

# Dopingprävention – auch eine Aufgabe für die Schule?

Dr. Veronika Pölzer, DSLV Nordbaden

Die Bezirksvorsitzende traf sich aus aktuellem Anlass zu einem Interview mit Professor Dr. Treutlein (Pädagogische Hochschule Heidelberg) und Nicole Arndt (Nicolaus-Kistner-Gymnasium Mosbach).

Aus dem Raum Heidelberg kommen Fachleute aus dem Bereich der Dopingbekämpfung, Dopinggeschichte und Dopingtheorie (Prof. Franke, Frau Franke-Berendonk, Prof. Bette und Prof. Treutlein). Neuerdings hat man sich auch der Dopingprävention zugewandt. Mit Nicole Arndt und Prof. Dr. Gerhard Treutlein sind neben Andreas Singler (Mainz), Rolf Schwarz und Prof. Dr. Wolfgang Knörzer zwei nordbadische dslv-Mitglieder durch die Autorenschaft des dsj-Projektes „Dopingprävention im Sport“ hervorgetreten.

Im Januar 2005 fand ein „internationales Expertengespräch zur Dopingprävention mit 70 Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus neun europäischen Ländern statt, dessen Gesprächsergebnisse in dem Band „Dopingprävention in Europa“ (Aachen, 2006) zusammengefasst wurden; ein Ergebnis der Tagung war die „Heidelberger Erklärung zum Doping“.

Pölzer (P): Herr Professor Treutlein, woher rührt Ihr Interesse an der Dopingthematik?

Professor Treutlein (T): Nun, die Anfänge liegen lange zurück. Bereits in den 60er Jahren machte mich die physische Erscheinung von Weltklasseathleten bei Wettkämpfen stutzig. 1972 bis 1974 war ich an einem Forschungsprojekt beteiligt, bei dem es um Bedingungsfaktoren der Leistungsentwicklung ging.

P: Im Spitzensport hat Doping gerade jetzt wieder traurige Aktualität erreicht. Für uns als Berufsverband der Sportlehrkräfte stellt sich die Frage, inwiefern Dopingprävention und –bekämpfung Aufgabenfelder der Schule, des Schulsports sind.

T: Der Dopingbegriff ist insofern problematisch, als er zunächst immer mit

Spitzensport assoziiert wird. Die NADA (Nationale Anti-Doping Agentur) z.B. unterscheidet zwischen Doping und Medikamentenmissbrauch. Für die Praxis tauglicher erscheint mir der von Laure geprägte Begriff der „Dopingmentalität“. Darunter wird die grundlegende Bereitschaft zur Verwendung von legalen und illegalen Medikamenten zur Steigerung von Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden im und außerhalb des organisierten Sports verstanden. Damit ist der Schwerpunkt auf das Verhalten gelegt. Jeder Mensch kann Dopingverhalten zeigen - Athleten ebenso wie Ärzte, Politiker, Lehrer und Schüler. Es gibt zu viele Schülerinnen und Schüler, die sich in stressigen Leistungssituationen, z.B. bei Prüfungen, auf Präparate mit beruhigender oder aufputschender Wirkung verlassen. Wenn im Weiteren also von Doping gesprochen wird, ist damit auch der Medikamentenmissbrauch im Breiten- und Fitnesssportbereich gemeint. Wir alle sind anfällig, denken wir nur an die stark beworbenen Sportlergetränke oder Nahrungsergänzungsmittel, deren Konsum Vorteile verspricht. Mit „Dopingmentalität“ wird das problematische Verhalten bei der Suche nach Leistungssteigerung in den Mittelpunkt gestellt sowie die beeinflussenden Bedingungen und Strukturen. Das ist wichtiger als die Auseinandersetzung mit einzelnen Substanzen.

P: Inwieweit sind die leistungssportlich betriebenen Sportarten anfällig für Doping?

T: Entscheidend ist, wie viel Geld in einer Sportart steckt, wie viel öffentliche Aufmerksamkeit eine Sportart genießt – je mehr, umso größer ist dann auch die Versuchung, Missbrauch zu betreiben.

P: Nun zur Situation in der Schule – wie können Lehrkräfte erkennen, dass Schüler und Schülerinnen gefährdet sind?

Arndt (A): Einmal ist sicher die optische Erscheinung wichtig, die sich an Gewichtsveränderung, Muskelzuwachs, etc. zeigen kann. Auch sollte man als

Lehrkraft bei rapiden Leistungsverbesserungen genauer hinsehen. Man kann den Schüler ansprechen, z.B. ob er in ein Fitness-Studio geht. Falls man den Schüler nicht direkt ansprechen will, kann man zunächst das soziale Umfeld abklopfen.

P: Die optische Erscheinung ist das eine, dann sind da noch mögliche Charakterveränderungen.

T: Ja, wenn jemand besonders aggressiv ist, dann können anabole Steroide wie auch Stimulanzien mit im Spiel sein. Wenn Mittel abgesetzt werden, dann kann es auch in Richtung Depression gehen. Dann sind noch extreme Leistungssteigerungen zu nennen. Auf der einen Seite ist die extreme Leistungssteigerung Nachweis von Talent. Aber wenn ein gewisses Maß überschritten wird ...

P: Was können Lehrkräfte konkret tun, um eine Dopingmentalität zu blockieren?

T: Es gibt eine Reihe von Studien über den Zusammenhang von Persönlichkeitsstörungen (Großmäuligkeit, Narzismus, soziale Defizite) und Anabolika-missbrauch. Personen mit geringer Selbstachtung greifen leichter zu verbotenen Substanzen. Fehlendes bzw. geringes Selbstbewusstsein scheint die Grundlage einer Dopingmentalität zu sein. Nicht zu vergessen ist aber die Vorbildfunktion von Lehrern und Trainern. Wenn Lehrkräfte da eine klare Position beziehen, dann passiert wenig. Überhaupt das gesamte Umfeld des jugendlichen Athleten muss zusammenspielen und eine klare Abgrenzung betreiben, also Eltern, Lehrer und Trainer. Im Übrigen hat Hansjörg Kofink, langjähriger Präsident des Bundesverbandes des dslv schon 1991 darauf verwiesen, dass der Sport sauber bleiben muss, damit Eltern ihren Kindern den Zutritt zum Sportverein erlauben können. Eine dopingfeindliche Grundhaltung und eine mentale Stärke, die den Dopingverzicht erlaubt, sind Schutzfaktoren des Einzelnen.

A: Eine stabile Persönlichkeit ist also

eine wesentliche Voraussetzung für die unproblematische Meisterung von Krisensituationen.

P: Und genau da setzt ja das „Heidelberger Kompetenztraining“ (HKT) an, das im Schuljahr 2006/07 an vier Schulen durchgeführt wird. Frau Arndt, Sie sind Teil dieses Projektes. Können Sie die Grundidee dieses Projektes kurz skizzieren?

A: Das HKT, das unter der Leitung von Prof. Wolfgang Knörzer steht, hat dieses Projekt zur Entwicklung mentaler Stärke ins Leben gerufen. Sowohl Schülerinnen und Schüler als auch jugendliche Sportlerinnen und Sportler sollen durch die bewusste Steuerung ihrer mentalen Prozesse lernen, die individuellen Leistungsmöglichkeiten auszuschöpfen, auch unter Druck optimal handlungsfähig zu bleiben. Das HKT will fünf ausgewählte Kompetenzen in einem Einführungslehrgang und einem Vertiefungslehrgang schulen und trainieren: Zielorientierung, Konzentrationsfähigkeit, Selbstmotivierungsstrategien, Entspannungsfähigkeit und Handeln unter Druck. Das HKT ist dabei nicht auf den Bereich Sport begrenzt, sondern auch in Drucksituationen im Alltag anwendbar.

P: Wie sieht das in der schulischen Praxis konkret aus?

A: Bis Oktober 2006 werden die alters-typischen Module für die Klassen 5 und 6 bzw. Klasse 10 vorliegen, die dann in fünf eineinhalbstündigen Einheiten durch sog. Lehr tandems unterrichtet werden. Ein Tandem besteht in der Regel aus jeweils zwei Studierenden der Pädagogischen Hochschule, die bereits die Mentaltrainerausbildung absolviert haben. Da ich selbst Mentaltrainerin bin, leite ich das Projekt an meiner Schule (Nicolaus-Kistner-Gymnasium Mosbach) mit der Studentin Katrin Blatz, die früher selbst Schülerin am NKG war.

P: Wo findet die Idee Anklang? Wer unterstützt Sie in Ihren Bemühungen um die Dopingprävention?

T: Die dsj und der neu gegründete DSOB fördern das Projekt „Dopingprävention“. Bei der dsj ist die Broschüre „Sport ohne Doping“ kostenlos zu beziehen, demnächst auch die Arbeitsmedienmappe „Sport ohne Doping“ (mit Broschüre, DVD/Präventionsfilm,

CD mit herunterladbaren Materialien). Das HKT musste unter schwierigen Bedingungen starten. Bislang gibt es noch keine Sponsoren. Einführungsveranstaltungen zum HKT stießen auf Seiten der Schülerinnen und Schüler auf großes Interesse.

P: Von Seiten des dslv werden wir die erste Modulphase des HKT mit großem Interesse begleiten und in einem der nächsten Hefte darüber berichten. Herzlichen Dank für dieses Interview. Im Interesse unserer Schülerinnen und Schüler und eines sauberen Sports wünschen wir dem Projekt viel Erfolg.

**Weiterführende Materialien zum Thema:**

Amler, W. Bernatzky, P. & Knörzer, W. (2006). Integratives Mentaltraining im Sport. Aachen: Meyer & Meyer.  
 Arndt, N., Singler, A. & Treulein, G. (2004). Sport ohne Doping! Broschüre

zu beziehen über die dsj.  
 Berendonk, B. (1992). Doping. Reinbek: rororo.  
 Bette, K.H. & Schimank, U. (2006). Die Dopingfalle. Aachen: Meyer & Meyer.  
 Knörzer, W., Spitzer, G. & Treutlein, G. (HG). (2006). Dopingprävention in Europa – Grundlagen und Modelle. Erstes internationales Fachgespräch 2005 in Heidelberg. Aachen: Meyer & Meyer.  
 Schwarz, R. & Treutlein, G. & dsj. (2006): Arbeitsmedienmappe „Sport ohne Doping“, zu beziehen über die dsj.  
 Singler, A. & Treutlein, G. (2000). Doping im Spitzensport. Analysen zur nationalen und internationalen Leistungsentwicklung (Band 1). Aachen: Meyer & Meyer.  
 Singler, A. & Treutlein, G. (2001). Doping – Von der Analyse zur Prävention. Vorbeugung gegen abweichendes Verhalten in pädagogischem und soziologischem Zugang (Band 2). Aachen: Meyer & Meyer.

