

# Psychologische Aspekte im Sport [Fortsetzung]

Autor(en): **Misangyi, O.**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen**

Band (Jahr): **10 (1953)**

Heft 8

PDF erstellt am: **12.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-991225>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

# Psychologische Aspekte im Sport

Dr. O. Misangyi, St. Gallen

V

## Eine andere Einteilung auf Grund der Beziehungen zwischen Körperbau und Bewegungsform

(Nach Coerper, Biologie der Person, Berlin-Wien 1927)

### TYP

Fragestellung	Muskulär	Zerebral (geistig)	Respiratorisch Leptosom (dünn)	Pyknisch
Allgem. Charakterisierung	kräftig harmonisch	bewegungs- reich	formsicher	Wechselmensch
Bewegungs- Charakteristik	kraftvoll, ruhend, sicher	kurz, schnell, bestimmt	ausholend, zügig, formvoll	rund, gelenkig, wendig
Extreme Variationen der Bewegungen	grob- schlachtig	hastig, unausgeglichen	zögernd, ungelenk	unberechenbar, clownartig
Haltung	ruhend	ausgleichbar	starr, steif	behaglich
Gang	mühe- los, natürlich	schnell, leicht	federnd, langer Schritt	hastend, kurz
Vornehmliche Bewegungs-Begabung	grobe Kraft	konsequent	Ausdauer	Geschick- lichkeit
Tempo der Bewe- gungen	durch- schnittlich	relativ schnell	relativ langsam	wechselnd
Rhythmus	monoton	schnell	regelmässig	mannigfach
Verhalten im Training und Wettkampf	bringen Klagen vor	unterdrücken, Klagen, über- steigern sich, Schlafstörung	pedantisch, einsiedlerisch	labile Stimmung, ungleiche Leistungen
Sportliche Sonderbegabung	Schwerathlet, Werfer, Mehrkämpfer	Sprint	Langstreckler, Springer	Stürmer, kein Turner

## Persönlichkeit — Individualität

### Persönlichkeit des Sportlehrers

Wenn wir mit unsern Freunden, Trainingspartnern, Trainingsleitern usw. längere Zeit verkehren, so ist uns nicht nur ihre körperliche Erscheinung bekannt; wir wissen auch, wie sie diese oder jene Frage beurteilen, wie sie über gewisse Probleme denken, was sie interessiert, was sie freut, ihnen gefällt und sie kränkt und ihnen missfällt. Wir können auch mit ziemlicher Sicherheit zum voraus sagen, wie sie in den verschiedenen Lagen reagieren, entscheiden und handeln.

Wir sind bereit, all das auf eine einheitliche Ursache zurückzuführen, und diese einheitliche Ursache — d. h. warum wir so oder so denken, urteilen, fühlen, handeln, uns entschliessen usw. — nennen wir Persönlichkeit.

Wir können also sagen:

**Die Persönlichkeit ist der Kern unseres Wesens, der in unserem Denken, Fühlen, Wollen, Handeln, Benehmen und Verhalten zum Ausdruck kommt.**

In der Persönlichkeit wirken

- a) die angeborenen Anlagen und
- b) die Umweltseinflüsse

zusammen. Solche Einflüsse vermitteln vor allem die Familie, dann: Erziehung, Selbsterziehung, Schule, Militär, Freunde, Trainingsleiter, Vereinsleiter, Liebe, Theater, Kino, Zeitungen, Bücher, Gesellschaft usw. Der Einfluss der angeborenen Anlagen überwiegt jedoch.

\* \* \*

Jede Persönlichkeit ist eigentlich nur in einem Exemplar vorhanden; es gibt nicht zwei vollkommen gleiche Persönlichkeiten. Immerhin bestehen zwischen den Angehörigen einer Familie, eines Stammes, eines Volkes, eines Kantons, einer Nation, einer Schule, eines Vereins, eines Berufes usw. gewisse Ähnlichkeiten.

Will man nicht die Aehnlichkeiten, sondern die Verschiedenheiten betonen und das Einzigartige einer Persönlichkeit hervorheben, so wählen wir dafür den Ausdruck

### Individualität.

Die Individualität ist die ausgesprochene Eigenart einer Person in Temperament, Benehmen, Auftreten, Bewegung, Charakter, Eigentümlichkeit, Sprache usw., die ihn von allen Menschen unterscheidet.

Die Individualität ist ein Ergebnis unserer westlichen Kultur und mit ihr verbunden. Goethe gibt diesem Gedanken wahrlich klassischen Ausdruck:

«Höchstes Glück der Erdenkinder —  
Sei nur die Persönlichkeit.»

Diese Worte sollte jeder Sportler sich ewig merken!

Individualität ist (unter andern) ein hohes Gut des Sportes. In dieser Individualität liegt eine seiner grossen Anziehungskräfte, und vieles im Sport muss auf diese Individualität aufgebaut werden. Das kann nicht genug betont werden!

\* \* \*

Schon die Griechen haben die Tätigkeit des Sportlehrers sehr hoch eingeschätzt. Philostratos Flavius (der sogenannte Athener) schrieb um das Jahr 200 herum ein Werk von etwa 1000 Zeilen über die Trainings-Wissenschaft. Gleich im ersten Satz heisst es:

«Schätzen wir die Kenntnisse und das Wissen des Trainers (Gymnastés) als eine Wissenschaft (Sophia), weil sie auch eine Wissenschaft ist wie die Philosophie, die Poesie, die Musik, die Geometrie, sogar auf Zeus die Astronomie...»

«SOPHIA» ist eigentlich ein noch umfassenderer Ausdruck als Wissenschaft und bedeutet Gesamtheit der Wissenschaften und der Künste!

Philostratos hat das Werk geschrieben, um — nach seinen eigenen Worten — den Verfall der Trainings-

lehre aufzuhalten und alles zusammenzufassen, was sowohl Trainer wie Trainierende über das Ausüben der Gymnastik wissen sollten.

Was Philostratos in seinem Werk von einem Sportlehrer verlangt, lässt sich kurz in folgende Worte zusammenfassen:

Kenntnisse eines Arztes und eines Psychologen, vertreten durch eine starke Persönlichkeit.

\* \* \*

Auch unsere schweizerische Erfahrung zeigt, dass die Entwicklung, die Prosperität einer Turn- oder Sportsektion in hohem Masse vom Leiter, Lehrer oder Trainer und von dessen Persönlichkeit abhängt. Selbst wenn die Turner und Athleten, d. h. die Aktiven, hochtrainiert sind, gehen ihre Leistungen unter der Leitung eines nicht richtig wirkenden Sportlehrers zurück. Die Persönlichkeit eines guten Vorturners und Oberturners ist von entscheidender Bedeutung und kann das Leben einer Sektion massgebend bestimmen. Eine Persönlichkeit strahlt Kräfte und Einfluss aus. Was eigentlich das Geheimnis dieses Einflusses ist und wie er im andern Menschen wirkt, gehört in ein anderes Kapitel der Psychologie. Hören wir, was Schiller in seinem Wallenstein darüber sagt:

«Und eine Lust ist's, wie er alles sieht und stärkt und neu belebt um sich herum, wie jede Kraft sich ausspricht, jede Gabe gleich deutlicher sich wird in seiner Nähe. Jedwelchem zieht er seine Kraft hervor, die eigentümliche und zieht sie gross, lässt jedem ganz das bleiben, was er ist: er wachet nur darüber, dass er's immer sei, am rechten Ort.»

Mit treffenderen und schöneren Worten könnte der Einfluss einer leitenden Persönlichkeit kaum umschrieben werden. Etwas von dieser Persönlichkeit möchte ich auch im Sportlehrer sehen.

## Was ist Doping?

«Der Deutsche Sportärztebund steht auf dem Standpunkt, dass jedes Medikament — ob es wirksam sei oder nicht — mit der Absicht der Leistungssteigerung vor Wettkämpfen gegeben, als Doping zu betrachten ist.»

Dazu ist folgender Kommentar zu geben:

Das Training, das sich bis zur Erreichung der persönlichen Höchstleistung über Jahre erstrecken soll, bezweckt die Anpassung des Organismus an die zu fordernde Leistung. Die Ausschöpfung aller individuellen Möglichkeiten des Körpers ist das Ziel. Ist durch Training die bestmögliche Anpassung, also die Leistung erzielt, gibt es kein Mittel, das diese Leistung noch steigern kann, es sei denn für ganz kurze Zeit unter bedeutender Schädigung des Organismus mit nachfolgender Herabsetzung der Leistung. Ist durch Indisposition bereits eine Minderung der Leistung eingetreten, wirkt das Mittel besonders gesundheitsschädigend.

Doping-Mittel sind sämtliche Medikamente, die körperfremd sind, d. h. solche Stoffe enthalten, die im Organismus normalerweise für keine Funktion benötigt werden und deshalb auch nicht vorhanden sind.

Körpereigene Stoffe, d. h. solche, die der Organismus zur Aufrechterhaltung des Lebens und der Funktion von sich aus benötigt, können während des Trainings Verwendung finden, wenn sie in der Lage

sind, den durch den Mehrverbrauch des Stoffwechsels bei sportlicher Arbeit entstandenen Mangel wieder auszugleichen. Solche Stoffe sind: Traubenzucker, Phosphor, Kalk, Kochsalz usw. Ausnahmen bilden sämtliche Hormone, da sowohl über Wirkungsweise wie Wirkungsparadoxe schädigende Wirkungen ausgelöst werden können (mehr noch als in der Medizin muss im Sport oberster Grundsatz sein: Primum non nocere. Vor allen Dingen ist die Möglichkeit des Schadens zu vermeiden.)

Sämtliche Stoffe, die unmittelbar vor der Leistung gegeben werden, sind aus folgenden Gründen Doping:

1. Wenn sie wirksam sind, stellen sie einen unphysiologischen Reiz dar. Sie sind also gesundheitsschädigend.
2. Wenn sie unwirksam sind, sollen sie dem Sporttreibenden das Gefühl der Ueberlegenheit geben. Sie sind also unsportlich.

Das Entscheidende aber ist der Dolus, die Absicht, mit dem diese Medikamente verabfolgt werden, nicht das Medikament selbst.

In beiden Fällen soll dem Sporttreibenden ein unberechtigter, unfairer, unsportlicher Vorteil über den Gegner gegeben werden. Wenn schon Wettkampfbestimmungen und Spielregeln bis in das Detail bestehen, ist dies das grundsätzliche Gesetz: Gleicher Start für alle.