

Licht- und Schattenseiten des Sportes in psychologischer Sicht ¹

von Konrad Widmer ²

Licht- und Schattenseiten des Sports in psychologischer Sicht, das ist ein Thema, das von vielen Aspekten her aufgerollt werden müßte. Erlauben Sie mir eine doppelte Einschränkung. Von all den Gruppen, in die sich Menschen sondern und für die Licht- und Schattenseiten des Sports je anders strukturiert sind, möchte ich nur von den Jugendlichen in den Reifejahren, von den Jugendlichen in der Pubertät sprechen. Die zweite Einschränkung zwingt sich dadurch auf, daß es *die* Psychologie nicht gibt, sondern einen Pluralismus von psychologischen Richtungen und Strömungen. Ich möchte das Problem Pubertät und Sport darum nur von der empirischen Entwicklungspsychologie und von der Sozialpsychologie her betrachten. Von dieser Position aus ergeben sich verschiedene Fragen: Hat der Sport in der Pubertät psychologische Bedeutung? Bergen die Schattenseiten des modernen Sports in dieser Entwicklungsphase nachweisbare Gefahren? Oder ist vielleicht die landläufige Behauptung, daß der Sport gerade in diesem Alter besonders bedeutsam sei, mehr ein idealpädagogischer Wunsch als eine Tatsache?

Um diese Fragen zu beantworten, müssen wir vom entwicklungspsychologischen Standpunkt aus einen Blick tun in die psycho-physische Situation des Pubertierenden: Praktische Erfahrungen und psychologische Testuntersuchungen haben gezeigt, daß es Zeiten gibt, in denen die Gleichaltrigen ähnlich denken, ähnlich fühlen und wollen, ähnliche Interessen haben und ähnlich erleben, auf ähnliche Weise und unter ähnlicher Motivation sich vergemeinschaften. Wir nennen diese Zonen des ähnlichen Verhaltens Entwicklungsstufen. Wenn der junge Mensch in die Pubertät eintritt, hat er bereits mehrere solche Phasen durchwandert: Die Säuglingszeit, das Kleinkindalter und die Kindheit. Diese Kindheit ist für die geistig-seelische Entwicklung von großer Bedeutung. Das Kind lebt noch extravertiert, es spielt gerne, es lernt leicht, es ist der Wirklichkeit aufgeschlossen und sucht diese Wirklichkeit durch Sprache und Handeln zu bemeistern. Es ist voll Kraft und Lebensfreude. Noch gibt es relativ wenig Unterschiede zwischen Buben und Mädchen. Man kann eine

¹ Vortrag gehalten im Rahmen der Hyspa am Symposium «Licht und Schattenseiten des Sportes» am 7. Juni 1961 in der Aula der Universität Bern.

² Adresse des Autors: Dr. Konrad Widmer, Bruggmühlestraße 6, Goldach SG.

Mädchenklasse so gut für ein rassiges Korbballspiel begeistern wie eine Bubenklasse für Fußball und Handball. Es ist die Zeit, in der der junge Mensch auch die abendländischen Werte bewußt erlebt, religiöse, soziale, ethische und politische Werte. Es ist die sensible Phase des Werterlebens. Diese relativ harmonische Phase wird beim Mädchen oft ganz plötzlich, beim Knaben eher langsam anders: Die Pubertät bricht herein. Entwicklungspsychologische Beobachtungen haben gezeigt, daß die Pubertät selber wieder in zwei Phasen verläuft, in einer ersten stürmischen, dem Flegelalter, in einer ausgeglicheneren, der eigentlichen Pubertät.

Drei biologische Faktoren bestimmen die Vorpubertät: Der junge Mensch gerät in einen starken Wachstumsschub, der vorerst nur die Extremitäten trifft, dadurch wird der Körper unproportioniert, die Mimik verhärtet, die Bewegungen arhythmisch. In dieser puberalen Disharmonie bilden sich die sekundären Geschlechtsmerkmale, der Stimmbruch, die Behaarung der Schamgegend, der Bart beim männlichen Jugendlichen, beim Mädchen entwickeln sich die Brüste. Gegen Ende dieser Periode setzt der 3. Faktor ein, die Geschlechtsreife, die Menarche beim Mädchen, die Pollution beim Knaben. Diese körperlichen Vorgänge absorbieren viel Energie, sie gehen parallel mit Regulationsstörungen und Anfälligkeit für Krankheiten. Darum sind Gereiztheit, rasche Ermüdung, Affektausbrüche häufig. Es handelt sich um eine Zeit der starken physischen Belastung, die sportpsychologisch zu einer Schonzeit werden muß, gerade dann, wenn der junge Mensch sich nicht schonen will. Sexuelle Phantasien und Vorstellungen lenken ab und erfüllen das Bewußtsein. Die physische Tüchtigkeit ist in dieser Phase die Voraussetzung für die Geltung in der Gemeinschaft. Seinen Mann stellen, angreifen, gehört zur Rolle des Mannes, die immer jetzt gespielt wird. Streitigkeiten werden meist durch körperliche Auseinandersetzungen beigelegt. – Früher glaubte man, daß die psychischen Störungen während der Pubertät die Folge der körperlichen Reifung seien. Heute weiß man, daß es auch eine relativ selbständige geistig-seelische Pubertät gibt. Sie ist gekennzeichnet durch die innere Loslösung von den Erwachsenen, die als Konkurrenten nun einer scharfen Kritik unterzogen werden. Es zerbröckelt die Erwachsenenautorität und die kindliche Wertwelt. Angst, Unsicherheit, Minderwertigkeitsgefühle und Labilität der Stimmungen sind die Folgen. In dieser Unsicherheit flieht der junge Mensch nicht in die Einsamkeit, im Gegenteil, er findet sich zusammen zu Horden, Banden und Klubs. Der junge Mensch findet Halt in der Vergemeinschaftung mit Gleichaltrigen.

Mit der eigentlichen körperlichen Reife wird die zweite Phase der Pubertät eingeleitet. Der Wachstumsschub hat jetzt die Extremitäten maximal entwickelt, während der Rumpf proportional zurückgeblieben ist. Nicht selten setzt noch einmal ein Wachstumsschub ein, der vor allem die Rumpfpartie trifft. Darum gibt es zwischen dem 14. und 15. Altersjahr oft noch einmal eine Ermüdungsphase mit starkem Rückgang der Leistungen. Unter Mitwirkung

der gereiften Keimdrüsen bilden sich die maturen Formen der Männlichkeit und der Weiblichkeit im Habitus heraus, sofern sie nicht beim Mädchen durch umweltbedingte Idole – Mannequins oder Brigitte Bardot als neue Schönheitsideale – gewaltsam durch Massage und Hungerkuren unterdrückt und dem muskulinen Habitus nachgeformt werden. – Psychisch zieht sich der normal Pubertierende oft aus der Gemeinschaft zurück, er sucht die Einsamkeit einer Mondnacht oder eines Waldes. Weltschmerz und Sehnsucht werden gepflegt. Es beginnt das psychologische Denken mit Selbstreflexion und Selbstkritik. Aber immer noch lebt der Jugendliche im «Zwischenland», wie Lou Andreas-Salome einmal gesagt hat, im Zwischenland zwischen der nur ungerne verlassenen Nestwärme des Kindseins und der sehnlichst erwarteten Zeit des Erwachsenseins, eines Erwachsenseins, das der Jugendliche in all seinen Formen spielt und doch fühlt, daß er trotz Kinobesuch und Zigarette noch kein vollwertiger Erwachsener ist. Er lehnt die Autorität der Erwachsenen ab, er fällt in seiner antibürgerlichen Opposition Teilbereichen des Lebens anheim, dem Rauchen, dem Jazz, dem Tanz, dem Sport. Die physische Tüchtigkeit wird nicht mehr in plumpen Schlägereien kundgetan. Sie wird jetzt als Kriterium der Männlichkeit auf das Gebiet des organisierten sportlichen Wettbewerbs verlegt, der strengen Regeln, z.B. denen des fairplay, unterworfen ist. Körperliche Tüchtigkeit wird zu einem Mittel der meßbaren Leistung. – Eine ganz neue Aufgabe ist dem jungen Menschen jetzt gestellt: Die Bewältigung der Sexualität, die Beherrschung einer reifgewordenen Funktion. Die Wartezeit ist angebrochen. Aus der Sozialpsychologie und aus der Völkerkunde wissen wir, daß diese Wartezeit für den Aufbau der Persönlichkeit entscheidend ist. Namhafte Forscher wie Langefeld, Rempelin, Busemann sprechen von der Kulturpubertät. Sie meinen damit, daß in dieser Wartezeit die persönliche Reifung sich zu vollziehen hat, daß in der Auseinandersetzung mit der Wertwelt und in der Beherrschung der Sexualität die Besinnung wachse, daß der junge Mensch sich selber eingliedere in die Sozialgefüge der Kirche, des Staates, der Gemeinschaft eines Dorfes, des Berufs. Wo diese Wartezeit durch frühzeitigen Sexualverkehr unterbrochen wird, gelingt erfahrungsgemäß diese soziale Eingliederung und diese Kulturreife nicht oder nur sehr schwer.

Pubertät müßte nicht *sui generis* eine Krisenzeit sein, wenn sie getragen wäre von einer Umwelt, in der Geborgenheit, Verständnis und einheitliche Verhaltensnormen vorhanden wären. Es gibt Primitivvölker, bei denen keine Pubertätsstörungen vorhanden sind.

Zwei Faktoren erschweren heute die Pubertät:

1. *Der gesellschaftliche Zivilisations-Zusammenhang:* Je differenzierter eine Kultur, je unhomogener die sozialen Strukturen sind, um so schwerer wird es dem jungen Menschen, in das Geflecht der sozialen, ethischen, politischen und religiösen Bezüge einzuwachsen. Unsere Gesellschaft ist gekennzeichnet durch

einen Pluralismus der Verhaltensnormen. Infolge der wirtschaftlichen Veränderungen und der weltanschaulichen Widersprüchlichkeit gelten die herkömmlichen Verhaltensnormen nicht mehr. Es gibt eine Fülle von Verhaltensnormen, die angepriesen werden. Daraus resultiert für viele Eltern und Lehrer eine ausgesprochene Unsicherheit in der Erziehung. Dazu kommt eine Prädominanz anonymer Sachstrukturen, die in der Schule und in der Familie noch nicht wirksam waren und in die der Pubertierende nun unvermittelt hineingestoßen wird. Im Betrieb gelten für den jungen Menschen ganz neue sachgebundene Gesetzmäßigkeiten, wie die des Produktionsverlaufs und der Betriebsorganisation. Der Jugendliche wird organisiert von vielen Sachautoritäten, die seine natürliche Spontaneität behindern. Und schließlich ist der Jugendliche der Pubertät, genau wie das Kind, ausgesetzt der Reizüberflutung durch Film, Radio, Reklame, Illustrierte, Schundliteratur und Fernsehen.

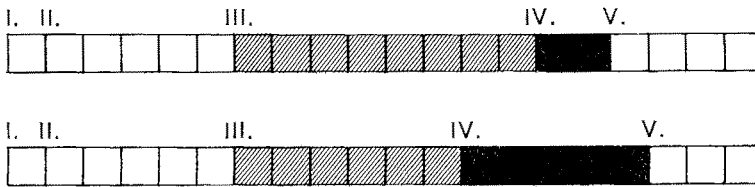
2. *Die Entwicklungsveränderungen*; zusammengefaßt unter dem Begriff der Akzeleration:

Die Phasen und der Rhythmus der Entwicklung sind heute, wohl unter der Einwirkung der Urbanisierung, die eine Überreizung des Nervensystems und des endokrinen Systems bewirkt, verschoben. Die Jugendlichen sind größer als frühere Generationen; in der Schweiz beträgt der Wachstumszuschuß in den letzten 50 Jahren 9 cm im Durchschnitt, aus andern Ländern stammen Berichte, die von 12 und 13 cm Zuschuß sprechen. Es besteht die Gefahr der Haltungsschäden, Rundrücken, vorgeschobene Becken usw. und der Anfälligkeit für Krankheiten. Die körperliche Reife ist um 2 bis 3 Jahre vorverlegt, so daß heute die junge Generation viel früher von der ganzen Problematik der Sexualität überfallen wird, längst bevor ihre geistig-seelische Reife imstande wäre, die ganze Tiefe der Sexualität zu erfassen. Die geistige Reife aber hält, wie Pädagogen und Nervenärzte berichten, eher zurück. Die jungen Menschen sehen heute viel früher wie Erwachsene aus und bleiben im Verhalten viel länger Kinder.

Folgen der Veränderungen im gesellschaftlichen Zivilisationszusammenhang und der Akzeleration:

Aus den verschiedenen Strömungen der Entwicklungspsychologie hat sich bis vor kurzem folgende Stufeneinteilung als praktisch erwiesen:

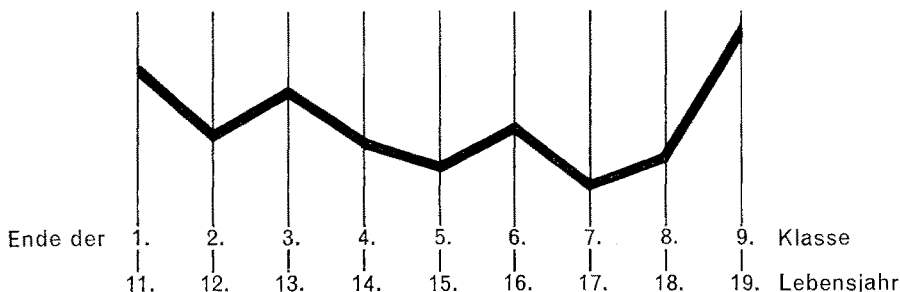
Säuglingsalter, 1. Lebensjahr; Kleinkindzeit, 2. bis 6. Lebensjahr; Kindheit, 7. bis 14. Lebensjahr; Pubertät, 15. bis 16. Lebensjahr; Adoleszenz, 17. bis 20. Lebensjahr. Die Vorverlagerung der Pubertät einerseits und die Retardierung der geistig-seelischen Reife andererseits haben die «klassischen» Entwicklungsphasen deutlich verschoben. Obwohl die Mädchen 1 bis 2 Jahre früher pubertieren, darf heute der Beginn der Reifezeit durchschnittlich ins 12. Altersjahr angesetzt werden. Die Pubertät selber zieht sich bis ins 17. und 18. Altersjahr hinein.



Daraus ergeben sich wichtige pädagogische Konsequenzen:

a) Die Kindheit wird verkürzt. Allzufrüh hat sich unsere junge Generation mit der ganzen Problematik der Sexualität zu befassen. Portmann hat das Wort geprägt, daß unsere Jugend um zwei Jahre ihrer Kindheit betrogen werde. Dabei ist die Kindheit als Zeit des leichten Lernens, des unbeschwerten Spiels, als Zeit des ersten bewußten Werterlebens für die geistig-seelische Entwicklung sehr wichtig.

b) Die Pubertät wird um 2 bis 3 Jahre verlängert. Pubertät ist aber Zeit der Not und der Krise für den Jugendlichen und für den Erzieher; verlängerte Pubertät also auch verlängerte Zeit der Not, der Krise, der Unsicherheit, der Schwierigkeiten. Körperliche Entwicklung und geistig-seelische Reife klaffen auseinander. Darum gibt es *die* Pubertät nicht mehr. Pubertät vollzieht sich heute in verschiedenen Schüben. Oft sind zwei oder drei solche Pubertätsschübe deutlich unterscheidbar: die Flegelkrise beim Eintritt der Reife, dann eine oder mehrere sogenannte «Jugendkrisen», häufig zwischen dem 14. und 15. Lebensjahr und noch einmal zwischen dem 17. und 18. Lebensjahr.



K. Ehrhardt: «Schulleistungs- und Schulführungsschwankungen» zit. nach: «Pädagogische Psychologie für höhere Schulen» K. Stanz, München 1959.

Diese Pubertätsschübe zeigen sich auch in den Leistungsschwankungen der Mittelschüler an, wie Ehrhardt an über 400 Schülern Münchens nachgewiesen hat. Die Kurve der Leistungskrisen kann mit den Erkenntnissen der modernen Pubertätspsychologie gedeutet werden:

1. Leistungskrise im 12. Altersjahr: Eintritt der Pubertät.
2. Leistungskrise zwischen dem 14. und 15. Altersjahr: Zeit der maximalen Disproportioniertheit zwischen den Extremitäten und dem Rumpf.

3. Leistungskrise zwischen dem 17. und 18. Altersjahr: Optimaler Widerspruch zur engern Umwelt und zum gesamten bürgerlichen Verhaltensstil.

Nach Ehrhardt geht die Kurve der Leistungsschwankungen konform mit der Kurve der Verhaltensentwicklung (Straflisten, Noten für Fleiß und Betragen). Der Kölner Sportphysiologe H. Mies hat für die vegetative Instabilität während der Jugendjahre Schwankungen nachgewiesen, die sich mit den schulischen Leistungskrisen annähernd decken. – Eigenartig ist, daß diese Jugendkrisen dem Erzieher meist mehr zu schaffen machen als die Flegelkrise.

c) Schließlich zeigt sich noch etwas, was besonders für den Sport von Bedeutung ist. Wesenszüge der Vorpubertät treten heute sehr häufig bis weit ins Adoleszenzalter hinein auf, vor allem das Bandenwesen, bei dem nicht selten die vorpuberalen Männlichkeitsäußerungen in plumpen körperlichen Auseinandersetzungen sich vollziehen und nicht eingeordnet werden in die Regelmäßigkeit der sportlichen Leistung. Die Bande der Spätpubertierenden zeichnet sich aus durch eigene Gesetzmäßigkeiten, die den einzelnen fest umklammert halten. Es handelt sich um «gemeinsames Handeln, das seine Bedeutung und seine Atmosphäre aus der Tatsache des Zusammenseins gewinnt und das von einem Gefüge gemeinsamer Überzeugungen, Gefühle und Loyalitäten bestimmt wird» (Cohen: Jugendverwahrlosung 1960, S. 135). Nicht Nützlichkeitsabwägungen spielen eine Rolle, sondern bewußter Nihilismus und bewußte Opposition. Diebstähle und Aggressionen geschehen aus Vergnügen. Die Normen werden zwar aus der gegenwärtigen Gesellschaft bezogen, aber bewußt ins Gegenteil umgekehrt. Die Bande ist ein Weg, mit den Anpassungsproblemen fertig zu werden oder ihnen auszuweichen. Man will sich nicht mehr durch irgend etwas hervortun, sondern als Mann oder als Frau; darum die Schlägereien, die Tanz-, Sexual- und Trinkorgien. Das Bandenwesen als verspätete Sozialentwicklung und das Auseinanderklaffen von geistiger und körperlicher Reife sind Mitursachen des Halbstarkentums.

Wie wirkt in diesen psychisch und physisch labilen Pubertätsschüben der Sport?

Nehmen wir die negativen Komponenten, die *Schattenseiten*, voraus. Wir können uns hier kurz fassen. Die Schattenseiten des modernen Sports wirken in der Pubertät eindringlicher, schädlicher als in früheren und in späteren Lebensabschnitten. Besonders *der einseitige Leistungssport* überlastet die Pubertierenden. Er sieht aus wie ein Erwachsener und steht dauernd in Gefahr, auch im Sport als Erwachsener behandelt zu werden. Hüten wir uns vor der «Diktatur der ersten Mannschaft», die darin besteht, daß die Talente zu früh forciert werden. Außer physischen Gefahren – der Pubertierende ist nicht im gleichen Maße belastbar wie der Erwachsene, weil er sich schlechter und langsamer erholt – besteht auch die Gefahr, daß der junge Mensch charakterlich nicht reif genug ist, die Ehrungen und Verwöhnungen durch die Klubleitung,

den Beifall des Publikums richtig zu bewerten. Eigensinn, Überwertung des eigenen Ichs, autistische Haltung des Spitzensportlers und damit Blockierung der geistigen Reife sind die häufigen Folgen.

Auch die sattsam bekannten Gefahren des *Publikumssports* prägen den Pubertierenden intensiver als Kinder anderer Altersstufen. Der Pubertierende erlebt den Publikumssport psychologisch anders als der Erwachsene und als das Kind. Kind und Erwachsener können im Zuschauersport unterdrückte Identifikationstrieb, Schaulust und Abenteuerlust in maßvoller und ungefährlicher Weise absorbieren, unter Umständen können gefährliche Stauungen verhütet werden, so daß der Zuschauersport eine gewisse Ausgleichsfunktion ausüben kann. Nicht so beim Pubertierenden. Ihm fehlt jene unernste, spielerisch-magische Haltung, die mit der bloßen innern Nachahmung sich zufrieden geben kann und die letztlich um die Zweitrangigkeit eines Fußballsieges oder einer Fußballniederlage weiß. Es gibt nie mehr eine Zeit im Leben, in der der Mensch so ernst, so tierisch ernst ist wie in der Pubertät, auch dann, wenn er sich in die Pose des Spaßmachers, des Gelangweilten setzt, oder wenn er sich zur Bande vereinigt, um «eine Welle zu reißen». Der Humor der Pubertät ist euphorische Mache. Es gibt während der Pubertät kaum ein zweckfreies Genießen, alles Erleben trägt Ernstcharakter, wenn auch nicht eingestanden. Durch den Zuschauersport werden nun im Pubertierenden Primitivideale in der Phase der gedanklichen Auseinandersetzung fixiert, ohne daß die Übertragung des Ideals auf die aktive Leistung, auf die Realität sich vollzieht. Die Identifikation mit dem tätigen Sportler auf dem Platz ist unvollständig, ist eine bloß gedankliche. Entweder gibt sich der Jugendliche zufrieden mit dieser Pseudo-Identifikation, er gerät in die an sich schon bestehende Gefahr der Passivität, oder er spürt die Unbefriedigung der Pseudo-Identifikation, verdrängt sie und wird neurotisch oder schausportsüchtig, indem er die Unbefriedigung durch immer neuen Anreiz zu übertünchen versucht. Wie sehr der Schausport für den Pubertierenden gefährlich ist, wenn er selber aktiver Sportler ist, haben wir bereits angeführt. Dort wo der Pubertierende in seiner innern ethischen Unsicherheit und Ungefestigtheit zum Geschäftspartner des Vereins oder gar zum Nationalhelden wird, da müssen die sportpsychologisch und sportpädagogisch angestrebten Ziele der Persönlichkeitsformung verlorengehen; denn der Pubertierende mit seinen offenen oder verkappten Minderwertigkeitsgefühlen erfaßt begierig jede Möglichkeit der Selbstwertsteigerung. Dabei beachtet er nicht, ob diese Selbstwertsteigerung echt ist und auf welcher Wertstufe sie liegt.

Fragen wir uns nun nach den *Lichtseiten des Sports* in ihrer Bedeutung für den pubertierenden jungen Menschen. Daß gegen die eine Folge der Akzeleration, gegen die Haltungsschäden, nur ein gesunder Sport und der Ausbau des Sonderturnens auch in den Mittelschulen und Gewerbeschulen helfen kann und daß die Schulärzte endlich vermehrt für sportmedizinische Probleme interessiert werden müßten, das sei nur am Rande vermerkt. – Kaleidoskopartig seien

einige Strukturmomente des gesunden Sports mit der Pubertätsproblematik konfrontiert:

1. Wir erkannten, daß während der Pubertät die kindlichen Ideale und die übernommenen Wertmaßstäbe zerfallen und zu einer innern Unsicherheit führen. Hier kann der Sport helfen; denn im Sport gibt es wieder Ideale, einfache, selbstverständliche und klare Ideale: Ideale der Leistung, des Einsatzes, der Konzentration, der Fairneß, der Ein- und Unterordnung ins Team. Hier kann die Idealbildung erst wieder einmal festen Boden unter die Füße bekommen. Halbstarke scheuen den Sport, weil sie sich zum Ideal gemacht haben, keine Ideale mehr zu haben. Wohl liegen die sportlichen Ideale auf einer tieferen Ebene der Wertreihe. Aber daß sich überhaupt wieder Ideale und Normen bilden, denen man nachstrebt, denen man sich unterzieht, das allein kann schon Hilfe in den Pubertätskrisen sein. Es ist dann Aufgabe des Gesprächs zwischen dem Jugendlichen und den Eltern, vor allem zwischen dem Jugendlichen und dem Trainer, darauf hinzuweisen, daß es weitere und höhere Ideale gibt, die der Religion, der Arbeit, der Familie usw.

2. Wir haben ferner gesehen, daß der Pubertierende Insuffizienzgefühle mit sich herumträgt. Sie sind einerseits bedingt durch die Unsicherheit der Wertmaßstäbe, andererseits aber auch gesellschaftlich, indem der junge Mensch in unserer perfektionierten Welt, in der nur der Spezialist gilt, wenig oder nichts zu sagen hat. Er eignet sich darum einen antibürgerlichen Lebensstil an, er will bewußt anders sein als die Erwachsenen. Im Sport ist der Jugendliche durch seine Leistung dem Erwachsenen über, wenigstens jenen Erwachsenen, die im Betrieb, in der Öffentlichkeit den Ton angeben. Wo dieses dem Erwachsenen-über-sein in maßvollen Grenzen bleibt, da kann der Sport beitragen zum Selbstvertrauen und zum gesunden und notwendigen Selbstwertstreben. Die sportliche Leistung geschieht unabhängig von Alter und sozialem Rang. Darum wird sie für den Jugendlichen zum notwendigen sozialen Regulativ, ja sie kann unter Umständen Ersatz für berufliche Minderleistung werden. Dazu kommt, daß diese Mehrleistung im Sport nicht mehr angewiesen ist auf kriminelle und antibürgerliche Verhaltensformen, sondern gelenkt ist und in ethisch zulässigen Bahnen verläuft.

3. Wir haben es heute mit intensivierten Pubertätsstörungen zu tun, die vor allem durch die Akzelerationsphänomene und durch den gesellschaftlichen Zivilisationszusammenhang verursacht sind. Kann der Sport diese intensivierten Pubertätsstörungen beheben? Nein, beheben kann er sie nicht, aber er kann Gegenkräfte aktivieren.

a) Es sind vor allem drei Triebkomponenten, die während der Pubertät psychische Energie komplexhaft binden und absorbieren: Die Sexualität, der Drang zu Opposition und Aggression und ein ungebändigter Tatendrang. Diese Triebstreben, die in unserer gesellschaftlichen Ordnung und in unsern abendländischen Wertstrukturen nicht ausgelebt werden dürfen, sondern ver-

drängt werden müssen, führen während der Pubertät, man könnte fast sagen zu natürlichen und normalen neurotischen Erscheinungen. Die Tiefenpsychologie zeigt uns nun, daß es möglich ist, Triebenergie überzuleiten auf strukturell verwandte Ziele und auf ähnlich gerichtete Tätigkeitsfelder. Man spricht dann von Sublimation, wobei wir heute im Gegensatz zur klassischen Psychoanalyse annehmen, daß Sublimation nicht immer nur auf kulturell wertvollere Ebenen führen muß, sondern einfach auf andersgerichtete, aber doch verwandte Ziele und Tätigkeiten. Im Sport kann die Sublimation «normaler Sexualkomplexe» während der Pubertät auf das Gebiet der Bewegung geschehen. Oppositions- und Aggressionstribe, die sich gegen die Erwachsenen, gegen Bürgertum, Religion und öffentliche Ordnung richten, können in der sportlichen Leistung, vor allem im Wettkampfspiel, im Leichtschlagboxen und Fechten «abreagiert» werden. Im Erlebnis der Leistung ist Opposition und Aggression im Augenblick wenigstens nicht mehr nötig. Der Tatendrang, der bei den Halbstarcken der Großstädte kein Ventil hat und sich im Beschädigen von Autos, im Herunterreißen elektrischer Leitungen, im Zerstören von Blumenanlagen und im Abbrechen von Zelten äußert, findet im Sport ethisch zulässigen Abfluß und Befriedigung.

b) Die intensivierten Pubertätsstörungen sind auch mitbedingt durch die Verkürzung der Kindheit. Unsere Jugendlichen haben eine Kindheit hinter sich, in der das Magisch-Mythische zu kurz gekommen ist, daher der psychische Ernstcharakter des Pubertätsverhaltens. Wir wissen aber aus der Entwicklungspsychologie, daß jede Entwicklungsstufe voll ausgelebt werden muß, und (C. G. Jung hat nachgewiesen, daß auch der Erwachsene seelisch erkrankt, wenn er dem magisch-mythischen Erleben, das im Unbewußten wurzelt, nicht Rechnung trägt. Dieses Magisch-Uernste findet im Spiel seinen Ausdruck. Sport verläuft immer in einer doppelten Ebene, einerseits in der magischen Ebene des Spielerischen und andererseits in der rationalen Realitätsebene der meßbaren Leistung. Es ist Aufgabe des Turn- und Sportlehrers, den tierischen Ernst aus der Turnstunde zu verbannen und das Magisch-Spielerische, das Existenziell-Uernste am Sport zu erhalten, damit während der Pubertät, wenigstens in Ansätzen, die durch die Akzeleration beschnittene Spielsphäre sich ausleben kann.

c) Und schließlich gibt es einen weiteren Faktor im Sport, der den intensivierten Pubertätskonflikten unserer Tage entgegenwirken kann. Wir sahen, daß Phänomene, die früher zu den Anfangsstörungen der Pubertät gehörten, heute bis weit ins Adoleszenzalter, ja bis weit ins Erwachsenenalter hinaus, bestehen bleiben. Ich denke vor allem an die bandenmäßige Vergemeinschaftung mit Gleichaltrigen, die ein typisches Kennzeichen der Vorpubertät war. Es gibt heute in den Halbstarckenbanden recht viele 20- bis 25jährige. Jede Bande hat eine eigene Denk- und Verhaltensstruktur, die man sich erwirbt, indem man sich diesen Normen unterzieht und mitlebt. Aber diese Normen sind bewußt antibürgerlich, bewußt gemein und gesellschaftsfeindlich. Die Ban-

denengesetze heben die individuelle Stellungnahme auf und führen zum bandengesetzlichen Konformismus, der die Prädikate der allgemeinen Vermassung trägt. Sozialpädagogische Forschungen haben das überraschende Ergebnis gezeigt, daß nicht so sehr die Förderung des einzelnen Individuums, sondern das Erlebnis der kleinen Gruppe, das Erlebnis des freundschaftlichen Teams die beste Abwehr gegen die Vermassung ist. Das ist auch die Aufgabe des sportlichen Teams. Gemeinsam hat es mit der Bande, daß auch das Team Normen und Verhaltensweisen untersteht, Verstöße gegen diese Normen ahndet und daß der einzelne diese Normen übernimmt und zu seinen eigenen macht. Anders aber ist, daß das sportliche Team sich positiver ethischer Haltungen bedient: Der Fairneß, der Kameradschaftlichkeit, der gegenseitigen Hilfe. Das sportliche Team muß zum Gruppenerlebnis werden. Dann entstehen auch die freundschaftlichen Bindungen, die über die sozialen Grenzen hinweg reichen. Die amerikanische Sozialpsychologie der Verwahrlosung sagt, daß sich normalerweise die Banden nur innerhalb der gleichgearteten Sozialklassen bilden, und Albert Cohen stellt in seinem neuen Buch «Kriminelle Jugend» fest, daß einzig im Sport der Junge der Unterklasse die Chance habe, in die Gemeinschaft auch der obern Klassen aufgenommen zu werden, eben darum, weil die sozialpsychologische Struktur des sportlichen Teams nicht nach sozialen Klassen ausgerichtet ist, sondern nach ethischen Normen, denen sich alle unterziehen.

4. Pubertät bedeutet innere Bindungslosigkeit, bedeutet Gefährdung der gemüthhaften Kräfte. Die Verhaltensweisen während der Pubertät sind oft identisch mit den Verhaltensweisen der Verwahrlosung. Wir können auch sagen, daß Pubertät eine Phase der latenten, aber natürlichen Verwahrlosung darstellt, die zur manifesten Verwahrlosung des Halb Starkentums führen kann. Gegen diese innere Bindungslosigkeit bietet der Sport eine Gegenwehr. Der natürliche junge Mensch betreibt gerne Sport, er betätigt sich gerne körperlich. Im Sport geschieht nun das, was ich als das innere Engagement bezeichnen möchte. Engagement besteht darin, daß da etwas ist, was ich gerne tue, etwas was mich freut, was mich begeistert. Aber es bleibt nicht bei der Freude und bei der Begeisterung; Freude und Begeisterung werden übertragen auf eine aktive Leistung, auf ein Tun. In diesem Engagement liegt die beste Abwehr gegen Passivität, gegen Reizüberflutung und gegen romantische Schwärmerei. Engagement geschieht im Spiel, im Basteln, in der Hausmusik, in jeder sinnerfüllten Freizeitbeschäftigung und auch im Sport. Wenn es gelingt, den Pubertierenden für den Sport zu begeistern und diese Begeisterung umzusetzen in Training und Übung, dann ist schon viel geholfen. Der Prozeß kann auch umgekehrt verlaufen. Die Leistung, die Tat kommt voraus, etwa im befohlenen Sport der Mittelschule, aber aus dem Erlebnis der Leistung, aus der Freude am Tun, erstet der Ansporn zu weiterer Leistung. Darum muß der Sportlehrer auch die gemüthhafte Seite des Sports anerkennen und fördern. Wo Engagement, also

Freude, die sich in aktives Tun umsetzt, besteht, da gibt es keine Verwahrlosung mehr.

Es besteht kein Anlaß zu blindem Optimismus. Man hat vom Sport im allgemeinen zuviel erwartet. Er hat bis heute die Welt nicht besser gemacht. Aber die angeführten sportpädagogischen Möglichkeiten wie Aktivierung einer neuen Idealbildung, Hebung des Selbstwertgefühls durch ein maßvolles dem Erwachsenen-über-sein, Sublimierung der komplexhaften Triebkomponenten, Nachholen des magisch-mythischen Erlebens, Umbildung von der Bande zum Team und inneres Engagement können unter geschickter Führung zu wertvollen Gegenkräften bei den heute erschwerten Pubertätsstörungen werden. Wir haben in der Schweiz noch kein eigentliches Halbstarkenproblem. Aber die Tendenz dazu besteht auch bei uns. Es sind Anzeichen dafür da. Wir haben es noch in der Hand, denn Prophylaxe ist immer leichter als Heilung. Und für diese Prophylaxe gegen das Halbstarkentum ist uns der gesunde, aktive Sport ein unabdingbares Mittel.

Zusammenfassung

Der Autor beschränkt sich im Problemkreis «Licht- und Schattenseiten des Sports in psychologischer Sicht» auf entwicklungs- und sozial-psychologische Betrachtungen. Darum stellt er nur die Bedeutung des Sports während der Pubertätsjahre dar. Nach der Schilderung der puberalen Entwicklungsmerkmale zeigt er, wie die junge Generation infolge der Akzeleration und des gesellschaftlichen Zivilisationszusammenhanges der modernen Umwelt heute eine intensivere und erschwerte Reifezeit durchzustehen hat. In dieser verschärften Pubertätsproblematik spielt der Sport eine bedeutende Rolle. Einerseits wirken seine «Schattenseiten», etwa die physische Überforderung des Jugendlichen, der Publikums- und Massensport, gravierender als in allen andern Entwicklungsphasen. Andererseits bietet der gesunde Sport viele Möglichkeiten, Gegenkräfte zu den erschwerten Pubertätsstörungen zu aktivieren: er kann die notwendige Idealbildung neu anregen, das Selbstwertgefühl des Jugendlichen heben, komplexhafte Triebkomponenten sublimieren und das zufolge der vorverlagerten Sexualreife zu kurz gekommene magisch-mythische Erleben im sportlichen Spiel nachholen. Es ist auch möglich, den pubertätsbedingten Drang zur «Bande» umzuformen zur Team-Haltung und den Jugendlichen zum inneren Engagement zu führen.

Resumé

Dans son étude sur les «aspects positifs et négatifs des sports, vus par un psychologue», l'auteur se borne à des réflexions concernant la psychologie de l'évolution et la psychologie sociale. Il ne se propose d'examiner l'importance des sports que pour la période de la puberté. L'analyse qu'il donne des symptômes de l'évolution montre que la jeune génération, à cause de l'accélération et de l'intensification des rapports sociaux dans le monde moderne, est sujette à une puberté problématique et aggravée. Le rôle très important qu'y jouent les sports est ambigu: les éléments négatifs (surmenage physique du jeune, exhibi-

tions sportives destinées aux masses) sont plus néfastes pendant la puberté que pendant les autres périodes de l'évolution de l'enfant. Un sport sain cependant nous permet d'activer des éléments positifs: il peut mobiliser les forces morales de l'individu, il peut aider le jeune à mieux connaître sa propre valeur, il peut aider à sublimer les éléments d'un instinct qui tiennent d'un complexe et à réaliser dans le domaine du jeu l'expérience mythomagique, qui autrement ne saurait se développer librement à cause de l'accélération. De même il sera possible de profiter du besoin du jeune de faire partie d'une collectivité pour lui faire accepter l'idéal du «team» et d'un engagement total.

Literaturverzeichnis

- Albonico R.*: «Das Phänomen der Akzeleration», Sonderdruck aus «Schweizerische Zeitschrift für Sportmedizin», Genf 1959.
Cohen A.: «Kriminelle Jugend», Rowolth 1961.
Moor P.: «Heilpädagogische Psychologie», Verlag Huber, Bern 1960, Band I., 2. Aufl.
Portmann A.: «Die Bedeutung der Erziehung in der heutigen Zeit», Sonderdruck Magglingen 1959.
Schohaus W.: «Turnen und Sport im Rahmen der Gesamterziehung», Verlag Paul Haupt, Bern 1945.
Stronz K.: «Pädagogische Psychologie für höhere Schulen», Verlag E. Reinhardt, München 1959.
Widmer K.: «Erziehung heute – Erziehung für morgen», Rotapfel-Verlag, Zürich 1960.

Aus dem Gesundheitsamt Basel-Stadt, Vorsteher *Dr. med. Theodor Müller*.

Hygienische Anforderungen an natürliche Freibäder an Flüssen, Seen und Teichen¹

von *Theodor Müller*

Mit der zunehmenden und weitgehend allgemeinen Verschmutzung der Gewässer stellt sich in den europäischen Ländern, die der Föderation Europäischer Gewässerschutz angeschlossen sind, die Frage, ob die Anlage und der Weiterbetrieb von unbehandelten Freibädern an Flüssen, Seen und Teichen weiterhin verantwortet werden kann oder ob man wegen der gesundheitlichen Gefahren oder sonstigen hygienischen Mißstände in vermehrtem Maße oder

¹ Referat gehalten am Symposium der Föderation Europäischer Gewässerschutz vom 12./13. Oktober 1961 in Paris.