

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

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 48 (1991)

**Heft:** 4

  

**Artikel:** Sportpsychologie : "made in 'DDR'"

**Autor:** Hotz, Arturo

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-992887>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 14.03.2025

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

# Sportpsychologie – «made in «DDR»»

Arturo Hotz

Sportpsychologen aus der ehemaligen DDR haben offensichtlich auch nach der «innerdeutschen Wende» nach wie vor einen guten Ruf. Jedenfalls waren mehr als 30 NKES-Trainer und SASP-Psychologen (Schweizer Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie) der Einladung von Ernst Strähl, dem Leiter des Trainerlehrgangs NKES an der Sportschule Magglingen, gefolgt, am Seminar vom 31. Januar bis 2. Februar 1991 zum Thema «Sportpsychologie» teilzunehmen. Die zwei Referenten, Frank Schubert und Hannes Kratzer, beide Privatdozenten in Leipzig, berichteten über ihre bis vor kurzem noch geheime Arbeit in DDR-Sportverbänden und in der Leipziger Trainerausbildung an der (auf Ende 1990 «stillgelegten») Deutschen Hochschule für Körperkultur (DHfK).

## Psychologie für Sportschützen – ein Programm von Hannes Kratzer

- Reaktionsfähigkeit
- Konzentrationsfähigkeit
- Wahrnehmungseigenschaften
- Sportmotorische Koordinationsfähigkeit
- Zielsetzung und Motivation
- Motivationsprobleme
- Der aktuell-psychische Zustand
- Psycho-regulative Einheiten: Atemübungen, Selbstinstruktionen, mentale Übungen
- Der Verhaltensplan
- Psychologische Aspekte der Eignungsauswahl
- Die psychische Ermüdung
- Das Erkennen psychischer Belastungswirkungen
- Monotonie, psychische Sättigung, Stress
- Zur Effektivität des sportlichen Lernprozesses
- Soziale Beziehungen und Trainingseffektivität
- Leistungs- und Verhaltensbeurteilung
- Fehler – eine wichtige Erfahrung
- Erfolgs- und Misserfolgserlebnisse
- Der «schwierige Schütze»
- Psychologische Aspekte der Schiedsrichtertätigkeit

Als Fazit kann einerseits vorweggenommen werden, dass ihre Kenntnisse über (sport-) psychologische Leistungszusammenhänge auch vor dem November 1989 nicht das Prädikat «streng vertraulich» verdient haben. Vieles, was sie uns zu vermitteln wussten, war



Hannes Kratzer, links, gibt Einsicht in das psychologische «Labortraining», hier am Beispiel des Flimmerverschmelzungsverfahrens. (dk)

bezüglich der Substanz – abgesehen von bestimmten Begrifflichkeiten und einigen Modell-Darstellungen – an sich nicht neu. Was gegenüber den westlichen Gegebenheiten aber ohne Zweifel anders gewesen ist, waren vor allem die Voraussetzungen, unter denen sie arbeiten konnten, insbesondere auch der für sie günstige Umstand, dass personell und finanziell klar die Prioritäten auf ihrer Seite standen. Ausserdem – und was heute nicht mehr der Fall ist – konnten sie mit hochmotivierten Athleten zusammenarbeiten. Andererseits war es für unsere Ohren auch interessant und aufschlussreich zu hören, dass ein Sportpsychologe nicht in irgendeinem krisengeschüttelten Verband arbeitete, sondern sein Engagement war langfristiger Natur, was wiederum eine sportartspezifische Zusatz-Qualifikation erforderlich machte. Zudem verstanden sie ihre Arbeit nicht nur in aussergewöhnlichen Situationen, also nicht als «Retter in der letzten Minute», vielmehr begleiteten sie Athleten und Trainer als ständige Berater. Diese Überzeugung resultiert aus der Einsicht, dass, wenn immer Sport getrieben werde, vor allem im Hochleistungsbereich, es auch in psychologischer Hinsicht Probleme gebe, wobei die zu meistern ein Psychologe besser gerüstet sei, als auch der psychologisch bestausgebildete Trainer.

Schubert, dessen Buch «Psychologie zwischen Start und Ziel» (Sportverlag Berlin, 1981) zu den besten auf diesem Gebiet gehört, wies in seiner Retrospektive darauf hin, er sei nach wie vor von der Richtigkeit vieler Methoden im

Zusammenhang mit ihrer psychologischen Arbeit überzeugt; vieles würde er, wie auch Kratzer als Psychologe im Schützenverband, auch künftig genauso tun. Allerdings gebe es jetzt praktisch keine Spitzensportler mehr. Die Ausbildung sowohl der Sportlehrer als auch der Trainer sei inzwischen, nach der Schliessung der DHfK und der Streichung der entsprechenden Budgets, höchst problematisch geworden, denn deren Berufsaussichten seien nunmehr sehr gering, wodurch auch die Ausbildertätigkeit fragwürdig geworden sei.

Im nachhinein kann erkannt werden, wie lange wir im Westen glaubten, die DDR verfüge auch ausserhalb der Medizin über von uns noch nicht erfasste Erfolgsvorgänge. Jetzt sieht es eher so aus, als hätten sie nicht sehr viel mehr gewusst, als das, was sie weitgehend schon publiziert hatten. Auch einen Vergleich mit der Ex-DDR-Trainerausbildung muss die Magglinger Crew keineswegs scheuen. Die jüngst veröffentlichten Forschungsergebnisse des einst als hochkarätig eingestuften «Forschungsinstitutes für Körperkultur und Sport (FKS)» in Leipzig sind – resultatmässig wie bezüglich wissenschaftlicher Methodik – eher ernüchternd als beeindruckend (vgl. FKS Leipzig: Sportwissenschaftliche Ergebnisse, Verlag Czwalina, Ahrensburg bei Hamburg 1990).

Die Substanz dieser dreitägigen Veranstaltung zusammenzufassen, wäre zweifellos ein interessantes Unterfangen; in dem untenstehenden Kästchen sollen wenigstens die einzelnen Seminarblöcke sowie jene Themen aufgeführt werden, welche die Referenten in Ausbildungskursen mit Sportschützen zu behandeln pflegten.

## Programm der NKES-TLG-II-Seminartage (31. Januar bis 2. Februar 1991)

- Sportpsychologische Arbeit in der ehemaligen DDR-Organisation und Erfahrungen
- Aufgaben eines Psychologen in einem Sportverband
- Verbessertes Lernen durch psychologische Lernhilfen
- Psychische Belastung und ihre Steuerung in Training und Wettkampf
- Motivationsförderung im Sport
- Psychologisches Training im Leistungssport
- Psychoregulatives Training (Theorie und Praxis)
- Trainingsmethodische Hinweise
- Psychologische Wettkampfvorbereitung ■