehlen und fördern.“

*

Anmerkungen

¹) Der Abschlußbericht der Untersuchung „Kindheit, Jugend und Sport“ wird im zweiten Halbjahr 1994 vorliegen. Die Daten wurden im Herbst 1992 erhoben.

²) Vgl. KURZ, D./BRINKHOFF, K.-P.: Sportliches Engagement und jugendliche Identität. In: BRETT-SCHNEIDER, W.-D. u.a. (Hrsg.): Sport im Alltag von Jugendlichen. Schorndorf 1989, 95-113.

BRINKHOFF, K.-P.: Zwischen Verein und Vereinzelung. Jugend und Sport im Individualisierungsprozeß. Schorndorf 1992.

³) Die hier kurz skizzierten Prinzipien habe ich ausführlicher begründet und in ihren Konsequenzen für die Praxis erläutert im Studienbrief Nr. 4 für die Trainerakademie Köln: KURZ, D.: Pädagogische Grundlagen des Trainings. Schorndorf 1988, besonders 59-122.

⁴) KAMINSKI, G. u.a.: Kinder und Jugendliche im Hochleistungssport. Schorndorf 1984.

RUOFF, B. A.: Psychologische Analysen zum Alltag jugendlicher Leistungssportler. München 1981.

*

Der Autor

Prof. Dr. Dietrich KURZ, Universität Bielefeld, Fakultät für Psychologie und Sportwissenschaft, Postfach 8640, 33615 Bielefeld